

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Aprilia, K. N., Kristiyanto, A., & Doewes, M. (2020). Analisis penerapan prinsip-prinsip latihan terhadap peningkatan kondisi fisik atlet bulu tangkis PPLOP Jawa Tengah tahun 2017/2018 Khalida. *JPOS (Journal Power Of Sports)*, 8(1), 274–282.
- Budi, D. R., Hidayat, R., & Febriani, A. R. (2019). The Application of Tactical Approaches in Learning Handballs. *JUARA : Jurnal Olahraga*, 4(2), 131. <https://doi.org/10.33222/juara.v4i2.534>
- Effendi, H. (2017). Mengatasi Kecemasan Pada Atlet Sebelum Pertandingan Melalui Pendekatan Kognitif. *Jurnal Menssana*, 2(1), 37–44.
- Fadilah, R. N., Priambodo, A., Surabaya, U. N., & Fadilah, R. N. (2024). Stress dan kecemasan dalam olahraga kompetisi. *Jurnal Pendidikan Sejarah Dan Riset Sosial Humaniora*, 4(1), 27.
- Firmada, M. A., Kristianti, M., & Husain, F. (2021). Manajemen Nyeri dengan Guide Imagery Relaxation pada Pasien Cedera Kepala Ringan di Instalasi Gawat Darurat (IGD) : Literature Review. *ASJN (Aisyiyah Surakarta Journal of Nursing)*, 2(1), 20–25. <https://doi.org/10.30787/asjn.v2i1.814>
- Hasan Saifudin, Hilmy Aliriad, Mohamad Da'i, Suntoro, M. A. Y. H., & Nila, S. (2023). Pengaruh Latihan Imagery Terhadap Akurasi Service Floating Bolavoli Pada Ekstrakurikuler Bolavoli MA Sunan Bonang Parengan. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 4(1), 107–121. <https://doi.org/10.55081/jumper.v4i1.1063>
- Hidayat, A., Hardiyono, B., Satria, M. H., & Pratama, R. (2021). Tes dan Pengukuran Kondisi Fisik dan Keterampilan Atlet Bola Tangan Kota Palembang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Bina Darma*, 1(1), 57–60. <https://doi.org/10.33557/pengabdian.v1i1.1336>
- KUMBARA, H., METRA, Y., & ILHAM, Z. (2019). Analisis Tingkat Kecemasan (Anxiety) Dalam Menghadapi Pertandingan Atlet Sepak Bola Kabupaten Banyuasin Pada Porprov 2017. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 17(2), 28. <https://doi.org/10.24114/jik.v17i2.12299>
- Lestari Akbar, A., Mutmainna, A., Arna Abrar, E., Nani, S., Makassar, H., Perintis, J., Viii, K., & Makassar, K. (2023). Gambaran Tingkat Kecemasan Masyarakat Dalam Menghadapi Satu Tahun Pandemi Covid-19 Di Kelurahan Lonrae Kecamatan Tanete Riattang Timur Kabupaten Bone. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa &*

- Lukman, I. M., Sudirjo, E., Rahman, A. A., Indonesia, U. P., Gawang, P., Belakang, P., Tengah, P., & Sepakbola, P. (2024). *Jurnal Kejaora : Jurnal Kesehatan Jasmani dan Olah Raga ANALISIS TINGKAT KECEMASAN PEMAIN SEPAKBOLA PUTRA RICE CAKE FC*. 9(April), 37–44.
- Marsidi, S. R., Yaqiin, A. A., Amsyar, A., Komala, E., Pratomo, G., Kim, I. V. A., & Hutagalung, R. B. Z. (2022). Gambaran Kecemasan Individu Dewasa di Jabetang (Jakarta, Bekasi, dan Tangerang): Gejala dan Penyebab. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.29103/jpt.v5i1.8150>
- Mutmainnah, M., & Kasmad, R. (2022). Pengaruh Latihan Relaksasi Terhadap Kecemasan Atlet Pada Atlet Karate Di Kabupaten Luwu Utara. *Jurnal Sport Science*, 12(1), 6. <https://doi.org/10.17977/um057v12i1p6-11>
- Nissa, E. C., & Soenyoto, T. (2021). Hubungan ketangguhan mental dengan kecemasan bertanding pada atlet beladiri PPLP Jawa Tengah. *Indonesian Journal for Psysical Education and Sport*, 2(1), 267–277. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/inapes/article/view/44598>
- Nugraha, A. D. (2020). Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam. *IJIP : Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2(1), 1–22. <https://doi.org/10.18326/ijip.v2i1.1-22>
- Nugraha, P. D., & Pratama, E. B. (2019). Survei Pembinaan Prestasi Atlet Bolabasket Kelompok Umur Dibawah 16 Dan 18 Tahun. *Journal Sport Area*, 4(1), 240–247.
- Nurfadhila, R. (2016). Pengaruh latihan *imagery* dan koordinasi terhadap keterampilan forehand drive petenis pemula. *Jurnal Keolahragaan*, 4(2), 196. <https://doi.org/10.21831/jk.v4i2.10898>
- Nurfalah, R. T., & Imanudin, I. (2016). Pengaruh Imajery Training Terhadap Keterampilan Hasil Shooting Sepak Bola Di. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 01(01), 40–44.
- Nurhadi, M. D. A., Sembiring, D. A., & Dewi, R. R. K. (2023). Pengaruh Tingkat Kecemasan dan Performa Atlet Cabang Olahraga Bola Tangan (*handball*) Universitas Singaperbangsa Karawang. *Jurnal Keolahragaan*, 9(2), 119. <https://doi.org/10.25157/jkor.v9i2.12584>
- Pendidikan, J., & Olahraga, J. (2024). *GYMNASIA : ANALISIS TINGKAT KECEMASAN (ANXIETY) ATLET BOLA TANGAN PUTRA DAN PUTRI KABUPATEN LAMONGAN DALAM MENGHADAPI PERTANDINGAN FRIENDLY MATCH BERSAMA UKM HANDBALL UNESA* Azrul Azwar *Ilmu Keolahragaan , Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan , Unive*. 3(1), 241–258.

