

**PENGARUH PENGETAHUAN PENDAKIAN TERHADAP  
KECEMASAN PADA PENDAKI PEMULA**



*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*

**MUHAMMAD RAFIF PUTRA ADRI**

**1605619034**

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

**PROGRAM STUDI OLAHRAGA REKREASI  
FAKULTAS ILMU OLAHRAGA  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
AGUSTUS, 2023**

*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*

# LEMBARAN PENGESAHAN

## LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
<b>Pembimbing I</b> <u>Dra. Aryati, M.Pd</u> NIP. 8973710021		<u>13/8 2023</u>
<b>Pembimbing II</b> <u>Masnur Ali, M.Pd</u> NIP. 199209012019031000		<u>14/8 2023</u>

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Hartman Nugraha, M.Pd</u> NIP. 19740909 200312 1 001	Ketua		<u>15/8 2023</u>
2. <u>Dr. Sri Nuraini, M.Pd</u> NIP. 19670730 199303 2 001	Sekretaris		<u>10/8 2023</u>
3. <u>Dra. Aryati, M.Pd</u> NIP. 8973710021	Anggota		<u>13/8 2023</u>
4. <u>Masnur Ali, M.Pd</u> NIP. 199209012019031000	Anggota		<u>14/8 2023</u>
5. <u>Dr. Abdul Sukur, M.Si</u> NIP. 19691130 200003 1 001	Anggota		<u>15/8 2023</u>

Tanggal Lulus : Rabu, 2 Agustus 2023

Memartabatkan Bangsa

## PERNYATAAN ORISINALITAS

### 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 manapun kecuali arahan dari 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 ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 18 Juli 2023



Muhammad Rafi Putra Adri

1605619034

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://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 : Muhammad Rafif Putra Adri  
NIM : 1605619034  
Fakultas/Prodi : Ilmu Olahraga/Olahraga Rekreasi  
Alamat email : muhrafifpaa@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 Pengetahuan Pendakian Terhadap Kecemasan Pada Pendaki Pemula

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, 22 Agustus 2023

Penulis

( Muhammad Rafif Putra Adri )

Memartabatkan Bangsa

## PENGARUH PENGETAHUAN PENDAKIAN TERHADAP

## KECEMASAN PADA PENDAKI PEMULA

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengetahui seberapa besar hubungan pengetahuan pendakian berpengaruh terhadap kecemasan pada pendaki pemula; (2) Seberapa besar pengaruh pengetahuan pendakian terhadap tingkat kecemasan pendaki pemula. Penelitian ini merupakan penelitian Kuantitatif dan dilakukan di Gunung Kencana, Puncak, Bogor, Jawa Barat dengan jumlah Populasi sebanyak 20 responden. Data pada penelitian ini diambil dengan menggunakan angket dan tes. Angket dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok untuk mengungkap data pengetahuan pendakian dan kecemasan pendaki pemula. Uji validitas menggunakan rumus *korelasi product moment* dan uji reliabilitas menggunakan rumus *Cronbach alpha*. Nilai tes digunakan untuk mengungkap pengaruh pengetahuan pendakian terhadap kecemasan pendaki pemula, Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Hasil dari penelitian tentang pengetahuan pendakian mengetahui bahwa dari 20 responden yang tinggi akan pengetahuan pendakian berjumlah 15 responden dan yang rendah akan pengetahuan pendakian berjumlah 5 responden. Jika di intervalkan maka dari 20 responden yang tinggi nilainya berjumlah 75% dan yang rendah nilainya berjumlah 25% (2) Hasil dari penelitian tentang kecemasan pendaki pemula mengetahui bahwa dari 20 responden yang cemas akan pendakian berjumlah 8 responden dan yang tidak cemas akan pendakian berjumlah 12 responden. Jika di intervalkan maka dari 20 responden yang cemas berjumlah 40% dan yang tidak cemas berjumlah 60%. (3) hasil dari dua variable di uji korelasi dengan menggunakan uji *fisher's Exact Test* dengan hasil 0,04 dan di nyatakan adanya ikatan dari variable X dan variable Y berikut 20 responden yang terlibat, 40% dari mereka memiliki pengetahuan pendakian yang rendah dan merasa cemas, sementara 60% memiliki pengetahuan tinggi dan tidak merasa cemas.

Kata Kunci: Pengetahuan Pendakian, Kecemasan Pendaki Pemula, Penelitian Kuantitatif

Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa

## **THE INFLUENCE OF CLIMBING KNOWLEDGE ON ANXIETY IN NOVICE CLIMBERS**

### **ABSTRACT**

*This study aims to: (1) find out how much the relationship between knowledge of climbing influences the anxiety of novice climbers; (2) How big is the influence of climbing knowledge on the anxiety level of novice climbers. This research is a quantitative research and was conducted on Mount Kencana, Puncak, Bogor, West Java with a total population of 20 respondents. The data in this study were taken using questionnaires and tests. The questionnaire was divided into 2 groups, namely groups to reveal data on climbing knowledge and beginner climbers' anxiety. The validity test used the product moment correlation formula and the reliability test used the Cronbach alpha formula. The test score is used to reveal the effect of climbing knowledge on the anxiety of novice climbers. The results show that: (1) The results of research on climbing knowledge found that of the 20 respondents who had high climbing knowledge, 15 respondents had low knowledge of climbing, and 5 respondents had low knowledge of climbing. If it is interval, then of the 20 respondents with a high score of 75% and a low score of 25% (2) The results of the study on the anxiety of novice climbers found that out of 20 respondents who were anxious about climbing there were 8 respondents and who were not worried about climbing were 12 respondents. If it is interval, then 40% of the 20 respondents who are anxious are 40% and those who are not anxious are 60%. (3) the results of the two variables are tested for correlation using the Fisher's Exact Test with a result of 0.04 and it is stated that there is a bond between the X and Y variables along with the 20 respondents involved.*

