

**PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN (*ANXIETY*) SISWA
JOGOKARYAN FUTSAL ACADEMY DAN NTB *BOYS* SAAT
PERTANDINGAN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan



Oleh:

Sultan Madani Ghivara

18602244032

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

2024

**PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN (*ANXIETY*) SISWA
JOGOKARYAN FUTSAL ACADEMY DAN NTB BOYS SAAT
PERTANDINGAN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan



Oleh:

Sultan Madani Ghivara

18602244032

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

2024

**PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN (*ANXIETY*) SISWA
JOGOKARYAN FUTSAL ACADEMY DAN NTB BOYS SAAT
PERTANDINGAN**

Oleh:

Sultan Madani Ghivara

18602244032

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mengetahui tingkat Kecemasan (*Anxiety*) Saat pertandingan pada siswa Jogokaryan Futsal Academi dan NTB boy. Dalam suatu pertandingan banyak faktor yang dapat mempengaruhi performa para pemain salah satunya kecemasan. Perbedaan tingkat kecemasan yang dialami setiap pemain akan mempengaruhi penampilan setiap pemain.

Jenis penelitian yaitu deskriptif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket tertutup. Sampel dalam penelitian ini adalah atlet Jogokariyan Futsal Academi yang berjumlah 20 atlet dan atlet NTB Boys yang berjumlah 20, bertempat di Jogokariyan Futsal. Analisis data penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Berdasarkan hasil penelitian diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat kecemasan Jogokariyan Futsal Academi saat Pertandingan yang berada pada kategori “sangat tinggi” pada kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada). Pada kategori “tinggi” pada kelompok JFA sebesar 40% (8 pemain). Kategori “sedang” pada kelompok JFA sebesar 35% (7 pemain). Pada Kategori “rendah” pada kelompok JFA sebesar 15% (3 pemain). Kategori “sangat rendah” pada kelompok JFA sebesar 10% (2 pemain). Berdasarkan hasil penelitian diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat kecemasan Ntb Boys Saat Pertandingan yang berada pada kategori “sangat tinggi” dalam kelompok NTB Boys sebesar 10% (2 pemain). Pada kategori “tinggi” dalam kelompok NTB Boys sebesar 35% (7 pemain). Kategori “sedang” pada kelompok NTB Boys sebesar 45% (9 pemain). Pada Kategori “rendah” pada kelompok NTB Boys sebesar 0% (tidak ada). Kategori “sangat rendah” pada kelompok NTB Boys sebesar 10% (2 pemain). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 33,18 tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academi dan Ntb Boys saat pertandingan. Dengan tingkat kecemasan kelompok NTB Boys “lebih tinggi” dibandingkan dengan kelompok JFA dilihat dari frekuensi tertinggi pada tiap kategori dimasing-masing kelompok.

Kata Kunci: Kecemasan, Futsal, Jogokariyan Futsal Academi, NTB Boys

DIFFERENCES IN THE LEVEL OF ANXIETY OF JOGOKARYAN FUTSAL ACADEMY STUDENTS AND NTB BOYS DURING THE MATCH

By:

Sultan Madani Ghivara

18602244032

ABSTRACT

This research aims to determine the level of anxiety during matches among Jogokaryan Futsal Academi students and NTB boys. In a match, many factors can influence the performance of players, one of which is anxiety. The different levels of anxiety experienced by each player will affect each player's performance.

The type of research is descriptive. The method used in this research is a survey method with data collection techniques using closed questionnaires. The samples in this study were 20 Jogokariyan Futsal Academi athletes and 20 NTB Boys athletes, located at Jogokariyan Futsal. This research data analysis uses quantitative descriptive data expressed in percentage form.

Based on the research results above, it can be concluded that Jogokariyan Futsal Academi's anxiety level during matches is in the "very high" category in the JFA group at 0% (none). In the "high" category in the JFA group it was 40% (8 players). The "medium" category in the JFA group is 35% (7 players). In the "low" category in the JFA group it is 15% (3 players). The "very low" category in the JFA group is 10% (2 players). Based on the research results above, it can be concluded that the NTB Boys' anxiety level during the match is in the "very high" category in the NTB Boys group at 10% (2 players). In the "high" category in the NTB Boys group it was 35% (7 players). The "medium" category in the NTB Boys group is 45% (9 players). In the "low" category in the NTB Boys group it is 0% (none). The "very low" category in the NTB Boys group is 10% (2 players). Based on the average value, namely 33.18, the level of anxiety between Jogokarian Futsal Academy and Ntb Boys during the match. The anxiety level of the NTB Boys group is "higher" compared to the JFA group, seen from the highest frequency in each category in each group.

Keywords: Anxiety, Futsal, Jogokariyan Futsal Academi, NTB Boys

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sultan Madani Ghivara

NIM : 18602244032

Program Studi : Pendidikan Keperawatan Olahraga

Judul TAS : Perbedaan Tingkat Kecemasan Siswa Jogokariyan Futsal
Academi dan NTB *Boys* Saat Pertandingan

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 15 Mei 2024

Yang menyatakan



Sultan Madani Ghivara

NIM 18602244032

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN (*ANXIETY*) SISWA
JOGOKARIYAN FUTSAL ACADEMI DAN NTB *BOYS* SAAT
PERTANDINGAN**

Disusun Oleh:

Sultan Madani Ghivara

NIM. 18602244032

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk
dilaksanakan Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang
bersangkutan,



Mengetahui,
Ketua Program Studi PKO

Dr. Drs. Fauzi M.Si.
NIP. 196312281990021002

Yogyakarta, 15 Mei 2024
Disetujui,
Dosen Pembimbing

Agus Supriyanto S.Pd., M.Si.
NIP. 198001182002121002

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN (ANXIETY) SISWA
JOGOKARYAN FUTSAL ACADEMY DAN NTB BOYS SAAT
PERTANDINGAN**

Disusun oleh :

Sultan Madani Ghivara

18602244032

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi

Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Universitas Negeri Yogyakarta

Pada 30 Mei 2024

TIM PENGUJI

Nama dan Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Agus Supriyanto S.Pd., M.Si (Ketua Penguji / Pembimbing)		3.7.2024
Drs. Subagyo Irianto, M.Pd (Sekertaris Penguji)		26-6-2024
Dr. Ratna Budiarti, M.Or (Penguji Utama)		26-6-2024

Yogyakarta, 8 Juli 2024

Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan



Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or.,

NIP : 197702182008011002

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur kehadiran Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan baik, kemudian karya ini saya persembahkan untuk:

1. Bapak Ibu tercinta (Bapak Mokhlas Madani dan Ibu Heny Astuti) yang selalu memberikan kasih sayang, perhatian, doa dan dukungannya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Adik-adik tercinta (Vaeroes Emel Haq Madani dan Muhammad Gabriel Madani) yang selalu memberikan semangat dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Pembimbing skripsi Bapak Agus Supriyanto S.Pd., M.Si. yang telah membimbing dengan memberikan masukan-masukan dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
4. Sahabat (Fahri Rayhan, Shafa Yunanto, Rindisti Cahyaning, Angga Dewa, Wikantayasa Hanung) yang telah membantu.
5. Saudara-saudara yang tidak dapat sebutkan satu per satu. Terima kasih atas doa dan dukungannya selama ini.
6. Teman-teman PKO A 2018 yang telah berjuang bersama-sama dan saling memberi dukungan.
7. Pengurus dan pemain Jogokariyan Futsal Academi dan NTB Boy yang telah memberi saya kesempatan saya untuk mengerjakan penelitian saya.

KATA PENGANTAR

Puji Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan berkah,rahmat, karunia dan pertolongannya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugasakhir penelitian yang berjudul “Perbedaan Tingkat Kecemasan (*Anxiety*) Siswa Jogokariyan Futsal Academy dan NTB Boys Saat Pertandingan” dengan baik dan lancar.

Penyusunan skripsi ini pasti mengalami kesulitan dan kendala. Dengan segala upaya, skripsi ini dapat terwujud dengan baik berkat uluran tangan dari berbagai pihak, teristimewa pembimbing. Oleh karena itu, pada kesempatan ini disampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Sumaryanto, M. Kes., selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan UNY, yang telah telah memberikan izin penelitian serta segala kemudahan yang diberikan.
3. Dr. Drs. Fauzi M.Si. selaku Ketua Departemen Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Yogyakarta beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Bapak Agus Supriyanto S.Pd., M.Si. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dukungan dan motivasi selama penulisan skripsi ini
5. Bapak Agus Supriyanto S.Pd., M.Si selaku ketua penguji, Bapak Drs. Subagyo Irianto selaku sekretaris penguji, dan Ibu Dr Ratna Budiarti, S.Pd.Kor., M.Or selaku penguji I yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap tugas akhir ini.
6. Bapak Drs. Herwin, M.Pd dan Ibu Nur Indah Pangastuti M.Or. selaku validator Instrumen penelitian saya
7. Keluarga, sahabat, dan teman-teman yang selalu memberi motivasi dan dukungan untuk menyelesaikan skripsi ini.

8. Klub Jogokariyan Futsal Academi dan NTB Boy yang telah membantu dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
9. Semua pihak secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharap kritik dan saran yang membangun demi hasil yang lebih baik. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Yogyakarta, 15 Mei 2024



Sultan Madani Ghivara

NIM 18602244032

DAFTAR ISI

SKRIPSI	i
SKRIPSI	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
SURAT PERNYATAAN	vi
LEMBAR PERSETUJUAN	vii
HALAMAN PENGESAHAN	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A.Latar Belakang Masalah	1
B.Identifikasi Masalah	9
C.Batasan Masalah	9
D.Rumusan Masalah	10
E.Tujuan Masalah	10
F.Manfaat Penelitian	10
1. Manfaat Teoritis	11
2. Manfaat Praktis	11
BAB II KAJIAN TEORI	12
A.Kajian Teori	12
1. Kecemasan	12
2. Futsal	32
B.Penelitian Relevan	37
C.Kerangka Berfikir	40
D.Pertanyaan Peneliti	41
BAB III METODE PENELITIAN	42
A.Jenis atau Desain Penelitian	42
B.Tempat dan Waktu Penelitian	42
C.Populasi dan Sampel Penelitian	43
D.Definisi Operasional Variabel	44
E.Teknik dan Instrument Pengumpulan Data	44
F.Validitas dan Reliabilitas Instrumen	46
G.Teknik Analisis Data	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	51
A.Hasil Penelitian	51
B.Pembahasan	87
C.Keterbatasan Hasil Penelitian	91
BAB V KESIMPULAN	92
A.Kesimpulan	92
B.Implementasi Penelitian	93
C.Saran	93

DAFTAR PUSTAKA	94
LAMPIRAN – LAMPIRAN	96

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Data Kecemasan Atlet Berdasarkan Tingkat Kecemasan	7
Tabel 3. 1 Kisi-Kisi Instrument Penelitian	45
Tabel 3. 2 Hasil Uji Coba Validitas Instrument	47
Tabel 3. 3 Hasil Uji Reliabilitas Instrument	49
Tabel 3. 4 Penilaian Acuan Norma.....	50
Tabel 4. 1 Statistik Deskripsi Tingkat Kecemasan.....	51
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan.....	52
Tabel 4. 3 Statistik Deskripsi Berdasarkan Faktor Intrinsik.....	54
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Faktor Intrinsik.....	54
Tabel 4. 5 Statistik Deskripsi berdasarkan faktor Ekstrinsik.....	56
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Faktor Ekstrinsik	57
Tabel 4. 7 Statistik Deskripsi Indikator Berfikir Negatif	59
Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi Indikator Berfikir Negatif	60
Tabel 4. 9 Statistik Deskripsi Indikator Berfikir Puas	62
Tabel 4. 10 Distribusi Frekuensi Indikator Berfikir Puas.....	63
Tabel 4. 11 Statistik Deskripsi Indikator Pengalaman Bertanding.....	65
Tabel 4. 12 Distribusi Frekuensi Indikator Pengalaman Bertanding.....	65
Tabel 4. 13 Statistik Deskripsi Indikator Moral	67
Tabel 4. 14 Distribusi Frekuensi Indikator Moral	68
Tabel 4. 15 Statistik Deskripsi Indikator Pelatih	70
Tabel 4. 16 Distribusi Frekuensi Indikator Pelatih.....	70
Tabel 4. 17 Statistik Deskripsi Indikator Wasit.....	72
Tabel 4. 18 Distribusi Frekuensi Indikator Wasit.....	73
Tabel 4. 19 Statistik Deskripsi Indikator Penonton	75
Tabel 4. 20 Distribusi Frekuensi Indikator Penonton.....	75
Tabel 4. 21 Statistik Deskripsi Indikator Lawan	77
Tabel 4. 22 Distribusi Frekuensi Indikator Lawan	78
Tabel 4. 23 Statistik Deskripsi Indikator Sarpras	80
Tabel 4. 24 Distribusi Frekuensi Indikator Sarpras	80
Tabel 4. 25 Statistik Deskripsi Indikator Situasi Lapangan	82
Tabel 4. 26 Distribusi Frekuensi Indikator Situasi Lapangan	83
Tabel 4. 27 Statistik Deskripsi Indikator Keluarga	85
Tabel 4. 28 Distribusi Frekuensi Indikator Keluarga	86

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir	41
Gambar 4. 1 Diagram Batang Tingkat Kecemasan	52
Gambar 4. 2 Diagram Batang Berdasarkan Faktor Intrinsik	55
Gambar 4. 3 Diagram Batang Berdasarkan Faktor Ekstrinsik	57
Gambar 4. 4 Diagram Batang Berdasarkan Indikator Berfikir Negatif.....	61
Gambar 4. 5 Diagram Batang Berdasarkan Indikator Berfikir Puas	63
Gambar 4. 6 Diagram Batang Berdasarkan Indikator pengalaman bertanding....	66
Gambar 4. 7 Diagram Batang Berdasarkan Indikator Moral.....	68
Gambar 4. 8 Diagram Batang Berdasarkan Indikator Pelatih	71
Gambar 4. 9 Diagram Batang Berdasarkan Indikator Wasit	73
Gambar 4. 10 Diagram Batang Berdasarkan Indikator Penonton	76
Gambar 4. 11 Diagram Batang Berdasarkan Indikator Lawan	78
Gambar 4. 12 Diagram Batang Berdasarkan Indikator Sarpras	81
Gambar 4. 13 Diagram Batang Berdasarkan Indikator Situasi Lapangan.....	84
Gambar 4. 14 Diagram Batang Berdasarkan Indikator Keluarga.....	86

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Konsultasi	96
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian	97
Lampiran 3 Surat Balasan Jogokariyan Futsal Academi.....	99
Lampiran 4 Surat Balasan NTB Boy	100
Lampiran 5 Surat Validasi Instrumens	101
Lampiran 6 Instrumen penelitian.....	103
Lampiran 7 Validitas dan Rehabilitas	107
Lampiran 8 Data penelitian	109
Lampiran 9 Deskriptif Statistik	113
Lampiran 10 Dokumentasi	117

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga pada hakekatnya merupakan kegiatan fisik dan psikis yang dilandasi semangat perjuangan melawan diri sendiri, orang lain atau unsur alam. Jika dipertandingkan, harus dilaksanakan secara kesatria sehingga menjadi sarana untuk membentuk kepribadian dalam rangka meningkatkan kualitas hidup yang lebih luhur (Dinata, 2008 : 22). Selain faktor keterampilan tinggi yang harus dikuasai, diperlukan juga pengorbanan serta kemampuan untuk menghadapi masalah-masalah yang timbul dalam kegiatan berlatih dan bertanding.

Sedangkan menurut Undang-undang Republik Indonesia Nomor: 11 tahun 2022 tentang Sistem Keolahragaan. Olahraga merupakan kebutuhan manusia. Melalui olahraga diharapkan didapatkan tubuh yang sehat dan bugar sehingga mampu meningkatkan produktitas kerja. Dalam keadaan sakit, mudah lelah dan tidak bugar bisa dipastikan bekerja tidak bisa maksimal. Olahraga adalah aktifitas yang berkaitan dengan gerak tubuh.

Di dalam dunia olahraga, prestasi merupakan salah satu faktor dalam keberhasilan pembangunan olahraga. Dengan kata lain prestasi olahraga merupakan indikator yang dapat digunakan secara langsung untuk melihat status atau tingkat pencapaian dan keberhasilan dalam olahraga. Ada beberapa komponen yang menentukan tercapainya prestasi tinggi dalam olahraga prestasi yaitu keadaan sarana-prasarana olahraga, keadaan pertandingan, keadaan psikologi atlet, keadaan kemampuan keterampilan atlet, keadaan kemampuan

fisik atlet, keadaan konstitusi tubuh dan keadaan kemampuan taktik/strategi (Litbang KONI pusat, 2004).

Menurut Kementrian Negara Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia: “Prestasi bisa tercapai, apabila memenuhi beberapa komponen seperti: atlet potensial, selanjutnya dibina dan diarahkan oleh sang pelatih. Untuk memenuhi sarana dan prasarana latihan dan kebutuhan kesejahteraan pelatih dan atlet perlu perhatian dari pembina/pengurus induk cabang olahraga. Untuk melihat dan mengevaluasi hasil pembinaan, perlu memberikan uji coba dengan melakukan kompetisi dan *try out* baik di dalam negeri maupun di luar negeri dengan tujuan mengukur kemampuan bertanding/berlomba dan kematangan sebagai pembentukan teknik, fisik, dan mental bertanding.

Dalam hal ini banyak pembinaan yang dilakukan oleh lembaga-lembaga negara maupun perorangan sebagai bentuk upaya menciptakan atlet -atlet hebat. Tetapi dalam praktiknya sering kali para pelatih atau pelaku pembinaan olahraga mengesampingkan aspek mental. Seperti contoh beberapa academi / tim futsal di Yogyakarta mereka terlalu mengedepankan latihan teknik, fisik, dan taktik. Padahal atlet juga perlu memiliki mental yang tangguh untuk dapat berlatih dan bertanding dengan semangat tinggi, dedikasi total, pantang menyerah, tidak mudah terganggu oleh masalah teknik dan pribadi.

Sesuai dengan pendapat yang dikemukakan Komarudin (2015 : 34-35), selain melatih teknik, fisik, dan taktik di dalam olahraga juga diperhatikan mental. Pelatih memiliki peranan penting dalam memperhatikan mental karena mental atlet sesungguhnya bukan masalah psikologis namun faktor teknis atau

fisiologis yang menjadi penyebab terganggunya faktor mental. Salah satu mental yang sering muncul saat menjelang pertandingan adalah kecemasan, kepercayaan diri dan motivasi.

Salah satu tokoh psikologi olahraga Setyobroto (2002 : 10) menjelaskan bahwa untuk mencapai prestasi yang lebih tinggi, kondisi fisik dan mental harus dalam keadaan prima. Keseimbangan antara kekuatan fisik dan kekuatan mental dibutuhkan seorang atlet agar dapat mencapai prestasi maksimal dalam suatu pertandingan. Seorang atlet yang hanya mengandalkan kekuatan fisik ataupun teknis saja tidak akan mungkin dapat berprestasi dengan baik. Dalam hal ini, kekuatan mental dan kecerdasan emosi diperlukan seorang atlet untuk mengolah ketegangan maupun kecemasan yang mungkin terjadi pada saat pertandingan.

Aspek yang berkaitan erat untuk menampilkan performa maksimal adalah aspek kecemasan. Kecemasan atau anxiety dapat dialami oleh siapa pun yang berbentuk perasaan tegang, rasa tidak aman, dan kekhawatiran. Soleh & Hakim (2019: 497) menjelaskan kecemasan merupakan proses di mana seorang merasa emosi yang tidak terkendalikan, yang terjadi ketika seseorang sedang mengalami frustrasi serta konflik atau tekanan batin. Dampak besar dari kecemasan yang berlebihan dapat mempengaruhi kondisi fisik. Karena saat seseorang mengalami kecemasan maka secara tidak langsung akan meningkatkan detak jantung pada dirinya. Akibat dari kecemasan selain berdampak pada psikologi juga berdampak pada keadaan fisik seseorang (Wijaya, 2018: 37).

Banyak atlet yang tidak berhasil mewujudkan kemampuan optimalnya hanya karena rasa cemas dan takut gagal yang berlebihan. Berdasarkan pengamatan yang telah dilakukan peneliti di beberapa turnamen, sering kali terlihat seorang atlet atau tim yang sudah mempunyai kemampuan fisik yang baik, teknik yang sempurna, dan sudah dibekali berbagai taktik, tidak mampu mempraktekkan kemampuan hasil latihan dengan baik di arena pertandingan atau perlombaan yang menyebabkan atlet atau tim tersebut mengalami kekalahan. Kecemasan pada atlet tidak hanya merugikan diri sendiri, namun juga mengakibatkan permainan dalam tim terganggu.

