

PENGARUH KECEMASAN BERTANDING TERHADAP *PEAK PERFORMANCE* ATLET FUTSAL DE KING'S




**MUHAMAD RIZKI
6815162592**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelara Sarjana Olahraga**





**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JANUARI, 2022**

LEMBARAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dosen Pembimbing I Muhamad Arif, M.Pd. NIDN.0023028304		18/2 - 2022

Dosen Pembimbing II	Tanda Tangan	Tanggal
Muhamad Ilham, M.Pd. NIP.198608072018031001		17/2 - 2022

PERSETUJUAN PANITIA UJIAN SKIRPSI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
<u>Dr. Ir. Fatah Nurdin, M.M.</u> NIP.196806282001121002	Ketua		22/2 - 2022
<u>Bazuri Fadillah Amin, M.Pd.</u> NIDN.0330088703	Sekretaris		23/2 - 2022
<u>Muhamad Arif, M.Pd.</u> NIDN.0023028304	Anggota		18/2 - 2022
<u>Muhamad Ilham, M.Pd.</u> NIP.198608072018031001	Anggota		17/2 - 2022
<u>Dr. Heni Widyaningsih, M.SE.</u> NIP.197201221999032001	Anggota		18/2 - 2022

Tanggal Lulus: 10 Februari 2022

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi, serta lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 27 Januari 2022
Yang membuat pernyataan,



Muhamad Rizki
No. Reg. 6815162592



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Muhamad Rizki
NIM : 6815162592
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Keolahragaan/Prodi Ilmu Keolahragaan
Alamat email : ozym35@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Kecemasan Bertanding Terhadap Peak Performance Atlet Futsal DeKing'S

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 7 Maret 2022

Penulis

(Muhamad Rizki)

PENGARUH KECEMASAN BERTANDING TERHADAP *PEAK PERFORMANCE* ATLET FUTSAL DE KING'S

Muhammad Rizki

Program Studi Ilmu Keolahragaan

Fakultas Ilmu Olahraga

Universitas Negeri Jakarta, JL. Pemuda No. 10 Rawamangun

Email: ozym35@gmail.com

ABSTRAK

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecemasan bertanding terhadap *peak performance* atlet futsal De King's. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode pengumpulan data yang dilakukan melalui kuesioner dan dokumentasi catatan pelatih. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet futsal De King's sebanyak 18 orang, dan seluruh populasi menjadi sampel dalam penelitian ini. Data yang terkumpul dari sampel diolah dan dianalisis dengan bantuan Microsoft Excel dan software SPSS V20. Hasil dari penelitian ini adalah kecemasan bertanding berpengaruh sebesar 39,3% terhadap *peak performance* atlet futsal De King's dan sisanya sebesar 60,7% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini. Kecemasan bertanding terhadap *peak performance* memiliki persamaan $\hat{Y} = 78,701 - 0,384X$ yang memiliki arti bahwa setiap ada peningkatan rasa cemas pada saat bertanding sebesar 1% maka *peak performance* atlet akan menurun sebesar 0.384. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kecemasan bertanding dengan *peak performance* atlet futsal De King's dengan perolehan nilai $-t_{hitung} < -t_{tabel}$ yaitu $-3.221 < -2.120$.

Kata Kunci: Kecemasan Bertanding, *Peak Performance*, Atlet Futsal.

**PENGARUH KECEMASAN BERTANDING TERHADAP PEAK
PERFORMANCE ATLET FUTSAL DE KING'S**

Muhammad Rizki¹, Muhammad Arif² dan Muhammad Ilham³

Program Studi Ilmu Keolahragaan

Fakultas Ilmu Olahraga

Universitas Negeri Jakarta, JL. Pemuda No. 10 Rawamangun

Email: ozym35@gmail.com

ABSTRACT

Abstract. *This study aims to determine the effect of competition anxiety on the peak performance of De King's futsal athletes. This study uses quantitative research with data collection methods conducted through a questionnaire. The population in this research is De King's futsal athletes as many as 18 people, and the entire population is the sample in this study. The data collected from the samples were processed and analyzed with the help of Microsoft Excel and SPSS V20 software. Competition anxiety has an effect of 39,3% on the Peak performance of futsal, while the remaining 60,7% of sports is influenced by other variables not examined in this study. Anxiety competing against peak performance has the equation $\hat{Y} = 78.701 - 0.384X$ which means that every time there is an increase in anxiety during competition by 1%, the athlete's peak performance will decrease by 0.384. So it can be concluded that there is a significant influence between competition anxiety and the peak performance of De King's futsal athletes with the acquisition of a value of $-t_{count} < -t_{table}$ or $-3.221 < -2.120$.*

