

**HUBUNGAN DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN KECEMASAN  
MENGHADAPI PERTANDINGAN PADA ATLET BOLA VOLI  
DI KLUB PERVAS DAN MAGUWOHARJO  
VOLLEYBALL CLUB (MVC)**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**



Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar  
Sarjana Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

**Oleh:**  
**HENRA WAHYUDI POHAN**  
**NIM 19602241033**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2024**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN KECEMASAN  
MENGHADAPI PERTANDINGAN PADA ATLET BOLA VOLI  
DI KLUB PERVAS DAN MAGUWOHARJO  
*VOLLEYBALL CLUB (MVC)***

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

**HENRA WAHYUDI POHAN  
NIM 19602141033**

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal:....05.September.2024

Koordinator Program Studi



Dr. Fauzi, M.Si.  
NIP 196312281990021002

Dosen Pembimbing,



Dr. Christina Fajar Sriwahyuniati, M.Or.  
NIP 197112292000032001

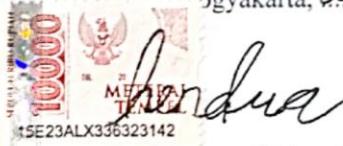
## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Henra Wahyudi Pohan  
NIM : 19602241033  
Departemen : Pendidikan Kependidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Judul TAS : Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Kecemasan  
Menghadapi Pertandingan pada Atlet Bola Voli di  
Klub Pervas dan MVC

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, 30... Agustus 2024



Henra Wahyudi Pohan  
NIM 19602241033

## LEMBAR PENGESAHAN

### HUBUNGAN DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI PERTANDINGAN PADA ATLET BOLA VOLI DI KLUB PERVAS DAN MAGUWOHARJO *VOLLEYBALL CLUB (MVC)*

#### TUGAS AKHIR SKRIPSI

**HENRA WAHYUDI POHAN**  
NIM 19602241033

Telah dipertahankan di depan Tim Pengaji Tugas Akhir  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal: 20 September 2024

#### TIM PENGUJI

| Nama/Jabatan  | Tanda Tangan | Tanggal   |
|---|--------------|-----------|
| Dr. Christina Fajar Sriwahyuniati, M.Or.<br>Ketua Tim Pengaji |              | 8/11/2024 |
| Dr. Danang Wicaksono, M.Or.<br>Sekretaris Tim Pengaji         |              | 6/11/2024 |
| Dr. Fauzi, M.Si.<br>Pengaji Utama                             |              | 1/11/2024 |



## MOTTO

"Boleh jadi keterlambatanmu dari suatu perjalanan adalah keselamatanmu, boleh jadi tertundanya pernikahanmu adalah suatu keberkahan."

**Quraish Shihab**

"Barang siapa menahan amarah, padahal dia mampu melakukannya, pada hari kiamat Allah akan memanggilnya di hadapan seluruh makhluk, kemudian Allah menyuruhnya untuk memilih bidadari yang dia sukai."

**HR. Ahmad**

"Barang siapa keluar untuk mencari sebuah ilmu, maka ia akan berada di jalan Allah hingga ia kembali."

**HR Tirmidzi**

## **PERSEMBAHAN**

Dengan mengucap rasa syukur kepada Alah SWT, saya persembahkan karya ini kepada:

1. Terima kasih kepada Allah SWT yang selalu memberikan nikmat dan karunia yang sangat luar biasa hingga saat ini, dalam sebuah kehidupan yang penuh kebahagiaan dan rasa syukur yang tiada henti.
2. Karya yang amat berharga ini dipersembahkan kepada almamater Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan yang begitu besar.
3. Terima kasih yang teristimewa untuk insan yang selalu memberikan sinar cahaya cinta kasih yang begitu besar, kasih sayang ibu dan bapak serta do'a yang diberikan kepadaku selama ini, selalu percaya pada kemampuan yang telah memberikan dukungan.
4. Teman-teman terbaik serta kekasih tercinta yang telah memberikan masukan dan motivasi untuk penulisan penelitian serta kasih kepedulian yang diberikan selama ini.

**HUBUNGAN DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN KECEMASAN  
MENGHADAPI PERTANDINGAN PADA ATLET BOLA VOLI  
DI KLUB PERVAS DAN MAGUWOHARJO  
VOLLEYBALL CLUB (MVC)**

**Oleh:  
HENRA WAHYUDI POHAN  
NIM 19602241033**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan (1) Untuk mengetahui dukungan orang tua pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC. (2) Untuk mengetahui tingkat kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC. (3) Untuk mengetahui hubungan dukungan orang tua dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan korelasional. Populasi penelitian adalah atlet bola voli di klub Pervas dan MVC berjumlah 153 atlet. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Kriterianya yaitu (1) masih aktif latihan di klub Pervas dan MVC, (2) berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, (3) berusia minimal 12 tahun, (4) pernah mengikuti pertandingan. Berdasarkan kriteria tersebut, sampel dalam penelitian ini berjumlah 65 atlet. Instrumen dukungan orang tua dan tingkat kecemasan menghadapi pertandingan menggunakan angket. Analisis data menggunakan *Pearson Correlation Product Moment*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Dukungan orang tua atlet bola voli di Klub Pervas berada pada kategori “rendah” sebesar 76,47% (26 atlet), “tinggi” sebesar 21,54% (8 atlet), sedangkan klub MVC berada pada kategori “rendah” sebesar 80,65% (25 atlet) “tinggi” sebesar 19,35% (6 atlet). (2) Tingkat kecemasan menghadapi pertandingan atlet bola voli di Klub Pervas berada pada kategori “rendah” sebesar 35,29% (12 atlet), “tinggi” sebesar 64,71% (22 atlet), dan sedangkan Klub MVC berada pada kategori “rendah” sebesar 64,71% (6 atlet). “tinggi” sebesar 80,65% (25 atlet). (3) Ada hubungan yang signifikan dukungan sosial orang tua terhadap terjadinya kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC, dengan nilai  $r_{hitung} = -0,456 > r_{tabel} = 0,242$ ,  $p-value = 0,000 < 0,05$ . Koefisien korelasi bernilai negatif, artinya jika dukungan sosial orang tua semakin tinggi, maka terjadinya kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC akan semakin rendah. Sumbangan variabel dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan menghadapi pertandingan atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC sebesar 20,80%, sedangkan sisanya sebesar 79,20% dipengaruhi faktor lain di luar penelitian ini.

**Kata kunci:** *dukungan orang tua, kecemasan menghadapi pertandingan, atlet bola voli*

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PARENTAL SUPPORT AND ANXIETY  
FACING MATCHES IN VOLLEYBALL ATHLETES  
AT THE PERVAS CLUB AND MAGUWOHARJO  
VOLLEYBALL CLUB (MVC)**

By:  
**HENRA WAHYUDI POHAN**  
**NIM 19602241033**

**ABSTRACT**

*This study aims to (1) determine the parental support of volleyball athletes in Pervas and MVC Clubs. (2) To find out the level of anxiety facing the match in volleyball athletes at the Pervas Club and MVC. (3) To determine the relationship between parental support and anxiety-facing matches in volleyball athletes at the Pervas Club and MVC.*

*This study is a quantitative research with correlation. The study population was volleyball athletes in Pervas and MVC clubs totaling 153 athletes. The sampling technique uses purposive sampling. The criteria are (1) still actively training at Pervas and MVC clubs, (2) male and female, (3) at least 12 years old, (4) have participated in matches. Based on these criteria, the sample in this study amounted to 65 athletes. Parent support instruments and anxiety levels facing the match used questionnaires. Data analysis using Pearson Correlation Product Moment.*

*The results of the study show that: (1) The support of the parents of volleyball athletes in the Pervas Club is in the "low" category by 76.47% (26 athletes), "high" by 21.54% (8 athletes), while the MVC club is in the "low" category by 80.65% (25 athletes) "high" by 19.35% (6 athletes). (2) The level of anxiety facing volleyball athletes in the Pervas Club was in the "low" category of 35.29% (12 athletes), "high" of 64.71% (22 athletes), and while the MVC Club was in the "low" category of 64.71% (6 athletes). "high" by 80.65% (25 athletes). (3) There was a significant relationship between parental social support and the occurrence of anxiety facing matches in volleyball athletes in Pervas and MVC clubs, with a calculated r-value of  $-0.456 > \text{a table } r$  of 0.242, a p-value of 0.000  $< 0.05$ . The correlation coefficient is negative, meaning that if the social support of parents is higher, then the anxiety of facing matches with volleyball athletes at the Pervas Club and MVC will be lower. The contribution of the variable of parental social support to the anxiety of volleyball athletes in the Pervas Club and MVC was 20.80%, while the remaining 79.20% was influenced by other factors outside this study.*

**Keywords:** parental support, anxiety facing the match, volleyball athletes

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas kasih dan karunia-Nya, sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi yang berjudul “Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Kecemasan Menghadapi Pertandingan pada Atlet Bola Voli di Klub Pervas dan MVC“ ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar sarjana Pendidikan.

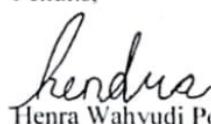
Terselesaikannya Tugas Akhir Skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan peran berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
2. Bapak Dr. Fauzi, M.Si., selaku Ketua Departemen Pendidikan Kepelatihan Olahraga beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesaiannya Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Bapak Dr. Christina Fajar Sriwahyuniati, S.Pd., M.Or., selaku pembimbing TAS beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesaiannya Tugas Akhir Skripsi ini.

4. Sekretaris dan Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
5. Pengurus, pelatih, dan Atlet Bola Voli di Klub Pervas dan MVC yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Teman teman PKO FIKK angkatan 2019 selama saya kuliah, yang selalu menjadi teman setia menemani, hingga saya dapat menyelesaikan kuliah ini
7. Teman teman yang selalu menjadi teman dan mensupport hingga saya dapat menyelesaikan kuliah ini
8. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Semoga bantuan yang telah diberikan semua pihak dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan kebaikan dari Allah SWT. Penulis berharap semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 30. Agustus 2024  
Penulis,



Henra Wahyudi Pohan  
NIM 19602241033

## DAFTAR ISI

|   | Halaman |
|---|---------|
| <b>HALAMAN JUDUL .....</b>  | i       |
| <b>HALAMAN PERSETUJUAN.....</b>                                   | ii      |
| <b>HALAMAN PERNYATAAN.....</b>                                    | iii     |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>                                    | iv      |
| <b>HALAMAN MOTTO .....</b>  | v       |
| <b>HALAMAN PERSEMBAHAN.....</b>                                   | vi      |
| <b>ABSTRAK .....</b>  | vii     |
| <b>ABSTRACT .....</b>   | viii    |
| <b>KATA PENGANTAR .....</b>                                       | ix      |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>  | xi      |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>   | xiii    |
| <b>DAFTAR TABEL.....</b>  | xiv     |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                                      | xvi     |
| <b>BAB I. PENDAHULUAN</b>   |         |
| A. Latar Belakang Masalah .....                                   | 1       |
| B. Identifikasi Masalah .....                                     | 8       |
| C. Batasan Masalah.....   | 9       |
| D. Rumusan Masalah .....  | 9       |
| E. Tujuan Penelitian.....   | 9       |
| F. Manfaat Penelitian.....  | 10      |
| <b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA</b>                                     |         |
| A. Kajian Teori.....  | 12      |
| 1. Faktor Pendukung Prestasi Bola Voli .....                      | 12      |
| 2. Psikologi Olahraga .....                                       | 15      |
| 3. Dukungan Orang Tua .....                                       | 18      |
| 4. Kecemasan Menghadapi Pertandingan.....                         | 26      |
| 5. Hakikat Bola Voli.....   | 43      |
| 6. Profil Klub Bola Voli Pervas .....                             | 43      |
| 7. Profil Klub Bola Voli <i>Maguwoharjo Volleyball Club</i> ..... | 52      |
| B. Hasil Penelitian yang Relevan.....                             | 53      |
| C. Kerangka Berpikir .....  | 56      |
| D. Pertanyaan Penelitian .....                                    | 58      |
| <b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>                                 |         |
| A. Jenis Penelitian .....   | 60      |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian .....                              | 60      |
| C. Populasi dan Sampel Penelitian.....                            | 60      |
| D. Definisi Operasional Variabel .....                            | 61      |
| E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data .....                    | 62      |
| F. Teknik Analisis Data .....                                     | 66      |
| <b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>                    |         |
| A. Hasil Penelitian.....  | 70      |
| 1. Karakteristik Atlet.....                                       | 70      |
| 2. Hasil Analisis Deskriptif .....                                | 71      |

|   |    |
|---|----|
| 3. Hasil Uji Prasyarat .....                | 74 |
| 4. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana ..... | 76 |
| 5. Hasil Uji Korelasi.....                  | 76 |
| 6. Hasil Uji Determinasi .....              | 77 |
| B. Pembahasan .....                         | 78 |
| C. Keterbatasan Penelitian .....            | 86 |
| <b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>          |    |
| A. Kesimpulan.....                          | 87 |
| B. Implikasi .....                          | 88 |
| C. Saran.....                               | 88 |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                 | 92 |
| <b>LAMPIRAN .....</b>                       | 99 |

## **DAFTAR GAMBAR**

|  | Halaman |
|--|---------|
| Gambar 1. Kerangka Berpikir.....   | 58      |
| Gambar 2. Desain Penelitian .....  | 60      |
| Gambar 3. Diagram Batang Dukungan Orang Tua .....                        | 72      |
| Gambar 4. Diagram Batang Tingkat Kecemasan Menghadapi Pertandingan ..... | 74      |

## **DAFTAR TABEL**

|  | Halaman |
|--|---------|
| Tabel 1. Alternatif Jawaban Angket.....                                      | 63      |
| Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Dukungan Orang Tua.....                         | 64      |
| Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Kecemasan .....                                 | 65      |
| Tabel 4. Norma Mean Aritmatik.....   | 66      |
| Tabel 5. Karakteristik Atlet berdasarkan Jenis Kelamin.....                  | 70      |
| Tabel 6. Karakteristik Atlet berdasarkan Usia .....                          | 71      |
| Tabel 7. Deskriptif Statistik Dukungan Sosial Orang Tua.....                 | 71      |
| Tabel 8. Norma Penilaian Dukungan Orang Tua.....                             | 72      |
| Tabel 9. Deskriptif Statistik Tingkat Kecemasan Menghadapi Pertandingan..... | 73      |
| Tabel 10. Norma Penilaian Tingkat Kecemasan Menghadapi Pertandingan.....     | 73      |
| Tabel 11. Hasil Uji Normalitas .....   | 75      |
| Tabel 12. Hasil Uji Linieritas.....  | 75      |
| Tabel 13. Hasil Analisis Regresi Linear .....                                | 76      |
| Tabel 14. Hasil Analisis Korelasi.....                                       | 77      |
| Tabel 15. Hasil Analisis Koefisien Determinasi .....                         | 77      |

## **DAFTAR LAMPIRAN**

|              | Halaman                                     |
|--------------|---|
| Lampiran 1.  | Surat Izin Penelitian dari Fakultas .....   |
| Lampiran 2.  | Surat Keterangan Penelitian dari Klub ..... |
| Lampiran 3.  | Angket Penelitian.....                      |
| Lampiran 4.  | Biodata Atlet Klub Pervas .....             |
| Lampiran 5.  | Biodata Atlet Bola Voli MVC .....           |
| Lampiran 6.  | Data Dukungan Orang Tua Klub Pervas.....    |
| Lampiran 7.  | Data Dukungan Orang Tua Klub MVC .....      |
| Lampiran 8.  | Data Kecemasan Klub Pervas .....            |
| Lampiran 9.  | Data Kecemasan Klub MVC .....               |
| Lampiran 10. | Data Dukungan Orang Tua .....               |
| Lampiran 11. | Data Kecemasan Menghadapi Pertandingan..... |
| Lampiran 12. | Deskriptif Statistik .....                  |
| Lampiran 13. | Hasil Analisis Uji Normalitas .....         |
| Lampiran 14. | Hasil Analisis Uji Linearitas .....         |
| Lampiran 15. | Hasil Analisis Uji Korelasi .....           |
| Lampiran 16. | Tabel Korelasi <i>Product Moment</i> .....  |
| Lampiran 17. | Dokumentasi .....                           |

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan aktivitas yang sudah menjadi kebutuhan manusia karena dengan tingkah laku atau aktivitas olahraga yang teratur, terukur dan terarah, maka akan menjadikan jiwa dan raga manusia menjadi lebih baik. Salah satu cabang olahraga yang sangat banyak diminati terutama masyarakat Indonesia adalah bola voli. Bola voli merupakan sebuah olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang dipisahkan oleh sebuah net. Bola voli adalah sebuah permainan yang dilakukan di atas lapangan persegi empat dengan lebar 900 cm dan panjang lapangan 1800 cm, dibatasi dengan garis selebar 5 cm. Ditengah-tengah dipasang jaring/ jala dengan lebar 900 cm, yang terbentang kuat dan mendaki pada ketinggian 244 cm untuk laki-laki dan 224 cm untuk perempuan. Jumlah pemain dalam permainan bola voli ada 6 pemain, tiga di belakang, dan tiga di depan. Keliling bola 65-67 cm dan beratnya 260-280 gram. Tekanan bola harus 0,30-0,325 kg/cm<sup>2</sup>” (Agus, dkk., 2021, p. 3).

Pemain bola voli diharapkan memiliki kondisi fisik yang prima, hal itu dapat terwujud jika terdapat program pelatihan fisik yang tersusun secara sistematis dan dilakukan secara berkelanjutan. Selain kondisi fisik, pemain bola voli dituntut mempunyai teknik, taktik, dan mental yang baik (Sovensi, dkk., 2019, p. 13). Pada setiap pertandingan ada faktor lain yang juga menjadi penentu seorang pemain untuk tetap semangat dalam setiap set. Tekanan dari penonton tentu dapat mempengaruhi emosi dan kecemasan para pemain bola

voli saat mengikuti pertandingan baik di tingkat Kabupaten, Provinsi, maupun Nasional. Normalnya semakin tinggi tingkatan kompetisi yang diikuti, maka rasa emosi dan kecemasan para pemain bola voli juga akan semakin meningkat (Putro, 2020, p. 64).

Atlet dalam mengikuti pertandingan selalu mempunyai keinginan untuk menang dan dapat bermain dengan maksimal. Atlet untuk meuwujudkan hal tersebut tidak selalu terlaksana dengan baik di lapangan. Tekanan yang dialami pada lingkungan pertandingan, misalnya tuntutan pelatih, tuntutan penonton, dan diri sednri, sering cukup mengganggu kondisi psikologis dari atlet. Seorang atlet bola voli harus dapat memanajemen dengan baik seluruh reaksi psikologi yang muncul pada saat pertandingan berlangsung, hal tersebut akan sangat berdampak pada situasi pertandingan. Kondisi yang paling baik adalah bagaimana seorang atlet dapat merubah reaksi negatif dari pengaruh psikologis atlet menjadi kebutuhan positif. Akibat hal tersebut, atlet tidak jarang memunculkan reaksi psikologi misalnya gejala emosi, marah, senang, serta cemas.

Kecemasan misalnya, dalam ilmu psikologi kecemasan atau (*anxiety*) diartikan sebagai bentuk reaksi psikologi yang muncul terhadap segala sesuatu yang baru. Cemas adalah situasi dimana keadaan fisiologi tubuh seolah-olah tercekik, sehingga memunculkan detak jantung yang berlebihan akibat reaksi yang baru saja muncul. Kecemasan jika tidak dikelola dengan baik, maka akan sangat berdampak pada performa atlet, menyebabkan kekuan gerak, keadaan

gemetar, takut kalah, sehingga keadaan atlet tidak dapat menjalankan semua teknik yang telah dikuasai sebelumnya.

Kecemasan dalam olahraga timbul saat pertandingan merupakan reaksi emosional negatif atlet ketika harga dirinya terancam, hal ini dikarenakan atlet menganggap pertandingan sebagai tantangan berat untuk berhasil dan memikirkan akibat jika kalah dalam pertandingan (Sartono, dkk., 2020, p. 216). Pendapat lain menurut Tangkudung & Mylsidayu (2017, p. 56) bahwa kecemasan adalah salah satu gejala psikologis yang sama dengan emosi negatif. Kecemasan (*anxiety*) adalah salah satu gejala psikologis yang identik atau sama dengan emosi atau perasaan negatif. Kecemasan adalah respon atau tanggapan terhadap berbagai rangsangan yang biasanya mempengaruhi ketegangan mental rasa percaya diri yang mempengaruhi penampilan atlet bola voli.

Kecemasan dalam menghadapi suatu pertandingan merupakan reaksi seseorang baik secara fisik maupun emosional (mental/psikis) yang dialami oleh seorang pemain, yakni sebagai suatu kondisi emosi negatif yang memiliki tingkat searah dengan bagaimana atlet menafsir dan memberi penilaian dalam situasi pertandingan. Seseorang yang mengalami kecemasan cenderung untuk terus menerus merasa khawatir akan keadaan yang buruk yang akan menimpa dirinya atau diri orang lain yang dikenalnya dengan baik. Seseorang yang mengalami kecemasan cenderung tidak sabar, mudah tersinggung, sering mengeluh, sulit konsentrasi, dan mudah terganggu tidurnya. Ihsya & Komarudin (2019) menyatakan bahwa atlet yang mengalami kecemasan

tingkat tinggi tanpa dibarengi rasa percaya diri mungkin akan mengalami penurunan peforma.

Setiap individu dapat terlibat pada kecemasan yang mengganggu performa atlet saat pertandingan. Kecemasan muncul dalam diri atlet pada situasi pertandingan atau sebelum menjelang pertandingan memiliki beberapa penyebab. Rhamadian & Jumrotul' Aqobah (2022, p. 33) menyatakan bahwa penyebab munculnya kecemasan yaitu kecemasan kompetitif (*competitive anxiety*), kecemasan kognitif (*kognitif anxiety*), dan kecemasan somatik. Gangguan kecemasan yang ditandai dengan respon emosional yang berhubungan dengan ketakutan, khawatir, dan ketegangan dianggap sebagai ancaman yang nyata. Di lapangan sering dilihat bahwa atlet yang sudah mempunyai kemampuan fisik yang baik, teknik yang sempurna, dan sudah dibekali berbagai taktik dan strategi untuk bertanding, tetapi tidak dapat mewujudkannya dengan baik di arena pertandingan, sehingga akhirnya mengalami kekalahan. Salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya kekalahan tersebut adalah adanya kecemasan yang dirasakan atlet pada saat bertanding, sehingga mengakibatkan tekanan berat dan turunnya mental yang pada akhirnya membuat atlet tersebut pesimis dan tidak mampu bermain secara optimal.

Kecemasan yang berlebihan dapat ditekan salah satunya dengan dukungan sosial orang tua. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Istifarani (2016) bahwa sebagian besar atlet menyatakan dukungan orang tua sebagai pemberi semangat dan memotivasi mereka, namun mereka juga menyatakan

dukungan orang tua sebagai penentu karir hanya sebagai motivator dan fasilitator, meski beberapa fasilitas yang disediakan oleh orang tua, namun hampir seluruh atlet tidak memiliki dukungan informasi yang berupa nasehat, usulan, saran, petunjuk, dan pemberian informasi. Seanjutnya penelitian yang dilakukan Akhiruyanto & Kusuma (2020) menunjukkan bahwa adanya hubungan positif kehadiran orang tua di arena bertanding terhadap tingkat motivasi atlet pelajar dalam bertanding. Penelitian menyatakan bahwa dukungan positif orang tua berhubungan dengan kesenangan anak dan antusiasme anak dalam mengikuti kegiatan olahraga.

Dukungan orang tua dapat membantu individu mengembangkan kemampuan dan potensi yang ada dalam diri anak, sehingga anak tersebut dapat hidup mandiri, berilmu, sehat, kreatif, dan bertanggung jawab atas diri sendiri dan keluarga. Dukungan orang tua juga akan merangsang pengembangan diri dan kreativitas. Orang tua sangat berperan penting dalam keberhasilan atlet. Peran orang tua dalam membantu tumbuh kembang atlet sangat diperlukan. sehingga seorang atlet tidak mengalami tekanan psikologis berupa stres. Jalinan positif antara anak dan orang tua diharapkan membantu tumbuh kembang seorang atlet remaja untuk berproses dalam berlatih dan tidak terjadi stres, sehingga berpengaruh terhadap perkembangan anak. Setelah itu perilaku tersebut berdampak dalam kepercayaan diri anak.

Dukungan orang tua berupa waktu, uang, serta dukungan emosional ketika anak terlibat dalam kegiatan olahraga bertujuan membantu proses anak ketika berlatih atau bertanding. Dukungan orang tua sebagai pengaruh kuat

dalam peningkatan prestasi atlet. Adanya dukungan orang tua bisa meningkatkan kepercayaan diri atlet, sehingga dapat meningkatkan prestasi yang maksimal. Dukungan orang tua sendiri dapat mempengaruhi psikologis atlet akan adanya gairah dalam peningkatan prestasi di saat bertanding. Bentuk dukungan orang tua sendiri dapat meningkatkan semangat baik latihan maupun kejuaraan (Mahardhika dkk., 2018, p. 62).

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat digemari masyarakat Indonesia selain sepakbola dan bulu tangkis. Prestasi bola voli Indonesia juga semakin meningkat, Tim Nasional bola voli putra Indonesia meraih emas pada ajang SEA Games 2023 Kamboja. Antusiasme bola voli di Indonesia juga dirasakan sampai ke tingkat Provinsi, salah satunya Daerah Istimewa Yogyakarta. Di kabupaten Sleman terdapat salah satu klub bola voli yaitu Pervas dan MVC. Berdasarkan hasil observasi di Klub Pervas dan *Maguwohatjo Volleyball Club* (MVC) pada bulan Mei 2024 peneliti mendapatkan informasi bahwa sebagian besar atlet mengalami kecemasan saat menghadapi pertandingan. Atlet dituntut untuk tidak melakukan kesalahan yang dapat merugikan tim. Atlet dituntut untuk selalu menang dalam setiap pertandingan, dan dituntut untuk menjadi yang terbaik. Tanggung jawab yang begitu besar di pundak para atlet nampaknya menjadi sebuah keniscayaan yang harus direalisakan yaitu menjadi pemenang.