Hal ini membuktikan adanya hubungan timbal balik psikis-fisik. Bila aspek psikis terganggu maka fungsi fisik juga ikut terganggu yang kemudian akan mengganggu keterampilan motorik. Menurut (Lhaksana, 2011 : 11), faktor psikis merupakan kunci dari keberhasilan dan kesuksesan seorang atlet atau sebuah tim. Atlet harus memiliki psikis yang stabil dan dapat mengalahkan segala tekanan non-teknis, seperti halnya atmosfer pertandingan, penonton atau suporter dan beban yang diberikan pada pengurus. Hal ini ditujukan untuk meraih prestasi setinggi-tingginya dan semaksimal mungkin. Tingkat pencapaian prestasi puncak sangat ditentukan oleh kematangan dan ketangguhan mental atlet dalam mengatasi berbagai kesulitan dalam sebuah pertandingan.

Kecemasan pada atlet futsal saat bertanding seringkali dianggap suatu kejadian yang wajar terjadi tanpa perlu adanya tindak lanjut dalam mengatasinya (Husdarta, 2010 : 19) menegaskan bahwa kondisi kecemasan

tersebut muncul atas reaksi-reaksi fisiologis dari dalam tubuh seorang atlet. Kondisi fisiologis ini seharusnya sudah disadari oleh pelatih ketika atlet melakukan latihan-latihan rutin sebelum bertanding. Sehingga penting bagi pelatih untuk mengajarkan manajemen emosi, dan kecemasan pada atlet saat latihan untuk meminimalisir turunya performa atlet saat pertandingan karena cemas.

Situasi kecemasan saat bertanding, sebagaimana lazimnya para atlet juga dialami oleh siswa Jogokaryan Futsal Academy dan para pemain NTB Boys. Para atlet di dua tim futsal tersebut dari hasil pengamatan yang telah saya lakukan sering mengalami kecemasan saat pertandingan. Setiap pemain memiliki gejala kecemasan masing-masing semisal tangan berkeringat, tubuh bergetar, hingga rasa khawatir yang berlebih menyebabkan para pemain hilang fokus saat bertanding.

Kecemasan ini muncul dikarenakan para pemain Jogokariyan futsal academi dan NTB Boys cemas akan gagal dalam pertandingan, cedera fisik yang akan di alami dan kecemasan akan penilaian sosial yang mengakibatkan menurunnya kepercayaan diri para pemain yang berdampak pada penampilan pemain tersebut. Masalah kecemasan saat bertanding ini selalu menjadi salah satu bahan evaluasi untuk pelatih pada saat latihan tanding dengan tim lain.

Sejalan dengan pendapat yang dikemukakan diatas, hasil peneltian yang pernah diungkapkan oleh (Dharmaan, 2016 : 32) menunjukkan data bahwa terdapat 200 atlet futsal yang mengalami kecemasan dengan gejala yang berbeda-beda seperti tangan berkeringat, tubuh bergetar, rasa khawatir yang

berlebihan, hingga hilangnya rasa percaya diri yang akhirnya menyebabkan terganggunya fokus ketika bertanding. Kesimpulan hasil penelitian survey terhadap 200 atlet futsal diatas menunjukkan bahwa prosentase gejala kecemasan yang paling banyak dialami atlet Futsal dalam menghadapi pertandingan adalah tegang dengan prosentase 52,5%, jantung berdetak lebih cepat dengan prosentase 45,5% dan gugup dengan prosentase 45,5%. Dengan demikian penelitian ini menunjukkan bahwa ternyata banyak atlet yang mengalami kecemasan saat bertanding. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Situmorang 2021 : 47) mengelompokkan kecemasan atlet yang didasarkan pada prosentase tingkat kecemasan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan pada atlet futsal memiliki prosentase sebesar 39,1% dengan jumlah 9 orang yang masuk pada kategori yang sangat tinggi, berikutnya 11 orang dengan prosentase 47,8% masuk dalam kategori tinggi, 1 orang dengan prosentase 4,34% termasuk dalam kategori sedang, 1 orang dengan prosentase 4,34% masuk dalam kategoori rendah, dan 1 orang lagi dengan prosentase 4,34% masuk dalam kategori tingkat kecemasan sangat rendah. Berikut merupakan data hasil penelitian yang disajikan dalam bentuk tabel.

**Tabel 1.1 Data Kecemasan Atlet Berdasarkan Tingkat
Kecemasan**

Tingkat Kecemasan	Jumlah	Prosentase
Sangat Tinggi	9 Orang	39.1%
Tinggi	11 Orang	47.8%
Sedang	1 Orang	4.34%
Rendah	1 Orang	4.34%
Sangat Rendah	1 Orang	4.34%

(Sumber: Situmorang, 2021 : 48-49)

Berdasarkan data yang diperoleh diatas secara keseluruhan maka didapatkan prosentase 55% yang termasuk dalam kategori tinggi. Sehingga masih banyak atlet yang mengalami kecemasan saat akan bertanding. Selanjutnya pada penelitian yang telah dilakukan oleh (Lestari, 2021 : 63) menunjukkan data kecemasan atlet yang didasarkan pada *Sport Anxiety Scale* (SAS) yaitu somatik, afektif, kognitif dan motorik. Kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh (Lestari, 2021 : 64) memperoleh skala nilai sebesar 39. Artinya tingkat kecemasan pada tim atau atlet futsal dapat dikategorikan pada tingkat kecemasan “Sedang” yang artinya dalam aspek kecemasan atau mental tidak berpengaruh besar terhadap permainan serta penampilan atlet. Jadi mereka masih mampu menampilkan permainan ataupun bertanding secara maksimal.

Maka dari itu berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang “PERBEDAAN TINGKAT

KECEMASAN SISWA JOGOKARYAN FUTSAL ACADEMY DAN NTB BOYS SAAT PERTANDINGAN “ . Penelitian ini didasari oleh pentingnya pemahaman terhadap tingkat kecemasan pada atlet futsal. Futsal merupakan olahraga yang membutuhkan konsentrasi dan ketenangan pikiran untuk mencapai performa yang optimal. Salah satu faktor yang dapat memengaruhi performa atlet adalah tingkat kecemasan yang mereka rasakan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Smith (2018) dalam jurnal "The Impact of Anxiety on Sports Performance", tingkat kecemasan yang tinggi dapat mengganggu fokus dan konsentrasi atlet, sehingga berpotensi menurunkan performa mereka.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Johnson (2019) dalam jurnal "The Relationship between Anxiety and Sports Performance" menunjukkan bahwa perbedaan tingkat kecemasan antara dua kelompok atlet dapat mempengaruhi hasil kompetisi yang mereka ikuti. Hal ini menunjukkan pentingnya untuk memahami dan mengidentifikasi perbedaan tingkat kecemasan antara dua kelompok atlet futsal, seperti Jogokariyan Futsal Academy dan NTB Boy.

Dalam konteks Indonesia, penelitian tentang tingkat kecemasan atlet futsal masih tergolong minim. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pemahaman tentang faktor-faktor yang memengaruhi performa atlet futsal di Indonesia. Dengan mengetahui perbedaan tingkat kecemasan antara dua kelompok atlet futsal yang berbeda,

diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna dalam pengembangan program pelatihan yang lebih efektif dan efisien.

Dengan demikian, penelitian ini akan menggunakan pendekatan induktif untuk menjelaskan terlebih dahulu peristiwa khusus yang terjadi pada Jogokaryan Futsal Academy dan NTB Boy, kemudian baru masuk ke pembahasan peristiwa umum mengenai tingkat kecemasan pada atlet futsal. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang perbedaan tingkat kecemasan antara kedua kelompok atlet futsal tersebut.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka muncul berbagai masalah yang dapat diidentifikasi sebagai berikut

1. Kecemasan pemain futsal Jogokaryan Futsal Academy dan NTB Boys pada saat bertanding tidak dapat menampilkan penampilan terbaik.
2. Kecemasan pemain futsal Jogokaryan Futsal Academy dan NTB Boys akan cedera fisik yang dialami saat bertanding.
3. Kecemasan pemain futsal Jogokaryan Futsal Academy dan NTB Boys akan penilaian sosial pada saat bertanding.

C. Batasan Masalah

Agar tidak terjadi keluasan masalah maka memerlukan batasan masalah. Tujuan dari batasan masalah ini supaya peneliti lebih fokus pada masalah yang

akan diteliti, maka penelitian ini dibatasi hanya pada masalah tingkat kecemasan siswa Jogokaryan Futsal Academy dan NTB boys saat pertandingan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka penulis merumuskan suatu masalah yaitu:

1. Seberapa tinggi Tingkat kecemasan tim Jogokariyan Futsal Academi ?
2. Seberapa tinggi Tingkat kecemasan tim NTB boy ?
3. Seberapa besar perbedaan tingkat kecemasan siswa Jogokariyan Futsal Academi NTB boy saat pertandingan ?

E. Tujuan Masalah

Tujuan dari penelitian ini adalah

1. Mengetahui seberapa tinggi tingkat Kecemasan atlet futsal tim Jogokariyan Futsal Academi,
2. Mengetahui seberapa tinggi tingkat Kecemasan atlet futsal tim NTB Boy.
3. Mengetahui seberapa tingkat kecemasan atlet futsal Jogokariyan Futsal Academi dan NTB boy.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan penelitian, manfaat penelitian ini mencakup manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat Teoritis

- a. Memberikan sumbangan untuk perkembangan pengetahuan, khususnya untuk mahasiswa FIKK UNY di bidang kepelatihan
- b. Dapat dijadikan kajian untuk melakukan penelitian yang sama tentang hubungan penonton dengan kecemasan pemain futsal

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi pemain, dapat mengetahui seberapa besar pengaruh penonton terhadap pertandingan
- b. Bagi penonton, dapat mengetahui apa yang seharusnya mereka lakukan terhadap pemain.
- c. Bagi organisasi, dapat menjadi bahan pertimbangan untuk merekrut pemain yang berkualitas.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kajian Teori

1. Kecemasan

1) Definisi Kecemasan

Kecemasan (*anxiety*) adalah variabel penting dari hampir semua teori kepribadian. *Anxiety* atau dalam Bahasa Indonesia dapat diartikan dengan kecemasan, merupakan suatu faktor psikologis dari pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental kesukaran dan tekanan yang menyertai konflik atau ancaman. Kecemasan adalah kondisi kegelisahan mental, keprihatinan, ketakutan atau firasat serta keputusasaan karena ancaman yang tidak dapat dijelaskan oleh diri sendiri tau terhadap hubungan yang bermakna. Kecemasan dapat terjadi pada tingkat sadar, setengah sadar atau tidak sadar (Cholilah, dkk., 2020: 43)

Kecemasan adalah suatu istilah yang menggambarkan gangguan psikologis yang dapat memiliki karakteristik yaitu berupa rasa takut, keprihatinan terhadap masa depan, kekhawatiran yang berkepanjangan, dan rasa gugup. Menurut Sukadiyanto (2006 : 27) gejala psikis yang akan terjadi yaitu rasa cemas pada atlet. Rasa cemas berasal dari dalam diri atlet sendiri dan dari luar atlet. Sumber kecemasan dalam diri atlet yaitu rasa percaya diri yang berlebihan, pikiran yang negatif, mudah merasa puas, penampilan yang tidak sesuai dengan harapan. Sedangkan

sumber kecemasan yang berasal dari luar atlet yaitu rangsangan yang membingungkan, pengaruh penonton, media masa, lawan yang bukanandingannya, kehadiran dan tidak kehadiran pelatih, sarana prasarana, cuaca. Sukadiyanto (2006 : 45) dalam kenyataannya kondisi atlet saat mengalami kecemasan bisa terlihat dari fisik seperti otot tegang, nafas tersengal-sengal, denyut jantung naik, keringat dingin. Sedangkan pada kondisi psikologis seperti gelisah, mondar-mandir, tidak tenang, sensitif, mudah terganggu, tidak memiliki perhatian, sulit konsentrasi.

Kecemasan dapat digambarkan sebagai suatu kekhawatiran umum mengenai suatu peristiwa yang tidak jelas, tidak pasti terhadap peristiwa yang akan datang (Mu'arifah, 2005 : 18). Kecemasan menurut (Weinberg, 2007 : 17) adalah bentuk emosi negatif yang ditandai dengan kegelisahan, rasa khawatir, dan ketakutan yang berhubungan dengan kegairahan. Kecemasan juga dimaknai sebagai fungsi ego untuk memperingatkan individu tentang kemungkinan datangnya suatu bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai (Alwisol, 2004 : 26).

Kecemasan adalah suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dan ketidakmampuan menghadapi masalah atau adanya rasa aman. Perasaan yang tidak menyenangkan ini umumnya menimbulkan gejala-gejala fisiologis (seperti gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat, dan

lain-lain) dan gejala-gejala psikologis seperti; panik, tegang, bingung, tak dapat berkonsentrasi, dan sebagainya (Amir, 2004 : 32).

Kecemasan adalah suatu kondisi kegelisahan yang tidak jelas terhadap ketidaknyamanan atau ketakutan yang disertai ketidakpastian. Sumber kecemasan biasanya tidak spesifik atau tidak dapat dijelaskan oleh individu, ketakutan terhadap suatu bahaya. Kecemasan merupakan perubahan sinyal peringatan bahaya yang akan datang dan membuat individu mengambil tindakan untuk menghadapi kecemasan. Kecemasan (*anxiety*) memang merupakan pernak pernik kekayaan hidup, tapi ia harus dihindari manakala menimbulkan efek yang negatif. Pada dasarnya, kecemasan membawa akibat yang tidak baik bagi kesehatan moral seseorang. Orang yang selalu dihindangi kecemasan dipastikan akan terus-menerus tertekan dan jauh dari ketenangan (Fatwikiningsih, 2020: 34).

Kurniawan, dkk., (2021: 145) menjelaskan bahwa *anxiety* adalah salah satu gejala psikologis yang identik dengan perasaan negatif. *Anxiety* dapat timbul kapan saja, dan salah satu penyebab terjadinya *anxiety* adalah ketegangan yang berlebihan yang berlangsung lama. Kecemasan adalah reaksi situasional terhadap berbagai rangsang stres. Kecemasan adalah ketegangan mental disertai dengan gangguan tubuh yang menyebabkan individu bersangkutan merasa tidak berdaya dan mengalami kelelahan karena senantiasa harus berada dalam keadaan

waspada terhadap ancaman bahaya yang tidak jelas (Komarudin, 2017: 102).

Kecemasan (*anxiety*) adalah rasa takut yang tidak jelas objeknya dan tidak jelas pula alasannya. Kecemasan (*anxiety*) merupakan ketidakberdayaan neurik, rasa tidak aman, tidak matang, dan kekurangmampuan dalam menghadapi tuntutan realitas (lingkungan), kesulitan dan tekanan kehidupan sehari-hari. Kecemasan (*anxiety*) adalah emosi yang tidak menyenangkan, yang ditandai dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut, yang kadang-kadang dialami dalam tingkat yang berbeda-beda (Marsha & Wijaya, 2021: 113).

Weinberg & Gould (2015: 79) menyatakan bahwa *anxiety* adalah keadaan emosi negatif yang ditandai dengan gugup, khawatir, dan ketakutan dan terkait dengan aktivasi atau kegairahan pada tubuh. Pada gejala cemas, biasanya didominasi oleh keluhan-keluhan psikis (ketakutan dan kekhawatiran), tetapi dapat pula disertai keluhan-keluhan somatik (fisik). Ketegangan dan kecemasan saling terkait dan selalu muncul dalam kegiatan olahraga. Ketegangan yang dialami oleh setiap individu akan berbeda-beda. Hal ini disebabkan oleh perbedaan pengalaman, kepekaan, dan cara menanggapi situasi.

Pendapat Maulana & Khairani (2017: 97) menyatakan kecemasan (*anxiety*) merupakan penghayatan emosional yang tidak menyenangkan, berhubungan dengan antisipasi malapetaka yang akan

datang. Kecemasan dapat muncul dalam berbagai tingkatan dari perasaan cemas dan gelisah yang ringan sampai ketakutan yang amat berat. Kecemasan juga dapat terjadi dengan perasaan takut dan terancam, tetapi seringkali tanpa adanya alasan. Kecemasan juga dapat terjadi karena ketakutan terhadap hal-hal belum tentu terjadi atau keadaan yang merugikan dan mengancam dirinya karena merasa tidak mampu menghadapinya.

Gazalbha dalam Prasetya (2009: 2) menjelaskan kecemasan dapat diartikan sebagai suatu reaksi emosi seseorang. Kecemasan dapat didefinisikan sebagai manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur yang terjadi ketika orang sedang mengalami tekanan perasaan dan pertentangan. Hal ini muncul karena beberapa situasi yang mengancam diri manusia sebagai makhluk sosial. Sedangkan Husdarta (2010: 73) mengatakan bahwa kecemasan didefinisikan sebagai suatu perasaan terhadap sesuatu yang ditandai dengan kekhawatiran. Kecemasan adalah fungsi ego untuk memperingatkan individu tentang kemungkinan datangnya suatu bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai. Kecemasan berfungsi sebagai mekanisme yang melindungi ego karena kecemasan memberi sinyal kepada kita bahwa ada bahaya dan kalau tidak dilakukan tindakan yang tepat maka bahaya itu akan meningkat sampai ego dikalahkan.

Rasa cemas juga dapat terjadi karena kegelisahan-kekhawatiran dan ketakutan terhadap sesuatu yang tidak jelas. Kecemasan (*anxiety*)

suatu hal yang normal di dalam kehidupan karena kecemasan sangat dibutuhkan sebagai pertanda akan bahaya yang mengancam. Namun ketika kecemasan terjadi terus-menerus, tidak rasional dan intensitasnya meningkat, maka kecemasan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan disebut sebagai gangguan kecemasan (Amurwabumi, 2021: 103).

2) Klasifikasi Kecemasan

Menurut Stuart dan Sundeen (1995:72), membagi kecemasan menjadi 4 tingkatan, yaitu:

1. Kecemasan Ringan

Kecemasan ringan berhubungan dengan ketegangan akan peristiwa kehidupan sehari-hari. Pada tingkat ini lahan persepsi melebar dan individu akan berhati-hati dan waspada. Individu terdorong untuk belajar yang menghasilkan pertumbuhan dan kreativitas.

- a. Respon Fisiologis: Sese kali nafas pendek, nadi dan tekanan darah naik dan gejala ringan pada lambung.
- b. Respon Perilaku dan Emosi: Tidak dapat duduk tenang, tremor halus pada tangan, dan suara kadang-kadang meninggi.

2. Kecemasan Sedang

Kecemasan sedang ini, persepsi terhadap lingkungan menurun atau individu lebih memfokuskan pada hal penting saat ini dan mengesampingkan hal lain.

- a. Respon Fisiologis: Sering nafas pendek, nadi ekstra systole dan tekanan darah naik, mulut kering, anoreksia, diare/konstipasi, dan gelisah.
- b. Respon Perilaku dan Emosi: Gerakan tersentak-sentak (meremas tangan), bicara banyak dan lebih cepat dan perasaan tidak nyaman

3. Kecemasan Berat

Kecemasan berat ini, persepsi menjadi sempit. Individu cenderung memikirkan hal yang kecil saja dan mengabaikan hal-hal yang lain. Individu tidak mampu berfikir berat lagi dan membutuhkan banyak pengarahan atau tuntutan.

- a. Respon Fisiologis: sering nafas pendek, nadi dan tekanan darah naik, berkeringat dan sakit kepala, dan penglihatan kabur
- b. Respon Perilaku dan Emosi: Perasaan ancaman meningkat, verbalisasi cepat, dan blocking.

4. Panik

Pada tahap panik persepsi sudah terganggu sehingga sudah tidak dapat mengendalikan diri lagi dan tidak dapat melakukan apa-apa walaupun sudah diberi pengarahan atau tuntutan.

- a. Respon Fisiologis: Nafas pendek, rasa tercekik dan berdebar, sakit dada, pucat dan hipotensi

b. Respon Perilaku dan Emosi: Agitasi mengamuk dan marah, ketakutan, berteriak-teriak, blocking, dan persepsi kacau

Lubis (2019: 99) mengurai ciri-ciri kecemasan sebagai berikut.

(1) Reaksi fisik, yaitu telapak tangan berkeringat, otot tegang, jantung berdegup kencang, pipi merona, dan pusing-pusing. (2) Reaksi perilaku, yaitu menghindari situasi saat kecemasan bisa terjadi, meninggalkan situasi ketika kecemasannya mulai terjadi, mencoba melakukan banyak hal secara sempurna atau mencoba mencegah bahaya. (3) Reaksi pemikiran, yaitu memikirkan bahaya secara berlebihan, menganggap diri anda tidak mampu mengatasi masalah, tidak menganggap penting bantuan yang ada, khawatir dan berpikir tentang hal yang buruk. (4) Suasana hati, yaitu gugup, jengkel, cemas dan panik.

