

**HUBUNGAN ANTARA *MENTAL TOUGHNESS* DAN
COMPETITIVE ANXIETY TERHADAP PERFORMA ATLET
PADA KATEGORI *LEAD PPLPD* PANJAT TEBING KOTA
TANGERANG**



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

KARIN NURAZIZAH

1603619006

**Skripsi ini Disusun sebagai Salah Satu Persyaratan untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Olahraga**

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2024

HUBUNGAN ANTARA *MENTAL TOUGHNESS* DAN *COMPETITIVE ANXIETY* TERHADAP PERFORMA ATLET PADA KATEGORI *LEAD PPLPD* PANJAT TEBING KOTA TANGERANG

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui 1). hubungan antara *mental toughness* terhadap performa atlet pada kategori *lead PPLPD* panjat tebing Kota Tangerang. 2). hubungan antara *competitive anxiety* terhadap performa atlet pada kategori *lead PPLPD* panjat tebing Kota Tangerang. 3). hubungan antara *mental toughness & competitive anxiety* secara bersama-sama terhadap performa atlet pada kategori *lead PPLPD* panjat tebing Kota Tangerang. Jenis Penelitian ini adalah analisis korelasi dengan rancangan *cross sectional survey design*. Sampel yang digunakan berjumlah 17 orang dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen tes *mental toughness* menggunakan skala *mental toughness* yang disusun berdasarkan dimensi *thrive though challenge*, *sport awareness*, *tough attitude*, dan *desire succes*, sedangkan untuk tes *competitive anxiety* menggunakan skala *competitive anxiety* yang disusun berdasarkan aspek *cognitive*, *motoric*, *affective*, dan *somatic* dari *Sport Anxiety Scale*. Penilaian performa atlet menggunakan hasil penilaian juri. Teknik analisis statistik yang digunakan adalah menggunakan koefisien korelasi. Hasil analisis data menunjukkan bahwa 1) terdapat hubungan yang signifikan antara *mental toughness* terhadap performa atlet pada kategori *lead PPLPD* panjat tebing Kota Tangerang, dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,408. 2) terdapat hubungan yang signifikan antara *competitive anxiety* terhadap performa atlet pada kategori *lead PPLPD* panjat tebing Kota Tangerang, dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,279. 3) tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *mental toughness* dan *competitive anxiety* terhadap performa atlet pada kategori *lead PPLPD* panjat tebing Kota Tangerang, dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,462.

Kata Kunci: *Mental Toughness*, *Competitive Anxiety*, Performa Atlet.








**THE RELATIONSHIP BETWEEN MENTAL TOUGHNESS AND
COMPETITIVE ANXIETY ON ATHLETE PERFORMANCE IN THE
TANGERANG CITY ROCK CLIMBING PPLPD LEAD CATEGORY**

ABSTRACT

This study aims to find out 1). The relationship between mental toughness and athlete performance in the Tangerang City rock climbing PPLPD lead category. 2). the relationship between competitive anxiety and athlete performance in the PPLPD lead category of rock climbing in Tangerang City. 3). The relationship between mental toughness and competitive anxiety together on the performance of athletes in the PPLPD lead category of rock climbing in Tangerang City. This type of research is a correlation analysis with a cross sectional survey design. The sample used was 17 people with sampling using the purposive sampling technique. The mental toughness test instrument uses a mental toughness scale which is arranged based on the dimensions of thrive though challenge, sport awareness, tough attitude, and desire succes, while the competitive anxiety test uses a competitive anxiety scale which is arranged based on cognitive, motoric, affective, and somatic aspects of the Sport Anxiety Scale. The assessment of athletes' performance uses the results of the jury's assessment. The statistical analysis technique used is using correlation coefficients. The results of the data analysis showed that 1) there was a significant relationship between mental toughness and athlete performance in the Tangerang City rock climbing PPLPD lead category, with a correlation coefficient value of 0.408. 2) there was a significant relationship between competitive anxiety and athlete performance in the Tangerang City rock climbing PPLPD lead category, with a correlation coefficient value of -0.279. 3) there was no significant relationship between mental toughness and competitive anxiety on athlete performance in the lead category of PPLPD rock climbing in Tangerang City, with a correlation coefficient value of 0.462.

Keywords: *Mental Toughness, Competitive Anxiety, Athlete performance.*

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal	
Pembimbing I Dr. Tirta Apriyanto, S.Pd, M.Si NIP. 1977004171999031002		18/7/24	
Pembimbing II Sri Indah Ihsani, S.T., M.Or NIP. 199202162022032005		18/07/24	
Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. Eko Juli Fitrianto, S.Or., M.Kes AIFO NIP. 198107312006041001	Ketua		18/07/24
2. Chandra, M.Pd NIDN. 0022038705	Sekretaris		16/07/24
3. Dr. Tirta Apriyanto, S.Pd, M.Si NIP. 1977004171999031002	Anggota		18/7/24
4. Sri Indah Ihsani, S.T., M.Or NIP. 199202162022032005	Anggota		18/07/24
5. dr. Bazzar Ari Mighra, Sp.N NIP. 198504192015041002	Anggota		17/07/24

Tanggal Lulus: 9 Juli 2024

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan:

1. Skripsi ini merupakan asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Skripsi ini merupakan 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 maupun dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis 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 akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 28 Juni 2024

Yang membuat pernyataan



Karin Nurazizah

No.Reg 1603619006



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 : Karin Nurazizah
NIM : 1603619006
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Keolahragaan / Ilmu Keolahragaan
Alamat email : ohhikarin@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 :

HUBUNGAN ANTARA *MENTAL TOUGHNESS* DAN *COMPETITIVE ANXIETY* TERHADAP PERFORMA ATLET PADA KATEGORI *LEAD PPLPD* PANJAT TEBING KOTA TANGERANG.