Pelatih menyatakan bahwa kondisi secara psikologis para atlet mayoritas berada pada level kecemasan yang tinggi, hal tersebut dapat diketahui dari banyaknya kesalahan yang seharusnya tidak perlu dilakukan,

rasa percaya diri yang sering naik turun, keluar keringat dingin, rasa takut yang berlebihan. Saat pertandingan sering melakukan kesalahan dasar seperti akurasi *passing* menurun dan penerimaan *passing* yang kurang baik. Kemudian asisten pelatih juga mengatakan bahwa atlet juga belum memiliki jam terbang bermain dan masih banyak yang *nerveous*. Jadi wajar jika banyak yang merasa cemas dan banyak melakukan kesalahan-kesalahan selama pertandingan berlangsung.

Hasil wawancara dengan orang tua, orang tua sangat mendukung anaknya bergelut dalam dunia olahraga karena dengan begitu anak akan terhindar dari berbagai kemajuan media elektronik yang pada akhirnya membuat anak untuk susah belajar. Dengan keikutsertaanya di klub secara tidak langsung anak dibina kedisiplinan, tanggungjawab, kejujuran dan pola hidup sehat dan orang tua berharap anaknya dapat berprestasi dalam olahraga bola voli. Di sisi lain pelatih kurang puas dengan dukungan yang diberikan oleh orang tua.

Sebagian besar dari anak yang berangkat latihan dengan sendiri tanpa ditemani dengan orang tua, hal ini tidak hanya hanya di latihan saja namun juga ketika atlet bertanding, dukungan yang diberikan orang tua dengan hadir langsung di arena bertanding masih kurang. Atlet yang mendapat dukungan sosial penuh dari orang terdekat seperti orang tuanya yang selalu mendampingi dan supoter yang selalu hadir di pertandingan, bahwa lebih percaya diri, disiplin, sabar, lebih mendominasi pertandingan, dan jarang melakukan kesalahan. Namun atlet yang tidak mendapat dukungan dari orang

tua maupun supoter cenderung lebih pasrah dan kurang semangat dalam bertanding selain itu atlet juga merasa cemas.

Paparan di atas tentunya menarik untuk dikaji dan diteliti lebih dalam, oleh karena itu, peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Kecemasan Menghadapi Pertandingan pada Atlet Bola Voli di Klub Pervas dan MVC”.

## B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, ada beberapa hal yang dapat diidentifikasi dari permasalahan tersebut yaitu:

1. Atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC saat mengikuti kejuaraan sering mengalami kecemasan yang tinggi.
2. Atlet dituntut untuk tidak melakukan kesalahan dalam pertandingan, sehingga atlet menjadi lebih cemas.
3. Atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC sering melakukan kesalahan yang seharusnya tidak perlu dilakukan saat bertanding.
4. Saat pertandingan sering melakukan kesalahan dasar seperti *passing* menurun dan penerimaan *passing* yang kurang baik.
5. Sebagian besar dari anak yang berangkat latihan dengan sendiri tanpa ditemani dengan orang tua, hal ini tidak hanya hanya di latihan saja namun juga ketika atlet bertanding.
6. Dukungan orang tua dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC belum diketahui.

### **C. Pembatasan Masalah**

Dari identifikasi masalah di atas jelas bahwa permasalahan yang terkait sangat luas, karena banyaknya masalah yang terkait dengan kecemasan menghadapi pertandingan, maka peneliti akan memfokuskan pada masalah yang berkaitan dengan dukungan orang tua, karena faktor tersebut dianggap sangat berpengaruh dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka yang menjadi masalah pokok dalam penelitian adalah:

1. Bagaimana dukungan orang tua pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC?
2. Bagaimana tingkat kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC?
3. Adakah hubungan dukungan orang tua dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini sesuai dengan permasalahan yang ada, yaitu:

1. Untuk mengetahui dukungan orang tua pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC.
2. Untuk mengetahui tingkat kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC.

3. Untuk mengetahui hubungan dukungan orang tua dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC.

## **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik secara teoretis maupun praktis sebagai berikut:

1. Secara Teoritis
  - a. Secara teoritis, penelitian ini di harapkan dapat bermanfaat memberikan sumbangan perkembangan ilmu pengetahuan khususnya mengenai hubungan dukungan orang tua dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC.
  - b. Sebagai bahan acuan dan bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya.
2. Secara Praktis
  - a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tenang ilmu yang telah dipelajari selama studi dan pengalaman penulis dalam bidang kepelatihan olahraga.
  - b. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi maupun saran bagi atlet yang membutuhkan cara untuk menurunkan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet yang baik dan benar.
  - c. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi, pembanding, dan acuan untuk penelitian selanjutnya dengan menambah

wawasan atau variabel lain, sehingga berguna untuk para atlet yang membutuhkan.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Faktor Pendukung Prestasi Bola Voli**

Keberhasilan sebuah prestasi olahraga sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor yang ada dalam pembinaan olahraga tersebut. Prestasi menjadi tolak ukur kemajuan bola voli suatu negara. Prestasi sendiri merupakan isu penting saat ini, dimana pemerintah daerah, pembina olahraga dan atlet bertanggung jawab atas pencapaian prestasi itu sendiri, yang membutuhkan proses yang panjang seperti proses latihan. Tujuan utama setiap klub dan pemain adalah tercapainya prestasi secara maksimal. Prestasi yang dicapai klub dan atlet akan selalu membawa kehormatan bagi reputasi klub dan atlet, pelatih dan daerah asalnya sendiri. Mencapai hal tersebut membutuhkan jangka waktu lama, sumber dana besar, sarana dan prasarana yang layak dan butuh kerja keras yang maksimal.

Ada beberapa faktor yang berpengaruh terhadap prestasi, namun faktor-faktor tersebut dituntut untuk saling bersinergi agar saling mendukung satu sama lainnya. Sistem pencapaian prestasi olahraga membutuhkan dukungan dan kontribusi berbagai pihak antara lain dukungan pemerintah dalam menyusun strategi, fasilitas pelatihan, peningkatan peluang kompetisi, peningkatan sumber daya serta

pemanfaatan dukungan *sports science* secara maksimal (Candra, dkk., 2019, p. 13).

Komponen olahraga prestasi meliputi atlet, pelatih, pengurus dan organisasi, sarana dan prasarana, kompetisi, pendanaan, dukungan. 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 dilakukan uji coba dengan melakukan kompetisi dan *try out* baik dilakukan di dalam negeri maupun di luar negeri dengan tujuan mengukur kemampuan bertanding/berlomba dan kematangan sebagai pembentuk teknik, fisik dan mental bertanding. Tetapi perlu diingat bahwa aktivitas komponen-komponen di atas bisa berjalan apabila ditunjang oleh pendanaan proposional serta penggunaannya harus dengan penuh tanggung jawab (Sukendro & Indrayana, 2017).

Perkembangan mutu dan prestasi klub bola voli perlu didukung oleh pihak-pihak terkait bukan hanya pelatih saja, tetapi berbagai pihak baik pemerintah, pengurus organisasi dan lembaga olahraga. Pembinaan yang terencana dan dilaksanakan terus menerus merupakan langkah yang harus ditempuh serta merupakan tanggung jawab dari semua pihak yang ikut berperan aktif dalam kegiatan olahraga bola voli tersebut. Klub sebagai tempat pembinaan prestasi bola voli memiliki peran membentuk

kemampuan seorang atlet agar berkualitas dan mampu mencapai prestasi maksimal. Prestasi bola voli harus didukung pengetahuan yang luas serta pengkajian seluruh aspek bola voli secara ilmiah. Kerjasama antar orang-orang yang terlibat dalam klub harus terjalin dengan baik.

Prestasi maksimal merupakan impian setiap atlet dari berbagai macam cabang olahraga. Keberhasilan prestasi tidak lepas dari dukungan berbagai pihak. Pelatih yang berkualitas memegang peranan penting terhadap peningkatan prestasi atletnya. Pelatih harus mampu menerapkan program latihan yang sesuai dengan kemampuan atletnya, memantau latihan dan membina secara terus menerus. Pelatih juga harus mampu mengembangkan prestasi yang telah dicapai atlet-atletnya.

Pelatih harus mampu menerapkan program latihan yang sesuai dengan keadaan, memantau latihan dan membina secara teratur dan terus menerus. Olahraga voli juga harus dibina pengurus dengan kinerja yang baik melalui organisasi demi kelangsungan dan kelancaran kegiatan yang dilakukan, maka dari itu diperlukan keseriusan serta motivasi yang tinggi untuk menjalankan pembinaan dari berbagai aspek. Kualitas atlet harus didukung prasarana dan sarana yang baik. Prasarana dan sarana yang berkualitas merupakan tuntutan yang harus dipenuhi guna menunjang kegiatan latihan, sehingga prestasi maksimal dapat tercapai. Kompetisi yang sering diikuti para atlet juga dapat membentuk rasa percaya diri menghadapi kompetisi utama.

Lingkungan atlet juga memegang peranan sangat penting dalam usaha-usaha mencapai prestasi bola voli. Kondisi lingkungan yang dapat menunjang atlet dalam berprestasi diantaranya, lingkungan umum dan lingkungan sosial khususnya keluarga. Lingkungan keluarga yang harmonis dapat mensuport di bidang olahraga dan fokus pada atlet yang mengikuti berbagai proses latihan dan perlombaan. Sebagai contoh bahwa sebuah keluarga mengunjungi seorang anak (atlet) untuk bertanding (Gofron, dkk., 2023). Dukungan dari lingkungan keluarga, seperti anggota keluarga yang berinteraksi dengan baik, dapat memberikan rasa aman dan tingkat kepercayaan diri yang tinggi. Begitu pula lingkungan masyarakat memberikan pengaruh positif terhadap perkembangan pribadi (Murni, dkk., 2020).

## **2. Psikologi Olahraga**

Psikologi adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku manusia. Objek material psikologi adalah terbatas pada aktivitas-aktivitas yang teramat melalui perwujudan tingkah laku atau perbuatan manusia. Berdasarkan batasan ini dapat dikatakan bahwa psikologi mencoba menerangkan hakekat perilaku manusia dengan menggali nilai-nilai yang terkandung dalam jiwa itu, meliputi kekuatan-kekuatannya, modus-modusnya, fungsi-fungsinya serta aktivitas-aktivitas yang dimanifestasikan ke dalam tingkah laku nyata (Dimyati, 2019, p. 16). Dewi, dkk., (2018, p. 4) menjelaskan bahwa psikologi olahraga merupakan bidang studi baru dalam perkembangan ilmu psikologi, sejalan

dengan perkembangan psikologi terapan atau *applied psychology* dalam berbagai bidang kehidupan.

Psikologi olahraga adalah psikologi terapan, ilmu psikologi yang diterapkan terhadap atlet dan situasi dalam olahraga. Objek studi psikologi pada umumnya adalah gejala kejiwaan yang diselidiki dari tingkah laku dan pengalaman individu. Psikologi olahraga tumbuh dan berkembang menjadi cabang dari ilmu psikologi karena ada gejala khusus yang perlu dijadikan objek studi ilmu psikologi. Psikologi olahraga adalah psikologi yang diterapkan dalam bidang olahraga, meliputi faktor-faktor yang berpengaruh secara langsung terhadap atlet dan faktor-faktor di luar atlet yang dapat memengaruhi penampilan (*performance*) atlet tersebut.

Psikologi olahraga adalah ilmu yang mempelajari tentang tingkah laku dan pengalaman manusia berolahraga dalam interaksinya dengan manusia lainnya dan dalam situasi sosial yang merangsang. Psikologi olahraga juga berkaitan dengan perasaan nyaman dan bugar (*wellness*), serta keharmonisan kepribadian seseorang. Artinya, berolahraga secara teratur memiliki pengaruh tertentu terhadap kondisi psikis seseorang, yang berpengaruh terhadap kualitas kepribadian. Kondisi psikis akan berpengaruh secara positif dengan berolahraga, dan membentuk aspek ciri kepribadian yang positif pula (Kurniawan, dkk., 2021, p. 5).

Selanjutnya Kurniawan, dkk., (2021, p. 7) menjelaskan beberapa manfaat psikologi olahraga pagi guru/pelatih olahraga antara lain:

- a. Memahami gejala-gejala psikologis yang muncul pada anak didik/atlet seperti motivasi, perasaan, pikiran, kecemasan, sikap, dan lain-lain,
- b. Mengetahui, memahami, dan menginternalisasi gejala-gejala psikologi yang dianggap dapat memengaruhi peningkatan dan kemunduran prestasi anak didik/atlet,
- c. Pengetahuan dan pemahaman tentang sejumlah faktor psikologi tersebut dapat dijadikan bahan untuk memecahkan problem-problem aplikatif dalam membina anak didik/ atlet,
- d. Untuk mempelajari kemungkinan penerapan teori-teori psikologi olahraga dalam usaha pembinaan atlet, misalnya pembinaan mental (*mental training*), dan
- e. Mempelajari hasil-hasil penelitian psikologis olahraga sebagai bahan perbandingan, serta kemungkinan menerapkan dalam latihan.

Selanjutnya Dewi, dkk., (2018, p. 6) menyatakan bahwa prestasi olahraga yang tinggi tidak hanya bergantung pada penggunaan teknik dan taktik saja, tetapi peranan kemantapan jiwa dalam melakukan latihan dan pertandingan ternyata juga ikut berpengaruh. Sampai seberapa jauh peranan kejiwaan itu terhadap pencapaian prestasi dalam olahraga menjadi masalah yang ingin dipecahkan baik oleh para ahli olahraga maupun ahli ilmu jiwa. Psikologi olahraga merupakan bidang terapan yang mengkaji tingkah laku atlet sebagai individu dan sebagai peserta kegiatan olahraga yaitu: (1) Identifikasi terhadap ciri-ciri psikis atlet dalam jenis olahraga

tertentu. (2) Pengembangan serta pembinaan ciri-ciri psikis yang menunjang kegiatan olahraga. (3) Perhatian terhadap keadaan-keadaan yang mempengaruhi peningkatan prestasi.

Berdasarkan uraian tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa psikologi olahraga merupakan sebagai seorang individu dan gejala-gejala psikologis dan sosial yang berpengaruh terhadap kepribadian dan penampilan. Ada tujuan utama mengkaji psikologi olahraga, yaitu 1) mengkaji pengaruh dari faktor-faktor psikologis terhadap penampilan Olahragawan; dan 2) mengkaji pengaruh dari keikutsertaan dalam aktivitas jasmani dalam mengembangkan kesehatan dan kesejahteraan.

### **3. Dukungan Orang Tua**

#### **a. Pengertian Dukungan Orang Tua**

Manusia adalah makhluk individu dan sosial. Manusia memang bisa bersifat individual tetapi manusia hidup tidak akan terlepas dari orang lain. Manusia pertama hidup di dalam lingkungan keluarga dan interaksi pertama dilakukan dengan orang tua yang telah mengandung, melahirkan, dan merawat serta membimbing dan mendidiknya. Dalam keluarga yang mendapat sorotan pertama adalah orangtua. Peran orangtua sangatlah besar dan sentral bagi anak-anaknya (Baiti, 2020, p. 113).

Orang tua adalah ayah dan ibu kandung. Fatmawati (2019, p. 119) menjelaskan orang tua adalah sosok yang luar biasa, serba hebat, dan serba tahu. Orang tua harus bertanggung jawab penuh terhadap

anak-anaknya mulai dari mengasuh, membesarkan serta bertanggungjawab pula terhadap kebutuhan lahir dan batin seorang anak. Kebutuhan itu dapat berupa perhatian dari orang tua, baik berupa kasih sayang secara langsung maupun dalam bentuk perhatian yang lainnya. Dalam hal ini, yang dimaksud dengan orang tua bukan hanya sebatas orang tua kandung tetapi juga merupakan orang tua asuh yang merawat, memberi perhatian, dan bertanggung jawab terhadap anak tersebut (Angkat, 2021, p. 2).

Orangtua menurut Ayuna (2017, p. 7) adalah orangtua dewasa yang turut bertanggung jawab terhadap kelangsungan hidup anak, yang termasuk dalam pengertian ini adalah ayah dan ibu, kakek, nenek, paman, bibi, kakak atau wali. Orangtua di dalam keluarga adalah sosok pemimpin yang mengatur pola komunikasi dan tingkah laku anggota keluarganya. Seorang anak biasanya menjadi target utama dari orangtua untuk mendapatkan kasih sayang yang penuh. Apalagi dalam upaya mendidik dan membimbing anak untuk menjadi orang yang diinginkan oleh orangtua. Hal ini dikarenakan sosok orangtua harus bisa menjadi seorang teladan untuk dapat ditiru oleh anak.

Segala upaya harus dilakukan oleh orangtua agar anak mampu mengembangkan kemampuan, keterampilan dan kepribadiannya. Bimbingan orangtua dari segi mental, psikologi, jasmani dan rohani anak akan membantu perkembangan anak secara menyeluruh. Apalagi seorang anak yang masih menggantungkan diri pada orangtua. Dalam

sebuah masalah pun anak harus mendapat bimbingan dari orangtua agar mampu mengatur emosinya yang masih labil. Peran orangtua akan jelas dirasakan oleh seorang anak dalam kehidupan berkeluarga, karena keluarga adalah tempat untuk mengemukakan keluh kesah dan kesulitan yang dialami oleh anak (Noya, 2021, p. 41).

Darumoyo, dkk., (2021, p. 21) menyatakan peran orangtua terhadap anak di dalam keluarga adalah sebagai motivator, fasilitator dan mediator. Sebagai motivator, orangtua harus senantiasa memberikan motivasi/dorongan terhadap anaknya untuk berbuat kebajikan dan meninggalkan larangan Tuhan. Rudini & Melinda (2020, p. 2) menyatakan bahwa ilmu pengetahuan sebagai fasilitator, orangtua harus memberikan fasilitas, pemenuhan kebutuhan keluarga/anak berupa sandang pangan dan papan, termasuk kebutuhan pendidikan.

Dukungan orang tua adalah interaksi sosial yang disalurkan ke anaknya dalam bentuk kasih sayang, motivasi, perhatian, doa, materi, dan bisa menjadi guru pertama dalam kehidupan anak tersebut untuk menerima informasi dan kejadian penting dalam hidup anaknya. Dukungan orang tua adalah persepsi seseorang bahwa dirinya menjadi bagian dari jaringan sosial yang di dalamnya tiap anggotanya saling memberikan dukungan satu sama lain (Mayang, 2018, p. 2). Pendapat Maulany, dkk., (2022, p. 12) bahwa dukungan orang tua bisa diartikan interaksi yang secara intens oleh orangtua sebagai bentuk *support*

kepada anak yang itu mencakup dalam hal perilaku-perilaku secara fisik atau verbal menunjukkan afeksi atau dorongan positif yang dialami anak.

Pendapat Rahmadina, dkk., (2021, p. 18) bahwa dukungan orang tua bisa diartikan dalam perhatian, penghargaan, kenyamanan, menolong orang dengan sikap kondisi, dukungan keluarga tersebut didapatkan oleh individu ataupun kelompok. Ekasari, dkk., (2022, p. 2) menyatakan bahwa dukungan orangtua adalah kesedihan, kepedulian, keberadaan, dari orang-orang yang dapat menyayangi kita, diandalkan, dan menghargai kita. Dukungan orang tua berupa bantuan secara materi (instrumental), informasi, dan emosional sehingga remaja dapat mempersepsikan bantuan yang diterimanya dapat bermanfaat bagi dirinya.

Saputri, dkk., (2019, p. 62) menyatakan bahwa dukungan orang tua adalah sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Astuti (2017, p. 2) menyatakan dukungan orang tua mengacu pada pengertian dukungan sosial, dukungan sosial biasanya didefinisikan sebagai keberadaan atau ketersediaan orang pada siapa kita mengandalkan orang yang memberitahu bahwa mereka peduli, nilai dan mencintai. Afabiani & Krisnani (2020, p. 40) berpendapat bahwa salah satu bentuk peranan sebagai orang tua yang dapat diberikan kepada anak mereka yaitu

memberi dukungan (perhatian dan kasih sayang) untuk membantu tumbuh kembang anak, dukungan orangtua sebagai bantuan yang diterima individu dari orang lain atau kelompok sekitarnya, yang membuat penerima merasa nyaman, dicintai, dan dihargai.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa, peranan orangtua merupakan fungsi sosial yang dilakukan orang tua (Ibu//Bapak) dalam keluarga atau rumah tangga dengan melakukan pengawasan dan bimbingan terhadap anak-anaknya. Peranan keluarga antara lain merupakan tempat bimbingan yang pertama dan yang utama dari orangtuanya dalam hal membentuk kepribadian anak. Anak-anak bukan saja memerlukan pemenuhan kebutuhan material, tetapi juga kasih sayang, perhatian, dorongan dan kehadiran orangtua di sisinya.

### **b. Aspek-aspek Dukungan Orang Tua**

Dukungan orang tua sebagai hubungan dari orang tua yang dapat diandalkan, bimbingan serta kedekatan emosional terhadap suatu individu yang membuat dirinya mendapatkan pengakuan. Menurut Bunsaman & Krisnani (2020, p. 221) dukungan orang tua dibedakan menjadi enam aspek, yaitu (1) Menciptakan kehidupan beragama dalam keluarga, (2) Mempunyai waktu bersama keluarga, (3) Mempunyai komunikasi yang baik antar anggota keluarga, (4) Saling menghargai sesama anggota keluarga, (5) Kualitas dan kuantitas konflik yang minim, (6). Adanya hubungan atau ikatan yang erat antar

keluarga. Keenam aspek tersebut memiliki hubungan yang erat satu dengan lainnya. Proses tumbuh kembang anak sangat ditentukan dari berfungsi setidaknya keenam aspek diatas, untuk menciptakan keluarga harmonis peran dan fungsi orangtua sangat menentukan, keluarga yang tidak bahagia atau tidak harmonis akan mengakibatkan anak menjadi menurun prestasi belajarnya.

Aspek dukungan orang tua yang dikemukakan oleh Beest & Baerveldt (Solichah, dkk., 2022, p. 52), terdapat empat aspek:

1) Dukungan Emosi

Dukungan ini mencakup perilaku-perilaku yang secara fisik atau verbal menunjukkan afeksi atau dorongan dan komunikasi yang positif/terbuka. Dukungan ini juga meliputi ekspresi empati misalnya mendengarkan, bersikap terbuka, menunjukkan sikap percaya terhadap apa yang dikeluhkan, mau memahami, ekspresi kasih sayang dan perhatian. Dukungan emosional akan membuat si penerima merasa berharga, nyaman, aman, terjamin, dan disayangi.

2) Dukungan Instrumental

Dukungan ini meliputi penyediaan sarana dan prasarana bagi pencapaian prestasi, penguasaan kompetensi dan bantuan yang diberikan secara langsung, bersifat fasilitas atau materi misalnya menyediakan fasilitas yang diperlukan, meminjamkan uang, memberikan makanan, permainan atau bantuan yang lain.

### 3) Dukungan Otonom

Dukungan ini orangtua sebagai fasilitator dalam membantu anak yang diharapkan membuat anak tidak memiliki ketergantungan yang berlebih kepada orangtua dan yang lebih utama anak belajar bagaimana menyelesaikan masalahnya sendiri dengan mandiri, membuat pilihan apa yang mereka inginkan dan menentukan nasib sendiri.

### 4) Dukungan Direktif

Dukungan ini orangtua banyak memberikan intruksi, mengendalikan, dan cenderung mengambil alih masalah anak dan memerintah. Dukungan direktif ini dianggap kurang baik karena orangtua lebih banyak berperan untuk karir anaknya.

Jenis-jenis dukungan sosial merupakan suatu cara yang mewujudkan bisa dalam bentuk ekspresi, ungkapan atau perwujudan bantuan dari individu yang satu ke individu yang membutuhkan. Weiss (Nugroho, 2019, p. 465), membagi dukungan sosial ke dalam 6 bagian yang berasal dari hubungan dengan individu lain yaitu:

#### 1) *Reliable alliance* (Hubungan yang dapat diandalkan)

Pengetahuan yang dimiliki individu bahwa individu dapat mengandalkan bantuan yang nyata yang dibutuhkan, individu yang menerima bantuan ini akan merasa tenang karena individu menyadari ada orang yang dapat diandalkan untuk menolong bila individu menghadapi kesulitan.

2) *Guidance* (Bimbingan)

Dukungan berupa nasehat dan informasi dari sumber yang dapat dipercaya.

3) *Reassurance of worth* (Adanya Pengakuan)

Dukungan ini berbentuk pengakuan atau penghargaan terhadap kemampuan dan kualitas individu, dukungan ini akan membuat individu merasa dihargai dan diterima, misalnya memberikan pujian kepada individu karena telah melakukan sesuatu yang baik.

4) *Attachment* (Kedekatan emosional)

Dukungan ini berupa pengekspresian dari kasih sayang dan cinta yang diterima individu, yang dapat memberikan rasa aman kepada individu yang menerimanya, kedekatan dapat memberikan rasa aman.

5) *Social integration* (Integrasi Sosial)

Dikaitkan dengan dukungan yang dapat menimbulkan perasaan memiliki pada individu karena menjadi anggota di dalam kelompok dalam hal ini dapat membagi minat, serta aktifitas sosialnya sehingga individu merasa dirinya dapat diterima oleh kelompok tersebut.

6) *Opportunity to nurturance* (Kesempatan untuk Mengasuh)

Dukungan ini berupa perasaan bahwa individu dibutuhkan oleh orang lain, jadi dalam hal ini subjek merupakan sumber dukungan bagi orang yang mendukungnya.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa komponen-komponen dukungan orang tua yaitu *Reliable alliance*, *Guidance*, *Opportunity for nurturance*, *Attachment*, *Social integration*, *Reassurance of worth*. Ke enam faktor tersebut akan mengkonstrak instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini.

#### **4. Kecemasan Menghadapi Pertandingan**

##### **a. Definisi Kecemasan**

Kecemasan (*anxiety*) adalah variabel penting dari hampir semua teori kepribadian. Kecemasan merupakan suatu faktor psikologis dari pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental kesukaran dan tekanan yang menyertai konflik atau ancaman. Kecemasan adalah perasaan tidak tenang, bingung, tegang dan khawatir dalam keadaan tertentu. Atlet yang mengalami kecemasan berlebihan akan menimbulkan bentuk masalah kesehatan atau perilaku menyimpang sehingga penampilan dan kepercayaan diri menurun (Hindiari & Wismanadi, 2022, p. 179).

Kecemasan merupakan perubahan sinyal peringatan bahaya yang akan datang dan membuat individu mengambil tindakan untuk menghadapi kecemasan. Kecemasan merupakan pernak pernik kekayaan hidup, tapi harus dihindari manakala menimbulkan efek yang negatif. Pada dasarnya, kecemasan membawa akibat yang tidak baik bagi kesehatan moral seseorang. Orang yang selalu dihinggapi

kecemasan dipastikan akan terus-menerus tertekan dan jauh dari ketenangan (Tumanggor & Siregar, 2021, p. 403).