Fitria & Ifdil (2020: 3) menjelaskan bahwa apabila dilihat berdasarkan jenisnya, kecemasan (*anxiety*) dibagi dalam tiga jenis, yaitu:

- 1) Kecemasan realistis (*realistic anxiety*). Adalah takut kepada bahaya yang nyata yang ada di dunia luar. Kecemasan ini menjadi asal muasal timbulnya kecemasan neurosis dan kecemasan moral.
- 2) Kecemasan neurosis (*neurotic anxiety*). Adalah ketakutan terhadap hukuman yang bakal diterima dari orang tua atau

penguasa lainnya kalau seseorang memuaskan insting dengan caranya sendiri, yang diyakinkan bakal menuai hukuman. Hukuman belum tentu diterimanya, karena orang tua belum tentu mengetahui juga belum tentu menjatuhkan hukuman. Jadi, hukuman dan *figure* pemberi hukuman dalam kecemasan neurosis bersifat khayalan.

- 3) Kecemasan moral (*moral anxiety*). Adalah kecemasan kata hati, kecemasan ini timbul ketika orang melanggar standar nilai orang tua. Kecemasan moral dan kecemasan neurosis tampak mirip, tetapi memiliki perbedaan prinsip yakni tingkat kontrol ego pada kecemasan moral orang tetap rasional dalam memikirkan masalahnya. Sedangkan pada kecemasan neurosis orang dalam keadaan stress terkadang panik sehingga mereka tidak dapat berpikir jelas.

Kurniawan, dkk., (2021: 153) menyatakan bahwa berdasarkan jenis-jenisnya, *anxiety* dibagi menjadi dua macam, yaitu *State anxiety* dan *trait anxiety*.

1) *State Anxiety*

State anxiety adalah keadaan emosional yang terjadi mendadak/ pada waktu tertentu yang ditandai dengan kecemasan, takut, tegang, dan biasanya kecemasan ini terjadi saat menjelang pertandingan, kecemasan lainnya yang terjadi pada atlet biasanya takut gagal dalam pertandingan, takut akan akibat sosial atas

kualitas prestasinya, takut cedera atau hal lain menimpa dirinya, takut terhadap agresi fisik baik oleh lawan maupun dirinya, dan takut bahwa kondisi fisiknya tidak akan mampu menyelesaikan tugasnya atau pertandingannya dengan baik.

State anxiety adalah keadaan emosional yang terjadi mendadak/pada waktu tertentu yang ditandai dengan kecemasan, takut, tegang, dan biasanya kecemasan ini terjadi saat menjelang pertandingan, kecemasan lainnya yang terjadi pada atlet biasanya takut gagal dalam pertandingan, takut akan akibat sosial atas kualitas prestasinya, takut cedera atau hal lain menimpa dirinya, takut terhadap agresi fisik baik oleh lawan maupun dirinya, dan takut bahwa kondisi fisiknya tidak akan mampu menyelesaikan tugasnya atau pertandingannya dengan baik (Tangkudung, 19 2018: 378). Pendapat selanjutnya Harrison, et al., (2021: 167) *State anxiety* berhubungan dengan ketakutan akut akan kegagalan dan pikiran negatif yang dapat mengakibatkan hilangnya kepercayaan diri dan konsentrasi.

2) *Trait Anxiety*

Trait anxiety adalah rasa cemas yang merupakan sifat pribadi/bawaan (sifat pencemas). *Trait anxiety* adalah suatu predisposisi untuk mempersepsikan situasi lingkungan yang mengancam dirinya. Pada dasarnya, seorang atlet memiliki *trait anxiety* maka manifestasi keemasannya akan selalu berlebihan dan

mendominasi aspek psikisnya. Hal ini merupakan kendala yang serlus bagi atlet tersebut untuk berpenampilan baik (Erdiyanti & Maulana, 2019: 269).

Pada umumnya atlet yang mengalami kecemasan ditandai dengan gejala-gejala yang biasanya diikuti dengan timbulnya ketegangan atau stres pada diri atlet. Indikator yang bisa dijadikan bahwa atlet mengalami kecemasan bisa dilihat dari perubahan secara fisik maupun secara psikis. Komaruddin (2017: 102-103) menjelaskan bahwa gejala-gejala kecemasan yaitu :

- secara fisik diantaranya:
 - a) Adanya perubahan yang dramatis tingkah laku, gelisah atau tidak tenang dan sulit tidur
 - b) Terjadinya peregangan otot-otot leher, pundak, perut terlebih lagi pada otot-otot ektremitas
 - c) Terjadi perubahan irama pernapasan
 - d) Terjadi kontraksi otot pada dagu, sekitar mata dan rahang
- secara psikis yaitu:
 - a) Gangguan pada perhatian dan konsentrasi
 - b) Perubahan emosi
 - c) Menurunnya rasa percaya diri
 - d) Timbul obsesi
 - e) Tidak ada motivasi

Perubahan fisik yang terjadi akibat anxiety: kepala pusing, keinginan seks menurun, cepat marah, meningkatnya ketegangan otot, keluar keringat berlebihan, sakit dada, pernapasan cepat, jantung berdebar, tekanan darah meningkat, sering buar air besar (mencret) (Komaruddin, 2017: 103). Pendapat selanjutnya menurut Bebetos & Antoniou (2012: 107) juga hampir senada yaitu kecemasan somatic mengacu pada penangkapan arousal fisiologis secara individu yang memiliki karakteristik negatif, seperti peningkatan denyut nadi, sakit perut, berkeringat, dan lain-lain.

Tangkudung dan Mylsidayu (2017: 53-54) lebih spesifik membedakan gejala-gejala kecemasan menjadi 2 yaitu cognitive anxiety dan somatic anxiety. Berikut ciri-cirinya:

1. Gejala *cognitive anxiety*

Meliputi Individu cenderung terusmenerus merasa khawatir akan keadaan yang buruk yang akan menimpa dirinya/orang lain yang dikenalnya dengan baik. Biasanyacenderung tidak sabar, mudah tersinggung, sering mengeluh, sulit berkonsentrasi, dan mudah terganggu tidurnya atau mengalami kesulitan tidur.

2. Gejala *somatic anxiety*

Meliputi sering berkeringat berlebihan walaupun udara tidak panas dan bukan setelah berolahraga,

jantung berdegup cepat, tangan dan kaki terasa dingin, mengalami gangguan pencernaan, mulut dan tenggorokan terasa kering, tampak pucat, sering buang air kecil melebihi batas kewajaran, gemetar, berpeluh dingin, mulut menjadi kering, membesarnya pupil mata, sesak napas, percepatan nadi dan detak jantung, mual, muntah, murus atau diare, mengeluh sakit pada persendian, otot kaku, merasa cepat lelah, tidak mampu rileks, sering terkejut, dan kadang disertai gerakan wajah/anggota tubuh dengan intensitas dan frekuensi berlebihan, misalnya pada saat duduk menggoyangkan kaki atau meregangkan leher secara terus-menerus

Berdasarkan uraian di atas penulis dapat menyimpulkan bahwa, gejala *anxiety* terbagi menjadi 2 yaitu somatic seperti mudah khawatir, sulit berkonsentrasi, mudah mengeluh dan kognitif seperti gemetar, mengeluarkan keringat yang tidak sewajarnya, pernapasan cepat, nadi meningkat tidak sewajarnya, merasakan mual, diare. Gejala-gejala tersebut terjadi tidak seperti biasanya (tidak wajar).

3) Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pemain

Kecemasan seseorang dipegaruhi oleh beberapa faktor. Baharudin (2020: 2) menjelaskan bahwa ada beberapa faktor yang memudahkan individu mengalami gejala kecemasan, yang meliputi:

1. Tempat tinggal, seseorang yang tinggal di kota memiliki tingkat kecemasan lebih tinggi daripada di desa dikarenakan mendapat tekanan setiap harinya mengakibatkan kecemasan berlebih.
2. Usia, dari hasil beberapa penelitian yang telah dilakukan, diketahui usia antara 20 sampai 40 tahun yang menderita kecemasan terbanyak, karena pada usia-usia tersebut psikologi manusia kurang stabil.
3. Inteligensi, cemas banyak terjadi pada orang-orang dengan tingkat inteligensi tinggi.
4. Jenis kelamin, wanita lebih banyak menderita cemas daripada pria.
5. Kepribadian, cemas banyak diderita oleh orang dengan kepribadian yang lemah, kurang percaya diri, selalu terburu-buru, dan perfeksionis.
6. Penilaian Sosial, cemas meningkat pada lingkungan sosial ekonomi tingkat tinggi, karena banyak tuntutan dari lingkungan tersebut agar seseorang dapat beradaptasi.

Tangkudung dan Mylsidayu (2017: 51-53) menjelaskan bahwa sumber yang memengaruhi kecemasan yaitu:

- 1) Sumber dari dalam
 - a) Atlet terlalu terpaku pada kemampuan teknisnya.
Akibatnya didominasi oleh pikiran-pikiran yang terlalu

membebani, seperti komitmen yang berlebihan bahwa harus bermain sangat baik.

- b) Muncul pikiran-pikiran negatif, seperti ketakutan akan dicemooh oleh penonton jika tidak memperlihatkan penampilan yang baik.
- c) Alam pikiran atlet akan sangat dipengaruhi oleh kepuasan yang secara subjektif dirasakan di dalam dirinya. Pada atlet akan muncul perasaan khawatir akan tidak mampu memenuhi keinginan pihak luar sehingga menimbulkan ketegangan baru.

2. Sumber dari luar

- a) Munculnya berbagai rangsangan yang membingungkan rangsangan tersebut dapat berupa tuntutan/harapan dari luar yang menimbulkan keraguan pada atlet untuk mengikuti hal tersebut atau sulit dipenuhi. Keadaan ini menyebabkan atlet mengalami kebingungan untuk menentukan penampilannya, bahkan kehilangan kepercayaan diri. Sebagai contoh: Xu (2017: 1575), secara psikologis mengendalikan perilaku pengasuhan, seperti mengecilkan atau membatasi tindakan anak-anak untuk memecahkan masalah secara mandiri, terlalu mengkritik atau mengejek kegagalan anak-anak, dan mengabaikan upaya anak-anak dalam proses pemecahan

masalah, akan merusak perkembangan keyakinan anak-anak dalam kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan dan ancaman. berhasil dalam situasi masalah (ekspektasi kompetensi), yang pada gilirannya, akan mengarah ke tingkat kecemasan yang lebih tinggi.

- b) Pengaruh massa. Dalam pertandingan apa pun, emosi massa sering berpengaruh besar terhadap penampilan atlet, terutama jika pertandingan tersebut sangat ketat dan menegangkan. Atlet sepak bola yang bertanding di lapangan biasa tingkatkecemasannya akan lebih kecil dibandingkan dengan atlet yang bertanding di stadion Gelora Bung Karno dengan jumlah penonton yang ribuan.
- c) Saingan-saingan lain yang bukan lawan tandingnya. Seorang atlet menjadi sedemikian tegang ketika menghadapi kenyataan bahwa mengalami kesulitan untuk bermain sehingga menjadi terdesak. Misalnya, dalam suatu tim bola basket, Andi adalah pemain andalan dalam tim dan top score, ketika Bayu mendapatkan bola dan berkesempatan untuk mencetak angka, kecemasannya akan muncul karena takut tidak menghasilkan poin. Sehingga bola tersebut diberikan kepada Andi.

- d) Pelatih yang memperlihatkan sikap tidak mau memahami bahwa telah berupaya sebaik-baiknya, pelatih sering menyalahkan atau mencemooh atletnya yang sebenarnya dapat mengguncang kepribadian atlet tersebut.
- e) Hal-hal non teknis seperti kondisi lapangan, cuaca yang tidak bersahabat, angin yang bertiup terlalu kencang, atau peralatan yang dirasakan tidak memadai.

4) Hubungan Kecemasan dengan Penampilan Atlet

1. Ketegangan otot, kelelahan, dan masalah koordinasi.
Kecemasan menyebabkan peningkatan ketegangan otot dan kelelahan serta mengganggu koordinasi. Pada kondisi stres tinggi, ketegangan otot meningkat, kelelahan, dan masalah koordinasi menyebabkan penurunan penampilan.
2. Perhatian, konsentrasi, dan perubahan arah pandangan
Peningkatan kecemasan mempersempit bidang perhatian, atlet juga cenderung kurang memperhatikan lingkungan sekitar, menyebabkan perubahan tingkat perhatian dan konsentrasi.

Pengaruh kecemasan dapat mempengaruhi penampilan pada atlet. Atlet perlu mempunyai terapi untuk menghindari kecemasan dalam bertanding. Terapi untuk mengurangi kecemasan yaitu sering melakukan latihan relaksasi. Setyobroto dalam (Komarudin, 2016 : 84) menyatakan relaksasi adalah keadaan yang ditandai dengan tidak

adanya aktivitas dan ketegangan. Berdasarkan pendapat tersebut bahwa relaksasi merupakan keadaan dimana orang tidak mengalami ketegangan atau kecemasan.

Teknik relaksasi perlu dilakukan atlet untuk mengurangi kecemasan, caranya yaitu merelaksasikan otot-otot yang tegang dalam diri atlet. Edmund dalam (Komarudin, 2016 : 87) menjelaskan pemikirannya bahwa kecemasan tidak akan terjadi apabila semua otot dalam keadaan relaks. Sehingga latihan relaksasi otot dalam tubuh sangat dibutuhkan oleh atlet. Murphy dalam (Komarudin, 2016 : 89) juga menyebutkan bahwa latihan relaksasi otot secara progresif yaitu metode relaksasi mendalam terhadap seluruh tubuh. Berdasarkan pendapat tersebut bahwa tubuh akan lebih siap menerima reaksi ketika otot tidak mengalami ketegangan, artinya otot selalun dalam kondisi relaks supaya respon dalam tubuh dapat lebih cepat menangkap rangsangan dari luar. Setyobroto dalam (Komarudin, 2016 : 91) latihan relaksasi secara progresif merupakan metode latihan yang dilakukan dengan cara menegangkan otot-otot pada seluruh tubuh sebelum membuat otot tersebut relaks. Metode latihan relaksasi harus disusun secara sistematis mulai dari otot bagian atas sampai otot bagian bawah pada tubuh. Misalnya otot bagian lengan, kepala, leher, bahu, dada, perut, punggung, sampai bagian tungkai. Tujuan latihan relaksasi adalah agar nanti atlet bias dengancepat menjadi relaks kalau dibutuhkan dlam bertanding. Ketika atlet merasa relaks maka kemampuan maksimalnya

akan muncul. Latihan relaksasi harus dipelajari dan dilatihkan oleh pelatih kepada atlet, agar atlet terbiasa dan mampu membedakan antara otot yang berada dalam keadaan relaks, sebelum atlet menghadapi situasi yang penuh kecemasan dan ketegangan. Murphy dalam (Komarudin, 2016 : 77) menjelaskan latihan relaksasi harus dipelajari dalam suasana yang tenang dan secara rutin dilatih sebelum atlet mampu mengaplikasikannya dalam suasana tertekan.

5) Cara Mengurangi Kecemasan Pada Atlet

Atlet harus biasa menguasai atau mengontrol keadaan jiwa untuk mengurangi kecemasan pada waktu bertanding, langkah-langkahnya berikut:

1. Fokus mengontrol emosi Fokus dalam hal ini yaitu mengontrol kemampuan dalam berkonsentrasi pada saat bertanding, sehingga atlet mampu mengeluarkan kemampuan maksimalnya. Fokus pada taktik dan strategi atlet akan dengan mudah mengabaikan beberapa hal yang menjadi sumber kecemasan, baik itu dari luar maupun dari dalam, dengan memahami dan berfokus pada strategi sekaligus kekuatan tim maupun kekuatan individu, pemain akan menemukan rasa percaya diri untuk menjalani pertandingan.
2. Selalu Berpikir Praktis Atlet harus memiliki pemikiran yang praktis sehingga ketika bertanding mampu menikmati jalannya pertandingan, dengan menikmati permainan para pemain tidak

akan memikirkan hasil, yang akan muncul adalah usaha yang maksimal untuk menikmati permainan tersebut. Ketika para pemain mampu menikmati permainan, maka kemampuan terbaik mereka akan muncul. Dengan kondisi yang nyaman seperti itu, kecemasan akan sirna dari benak para pemain.

3. Fokus pada pertandingan bukan kemenangan Fokus dengan mengeluarkan segala kemampuan yang dimiliki atlet, jangan memikirkan kemenangan dalam bertanding, dengan memikirkan kemenangan maka atlet akan merasa terbebani sehingga kecemasan dapat muncul. Hal tersebut dapat mempengaruhi performance atlet. Keluarkan kemampuan yang dimiliki dalam bertugas dipertandingan hal tersebut yang harus dilakukan atlet.
4. Terus Bergerak Bergerak dengan aktif akan bermanfaat untuk mengurangi kecemasan. Bergerak akan membantu mengalihkan perhatian. Pemanasan bisa menjadi solusi agar para pemain tetap bergerak. Pemanasan tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas untuk menyiapkan otot, tapi juga untuk menyiapkan mental agar tidak tegang. Orang yang tegang akan membuat otot-otot tubuh menjadi kaku. Demikian juga sebaliknya, orang yang hanya berdiam diri akan menyebabkan otot kaku, otot yang kaku cenderung membuat orang untuk berandai-andai. Untuk itu, menggerakkan otot akan membantu mengurangi rasa cemas.

5. Berpikir positif Atlet membuat kata-kata positif pada diri sendiri, atlet harus belajar berbicara pada dirinya sendiri dengan mengatakan kalimat-kalimat yang bersifat positif. Kalimat seperti “saya pasti bisa”, “saya mampu menang”, kalimat tersebut mampu mengurangi kecemasan atlet dan menambah kepercayaan diri dalam bertanding.

2. Futsal

1) Definisi Futsal

Futsal merupakan kata yang digunakan secara internasional untuk permainan sepakbola ruangan. Kata itu berasal dari kata FUTbol atau FUTebol (dari bahasa Spanyol atau Portugal yang berarti permainan sepak bola) dan SALon atau SALa (dari bahasa Prancis atau Spanyol yang berarti ruangan). Futsal merupakan salah satu olahraga yang cukup populer di Indonesia. Olahraga futsal memiliki ukuran lapangan yang lebih kecil, rata, dan jumlah pemain yang sedikit menyebabkan bola bergulir cepat dan pergerakan pemain yang cepat pula. Berdasarkan pendapat Irawan (2015: 63) futsal merupakan olahraga yang saling menyerang dengan lapangan khusus di dalam ruangan dengan bola yang bergerak cepat dan para pemain yang bergerak cepat sehingga membuat permainan futsal lebih menarik dan dinamis. Menurut Ashari & Adi (2019: 110) bahwa futsal merupakan suatu olahraga yang didasari oleh beberapa teknik dasar, futsal juga memiliki tujuan seperti bidang olahraga lainnya serta tujuannya

menyerupai tujuan dari olahraga sepakbola yaitu memasukkan bola ke dalam gawang lawan sebagai syarat untuk mendapatkan score. Olahraga futsal memaksa seorang pemain untuk selalu siap menerima dan memberi umpan dengan cepat dalam keadaan ditekan oleh pemain lawan. Karena lapangan yang lebih sempit dan jumlah pemain yang lebih sedikit, olahraga futsal ini menuntut untuk bermain secara dinamis. Futsal adalah permainan yang dimainkan dengan sangat cepat dan dinamis. Lapangan futsal relatif lebih kecil dan hampir tidak ada ruang untuk membuat kesalahankesalahan. Saat ini futsal termasuk olahraga yang sangat populer dan digemari banyak masyarakat terutama laki-laki dewasa, hal itu terbukti di mana masyarakat yang lebih senang dengan olahraga futsal dibandingkan dengan olahraga yang lain (Lhaksana, 2011: 7).

2) Sejarah Futsal

Menurut (Jaya, 2008: 1) Futsal diciptakan di Montevideo, Uruguay Tahun 1930, futsal dicetuskan oleh Juan Carlos Ceriani dan pertama kali dimainkan di Uruguay tepatnya berada di kota Montevideo. Mulanya, Juan Carlos Ceriani yang berasal dari Argentina menjadi pelatih di Montevideo. Hujan yang sering mengguyur membuatnya kesal. Semua proses latihan dipindahkan dalam ruangan (Murhananto, 2008:6).

Tidak ingin persiapan timnya berjalan tidak maksimal, Ceriani memikirkan sebuah solusi dengan meminahkan latihan ke dalam

ruangan. Pada awalnya, latihan dalam ruangan berjalan seperti latihan sepakbola pada umumnya baik dari segi aturan maupun jumlah pemain. Namun, Ceriani mengubah sedikit demi sedikit peraturan permainan dan jumlah pemain karena menyesuaikan dengan luas lapangan menjadi 5 pemain setiap timnya. Inilah kemudian disebut dengan futsal dan karena menarik, sehingga berkembang dengan pesat di Montevideo (Sabda Halim, 2009:9).

Kejuaraan Dunia pertama diadakan atas bantuan FIFUSA (sebelum anggota-anggota bergabung dengan FIFA pada tahun 1989) di Sao Paulo, Brazil. Kata ini diperkenalkan oleh FIFA ketika mengambil alih futsal pada tahun 1989. Meskipun tergolong baru, futsal dapat menarik minat banyak orang karena permainannya mirip dengan sepakbola yang sangat mudah, menarik serta sangat menyenangkan untuk dimainkan oleh siapa saja tanpa butuh tempat yang luas (Sabda Halim, 2009:5).