*Keywords: Climbing Knowledge, Beginner Climber Anxiety, Quantitative Research*

## KATA PENGANTAR

Wassalamualaikum Wr. Wb Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala rahmat, taufiq dan inayah-Nya. Hanya karena kekuatan dan bimbingan-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul Pengaruh Pengetahuan Pendakian Terhadap Kecemasan Pada Pendaki Pemula dengan lancar. Penulis menyadari bahwa tersusunnya skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan dan bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala hormat dan kerendahan hati, penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak **Prof. Dr. Johansyah Lubis, M.Pd.** Dekan Fakultas Ilmu olahraga UNJ, Bapak **Dr. Hernawan, SE, M.Pd.** Wakil Dekan III Fakultas Ilmu olahraga UNJ, **Bapak Hartman Nugraha, S.Pd., M.Pd.**, Koordinator Program Studi Olahraga Rekreasi UNJ, **Ibu Dra. Aryati, M.Pd.**, Pembimbing I, **Bapak Masnur Ali, M.Pd.**, Pembimbing II, **Bapak Caca**, Pengelolah Wisata Gunung Kencana. Ayahanda **Adnan Husein** dan Ibunda **Rina Dhamayanti** tercinta yang tidak pernah lelah memotivasi saya untuk selalu berjuang dan selalu mendoakan setiap perjalanan hidup saya. Serta keluarga penulis atas segala bantuan, bimbingan, dorongan serta doa restu yang di berikan kepada penulis selama menyusun skripsi. Teman-teman Fakultas Ilmu Keolahragaan angkatan 2019 "*Bright Star*". Teman-teman seperjuangan dari awal mengiringi langkah penulis dalam penulisan skripsi ini. Seluruh pihak serta orang-orang yang terlibat didalam perjalanan hidup penulis sampai saat ini. Untuk teman-teman Kontrakan Ardyan Dwi Putra, Ahmar Fadilah Asmi, Fahmi Fahrezi, Adam Nugraha, Bagus Miftah Farid, Elfan Rizki Azizi,

Muhammad Febriyanto Saputro, Rachmad Riski, Fachrizal Maulana, Zainul Ma'arif, Minawati Dewi, Dinda Ilfi, Difa Maurizka Rahma yang menjadi tempat mengeluh, bercerita dan berbagi canda tawa ketika menulis jenuh pada masa menulis skripsi.

Akhir kata, penulis berharap semoga ALLAH SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan Ilmu Pengetahuan Olahraga.

Wassalamulaikum Wr. Wb

Jakarta, 18 Juli 2023

M R P A

*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*



## DAFTAR ISI

LEMBARAN PENGESAHAN.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
ABSTRAK .....	iv
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
BAB I .....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Balakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian .....	5
C. Rumusan Masalah.....	5
D. Kegunaan Penelitian.....	5
BAB II.....	7
KAJIAN TEORI.....	7
A. Deskripsi Konseptual.....	7
1. Kecemasan.....	7
2. Pendakian .....	13
3. Pendaki Pemula .....	20

B.	Kerangka Berpikir .....	24
C.	Hipotesis Penelitian .....	25
BAB III.....		26
METODOLOGI PENELITIAN.....		26
A.	Tujuan Penelitian .....	26
B.	Tempat dan Waktu Penelitian .....	26
C.	Metode Penelitian .....	26
D.	Populasi Dan Sampel .....	28
E.	Desain Pengukuran dan Instrumen Penelitian .....	28
F.	Teknik Analisis Data.....	33
G.	Hipotesis Penelitian .....	37
BAB IV .....		38
HASIL PENELITIAN.....		38
A.	Deskripsi Data .....	38
B.	Pengolahan Data .....	39
C.	Analisis data .....	40
BAB V.....		52
KESIMPULAN DAN SARAN.....		52
A.	Kesimpulan.....	52
B.	Saran .....	52

*Memperdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*

DAFTAR PUSTAKA ..... 54

LAMPIRAN ..... 59

RIWAYAT HIDUP ..... 96



*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Variabel X (Pengetahuan pendakian).....	30
Tabel 3. 2 Variabel Y (Kecemasan Pendaki Pemula) .....	31
Tabel 3. 3 Uji Reliabilitasi .....	33
Tabel 4. 1 Tabel penelitian tentang pengetahuan materi.....	40
Tabel 4. 2 Kategori pengetahuan pendakian .....	47
Tabel 4. 3 Kategori Kecemasan Pendakian Pemula.....	48
Tabel 4. 4 Korelasi .....	49
Tabel 4. 5 SPSS Uji Fisher.....	49

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*