Kecemasan adalah salah satu gejala psikologis yang identik dengan perasaan negatif. Kecemasan 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, p. 102).

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 (Simamora & Akbari, 2022, p. 12). Kecemasan adalah rasa takut yang tidak jelas objeknya dan tidak jelas pula alasannya. Kecemasan merupakan ketidakberdayaan neurotik, rasa tidak aman, tidak matang, dan kekurangmampuan dalam menghadapi tuntutan realitas (lingkungan), kesulitan dan tekanan kehidupan sehari-hari (Ardiwinata, 2020, p. 137).

Kecemasan 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, p. 113). Hubungan antara kecemasan dengan olahraga yang sering terjadi yaitu kecemasan yang dialami oleh atlet saat bertanding, hal ini tentunya sisi negatif yang dapat memengaruhi penampilan dan merugikan seorang atlet.

Weinberg & Gould (2015, p. 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.

Kecemasan merupakan respons terhadap situasi tertentu yang mengancam dan merupakan hal yang normal terjadi menyertai perkembangan, perubahan, pengalaman baru atau yang belum pernah dilakukan, serta dalam menemukan identitas diri dan arti hidup. Kecemasan adalah reaksi emosional terhadap objek atau keadaan yang tidak memiliki cukup alasan untuk ditakuti dan tidak regional (Ong & Griva 2017, p. 475). Maulana & Khairani (2017, p.

97) menyatakan kecemasan 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.

Pendapat Rohmansyah (2017, p. 2) bahwa rasa cemas juga dapat terjadi karena kegelisahan-kekhawatiran dan ketakutan terhadap sesuatu yang tidak jelas. Kecemasan merupakan 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.

Kecemasan menghadapi pertandingan merupakan keadaan distress yang dialami oleh seorang atlet, yaitu sebagai suatu kondisi emosi negatif yang meningkat sejalan dengan bagaimana seorang atlet menginterpretasikan dan menilai situasi pertandingan. Persepsi atau tanggapan atlet dalam menilai situasi dan kondisi pada waktu menghadapi pertandingan, baik jauh sebelum pertandingan atau

mendekati pertandingan akan menimbulkan reaksi yang berbeda. Apabila atlet menganggap situasi dan kondisi pertandingan tersebut sebagai sesuatu yang mengancam, maka atlet tersebut akan merasa tegang (stres) dan mengalami kecemasan (Nurdiansyah & Jannah, 2021, p. 61).

*Competitive anxiety* merupakan perasaan khawatir, gelisah, dan tidak tenang dengan menganggap pertandingan sebagai sesuatu yang membahayakan. Kecemasan bertanding yang dirasakan atlet merupakan sebagai perasaan khawatir, gelisah, dan tidak tenang dan menganggap pertandingan sebagai suatu hal yang membahayakan yang disertai dengan perubahan fisiologis seperti detak jantung dan tekanan darah meningkat, rasa keram di perut, pernapasan menjadi cepat dan wajah menjadi memerah (Sari & Irawan, 2020, p. 2).

Kecemasan menghadapi pertandingan adalah reaksi emosional yang tidak menyenangkan dan muncul sebelum pertandingan terhadap bahaya yang tidak nyata pada atlet. Penelitian yang dilakukan. Semakin tinggi kecemasan bertanding, maka semakin rendah performa atlet. Harsono (2017, p. 121) menyatakan bahwa hubungan kecemasan dengan bertanding, yaitu 1) kecemasan meningkat sebelum pertandingan dimulai, hal ini disebabkan karena bayangan beratnya pertandingan; 2) selama pertandingan berlangsung, biasanya kecemasan menurun; 3) mendekati akhir pertandingan biasanya kecemasan naik lagi.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan, bahwa kecemasan bertanding merupakan reaksi emosi negatif atlet terhadap keadaan tegang dalam menilai situasi pertandingan, yang ditandai dengan perasaan khawatir, was-was, dan disertai peningkatan gugahan sistem faal tubuh, sehingga menyebabkan atlet merasa tidak berdaya dan mengalami kelelahan, karena senantiasa berada dalam keadaan yang dipersepsi mengancam.

**b. Klasifikasi Kecemasan**

Kecemasan seseorang dapat diklasifikasikan menjadi beberapa. Widyanti, dkk., (2023, p. 300) menjelaskan bahwa ada beberapa tingkat kecemasan sebagai berikut:

1) Kecemasan Ringan

Kecemasan ringan berhubungan dengan ketegangan akan peristiwa kehidupan sehari-hari.

2) Kecemasan Sedang

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

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.

#### 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

Kecemasan yang dihadapi oleh atlet dapat mempengaruhi penampilan dalam skala yang berbeda-beda dari setiap individu atlet. Kecemasan terbagi menjadi tiga tingkatan yaitu kecemasan ringan, sedang dan berat. Tingkatan kecemasan ini yang akan mempengaruhi penampilan atlet, apabila atlet memiliki kecemasan yang ringan maka penampilannya akan meningkat, tetapi apabila atlet memiliki kecemasan yang tinggi maka penampilan atlet akan menurun (Purnamasari & Novian, 2021, p. 203).

Kecemasan terdiri atas tiga aspek yaitu, aspek kecemasan kognitif yang menjelaskan adanya pikiran-pikiran yang mendorong munculnya kecemasan pada atlet, misalnya takut gagal. Aspek kecemasan somatis menjelaskan adanya gejala-gejala somatis yang menunjukkan atlet sedang mengalami kecemasan, misalnya keringat dingin, jantung berdetak lebih cepat, ketegangan pada otot. Aspek kurang percaya diri dipercaya mendorong munculnya kecemasan yang berkaitan dengan pikiran yang menunjukkan adanya keraguan dalam menampilkan kemampuannya dalam pertandingan (Situmorang, 2019, p. 67).

Terdapat tiga aspek kecemasan yaitu aspek emosional, aspek kognitif dan aspek fisiologis. Aspek emosional adalah kecemasan yang berhubungan dengan pemahaman individu terhadap dampak psikologis dan kecemasan seperti ketegangan, sedih, mencemooh diri sendiri dan rasa prihatin. Aspek kognitif adalah kecemasan yang berhubungan dengan pikiran tentang ketakutan dan kekhawatiran sehingga mengganggu konsentrasi. Aspek fisiologis adalah kecemasan yang berhubungan dengan reaksi jasmani terhadap ketakutan dan kekhawatiran (Hindiari & Wismanadi, 2022, p. 179).

Mahfud & Gumantan (2020, p. 87) menyebutkan bahwa reaksi kecemasan mempunyai tiga komponen, yaitu:

- 1) Komponen emosional, yaitu komponen kecemasan berkaitan dengan persepsi individu terhadap pengaruh psikologis dari kecemasan.
- 2) Komponen kognitif, yaitu adanya kekhawatiran individu terhadap konsekuensi yang mungkin akan dialami atau pengharapan dan anggapan yang negatif tentang diri sendiri. Apabila kekhawatiran meningkat akan mengganggu kemampuan individu dalam berpikir jernih, memecahkan masalah serta memenuhi tuntutan lingkungan.
- 3) Komponen fisiologis, yaitu reaksi tubuh terhadap adanya kecemasan yang muncul dapat mendorong timbulnya gerakan-gerakan pada bagian tubuh tertentu. Gerakan yang terjadi

sebagian besar merupakan hasil kerja sistem syaraf otonom yang mengontrol berbagai otot dan kelenjar tubuh.

Kecemasan pada atlet memiliki perbedaan antara kecemasan yang bersifat berubah-ubah dan kecemasan yang bersifat relatif stabil. Widyanti, dkk., (2023) menyatakan bahwa kecemasan pada atlet dalam menghadapi pertandingan dapat dikelompokkan menjadi dua jenis, yaitu:

1) *State Anxiety (state-A)*

*State anxiety* adalah suatu reaksi terhadap situasi ketegangan yang sedang dihadapi yang ditandai dengan kekhawatiran dan terjadinya peningkatan aktivitas fisiologis sifatnya sementara dan berlangsung untuk situasi tertentu saja.

2) *Trait Anxiety (trait-A)*

*Trait anxiety* merupakan faktor kepribadian yang mempengaruhi seseorang untuk mempersepsi suatu keadaan sebagai suatu situasi yang mengandung ancaman atau situasi yang mengancam, yang relatif menetap.

Kurniawan, dkk., (2021, p. 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, 2018, p. 378). Pendapat selanjutnya Harrison, et al., (2021, p. 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 kecemasannya akan selalu berlebihan dan mendominasi aspek psikisnya. Hal ini merupakan kendala yang serius bagi atlet tersebut untuk berpenampilan baik (Erdiyanti & Maulana, 2019, p. 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, p. 102) menjelaskan bahwa gejala-gejala kecemasan yaitu: (1) 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 ekstremitas, (c) Terjadi perubahan irama pernapasan, (d) Terjadi kontraksi otot pada dagu, sekitar mata dan rahang. (2) Secara psikis yaitu: (a) Gangguan pada perhatian dan konsentrasi, (b) Perubahan emosi, (c) Menurunnya rasa percaya diri, (d) Timbul obsesi, (e) Tidak ada motivasi.

Gejala kecemasan bermacam-macam dan kompleksitasnya, tetapi dapat dikenali. Sari & Irawan (2020, p. 4) menjelaskan beberapa gejala apabila atlet mengalami kecemasan, yaitu:

- 1) Individu cenderung terus-menerus merasa khawatir akan keadaan yang buruk, yang akan menimpa dirinya/orang lain yang dikenalnya dengan baik.
- 2) Biasanya cenderung tidak sabar, mudah tersinggung, sering mengeluh, sulit berkonsentrasi, dan mudah terganggu tidurnya atau mengalami kesulitan tidur.
- 3) Sering berkeringat berlebihan walaupun udara tidak panas dan bukan sedang aktivitas fisik, jantung berdegup cepat, tangan dan kaki terasa dingin, mengalami gangguan pencernaan, mulut dan tenggorokan terasa kering, tampak pucat, gemetar, sesak napas, percepatan nadi dan detak jantung, mual, muntah, diare.

Perubahan fisik yang terjadi akibat *anxiety*, p. 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, p. 103). Tangkudung & Mylsidayu (2017, p. 53-54) lebih spesifik membedakan gejala-gejala kecemasan menjadi dua, 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. Biasanya cenderung 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 gejala *anxiety* terbagi menjadi dua 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).

### c. Faktor yang Memengaruhi Kecemasan

Kecemasan seseorang dipegaruhi oleh beberapa faktor. Hindari & Wismanadi (2022, p. 179) menyatakan bahwa permasalahan kecemasan terbagi menjadi dua yaitu ditimbulkan dari faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal adalah permasalahan yang muncul dari luar diri atlet seperti penonton, lingkungan, keluarga, lawan, pelatih dan cuaca. Faktor internal yaitu permasalahan yang muncul dari dalam diri atlet seperti moral, pengalaman bertanding, pikiran negatif dan rasa puas diri.

Tangkudung & Mylsidayu (2017, p. 51-53) menjelaskan bahwa sumber yang memengaruhi kecemasan yaitu:

- 1) Sumber dari dalam (Instrinsik)
  - 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 (Ekstrinsik)
  - 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.
  - b) Pengaruh massa. Dalam pertandingan apa pun, emosi massa sering berpengaruh besar terhadap penampilan atlet, terutama jika pertandingan tersebut sangat ketat dan menegangkan.
  - c) Saingan-saingan lain yang bukan lawan tandingnya. Seorang atlet menjadi sedemikian tegang ketika menghadapi kenyataan bahwa mengalami kesulitan untuk bermain, sehingga menjadi terdesak.
  - 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.

Sari & Irawan (2020, p. 4) menyatakan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi kecemasan, yaitu faktor instrinsik dan ekstrinsik, yaitu:

- 1) Faktor instrinsik meliputi:
  - 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 kepuasaan yang secara subjektif dirasakan di dalam dirinya.
- 2) Faktor ekstrinsik meliputi:
  - a) Munculnya rangsangan dari luar berupa tuntutan dan harapan, sehingga membuat keraguan pada atlet.
  - b) Pengaruh massa atau supporter.
  - c) Saingan atau lawan-lawan dalam pertandingan.

- d) Sikap pelatih terhadap atletnya.
- e) Hal-hal non teknis lainnya, seperti kondisi lapangan, cuaca yang tidak bersahabat, dan lain- lain.

Tiara & Rahardanto (2021, p. 69) menyatakan gejala kecemasan menjadi dua macam, yaitu gejala fisik dan gejala psikis. Gejala fisik ditandai dengan adanya perubahan tingkah laku, gelisah, sulit tidur, terjadi perubahan irama pernapasan, perubahan peregangan pada otot-otot, dan sebagainya. Gejala psikis ditandai dengan adanya gangguan pada perhatian dan konsentrasi, menurunnya rasa percaya diri, dan lain sebagainya. Saat keadaan cemas, koordinasi otot menjadi tidak sesuai, ketepatan waktu untuk bereaksi menjadi berkurang, kecermatan dalam membaca permainan menjadi berkurang, serta pemakaian energi menjadi boros. Oleh karena itu, dalam kondisi cemas atlet akan merasa cepat lelah.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa aspek kecemasan terdiri dari aspek instrinsik (berfikir negatif, berfikir puas, pengalaman bertanding, moral) dan aspek ekstrinsik (pelatih dan manajer, wasit, penonton, lawan, sarana dan prasarana, kondisi dan situasi lapangan, lingkungan keluarga). Aspek ini akan dikembangkan menjadi butir-butir instrumen untuk mengukur kecemasan atlet.

## **5. Hakikat Bola Voli**

### **a. Pengertian Bola Voli**

Olahraga bola voli merupakan cabang olahraga yang sangat berkembang pesat di Indonesia baik di lingkungan sekolah, instansi pemerintah, swasta, perguruan tinggi maupun di lingkungan umum. Hal ini dikarenakan cabang olahraga bola voli memerlukan peralatan yang sederhana, Olahraga bola voli ini dapat dimainkan oleh semua lapisan masyarakat mulai dari anak-anak sampai orang tua, laki-laki maupun perempuan, baik masyarakat yang berada dikota maupun masyarakat yang ada di desa (Pratiwi, dkk., 2020, p. 2).

Bola voli merupakan cabang olahraga permainan beregu, maka antara pemain harus bekerja sama dan saling mendukung agar menjadi regu yang kompak (Kardiyanto & Sunardi, 2020, p. 2). Bola voli adalah olahraga yang dapat dimainkan oleh anak-anak sampai orang dewasa wanita maupun pria. Bermain bola voli akan berkembang secara baik unsur-unsur daya pikir kemampuan dan perasaan. Di samping itu, kepribadian juga dapat berkembang dengan baik terutama kontrol pribadi, disiplin, kerjasama, dan rasa tanggung jawab terhadap apa yang diperbuatnya (Syamsuryadin, dkk., 2021, p. 193).

Bola voli merupakan sebuah olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang dipisahkan oleh sebuah net. Bola voli adalah sebuah permainan yang dilakukan diatas lapangan persegi empat dengan lebar 900 cm dan panjang lapangan 1800 cm, dibatasi dengan garis selebar 5

cm. Di tengah-tengah dipasang jaring/ jala dengan lebar 900 cm, yang terbentang kuat dan mendaki pada ketinggian 244 cm untuk laki-laki dan 224 cm untuk perempuan. Jumlah pemain dalam permainan bola voli ada 6 pemain, tiga dibelakang dan 3 didepan. Keliling bola 65-67 cm dan beratnya 260-280 gram. Tekanan bola harus 0,30-0,325 kg/cm<sup>2</sup>” (Agus, dkk., 2021, p. 3). Menurut Induk Organisasi Bola Voli Dunia (FIVB, 2020) tujuan dari olahraga bola voli adalah mengirim bola melewati atas net menuju lapangan lawan kemudian mencegah lawan melakukan hal yang sama. Sebuah tim mendapat tiga kali kesempatan perkenaan untuk memainkan bola (ditambah dengan perkenan blok).

Permainan bola voli termasuk salah satu oalahraga beregu yang dimainkan oleh dua regu, setiap regu terdiri dari enam orang. Dalam praktiknya kedua regu harus melewatkana bola di atas net serta menjatuhkannya pada daerah pertahanan lawan guna meraih kemenangan. Menurut Ikbar dkk., (2017, p. 2) bola voli adalah olahraga yang membutuhkan kemampuan untuk mengambil keputusan dalam waktu yang singkat. Membaca arah bola serta melaksanakan strategi penyerangan membutuhkan kemampuan iteleensi yang baik dari atlet. Pemain tidak hanya dituntut untuk menguasai teknik dasar saja, seorang pemain voli harus memiliki kemampuan melompat ke atas (*vertical jump*) yang sangat baik karena akan bermanfaat dan

mendukung saat pemain melakukan pertahanan atau *blocking* dan *smash*.

Berdasarkan pendapat ahli di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa bola voli adalah permainan yang terdiri atas dua regu yang beranggotakan enam pemain, dengan diawali memukul bola untuk dilewatkan di atas net agar mendapatkan angka, namun tiap regu dapat memainkan tiga pantulan untuk mengembalikan bola. Permainan dilakukan di atas lapangan berbentuk persegi empat dengan ukuran 9 x 18 meter dan dengan ketinggian net 2,24 m untuk putri dan 2,43 m untuk putra yang memisahkan kedua bidang lapangan.

#### **b. Teknik Dasar Bola Voli**

Bermain bola voli dengan baik, diperlukan penguasaan teknik dasar. Teknik adalah prosedur yang dikembangkan berdasarkan praktik dan bertujuan mencari penyelesaian suatu problema gerakan tertentu dengan cara yang paling ekonomis dan berguna. Permainan bola voli dikenal ada dua pola permainan, yaitu pola penyerangan dan pola pertahanan. Kedua pola tersebut dapat dilaksanakan dengan sempurna, pemain harus benar-benar dapat menguasai teknik dasar bola voli dengan baik (Sahabuddin dkk., 2020, p. 32).

Hal senada, dikemukakan Nasuka (2020, p. 34) bahwa permainan bola voli terdapat beberapa teknik dasar dalam bermain antara lain; servis, *passing*, *smash* dan *blocking*. Apriyanto, et al., (2020, p. 15) menyatakan teknik yang harus dikuasai dalam permainan

bola voli, yaitu terdiri atas *service*, *passing* bawah, *passing* atas, *block*, dan *smash*. Teknik dasar dalam permainan bola voli yang perlu dikuasai adalah servis, *passing*, *smash*, dan *block*. Permainan bola voli terdapat beberapa teknik yang harus dikuasai oleh seorang pemain bola voli agar dapat bermain dengan baik dan benar. Teknik dasar tersebut yaitu: (1) servis, (2) pas atau *passing*, (3) *set-up* atau umpan, (4) *smash* dan (5) *blocking* (Salim et al., 2020, p. 323). Masing-masing teknik dijelaskan sebagai berikut:

### 1) Teknik Servis

Teknik servis adalah sentuhan pertama dengan bola yang dilakukan oleh pemain. Pada mulanya servis hanya dianggap sebagai pukulan permulaan yang bertujuan untuk memulai permainan, tetapi pada perkembangannya servis berkembang menjadi sebuah teknik untuk melakukan serangan pertama untuk mendapatkan poin (Tawakal, 2020, p. 24). Servis yang baik akan sangat berpengaruh pada jalannya pertandingan. Pentingnya fungsi servis, maka pelatih dalam membentuk sebuah tim pasti akan berusaha melatih atletnya untuk dapat menguasai teknik servis dengan baik. Tujuannya adalah untuk mendapatkan poin dari serangan pertama.

Mulyadi & Pratiwi (2020, p. 10) menjelaskan bahwa servis adalah pukulan bola yang dilakukan di daerah sebelah kanan belakang dari garis belakang lapangan permainan (daerah servis)

melampaui net ke daerah lawan. Pukulan servis dilakukan pada permukaan dan setelah terjadinya setiap kesalahan. Pukulan servis dapat berupa serangan bila bola dipukul dengan keras dan terarah atau (*jump service*). Servis yang keras juga dapat berbentuk serangan yang pertama dalam permainan bola voli.

Ada beberapa jenis servis dalam permainan bola voli antara lain; servis tangan bawah (*underhand service*), servis tangan samping (*side hand service*), servis atas kepala (*over head service*), servis mengambang (*floating service*), servis *topspin*, *jumping floating service*, dan servis lompat *spin* (*jumping topspin service*) (Chan & Indrayeni, 2018, p. 186).

## 2) Teknik *Passing*

Pendapat Irwanto & Nuriawan (2021, p. 3) bahwa *passing* merupakan sebuah teknik yang bisa digunakan dalam berbagai variasi baik untuk menerima bola dari servis, bola serangan atau untuk mengumpan. Berdasarkan definisi di atas dapat diketahui bahwa teknik *passing* khususnya *forearm passing* (*passing* bawah) sangat berperan dalam proses penyusunan dan keberhasilan serangan. Karena penyusunan serangan dimulai dari penerimaan bola pertama dari servis baik menggunakan *passing* bawah ataupun *passing* atas tergantung dari arah datangnya bola.

*Passing* merupakan usaha atau upaya seseorang pemain dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu sebagai langkah

awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan, yang tujuannya adalah untuk memperoleh bola kepada teman secepatnya untuk dimainkan di lapangan sendiri. Dalam perkembanganya permainan bola voli membutuhkan *passing* yang akurat dan terampil agar didapatkan suatu kerjasama yang bagus untuk memenangkan suatu pertandingan (Mulyadi & Pratiwi, 2020, p. 14).

Teknik *passing* dalam permainan bola voli terbagi menjadi dua yaitu *passing* bawah dan *passing* atas. *Passing* dalam permainan bola voli adalah usaha ataupun upaya seseorang pemain bola voli dengan menggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengoperkan bola yang dimainkannya itu kepada teman sereguna untuk dimainkan di lapangan sendiri (Hidayat, dkk., 2018, p. 5).

Peneliti membahas dua pembagian *passing* pada bola voli yaitu *passing* bawah dan *passing* atas.

a) *Passing* Bawah

Mulyadi & Pratiwi (2020, p. 14) menjelaskan *passing* bawah bola voli merupakan suatu gerakan untuk mengoper atau mengumpulkan bola dengan menggunakan teknik tertentu kepada teman atau tim. Teknik *passing* bawah dalam permainan bola voli merupakan teknik yang sangat penting dan wajib dikuasai oleh para pemain bola voli. Beberapa fungsi utama *passing*

bawah adalah untuk menerima bola pertama dari lawan, untuk mengumpam bola kepada teman satu tim, serta untuk menahan serangan/ *smash* dari tim lawan.

b) *Passing Atas*

Mulyadi & Pratiwi (2018, p. 14) *passing* atas merupakan salah satu teknik dasar yang sangat penting untuk dikuasai para pemain bola voli. Menguasai *passing* atas yang baik, khususnya bagi seorang tosser (*setter*) sangat menentukan keberhasilan regu untuk memperoleh kemenangan dalam pertandingan bola voli. *Passing* atas yang dilakukan dengan baik bisa memanjakan spiker/ *smasher* (orang yang melakukan pukulan *smash*) untuk melakukan pukulan *smash* dengan tajam, keras, dan mematikan.

3) Teknik *Set-Up* atau Umpam

Umpam adalah sebuah teknik yang bertujuan memberikan bola kepada teman agar bisa dilakukan serangan dengan teknik *smash*. Umpam dalam permainan bola voli *modern* sangat identik dengan tugas seorang *tosser*. Perbedaan utama seorang *tosser* adalah atlet yang memiliki kelebihan dalam melakukan umpan dengan teknik *passing* atas dengan akurasi tinggi, sehingga memudahkan teman untuk melakukan pukulan (Junaidi & Muhamarram, 2021, p. 37).

#### 4) Teknik *Smash*

Serangan dalam permainan bola voli disebut *smash*. Khalaf Jary & Daikh (2022, p. 102) bahwa teknik *smash* adalah salah satu cara mendapatkan poin melalui pukulan keras dan akurat. *Smash* merupakan salah satu teknik paling populer dalam olahraga bola voli. Sebagian besar atlet voli berlatih keras untuk menguasai teknik *smash* agar mampu menyumbang poin dalam tim. Teknik *smash* secara umum merupakan sebuah teknik memukul bola dengan keras dan terarah yang bertujuan untuk mendapatkan poin (Hidayat, et al., 2022, p. 76).

Mulyadi & Pratiwi (2020, p. 19) menyatakan *smash (spike)* merupakan pukulan yang utama dalam penyerangan dalam usaha membuat kemenangan. Untuk mencapai keberhasilan dalam permainan bola voli yang gemilang dalam melakukan *smash* ini diperlukan raihan yang tinggi atau kemampuan meloncat yang tinggi, serta power otot lengan yang baik. Teknik *smash* diantaranya, p. *open spike*, *quick spike*, dan *semi spike*. Proses gerakan keseluruhan dalam *smash* dapat diuraikan sebagai berikut; dengan anggapan bahwa pemukul menggunakan langan kanan dan *smash* dari daerah posisi tumpu.

#### 5) Teknik *Blocking*

Pendapat Lugina, dkk., (2020, p. 3) bahwa teknik *blocking* (bendungan) adalah gerakan membendung serangan lawan pada

lapisan pertama pertahanan tim bola voli. Teknik *block* adalah tindakan melompat dan menempatkan tangan di atas dan melewati net untuk menjaga bola di tim lawan sisi lapangan. Teknik *block* merupakan teknik yang sulit dan memiliki tingkat keberhasilan rendah karena banyak faktor yang mempengaruhi. *Block* mempunyai keberhasilan yang sangat kecil karena bola *smash* yang akan di-*block* arahnya dikendalikan oleh lawan (lawan selalu berusaha menghindari *block*). Jadi teknik *block* merupakan teknik individu yang membutuhkan koordinasi dan *timing* yang bagus dalam membaca arah serangan *smash* lawan (Destriana, dkk., 2021, p. 32).

Mulyadi & Pratiwi (2020, p. 19) menjelaskan bahwa ada dua macam *blocking* atau membendung bola yaitu *blocking* tunggal dan *blocking* ganda. Teknik dengan membendung bola yang dilakukan hanya oleh seorang pemain saja dinamakan teknik bendungan tunggal. Sedangkan membendung bola dilakukan oleh dua orang pemain bahkan lebih dinamakan bendungan ganda.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa teknik dasar bola voli merupakan suatu gerakan yang dilakukan secara efektif dan efisien untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam permainan untuk mencapai suatu hasil yang optimal. Menguasai teknik dasar permainan bola voli merupakan faktor fundamental agar mampu bermain bola voli dengan baik. Menguasai

teknik dasar bola voli akan menunjang penampilan dan dapat menentukan menang atau kalahnya suatu tim.