3) Futsal Masuk ke Indonesia

Futsal masuk di Indonesia sebenarnya pada sekitar tahun 1998-1999. Lalu pada tahun 2000-an, futsal mulai dikenal masyarakat. Pada saat itu futsal mulai berkembang marak sekolah-sekolah futsal di Indonesia. Lalu pada tahun 2002 AFC meminta Indonesia untuk menggelar kejuaraan Piala Asia. Olahraga ini sendiri baru masuk Indonesia pada wal abad 21 atau medio tahun 2000-an, dan baru mendapat tempat di PSSI pada tahun 2004.

Setelahnya, futsal pun makin berkembang dan disukai banyak orang. Hal ini terlihat dari banyaknya lapangan untuk memainkan permainan ini. Banyak tokoh-tokoh Indonesia yang berjasa akan perkembangan olahraga futsal di Tanah Air. Ada Wandy Batangtaris yang pernah menjabat sebagai Komite Futsal Fifa. Lalu ada pula Ronny Pattinasarani yang juga berjasa akan perkembangan futsal. Karenanya, keduanya dianggap sebagai pelopor dan pengembang futsal di Indonesia. Sejak saat itu, futsal pun kian digandrungi masyarakat Tanah Air dan juga menjadi salah satu olahraga andalan di Indonesia pada ajang-ajang internasional.

Timnas sudah bermain 15 kali di Kejuaraan Futsal AFF dan 10 kali di Kejuaraan Futsal AFC. Prestasi terbaik tim ini adalah menjuarai Kejuaraan Futsal AFF 2010, meraih peringkat kedua Pesta Olahraga Asia Tenggara 2021, dan mencapai babak perempat final pada Kejuaraan Futsal AFC 2022. Hal ini terbukti dari prestasi Indonesia di kancah futsal dunia, di mana tim nasionalnya mampu menembus peringkat 39 dunia dan peringkat 6 Asia.

4) Profil Jogokariyan Futsal Academi dan NTB Boy

a. Jogokariyan Futsal Academi

Jogokariyan Futsal Academi adalah tim yang berdiri 2 september 2016. Jogokariyan futsal academi adalah sekolah futsal yang berfokus dalam pembinaan. ini didirikan oleh Afif tamimy dan

Ragil pramono sebagai bentuk pembinaan bakat-bakat muda potensial di Daerah Istimewa Yogyakarta. Harapannya bisa menjadi cikal bakal muncul pemain-pemain futsal dari Daerah Istimewa Yogyakarta.

Awal didirikan Jogokariyan Futsal Academi memiliki agenda Latihan rutin setiap hari Selasa dan Kamis jam 16.00-18.00 yang di peruntukan untuk anak-anak SMA dan mahasiswa. Seiring berjalannya waktu Jogokariyan Futsal Academi makin berkembang pesat hingga saat ini bisa menampung siswa yang terdiri dari 23 orang siswa U19, 25 orang siswa U16, 16 orang siswa U13, 17 orang siswa U10, dan 8 orang siswa putri. Berbagai event telah diikuti oleh Jogokariyan Futsal Academi dari kelompok usia hingga senior. Beberapa prestasi yang telah ditorehkan Juara 1 liga AFK Yogyakarta pada tahun 2021, Juara 1 Praliga AFK Yogyakarta KU 13 2022.

b. NTB Boy

NTB Boy adalah tim yang didirikan pada tahun 2020 sebagai bentuk perkumpulan mahasiswa dan orang-orang NTB menjalin silaturahmi satu dengan yang lainnya. NTB Boy sendiri didirikan oleh Aditya Saputra, harapan didirikannya NTB Boy agar para

mahasiswa dari NTB bisa mengembangkan potensi yang mereka miliki terutama di bidang Futsal.

NTB Boy pada awalnya hanya terdiri dari beberapa orang saja, tetapi seiring berjalanya waktu NTB Boy melakukan rekrut pemain muda sebagai bentuk regenerasi. Melihat semakin bertambahnya anggota NTB Boy menunjukkan seseriusannya dengan merekrut Pelatih berlisensi level 1 AFC sekaligus pernah menjadi asisten pelatih di Elektrik PLN 2018 yaitu Angga Yudha. NTB Boy juga memiliki agenda Latihan rutin setiap hari Selasa dan Jumat jam 18.00-20.00.

Adapun beberapa prestasi yang berhasil ditorehkan olah NTB Boy yaitu menjadi juara 2 di Saereri cup 2020, juara 2 Liga AFK Yogyakarta 2022, juara 3 Liga Ojan 2022, dan Yang terakhir juara 3 Raysport Ramadhan cup 2024

B. Penelitian Relevan

Penelitian relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang dilakukan menjadi lebih jelas. Adapun beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut :

- 1. Penelitian yang dilakukan Akhbar & Mahendra (2021) berjudul “Survei Kecemasan Pemain Sepakbola Universitas PGRI Palembang dalam Menghadapi Pertandingan”.** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar kecemasan pemain sepakbola Universitas

PGRI Palembang. Metode penelitian yang digunakan adalah dengan metode Kuantitatif Deskriptif. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan rumus persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan pemain sepakbola Universitas PGRI Palembang berdasarkan 2 faktor yaitu faktor Instrinsik dan Faktor Ekstrinsik. Faktor Instrinsik sebesar 77,61% pemain tidak mengalami kecemasan dan 22,38% pemain mengalami kecemasan. Faktor Ekstrinsik sebesar 78,25% pemain tidak mengalami kecemasan dan 21,74% pemain mengalami kecemasan. Simpulan, kecemasan pemain sepakbola Universitas PGRI Palembang dalam menghadapi pertandingan masuk kategori rendah.

2. **Penelitian Oleh (Situmorang, 2021) dengan Judul “Tingkat Kecemasan Bertanding Pada Atlet Futsal SMAK Santo Yusuf Karang Pilang Surabaya”.** Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada atlet futsal dalam kategori “Sangat Tinggi” sebesar 39,1% (9 orang), “Tinggi” sebesar 47,8% (11 orang), “Sedang” sebesar 4,34% (1 orang), “Rendah” sebesar 4,34% (1 orang), “Sangat Rendah” sebesar 4,34% (1 orang). Berdasarkan nilai rata-rata yaitu 55,4 termasuk dalam kategori tinggi.
3. **Penelitian oleh (Lestari, 2020) dengan Judul “Tingkat Kecemasan Pemain Futsal Putri NPS Surabaya Dalam Menghadapi Pertandingan Futsal Yang Telah diikuti”.** Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada tim futsal putri NPS Surabaya menunjukkan bahwa mereka mempunyai

rata – rata dari nilai skor tingkat kecemasan yaitu sedang dalam arti pemain bisa menjaga kecemasan.

- 4. Penelitian Oleh (Rhama, 2021) dengan Judul “Tingkat Kecemasan Atlet Futsal Siswa Ekstrakurikuler di SMK Tri Asyifa Cikampek.** Hasil penelitian ini yaitu tingkat kecemasan atlet futsal sebelum bertanding pada siswa ekstrakurikuler SMK Tri Asyifa Cikampek cenderung “rendah” pada kategori faktor intrinsik dan pada faktor ekstrinsik masuk dalam kategori “tinggi”. Hasil tes tingkat kecemasan siswa sebelum bertanding pada kategori faktor intrinsik yaitu sebesar 36,99%. Dan kategori untuk faktor ekstrinsik yaitu sebesar 63,01%.
- 5. Penelitian oleh (Ridwan, 2021) dengan Judul “Kecemasan Atlet Futsal Putri Pada Liga Mahasiswa Nasional”** Hasil penelitian menunjukkan 3 atlet memiliki tingkat kecemasan yang sangat rendah (15,8%), 4 atlet memiliki tingkat kecemasan yang rendah (21,1%), 3 atlet tingkat kecemasan sedang (15,8%), 6 atlet memiliki tingkat kecemasan tinggi (31,6%) dan 3 atlet memiliki tingkat kecemasan yang sangat tinggi (15,8%). Temuan dalam penelitian ini yaitu tingkat kecemasan masing-masing pemain berbeda, di samping itu pengalaman bertanding dapat menjadi salah satu faktor terkait kecemasan dalam melaksanakan pertandingan. Dengan terdeteksinya kecemasan pemain, maka pelatih dapat menurunkan komposisi pemain terbaiknya sehingga pemain dapat memberikan kemampuan yang maksimal.

6. Penelitian Oleh (Fatwa, 2021) dengan Judul “Profi Tingkat Kecemasan Atlet Futsal Putri Porprov Bojonegoro. Pada penelitian ini menunjukkan tingkat kecemasan atlet futsal putri porprov Bojonegoro dalam kategori sedang dimana terdapat 80% (12) atlet yang mempunyai tingkat kecemasan sedang, 20% (3) atlet mempunyai tingkat kecemasan rendah, dan tidak ada satupun atlet yang memiliki tingkat kecemasan tinggi

Beberapa penelitian diatas adalah penelitian yang telah dilakukan sebelum penelitian ini. Penelitian diatas sebagai acuan peneliti menyusun tugas akhir skripsi ini. Adapun beberapa hal yang membedakan penelitian sebelumnya adalah sampel penelitian, jumlah sampel penelitian, dan perbandingan antara 2 tim yang mengikuti kompetisi yang sama.

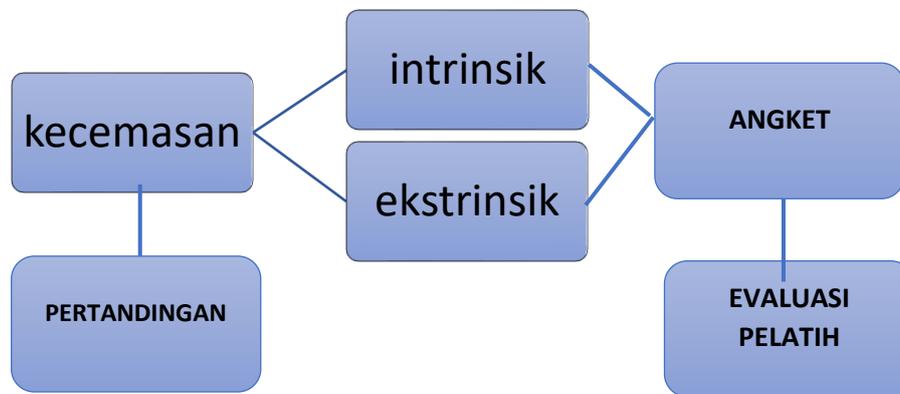
C. Kerangka Berfikir

Dalam suatu pertandingan beban seorang atlet menjadi sangat berat karena harus siap menghadapi pertandingan apapun resiko yang akan diterima. Hal ini dapat mempengaruhi mental atlet dalam penampilannya saat menghadapi pertandingan, atlet tidak mungkin menghindari dari pengaruh rasa cemas yang muncul dalam dirinya. Sampai pada batasan-batasan tertentu seorang atlet wajar mengalami kecemasan dalam menghadapi suatu pertandingan, karena kecemasan dapat meningkatkan kewaspadaan atlet terhadap lawan, penonton, dan hal lainnya yang dapat mengakibatkan kecemasan. Namun apabila kecemasan yang dialami seorang atlet secara berlebihan, maka akan mengganggu penampilan atlet

dalam bertanding. Hal ini disebabkan karena perhatian atlet yang terpecah-pecah sehingga atlet tidak fokus pada pertandingan.

Kecemasan pada atlet ini kadang menjadi faktor atau sesuatu yang kadang menjadi penyebab kekalahan pada atlet saat bertanding. Tapi hal ini seringkali diabaikan oleh atlet dan pelatih saat melakukan latihan. Sejauh ini pelatih di lapangan cenderung berfokus pada *skill* dan strategi bertanding akan tetapi masih jarang sekali membahas dan mengajarkan mengenai manajemen stress secara tuntas. Maka sebenarnya juga sangat diperlukan bagi pelatih dalam melatih atlet mengenai manajemen stres dan kecemasan.

Berdasarkan uraian di atas, maka alur kerangka berpikir dalam penelitian dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2.1 Kerangka Berfikir

D. Pertanyaan Peneliti

Berdasarkan uraian di atas, maka pertanyaan penelitian yang diajukan dalam penelitian ini adalah Seberapa Besar Tingkat Kecemasan (*Anxiety*) Saat Pertandingan Pada Siswa Futsal Jogokaryan Futsal Academy dan NTB Boys?

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis atau Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif. Berdasarkan pendapat Budiwanto (2017: 147) penelitian deskriptif bertujuan untuk mendeskripsikan, memaparkan kejadian, menuturkan pemecahan masalah yang terjadi saat ini secara sistematis, akurat, dan faktual berdasarkan data-data mengenai sifat-sifat atau faktor-faktor tertentu yang diteliti. Dalam penelitian ini menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan data menggunakan tes ya dan tidak. Tujuan dari penelitian ini yaitu mengetahui tingkat Kecemasan (*Anxiety*) Saat pertandingan pada siswa Jogokaryan Futsal Academi dan NTB boy.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat penelitian

Tempat penelitian yaitu di Jogokariyan Futsal yang beralamat Jln Jogokariyan no.65 kec Mantrijeron, Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta.

2. Waktu penelitian

Waktu pelaksanaan penelitian ini adalah pada tanggal 25 Juli dan 26 Juli 2023.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek dan subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan, (Sugiono, 2013: 215). Populasi dalam penelitian ini adalah para pemain Jogokariyan Futsal Academi dan NTB boy yang berjumlah 109 Atlet.

2. Sampel

Sampel adalah perwakilan populasi yang diteliti dan harus dapat representatif atau mewakili sebuah populasi tersebut. Menurut Siyoto & Sodik (2015: 64) sampel penelitian adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, ataupun bagian kecil dari anggota populasi yang diambil menurut prosedur tertentu sehingga dapat mewakili populasinya. Arikunto (dalam Siyoto & Sodik, 2015) mengatakan sampel penelitian adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Teknik sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, teknik ini didasarkan dengan tujuan tertentu. Sampel dalam penelitian ini adalah; (1) Pemain Jogokariyan Futsal Academi dan NTB Boy, (2) Mengikuti latihan selama 3 bulan, (3) Mengikuti liga AFK Yogyakarta. Apabila sampel tidak sesuai dengan kriteria di atas maka sampel tersebut dinyatakan gugur sebagai sampel. Setelah ditentukan, sampel yang memenuhi kriteria adalah 40 orang. Kemudian sampel tersebut akan dilakukan pengisian angket yang akan dibagikan oleh peneliti.

D. Definisi Operasional Variabel

Menurut Arikunto (2006: 118) “Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian”. Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah kecemasan saat pertandingan pada siswa Jogokariyan Futsal Academi dan NTB Boys. Definisinya yaitu suatu kecemasan pada saat pertandingan yang muncul dari dalam diri (Intrinsik) dan luar (Ekstrinsik) pada pemain Jogokariyan Futsal Acdemi dan NTB Boys yang diukur menggunakan Angket.

E. Teknik dan Instrument Pengumpulan Data

1. Instrument Penelitian

Instrumen adalah alat pada waktu peneliti menggunakan sesuatu metode. Menurut Arikunto (2006 : 245-247), “Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya”. Instrumen atau alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket. Arikunto (2006: 248) menyatakan angket adalah sejumlah pertanyaan atau pernyataan yang digunakan untuk memperoleh informasi sampel dalam arti laporan pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui.” Angket dalam penelitian ini adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda check list (√) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala

bertingkat. Penskoran digunakan dengan menggunakan skala Gutman dengan dua alternatif jawaban yaitu, Ya dan Tidak.

Pada penelitian ini kisi-kisi instrumen penelitian mengacu pada teorinya Sukadiyanto (2006 : 45) dan (Husdarta, 2010 : 14).

Tabel 3. 1 Kisi-Kisi Instrument Penelitian

Variabel	Faktor	Indikator	Items		Σ	
			Favorabel	Unfavorabel		
Kecemasan	Intrinsik	Berfikir negatif	34	1,2	3	
		Berfikir puas	7, 22, 28, 42, 24	-	5	
		Pengalaman Bertanding	14, 38, 18, 37	15	5	
		Moral	30	26, 27, 29	4	
	Ekstrinsik	Pelatih dan Manajer	9, 10, 17, 40, 11	-	5	
		Wasit	19, 31, 8	39	4	
		Penonton	12, 13	16, 20, 22, 21	6	
		Lawan	4, 5, 32, 36	6	5	
		Sarana dan Prasarana	33	3	2	
		Kondisi dan Situasi Lapangan	41	25	2	
		Pengaruh lingkungan Keluarga	23, 35		2	
		Jumlah			42	

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah dengan pemberian angket kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian.

Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut:

- a. Peneliti mencari data pemain Futsal Jogokariyan Futsal Academi dan NTB Boy
- b. Peneliti menyebarkan instrumen kepada responden.
- c. Selanjutnya peneliti mengumpulkan hasil pengisian instrumen dan melakukan transkrip atas hasil pengisian angket.
- d. Setelah memperoleh data penelitian peneliti mengambil kesimpulan dan saran

F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Bentuk akhir dari angket yang telah disusun perlu diujicobakan guna memenuhi alat sebagai pengumpul data yang baik. Menurut Arikunto (2006), bahwa tujuan diadakannya uji coba antara lain untuk mengetahui tingkat pemahaman responden akan instrumen penelitian dan mengetahui validitas dan realibilitas instrumen. Sebelumnya, peneliti melakukan validasi ahli atau *expert judgment*. *Expert Judgment*. Uji coba instrumen penelitian ini akan di lakukan pada dengan responden para pemain Jogokaryan Futsal Academy dan NTB boys sejumlah 40 pemain. Adapun langkah-langkah uji coba adalah sebagai berikut:

1. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengukur sah atau valid tidaknya suatu kuisisioner. Suatu kuisisioner dikatakan valid jika pertanyaan pada kuisisioner mampu mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuisisioner tersebut

(Ghazali, 2009 : 22). Uji validitas dilakukan pada 21 Juli dan atlet yang terlibat dalam uji validitas ini terdiri dari 30 siswa Jawara FC.

Tabel 3. 2 Hasil Uji Coba Validitas Instrument

No	Butir	r Hitung	r Tabel	Keterangan
1	Butir 01	.956	.312	Valid
2	Butir 02	.760	.312	Valid
3	Butir 03	.368	.312	Valid
4	Butir 04	.368	.312	Valid
5	Butir 05	.368	.312	Valid
6	Butir 06	.956	.312	Valid
7	Butir 07	.590	.312	Valid
8	Butir 08	.710	.312	Valid
9	Butir 09	.590	.312	Valid
10	Butir 10	.852	.312	Valid
11	Butir 11	.590	.312	Valid
12	Butir 12	.590	.312	Valid
13	Butir 13	.956	.312	Valid
14	Butir 14	.760	.312	Valid
15	Butir 15	.840	.312	Valid
16	Butir 16	.956	.312	Valid
17	Butir 17	.760	.312	Valid
18	Butir 18	.515	.312	Valid
19	Butir 19	.760	.312	Valid
20	Butir 20	.852	.312	Valid
21	Butir 21	.760	.312	Valid
22	Butir 22	.760	.312	Valid
23	Butir 23	.727	.312	Valid
24	Butir 24	.587	.312	Valid
25	Butir 25	.662	.312	Valid
26	Butir 26	.368	.312	Valid
27	Butir 27	.916	.312	Valid
28	Butir 28	.587	.312	Valid
29	Butir 29	.587	.312	Valid
30	Butir 30	.793	.312	Valid
31	Butir 31	.956	.312	Valid

No	Butir	r Hitung	r tabel	Keterangan
32	Butir 32	.760	.312	Valid
33	Butir 33	.956	.312	Valid
34	Butir 34	.760	.312	Valid
35	Butir 35	.793	.312	Valid
36	Butir 36	.760	.312	Valid
37	Butir 37	.515	.312	Valid
38	Butir 38	.760	.312	Valid
39	Butir 39	.674	.312	Valid
40	Butir 40	.590	.312	Valid
41	Butir 41	.590	.312	Valid
42	Butir 42	.956	.312	Valid

2. Uji Reliabilitas

Reabilitas adalah instrument untuk mengukur ketepatan, keterandalan, cinsistency, stability atau dependability terhadap alat ukur yang digunakan, (Usman, 2000 : 18). Suatu alat ukur dikatakan reliabilitas atau dapat dipercaya, apabila alat ukur yang digunakan stabil, dapat diandalkan, dan dapat digunakan dalam peramalan. Artinya data yang dikatakan realibilitas adalah alat ukur yang digunakan bisa memberikan hasil yang sama walaupun digunakan berkali-kali oleh peneliti yang berbeda. Jadi, dikatakan memiliki reliabilitas yang baik apabila alat ukur instrument tersebut selalu bisa memberikan hasil yang sama meskipun digunakan berkali-kali baik oleh peneliti yang berbeda.