Keywords: *Anxiety, Peak Performance, Futsal Athlete.*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas kasih dan karunia yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul ‘‘Pengaruh Kecemasan Bertanding Terhadap *Peak Performance* Atlet Futsal Deking’S’’ dengan sebaik-baiknya. Penyusunan Skripsi ini bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga jurusan Ilmu keolahragaan di Universitas Negeri Jakarta.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna serta banyak memiliki kekurangan. Oleh karena itu, dengan senang hati penulis akan menerima kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak dikemudian hari. Dalam kesempatan ini pula, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada :

1. **Dr. Johansyah Lubis, M.Pd**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta.
2. **Prof. Dr. Ramdan Pelana, S.Or., M.Or**, selaku Wakil Dekan 1 Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta
3. **Muhamad Arif, M.Pd dan Muhammad Ilham, M.Pd**, selaku Pembimbing Skripsi yang sudah mengorbankan waktu, tenaga, dan pikiran serta kesabaran sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
4. **Heni Widyaningsih, SE., M.SE**, selaku Pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan kepada penulis.

5. **Dr. Yasep Setiakarnawijaya, M.Kes**, selaku Koordinator Prodi Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan bimbingan kepada penulis.
6. Para Responden Atlet Futsal De King's yang telah memberikan informasi terkait dengan kajian penelitian.
7. **Mama, Nenek, Om, Tante, Zahara dan Rani** yang selalu memberikan perhatian dan dukungan doa kepada penulis.
8. Serta Sahabat penulis dari Prodi Ikor 2016 dan semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu, yang telah ikhlas memberikan bantuan dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.

Jakarta, 27 Januari 2022

Muhamad Rizki

DAFTAR IS

ABSTRAK	iv
ABSTRACT.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Kegunaan Hasil Penelitian.....	6
1. Manfaat Teoritik	6
2. Manfaat Praktis.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. <i>Peak Performance</i>	7
1. Definisi <i>Peak Performance</i>	7
2. Aspek-aspek <i>Peak performance</i>	8
3. Karakteristik <i>Peak Performance</i>	10
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Peak Performance</i>	11
B. Kecemasan	13
1. Definisi Kecemasan	13
2. Jenis-jenis Kecemasan	14
3. Aspek - Aspek yang mempengaruhi kecemasan bertanding	15
4. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan bertanding	16
5. Gejala kecemasan bertanding	17
C. Atlet Futsal.....	18
D. Hubungan Antar Variabel.....	19

E. Kerangka Berfikir.....	20
F. Hipotesis Penelitian.....	23
G. Penelitian yang Relevan	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	25
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	25
B. Tujuan Penelitian	25
C. Metode penelitian.....	25
D. Populasi dan Sampel Penelitian	26
1. Populasi.....	26
2. Sampel.....	26
E. Instrumen Penelitian.....	27
1. Instrumen Penelitian	27
2. Kisi-kisi Instrumen Penelitian	27
a. Instrumen <i>Peak performance</i>	27
b. Instrumen Kecemasan.....	27
F. Teknik Pengumpulan Data	29
1. Uji Validitas	29
2. Uji Reliabilitas.....	30
G. Teknik Analisis Data.....	31
1. Analisis Deskriptif.....	31
2. Uji Normalitas	32
3. Uji Linearitas Data.....	33
4. Uji Hipotesis.....	33
H. Hipotesis Statistika.....	36
BAB IV HASIL PENELITIAN	38
A. Deskripsi Data.....	38
1. Variabel <i>Peak Performance</i> (Y).....	38
2. Deskripsi Variabel Kecemasan (X)	40
B. Pengujian Persyaratan Analisis.....	42
1. Uji Normalitas	42

2. Uji Linearitas	43
C. Pengujian Hipotesis	43
1. Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i>	43
2. Uji Regresi Linear Sederhana	44
D. Pembahasan Hasil Penelitian	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	48
A. Kesimpulan	48
B. Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN-LAMPIRAN	52
RIWAYAT HIDUP	74



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Nilai Pengukuran Item Pernyataan Kuesioner.....	27
Tabel 3.2 Instrumen Variabel Kecemasan Bertanding	28
Tabel 3.3 Hasil Uji Reliabilitas Kecemasan Bertanding.....	31
Tabel 3.4 Interpretasi Koefisien Korelasi Nilai r.....	34
Tabel 4.1 Deskripsi Data Penelitian.....	38
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi <i>Peak Performance</i> (Y)	39
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kecemasan (X).....	41
Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas.....	42
Tabel 4.5 Hasil Uji Linearitas	43
Tabel 4.6 Hasil Uji Kecemasan Bertanding dengan <i>Peak Performance</i>	44
Tabel 4.7 Hasil Persamaan Regresi Linear	44
Tabel 4.8 Koefisien Determinasi	45
Tabel 4.9 Keberartian Koefisien Korelasi.....	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Berpikir	23
Gambar 4.1 Grafik Histogram <i>Peak Performance</i> (Y).....	40
Gambar 4.2 Grafik histogram data Kecemasan (X).....	41