## **6. Profil Klub Bola Voli Pervas**

Klub bola voli Pervas mempunyai tempat latihan di GOR Tirtomartani Kalasan, Sleman. Klub bola voli Pervas merupakan salah satu wadah untuk masyarakat yang ingin mengembangkan bakatnya dalam olahraga bola voli mulai dari usia dini. Melatih atlet untuk menjadi atlet profesional adalah salah satu tujuan dari klub tersebut. Klub bola voli Pervas memiliki jumlah atlet yang terdaftar 200 atlet dan yang aktif berjumlah 30-35 atlet dengan rincian 15 atlet pemula, 15-20 atlet remaja dan yunior. Untuk atlet yang senior, mereka tidak menjalani latihan rutin seperti yang telah dijadwalkan akan tetapi latihan mandiri, ketika akan ada kejuaraan baru pemain senior tersebut dikumpulkan. Jumlah bola yang terdapat pada klub Pervas berjumlah 14 buah yang layak untuk di gunakan pada saat latihan dan net yang digunakan merupakan net yang dimiliki oleh Yuso Kota Gunadarma dan bertempat latihan di GOR AAU. Pervas sendiri memiliki pelatih berjumlah 1 orang

## **7. Profil Maguwoharjo Vollyball Club (MVC)**

Klub bola voli yang bertempat di desa Tempelsari, Maguwoharjo, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta merupakan klub bola voli yang didirikan atas saran dari kepala desa Maguwoharjo yaitu bapak H. Imindi Kasmiyanto, S.Pd., pada tahun 2017 yang memiliki tujuan untuk meningkatkan dan mengembangkan kualitas sumberdaya manusia melalui

cabang olahraga. Olahraga bola voli sebagai salah satu olahraga yang memiliki banyak peminat dari berbagai kelompok usia di seluruh indonesia terutama di daerah Maguwoharjo, Sleman, Yogyakarta. Banyaknya peminat olahraga bola voli di desa Tempelsari menjadi alasan mengapa bapak kepala desa sangat menyetujui terbentuknya klub bola voli yang memiliki nama yaitu *Maguwoharjo Volleyball Club* (MVC) yang diresmikan pada tanggal 4 april 2018.

MVC memiliki tiga aspek filosofi yaitu 1) pelatih dan atlet harus memiliki pendidikan yang baik, 2) semua aspek yang ada di dalam organisasi tersebut harus memiliki rasa kekeluargaan yang erat dan baik, 3) memiliki prestasi yang baik. Memiliki semboyan yang menjadi identitas dari klub MVC ini yaitu “MVC BISA” yang mengandung arti B = Berani karena benar, I = inovasi tanpa henti, S = sportif dan semangat dalam bertanding dan A = adaptif dalam situasi latihan. Dan memiliki tujuan untuk mencetak generasi atlet bola voli yang cerdas dan berprestasi serta memiliki karakter yang baik, menjadi klub bola voli profesional yang mampu menjadikan suatu wadah atau tempat bagi atlet untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuannya dalam bermain bola voli sehingga dapat mewujudkan cita-cita menjadi atlet yang berprestasi.

## **B. Hasil Penelitian yang Relevan**

Manfaat dari penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang sedang dilakukan menjadi lebih jelas. Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut.

1. Penelitian yang dilakukan Basriyanto & Putra (2019) berjudul “Dukungan Orang Tua terhadap Motivasi Berprestasi pada Atlet Muda Sepakbola di Pekanbaru”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dukungan orang tua dengan motivasi berprestasi atlet muda pada cabang olah raga sepakbola di Kota Pekanbaru. Pengumpulan data menggunakan skala dukungan orang tua dengan skala motivasi berprestasi. Subjek penelitian adalah 100 atlet muda di Kota Pekanbaru. Subjek dipilih dengan menggunakan metode *sampling kuota*. Data penelitian diolah dengan menggunakan koefisien korelasi *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara dukungan orang tua dengan motivasi berprestasi ( $p = 0,035$  ( $p < 0,05$ )). dukungan orang tua memberikan sumbangsih pengaruh sebesar 40% terhadap motivasi berprestasi pada atlet muda.
2. Penelitian yang dilakukan Foekh, dkk., (2022) berjudul “Kontribusi Dukungan Orang Tua dan Teman terhadap Kepercayaan Diri Atlet Usia Sekolah Menengah Pertama di Cahaya Lestari Surabaya”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi dukungan orang tua dan teman sebaya terhadap kepercayaan diri atlet usia SMP di klub bolabasket Cahaya Lestari Surabaya. Penelitian ini dilaksanakan melalui pertemuan ZOOM dan kuisioner diberikan melalui *google form*. Hasil penelitian ini adalah dukungan orang tua terhadap kepercayaan diri berkontribusi sebesar 14,6%, dan dukungan teman sebaya terhadap kepercayaan diri sebesar 33,1%. Berdasarkan hasil penelitian di atas kategori dukungan

orang tua mendapatkan rata-rata rendah dan dukungan teman sebaya sedang, sisanya dipengaruhi oleh variabel lain.

3. Penelitian yang dilakukan Akhiruyanto & Kusuma (2020) berjudul “Hubungan Kehadiran Orang Tua dan Suporter di Arena Bertanding terhadap Tingkat Motivasi Atlet Pelajar dalam Bertanding Sepakbola Usia 12-15 Tahun Kabupaten Pemalang”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dan menggunakan metode korelasional. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *purposive sampling* dengan teknik pengumpulan data observasi, kuesioner dan dokumentasi. Hasil penelitian diperoleh bahwa (1) Tingkat partisipasi/kehadiran orang tua sebesar 50.51 dengan standar deviasi 5.328 dan rentang skor minimum dan maksimum 39.00 s.d. 60.00 termasuk Sedang, (2) Tingkat partisipasi/kehadiran orang tua sebesar 5.25 dengan standar deviasi 1.104 dan rentang skor minimum dan maksimum 3.00 s.d. 7.00 termasuk sedang, (3) Tingkat motivasi berprestasi sebesar 51.08 dengan standar deviasi 5.20 dan rentang skor minimum dan maksimum 41.00 s.d. 60.00 termasuk sedang. Berdasarkan hasil tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa (1) Adanya hubungan positif kehadiran orang tua di arena bertanding terhadap tingkat motivasi atlet pelajar dalam bertanding. (2) Adanya hubungan positif kehadiran suporter di arena bertanding terhadap tingkat motivasi atlet pelajar dalam bertanding.
4. Penelitian yang dilakukan Erlangga (2018) berjudul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Kecemasan Menghadapi Pertandingan Pada Atlet

Futsal". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal. Penelitian ini melibatkan 48 anggota aktif futsal yang terdiri dari 43 laki-laki dan 5 perempuan. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala dukungan sosial yang dikembangkan peneliti berdasarkan teori Papalia (2009). dan skala kecemasan yang dikembangkan peneliti berdasarkan teori Husdarta (2010). Hasil analisis data menggunakan SPSS 17.0 menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kecemasan sebesar 49% ( $r = -0.670$ ,  $p = 0.000 < 0.01$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial terhadap kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal.

### C. Kerangka Berpikir

Lingkungan pertandingan, misalnya tuntutan pelatih, tuntutan penonton, manajemen dan seluruh rangkaian animo pertandingan kadang kala sangat mengganggu psikologis dari atlet tersebut. Beberapa atlet tidak jarang memunculkan reaksi psikologi misalnya gejala emosi, marah, senang serta cemas. Kecemasan adalah situasi dimana keadaan fisiologi tubuh seolah-olah tercekik, sehingga memunculkan detak jantung yang berlebihan akibat reaksi yang baru saja muncul. Kecemasan jika tidak dikelola dengan baik akan sangat berdampak pada performa atlet khususnya atlet bola voli, sehingga keadaan pemain tidak dapat menjalankan semua teknik yang telah dikuasai sebelumnya. Terkait dengan olahraga, kecemasan timbul saat pertandingan

merupakan reaksi emosional negatif atlet ketika harga dirinya terancam, hal ini karena atlet menganggap pertandingan sebagai tantangan berat untuk berhasil dan memikirkan akibat jika kalah dalam pertandingan.

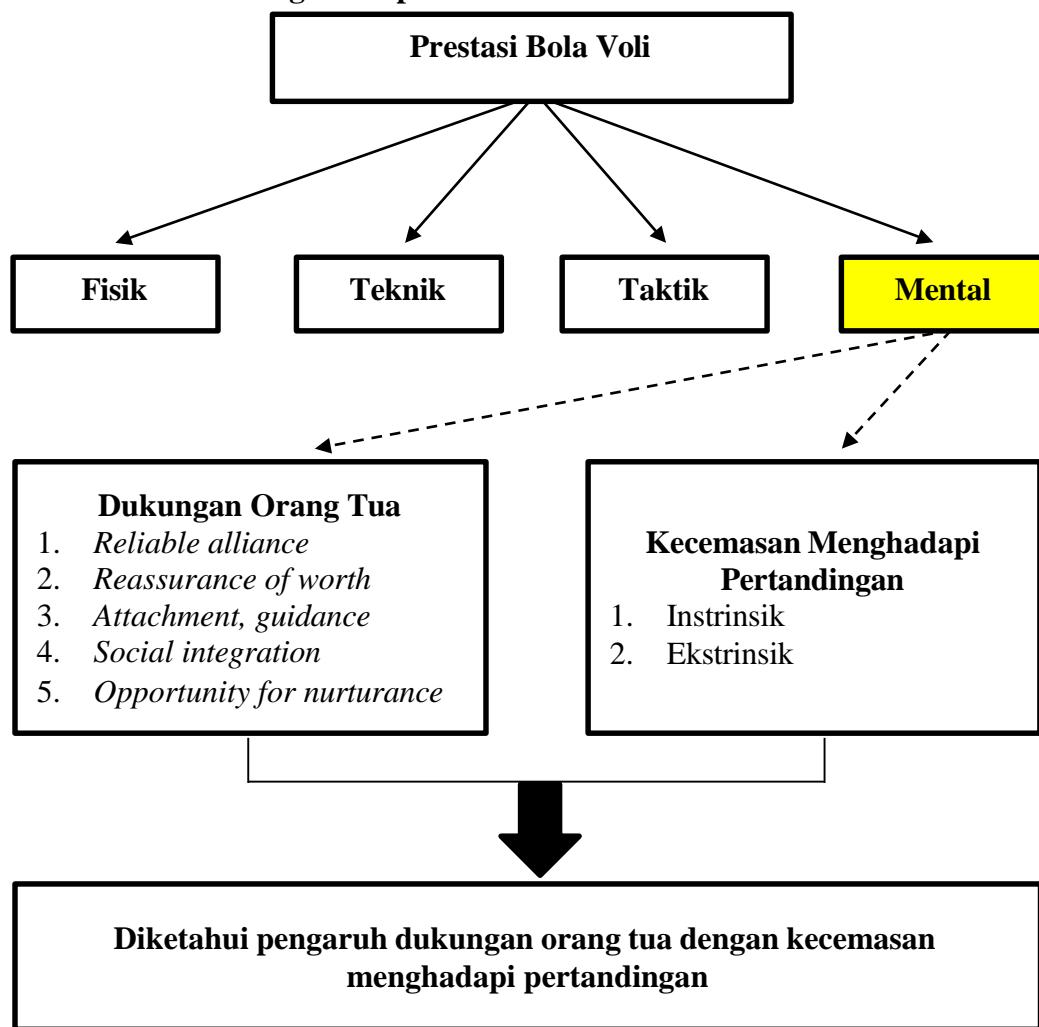
Dukungan dari orang lain sangat diperlukan dalam proses perjalanan kehidupan manusia. Dukungan ini dapat berasal dari banyak hal, seperti keluarga, teman, atau anggota kelompok. Dukungan orang tua dapat membantu individu mengembangkan kemampuan dan potensi yang ada dalam diri anak, sehingga anak tersebut dapat hidup mandiri, berilmu, sehat, kreatif, dan bertanggung jawab atas diri sendiri dan keluarga. Dukungan orang tua juga akan merangsang pengembangan diri dan kreativitas.

Orang tua sangat berperan penting dalam keberhasilan atlet. Peran orang tua dalam membantu tumbuh kembang atlet usia remaja sangat diperlukan sehingga seorang atlet remaja tidak mengalami tekanan psikologis berupa stres. Penelitian menyatakan bahwa dukungan positif orang tua berhubungan dengan kesenangan anak dan antusiasme anak dalam mengikuti kegiatan olahraga. Dukungan orang tua berupa waktu, uang serta dukungan emosional ketika anak terlibat dalam kegiatan olahraga bertujuan membantu proses anak ketika berlatih atau turnamen. Jalinan positif antara anak dan orang tua diharapkan membantu tumbuh kembang seorang atlet remaja untuk berproses dalam berlatih dan tidak terjadi stres sehingga berpengaruh terhadap perkembangan anak.

Berdasarkan hasil studi pustaka tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti tentang dukungan orang tua dengan kecemasan menghadapi

pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas. Selanjutnya, bentuk kerangka pemikiran berdasarkan variabel pengaruh dukungan orang tua terhadap tingkat kecemasan menghadapi pertandingan adalah sebagai berikut:

**Gambar 1. Kerangka Berpikir**



#### D. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan tinjauan teori dan kerangka berpikir di atas, maka dapat diajukan hipotesis penelitian yaitu:

1. Bagaimana dukungan orang tua pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC?

2. Bagaimana tingkat kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC?
3. Adakah hubungan dukungan orang tua dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC?

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yaitu deskriptif kuantitatif dengan korelasional. Arikunto (2019, p. 87) menyatakan penelitian korelasi adalah penelitian yang bertujuan untuk menemukan ada atau tidak hubungan dan apabila ada, berapa eratnya hubungan tersebut, serta berarti atau tidak hubungan itu. Selanjutnya data-data angka yang telah diperoleh tersebut kemudian diolah menggunakan analisis statistik. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket.

**Gambar 2. Desain Penelitian**



#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Tempat penelitian yaitu di klub Pervas yang beralamat di GOR Tirtomartani Kalasan, Jl. Ronggo, Jetis, Tirtomartani, Kec. Kalasan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55571. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Juni-Juli 2024.

#### **C. Populasi dan Sampel Penelitian**

##### **1. Populasi**

Pendapat Sugiyono (2019, p. 126) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas, p. objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk

dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Azwar (2018, p. 77) menyatakan populasi merupakan kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian karena sebagai suatu populasi kelompok subjek baiknya memiliki karakteristik yang sama. Sesuai dengan pendapat tersebut, yang menjadi populasi dalam penelitian adalah atlet bola voli di klub Pervas dan MVC berjumlah 153 atlet.

## 2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi karena sampel merupakan bagian dari populasi tentu sampel tersebut harus memiliki ciri-ciri yang dimiliki oleh populasi (Azwar, 2018, p. 98). Teknik *sampling* yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Sugiyono (2019, p. 85) menyatakan *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Kriteria dalam penentuan sampel ini meliputi: (1) masih aktif latihan di klub Pervas dan MVC, (2) berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, (3) berusia minimal 12 tahun, (4) pernah mengikuti pertandingan. Berdasarkan kriteria tersebut, sampel dalam penelitian ini berjumlah 65 atlet.

## D. Definisi Operasional Variabel

Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah dukungan orang tua dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC. Definisi operasional variabel yaitu:

1. Dukungan orang tua merupakan dukungan yang diberikan orang tua kepada anaknya yang bermaksud untuk membimbing, mendukung

kegiatan-kegiatan positif anak, dan bertanggung jawab penuh atas keberhasilan masa depan yang dipilih anak berdasarkan aspek *reliable alliance, reassurance of worth, attachment, guidance, social integration, opportunity for nurturance*, yang diukur menggunakan angket.

2. Kecemasan menghadapi pertandingan adalah reaksi emosi negatif atlet yang tidak menyenangkan yang bisa berwujud sebagai rasa takut, khawatir, gelisah, cemas terhadap keadaan tegang dalam menilai situasi pertandingan. Dalam penelitian ini, kecemasan menghadapi pertandingan diungkap menggunakan aspek intrinsik dan ekstrinsik melalui jumlah skor pada skala kecemasan menghadapi pertandingan.
3. Atlet bola voli klub Pervas adalah atlet berjenis kelamin laki-laki atau perempuan yang masih aktif latihan di klub Pervas, berusia minimal 12 tahun, pernah mengikuti pertandingan.
4. Atlet bola voli klub MVC adalah atlet berjenis kelamin laki-laki atau perempuan yang masih aktif latihan di klub MVC, berusia minimal 12 tahun, pernah mengikuti pertandingan.

## **E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data**

### **1. Instrumen Penelitian**

Instrumen yang digunakan berupa angket/kuesioner. Kuisioner sebagai alat pengumpulan data digunakan karena dapat mengungkap fakta menurut pengalaman responden dan angket bersifat kooperatif, responden menyisihkan waktu untuk menjawab pernyataan secara tertulis sesuai dengan petunjuk yang diberikan oleh peneliti (Arikunto, 2019, p. 164).

Pernyataan-pernyataan yang disusun terdiri dari dua komponen item, yaitu *favorable* (pernyataan positif) dan *unfavorable* (pernyataan negatif).

Penskoran digunakan dengan menggunakan skala Likert. Menurut Hadi (1991, p. 19), skala Likert merupakan skala yang berisi lima tingkat jawaban mengenai kesetujuan responden terhadap statemen atau pernyataan yang dikemukakan mendahului opsi jawaban yang disediakan. Modifikasi skala Likert dimaksudkan untuk menghilangkan kelemahan yang terkandung oleh skala lima tingkat. Setiap item pada pernyataan tersebut memiliki empat pilihan jawaban, yaitu dapat dilihat pada Tabel 1 sebagai berikut.

**Tabel 1. Alternatif Jawaban Angket**

| Pernyataan         | Sangat Setuju (SS) | Setuju (S) | Tidak Setuju (TS) | Sangat Tidak Setuju (STS) |
|--------------------|--------------------|------------|-------------------|---------------------------|
| <i>Favorable</i>   | 4                  | 3          | 2                 | 1                         |
| <i>Unfavorable</i> | 1                  | 2          | 3                 | 4                         |

#### a. Instrumen Dukungan Orang Tua

Kisi-kisi instrumen dukungan orang tua ini, peneliti akan menggunakan teori Weiss (Darmawan, 2021), yang berkaitan dengan enam aspek dukungan orang tua yaitu *reliable alliance, reassurance of worth, attachment, guidance, social integration, opportunity for nurturance*. Dalam instrumen ini, pernyataan-pernyataan yang ada di dalamnya terdiri dari 2 jenis pernyataan yaitu: pernyataan *favorable* dan *unfavorable* dan jumlah item yang digunakan yaitu sebanyak 43 item.. Validitas instrumen 0,717 sebesar dan reliabilitas sebesar 0,915. Kisi-kisi instrumen pada Tabel 2:

**Tabel 2. Kisi-Kisi Instrumen Dukungan Orang Tua**

| Variabel                      | Faktor                          | Indikator   | Nomor             |              |
|-------------------------------|---------------------------------|---|-------------------|--------------|
|                               |                                 |   | +                 | -            |
| <b>Dukungan<br/>Orang Tua</b> | <i>Reliable Alliance</i>        | Bantuan nyata                                       | 1, 3, 37          | 2, 4, 38     |
|                               |                                 | Penghargaan/<br>pengakuan terhadap<br>kemampuan     | 5, 7, 9, 39       | 6, 8, 40, 41 |
|                               | <i>Reassurance of<br/>worth</i> | Penghargaan/<br>pengakuan terhadap<br>kualitas diri | 11, 12            | 10, 13       |
|                               |                                 | Ekspresi cinta dan<br>kasih sayang                  | 14, 16            | 15, 17       |
|                               | <i>Attachment</i>               | Nasehat   | 18, 20, 24,<br>42 | 19, 21, 22   |
|                               |                                 | Informasi   | 23, 26, 28        | 25, 29, 27   |
|                               | <i>Guidance</i>                 | Dukungan terhadap<br>minat                          | 31, 32, 43        | 30, 33, 35   |
|                               | <i>Social integration</i>       | Perasaan dibutuhkan<br>oleh orang lain              | 36                | 42           |
| <b>Jumlah</b>                 |                                 |   | <b>43</b>         |              |

### b. Instrumen Kecemasan

Instrumen diadopsi dari penelitian Instrumen diadopsi dari penelitian Mubarok (2024) berjudul “Hubungan Motivasi Berprestasi dan Kepercayaan Diri terhadap Kecemasan Menghadapi Pertandingan Atlet Bola Voli di *Maguwoharjo Volley Ball Club*”. Instrumen kecemasan mempunyai validitas yang dianalisis menggunakan *Aiken's V* untuk faktor instrinsik sebesar 0,90, faktor ekstrinsik sebesar 0,88 dan reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Crounback* sebesar 0,904 dan 0,798. Kisi-kisi instrumen kecemasan disajikan pada Tabel 3 sebagai berikut.

**Tabel 3. Kisi-Kisi Instrumen Kecemasan**

| Variabel      | Faktor                       | Indikator                      | Sub Indikator                     | Nomor Item |       |
|---------------|------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|------------|-------|
|               |                              |                                |                                   | +          | -     |
| Kecemasan     | Instrinsik                   | Pengalaman                     | Pengalaman berlomba               | 1, 2       | 3,4   |
|               |                              |                                | Kegiatan latihan                  | 5,7        | 6,8   |
|               |                              | Kepribadian                    | Cara mengatasi tekanan pelombaan  | 11,12      | 9,10  |
|               |                              |                                | Percaya diri terhadap kemampuan   | 13,16      | 14,15 |
|               |                              | Emosi                          | Perasaan (senang/marah/ frustasi) | 17,18      | 19,20 |
|               |                              |                                | Memendam emosi                    | 21,22      | 23,24 |
|               |                              | Konsentrasi                    | Memusatkan pikiran                | 25         | 26    |
|               |                              |                                | Fokus pada pertandingan           | 28         | 27    |
|               |                              | Pikiran negatif                | Takut dicemooh                    | 29,30      | 31,32 |
|               |                              |                                | Terbayang kekalahan               | 35,36      | 33,34 |
| Ekstrinsik    | Tuntutan/ harapan pihak luar | Keluarga                       | 39,40                             | 37,38      |       |
|               |                              | Pelatih                        | 43,44                             | 41,42      |       |
|               |                              | Tim pendukung                  | 47,48                             | 45,46      |       |
|               | Pengaruh massa dan lawan     | Euforia dan disforia penonton  | 49,50                             | 51,52      |       |
|               |                              | Ketidakpastian lawan           | 53,55                             | 54,56      |       |
|               | Keterbatasan dana            | Takut kegagalan pertandingan   | 57,58                             | 59,60      |       |
|               |                              | Penunjang sarana dan prasarana | 61,62                             | 63,64      |       |
| <b>Jumlah</b> |                              |                                |                                   | <b>64</b>  |       |

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan pemberian angket kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian. Mekanismenya yaitu: (1) Mencari data pemain bola voli di klub

Pervas. (2) Menyebarluaskan angket kepada responden. (3) Selanjutnya peneliti mengumpulkan angket dan melakukan transkrip atas hasil pengisian angket. (4) Setelah memperoleh data penelitian, data diolah menggunakan analisis statistik kemudian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

## F. Teknik Analisis Data

### 1. Analisis Deskriptif

Statistik deskriptif memberikan gambaran atau deskripsi suatu data yang dilihat dari nilai rata-rata (*mean*), standar deviasi, varian, maksimum, minimum, *sum*, *range*, kurtosis dan *skewness* (kemencengan distribusi) (Sugiyono, 2019). Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase, dengan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

Azwar (2019, p. 43) menyatakan bahwa untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan norma penilaian pada tabel 4 sebagai berikut:

**Tabel 4. Norma Mean Aritmatik**

| No | Interval  | Kriteria      |
|----|-----------|---------------|
| 1  | 3,25-4,00 | Sangat Tinggi |
| 2  | 2,50-3,24 | Tinggi        |
| 3  | 1,75-2,49 | Rendah        |
| 4  | 1,00-1,74 | Sangat Rendah |

## **2. Uji Prasyarat**

### **a. Uji Normalitas**

Uji normalitas adalah cara untuk menetapkan apakah distribusi data dalam sampel dapat secara masuk akal dianggap berasal dari populasi tertentu dengan distribusi normal. Uji normalitas digunakan dalam melakukan uji hipotesis statistik parametrik. Sebab, dalam statistik parametrik diperlukan persyaratan dan asumsi-asumsi. Salah satu persyaratan dan asumsi adalah bahwa distribusi data setiap variabel penelitian yang dianalisis harus membentuk distribusi normal. Jika data yang dianalisis tidak berdistribusi normal, maka harus dianalisis menggunakan statistik nonparametrik (Budiwanto, 2017, p. 190). Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan *SPSS 22.0 for Microsoft Windows*. Jika nilai *p-value* > dari 0,05 maka data normal, akan tetapi sebaliknya jika hasil analisis menunjukkan nilai *p-value* < dari 0,05 maka data tidak normal.

### **b. Uji Linearitas**

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah variabel independen dan variabel dependen dalam penelitian ini mempunyai hubungan yang linear jika kenaikan skor variabel independen diikuti kenaikan skor variabel dependen (Ghozali, 2018, p. 47). Uji linearitas dengan menggunakan uji ANOVA (uji F). Perhitungan ini akan

dibantu dengan *SPSS 22.0 for Microsoft Windows*. Dasar pengambilan keputusan dalam uji linearitas adalah:

- 1) Jika nilai probabilitas  $\geq 0,05$ , maka hubungan antara variabel X dengan Y adalah linear.
- 2) Jika nilai probabilitas  $\leq 0,05$ , maka hubungan antara variabel X dengan Y adalah tidak linear.

### 3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis menggunakan *Pearson Correlation Product Moment*.

Analisis korelasi ini digunakan untuk mengetahui kekuatan hubungan antara variabel dimana variabel lainnya yang dianggap berpengaruh dikendalikan atau dibuat tetap (sebagai variabel kontrol). Sugiyono (2019, p. 248) menjelaskan bahwa penentuan koefisien korelasi dengan menggunakan metode analisis korelasi *Pearson Product Moment* dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n \sum x_i y_i - (\sum x_i)(\sum y_i)}{\sqrt{\{n \sum x_i^2 - (\sum x_i)^2\} - \{n \sum y_i^2 - (\sum y_i)^2\}}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  = Koefisien korelasi *pearson*

$x_i$  = Variabel independen

$y_i$  = Variabel dependen

$n$  = Banyak sampel

Adapun kriteria pengambilan keputusan menurut Ghazali (2018, p. 78) sebagai berikut:

- 1) Jika nilai signifikansi  $> 0,05$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Artinya tidak ada hubungan antara variabel independen terhadap variabel dependen.
- 2) Jika nilai signifikansi  $< 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya terdapat hubungan antara variabel independen terhadap variabel dependen.