Dalam penelitian ini pengujian reabilitas akan dilakukan dengan menggunakan metode Crounbach Alpha pada program SPSS. Untuk pengujian ini peniliti juga akan menggunakan batasan nilai sebesar 0,70. Jika nilai pada hasil reabilitas kurang dari 0,70 maka hasil tersebut dikatakan

tidak baik. Setelah tahap uji instrument data dapat dikatakan valid atau realible, maka sebelum melakukan uji pada regresi linier berganda akan diawali dengan uji asumsi klasik, (Kasmadi, 2013 : 26).

Tabel 3. 3 Hasil Uji Reliabilitas Instrument

Cronbach's Alpha	N of Items
,977	42

G. Teknik Analisis Data

Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data sehingga data-data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase. Cara perhitungan analisis data mencari besarnya frekuensi relatif persentase. Dengan rumus sebagai berikut (Sudijono, 2009:10):

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

Pengkategorian menggunakan Mean dan Standar Deviasi. Menurut (Azwar, 2016:12) untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) pada tabel sebagai berikut:

Tabel 3. 4 Penilaian Acuan Norma

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 S < X$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Tinggi
3	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Sedang
4	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Rendah
5	$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Rendah

Keterangan:

M : nilai rata-rata (mean)

X : skor

S : standar deviasi

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini untuk menggambarkan data yaitu perbedaan tingkat kecemasan saat pertandingan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys yang diungkapkan dengan angket yang berjumlah 42 butir, dan terbagi dalam dua faktor, yaitu (1) *Instrinsik* (2) *Ekstrisik*. Hasil analisis data penelitian yang diperoleh yaitu perbandingan tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys saat pertandingan yang dipaparkan sebagai berikut:

Distribusi frekuensi data hasil penelitian tentang tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys saat pertandingan didapat skor terendah (minimum) 25,00 dan skor tertinggi (maksimum) 39,00; rerata (mean) 33,18; nilai tengah (median) 33,50; nilai yang sering muncul (mode) 35,00; standar deviasi (SD) 3,06. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4. 1 Statistik Deskripsi Tingkat Kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat Pertandingan

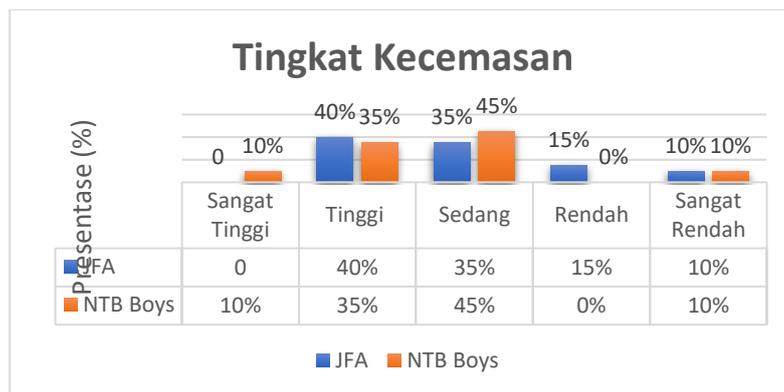
Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	33,18
<i>Median</i>	33,50
<i>Mode</i>	35,00
<i>Std. Deviation</i>	3,06
<i>Minimum</i>	25,00
<i>Maximum</i>	39,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys saat pertandingan disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat Pertandingan

No	Interval	Kategori	Frekuensi	
			JFA	NTB Boys
1	$35,85 < X$	Sangat Tinggi	0 (0%)	2 (10%)
2	$32,92 < X \leq 35,85$	Tinggi	8 (40%)	7 (35%)
3	$29,98 < X \leq 32,92$	Sedang	7 (35%)	9 (45%)
4	$27,05 < X \leq 29,98$	Rendah	3 (15%)	0 (0%)
5	$X \leq 27,05$	Sangat Rendah	2 (10%)	2 (10%)
Total			20 (100%)	20 (100%)

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 6 diatas tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys saat pertandingan, dapat disajikan pada diagram sebagai berikut:



Gambar 4. 1 Diagram Batang Tingkat Kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat Pertandingan

Berdasarkan tabel dan gambar di atas menunjukkan bahwa Tingkat Kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat Pertandingan yang berada pada kategori “sangat tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 10% (2 pemain). Pada kategori “tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 40% (8 pemain), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 35% (7 pemain). Kategori “sedang” dalam kelompok JFA sebesar 35% (7 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 45% (9 pemain). Pada Kategori “rendah” dalam kelompok JFA sebesar 15% (3 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 0% (tidak ada). Kategori “sangat rendah” pada kelompok JFA sebesar 10% (2 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 10% (2 pemain).

Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 33,18 tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys sebelum pertandingan. Dengan tingkat kecemasan kelompok NTB Boys “lebih tinggi” dibandingkan dengan kelompok JFA dilihat dari frekuensi tertinggi pada tiap kategori dimasing-masing kelompok. Rincian tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys saat pertandingan berdasarkan 2 faktor *Intrinsic* dan faktor *Ekstrinsik*, dijelaskan sebagai berikut:

1. Faktor Intrinsik

Deskriptif statistik hasil penelitian tentang Tingkat Kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat Pertandingan berdasarkan faktor Intrinsik didapat hasil sebagai berikut:

Terendah (minimum) 8,00, skor tertinggi (maksimum) 12,00, rerata (mean) 12,38, nilai tengah (median) 13,00, nilai yang sering muncul (mode) 13,00, standar deviasi (SD) 1,93. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada table 4.3 sebagai berikut:

Tabel 4. 3 Statistik Deskripsi Tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan NTB Boys Berdasarkan Faktor Intrinsik.

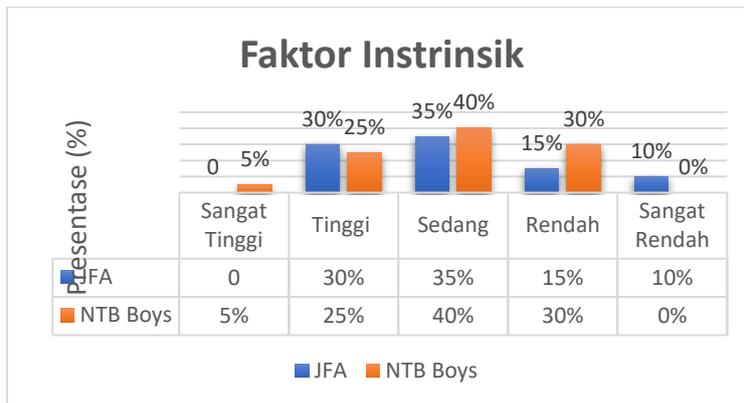
Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	12,38
<i>Median</i>	13,00
<i>Mode</i>	13,00
<i>Std. Deviation</i>	1,93
<i>Minimum</i>	8,00
<i>Maximum</i>	16,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, Tingkat Kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat Pertandingan berdasarkan faktor intrinsik disajikan pada tabel 4.4 sebagai berikut:

Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat Pertandingan Berdasarkan Faktor Intrinsik

No	Interval	Kategori	Frekuensi	
			JFA	NTB Boys
1	$15,27 < X$	Sangat Tinggi	0 (0%)	1 (5%)
2	$13,34 < X \leq 15,27$	Tinggi	6 (30%)	5 (25%)
3	$11,41 < X \leq 13,34$	Sedang	7 (35%)	8 (40%)
4	$9,48 < X \leq 11,41$	Rendah	3 (15%)	6 (30%)
5	$X \leq 9,48$	Sangat Rendah	4 (20%)	0 (0%)
Total			20 (100%)	20 (100%)

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 4.4 di atas, Tingkat Kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat Pertandingan berdasarkan faktor intrinsik pada gambar 4.2 sebagai berikut:



Gambar 4. 2 Diagram Batang Tingkat Kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat Pertandingan Berdasarkan Faktor Intrinsik

Berdasarkan tabel 4.4 dan gambar 4.2 di atas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat Pertandingan berdasarkan Faktor Intrinsik yang berada pada kategori “sangat tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 5% (1 pemain). Untuk kategori “tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 30% (6 pemain), dan dalam kelompok offline sebesar 25% (5 pemain). Pada Kategori “sedang” dalam kelompok JFA sebesar 35% (7 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 40% (8 pemain). Kategori “rendah” dalam kelompok JFA sebesar 15% (3 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 30% (6 pemain). Dan untuk Kategori

“sangat rendah” pada kelompok online sebesar 10% (2 pemain), dan pada kelompok offline sebesar 0% (tidak ada).

Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 12,38 Faktor Intrinsik Kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Sebelum Pertandingan. Dengan tingkat kecemasan berdasarkan perbandingan faktor Intrinsik kelompok NTB Boys “lebih tinggi ” dibandingkan dengan kelompok JFA dilihat dari frekuensi tertinggi pada tiap kategori.

2. Faktor Ekstrinsik

Deskriptif statistik hasil penelitian tentang Tingkat Kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat Pertandingan berdasarkan faktor Ekstrinsik didapat skor terendah (minimum) 15,00, skor tertinggi (maksimum) 24,00, rerata (mean) 20,80, nilai tengah (median) 21,00, nilai yang sering muncul (mode) 22,00, standar deviasi (SD) 2,10. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.5 sebagai berikut:

Tabel 4. 5 Statistik Deskripsi Tingkat Kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat Pertandingan berdasarkan faktor Ekstrinsik

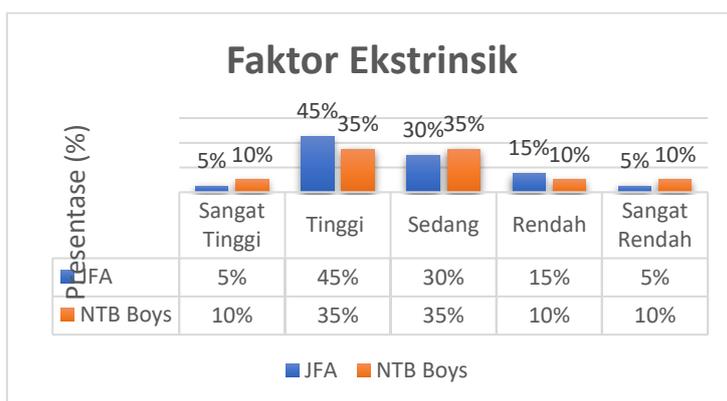
Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	20,80
<i>Median</i>	21,00
<i>Mode</i>	22,00
<i>Std. Deviation</i>	2,10
<i>Minimum</i>	15,00
<i>Maximum</i>	24,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, Tingkat Kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat Pertandingan berdasarkan faktor ekstrinsik disajikan pada tabel 4.6 sebagai berikut:

Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat Pertandingan Berdasarkan Faktor Ekstrinsik

No	Interval	Kategori	Frekuensi	
			JFA	NTB Boys
1	$23,95 < X$	Sangat Tinggi	1 (5%)	2 (10%)
2	$21,85 < X \leq 23,95$	Tinggi	9 (45%)	7 (35%)
3	$19,75 < X \leq 21,85$	Sedang	6 (30%)	7 (35%)
4	$17,65 < X \leq 19,75$	Rendah	3 (15%)	2 (10%)
5	$X \leq 17,65$	Sangat Rendah	1 (5%)	2 (10%)
Total			20 (100%)	20 (100%)

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 4.6 di atas, Tingkat Kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat Pertandingan berdasarkan faktor ekstrinsik pada gambar 4.3 sebagai berikut:



Gambar 4. 3 Diagram Batang Tingkat Kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat Pertandingan Berdasarkan Faktor Ekstrinsik

Berdasarkan tabel 4.6 dan gambar 4.3 di atas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat Pertandingan berdasarkan Faktor Ekstrinsik yang berada pada kategori “sangat tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 5% (1 pemain), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 10% (2 pemain). Untuk kategori “tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 45% (9 pemain), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 35% (7 pemain). Pada Kategori “sedang” dalam kelompok JFA sebesar 30% (6 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 35% (7 pemain). Kategori “rendah” dalam kelompok JFA sebesar 15% (3 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 10% (2 pemain). Dan untuk Kategori “sangat rendah” pada kelompok JFA sebesar 5% (1 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 10% (2 pemain).

Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 20,80 Faktor Ekstrinsik Kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat Pertandingan. Dengan tingkat kecemasan berdasarkan perbandingan faktor Ekstrinsik kelompok NTB Boys “lebih tinggi ” dibandingkan dengan kelompok JFA dilihat dari frekuensi tertinggi pada tiap kategori.

a) Tingkat Kecemasan Atlet Berdasarkan Indikator yang termasuk dalam Faktor Instrinsik dan Ekstrinsik

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, yaitu penelitian yang hanya melukiskan keadaan objek. Data yang dimaksud dalam penelitian ini adalah data yang diperoleh dengan menggunakan metode survei dengan teknik angket. Adapun 2 faktor yang menurut peneliti memiliki

pengaruh terhadap tingkat kecemasan para pemain Jogokariyan Futsal Academy dan NTB Boys yaitu faktor Intrinsik dan faktor Ekstrinsik. Berdasarkan faktor yang mempengaruhi kecemasan para pemain Jogokarian Futsal Academy dan NTB Boys dibedakan menjadi dua yaitu faktor Instrinsik dan faktor Ekstrinsik yang masing-masing memiliki indikator. Indikator tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Faktor Intrinsik

1) Berfikir Negatif

Deskriptif statistik hasil penelitian tentang Tingkat Kecemasan faktor Intrinsik pada Indikator berfikir negatif didapat skor terendah (minimum) 0,00, skor tertinggi (maksimum) 3,00, rerata (mean) 2,55, nilai tengah (median) 3,00, nilai yang sering muncul (mode) 3,00, standar deviasi (SD) 0,71. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.7 sebagai berikut:

Tabel 4. 7 Statistik Deskripsi Tingkat Kecemasan Indikator Berfikir Negatif

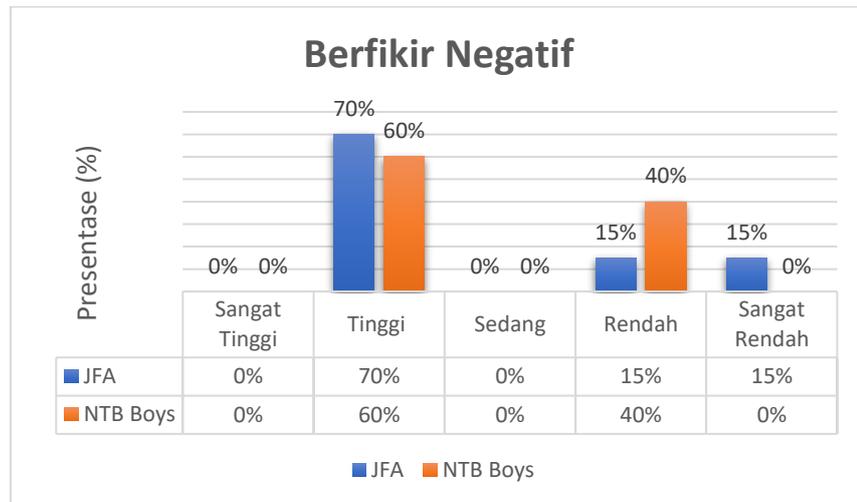
Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	2,55
<i>Median</i>	3,00
<i>Mode</i>	3,00
<i>Std. Deviation</i>	0,71
<i>Minimum</i>	0,00
<i>Maximum</i>	3,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, Tingkat Kecemasan berdasarkan indikator berfikir Negatif disajikan pada tabel 4.7 sebagai berikut:

Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Indikator Berfikir Negatif

No	Interval	Kategori	Frekuensi	
			JFA	NTB Boys
1	$3,62 < X$	Sangat Tinggi	0 (0%)	0 (0%)
2	$2,91 < X \leq 3,62$	Tinggi	14 (70%)	12 (60%)
3	$2,19 < X \leq 2,91$	Sedang	0 (0%)	0 (0%)
4	$1,48 < X \leq 2,19$	Rendah	3 (15%)	8 (40%)
5	$X \leq 1,48$	Sangat Rendah	3 (15%)	0 (0%)
Total			20 (100%)	20 (100%)

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 4.8 di atas, Tingkat Kecemasan berdasarkan Indikator Berfikir Negatif pada gambar 8 sebagai berikut:



Gambar 4. 4 Diagram Batang Tingkat Kecemasan Berdasarkan Indikator Berfikir Negatif

Berdasarkan tabel 4.8 dan gambar4.4 di atas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Sebelum Pertandingan berdasarkan Faktor Instrinsik yang berada pada kategori “sangat tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 0% (tidak ada). Untuk kategori “tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 70% (14 pemain), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 60% (12 pemain). Pada Kategori “sedang” dalam kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 0% (tidak ada). Kategori “rendah” dalam kelompok JFA sebesar 15% (3 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 40% (8 pemain). Dan untuk Kategori “sangat

rendah” pada kelompok JFA sebesar 15% (3 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 0% (tidak ada).

2) Berfikir Puas

Deskriptif statistik hasil penelitian tentang Tingkat Kecemasan faktor Intrinsik pada Indikator berfikir negatif didapat skor terendah (minimum) 2,00, skor tertinggi (maksimum) 4,00, rerata (mean) 3,53, nilai tengah (median) 4,00, nilai yang sering muncul (mode) 4,00, standar deviasi (SD) 0,60. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.9 sebagai berikut:

Tabel 4. 9 Statistik Deskripsi Tingkat Kecemasan Indikator Berfikir Puas

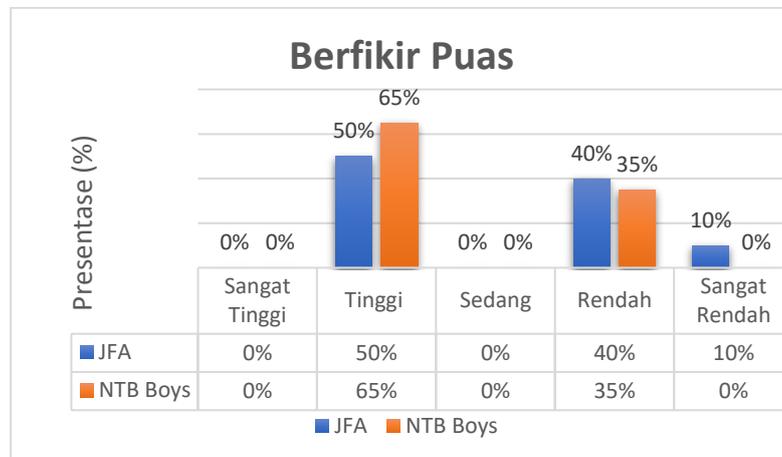
Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	3,53
<i>Median</i>	4,00
<i>Mode</i>	4,00
<i>Std. Deviation</i>	0,60
<i>Minimum</i>	2,00
<i>Maximum</i>	4,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, Tingkat Kecemasan berdasarkan indikator berfikir Negatif disajikan pada tabel 4.9 sebagai berikut:

Tabel 4. 10 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Indikator Berfikir Puas

No	Interval	Kategori	Frekuensi	
			JFA	NTB Boys
1	$4,42 < X$	Sangat Tinggi	0 (0%)	0 (0%)
2	$3,82 < X \leq 4,42$	Tinggi	10 (50%)	13 (65%)
3	$3,23 < X \leq 3,82$	Sedang	0 (0%)	0 (0%)
4	$2,63 < X \leq 3,23$	Rendah	8 (40%)	7 (35%)
5	$X \leq 2,63$	Sangat Rendah	2 (10%)	0 (0%)
Total			20 (100%)	20 (100%)

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 4.10 di atas, Tingkat Kecemasan berdasarkan Indikator Berfikir Negatif pada gambar 4.5 sebagai berikut:



Gambar 4. 5 Diagram Batang Tingkat Kecemasan

Berdasarkan Indikator Berfikir Puas

Berdasarkan tabel 4.10 dan gambar 4.5 di atas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Sebelum Pertandingan

berdasarkan Faktor Instrinsik yang berada pada kategori “sangat tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 0% (tidak ada). Untuk kategori “tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 50% (10 pemain), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 65% (13 pemain). Pada Kategori “sedang” dalam kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 0% (tidak ada). Kategori “rendah” dalam kelompok JFA sebesar 40% (8 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 35% (7 pemain). Dan untuk Kategori “sangat rendah” pada kelompok JFA sebesar 10% (2 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 0% (tidak ada).