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, 17 Juli 2024

Penulis

(KARIN NURAZIZAH)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Jakarta. Peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan hingga masa penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.

Dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, masukan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Hernawan, SE., M.Pd., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Bapak Prof. Dr. Ramdan Pelana, S.Or., M.Or selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Bapak Dr. Kuswahyudi, S.Or., M.Pd., selaku Koordinator Prodi Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan bimbingan kepada peneliti. Bapak Dr. Tirta Apriyanto, S.Pd, M.Si dan Ibu Sri Indah Ihsani, S.T., M.Or selaku dosen pembimbing skripsi ini yang telah memberikan banyak bantuan, masukan, dan dukungan terkait skripsi ini. Bapak dr. Bazzar Ari Mighra, Sp.N selaku pembimbing akademik yang telah memberikan banyak masukan dan dukungan selama perkuliahan.

Akhir kata, peneliti berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan olahraga.

Jakarta, 28 Juni 2024

Karin N.A

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
<i>ABSTRACT</i>	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Perumusan Masalah.....	4
E. Kegunaan Hasil Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN TEORETIK.....	7
A. Deskripsi Konseptual.....	7
1. Hakikat <i>Mental Toughness</i>	7
2. Hakikat <i>Competitive Anxiety</i>	15
3. Hakikat Performa Atlet.....	22
4. Hakikat Panjat Tebing	26
B. Kerangka Berpikir	29
C. Hipotesis Penelitian.....	31
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	32
A. Tujuan Penelitian.....	32
B. Tempat dan waktu penelitian.....	32
C. Metode Penelitian.....	32
D. Populasi dan Sampel.....	33
E. Instrumen Penelitian	34
F. Teknik Pengumpulan Data.....	41
G. Teknik Analisis Data.....	41

6. Hipotesis Statistika.....	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	46
A. Deskripsi Data	46
B. Pengujian Hipotesis	51
C. Pembahasan	53
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	57
A. Kesimpulan.....	57
B. Saran	57
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	62



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Nomor Kategori <i>Lead</i>	27
Gambar 2. 2 Nomor Kategori <i>Boulder</i>	28
Gambar 2. 3 Nomor Kategori <i>Speed</i>	29
Gambar 4. 1 Grafik histogram data <i>mental toughness</i> (X_1).....	48
Gambar 4. 2 Grafik histogram data <i>competitive anxiety</i> (X_2).....	49
Gambar 4. 3 Grafik histogram data performa atlet (Y).....	50



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Desain konstelasi Penelitian.....	33
Tabel 3. 2 Kisi-kisi Instrumen <i>Mental Toughness</i>	35
Tabel 3. 3 Penilaian Instrumen <i>Mental Toughness</i>	36
Tabel 3. 4 Kisi-kisi Instrumen <i>Competitive Anxiety</i>	37
Tabel 3. 5 Penilaian Instrumen <i>Competitive Anxiety</i>	38
Tabel 3. 6 Penilaian Nomor Disiplin <i>Lead</i>	39
Tabel 3. 7 Penentuan Rangking dari Penilaian Nomor Disiplin <i>Lead</i>	40
Tabel 4. 1 Demografi Atlet.....	46
Tabel 4. 2 Deskripsi Data Penelitian.....	47
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi <i>Mental Toughness</i> (X_1).....	47
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi <i>Competitive Anxiety</i> (X_2).....	48
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Performa Atlet (Y).....	50
Tabel 4. 6 Koefisien Korelasi X_1 terhadap Y	51
Tabel 4. 7 Koefisien Korelasi X_2 terhadap Y	51
Tabel 4. 8 Koefisien Korelasi X_1, X_2 terhadap Y	52
Tabel 4. 9 Interpretasi Koefisien Korelasi.....	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Data Tes Penelitian.....	62
Lampiran 2. Hasil Data Penelitian	64
Lampiran 3. Hasil Data Penelitian Berdasarkan Dimensi X ₁	65
Lampiran 4. Hasil Data Penelitian Berdasarkan Dimensi X ₂	66
Lampiran 5. Kuesioner Mental Toughness	67
Lampiran 6. Kuesioner Competitive Anxiety	69
Lampiran 7. Surat Balasan dari Ketua Pelaksana “Makopala Outdoor Sport Traditional Festival II 2024”	80
Lampiran 8. Surat Keterangan Validasi Dosen Ahli	81