#### **4. Koefisien Determinasi ( $R^2$ )**

Pengujian koefisien determinasi ( $R^2$ ) digunakan untuk mengukur persentase sumbangan variabel independen yang diteliti terhadap naik turunnya variabel terikat. Koefisien determinasi berkisar antara nol sampai dengan satu ( $0 \leq R^2 \leq 1$ ) yang berarti bahwa bila  $R^2 = 0$  berarti menunjukkan tidak adanya pengaruh antara variabel bebas terhadap variabel terikat, dan bila  $R^2$  mendekati 1 menunjukkan bahwa semakin kuatnya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) dapat dilihat pada kolom *Adjusted R Square* pada tabel *Model Summary* hasil perhitungan dengan menggunakan *SPSS 22.0 for Microsoft Windows* (Ghozali, 2018, p. 58).

## **BAB IV**

### **HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

Data yang digunakan merupakan data primer hasil kuesioner yang disebarluaskan kepada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC berjumlah 65 atlet. Hasil analisis dijelaskan sebagai berikut:

##### **1. Karakteristik Atlet**

###### a. Jenis Kelamin

Data atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC berdasarkan jenis kelamin sebagai berikut:

**Tabel 5. Karakteristik Atlet berdasarkan Jenis Kelamin**

| No            | Jenis Kelamin | Pervas    |             | MVC       |             |
|---------------|---------------|-----------|-------------|-----------|-------------|
|               |               | F         | %           | F         | %           |
| 1             | Laki-Laki     | 23        | 67,65%      | 19        | 61,29%      |
| 2             | Perempuan     | 11        | 32,35%      | 12        | 38,71%      |
| <b>Jumlah</b> |               | <b>34</b> | <b>100%</b> | <b>31</b> | <b>100%</b> |

(Sumber: Lampiran 4-5 Halaman 117-118)

Berdasarkan Tabel 5 di atas, menunjukkan bahwa atlet bola voli di Klub Pervas berdasarkan jenis kelamin Laki-laki sebanyak 67,65% (23 atlet) dan Perempuan sebanyak 32,35% (11 atlet). Klub MVC berdasarkan jenis kelamin Laki-laki sebanyak 61,29% (19 atlet) dan Perempuan sebanyak 38,71% (12 atlet)

###### b. Usia

Data atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC berdasarkan usia sebagai berikut:

**Tabel 6. Karakteristik Atlet berdasarkan Usia**

| No            | Usia        | Pervas    |             | MVC       |             |
|---------------|-------------|-----------|-------------|-----------|-------------|
|               |             | F         | %           | F         | %           |
| 1             | 18-19 Tahun | 1         | 2,94%       | 0         | 0,00%       |
| 2             | 16-17 Tahun | 10        | 29,41%      | 7         | 20,59%      |
| 3             | 14-15 Tahun | 14        | 41,18%      | 16        | 47,06%      |
|               | 12-13 Tahun | 9         | 26,47       | 8         | 23,53%      |
| <b>Jumlah</b> |             | <b>34</b> | <b>100%</b> | <b>31</b> | <b>100%</b> |

(Sumber: Lampiran 4-5 Halaman 117-118)

Berdasarkan Tabel 6 di atas, menunjukkan bahwa atlet bola voli di Klub Pervas paling banyak berada pada usia 14-15 tahun sebesar 41,18% (14 atlet), dan Klub MVC paling banyak berada pada usia 14-15 tahun sebesar 47,06% (16 atlet).

## 2. Hasil Analisis Deskriptif

Hasil analisis deskriptif dukungan orang tua dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC dijelaskan sebagai berikut.

### a. Dukungan Orang Tua Keseluruhan (X)

Deskriptif statistik data dukungan orang tua atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC selengkapnya pada Tabel 7.

**Tabel 7. Deskriptif Statistik Dukungan Sosial Orang Tua**

| Statistik      |      |
|----------------|------|
| N              | 65   |
| Mean           | 2,37 |
| Median         | 2,40 |
| Mode           | 2,53 |
| Std. Deviation | 0,19 |
| Minimum        | 2,00 |
| Maximum        | 3,00 |

(Sumber: Lampiran 12 Halaman 130)

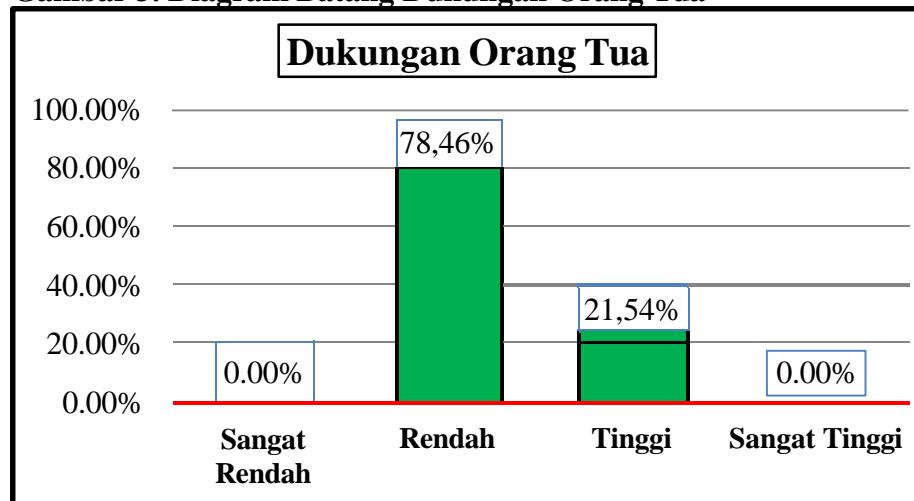
Norma Penilaian, dukungan orang tua atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC disajikan pada Tabel 8.

**Tabel 8. Norma Penilaian Dukungan Orang Tua**

| No            | Interval  | Kategori      | Frekuensi | Persentase  |
|---------------|-----------|---------------|-----------|-------------|
| 1             | 3,25-4,00 | Sangat Tinggi | 0         | 0,00%       |
| 2             | 2,50-3,24 | Tinggi        | 14        | 21,54%      |
| 3             | 1,75-2,49 | Rendah        | 51        | 78,46%      |
| 4             | 1,00-1,74 | Sangat Rendah | 0         | 0,00%       |
| <b>Jumlah</b> |           |               | <b>65</b> | <b>100%</b> |

(Sumber: Lampiran 10 Halaman 121-123)

Berdasarkan Norma Penilaian pada Tabel 8 tersebut di atas, dukungan orang tua atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC dapat disajikan pada Gambar 3.

**Gambar 3. Diagram Batang Dukungan Orang Tua**

Berdasarkan Tabel 8 dan Gambar 3 di atas menunjukkan bahwa dukungan orang tua atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “rendah” sebesar 78,46% (51 atlet), “tinggi” sebesar 21,54% (14 atlet), dan “sangat tinggi” sebesar 0,00% (0 atlet).

#### b. Dukungan Orang Tua PERVAS dan MVC

Deskriptif statistik data dukungan orang tua atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC selengkapnya pada Tabel 9.

**Tabel 9. Deskriptif Statistik Dukungan Sosial Orang Tua**

| Statistik             | Pervas | MVC               |
|-----------------------|--------|-------------------|
| <i>N</i>              | 34     | 31                |
| <i>Mean</i>           | 2,40   | 2,34              |
| <i>Median</i>         | 2,42   | 2,33              |
| <i>Mode</i>           | 2,53   | 2,19 <sup>a</sup> |
| <i>Std. Deviation</i> | 0,18   | 0,21              |
| <i>Minimum</i>        | 2,00   | 2,00              |
| <i>Maximum</i>        | 3,00   | 2,81              |

(Sumber: Lampiran 13 Halaman 132)

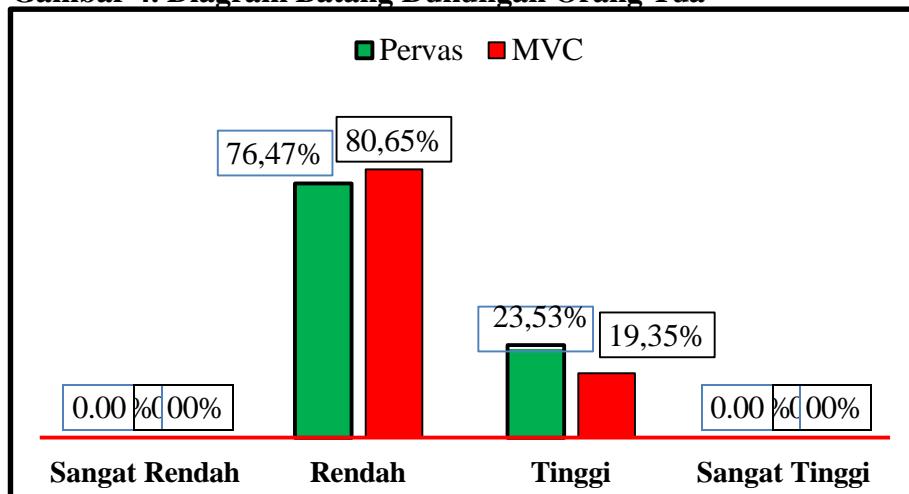
Norma Penilaian, dukungan orang tua atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC disajikan pada Tabel 10.

**Tabel 10. Norma Penilaian Dukungan Orang Tua**

| No            | Interval  | Kategori      | Pervas    |             | MVC       |             |
|---------------|-----------|---------------|-----------|-------------|-----------|-------------|
|               |           |               | F         | %           | F         | %           |
| 1             | 3,25-4,00 | Sangat Tinggi | 0         | 0,00        | 0         | 0,00        |
| 2             | 2,50-3,24 | Tinggi        | 8         | 23,53       | 6         | 19,35       |
| 3             | 1,75-2,49 | Rendah        | 26        | 76,47       | 25        | 80,65       |
| 4             | 1,00-1,74 | Sangat Rendah | 0         | 0,00        | 0         | 0,00        |
| <b>Jumlah</b> |           |               | <b>34</b> | <b>100%</b> | <b>31</b> | <b>100%</b> |

(Sumber: Lampiran 6 dan 7 Halaman 119-120)

Berdasarkan Norma Penilaian pada Tabel 10 tersebut di atas, dukungan orang tua atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC dapat disajikan pada Gambar 4.

**Gambar 4. Diagram Batang Dukungan Orang Tua**

Berdasarkan Tabel 8 dan Gambar 3 di atas menunjukkan bahwa dukungan orang tua atlet bola voli di Klub Pervas berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “rendah” sebesar 76,47% (26 atlet), “tinggi” sebesar 23,53% (8 atlet), dan “sangat tinggi” sebesar 0,00% (0 atlet), sedangkan klub MVC berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “rendah” sebesar 80,65% (25 atlet), “tinggi” sebesar 19,35% (6 atlet), dan “sangat tinggi” sebesar 0,00% (0 atlet).

c. **Tingkat Kecemasan Menghadapi Pertandingan Keseluruhan (Y)**

Deskriptif statistik data tingkat kecemasan menghadapi pertandingan atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC selengkapnya pada Tabel 11.

**Tabel 11. Deskriptif Statistik Tingkat Kecemasan Menghadapi Pertandingan**

| Statistik             |      |
|-----------------------|------|
| <i>N</i>              | 65   |
| <i>Mean</i>           | 2,72 |
| <i>Median</i>         | 2,75 |
| <i>Mode</i>           | 2,48 |
| <i>Std. Deviation</i> | 0,25 |
| <i>Minimum</i>        | 2,02 |
| <i>Maximum</i>        | 3,20 |

(Sumber: Lampiran 12 Halaman 130)

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, tingkat kecemasan menghadapi pertandingan atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC disajikan pada Tabel 12.

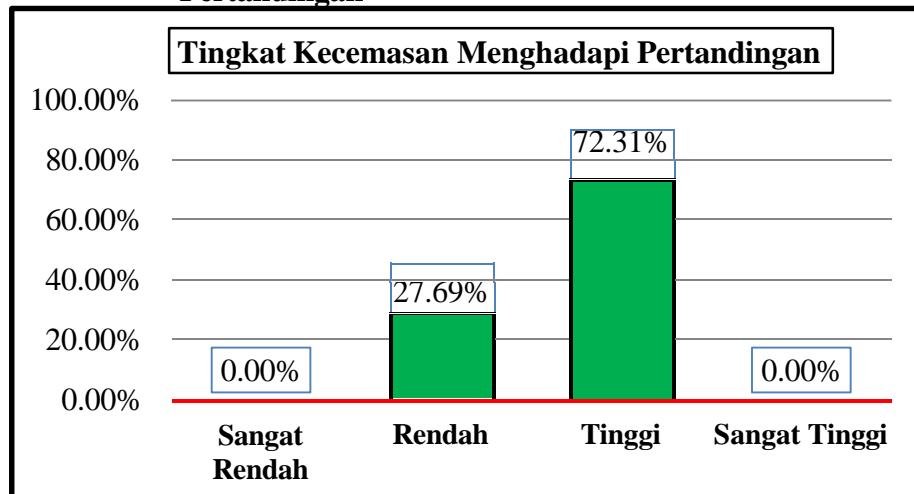
**Tabel 12. Norma Penilaian Tingkat Kecemasan Menghadapi Pertandingan**

| No            | Interval  | Kategori      | Frekuensi | Persentase  |
|---------------|-----------|---------------|-----------|-------------|
| <b>1</b>      | 3,25-4,00 | Sangat Tinggi | 0         | 0,00%       |
| <b>2</b>      | 2,50-3,24 | Tinggi        | 47        | 72,31%      |
| <b>3</b>      | 1,75-2,49 | Rendah        | 18        | 27,69%      |
| <b>4</b>      | 1,00-1,74 | Sangat Rendah | 0         | 0,00%       |
| <b>Jumlah</b> |           |               | <b>65</b> | <b>100%</b> |

(Sumber: Lampiran 11 Halaman 124-129)

Berdasarkan Norma Penilaian pada Tabel 12 tersebut di atas, tingkat kecemasan menghadapi pertandingan atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC disajikan pada Gambar 5.

**Gambar 5. Diagram Batang Tingkat Kecemasan Menghadapi Pertandingan**



Berdasarkan Tabel 12 dan Gambar 4 di atas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan menghadapi pertandingan atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “rendah” sebesar 27,69% (18 atlet), “tinggi” sebesar 72,31% (47 atlet), dan “sangat tinggi” sebesar 0,00% (0 atlet).

**d. Tingkat Kecemasan Menghadapi Pertandingan PERVAS dan MVC**

Deskriptif statistik data tingkat kecemasan menghadapi pertandingan atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC selengkapnya pada Tabel 13.

**Tabel 13. Deskriptif Statistik Tingkat Kecemasan Menghadapi Pertandingan**

| Statistik             | Pervas | MVC               |
|-----------------------|--------|-------------------|
| <i>N</i>              | 34     | 31                |
| <i>Mean</i>           | 2,69   | 2,76              |
| <i>Median</i>         | 2,73   | 2,77              |
| <i>Mode</i>           | 2,48   | 2,72 <sup>a</sup> |
| <i>Std. Deviation</i> | 0,27   | 0,23              |
| <i>Minimum</i>        | 2,02   | 2,25              |
| <i>Maximum</i>        | 3,14   | 3,20              |

(Sumber: Lampiran 12 Halaman 132)

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, tingkat kecemasan menghadapi pertandingan atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC disajikan pada Tabel 14.

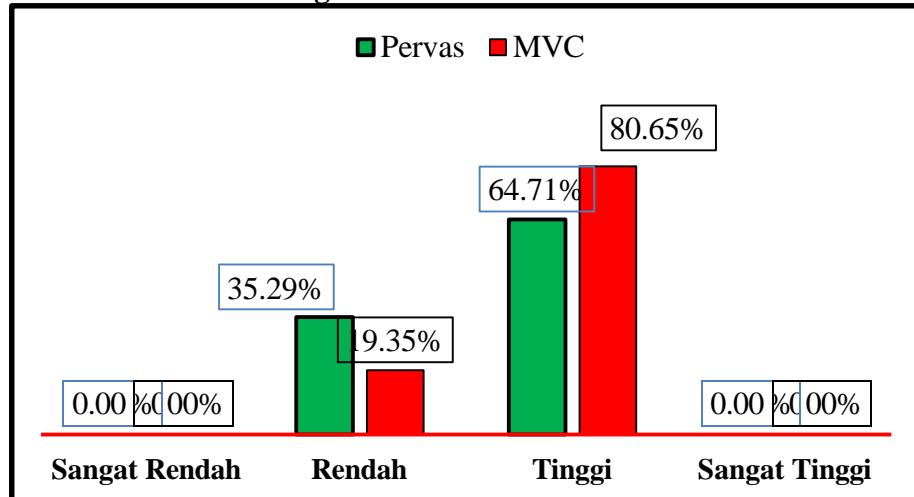
**Tabel 14. Norma Penilaian Tingkat Kecemasan Menghadapi Pertandingan**

| No            | Interval  | Kategori      | Pervas    |             | MVC       |             |
|---------------|-----------|---------------|-----------|-------------|-----------|-------------|
|               |           |               | F         | %           | F         | %           |
| 1             | 3,25-4,00 | Sangat Tinggi | 0         | 0,00        | 0         | 0,00        |
| 2             | 2,50-3,24 | Tinggi        | 22        | 64,71       | 25        | 80,65       |
| 3             | 1,75-2,49 | Rendah        | 12        | 35,29       | 6         | 19,35       |
| 4             | 1,00-1,74 | Sangat Rendah | 0         | 0,00        | 0         | 0,00        |
| <b>Jumlah</b> |           |               | <b>34</b> | <b>100%</b> | <b>31</b> | <b>100%</b> |

(Sumber: Lampiran 8 dan 9 Halaman 121-122)

Tingkat kecemasan menghadapi pertandingan atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC disajikan pada Gambar 6.

**Gambar 6. Diagram Batang Tingkat Kecemasan Menghadapi Pertandingan**



Berdasarkan Tabel 10 dan Gambar 4 di atas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan menghadapi pertandingan atlet bola voli di Klub Pervas berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “rendah” sebesar 35,29% (12 atlet), “tinggi” sebesar 64,71% (22 atlet), dan “sangat tinggi” sebesar 0,00% (0 atlet), sedangkan Klub MVC berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “rendah” sebesar 19,35% (6 atlet), “tinggi” sebesar 80,65% (25 atlet), dan “sangat tinggi” sebesar 0,00% (0 atlet).

### 3. Hasil Uji Prasyarat

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* yaitu dengan melihat nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* variabel residual apabila nilainya berada  $> 0,05$ , maka dapat dikatakan data berdistribusi

normal. Sebaliknya jika nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* variabel residual berada  $< 0,05$ , maka data terdistribusi tidak normal. Rangkuman hasil uji normalitas disajikan pada Tabel 11.

**Tabel 15. Hasil Uji Normalitas**

| Variabel                                      | p-value | sig  | Keterangan    |
|---|---------|------|---------------|
| Dukungan orang tua (X)                        | 0,381   | 0,05 | <b>Normal</b> |
| Tingkat kecemasan menghadapi pertandingan (Y) | 0,144   | 0,05 | <b>Normal</b> |

(Sumber: Lampiran 13 Halaman 135)

Berdasarkan analisis statistik uji normalitas yang telah dilakukan dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* pada Tabel 11, didapat hasil dukungan sosial orang tua (*p-value*  $0,381 > 0,05$ ) dan tingkat kecemasan menghadapi pertandingan (*p-value*  $0,144 > 0,05$ ), yang berarti data berdistribusi normal. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran.

### b. Uji Linieritas

Pengujian linieritas dilakukan melalui uji ANOVA. Hubungan antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y) dinyatakan linier apabila nilai *p-value*  $> 0,05$ , sebaliknya jika nilai *p-value*  $< 0,05$  dinyatakan tidak linier. Hasil uji linieritas dapat dilihat dalam Tabel 12:

**Tabel 16. Hasil Uji Linieritas**

| Pengaruh Variabel   | p-value | Sig. | Keterangan    |
|---|---------|------|---------------|
| Dukungan orang tua dengan kecemasan menghadapi pertandingan | 0,122   | 0,05 | <b>Linier</b> |

(Sumber: Lampiran 14 Halaman 136)

Berdasarkan Tabel 12 di atas, terlihat bahwa hubungan variabel bebas dengan variabel terikat didapatkan *p-value*  $0,122 > 0,05$ . Jadi, hubungan antara variabel bebas (dukungan sosial orang tua) dengan variabel terikatnya (kecemasan menghadapi pertandingan) dinyatakan linear. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran halaman.

#### **4. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana**

Analisis regresi adalah teknik statistika yang berguna untuk memeriksa dan memodelkan hubungan diantara variabel-variabel. Hasil analisis linear sederhana hubungan dukungan orang tua terhadap kecemasan menghadapi pertandingan atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC disajikan pada Tabel 13:

**Tabel 17. Hasil Analisis Regresi Linear**

| Model        | Unstandardized Coefficients |            | Standardized Coefficients | t      | Sig, |
|--------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|
|              | B                           | Std, Error | Beta                      |        |      |
| 1 (Constant) | 4,125                       | ,346       |                           | 11,916 | ,000 |
|              | -,592                       | ,146       | -,456                     | -4,065 | ,000 |

(Sumber: Lampiran 15 Halaman 138)

Berdasarkan Tabel 13 di atas, maka dapat ditentukan persamaan regresi linier yang dihasilkan dari penelitian ini, sebagai berikut:

$$Y = 4,125 - 0,592X$$

Hasil persamaan linear di atas menunjukkan bahwa konstanta sebesar 4,125 yang berarti jika variabel dukungan orang tua dengan kecemasan menghadapi pertandingan (Y) dianggap nol, maka variabel dukungan sosial orang tua (X) sebesar 4,125.

## 5. Hasil Uji Korelasi

Teknik analisis yang digunakan untuk menguji hipotesis menggunakan teknik analisis korelasi. Kaidah analisis apabila  $p\text{-value} < 0,05$ , maka hipotesis alternatif diterima dan apabila  $p\text{-value} > 0,05$ , maka hipotesis ditolak. Hasil analisis uji korelasi disajikan pada Tabel 14.

**Tabel 18. Hasil Analisis Korelasi**

| Hubungan   | $r_{hitung}$ | Sig.  | Keterangan |
|--|--------------|-------|------------|
| Dukungan sosial orang tua (X) terhadap dukungan orang tua dengan kecemasan menghadapi pertandingan (Y) | -0,456       | 0,000 | Signifikan |

(Sumber: Lampiran 15 Halaman 137)

Berdasarkan hasil analisis, menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial orang tua didapatkan nilai  $r_{hitung} -0,456 > r_{tabel} 0,242$ ,  $p\text{-value} 0,000 < 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak, artinya “ada hubungan yang signifikan dukungan orang tua terhadap terjadinya kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC”. Koefisien korelasi bernilai negatif, artinya jika dukungan orang tua semakin tinggi, maka terjadinya kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC akan semakin rendah.

## 6. Hasil Uji Determinasi

Koefisien Determinasi ( $R^2$ ) pada intinya digunakan untuk mengukur seberapa jauh kemampuan model regresi dalam menerangkan variasi variabel dependen. Hasil analisis Koefisien Determinasi ( $R^2$ ) dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan menghadapi pertandingan atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC disajikan pada Tabel 15.

**Tabel 19. Hasil Analisis Koefisien Determinasi**

| <i>Model</i> | <i>R</i>           | <i>R Square</i> | <i>Adjusted R Square</i> | <i>Std. Error of the Estimate</i> |
|--------------|--------------------|-----------------|--------------------------|-----------------------------------|
| 1            | 0,456 <sup>a</sup> | ,208            | ,196                     | ,22070                            |

(Sumber: Lampiran 15 Halaman 137)

Berdasarkan Koefisien Determinasi ( $R^2$ ) pada Tabel 15 di atas

diketahui bahwa nilai koefisien determinasi *R Square* sebesar 0,208. Hal ini berarti sumbangan variabel dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan menghadapi pertandingan atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC sebesar 20,80%, sedangkan sisanya sebesar 79,20% dipengaruhi faktor lain di luar penelitian ini. Faktor lain seperti motivasi berprestasi atlet, ketangguhan mental atlet, sarana dan prasarana latihan, faktor pelatih.

## B. Pembahasan

### 1. Dukungan Orang Tua pada Atlet Bola Voli di Klub Pervas dan MVC

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan orang tua atlet bola voli di Klub Pervas mayoritas berada pada kategori “rendah” sebesar 76,47% (26 atlet) dan Klub MVC mayoritas berada pada kategori “rendah” sebesar 80,65% (25 atlet). Artinya bahwa orang tua atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC belum sepenuhnya memberikan dukungan kepada atlet. Hasil tersebut selaras dengan hasil observasi bahwa pelatih kurang puas dengan dukungan yang diberikan oleh orang tua. Sebagian besar anak berangkat latihan sendiri tanpa ditemani dengan orang tua, hal ini tidak hanya saat latihan saja namun juga ketika atlet bertanding. Dukungan yang diberikan orang tua dengan hadir langsung di arena bertanding masih kurang. Atlet yang mendapat dukungan penuh dari orang

terdekat seperti orang tuanya yang selalu mendampingi, bahwa atlet lebih percaya diri. Namun atlet yang tidak mendapat dukungan dari orang tua cenderung lebih pasrah dan kurang semangat.

Dukungan orang tua atlet bola voli di Klub Pervas pada kategori “tinggi” sebesar 23,53% (8atlet) dan di Klub MVC pada kategori tinggi sebesar 19,35% (6 atlet). Dukungan sosial orang tua adalah interaksi sosial yang disalurkan ke anaknya dalam bentuk kasih sayang, motivasi, perhatian, doa, materi, dan bisa menjadi guru pertama dalam kehidupan anak tersebut untuk menerima informasi dan kejadian penting dalam hidup anaknya. Orang tua harus bertanggung jawab penuh terhadap anak-anaknya mulai dari mengasuh, membesarkan serta bertanggungjawab pula terhadap kebutuhan lahir dan batin seorang anak. Kebutuhan itu dapat berupa perhatian dari orang tua, baik berupa kasih sayang secara langsung maupun dalam bentuk perhatian yang lainnya. Dalam hal ini, yang dimaksud dengan orang tua bukan hanya sebatas orang tua kandung tetapi juga merupakan orang tua asuh yang merawat, memberi perhatian, dan bertanggung jawab terhadap anak tersebut (Subagia, 2021, p. 12).