3) Pengalaman Bertanding

Deskriptif statistik hasil penelitian tentang Tingkat Kecemasan faktor Intrinsik pada Indikator pengalam bertanding didapat skor terendah (minimum) 2,00, skor tertinggi (maksimum) 5,00, rerata (mean) 4,10, nilai tengah (median) 4,00, nilai yang sering muncul (mode) 5,00, standar deviasi (SD) 0,93. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.11 sebagai berikut:

**Tabel 4. 11 Statistik Deskripsi Tingkat Kecemasan Indikator
Pengalaman Bertanding**

Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	4,10
<i>Median</i>	4,00
<i>Mode</i>	5,00
<i>Std. Deviation</i>	0,93
<i>Minimum</i>	2,00
<i>Maximum</i>	5,00

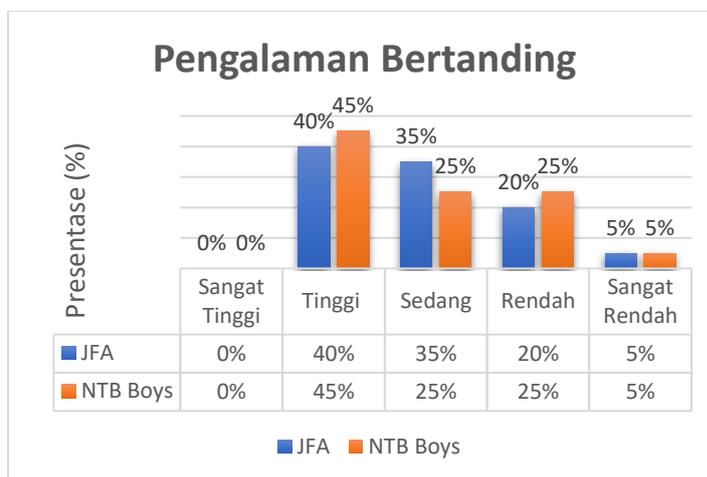
Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, Tingkat Kecemasan berdasarkan indikator pengalaman bertanding disajikan pada tabel 4.11 sebagai berikut:

**Tabel 4. 12 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Indikator
Pengalaman Bertanding**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	
			JFA	NTB Boys
1	$5,49 < X$	Sangat Tinggi	0 (0%)	0 (0%)
2	$4,56 < X \leq 5,49$	Tinggi	8 (40%)	9 (45%)
3	$3,64 < X \leq 4,56$	Sedang	7 (35%)	5 (25%)
4	$2,71 < X \leq 3,64$	Rendah	4 (20%)	5 (25%)
5	$X \leq 2,71$	Sangat Rendah	1 (5%)	1 (5%)
Total			20 (100%)	20 (100%)

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 4.12 di atas, Tingkat Kecemasan berdasarkan Indikator

Pengalaman Bertanding pada gambar 4.6 sebagai berikut:



Gambar 4. 6 Diagram Batang Tingkat Kecemasan

Berdasarkan Indikator pengalam bertanding

Berdasarkan tabel 4.12 dan gambar 4.6 di atas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Sebelum Pertandingan berdasarkan Faktor Instrinsik yang berada pada kategori “sangat tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 0% (tidak ada). Untuk kategori “tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 40% (8 pemain), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 45% (9 pemain). Pada Kategori “sedang” dalam kelompok JFA sebesar 35% (7 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 25% (5

pemain). Kategori “rendah” dalam kelompok JFA sebesar 20% (4 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 25% (5 pemain). Dan untuk Kategori “sangat rendah” pada kelompok JFA sebesar 5% (1 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 5% (1 pemain).

4) Moral

Deskriptif statistik hasil penelitian tentang Tingkat Kecemasan faktor Intrinsik pada Indikator Moral didapat skor terendah (minimum) 0,00, skor tertinggi (maksimum) 4,00, rerata (mean) 2,20, nilai tengah (median) 2,00, nilai yang sering muncul (mode) 2,00, standar deviasi (SD) 1,02. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.13 sebagai berikut:

Tabel 4. 13 Statistik Deskripsi Tingkat Kecemasan Indikator

Moral

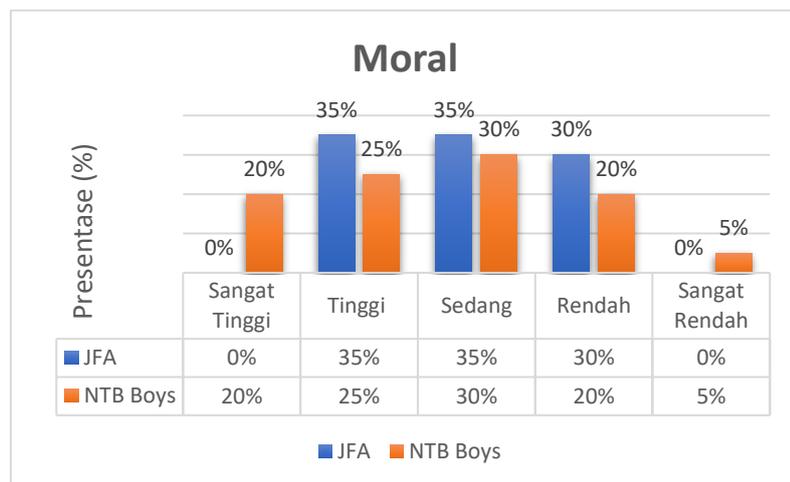
Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	2,20
<i>Median</i>	2,00
<i>Mode</i>	2,00
<i>Std. Deviation</i>	1,02
<i>Minimum</i>	0,00
<i>Maximum</i>	4,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, Tingkat Kecemasan berdasarkan indikator moral disajikan pada tabel 4.13 sebagai berikut:

Tabel 4. 14 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Indikator Moral

No	Interval	Kategori	Frekuensi	
			JFA	NTB Boys
1	$15,27 < X$	Sangat Tinggi	0 (0%)	4 (5%)
2	$13,34 < X \leq 15,27$	Tinggi	7 (35%)	5 (25%)
3	$11,41 < X \leq 13,34$	Sedang	7 (35%)	6 (30%)
4	$9,48 < X \leq 11,41$	Rendah	6 (30%)	4 (20%)
5	$X \leq 9,48$	Sangat Rendah	0 (0%)	1 (5%)
Total			20 (100%)	20 (100%)

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 4.14 di atas, Tingkat Kecemasan berdasarkan Moral pada gambar 4.7 sebagai berikut:



Gambar 4. 7 Diagram Batang Tingkat Kecemasan Berdasarkan Indikator Moral

Berdasarkan tabel 18 dan gambar 8 di atas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Sebelum Pertandingan berdasarkan Faktor Instrinsik yang berada pada kategori “sangat tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 20% (4 pemain). Untuk kategori “tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 35% (7 pemain), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 25% (5 pemain). Pada Kategori “sedang” dalam kelompok JFA sebesar 35% (7 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 30% (6 pemain). Kategori “rendah” dalam kelompok JFA sebesar 30% (6 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 20% (4 pemain). Dan untuk Kategori “sangat rendah” pada kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 5% (1 pemain).

2. Faktor Ekstrinsik

1) Pelatih

Deskriptif statistik hasil penelitian tentang Tingkat Kecemasan faktor Ekstrinsik pada Indikator Pelatih didapat skor terendah (minimum) 2,00, skor tertinggi (maksimum) 5,00, rerata (mean) 3,45, nilai tengah (median) 3,00, nilai yang sering muncul (mode)

3,00, standar deviasi (SD) 0,90. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.15 sebagai berikut:

Tabel 4. 15 Statistik Deskripsi Tingkat Kecemasan Indikator

Pelatih

Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	3,45
<i>Median</i>	3,00
<i>Mode</i>	3,00
<i>Std. Deviation</i>	0,90
<i>Minimum</i>	2,00
<i>Maximum</i>	5,00

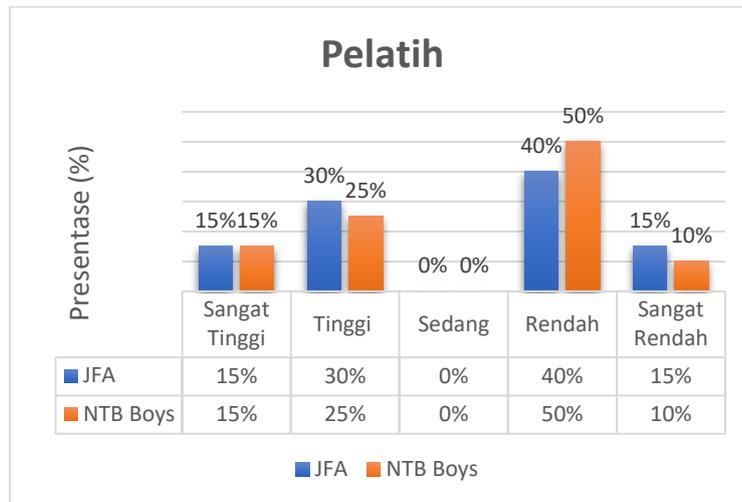
Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, Tingkat Kecemasan berdasarkan indikator pelatih disajikan pada tabel 4.15 sebagai berikut:

Tabel 4. 16 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Indikator

Pelatih

No	Interval	Kategori	Frekuensi	
			JFA	NTB Boys
1	$4,81 < X$	Sangat Tinggi	3 (15%)	3 (15%)
2	$3,90 < X \leq 4,81$	Tinggi	6 (30%)	5 (25%)
3	$3,00 < X \leq 3,90$	Sedang	0 (0%)	0 (0%)
4	$2,09 < X \leq 3,00$	Rendah	8 (40%)	10 (50%)
5	$X \leq 2,09$	Sangat Rendah	3 (15%)	2 (10%)
Total			20 (100%)	20 (100%)

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 4.16 di atas, Tingkat Kecemasan berdasarkan pelatih pada gambar 4.8 sebagai berikut:



Gambar 4. 8 Diagram Batang Tingkat Kecemasan Berdasarkan Indikator Pelatih

Berdasarkan tabel 4.16 dan gambar 4.8 di atas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Sebelum Pertandingan berdasarkan Faktor Ekstrinsik yang berada pada kategori “sangat tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 15% (3 pemain), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 15% (3 pemain). Untuk kategori “tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 30% (6 pemain), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 25% (5 pemain). Pada Kategori “sedang” dalam kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 0% (tidak ada). Kategori “rendah” dalam kelompok JFA sebesar 40% (8 pemain), dan pada kelompok NTB Boys

sebesar 50% (10 pemain). Dan untuk Kategori “sangat rendah” pada kelompok JFA sebesar 15% (3 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 10% (2 pemain).

2) Wasit

Deskriptif statistik hasil penelitian tentang Tingkat Kecemasan faktor Ekstrinsik pada Indikator Wasit didapat skor terendah (minimum) 0,00, skor tertinggi (maksimum) 4,00, rerata (mean) 3,10, nilai tengah (median) 3,00, nilai yang sering muncul (mode) 3,00, standar deviasi (SD) 0,93. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.17 sebagai berikut:

Tabel 4. 17 Statistik Deskripsi Tingkat Kecemasan Indikator Wasit

Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	3,10
<i>Median</i>	3,00
<i>Mode</i>	3,00
<i>Std. Deviation</i>	0,93
<i>Minimum</i>	0,00
<i>Maximum</i>	4,00

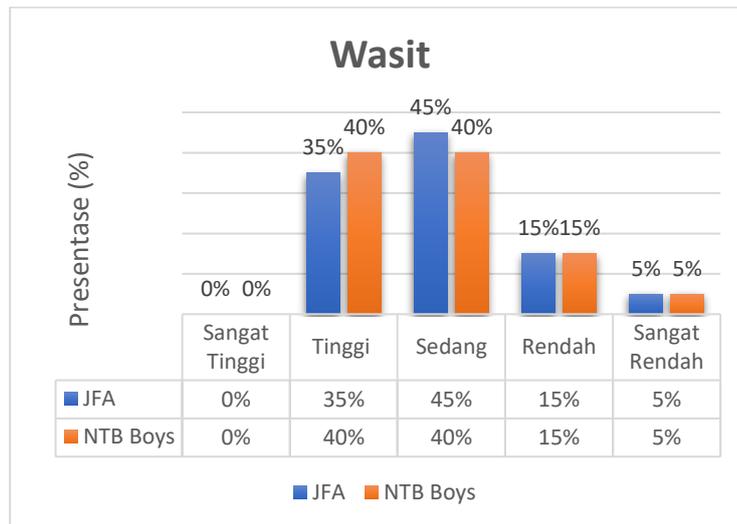
Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, Tingkat Kecemasan berdasarkan indikator wasit disajikan pada tabel 4.17 sebagai berikut:

Tabel 4. 18 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Indikator

Wasit

No	Interval	Kategori	Frekuensi	
			JFA	NTB Boys
1	$4,49 < X$	Sangat Tinggi	0 (0%)	0 (0%)
2	$3,56 < X \leq 4,49$	Tinggi	7 (35%)	8 (40%)
3	$2,64 < X \leq 3,56$	Sedang	9 (45%)	8 (40%)
4	$1,71 < X \leq 2,64$	Rendah	3 (15%)	3 (15%)
5	$X \leq 1,71$	Sangat Rendah	1 (5%)	1 (5%)
Total			20 (100%)	20 (100%)

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 4.18 di atas, Tingkat Kecemasan berdasarkan pelatih pada gambar 4.9 sebagai berikut:



Gambar 4. 9 Diagram Batang Tingkat Kecemasan

Berdasarkan Indikator Wasit

Berdasarkan tabel 4.18 dan gambar 4.9 di atas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Sebelum Pertandingan berdasarkan Faktor Ekstrinsik yang berada pada kategori “sangat tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 0% (tidak ada). Untuk kategori “tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 35% (7 pemain), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 40% (8 pemain). Pada Kategori “sedang” dalam kelompok JFA sebesar 45% (9 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 40% (8 pemain). Kategori “rendah” dalam kelompok JFA sebesar 15% (3 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 15% (3 pemain). Dan untuk Kategori “sangat rendah” pada kelompok JFA sebesar 5% (1 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 5% (1 pemain).

3) Penonton

Deskriptif statistik hasil penelitian tentang Tingkat Kecemasan faktor Ekstrinsik pada Indikator Penonton didapat skor terendah (minimum) 1,00, skor tertinggi (maksimum) 6,00, rerata (mean) 5,38, nilai tengah (median) 6,00, nilai yang sering muncul (mode)

6,00, standar deviasi (SD) 1,10. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.19 sebagai berikut:

Tabel 4. 19 Statistik Deskripsi Tingkat Kecemasan Indikator Penonton

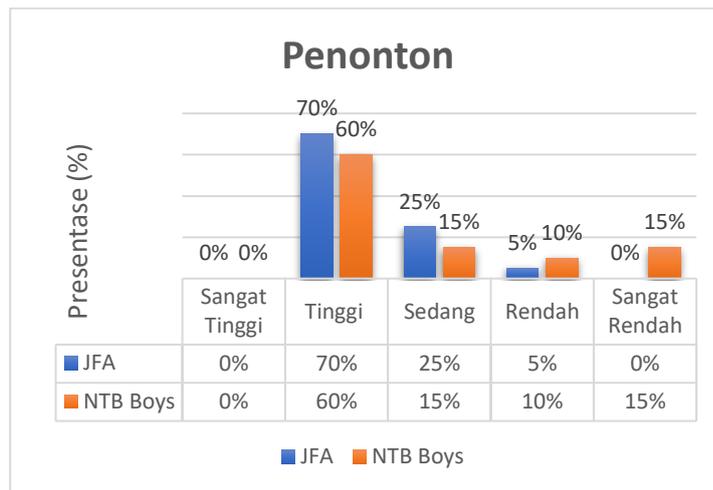
Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	5,38
<i>Median</i>	6,00
<i>Mode</i>	6,00
<i>Std. Deviation</i>	1,10
<i>Minimum</i>	1,00
<i>Maximum</i>	6,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, Tingkat Kecemasan berdasarkan indikator penonton disajikan pada tabel 4.19 sebagai berikut:

Tabel 4. 20 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Indikator Penonton

No	Interval	Kategori	Frekuensi	
			JFA	NTB Boys
1	$7,03 < X$	Sangat Tinggi	0 (0%)	0 (5%)
2	$5,93 < X \leq 7,03$	Tinggi	14 (70%)	12 (60%)
3	$4,82 < X \leq 5,93$	Sedang	5 (25%)	3 (15%)
4	$3,72 < X \leq 4,82$	Rendah	1 (5%)	2 (10%)
5	$X \leq 3,72$	Sangat Rendah	0 (0%)	3 (15%)
Total			20 (100%)	20 (100%)

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 4.20 di atas, Tingkat Kecemasan berdasarkan pelatih pada gambar 4.10 sebagai berikut:



Gambar 4. 10 Diagram Batang Tingkat Kecemasan Berdasarkan Indikator Penonton

Berdasarkan tabel 4.20 dan gambar 4.10 di atas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Sebelum Pertandingan berdasarkan Faktor Instrinsik yang berada pada kategori “sangat tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 0% (tidak ada). Untuk kategori “tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 70% (14 pemain), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 60% (12 pemain). Pada Kategori “sedang” dalam kelompok JFA sebesar 25% (5

pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 15% (3 pemain). Kategori “rendah” dalam kelompok JFA sebesar 5% (1 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 10% (2 pemain). Dan untuk Kategori “sangat rendah” pada kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 15% (3 pemain).

4) Lawan

Deskriptif statistik hasil penelitian tentang Tingkat Kecemasan faktor Ekstrinsik pada Indikator Lawan didapat skor terendah (minimum) 2,00, skor tertinggi (maksimum) 6,00, rerata (mean) 4,08, nilai tengah (median) 4,00, nilai yang sering muncul (mode) 4,00, standar deviasi (SD) 0,83. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.21 sebagai berikut:

Tabel 4. 21 Statistik Deskripsi Tingkat Kecemasan Indikator

Lawan

Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	4,08
<i>Median</i>	4,00
<i>Mode</i>	4,00
<i>Std. Deviation</i>	0,83
<i>Minimum</i>	2,00
<i>Maximum</i>	6,00

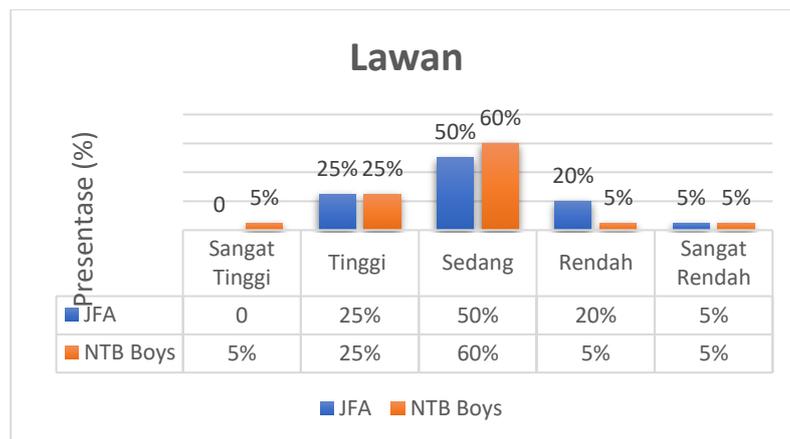
Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, Tingkat Kecemasan berdasarkan indikator Lawan disajikan pada tabel 4.21 sebagai berikut:

Tabel 4. 22 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Indikator

Lawan

No	Interval	Kategori	Frekuensi	
			JFA	NTB Boys
1	$5,32 < X$	Sangat Tinggi	0 (0%)	1 (5%)
2	$4,49 < X \leq 5,32$	Tinggi	5 (25%)	5 (25%)
3	$3,66 < X \leq 4,49$	Sedang	10 (50%)	12 (60%)
4	$2,83 < X \leq 3,66$	Rendah	4 (20%)	1 (5%)
5	$X \leq 2,83$	Sangat Rendah	1 (5%)	1 (5%)
Total			20 (100%)	20 (100%)

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 4.22 di atas, Tingkat Kecemasan berdasarkan lawan pada gambar 4.11 sebagai berikut:



Gambar 4. 11 Diagram Batang Tingkat Kecemasan Berdasarkan Indikator Lawan

Berdasarkan tabel 4.22 dan gambar 4.11 di atas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat Pertandingan berdasarkan Faktor Ekstrinsik yang berada pada kategori “sangat tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 5% (1 pemain). Untuk kategori “tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 25% (5 pemain), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 25% (5 pemain). Pada Kategori “sedang” dalam kelompok JFA sebesar 50% (10 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 60% (12 pemain). Kategori “rendah” dalam kelompok JFA sebesar 20% (4 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 5% (1 pemain). Dan untuk Kategori “sangat rendah” pada kelompok JFA sebesar 5% (1 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 5% (1 pemain).