- Rasyid, A. F., & Rambey, I. R. (2024). *Efikasi Diri dan Kecemasan Kompetitif: Perbedaan Atlet Individu dan Atlet Bertim*. 5(September), 389–396.
- Rhamadian, D. (2022). Dampak Kecemasan (Anxiety) Dalam Olahraga Terhadap Atlet. *Journal of Sport Science and Tourism Activity (JOSITA)*, 1(1), 31. <https://doi.org/10.52742/josita.v1i1.15433>
- Riyadi, D., Sartono, H., & Komarudin, K. (2019). Pengaruh Metode Latihan *Imagery* terhadap Kosentrasi dan Keterampilan Bermain Sepakbola. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 11(1), 43–50. <https://doi.org/10.17509/jko-upi.v11i1.16825>
- Safitri, D. P., & Masykur, A. M. (2017). Kejuaraan Nasional pada Atlet Tenis Lapangan Pelti Semarang. *Jurnal Empati*, 6(April), 98–105.
- Saputra, S. Y., Hariadi, N., Ulama, U. N., & Pendidikan, F. I. (2018). Creating Productive and Upcoming Sport Education Profesional Hmzanwadi University . *Journal Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi (PORKES)*, 1(2), 8–13.
- Satrio Anggoro Putra Wibowo, & Nur Indri Rahayu. (2016). Pengaruh Latihan Mental *Imagery* terhadap Hasil Tembakan Atlet menembak Rifle Jawa Barat. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 01(02), 23–29. www.wikipedia.com
- Setyawan, A. L., & Shofyan, R. A. (2021). Pengaruh Sikap Mental Atlet terhadap Prestasi Olahraga. *Edukasimu*, 1(2), 1–7.
- Sridadi, S., & Utama, A. B. (2017). Pengembangan Instrumen Tes Keterampilan Dasar Bolatangan Bagi Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12(2), 110–116. <https://doi.org/10.21831/jpji.v12i2.17110>
- Wijayanti, D. U., Jupriyono, & Kusmiwiyati, A. (2019). Perbedaan Penurunan Nyeri Dismenorea Pada Remaja dengan Tatalaksana Guided *Imagery* Dan Kompres Hangat. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 8(1), 11–22.
- Sumarjo. (2023). PENGARUH PENERAPAN HIPNOSPORT TERHADAP PENGEMBANGAN KEPERCAYAAN DIRI ATLET BOLA VOLLY. *Open Journal Systems*, Vol 17 No.7.
- Syafutra, W., & Remore, H. (2024). PENGARUH MENTAL TRAINING TERHADAP HASIL PUKULAN JARAK DEKAT ATLET SILAMPARI WOODBALL ACADEMY. *Jurnal Muara Pendidikan*, Vol 9 No.2.
- Wijayanti, D. U., Jupriyono, & Kusmiwiyati, A. (2019). Perbedaan Penurunan Nyeri Dismenorea Pada Remaja dengan Tatalaksana Guided *Imagery* Dan Kompres Hangat. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 8(1), 11–22.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2007). Foundations of Sport and Exercise Psychology. *Human Kinetics*, 90.