## **2. Kecemasan Menghadapi Pertandingan pada Atlet Bola Voli di Klub Pervas dan MVC**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan menghadapi pertandingan atlet bola voli di Klub Pervas mayoritas berada pada kategori “tinggi” sebesar 64,71% (22 atlet) dan Klub MVC mayoritas berada pada kategori “tinggi” sebesar 80,65% (25

atlet). Berdasarkan hasil observasi pada awal pada bulan Mei 2024, atlet bola voli di Klub Pervas dan *Maguwohatjo Volleyball Club* (MVC) saat mengikuti kejuaraan memiliki permasalahan dalam tingkat kecemasan yang tinggi. Atlet dituntut untuk tidak melakukan kesalahan yang dapat merugikan tim. Atlet dituntut untuk selalu menang dalam setiap pertandingan, dan dituntut untuk menjadi yang terbaik. Tanggung jawab yang begitu besar di pundak para atlet nampaknya menjadi sebuah keniscayaan yang harus direalisai yaitu menjadi pemenang.

Pelatih menyatakan bahwa kondisi secara psikologis para atlet mayoritas berada pada level kecemasan yang tinggi, hal tersebut dapat diketahui dari banyaknya kesalahan yang seharusnya tidak perlu dilakukan, rasa percaya diri yang sering naik turun, keluar keringat dingin, rasa takut yang berlebihan. Saat pertandingan sering melakukan kesalahan dasar seperti akurasi *passing* menurun dan penerimaan *passing* yang kurang baik. Kemudian asisten pelatih juga mengatakan bahwa atlet juga belum memiliki jam terbang bermain dan masih banyak yang *nervous*. Jadi wajar jika banyak yang merasa cemas dan banyak melakukan kesalahan-kesalahan selama pertandingan berlangsung.

Tingkat kecemasan menghadapi pertandingan atlet bola voli di Klub Pervas berada pada kategori “rendah” sebesar 35,29% (12 atlet) dan Klub MVC pada kategori rendah sebesar 19,35% (6 atlet). Kecemasan dalam menghadapi suatu pertandingan merupakan reaksi seseorang baik secara fisik maupun emosional (mental/psikis) yang dialami oleh seorang

pemain, yakni sebagai suatu kondisi emosi negatif yang memiliki tingkat searah dengan bagaimana atlet menafsir dan memberi penilaian dalam situasi pertandingan. Seseorang yang mengalami kecemasan cenderung untuk terus menerus merasa khawatir akan keadaan yang buruk, yang akan menimpa dirinya atau diri orang lain yang dikenalnya dengan baik. Biasanya seseorang yang mengalami kecemasan cenderung tidak sabar, mudah tersinggung, sering mengeluh, sulit konsentrasi, dan mudah terganggu tidurnya atau mengalami kesulitan untuk tidur (Ramadhan & Syafii, 2022, p. 37).

Munculnya kecemasan dalam diri seorang atlet pada situasi pertandingan atau sebelum menjelang pertandingan memiliki banyak indikator. Penyebab munculnya kecemasan yaitu kecemasan kompetitif (*competitif anxiety*), kecemasan kognitif (*kognitif anxiety*), dan kecemasan somatik. Gangguan kecemasan yang ditandai dengan respon emosional yang berhubungan dengan ketakutan, khawatir, dan ketegangan dianggap sebagai ancaman yang nyata (Rice et al., 2019, p. 772). Setiap individu dapat terlibat pada kecemasan yang mengganggu performa pemain saat pertandingan.

### **3. Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Kecemasan Menghadapi Pertandingan pada Atlet Bola Voli di Klub Pervas dan MVC**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan dukungan sosial orang tua terhadap terjadinya kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC,

dengan nilai  $r_{hitung} = -0,456 > r_{tabel} 0,242$ ,  $p-value 0,000 < 0,05$ . Koefisien korelasi bernilai negatif, artinya jika dukungan sosial orang tua semakin tinggi, maka terjadinya kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC akan semakin rendah. Sumbangan variabel dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan menghadapi pertandingan atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC sebesar 20,80%, sedangkan sisanya sebesar 79,20% dipengaruhi faktor lain di luar penelitian ini.

Hal ini didukung oleh penelitian Aulia & Indrawati (2018) yang menyatakan dukungan sosial orangtua memiliki hubungan yang positif pada efikasi diri yang dapat menurunkan kecemasan dan stres yang dialami anak. Nilai koefisien determinasi sebesar 0,157, artinya dukungan sosial orangtua memberikan sumbangan efektif sebesar 15,7% pada efikasi diri. Berdasarkan hasil penelitian Jannah, dkk., (2022) menunjukkan bahwa hubungan positif antara dukungan orang tua dengan motivasi berlatih, dimana semakin tinggi dukungan yang didapat oleh putra- putrinya maka semakin tinggi pula motivasi berlatihnya. Motivasi dari orang tua dapat menambah rasa percaya diri, memancing kecerdasan, potensi anak, dan juga memahami perkembangan anak serta kebutuhan pengembangan potensi dari setiap anak (Alvianingrum, 2020, p. 2).

Penelitian yang dilakukan Basriyanto & Putra (2019) hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan antara dukungan orang tua dengan motivasi berprestasi ( $p = 0,035$  ( $p < 0,05$ )). Dukungan

orang tua memberikan sumbangan pengaruh sebesar 20% terhadap motivasi berprestasi pada atlet muda. Sebagian besar atlet menyatakan dukungan orang tua sebagai pemberi semangat dan memotivasi mereka, namun mereka juga menyatakan dukungan orang tua sebagai penentu karir hanya sebagai motivator dan fasilitator, meski beberapa fasilitas yang disediakan oleh orang tua, namun hampir seluruh atlet tidak memiliki dukungan informasi yang berupa nasehat, usulan, saran, petunjuk, dan pemberian informasi.

Dukungan sosial orang tua mengacu pada pengertian dukungan sosial, dukungan sosial biasanya didefinisikan sebagai keberadaan atau ketersediaan orang pada siapa kita mengandalkan orang yang memberitahu bahwa mereka peduli dan mencintai. Fabiani & Krisnani (2020, p. 40) berpendapat bahwa salah satu bentuk peranan sebagai orang tua yang dapat diberikan kepada anak mereka yaitu memberi dukungan (perhatian dan kasih sayang) untuk membantu tumbuh kembang anak, dukungan orangtua sebagai bantuan yang diterima individu dari orang lain atau kelompok sekitarnya, yang membuat penerima merasa nyaman, dicintai, dan dihargai.

Dorongan orang tua terbukti sangat penting dalam membangun keterlibatan jangka panjang anak-anak dalam olahraga remaja. Baik dengan dorongan verbal maupun dengan berpartisipasi dalam gaya hidup aktif, orang tua sangat mempengaruhi partisipasi anak-anak mereka dalam olahraga (Määttä, et al., 2014, p. 45). Memasukkan atlet-atlet muda ke

tempat latihan, membeli peralatan baru, mengatur instruksi tambahan, dan memberikan konseling kepada anak setelah cedera adalah peran-peran yang diambil oleh orang tua untuk memperkaya pengalaman olahraga anak. Namun, tekanan dan perilaku orang tua sangat mengubah pengalaman olahraga anak dan terbukti berpotensi menurunkan kesenangan atlet terhadap olahraga tersebut (Amado, et al., 2015, p. 2) dengan mendorong ekspektasi perfeksionis dan meningkatkan kecemasan (Padaki, et al., 2017, p. 4).

Siswanto, dkk., (2019) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa peran orangtua memberikan dorongan kepada anak-anaknya untuk mengikuti pelatihan olahraga. Peran orangtua dalam meningkatkan pembinaan olahraga dapat dilaksanakan berupa: 1) memberikan dorongan moril; 2) memenuhi kebutuhan fasilitas yang diperlukan anak-anaknya; 3) memberikan dukungan sosial dari lingkungannya. Dukungan sosial dari orang tua juga penting karena membantu peningkatan prestasi atlet, seperti keberadaan orang lain yang dapat disajikan untuk memberikan bantuan, semangat, penerimaan, dan perhatian, sehingga bisa meningkatkan kesejahteraan individu.

Persepsi atau tanggapan atlet dalam menilai situasi dan kondisi pada waktu menghadapi pertandingan, baik jauh sebelum pertandingan atau mendekati pertandingan akan menimbulkan reaksi yang berbeda. Apabila atlet menganggap situasi dan kondisi pertandingan tersebut sebagai suatu yang mengancam, maka atlet tersebut akan merasa tegang

dan mengalami kecemasan. Kondisi-kondisi tersebut bisa dikurangi dengan pemberian dukungan sosial agar secara emosi, individu merasa dipahami dan didukung, secara penghargaan individu merasa percaya diri karena usahanya dihargai, secara instrumental mendapat dukungan materi dari pelatih, tim, dan keluarga, dan secara infomasi, individu merasa didengarkan dan diberi masukan hal tersebut sejalan dengan bentuk dukungan.

Dukungan orang tua mempunyai peranan yang sangat penting dalam kehidupan seorang individu khususnya pada saat mengalami masalah baik secara fisik maupun psikis. Bantuan dari orang lain dapat membuat individu menjadi lebih produktif, dengan hal itu seseorang akan lebih percaya diri dengan apa yang akan dilakukan karena individu merasa bahwa dirinya telah diterima dan selalu diberikan motivasi untuk menjadi lebih baik. Hasil yang menunjukkan bahwa dukungan sosial yang tinggi juga membawa peranan yang baik terhadap para atlet dimana akan berdampak kepada kecemasan bertanding.

Segala upaya harus dilakukan oleh orangtua agar anak mampu mengembangkan kemampuan, keterampilan dan kepribadiannya. Bimbingan orangtua dari segi mental, psikologi, jasmani dan rohani anak akan membantu perkembangan anak secara menyeluruh. Apalagi seorang anak yang masih menggantungkan diri pada orangtua. Dalam sebuah masalah pun anak harus mendapat bimbingan dari orangtua agar mampu mengatur emosinya yang masih labil. Peran orangtua akan jelas dirasakan

oleh seorang anak dalam kehidupan berkeluarga, karena keluarga adalah tempat untuk mengemukakan keluh kesah dan kesulitan yang dialami oleh anak (Noya, 2021, p. 41).

Mahardhika, dkk., (2018, p. 62) menyatakan bahwa dukungan orang tua sebagai pengaruh kuat dalam peningkatan prestasi pada atlet. Aktivitas yang dilakukan pada atlet tersebut adanya dukungan orang tua juga bisa meningkatkan kepercayaan diri, sehingga dapat meningkatnya suatu prestasi atlet yang maksimal. Dukungan orang tua sendiri dapat mempengaruhi psikologis atlet akan adanya gairah dalam peningkatan prestasi di saat bertanding. Bentuk dukungan orang tua sendiri dapat meningkatkan semangat baik latihan maupun kejuaraan.

Dukungan orang tua bisa dalam bentuk dukungan emosional (perhatian dan kasih sayang), dukungan penghargaan (menghargai dan memberikan umpan balik positif), dukungan informasi (saran, nasihat, informasi) maupun dukungan dalam bentuk instrumental (bantuan tenaga, uang dan waktu). Dukungan yang diterima individu dari lingkungannya mempunyai fungsi memberikan pertolongan dalam pemecahan masalah, menjadi pedoman dalam melakukan sesuatu, memberikan informasi yang berguna, kenyamanan dan peningkatan harga diri, peningkatan kepercayaan diri menghilangkan serta mencegah stress. Kehidupan individu akan lebih produktif dan mampu menunjukkan potensi yang dimilikinya dengan percaya diri. Dalam penelitian ini dukungan orang tua

yang diterima para atlet mampu menurunkan kecemasan saat menghadapi pertandingan.

### C. Keterbatasan Penelitian

Secara keseluruhan, peneliti sangat menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan terutama dalam pelaksanaannya. Penelitian ini dilakukan sebaik mungkin, namun tidak terlepas dari keterbatasan yang ada.

Keterbatasan selama penelitian yaitu:

1. Pengumpulan data dalam penelitian ini hanya didasarkan pada hasil kuesioner, sehingga dimungkinkan adanya unsur kurang objektif dalam pengisian kuesioner. Selain itu dalam pengisian kuesioner diperoleh adanya sifat responden sendiri seperti kejujuran dan ketakutan dalam menjawab responden tersebut dengan sebenarnya.
2. Saat pengambilan data penelitian yaitu saat penyebaran kuesioner kepada responden, tidak dapat dipantau secara langsung dan cermat apakah jawaban yang diberikan oleh responden benar-benar sesuai dengan pendapatnya sendiri atau tidak.
3. Penentuan variabel bebas hanya satu variabel, sehingga masih ada variabel lain yang perlu diteliti yang ada kaitannya dengan kecemasan menghadapi pertandingan atlet.

## **BAB V** **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Dukungan orang tua atlet bola voli di Klub Pervas berada pada kategori “rendah” sebesar 76,47% (26 atlet), “tinggi” sebesar 23,53% (8 atlet), sedangkan klub MVC berada pada kategori “rendah” sebesar 80,65% (25 atlet), “tinggi” sebesar 19,35% (6 atlet).
2. Tingkat kecemasan menghadapi pertandingan atlet bola voli di Klub Pervas berada pada kategori “rendah” sebesar 35,29% (12 atlet), “tinggi” sebesar 64,71% (22 atlet), dan sedangkan Klub MVC berada pada kategori “rendah” sebesar 19,35% (6 atlet), “tinggi” sebesar 80,65% (25 atlet).
3. Ada hubungan yang signifikan dukungan sosial orang tua terhadap terjadinya kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC, dengan nilai  $r_{hitung} = -0,456 > r_{tabel} = 0,242$ ,  $p-value = 0,000 < 0,05$ . Koefisien korelasi bernilai negatif, artinya jika dukungan sosial orang tua semakin tinggi, maka terjadinya kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC akan semakin rendah. Sumbangan variabel dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan menghadapi pertandingan atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC sebesar 20,80%, sedangkan sisanya sebesar 79,20% dipengaruhi faktor lain di luar penelitian ini.

## **B. Implikasi**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan telah disimpulkan menunjukkan bukti ilmiah bahwa ada hubungan yang signifikan dukungan sosial orang tua terhadap terjadinya kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC. Individu yang mempunyai dukungan sosial orang tua tinggi akan mempunyai rasa tanggung jawab dan rasa percaya diri yang tinggi, lebih ulet, lebih giat dalam melaksanakan suatu tugas, mempunyai keinginan untuk menyelesaikan tugasnya dengan baik. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi, pembanding, dan acuan untuk penelitian selanjutnya dengan menambah wawasan atau variabel lain, sehingga berguna untuk para atlet, pelatih, serta orang tua yang membutuhkan.

## **C. Saran**

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Saran kepada Atlet
  - a. Disarankan kepada atlet untuk terus menekan kecemasan dalam menghadapi pertandingan, karena kecemasan dapat mempengaruhi atlet dalam mengoptimalkan kemampuannya dalam bertanding.
  - b. Hasil dari penelitian ini diharapkan atlet dapat mencegah atau mengatasi beberapa hal yang dapat menyebabkan timbulnya kecemasan dalam menghadapi pertandingan, dengan cara terus bertahan dan terus terdorong untuk terus berprestasi dalam olahraga

bola voli walaupun sedang mengalami tekanan atau tantangan secara terus menerus.

## 2. Saran kepada Pelatih

- a. Pelatih diharapkan dapat memahami kondisi psikologis atlet yang dilatih. Apabila atlet mengalami kelelahan, pelatih dapat memberikan waktu istirahat, memberikan permainan untuk hiburan atlet, atau dapat terus memotivasi atlet agar selalu mengingat tujuan awal mereka berpartisipasi dalam bola voli, sehingga dapat menjadi seorang atlet profesional.
- b. Pada penelitian ini ditemukan bahwa ada hubungan yang signifikan dukungan sosial orang tua terhadap terjadinya kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC. Diharapkan pada pelatih agar lebih memfokuskan lagi untuk bekerjasama dengan orang tua atlet, agar atlet tidak mengalami kecemasan menghadapi pertandingan.

## 3. Saran kepada Orang Tua

Orang tua diharapkan selalu memberikan semangat kepada anaknya dan memberikan sarana prasana yang baik agar menunjang prestasi anak dalam olahraga bola voli, serta dapat mengurangi kecemasan menghadapi pertandingan.

## 4. Saran kepada Peneliti Selanjutnya

- a. Meskipun penelitian ini menunjukkan ada hubungan yang signifikan dukungan sosial orang tua terhadap terjadinya kecemasan menghadapi

pertandingan pada atlet bola voli di Klub Pervas dan MVC, generalisasi penelitian ini untuk lingkup yang lebih luas masih perlu dikaji ulang karena subjek dalam penelitian masih terbatas. Peneliti selanjutnya juga perlu mengkaji lebih banyak sumber maupun referensi yang terkait dengan dukungan sosial orang tua maupun kecemasan menghadapi pertandingan agar hasil penelitian lebih baik dan lebih lengkap.

- b. Peneliti selanjutnya diharapkan lebih menyempurnakan skala, baik dukungan sosial orang tua maupun kecemasan menghadapi pertandingan. Penyempurnaan bisa dilakukan dengan menambah item, aspek aspek alat ukur, mengganti variabel lain, dan memperbaiki tata bahasa.
- c. Bagi peneliti selanjutnya agar melakukan pengawasan lebih ketat pada saat pengambilan data agar hasilnya lebih objektif.
- d. Peneliti lain diharapkan dapat mengembangkan variabel independen lain selain variabel dalam penelitian ini yaitu dukungan sosial orang tua dengan kemungkinan beberapa faktor yang dapat memengaruhinya baik faktor internal (jenis kelamin, usia, kecerdasan, dan sebagainya) maupun eksternal (dukungan sosial, pengaruh teman sebaya, iklim motivasi, dan sebagainya), sehingga dapat memperluas kemungkinan faktor lain yang menyebabkan terjadinya kecemasan menghadapi pertandingan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adi, A. W. (2022). *Tingkat kecemasan (anxiety) dalam menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Muhamadiyah Pekajangan Pekalongan*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Yogyakarta, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Afrizal, N., & Mistar, J. (2019). Kecemasan pemain sepakbola sebelum menghadapi pertandingan pada klub Putra Buana Tangse FC tahun 2015. *Jurnal Olahraga Rekreasi Samudra*, 2(2), 14-22.
- Akhiruyanto, A., & Kusuma, D. W. Y. (2020). Hubungan kehadiran orang tua dan suporter di arena bertanding terhadap tingkat motivasi atlet pelajar dalam bertanding sepakbola usia 12-15 tahun Kabupaten Pemalang. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 1, 222-227.
- Alvianingrum, A. (2020). Motivasi orang tua yang mempartisipasikan putra dan putri berlatih di Gladiator Atletik Klub Gresik. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 8(3).
- Amado, D., Sánchez-Oliva, D., González-Ponce, I., Pulido-González, J. J., & Sánchez-Miguel, P. A. (2015). Incidence of parental support and pressure on their children's motivational processes towards sport practice regarding gender. *PloS one*, 10(6), e0128015.
- Ambarwati, W., Murtianto, Y. H., & Rahmawati, N. D. (2019, August). Berpikir divergen dalam pemecahan masalah ditinjau dari kecemasan belajar matematika tingkat berat dan panik. *Prosiding Seminar Nasional Matematika dan Pendidikan Matematika* (Vol. 4, pp. 408-414).
- Amurwabumi, G. A. K. (2021, June). Spiritual emotional freedom technique (seft) untuk mereduksi kecemasan pada klien general anxiety disorder (GAD). *Prosiding Seminar Nasional Psikologi UM* (Vol. 1, No. 1, pp. 103-108).
- Ananda, R., & Fadhl, M. (2018). *Statistik pendidikan teori dan praktik dalam pendidikan*. Medan: CV. Widya Puspita.
- Andi, S., & Aulia, P. (2019). Kontribusi dukungan sosial pelatih terhadap kecemasan bertanding atlet pencak silat di Bukittinggi. *Jurnal Riset Psikologi*, 2019(3).
- Angkat, L. A. (2021). Tinjauan hukum tentang kewajiban alimentasi antara anak kandung dengan orang tua menurut hukum Islam. *JIMAWA: Jurnal Ilmiah*, 1(2).

- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian; suatu pendekatan praktik.* (Edisi revisi) Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti, S. (2017). Penerimaan orang tua dan dukungan orang tua pada anak penderita vitiligo. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1).
- Aulia, M. C., & Indrawati, E. S. (2018). Hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan efikasi diri pada pemain futsal putri di Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 6(4), 119-124.
- Ayuna, Q. (2017). Motivasi orang tua memasukkan anaknya pada kelompok bermain. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 1(1).
- Azwar, S. (2018). *Penyusunan skala psikologi. Edisi II.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baharudin, Y. H. (2020). Kecemasan masyarakat saat pandemi Covid-19. *QALAM: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2).
- Baiti, N. (2020). Peran orang tua dalam meningkatkan kemampuan literasi anak di masa covid-19. *PrimEarly: Jurnal Kajian Pendidikan Dasar dan Anak Usia Dini*, 3(2), 113-127.
- Basriyanto, D., & Putra, A. A. (2019). Dukungan orang tua terhadap motivasi berprestasi pada atlet muda sepakbola di Pekanbaru. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 2(2), 70-75.
- Bebetsos, E., & Antoniou, P. (2012). Competitive state anxiety and gender differences among youth Greek badminton players. *Journal of Physical Education and Sport*, 12(1), 107.
- Budiwanto. (2017). *Metode statistika untuk mengolah data keolahragaan.* Malang: UNM Pres.
- Bunsaman, S. M., & Krisnani, H. (2020). Peran orangtua dalam pencegahan dan penanganan penyalahgunaan narkoba pada remaja. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 7(1), 221-228.
- Cholilah, I. R., Deyon, A. A. Z., & Nurmaidah, S. (2020). Gambaran kecemasan dan strategi coping pada mahasiswa dalam menghadapi pandemi COVID-19. *Jurnal Al-Tatwir*, 7(1), 43-64.
- Cox, R. H. (2016). Sport psychology concepts and applications (Second Edition). In *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 14(2).

- Darmawan, R. R. (2021). *Pengaruh dukungan orang tua dan peran pelatih terhadap kecemasan atlet bola voli Club Bravo Jombang*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Malang, UIN Maulana Malik Ibrahim.
- Ekasari, D., Yunita, A., & Putri, K. A. (2022). Analisis elemen dukungan orang tua terhadap anak SD Kelas 1-2 dalam tingkat kefokusan menerima pembelajaran daring di SDN Pasiraman 03 Kabupaten Blitar. *Indonesian Journal on Medical Science*, 9(2).
- Erdiyanti, Y. P., & Maulana, A. (2019). Hubungan kecemasan dengan performa atlet bola voli pada event kejuaraan antar desa di Desa Orimalang Kec. Jamblang Kab. Cirebon. *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 2(2), 269-278.
- Erlangga, I. Y. (2018). Hubungan antara dukungan sosial dan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal.
- Fabiani, R. R. M., & Krisnani, H. (2020). Pentingnya peran orang tua dalam membangun kepercayaan diri seorang anak dari usia dini. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1), 40.
- Fatmawati, N. I. (2019). Literasi digital, mendidik anak di era digital bagi orang tua milenial. *Madani Jurnal Politik dan Sosial Kemasyarakatan*, 11(2), 119-138.
- Faturochman, M. (2017). Pengaruh kecemasan bertanding terhadap peak performance pada atlet softball Universitas Negeri Yogyakarta. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 3(1), 71-79.
- Fatwakiningsih, N. (2020). *Teori psikologi kepribadian manusia*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Fitria, L., & Ifdil, I. (2020). Kecemasan remaja pada masa pandemi Covid-19. *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 6(1), 1-4.
- Foekh, R. G., Priambodo, A., Kartiko, D. C., Tuasikal, A. R. S., & Muhamad, H. N. (2022). Kontribusi dukungan orang tua dan teman terhadap kepercayaan diri atlet usia Sekolah Menengah Pertama di Cahaya Lestari Surabaya. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(1).
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Gofron, M., Basri, M. H., & Rasyid, A. (2023). Faktor pendukung keberhasilan bola voli pantai Porprov Kabupaten Pamekasan dalam kejuaraan Porprov Jatim VII 2022. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 4(3), 272-279.

- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiwyaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *Metode penelitian kualitatif & kuantitatif*. Wonosari: CV. Pustaka Ilmu.
- Harrison, K., Potts, E., King, A. C., & Braun-Trocchio, R. (2021). The effectiveness of virtual reality on anxiety and performance in female soccer players. *Sports*, 9(12), 167.
- Harsono. (2017). *Kepelatihan olahraga. (Teori dan metodologi)*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Istifarani, F. (2016). Pengaruh dukungan keluarga terhadap pengambilan keputusan karir siswa kelas x di SMK Negeri 1 Depok. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 5(5).
- Jannah, M., Susanto, I. H., & Mustar, Y. S. (2022). Hubungan dukungan orang tua dengan motivasi berlatih atlet karate Gokasi. *Jurnal Porkes (Jurnal Pendidikan Olahraga Kesehatan & Rekreasi)*, 5(1), 117-129.
- Komarudin. (2017). *Psikologi olahraga latihan mental dalam olahraga kompetitif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Kurniawan, A. W., Wijayanti, A., Amiq, F., & Hafiz, M. (2021). *Psikologi olahraga*. Tulungagung: Akademia Pustaka.
- Liana, P. T. (2023). *Hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada atlet bela diri dalam menghadapi pertandingan*. [Skripsi sarjana, tidak diterbitkan]. UIN Raden Intan Lampung.
- Lubis, RA (2019). Kegelisahan menulis skripsi ditinjau dari perfeksionisme pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia. *Prima Psikologi*, 2 (2), 99-114.
- Määttä, S., Ray, C., & Roos, E. (2014). Associations of parental influence and 10–11-year-old children’s physical activity: Are they mediated by children’s perceived competence and attraction to physical activity?. *Scandinavian Journal of Public Health*, 42(1), 45-51.
- Mahardhika, N. A., Jusuf, J. B. K., & Priyambada, G. (2018). Dukungan orangtua terhadap motivasi berprestasi siswa SKOI Kalimantan Timur dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 14(2), 62-68.
- Marsha, A., & Wijaya, F. J. M. (2021). Analisis tingkat kecemasan berlatih di masa pandemi covid-19 pada atlet rugby Kalimantan Timur. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(5), 113-118.