5) Sarana dan Prasarana

Deskriptif statistik hasil penelitian tentang Tingkat Kecemasan faktor Ekstrinsik pada Indikator Lawan didapat skor terendah (minimum) 1,00, skor tertinggi (maksimum) 2,00, rerata (mean) 1,83, nilai tengah (median) 2,00, nilai yang sering muncul (mode)

2,00, standar deviasi (SD) 0,38. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.23 sebagai berikut:

Tabel 4. 23 Statistik Deskripsi Tingkat Kecemasan Indikator Sarana dan Prasarana

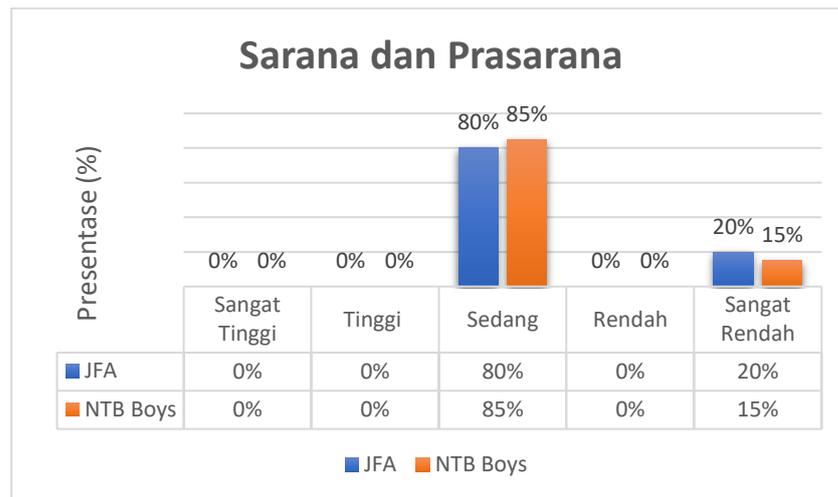
Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	1,83
<i>Median</i>	2,00
<i>Mode</i>	2,00
<i>Std. Deviation</i>	0,38
<i>Minimum</i>	1,00
<i>Maximum</i>	2,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, Tingkat Kecemasan berdasarkan indikator Sarana dan Prasana disajikan pada tabel 4.23 sebagai berikut:

Tabel 4. 24 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Indikator Sarana dan Prasara

No	Interval	Kategori	Frekuensi	
			JFA	NTB Boys
1	$2,40 < X$	Sangat Tinggi	0 (0%)	0 (0%)
2	$2,02 < X \leq 2,40$	Tinggi	0 (0%)	0 (0%)
3	$1,63 < X \leq 2,02$	Sedang	16 (80%)	17 (85%)
4	$1,25 < X \leq 1,63$	Rendah	0 (0%)	0 (0%)
5	$X \leq 1,25$	Sangat Rendah	4 (20%)	3 (15%)
Total			20 (100%)	20 (100%)

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 4.24 di atas, Tingkat Kecemasan berdasarkan sarana dan prasarana pada gambar 4.12 sebagai berikut:



Gambar 4. 12 Diagram Batang Tingkat Kecemasan Berdasarkan Indikator Sarana dan Prasarana

Berdasarkan tabel 4.24 dan gambar 4.12 di atas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat Pertandingan berdasarkan Faktor Ekstrinsik yang berada pada kategori “sangat tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 0% (tidak ada). Untuk kategori “tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 0% (tidak ada). Pada Kategori “sedang” dalam kelompok JFA sebesar 80%

(16 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 85% (17 pemain). Kategori “rendah” dalam kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 0% (tidak ada). Dan untuk Kategori “sangat rendah” pada kelompok JFA sebesar 20% (4 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 15% (3 pemain).

6) Situasi Lapangan

Deskriptif statistik hasil penelitian tentang Tingkat Kecemasan faktor Ekstrinsik pada Indikator Situasi Lapangan didapat skor terendah (minimum) 0,00, skor tertinggi (maksimum) 2,00, rerata (mean) 1,25, nilai tengah (median) 1,00, nilai yang sering muncul (mode) 1,00, standar deviasi (SD) 0,67. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.25 sebagai berikut:

Tabel 4. 25 Statistik Deskripsi Tingkat Kecemasan Indikator Situasi Lapangan

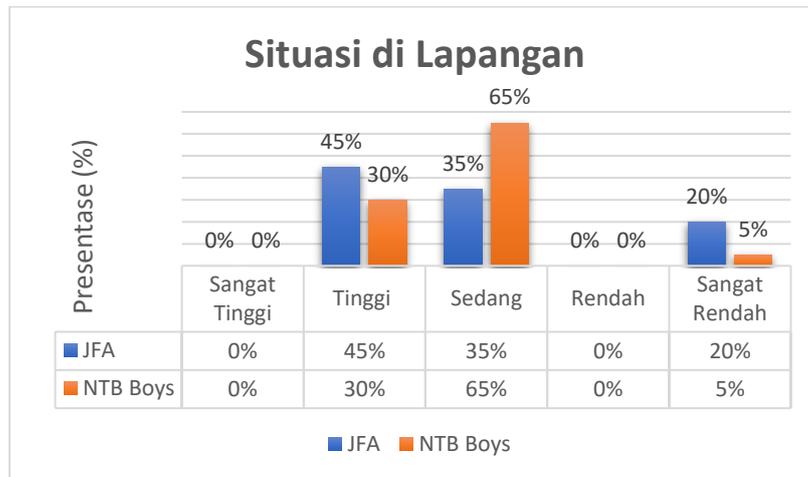
Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	1,25
<i>Median</i>	1,00
<i>Mode</i>	1,00
<i>Std. Deviation</i>	0,67
<i>Minimum</i>	0,00
<i>Maximum</i>	2,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, Tingkat Kecemasan berdasarkan indikator situasi lapangan disajikan pada tabel 4.25 sebagai berikut:

Tabel 4. 26 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Indikator Situasi Lapangan

No	Interval	Kategori	Frekuensi	
			JFA	NTB Boys
1	$2,25 < X$	Sangat Tinggi	0 (0%)	0 (0%)
2	$1,58 < X \leq 2,25$	Tinggi	9 (45%)	6 (30%)
3	$0,92 < X \leq 1,58$	Sedang	7 (35%)	13 (65%)
4	$0,25 < X \leq 0,92$	Rendah	0 (0%)	0 (0%)
5	$X \leq 0,25$	Sangat Rendah	4 (20%)	1 (5%)
Total			20 (100%)	20 (100%)

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 4.26 di atas, Tingkat Kecemasan berdasarkan Situasi Lapangan pada gambar 4.13 sebagai berikut:



Gambar 4. 13 Diagram Batang Tingkat Kecemasan Berdasarkan Indikator Situasi Lapangan

Berdasarkan tabel 4.26 dan gambar 4.13 di atas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat Pertandingan berdasarkan Faktor Ekstrinsik yang berada pada kategori “sangat tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 0% (tidak ada). Untuk kategori “tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 45% (9 pemain), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 30% (6 pemain). Pada Kategori “sedang” dalam kelompok JFA sebesar 35% (7 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 65% (13 pemain). Kategori “rendah” dalam kelompok JFA

sebesar 0% (tidak ada), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 0% (tidak ada). Dan untuk Kategori “sangat rendah” pada kelompok JFA sebesar 20% (4 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 5% (1 pemain).

7) Keluarga

Deskriptif statistik hasil penelitian tentang Tingkat Kecemasan faktor Ekstrinsik pada Indikator Keluarga didapat skor terendah (minimum) 0,00, skor tertinggi (maksimum) 2,00, rerata (mean) 1,73, nilai tengah (median) 2,00, nilai yang sering muncul (mode) 2,00, standar deviasi (SD) 0,60. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.27 sebagai berikut:

Tabel 4. 27 Statistik Deskripsi Tingkat Kecemasan Indikator Keluarga

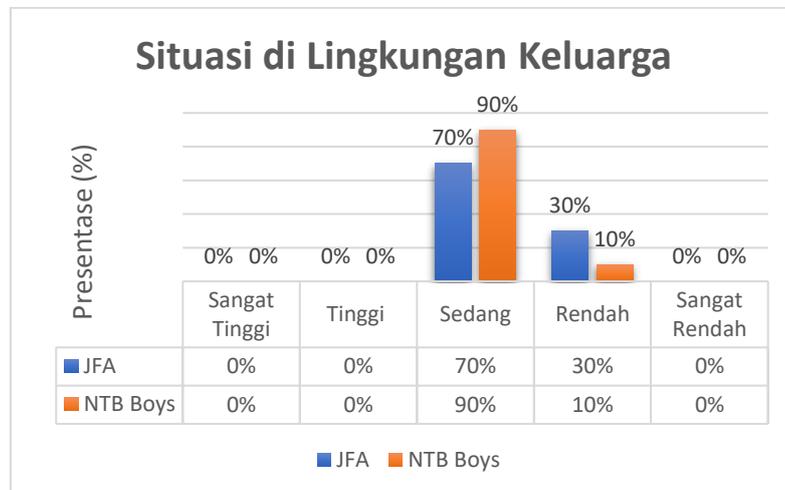
Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	1,73
<i>Median</i>	2,00
<i>Mode</i>	2,00
<i>Std. Deviation</i>	0,60
<i>Minimum</i>	0,00
<i>Maximum</i>	2,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, Tingkat Kecemasan berdasarkan indikator keluarga disajikan pada tabel 4.27 sebagai berikut:

**Tabel 4. 28 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Indikator
Keluarga**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	
			JFA	NTB Boys
1	$2,62 < X$	Sangat Tinggi	0 (0%)	0 (0%)
2	$2,02 < X \leq 2,62$	Tinggi	0 (0%)	0 (0%)
3	$1,43 < X \leq 2,02$	Sedang	14 (70%)	18 (90%)
4	$0,83 < X \leq 1,43$	Rendah	3 (15%)	2 (10%)
5	$X \leq 0,83$	Sangat Rendah	3 (15%)	0 (0%)
Total			20 (100%)	20 (100%)

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 4.28 di atas, Tingkat Kecemasan berdasarkan keluarga pada gambar 4.14 sebagai berikut:



**Gambar 4. 14 Diagram Batang Tingkat Kecemasan
Berdasarkan Indikator Keluarga**

Berdasarkan tabel 4.28 dan gambar 4.14 di atas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boys Saat

Pertandingan berdasarkan Faktor Instrinsik yang berada pada kategori “sangat tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 0% (tidak ada). Untuk kategori “tinggi” dalam kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada), dan dalam kelompok NTB Boys sebesar 0% (tidak ada). Pada Kategori “sedang” dalam kelompok JFA sebesar 80% (16 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 85% (17 pemain). Kategori “rendah” dalam kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 0% (tidak ada). Dan untuk Kategori “sangat rendah” pada kelompok JFA sebesar 20% (4 pemain), dan pada kelompok NTB Boys sebesar 15% (3 pemain).

B. Pembahasan

Hasil penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan atlet futsal antara Jogokarian Futsal Academi dan NTB Boy pada saat pertandingan berdasarkan faktor Intrinsik dan faktor Ekstrinsik. Berdasarkan hasil penelitian yang didapat yaitu perbandingan tingkat kecemasan antara atlet futsal Jogokariyan Futsal Academi dan atlet futsal NTB Boy menunjukkan bahwa kecemasan kelompok Jogokariyan Futsal Academi dalam kategori “tinggi” dan kelompok NTB Boys dalam kategori “sedang”. Paling tinggi tingkat kecemasan dalam kelompok Jogokariyan

Futsal Academi pada kategori tinggi dengan presentase 40% dan dalam kelompok NTB Boy pada kategori sedang dengan presentase 45%.

Faktor kecemasan atlet dibedakan menjadi 2 yaitu faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor intrinsik kecemasan atlet Jogokarian Futsal Academi dan NTB Boys meliputi berfikir negatif, berfikir puas, pengalaman bertanding, dan moral. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan tingkat kecemasan atlet berdasarkan faktor intrinsik Jogokariyan Futsal Academi mendapatkan jumlah tertinggi dalam kategori “sedang“ dengan presentase 35% dan NTB Boy mendapatkan jumlah tertinggi dalam kategori “sedang“ dengan presentasi 40%. Sedangkan faktor ekstrinsik tingkat kecemasan pada atlet Jogokarian Futsal Academi dan NTB Boy meliputi pelatih, wasit, penonton, lawan, sarana dan prasarana, kondisi lapangan serta pengaruh lingkungan keluarga. Data yang diperoleh menunjukkan bahwa tingkat kecemasan atlet berdasarkan faktor ekstrinsik Jogokariyan Futsal Academi mendapatkan jumlah tertinggi dalam kategori “tinggi“ dengan presentase 45% dan NTB Boy mendapatkan jumlah tertinggi dalam kategori “sedang“ dengan presentasi 35%.

Secara psikologi kecemasan atau anxiety adalah suatu kondisi psikologis atau bentuk emosi individu berupa ketegangan, kegelisahan, kekhawatiran yang berkenaan dengan perasaan terancam serta ketakutan oleh ketidakpastian di masa mendatang bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Sedangkan Menurut Levit yang dikutip oleh Husdarta (2010:73), “kecemasan dapat didefinisikan sebagai suatu perasaan subyektif akan

ketakutan dan meningkatkan kegairahan secara fisiologik”. Setiap orang pernah mengalami kecemasan atau ketakutan terhadap berbagai situasi seperti takut dimarahi, takut tidak pernah naik kelas, takut gagal, takut tertabrak, dan khawatir pada saat bertanding.

Kecemasan adalah reaksi yang dapat dialami siapapun. Kecemasan dengan intensitas wajar dapat dianggap memiliki nilai positif sebagai motivasi, tetapi apabila intensitasnya tinggi dan bersifat negatif dapat menimbulkan kerugian dan dapat mengganggu keadaan fisik dan psikis individu yang bersangkutan. Kecemasan dialami ketika berfikir tentang sesuatu tidak menyenangkan yang akan terjadi. Kecemasan adalah rasa khawatir, takut yang tidak jelas sebabnya. Kecemasan juga merupakan kekuatan yang besar dalam menggerakkan tingkah laku, baik tingkah laku yang menyimpang ataupun yang terganggu. Keduanya merupakan pernyataan, penampilan, penjelmaan dari pertahanan terhadap kecemasan tersebut (Singgih D. Gunarsa, 2008:27).

Di dalam suatu pertandingan jika seorang atlet mengalami rasa cemas atau khawatir yang berlebihan, kemungkinan dapat menimbulkan kecemasan dalam bentuk gangguan kesehatan atau penyimpangan tingkah laku sehingga penampilan dan rasa percaya dirinya menjadi berkurang. Kecemasan dalam menghadapi turnamen merupakan reaksi emosi negatif atlet dalam menilai situasi pertandingan yang ditandai dengan kehilangan kendali terhadap diri sendiri. Faktor-faktor instrinsik dan ekstrinsik

pemicu kecemasan menyebabkan atlet merasa tidak berdaya dan menimbulkan hilang kendali pada diri saat pertandingan berlangsung.

Tingkat kecemasan yang tinggi masih terjadi pada atlet futsal Jogokariyan Futsal Academi dan NTB Boy ini tentu akan mempengaruhi performa atlet saat bertanding, dan tidak jarang membuat atlet mengalami kekalahan saat bertanding. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Situmorang, 2021:39) yang menyatakan bahwa tingkat kecemasan yang tinggi pada atlet dapat mempengaruhi ketereampilan bermain jika pemain tidak dapat mengendalikan kecemasan yang ada pada diri pemain. Hal ini sama halnya dengan kecemasan berpengaruh terhadap pengambilan keputusan pemain yang cenderung ragu-ragu dan tergesa-gesa.

Kondisi tingkat kecemasan yang berbeda pada masing-masing atlet ini sangat wajar terjadi pada atlet. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ridwan, 2021:24) dalam penelitiannya menyatakan bahwa tingkat kecemasan masing-masing pemain akan berbeda, di samping itu faktor pengalaman bertanding juga dapat menjadi salah satu faktor terkait kecemasan dalam melaksanakan pertandingan. Dengan terdeteksinya kecemasan pemain, maka pelatih dapat menurunkan komposisi pemain terbaiknya sehingga pemain dapat memberikan kemampuan yang maksimal.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan di sini antara lain:

1. Sulitnya mengetahui kesungguhan responden dalam mengerjakan angket.
Usaha yang dilakukan untuk memperkecil kesalahan yaitu dengan memberi gambaran tentang maksud dan tujuan penelitian ini.
2. Pengumpulan data dalam penelitian ini hanya didasarkan pada hasil pengisian angket sehingga dimungkinkan adanya unsur kurang objektif dalam pengisian angket. Selain itu dalam pengisian tes diperoleh adanya sifat responden sendiri seperti kejujuran dan ketakutan dalam menjawab responden tersebut dengan sebenarnya.
3. Saat pengambilan data penelitian, yaitu saat penyebaran angket kepada responden, tidak dapat dipantau secara langsung dan cermat apakah jawaban yang diberikan oleh responden benar-benar sesuai dengan pendapatnya sendiri atau tidak,

BAB V KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat kecemasan Jogokariyan Futsal Academi saat Pertandingan yang berada pada kategori “sangat tinggi” pada kelompok JFA sebesar 0% (tidak ada). Pada kategori “tinggi” pada kelompok JFA sebesar 40% (8 pemain). Kategori “sedang” pada kelompok JFA sebesar 35% (7 pemain). Pada Kategori “rendah” pada kelompok JFA sebesar 15% (3 pemain). Kategori “sangat rendah” pada kelompok JFA sebesar 10% (2 pemain).

Berdasarkan hasil penelitian diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat kecemasan Ntb Boy Saat Pertandingan yang berada pada kategori “sangat tinggi” dalam kelompok NTB Boy sebesar 10% (2 pemain). Pada kategori “tinggi” dalam kelompok NTB Boy sebesar 35% (7 pemain). Kategori “sedang” pada kelompok NTB Boy sebesar 45% (9 pemain). Pada Kategori “rendah” pada kelompok NTB Boy sebesar 0% (tidak ada). Kategori “sangat rendah” pada kelompok NTB Boy sebesar 10% (2 pemain).

Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 33,18 tingkat kecemasan antara Jogokarian Futsal Academy dan Ntb Boy saat pertandingan. Dengan tingkat kecemasan kelompok NTB Boy “lebih tinggi” dibandingkan dengan kelompok JFA dilihat dari frekuensi tertinggi pada tiap kategori dimasing-masing kelompok.

B. Implementasi Penelitian

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan yang bermanfaat bagi pemain, pelatih, dan manajer sebagai bahan kajian agar bisa memahami permasalahan psikologi pemain. Dengan harapan atlet bisa mencapai prestasi yang maksimal

C. Saran

1. Seorang pelatih dan manajer harus mampu mengetahui dan memahami aspek psikologi pada setiap atletnya, karena aspek psikologis sangat berpengaruh terhadap penampilan atlet dalam pertandingan.
2. Bagi seorang atlet hendaknya dapat mengatasi semua aspek-aspek yang mengganggu selama bertanding terutama aspek psikologis agar bisa mempermudah pencapaian prestasi yang maksimal.
3. Dalam memberikan porsi latihan pelatih harus bisa sesuai dengan periodisasi latihan agar pencapaian prestasi atlet tidak ada hambatan yang berarti baik didalam lapangan maupun di luar lapangan,

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2004). *Psikologi Kepribadian*. UMM Press.
- Amir, N. (2004). Pengembangan Instrumen Kecemasan Olahraga. *Jurnal Psikologi Olahraga*, 20, 55–69.
- Arikunto, S. 2006. *Metode penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Bumi Aksara
- Azwar, Saifuddin. (2012). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Baharudin (2020) *Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Masyarakat Pada Masa Pandemi Covid -19*. Jurnal Keperawatan
- Burhan, B. (2005). *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Komunikasi, Ekonomi, dan Kebijakan Publik Serta Ilmu-Ilmu Sosial Lainnya*. Kencana.
- Dimiyati, Herwin, & Triani Hastuti. (2011). Pemetaan dan Karakteristik Psikologis Atlet SKO dan PPLP. *Jurnal Iptek Olahraga* (Vol 13 No 3 September-Desember). Hlm. 245-263.
- Dinata, M. (2008). *Bola basket: konsep dan teknik bermain bola basket*. Jakarta: Cerdas Jaya.
- Fatwa, M. I. (2021). Profi Tingkat Kecemasan Atlet Futsal Putri Porprov Bojonegoro. *Jurnal Prestasi Olahraga*.
- Fatwikiningsih, N. (2020). *Teori Psikologi Kepribadian Manusia*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Fitria & Ifdil (2020) *Kecemasan Remaja pada Masa Pandemi Covid - 19* .*Jurnal Pendidikan Indonesia*.
- Hustdarta. 2010. *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Husdarta, H.J.S. (2011). *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Jaya, A. (2008). *Futsal: gaya hidup, peraturan, dan tips-tips permainan*. Yogyakarta: Pustaka Timur.
- Juanda, A. (2021). Survei tingkat kecemasan bertanding terhadap atlet futsal SMAN 1 Watansoppeng. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*.
- Kementrian Negara Pemuda dan Olahraga. (2022). *Undang-Undang Keolahragaan Nasional No. 11 tahun 2022*. Jakarta.
- Komarudin. 2013. *Psikologi Olahraga*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Komarudin. (2016). *Psikologi Olahraga*. PT. Remaja Rosdakarya.
- KUMBARA, H., METRA, Y., & ILHAM, Z. (2019). Analisis Tingkat Kecemasan (Anxiety) Dalam Menghadapi Pertandingan Atlet Sepak Bola Kabupaten Banyuwangi Pada Porprov 2017. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 17(2), 28.