- Maulana, Z., & Khairani, M. (2017). Kecemasan bertanding pada atlet PON Aceh berdasarkan jenis aktivitas olahraga. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 5(1), 97-106.
- Maulany, L. E., Firman, F., & Netrawati, N. (2022). Hubungan dukungan orang tua dengan pemantapan arah pilihan karir siswa dan implikasinya dalam bimbingan dan konseling. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(6), 12396-12401.
- Mayang, Y. (2018). Hubungan dukungan orangtua dan motivasi belajar dengan minat melanjutkan studi ke perguruan tinggi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(3).
- Murni, S., Pradipta, G. D., & Kresnapati, P. (2020). Tingkat keprcayaan diri atlet bola voli Club Tugu Muda Semarang dalam bertanding event kejuaraan antar Club Di Kabupaten Jepara. *STAND: Journal Sports Teaching and Development*, 1(2), 94-103.
- Noya, A. (2021). *Pendidikan papa mama*. Yogyakarta: Penerbit Adab.
- Nugroho, Y. A. (2019). Hubungan dukungan sosial keluarga dengan psychological well-being pada narapidana anak di Lapas Kelas 1 Kutoarjo. *Cognicia*, 7(4), 465-474.
- Nurrohmatulloh, M. A. (2016). Hubungan orientasi masa depan dan dukungan orang tua dengan minat melanjutkan studi ke perguruan tinggi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1).
- Octavia, S. A. (2020). *Motivasi belajar dalam perkembangan remaja*. Sleman: Deepublish.
- Padaki, A. S., Ahmad, C. S., Hodgins, J. L., Kovacevic, D., Lynch, T. S., & Popkin, C. A. (2017). Quantifying parental influence on youth athlete specialization: a survey of athletes' parents. *Orthopaedic journal of sports medicine*, 5(9), 2325967117729147.
- Prasetya, M. R. A. (2021). Comparison of achievement sport systems between Indonesia And China. *JUMORA: Jurnal Moderasi Olahraga*, 1(02), 56- 62.
- Pratama, S. R., & Yuliastrid, D. (2022). Dukungan orang tua terhadap motivasi berprestasi pada atlet Inkai Dojo Warrior Blitar. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(04), 41-46.

- Rahayu, A. (2024). *Pengaruh dukungan orang tua terhadap tingkat kecemasan atlet junior Forki Kota Tangerang Ketika Bertanding*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Universitas Negeri Jakarta.
- Ramadhan, A. S., & Syafii, I. (2022). Tingkat kecemasan pemain sepakbola Persenga Nganjuk U17 dalam pertandingan. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 5(6), 36-41.
- Rahmadina, F. S., Khairunnisa, F. A., & Firmiana, M. E. (2021). Bentuk dukungan orang tua pada anak usia dini (aud) selama belajar dari rumah (bdr). *Jurnal Anak Usia Dini Holistik Integratif (AUDHI)*, 4(1), 18-25.
- Ramanda, I. (2023). *Pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan atlet dalam pertandingan wushu pada atlet Ario Academy Martial Arts (ACMA)*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Universitas Negeri Jakarta.
- Rhamadian, D., & Jumrotul' Aqobah, Q. (2022). Dampak kecemasan (anxiety) dalam olahraga terhadap atlet. *Journal of Sport Science and Tourism Activity (JOSITA)*, 1(1), 33-39.
- Rice, S. M., Gwyther, K., Santesteban-Echarri, O., Baron, D., Gorczynski, P., Gouttebarge, V., & Purcell, R. (2019). Determinants of anxiety in elite athletes: a systematic review and meta-analysis. *British journal of sports medicine*, 53(11), 722-730.
- Rudini, M., & Melinda, M. (2020). Motivasi orang tua terhadap pendidikan siswa sdn sandana (Studi Pada Keluarga Nelayan Dusun Nelayan). *Tolis Ilmiah: Jurnal Penelitian*, 2(2).
- Saputri, A. E., Raharjo, S. T., & Apsari, N. C. (2019). Dukungan sosial keluarga bagi orang dengan disabilitas sensorik. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 62.
- Sari, D. L., Widiani, E., & Trishinta, S. M. (2019). Hubungan pola pikir pesimisme dengan resiko depresi pada remaja. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Kperawatan*, 4(1).
- Sartono, S., Suryaman, O., Hadiana, O., & Ramadan, G. (2020). Hipnoterapi untuk kecemasan: sebuah uji coba pada pemain sepakbola. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(1), 216-225.
- Sawyer, S. M., & Patton, G. C. (2018). Health and well-being in adolescence. *Handbook of adolescent development research and its impact on global policy*, 27.

- Sekarina, D. P., & Indriana, Y. (2020). Hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa kelas xii smk yudya karya magelang. *Jurnal Empati*, 7(1), 381-386.
- Siswanto, B., Soegiyanto, S., Sugiharto, K. S., & Sulaiman, S. (2019). Peran orangtua dalam meningkatkan olahraga prestasi. In *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana (PROSNAMPAS)* (Vol. 2, No. 1, pp. 153-156).
- Solichah, I., Warni, W. E., & Wijaya, A. B. (2022). Dukungan sosial pelatih dan internal locus of control dengan psychological well-being pada atlet disabilitas. *Indonesia Performance Journal*, 5(2), 52-59.
- Subagia, I. N. (2021). *Pola asuh orang tua: Faktor, implikasi terhadap perkembangan karakter anak*. Nilacakra.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian pendidikan: pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi. (2019). *Evaluasi pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Suratmin, I., & Wigutomo, G. (2022). Workshop dan pengembangan model latihan fisik dan mental bagi pelatih atletik PASI Karangasem. *Proceeding Senadimas Undiksha*, 220.
- Tangkudung, J. (2018). *Sport psychometrics: Dasar-dasar dan instrumen psikometri olahraga*. Depok: PT RajaGrafindo Persada.
- Tangkudung, J., & Mylsidayu, A. (2017). *Mental training : aspek-aspek psikologi dalam olahraga*. Jakarta: UNJ Press.
- Tiara, E. F., & Rahardanto, M. S. (2021). Efektivitas teknik relaksasi pernafasan untuk menurunkan kecemasan sebelum bertanding pada atlet bulutangkis Puslatcab dan Siap Grak Surabaya. *Experientia: Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(2), 69-76.
- Tumanggor, R. D., & Siregar, Y. S. (2021). Hubungan tingkat kecemasan dengan pola tidur mahasiswa selama pandemi covid-19. *Jurnal Endurance*, 6(2), 402-409.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2015). *Foundations of sport and exercise psychology*. United States: Human Kinetics.

# **LAMPIRAN**

## Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Fakultas

|  |              |  |
|--|--------------|--|
|  <p>KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,<br/>RISET, DAN TEKNOLOGI<br/>UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA<br/>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN<br/>Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281<br/>Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092<br/>Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id</p> |              |  |
| Nomor : B/1136/UN34.16/PT.01.04/2024   | 15 Juli 2024 |  |
| Lamp. : 1 Bendel Proposal  |              |  |
| Hal : Izin Penelitian  |              |  |
| <p>Yth . <b>KLUB PERVAS</b><br/><b>Jl. Ronggo, Jetis, Tirtomartani, Kec. Kalasan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta</b><br/><b>55571</b></p>  |              |  |
| <p>Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:</p>  |              |  |
| Nama   | :            | Henra Wahyudi Pohan  |
| NIM  | :            | 19602241033  |
| Program Studi  | :            | Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1   |
| Tujuan   | :            | Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  |
| Judul Tugas Akhir  | :            | HUBUNGAN DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI PERTANDINGAN PADA ATLET BOLA VOLI DI KLUB PERVAS DAN MAGUWOHARJO VOLLEYBALL CLUB (MVC) |
| Waktu Penelitian   | :            | 10 - 31 Juli 2024  |
| <p>Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.</p>   |              |  |
| <p>Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.</p>   |              |  |
| Dekan,   |              |  |
| <br>Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or.<br>NIP 19770218 200801 1 002   |              |  |
| <p>Tembusan :</p>  |              |  |
| 1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan;   |              |  |
| 2. Mahasiswa yang bersangkutan.  |              |  |

## Lanjutan Lampiran 1.

|   |  |
|---|--|
|    | <p>KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,<br/>RISET, DAN TEKNOLOGI<br/><b>UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b><br/><b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN</b><br/>Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281<br/>Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092<br/>Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id</p> |
| <hr/>   |  |
| Nomor : B/1137/UN34.16/PT.01.04/2024  | 15 Juli 2024   |
| Lamp. : 1 Bendel Proposal   |  |
| Hal : Izin Penelitian   |  |
| <p><b>Yth .      KLUB MAGUWOHARJO VOLLEYBALL (MVC)</b><br/>Tempelsari, Maguwoharjo, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta</p>  |  |
| <p>Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:</p>   |  |
| Nama : Henra Wahyudi Pohan  |  |
| NIM : 19602241033   |  |
| Program Studi : Pendidikan Kependidikan Olahraga - S1   |  |
| Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  |  |
| Judul Tugas Akhir : HUBUNGAN DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN KECEMASAN MEGHADAPI PERTANDINGAN PADA ATLET BOLA VOLI DI KLUB PERVAS DAN MAGUWOHARJO VOLLEYBALL CLUB (MVC)   |  |
| Waktu Penelitian : 10 - 31 Juli 2024  |  |
| <p>Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.</p>  |  |
| <p>Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.</p>  |  |
| <p style="text-align: right;">Dekan,<br/><br/>Dr. Hegi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or.<br/>NIP 19770218 200801 1 002</p> |  |
| <p>Tembusan :</p>   |  |
| <p>1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan;</p>   |  |
| <p>2. Mahasiswa yang bersangkutan.</p>  |  |

## Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian dari Klub

|  |  |   |
|--|--|---|
|   | <b>MAGUWOHARJO VOLLEYBALL CLUB<br/>(MVC)</b> |   |
| Alamat : Tempelsari RW 35 Benjang Depok Sleman No HP 085878302968  |  |   |
| Nomor : 15/PBV-MVC/VIII/2024   |  |   |
| Lamp :   | 1 Eks.                                       |   |
| Hal :  | Balasan Ijin Penelitian                      |   |
| Sleman, 5 Agustus 2024   |  |   |
| Kepada Yth.<br><b>Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan UNY</b><br>di tempat  |  |   |
| Diberitahukan dengan hormat, bahwa kami pengurus klub bola voli MVC memberikan izin penelitian bagi mahasiswa:                             |  |   |
| Nama   | :  | Henra Wahyudi Pohan   |
| NIM  | :  | 19602241033   |
| Program Studi  | :  | Pendidikan Kepelatihan Olahraga   |
| Penelitian dilaksanakan pada :   |  |   |
| Waktu  | :  | 2 Juli 2024   |
| Tempat   | :  | Lapangan bola voli MVC  |
| Judul Skripsi  | :  | Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Kecemasan Menghadapi Pertandingan Pada Atlet Bola voli Di Klub Pervas Dan Maguwoharjo Volleyball Club (MVC). |
| Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan serta dapat digunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasamanya kami ucapkan terimakasih. |  |   |
| <br>Hendri Permana, M.Or.                              |  |   |

## Lanjutan Lampiran 2.

|  |   |
|--|---|
|  <p><b>YAYASAN PERSATUAN<br/>BOLA VOLI ADISUTJIPTO<br/>DAN SEKITARNYA</b></p> <p><b>Alamat:</b><br/>GOR Kelurahan<br/>Tirtomartani Kalasan<br/>Sleman</p> <p><b>Tempat Latihan:</b><br/>GOR Kelurahan<br/>Tirtomartani Kalasan<br/>Sleman</p> <p><b>Sekretariat:</b><br/>GOR Kelurahan<br/>Tirtomartani Kalasan<br/>Sleman<br/>089631879007<br/>089504080194</p> <p><b>E-mail:</b><br/><a href="mailto:pervasjogja@gmail.com">pervasjogja@gmail.com</a></p> | <p style="text-align: center;"><b>SURAT KETERANGAN</b><br/>No. 07.076/pbvpervas/slm/VII/2024</p> <p>Yang bertanda tangan di bawah ini:<br/>Nama : Wisnu Herjanto, S.Or<br/>Jabatan : Ketua PBV. PERVAS</p> <p>Menerangkan Bahwa:<br/>Nama : Henra Wahyudi Pohan<br/>NIM : 19602241033<br/>Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1<br/>Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan<br/>Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta</p> <p>Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa tersebut telah melaksanakan kegiatan penelitian di klub PBV. PERVAS pada tanggal 10 s/d 30 Juli 2024</p> <p>Demikian surat keterangan ini kami buat agar digunakan sebagaimana mestinya.</p> <p style="text-align: right;">Sleman, 30 Juli 2024<br/>Ketua PBV PERVAS</p> <p style="text-align: right;"> Wisnu Herjanta, S.Or</p> |
|--|---|

### **Lampiran 3. Angket Penelitian**

#### **PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta, maka yang bertanda tangan di bawah ini:

|                  |   |  |
|------------------|---|--|
| Nama Mahasiswa   | : | Henra Wahyudi Pohan  |
| NIM              | : | 19602141033  |
| Judul Penelitian | : | Hubungan Dukungan Orang Tua dengan kecemasan Menghadapi Pertandingan pada Atlet Bola Voli di Klub Pervas dan MVC |

Dengan segala kerendahan hati, memohon kepada saudara untuk berkenan menjadi responden dalam penelitian ini dengan mengisi instrumen yang peneliti ajukan. Jawaban saudara sangat kami butuhkan dan akan dijamin kerahasiannya.

Atas bantuan dan partisipasinya, peneliti ucapkan terimakasih.

*Wassalmu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Peneliti

Henra Wahyudi Pohan  
NIM 19602141033

### **Lanjutan Lampiran 3.**

#### **PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : .....

Alamat : .....

Sekolah : .....

Menyatakan bersedia menjadi responden pada penelitian yang dilakukan oleh:

Nama Mahasiswa : Henra Wahyudi Pohan

NIM : 19602141033

Bersedia untuk mengisi instrumen penelitian yang diajukan oleh mahasiswa dengan nama di atas, tanpa prasangka dan paksaan. Jawaban yang diberikan hanya semata-mata untuk keperluan ilmu pengetahuan.

Demikian surat pertanyaan kami buat.

Yogyakarta,

2024

Responden

## Lanjutan Lampiran 3.

### INSTRUMEN PENELITIAN

#### A. Identitas Responden

1. Nama : .....
2. Jenis kelamin :  Laki-laki  Perempuan
3. Usia : .....
4. Lama Latihan : .....
5. Klub : .....

#### B. Petunjuk Pengisian

1. Bacalah baik-baik setiap butir pernyataan.
2. Pilihlah alternatif jawaban yang paling sesuai dengan pengetahuan anda.
3. Mohon setiap butir pernyataan dapat diisi dan tidak ada yang terlewatkan dengan pengetahuan anda sesungguhnya.
4. Baca dan pahami dengan seksama setiap pernyataan yang diberikan. Saudara diminta untuk mengemukakan apakah pernyataan tersebut sesuai dengan diri saudara, dengan memberikan Checklist (✓) pada salah satu kolom pilihan jawaban yang tersedia. Adapun kolom pilihan jawaban yang tersedia sebagai berikut:

- SS** = Bila saudara **Sangat Sesuai** dengan pernyataan tersebut.  
**S** = Bila saudara **Sesuai** dengan pernyataan tersebut.  
**TS** = Bila saudara **Tidak Sesuai** dengan pernyataan tersebut.  
**STS** = Bila saudara **Sangat Tidak Sesuai** dengan pernyataan tersebut.

### C. DUKUNGAN ORANG TUA

| No | Pernyataan  | SS | S | TS | STS |
|----|---|----|---|----|-----|
| 1  | Kehadiran orang tua membantu mengatasi kesulitan saya dalam bermain bola voli                     |    |   |    |     |
| 2  | Orang tua sibuk bekerja sehingga tidak pernah ada waktu untuk membantu saya berlatih bola voli    |    |   |    |     |
| 3  | Orang tua akan selalu membantu kapan saja, meskipun saya sudah ikut klub bola voli                |    |   |    |     |
| 4  | Kehadiran orang tua menambah masalah saya dalam bermain bola voli                                 |    |   |    |     |
| 5  | Orang tua percaya saya mampu bermain bola voli dengan baik  |    |   |    |     |
| 6  | Karena saya malas berlatih, orang tua tidak yakin dengan kemampuan saya bermain bola voli         |    |   |    |     |
| 7  | Orang tua memuji saya ketika saya bermain bola voli   |    |   |    |     |
| 8  | Terkadang orang tua saya menganggap bahwa saya belum mampu bermain bola voli dengan baik          |    |   |    |     |
| 9  | Orang tua mengakui kalau saya mampu mengatasi kesulitan dalam bermain bola voli                   |    |   |    |     |
| 10 | Orang tua belum mengakui kelebihan yang saya miliki dalam bermain bola voli                       |    |   |    |     |
| 11 | Orang tua menganggap saya anak yang pandai bermain bola voli                                      |    |   |    |     |
| 12 | Orang tua saya mengakui kelebihan yang saya miliki dalam bermain bola voli                        |    |   |    |     |
| 13 | Keterampilan yang saya miliki dalam bola voli belum pernah diakui orang tua saya                  |    |   |    |     |
| 14 | Rasa nyaman di rumah diperlukan agar saya lebih giat lagi dalam berlatih bola voli                |    |   |    |     |
| 15 | Saya tidak membutuhkan perhatian orang tua dalam bermain bola voli                                |    |   |    |     |
| 16 | Orang tua tetap memberikan perhatiannya kepada saya meski beliau sedang sibuk dengan pekerjaannya |    |   |    |     |
| 17 | Perasaan tidak aman menghantui diri saya,   |    |   |    |     |

| No | Pernyataan   | SS | S | TS | STS |
|----|--|----|---|----|-----|
|    | karena tidak dekat dengan orang tua  |    |   |    |     |
| 18 | Orang tua sering menyampaikan kata-kata untuk kebaikan saya dalam bermain bola voli                      |    |   |    |     |
| 19 | Saya malas mendengar masukan dari orang tua  |    |   |    |     |
| 20 | Saya yakin kata-kata yang disampaikan orang tua berguna bagi saya dalam bermain bola voli                |    |   |    |     |
| 21 | Saya bosan mendengar kata-kata dari orang tua  |    |   |    |     |
| 22 | Jika saya kalah dalam pertandingan, orang tua saya hanya diam saja                                       |    |   |    |     |
| 23 | Orang tua saya memberitahu bagaimana cara bermain yang baik dalam bermain bola voli                      |    |   |    |     |
| 24 | Saya merasa senang bila ibu dan bapak saya menasehati saya, bila kalah pada suatu pertandingan bola voli |    |   |    |     |
| 25 | Orang tua saya tidak memperdulikan bila saya mendapatkan masalah dalam bermain bola voli                 |    |   |    |     |
| 26 | Orang tua selalu memberikan perhatian pada saya supaya lebih giat berlatih                               |    |   |    |     |
| 27 | Orang tua belum memberikan informasi untuk kemajuan saya dalam bermain bola voli                         |    |   |    |     |
| 28 | Orang tua memberikan arahan yang terbaik untuk atasi masalah saya dalam bermain bola voli                |    |   |    |     |
| 29 | Orang tua tidak mengarahkan bila saya menghadapi masalah   |    |   |    |     |
| 30 | Orang tua saya tidak mendukung dalam mengembangkan minat saya terhadap bola voli                         |    |   |    |     |
| 31 | Orang tua tertarik mengetahui kegiatan saya di tempat berlatih bola voli                                 |    |   |    |     |
| 32 | Orang tua mendukung saya untuk berlatih  |    |   |    |     |
| 33 | Orang tua diam saja dengan kegiatan yang saya jalani di tempat latihan bola voli                         |    |   |    |     |
| 34 | Saya tidak dilibatkan jika orang tua mempunyai masalah   |    |   |    |     |
| 35 | Orang tua saya belum mengetahui apa minat saya   |    |   |    |     |
| 36 | Dekatnya hubungan saya dengan orang tua membuat perasaan saya nyaman                                     |    |   |    |     |

| No | Pernyataan   | SS | S | TS | STS |
|----|--|----|---|----|-----|
| 37 | Orang tua memfasilitasi alat latihan di rumah agar saya bisa berlatih di rumah   |    |   |    |     |
| 38 | Sampai saat ini orang tua belum membelikan saya peralatan bola voli  |    |   |    |     |
| 39 | Orang tua sering memberikan pujian saat saya mendapat prestasi di suatu pertandingan                                   |    |   |    |     |
| 40 | Sampai saat ini orang tua tidak memberikan penghargaan atas prestasi yang saya dapatkan di berbagai event pertandingan |    |   |    |     |
| 41 | Orang tua saya menganggap saya belum maksimal dalam bermain bola voli  |    |   |    |     |
| 42 | Dalam pertandingan, orang tua tidak memberitahu cara-cara agar tidak cemas sebelum bertanding                          |    |   |    |     |
| 43 | Orang tua mendukung saya untuk mengikuti kegiatan yang saya minati   |    |   |    |     |

#### D. Instrumen Kecemasan

| No | Pernyataan   | SS | S | TS | STS |
|----|--|----|---|----|-----|
|    | <b>Instrinsik</b>  |    |   |    |     |
|    | <b>Pengalaman</b>  |    |   |    |     |
| 1  | Saya sudah mengikuti pertandingan bola voli lebih dari lima tahun.   |    |   |    |     |
| 2  | Saya pernah mengikuti pertandingan bola voli tingkat kota.   |    |   |    |     |
| 3  | Saya belum pernah meraih juara (1/2/3) pada pertandingan bola voli tingkat kota.                               |    |   |    |     |
| 4  | Pelatih/ <i>club</i> tidak pernah mengadakan sparing antar <i>club</i> .                                       |    |   |    |     |
| 5  | Saya datang latihan sesuai dengan jadwal latihan rutin <i>club</i> .   |    |   |    |     |
| 6  | Saya datang terlambat pada saat latihan.   |    |   |    |     |
| 7  | Saya mengikuti instruksi/arahan pelatih pada saat latihan dengan baik.   |    |   |    |     |
| 8  | Saya tidak jadi mengikuti latihan apabila saya merasa <i>bad mood</i> karena suatu hal.                        |    |   |    |     |
| 9  | Saya sering melamun ketika dihadapkan banyaknya tekanan pada saat berlomba.                                    |    |   |    |     |
| 10 | Saya sakit perut karena merasa cemas pada saat pertandingan bola voli.   |    |   |    |     |
|    | <b>Kepribadian</b>   |    |   |    |     |
| 11 | Saya selalu berdoa ketika merasa gugup pada saat pertandingan bola voli.                                       |    |   |    |     |
| 12 | Saya meminta saran/bantuan pelatih dalam mengatasi tekanan pada saat pertandingan bola voli.                   |    |   |    |     |
| 13 | Saya selalu merasa yakin dapat menampilkan performa yang baik pada saat pertandingan bola voli.                |    |   |    |     |
| 14 | Saya merasa tidak siap mengikuti pertandingan bola voli.   |    |   |    |     |
| 15 | Saya menangis apabila terdisfikualifikasi pada saat pertandingan bola voli.                                    |    |   |    |     |
| 16 | Saya tetap semangat meskipun performa saya saat lomba/berlatih bola voli tidak mencapai limit yang diharapkan. |    |   |    |     |
|    | <b>Emosi</b>   |    |   |    |     |
| 17 | Saya merasa senang setiap kali mengikuti latihan.  |    |   |    |     |
| 18 | Saya merasa senang setiap kali mengikuti pertandingan bola voli.   |    |   |    |     |

|                                     |  |  |  |  |  |
|-------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 19                                  | Saya akan menyalahkan orang lain untuk melampiaskan rasa kesal saya karena kalah dalam pertandingan bola voli. |  |  |  |  |
| 20                                  | Saya merasa sulit memusatkan pikiran pada saat sedang frustasi.  |  |  |  |  |
| 21                                  | Saya dapat dengan cepat memaafkan kesalahan orang lain.  |  |  |  |  |
| 22                                  | Saya dapat membuat orang lain tertawa dengan cerita bahagia saya.  |  |  |  |  |
| 23                                  | Saya selalu memendam rasa sedih saya dalam jangka waktu yang lama.   |  |  |  |  |
| 24                                  | Saya lebih suka berbicara dengan diri sendiri dari pada dengan orang lain.                                     |  |  |  |  |
| <b>Konsentrasi</b>                  |  |  |  |  |  |
| 25                                  | Saya selalu mendalami kemampuan teknis saya secara terus-menerus pada saat latihan/ pertandingan bola voli.    |  |  |  |  |
| 26                                  | Saya tidak dapat memusatkan pikiran meskipun suasana lomba berisik.  |  |  |  |  |
| 27                                  | Saya tidak fokus mengikuti pertandingan bola voli jika ditonton orang tua                                      |  |  |  |  |
| 28                                  | Saya akan tetap fokus mengikuti pertandingan bola voli meskipun sedang sakit parah.                            |  |  |  |  |
| <b>Pikiran negatif</b>              |  |  |  |  |  |
| 29                                  | Saya tidak malu diejek penonton apabila saya kalah dalam pertandingan bola voli.                               |  |  |  |  |
| 30                                  | Saya tidak malu diejek teman-teman <i>club</i> apabila performa saya kurang baik.                              |  |  |  |  |
| 31                                  | Saya tidak peduli mencoreng nama baik pelatih karena gagal dalam mendidik dan melatih atletnya.                |  |  |  |  |
| 32                                  | Saya tidak peduli apabila orang tua saya malu karena mempunyai anak yang tidak berprestasi.                    |  |  |  |  |
| 33                                  | Saya mempunyai pemikiran bahwa lebih baik saya tidak mengikuti pertandingan bola voli dari pada saya kalah.    |  |  |  |  |
| 34                                  | Saya kadang-kadang merasa pasti akan kalah setiap kali mengikuti pertandingan bola voli.                       |  |  |  |  |
| <b>Ekstrinsik</b>                   |  |  |  |  |  |
| <b>Tuntutan/ harapan pihak luar</b> |  |  |  |  |  |
| 35                                  | Saya tidak takut apabila mengalami cedera pada saat pertandingan bola voli.                                    |  |  |  |  |
| 36                                  | Saya selalu menyambut hari lomba dengan semangat untuk meraih juara.   |  |  |  |  |
| 37                                  | Keluarga saya memaksa saya agar dapat meraih   |  |  |  |  |