<https://doi.org/10.24114/jik.v17i2.12299>

- Lestari, E. I. (2020). Tingkat Kecemasan Pemain Futsal Putri Nps Surabaya Dalam Menghadapi Pertandingan Futsal Yang Telah Di Ikuti. *Prestasi Olahraga*, 11–18.
- Lhaksana Justin. (2011). *Taktik & Strategi FUTSAL Modern*. Penebar Sadaya Group.
- Lazarus, R. S. (1976). *Patterns of adjustment and human effectiveness*. Tokyo: Mc.Graw Hill
- Mu'arifah, A. (2005). Hubungan Kecemasan dan Agresivitas. *Humanitas Indonesian Psychological Journal*, 2, 102–111.
- Raihan. (2023). Perbandingan Pengaruh Latihan Offline dan Online Terhadap Psikologis Motivasi Latihan Atlet Futsal Putri Temanggung
- Rhama, S. M. T. & F. & N. (2021). Tingkat Kecemasan Atlet Futsal Siswa Ekstrakurikuler di SMK Tri Asyifa Cikampek. *Jurnal Literasi Olahraga*, 2(2), 119–125.
- Ridwan, M., & Indriarsa, N. (2021). Kecemasan atlet futsal putri pada liga mahasiswa nasional. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 10(1), 1–7. <https://doi.org/10.36706/altius.v10i1.12886>
- Setyobroto, S. (2002). *Psikologi olahraga*. Jakarta:Universitas Negeri Jakarta.
- Singgih. (2008). *Psikologi Olahraga Prestasi*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Situmorang, J. (2021). Tingkat Kecemasan Bertanding Pada Atlet Futsal SMAK Santo Yusuf Karang Pilang Surabaya. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 67–73.
- Sugiono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif dan R&G*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Bisnis*. PT Gramedia.
- Sukadiyanto. 2006. *Perbedaan reaksi emosional olahragawan body contact dan non Body Contact*. Jurnal psikologi, 33. Yogyakarta. Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada
- Tangkudung dan Mylsidayu (2017) *Mental Training Aspek-Aspek Psikologi dalam Olahraga*. Cakrawala Cendekia
- Weinberg. R.S & Gould. D. (2007). *Foundation of sport and exercise psychology*. Champaign, IL: *Human Kinetics*.
- Wisnu. A (2023) Tingkat Kecemasan (Anxiety) dalam Menghadapi Pertandingan Pada Atlet Futsal Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan
- Videman, H. (2007). Kecemasan atlet sepakbola tim persija junior (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Indonesia, Depok.

LAMPIRAN – LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Konsultasi



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
Jln. Kolombo No.1 Yogyakarta Telp:(0274) 550307,
Fax: (0274) 513092. Laman: fik.uny.ac.id. email: humas_fik@uny.ac.id

LEMBAR KONSULTASI

Nama : Sultan Madani Ghivara
NIM : 18602244032
Pembimbing : Agus Supriyanto, M.Si

No	Hari/Tgl.	Permasalahan	Tanda tangan Pembimbing
1	22/6 2023	Bab 1 Latar Belakang (Susunan kalimat sehingga runtut)	
2	3/7 2023	Identifikasi Masalah mengacu pada latar belakang	
3	12/7 2023	Bab II Menambah Reverensi Urutkan Reverensi Sesuai Judul	
4	19/7 2023	Bab III pementapan Metodologi	
5	21/7 2023	Validasi Ahli	
6	25/7 2023	pengambilan Data	
7	3/8 2023	Olah data	
8	22/9 2023	penyelesaian Bab IV dan Bab V	
9	6/10 2023	Daftar pustaka	
10	21/5 2024	persiapan ujian	

Ketua Departemen PKO

Dr. Fauzi, M.Si

NIP. 19631228 199002 1 002

*) Blangko ini kalau sudah selesai
Bimbingan dikembalikan ke Jurusan PKL

Lampiran 2 Surat Izin Penelitian

Surat izin Penelitian Jogokariyan Futsal Academi

SURAT IZIN PENELITIAN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian>



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/1418/UN34.16/PT.01.04/2023

12 Juli 2023

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : **Izin Penelitian**

Yth. **Jookariyan Futsal Academi**
NTB Boys
Jln Jogokariyan No, 65

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Sultan Madani Ghivara
NIM : 18602244032
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Pengambilan data / PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN SISWA JOGOKARYAN FUTSAL ACADEMY DAN NTB BOYS SEBELUM PERTANDINGAN
Waktu Penelitian : Selasa - Kamis, 18 - 20 Juli 2023

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,
Mahasiswa dan Alumni,

Tembusan :

1. Kepala Layanan Administrasi;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Dr. Guntur, M.Pd.
NIP 19810926 200604 1 001

Surat izin penelitian NTB Boys

SURAT IZIN PENELITIAN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian>



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/1418/UN34.16/PT.01.04/2023
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Izin Penelitian**

12 Juli 2023

Yth. **Jookariyan Futsal Academi**
NTB Boys
Jln Jogokariyan No, 65

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Sultan Madani Ghivara
NIM : 18602244032
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Pengambilan data / PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN SISWA JOGOKARYAN FUTSAL ACADEMY DAN NTB BOYS SEBELUM PERTANDINGAN
Waktu Penelitian : Selasa - Kamis, 18 - 20 Juli 2023

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,
Mahasiswa dan Alumni,

Dr. Guntur, M.Pd.
NIP 19810926 200604 1 001

Tembusan :
1. Kepala Layanan Administrasi;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 3 Surat Balasan Jogokariyan Futsal Academi



JOGOKARIYAN FUTSAL ACADEMI
Jalan Jogokariyan Nomor 65, Kemantren Mantrijeron Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, Telp (0895329179401)

Instragram : jogokaryanfutsalacademy

Nomor : 001/JOGOKARYAN-FA/IV/2024
Hal : Surat Keterangan

Kepada Yth.
Wakil dewakn Bidang Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
di tempat

Salam Olahraga Jaya!

Dengan Hormat Yang bertandatangan dibawah ini Ketua Jogokariyan Futsal Academi. Menerangkan bahwa :

Nama : Sultan Madani Ghivara
NIM : 18602244032
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Penelitian : PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN (*ANXIETY*)
SISWA JOGOKARYAN FUTSAL ACADEMY DAN NTB BOYS SAAT
PERTANDINGAN

Menerangkan dengan sebenarnya bahwa mahasiswa tersebut telah melaksanakan di Jogokariyan Futsal Academi pada tanggal 25 Juni – 26 Juni 2023.

Demikian surat ini kami buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 16 Juni 2024

Ketua Jogokariyan Futsal Academi

Muadz Andhika

Lampiran 4 Surat Balasan NTB Boy



NTB BOYS

Jalan Mangga II Nomor 50, Ngentak, Caturtunggal, Kapanewon Depok,
Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, Telp (085171181315)

Instragram : ntbboysofficial

Nomor : 001/NTB-B/IV/2024
Hal : Surat Keterangan

Kepada Yth.
Wakil dewakn Bidang Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
di tempat

Salam Olahraga Jaya!

Dengan Hormat Yang bertandatangan dibawah ini NTB Boys. Menerangkan bahwa :

Nama : Sultan Madani Ghivara
NIM : 18602244032
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Penelitian : PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN (*ANXIETY*)
SISWA JOGOKARYAN FUTSAL ACADEMY DAN NTB BOYS SAAT
PERTANDINGAN

Menerangkan dengan sebenarnya bahwa mahasiswa tersebut telah melaksanakan di
NTB Boys pada tanggal 25 Juni – 26 Juni 2023.

Demikian surat ini kami buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 15 Juni 2024

Pelatih NTB Boy

Angga Yudha

Lampiran 5 Surat Validasi Instrumens

Surat Validasi Instrumens

SURAT PERNYATAAN VALIDASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Drs. Herwin, M.Pd

NIP : 196502021993121001

Menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama Mahasiswa :

Nama : Sultan Madani Ghivara

NIM : 18602244032

Program Studi : PKL/PKO

Judul TA : "Perbedaan Tingkat Kecemasan (*Anxiety*) Siswa Jogokariyan Futsal Academy Dan NTB Boys Sebelum Pertandingan"

Telah disetujui dan layak digunakan sebagai instrument penelitian penyelesaian tugas akhir skripsi dengan menambahkan beberapa saran sebagai berikut :

1. *ada beberapa kalimat yg mungkin agar lebih jelas dan lebih rapi*
- 2.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 20 Juli 2023

Menyetujui

Validator



Drs. Herwin, M.Pd

NIP. 196502021993121001

SURAT PERNYATAAN VALIDASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nur Indah Pangastuti S.Pd, M.Or

NIP : 198304222009122008

Menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama Mahasiswa :

Nama : Sultan Madani Ghivara

NIM : 18602244032

Program Studi : PKL/PKO

Judul TA : **“Perbedaan Tingkat Kecemasan (*Anxiety*) Siswa Jogokariyan Futsal Academy Dan NTB Boys Sebelum Pertandingan”**

Telah disetujui dan layak digunakan sebagai instrument penelitian penyelesaian tugas akhir skripsi dengan menambahkan beberapa saran sebagai berikut :

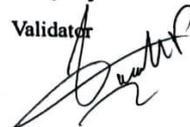
1. Kalimat disederhanakan agar mudah dipahami oleh sampel
2. Gantikan kata dan bahasa yang baku serta konsistensi penggunaan kata

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Juli 2023

Menyetujui

Validator



Nur Indah Pangastuti S.Pd, M.Or
NIP. 198304222009122008

Lampiran 6 Instrumen penelitian

Instrumen penelitian

IDENTITAS RESPONDEN :

NAMA RESPONDEN :

JENIS KELAMIN : Laki-laki / Perempuan (*Coret yang tidak perlu)

(Tidak perlu diisi apabila keberatan diketahui)

PERTANYAAN:

Mohon Bapak/ Ibu memberikan respons sejujurnya terhadap pertanyaan pertanyaan dibawah ini, dengan memberi tanda (v) pada kolom jawaban yang telah disediakan.

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
1	Sebelum bertanding saya selalu merasa cemas	V	

No	Butir Pernyataan	YA	TIDAK
1	Sebelum bertanding saya selalu mempunyai rasa takut dan jantung berdebar-debar.		
2	Saya merasa lesu menjelang pertandingan karena membayangkan pertandingan yang akan di hadapi.		
3	Saya tidak tenang dan gugup jika lokasi pertandingan jauh dari tempat saya.		
4	Lawan tanding yang bagus dan berpengalaman tidak mempengaruhi semangat saya tampil maksimal di pertandingan.		
5	Saya akan semangat apabila bertemu dengan lawan yang lebih kuat.		
6	Saya akan merasa takut apabila lawan bermain kasar dan keras.		
7	Saya puas dan bangga dengan hasil yang pernah saya capai sampai saat ini		
8	Saya menunjukkan penampilan terbaik saya apabila dipimpin oleh wasit profesional		
9	Target kemenangan yang diberikan oleh pelatih, membuat saya menjadi tertekan dalam pertandingan		

10	Penampilan saya menjadi tidak terkontrol apabila tidak didampingi pelatih di pinggir lapangan		
11	Intruksi pelatih membuat saya bisa menampilkan permainan terbaik		

12	Segala macam ejekan, cemoohan yang penonton berikan membuat saya kurang nyaman dalam bermain.		
13	Saya akan mengeluarkan penampilan terbaik saya meskipun banyak tekanan dari penonton.		
14	Saya akan lebih percaya diri apabila memenangkan pertandingan sebelumnya.		
15	Pertandingan ini penampilan perdana bagi saya, sehingga merasa masih kurang lepas dalam bermain.		
16	Apabila banyak orang yang menonton membuat saya gugup dan tertekan dalam pertandingan.		
17	Penampilan saya menurun jika dalam pertandingan selalu dimarahi pelatih dan rekan rekan satu tim karena sering melakukan kesalahan.		
18	Saya tidak takut menghadapi event selanjutnya, walau di event sebelumnya saya gagal.		
19	Jika wasit membuat keputusan yang salah, saya akan berusaha bermain baik dan tidak emosi.		
20	Saya merasa takut apabila penonton menjadi brutal dan emosional bahkan bertindak anarkis saat pertandingan		
21	Saya gerogi jika suara penonton sangat keras saat bersorak.		
22	Tuntutan penonton yang menginginkan kemenangan selalu membebani pikiran sehingga penampilan dalam bertanding saya menurun		

23	Saya bertambah semangat bertanding dengan kehadiran keluarga atau orang-orang terdekat.		
24	Saya mempunyai keyakinan yang tinggi untuk juara karena latihan keras dan persiapan yang matang sebelum menghadapi pertandingan.		
25	Saya tidak nyaman menghadapi pertandingan apabila cuaca sangat panas.		
26	Sebelum bertanding saya susah tidur sehingga saya akan mencari hiburan sampai tengah malam agar tenang.		
27	Sebelum pertandingan saya melakukan ritual khusus agar saya menjadi lebih tenang.		
28	Saya tampil maksimal di setiap pertandingan jika diberi kesempatan bermain		
29	Jika saya datang terlambat akan mempengaruhi permainan saya saat pertandingan berlangsung		
30	Saya selalu meminta doa reatu orang tua saya agar menjadi lebih tenang		
31	Kepimpinan wasit yang profesional membuat saya bermain lepas.		
32	Jika bertemu lawan dengan nama besar saya akan semangat dan berusaha mengalahkannya.		
33	Lapangan, penerangan, dan venue yang baik membuat penampilan saya lebih maksimal.		
34	Saya akan memenangkan setiap pertandingan dengan cara apapun agar pelatih, serta suporter puas dan bangga		
35	Kehadiran keluarga dapat meningkatkan motivasi saya untuk memenangkan pertandingan		
36	Saya mudah merasa lelah dalam pertandingan saat saya merasa cemas		
37	Setelah pertandingan saya melihat vidio pertandingan, supaya mengetahui kekurangan saya		
38	Pertandingan ini merupakan ajang kesekian kalinya sehingga saya bisa tampil lepas dan maksimal.		
39	Keputusan wasit yang kurang adil membuat kecemasan saya menjadi meningkat sehingga mempengaruhi permainan saya		

40	Saya banyak berkomunikasi dengan pelatih sehingga memperkuat semangat dan rasa percaya diri saya dalam menghadapi pertandingan		
41	Kondisi venue yang berisik karena banyaknya penonton tidak membuat fokus saya berkurang dalam bertanding		
42	Saya akan terus memotivasi diri saya agar tetap tampil maksimal di setiap pertandingan		

Lampiran 7 Validitas dan Rehabilitas

Validitas dan Rehabilitas

No	Butir	r Hitung	r Tabel	Keterangan
1	Butir 01	.956	.312	Valid
2	Butir 02	.760	.312	Valid
3	Butir 03	.368	.312	Valid
4	Butir 04	.368	.312	Valid
5	Butir 05	.368	.312	Valid
6	Butir 06	.956	.312	Valid
7	Butir 07	.590	.312	Valid
8	Butir 08	.710	.312	Valid
9	Butir 09	.590	.312	Valid
10	Butir 10	.852	.312	Valid
11	Butir 11	.590	.312	Valid
12	Butir 12	.590	.312	Valid
13	Butir 13	.956	.312	Valid
14	Butir 14	.760	.312	Valid
15	Butir 15	.840	.312	Valid
16	Butir 16	.956	.312	Valid
17	Butir 17	.760	.312	Valid
18	Butir 18	.515	.312	Valid
19	Butir 19	.760	.312	Valid
20	Butir 20	.852	.312	Valid
21	Butir 21	.760	.312	Valid
22	Butir 22	.760	.312	Valid
23	Butir 23	.727	.312	Valid
24	Butir 24	.587	.312	Valid
25	Butir 25	.662	.312	Valid
26	Butir 26	.368	.312	Valid
27	Butir 27	.916	.312	Valid
28	Butir 28	.587	.312	Valid
29	Butir 29	.587	.312	Valid
30	Butir 30	.793	.312	Valid
31	Butir 31	.956	.312	Valid
32	Butir 32	.760	.312	Valid
33	Butir 33	.956	.312	Valid
34	Butir 34	.760	.312	Valid

35	Butir 35	.793	.312	Valid
36	Butir 36	.760	.312	Valid
37	Butir 37	.515	.312	Valid
38	Butir 38	.760	.312	Valid
39	Butir 39	.674	.312	Valid
40	Butir 40	.590	.312	Valid
41	Butir 41	.590	.312	Valid
42	Butir 42	.956	.312	Valid

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.977	42

Lampiran 8 Data penelitian

Data penelitian

no mer	Berfikir negatif			Berfikir puas				pengalaman bertanding				moral				pelatih dan manajemen				wasit			penonton				lawan			sara na dan pras aran a		kodi si dan situ asi lapa nga n		peng aruh lingk unga n kelu arga		t o t a l					
	1	2	3	7	8	2	4	1	1	3	3	2	2	2	3	9	0	7	1	4	8	9	1	3	1	1	2	2	2	4	5	6	3	3	3		4	2	2	3	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	3
2	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	2
3	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	3
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	3
5	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	3
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	3
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	3

n o m e r	Berfiki r negati f			Berfiki r puas			pengalaman bertanding				moral				pelatih dan manajemen				wasit			penonton					lawan			sara na dan pras aran a		kodi si dan situ asi lapa ngan		peng aruh lingk ungan kelu arga		t o t a l										
	1	2	3	4	7	8	2	4	2	1	1	3	3	2	2	2	3	9	1	1	1	4	8	1	3	3	1	1	2	2	2	4	5	6	3		3	3	3	4	2	2	3			
1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	3	2						
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	5					
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	3	5		
4	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	2	7		
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	3	9			
6	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	3	2	
7	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	3	5		
8	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	3	1	
9	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	2	8

Lampiran 9 Deskriptif Statistik

Deskriptif Statistik

Tingkat_Kecemasan					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	25.00	1	2.5	2.5	2.5
	26.00	1	2.5	2.5	5.0
	27.00	1	2.5	2.5	7.5
	28.00	1	2.5	2.5	10.0
	30.00	1	2.5	2.5	12.5
	31.00	4	10.0	10.0	22.5
	32.00	6	15.0	15.0	37.5
	33.00	5	12.5	12.5	50.0
	34.00	3	7.5	7.5	57.5
	35.00	11	27.5	27.5	85.0
	36.00	3	7.5	7.5	92.5
	37.00	1	2.5	2.5	95.0
	39.00	2	5.0	5.0	100.0
	Total		40	100.0	100.0

Faktor Instrinsik

Faktor_Intrinsik					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	8.00	2	5.0	5.0	5.0
	9.00	2	5.0	5.0	10.0
	10.00	1	2.5	2.5	12.5
	11.00	8	20.0	20.0	32.5
	12.00	6	15.0	15.0	47.5
	13.00	9	22.5	22.5	70.0
	14.00	7	17.5	17.5	87.5
	15.00	4	10.0	10.0	97.5
	16.00	1	2.5	2.5	100.0
	Total		40	100.0	100.0

BepikirNegatif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	.00	1	2.5	2.5	2.5
	1.00	2	5.0	5.0	7.5
	2.00	11	27.5	27.5	35.0
	3.00	26	65.0	65.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

BerfikirPuas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2.00	2	5.0	5.0	5.0
	3.00	15	37.5	37.5	42.5
	4.00	23	57.5	57.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Pengalaman

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2.00	2	5.0	5.0	5.0
	3.00	9	22.5	22.5	27.5
	4.00	12	30.0	30.0	57.5
	5.00	17	42.5	42.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Moral

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	.00	1	2.5	2.5	2.5
	1.00	10	25.0	25.0	27.5
	2.00	13	32.5	32.5	60.0
	3.00	12	30.0	30.0	90.0
	4.00	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Faktor Ekstrinsik

		Faktor_Ekstrinsik			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15.00	1	2.5	2.5	2.5
	16.00	2	5.0	5.0	7.5
	18.00	2	5.0	5.0	12.5
	19.00	4	10.0	10.0	22.5
	20.00	5	12.5	12.5	35.0
	21.00	8	20.0	20.0	55.0
	22.00	11	27.5	27.5	82.5
	23.00	5	12.5	12.5	95.0
	24.00	2	5.0	5.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Pelatih

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2.00	5	12.5	12.5	12.5
	3.00	18	45.0	45.0	57.5
	4.00	11	27.5	27.5	85.0
	5.00	6	15.0	15.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Wasit

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	.00	1	2.5	2.5	2.5
	1.00	1	2.5	2.5	5.0
	2.00	6	15.0	15.0	20.0
	3.00	17	42.5	42.5	62.5
	4.00	15	37.5	37.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Penonton

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	1	2.5	2.5	2.5
	3.00	2	5.0	5.0	7.5
	4.00	3	7.5	7.5	15.0
	5.00	8	20.0	20.0	35.0
	6.00	26	65.0	65.0	100.0
	Total		40	100.0	100.0

Lawan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2.00	2	5.0	5.0	5.0
	3.00	5	12.5	12.5	17.5
	4.00	22	55.0	55.0	72.5
	5.00	10	25.0	25.0	97.5
	6.00	1	2.5	2.5	100.0
	Total		40	100.0	100.0

Sarpras

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	7	17.5	17.5	17.5
	2.00	33	82.5	82.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Situasi Lapangan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	.00	5	12.5	12.5	12.5
	1.00	20	50.0	50.0	62.5
	2.00	15	37.5	37.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Keluarga

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	.00	3	7.5	7.5	7.5
	1.00	5	12.5	12.5	20.0
	2.00	32	80.0	80.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Lampiran 10 Dokumentasi

Dokumentasi NTB Boy



Dokumentasi Jogokariyan Futsal