|                                 |  |  |  |  |
|---------------------------------|--|--|--|--|
|                                 | juara satu.  |  |  |  |
| 38                              | Saya menjadi tidak semangat berlomba karena tuntutan dari keluarga saya tersebut.                                  |  |  |  |
| 39                              | Keluarga saya datang untuk menyaksikan saya pada saat pertandingan bola voli.                                      |  |  |  |
| 40                              | Keluarga saya selalu ada disaat saya sedang senang, sedih, maupun lelah dikarenakan latihan.                       |  |  |  |
| 41                              | Pelatih menuntut saya harus dapat meraih juara satu.   |  |  |  |
| 42                              | Saya menjadi tidak semangat berlomba karena tuntutan dari pelatih saya tersebut.                                   |  |  |  |
| 43                              | Pelatih selalu memberikan semangat/motivasi kepada saya.   |  |  |  |
| 44                              | Pelatih selalu memperhatikan dan memberikan arahan kepada saya pada saat latihan/pertandingan bola voli.           |  |  |  |
| 45                              | Pendukung selalu memaksa saya untuk dapat meraih juara satu.   |  |  |  |
| 46                              | Saya menjadi tidak semangat berlomba karena tuntutan dari pendukung saya tersebut.                                 |  |  |  |
| 47                              | Pendukung memberikan semangat kepada saya melalui tribun penonton.   |  |  |  |
| 48                              | Pendukung tetap memberikan semangat kepada saya meskipun saya kalah saat pertandingan bola voli.                   |  |  |  |
| <b>Pengaruh massa dan lawan</b> |  |  |  |  |
| 49                              | Penonton yang ramai membuat saya menjadi lebih termotivasi untuk dapat memenangkan pertandingan bola voli.         |  |  |  |
| 50                              | Penonton yang menyanyikan yel-yel untuk saya membuat saya menjadi lebih semangat pada saat pertandingan bola voli. |  |  |  |
| 51                              | Saya kadang-kadang dimaki-maki menggunakan kata-kata yang kasar oleh penonton yang mendukung lawan saya.           |  |  |  |
| 52                              | Saya dilempari botol oleh penonton karena atlet yang didukungnya kalah dari saya.                                  |  |  |  |
| 53                              | Saya tetap tenang meskipun belum mengetahui siapa saja lawan pada saat pertandingan bola voli nanti.               |  |  |  |
| 54                              | Saya selalu membayangkan saya akan kalah saat mendapati lawan yang berbadan lebih besar.                           |  |  |  |
| 55                              | Saya berlapang dada menerima kekalahan dari lawan yang lebih baik dari saya.                                       |  |  |  |

|    |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|
| 56 | Saya senang apabila dikalahkan oleh lawan yang lebih lemah.  |  |  |  |  |
|    | <b>Keterbatasan dana</b>   |  |  |  |  |
| 57 | Pelatih selalu mempercayai saya baik pada saat latihan/pertandingan bola voli.   |  |  |  |  |
| 58 | Pelatih bersikap adil kepada semua atlet <i>club</i> tanpa membeda-bedakan.  |  |  |  |  |
| 59 | Saya tetap semangat meskipun belum jadi diberangkatkan pada saat pertandingan bola voli.   |  |  |  |  |
| 60 | Saya akan selalu berusaha meraih juara dalam pertandingan bola voli meskipun anggaran dana dari <i>club</i> sangat sedikit.                      |  |  |  |  |
| 61 | Saya diminta <i>club</i> untuk mengeluarkan uang pribadi dalam jumlah yang besar guna membayar biaya pertandingan bola voli.                     |  |  |  |  |
| 62 | Saya tidak mau latihan di <i>club</i> yang tidak sanggup membiayai atletnya untuk berangkat dalam pertandingan bola voli.                        |  |  |  |  |
| 63 | Saya akan tetap mengikuti latihan rutin meskipun <i>club</i> mempunyai sarana yang kurang memadai/layak.   |  |  |  |  |
| 64 | Saya akan menyalahkan <i>club</i> apabila performa saya semakin menurun karena latihan menggunakan sarana <i>club</i> yang kurang memadai/layak. |  |  |  |  |

**Lampiran 4. Biodata Atlet Klub Pervas**

**BIODATA ATLET KLUB PERVAS**

| No | Nama                    | L/P | Usia | Tinggi Badan | Berat Badan |
|----|-------------------------|-----|------|--------------|-------------|
| 1  | Reliano Satrio          | L   | 13   | 165          | 53.1        |
| 2  | Bima Arya               | L   | 17   | 175          | 64.8        |
| 3  | Vito Handika Putra      | L   | 18   | 159          | 43.45       |
| 4  | Angga Windri Saputra    | L   | 16   | 161          | 53.85       |
| 5  | Bagus Praditya          | L   | 15   | 174          | 66.3        |
| 6  | Athaya Ailsa Bluma      | L   | 13   | 170          | 62.5        |
| 7  | Muhammad Zaky           | L   | 13   | 168          | 56.1        |
| 8  | Angga Putra Pratama     | L   | 16   | 171.5        | 59          |
| 9  | Fabian Caesar           | L   | 13   | 161.6        | 50.25       |
| 10 | Muhammad Fajar          | L   | 16   | 173          | 72.05       |
| 11 | Rangga Dwiyantoro       | L   | 13   | 157          | 59.6        |
| 12 | Habib Nur               | L   | 12   | 165          | 65.8        |
| 13 | Wahyu Putra             | L   | 13   | 165          | 51.3        |
| 14 | Dhandy Arya Kusuma      | L   | 16   | 166          | 56.95       |
| 15 | Radeka Arya Z           | L   | 16   | 170          | 61.5        |
| 16 | Angga Windri Saputra    | L   | 12   | 165          | 57.41       |
| 17 | Muhammad Revan          | L   | 16   | 168          | 61          |
| 18 | Arka Dyandra Rasyali    | L   | 15   | 164          | 58.15       |
| 19 | Noval Ridho             | L   | 13   | 167          | 53.2        |
| 20 | Rahman Dandy            | L   | 16   | 171          | 59.5        |
| 21 | Hanif Alamsyah          | L   | 16   | 166          | 51.51       |
| 22 | Naufal Atha Pratama     | L   | 14   | 172          | 61.81       |
| 23 | Falih Rafif             | L   | 16   | 169          | 56.4        |
| 24 | Alfreda Leilani Carissa | P   | 15   | 144          | 35.2        |
| 25 | Jenita Nasywa Silvieka  | P   | 16   | 139          | 35.4        |
| 26 | Anastasya Febriana      | P   | 15   | 141          | 36.3        |
| 27 | Shifa Nur Oktaviyanti   | P   | 14   | 135          | 32.5        |
| 28 | Sheila Riskya           | P   | 15   | 138          | 38.1        |
| 29 | Anastasya Febriana      | P   | 14   | 144          | 40          |
| 30 | Cheryi Nadhif Zulfa     | P   | 15   | 142          | 39.4        |
| 31 | Yenna Rara Yogya        | P   | 15   | 147          | 45.12       |
| 32 | Farah Luqyana Putri     | P   | 14   | 146          | 45.2        |
| 33 | Zahratusyva Sisiana     | P   | 14   | 144          | 44.51       |
| 34 | Zalfa Choirunnisa       | P   | 14   | 149          | 46.2        |

**Lampiran 5. Biodata Atlet Bola Voli MVC**

**BIODATA ATLET BOLA VOLI MVC**

| No | Nama                     | L/P | Usia (Tahun) | Lama Latihan (Tahun) |
|----|--------------------------|-----|--------------|----------------------|
| 1  | Rafa Satria              | L   | 14           | 3 tahun              |
| 2  | Novtha A.M               | L   | 14           | 1 tahun              |
| 3  | Khairi Firman Ardiansyah | L   | 14           | 4 tahun              |
| 4  | Fahrozi Putra            | L   | 12           | 3 bulan              |
| 5  | Rakha Wirsa S            | L   | 13           | 3 tahun              |
| 6  | Putra Haidar Raif        | L   | 14           | 4 tahun              |
| 7  | Nuafal                   | L   | 14           | 2 tahun              |
| 8  | Muhammad Fakhir Saputra  | L   | 13           | 4 tahun              |
| 9  | Alfito Dwi               | L   | 14           | 1 tahun              |
| 10 | Alfin Aji                | L   | 13           | 1 tahun              |
| 11 | Muhammad Zaidan F.S      | L   | 16           | 3 bulan              |
| 12 | Lio Margantara           | L   | 14           | 3 tahun              |
| 13 | Eka Aditiya S            | L   | 14           | 1 tahun              |
| 14 | Haikal Alif Saputra      | L   | 14           | 7 bulan              |
| 15 | Dias Bayu Satrio         | L   | 16           | 5 tahun              |
| 16 | Fahri Aprian             | L   | 15           | 3 tahun              |
| 17 | Dafin Fakhra Roza        | L   | 14           | 3 tahun              |
| 18 | Regha Bintang F          | L   | 12           | 2 tahun              |
| 19 | Fahri Widika P           | L   | 14           | 1 tahun              |
| 20 | Aulia Diah Rahma Yunati  | P   | 12           | 3 tahun              |
| 21 | Mila Nur Fitria          | P   | 14           | 5 bulan              |
| 22 | Zifana Alifa Azni        | P   | 12           | 1 bulan              |
| 23 | Nadiya Aulia Putri       | P   | 14           | 3 bulan              |
| 24 | Aisyah Larasati Mordean  | P   | 16           | 2 tahun              |
| 25 | Fassela Ezra Definsa     | P   | 16           | 1 tahun              |
| 26 | Nailla Eka Sakabila      | P   | 13           | 1 tahun              |
| 27 | Putri Nur Azizah         | P   | 16           | 4 tahun              |
| 28 | Renata Seva Ardiana      | P   | 17           | 3 tahun              |
| 29 | Qurotu Aini              | P   | 14           | 6 tahun              |
| 30 | Syifa Neyta Sari         | P   | 14           | 4 tahun              |
| 31 | Santika Putri            | P   | 16           | 3 tahun              |

**Lampiran 6. Data Dukungan Orang Tua Klub Pervas**

**BIODATA ATLET KLUB PERVAS**

| No | Nama                    | Data | Kategori |
|----|-------------------------|------|----------|
| 1  | Reliano Satrio          | 2.14 | Rendah   |
| 2  | Bima Arya               | 2.19 | Rendah   |
| 3  | Vito Handika Putra      | 2.53 | Tinggi   |
| 4  | Angga Windri Saputra    | 2.40 | Rendah   |
| 5  | Bagus Praditya          | 2.33 | Rendah   |
| 6  | Athaya Ailsa Bluma      | 2.42 | Rendah   |
| 7  | Muhammad Zaky           | 2.53 | Tinggi   |
| 8  | Angga Putra Pratama     | 2.53 | Tinggi   |
| 9  | Fabian Caesar           | 2.30 | Rendah   |
| 10 | Muhammad Fajar          | 2.14 | Rendah   |
| 11 | Rangga Dwiyantoro       | 2.49 | Rendah   |
| 12 | Habib Nur               | 2.44 | Rendah   |
| 13 | Wahyu Putra             | 2.37 | Rendah   |
| 14 | Dhandy Arya Kusuma      | 2.44 | Rendah   |
| 15 | Radeka Arya Z           | 2.49 | Rendah   |
| 16 | Angga Windri Saputra    | 2.53 | Tinggi   |
| 17 | Muhammad Revan          | 2.42 | Rendah   |
| 18 | Arka Dyandra Rasyali    | 2.37 | Rendah   |
| 19 | Noval Ridho             | 2.56 | Tinggi   |
| 20 | Rahman Dandy            | 2.19 | Rendah   |
| 21 | Hanif Alamsyah          | 2.00 | Rendah   |
| 22 | Naufal Atha Pratama     | 2.07 | Rendah   |
| 23 | Falih Rafif             | 3.00 | Tinggi   |
| 24 | Alfreda Leilani Carissa | 2.42 | Rendah   |
| 25 | Jenita Nasywa Silvieka  | 2.53 | Tinggi   |
| 26 | Anastasya Febriana      | 2.40 | Rendah   |
| 27 | Shifa Nur Oktaviyanti   | 2.30 | Rendah   |
| 28 | Sheila Riskya           | 2.40 | Rendah   |
| 29 | Anastasya Febriana      | 2.49 | Rendah   |
| 30 | Cheryi Nadhif Zulfa     | 2.33 | Rendah   |
| 31 | Yenma Rara Yogya        | 2.37 | Rendah   |
| 32 | Farah Luqyana Putri     | 2.44 | Rendah   |
| 33 | Zahratusyva Sisiana     | 2.49 | Rendah   |
| 34 | Zalfa Choirunnisa       | 2.53 | Tinggi   |

## Lampiran 7. Data Dukungan Orang Tua Klub MVC

### ATLET BOLA VOLI MVC

| No | Nama                     | Data | Kategori |
|----|--------------------------|------|----------|
| 1  | Rafa Satria              | 2.16 | Rendah   |
| 2  | Novtha A.M               | 2.37 | Rendah   |
| 3  | Khairi Firman Ardiansyah | 2.33 | Rendah   |
| 4  | Fahrozi Putra            | 2.19 | Rendah   |
| 5  | Rakha Wirsa S            | 2.00 | Rendah   |
| 6  | Putra Haidar Raif        | 2.07 | Rendah   |
| 7  | Nuafal                   | 2.35 | Rendah   |
| 8  | Muhammad Fakhir Saputra  | 2.40 | Rendah   |
| 9  | Alfito Dwi               | 2.53 | Tinggi   |
| 10 | Alfin Aji                | 2.47 | Rendah   |
| 11 | Muhammad Zaidan F.S      | 2.28 | Rendah   |
| 12 | Lio Margantara           | 2.44 | Rendah   |
| 13 | Eka Aditiya S            | 2.51 | Tinggi   |
| 14 | Haikal Alif Saputra      | 2.49 | Rendah   |
| 15 | Dias Bayu Satrio         | 2.33 | Rendah   |
| 16 | Fahri Aprian             | 2.47 | Rendah   |
| 17 | Dafin Fakhra Roza        | 2.19 | Rendah   |
| 18 | Regha Bintang F          | 2.74 | Tinggi   |
| 19 | Fahri Widika P           | 2.35 | Rendah   |
| 20 | Aulia Diah Rahma Yunati  | 2.09 | Rendah   |
| 21 | Mila Nur Fitria          | 2.63 | Tinggi   |
| 22 | Zifana Alifa Azni        | 2.23 | Rendah   |
| 23 | Nadiya Aulia Putri       | 2.07 | Rendah   |
| 24 | Aisyah Larasati Mordean  | 2.14 | Rendah   |
| 25 | Fassela Ezra Definsa     | 2.33 | Rendah   |
| 26 | Nailla Eka Sakabila      | 2.02 | Rendah   |
| 27 | Putri Nur Azizah         | 2.19 | Rendah   |
| 28 | Renata Seva Ardiana      | 2.28 | Rendah   |
| 29 | Qurotu Aini              | 2.65 | Tinggi   |
| 30 | Syifa Neyta Sari         | 2.81 | Tinggi   |
| 31 | Santika Putri            | 2.40 | Rendah   |

## Lampiran 8. Data Kecemasan Klub Pervas

**BIODATA ATLET KLUB PERVAS**

| No | Nama                    | Data | Kategori |
|----|-------------------------|------|----------|
| 1  | Reliano Satrio          | 3.14 | Tinggi   |
| 2  | Bima Arya               | 3.09 | Tinggi   |
| 3  | Vito Handika Putra      | 2.84 | Tinggi   |
| 4  | Angga Windri Saputra    | 2.91 | Tinggi   |
| 5  | Bagus Praditya          | 2.94 | Tinggi   |
| 6  | Athaya Ailsa Bluma      | 2.92 | Tinggi   |
| 7  | Muhammad Zaky           | 2.69 | Tinggi   |
| 8  | Angga Putra Pratama     | 2.25 | Rendah   |
| 9  | Fabian Caesar           | 2.77 | Tinggi   |
| 10 | Muhammad Fajar          | 3.11 | Tinggi   |
| 11 | Rangga Dwiyantoro       | 2.67 | Tinggi   |
| 12 | Habib Nur               | 3.11 | Tinggi   |
| 13 | Wahyu Putra             | 2.80 | Tinggi   |
| 14 | Dhandy Arya Kusuma      | 2.61 | Tinggi   |
| 15 | Radeka Arya Z           | 2.45 | Rendah   |
| 16 | Angga Windri Saputra    | 2.45 | Rendah   |
| 17 | Muhammad Revan          | 2.48 | Rendah   |
| 18 | Arka Dyandra Rasyali    | 2.73 | Tinggi   |
| 19 | Noval Ridho             | 2.27 | Rendah   |
| 20 | Rahman Dandy            | 2.47 | Rendah   |
| 21 | Hanif Alamsyah          | 2.34 | Rendah   |
| 22 | Naufal Atha Pratama     | 2.81 | Tinggi   |
| 23 | Falih Rafif             | 2.02 | Rendah   |
| 24 | Alfreda Leilani Carissa | 2.48 | Rendah   |
| 25 | Jenita Nasywa Silvieka  | 2.48 | Rendah   |
| 26 | Anastasya Febriana      | 2.48 | Rendah   |
| 27 | Shifa Nur Oktaviyanti   | 2.48 | Rendah   |
| 28 | Sheila Riskya           | 2.88 | Tinggi   |
| 29 | Anastasya Febriana      | 2.72 | Tinggi   |
| 30 | Cheryi Nadhif Zulfa     | 3.02 | Tinggi   |
| 31 | Yenma Rara Yogya        | 2.73 | Tinggi   |
| 32 | Farah Luqyana Putri     | 2.77 | Tinggi   |
| 33 | Zahratusyva Sisiana     | 2.78 | Tinggi   |
| 34 | Zalfa Choirunnisa       | 2.83 | Tinggi   |

## Lampiran 9. Data Kecemasan Klub MVC

### ATLET BOLA VOLI MVC

| No | Nama                     | Data | Kategori |
|----|--------------------------|------|----------|
| 1  | Rafa Satria              | 2.77 | Tinggi   |
| 2  | Novtha A.M               | 2.73 | Tinggi   |
| 3  | Khairi Firman Ardiansyah | 2.72 | Tinggi   |
| 4  | Fahrozi Putra            | 2.48 | Rendah   |
| 5  | Rakha Wirsa S            | 2.70 | Tinggi   |
| 6  | Putra Haidar Raif        | 2.81 | Tinggi   |
| 7  | Nuafal                   | 2.75 | Tinggi   |
| 8  | Muhammad Fakhir Saputra  | 2.48 | Rendah   |
| 9  | Alfito Dwi               | 2.77 | Tinggi   |
| 10 | Alfin Aji                | 2.97 | Tinggi   |
| 11 | Muhammad Zaidan F.S      | 3.02 | Tinggi   |
| 12 | Lio Margantara           | 2.88 | Tinggi   |
| 13 | Eka Aditiya S            | 2.89 | Tinggi   |
| 14 | Haikal Alif Saputra      | 2.73 | Tinggi   |
| 15 | Dias Bayu Satrio         | 2.72 | Tinggi   |
| 16 | Fahri Aprian             | 2.97 | Tinggi   |
| 17 | Dafin Fakhra Roza        | 2.81 | Tinggi   |
| 18 | Regha Bintang F          | 2.25 | Rendah   |
| 19 | Fahri Widika P           | 2.86 | Tinggi   |
| 20 | Aulia Diah Rahma Yunati  | 3.20 | Tinggi   |
| 21 | Mila Nur Fitria          | 2.78 | Tinggi   |
| 22 | Zifana Alifa Azni        | 3.08 | Tinggi   |
| 23 | Nadiya Aulia Putri       | 2.92 | Tinggi   |
| 24 | Aisyah Larasati Mordean  | 2.81 | Tinggi   |
| 25 | Fassela Ezra Definsa     | 3.09 | Tinggi   |
| 26 | Nailla Eka Sakabila      | 2.67 | Tinggi   |
| 27 | Putri Nur Azizah         | 2.73 | Tinggi   |
| 28 | Renata Seva Ardiana      | 2.72 | Tinggi   |
| 29 | Qurotu Aini              | 2.33 | Rendah   |
| 30 | Syifa Neyta Sari         | 2.36 | Rendah   |
| 31 | Santika Putri            | 2.44 | Rendah   |

## Lampiran 10. Data Dukungan Orang Tua

| No | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40  | 41   | 42   | 43   |      | Mean |      |      |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|------|------|------|------|------|------|------|
| 1  | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 3  | 1  | 1  | 2  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 3    | 92   | 2.14 |      |      |      |      |
| 2  | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2   | 94   | 2.19 |      |      |      |      |      |
| 3  | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 109  | 2.53 |      |      |      |      |      |
| 4  | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 103 | 2.40 |      |      |      |      |      |      |
| 5  | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 3  | 1  | 1  | 2  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3   | 3    | 3    | 3    | 100  | 2.33 |      |      |
| 6  | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3   | 2    | 2    | 2    | 3    | 104  | 2.42 |      |
| 7  | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 3    | 109  | 2.53 |      |      |      |      |
| 8  | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3   | 3    | 3    | 109  | 2.53 |      |      |      |
| 9  | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 1  | 1  | 1  | 1  | 3  | 3  | 3  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2   | 3    | 3    | 3    | 3    | 99   | 2.30 |      |
| 10 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2  | 2  | 2  | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 4  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 1  | 1  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3   | 3    | 2    | 2    | 3    | 2    | 92   | 2.14 |
| 11 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4   | 2    | 2    | 2    | 2    | 107  | 2.49 |      |
| 12 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3  | 4  | 4  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 1  | 2  | 2  | 1  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 1  | 2   | 2    | 2    | 2    | 105  | 2.44 |      |      |
| 13 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 2    | 2    | 2    | 3    | 102  | 2.37 |      |
| 14 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 3  | 2  | 1  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 1  | 1  | 1  | 1  | 2  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3   | 3    | 3    | 3    | 4    | 105  | 2.44 |      |
| 15 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3  | 4  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 2    | 2    | 2    | 3    | 107  | 2.49 |      |
| 16 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1  | 1  | 1  | 2  | 3  | 3  | 1  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 1  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 2  | 4  | 4   | 3    | 3    | 3    | 4    | 109  | 2.53 |      |
| 17 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2  | 3  | 1  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 4  | 4  | 3  | 4  | 2  | 2   | 2    | 4    | 104  | 2.42 |      |      |      |
| 18 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 1  | 2  | 2  | 2  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 2  | 1  | 2  | 3   | 3    | 3    | 1    | 102  | 2.37 |      |      |
| 19 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 1  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 1  | 2  | 3   | 3    | 3    | 110  | 2.56 |      |      |      |
| 20 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 1  | 2  | 1  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 1  | 1  | 1  | 1  | 3  | 2  | 2  | 2  | 1  | 1  | 1  | 3  | 2  | 1  | 2   | 1    | 1    | 1    | 94   | 2.19 |      |      |
| 21 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 1  | 1  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2   | 2    | 86   | 2.00 |      |      |      |      |
| 22 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 1  | 1  | 1  | 2  | 2  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 3  | 3  | 3  | 3   | 2    | 2    | 2    | 89   | 2.07 |      |      |
| 23 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3   | 3    | 3    | 129  | 3.00 |      |      |      |
| 24 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 2  | 2  | 2   | 3    | 104  | 2.42 |      |      |      |      |
| 25 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3   | 3    | 3    | 109  | 2.53 |      |      |      |



| No | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39  | 40   | 41   | 42   | 43   | $\Sigma$ | Mean |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|------|------|------|------|----------|------|
| 53 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 4  | 2  | 2  | 3  | 4  | 3  | 2  | 2   | 2    | 3    | 101  | 2.35 |          |      |
| 54 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2   | 2    | 90   | 2.09 |      |          |      |
| 55 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 3  | 2  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 4  | 3  | 4  | 3  | 2  | 2  | 4  | 4  | 3  | 2  | 2  | 3   | 3    | 113  | 2.63 |      |          |      |
| 56 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 96  | 2.23 |      |      |      |          |      |
| 57 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 3  | 1  | 1  | 2  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3   | 3    | 3    | 2    | 89   | 2.07     |      |
| 58 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2   | 2    | 92   | 2.14 |      |          |      |
| 59 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 100 | 2.33 |      |      |      |          |      |
| 60 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 87  | 2.02 |      |      |      |          |      |
| 61 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 1  | 1  | 1  | 1  | 3  | 3  | 3  | 3  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 94   | 2.19 |      |      |          |      |
| 62 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2  | 2  | 2  | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 4  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 1  | 1  | 2  | 1  | 3  | 2  | 3  | 4  | 3  | 3  | 4  | 3  | 2   | 3    | 2    | 98   | 2.28 |          |      |
| 63 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 114  | 2.65 |      |      |          |      |
| 64 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3  | 4  | 4  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 1  | 2  | 2  | 1  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 1  | 2   | 2    | 2    | 121  | 2.81 |          |      |
| 65 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 4  | 3  | 4  | 3  | 2  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 103  | 2.40 |      |      |          |      |

**Lampiran 11. Data Kecemasan Menghadapi Pertandingan**

| No | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 |   |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|---|
| 1  | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 1  | 4  | 4  | 3  | 4  | 3 |
| 2  | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2 |
| 3  | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3 |
| 4  | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2 |
| 5  | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 1  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4 |
| 6  | 4 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 4  | 4  | 2  | 4  | 2  |   |
| 7  | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  |   |
| 8  | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  |   |
| 9  | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  |   |
| 10 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  |   |
| 11 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  |   |
| 12 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3  |    |   |
| 13 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 1  | 2  | 2  | 4  | 4  | 4 |
| 14 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 1  | 2  | 2  | 1  | 1  | 1  |    |   |
| 15 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 1  | 2  | 1  | 1  | 1  | 1  |   |
| 16 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 1  | 1  | 1  | 3  |   |
| 17 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 1  | 2  | 2  | 1  | 1 |
| 18 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 1  | 1  | 1  | 2  | 1  | 3  |   |
| 19 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  |   |
| 20 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  |   |
| 21 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  |   |
| 22 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  |    |   |
| 23 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 1  | 3  | 1  | 1  | 2  | 2  | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  |    |   |
| 24 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  |    |   |
| 25 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  |    |   |
| 26 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  |    |   |

| No | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 |   |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|---|
| 27 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  |   |
| 28 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  |   |
| 29 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  |   |
| 30 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4  | 2  | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 2  | 4  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  |   |
| 31 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 4  |    |   |
| 32 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3  | 3  | 4  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  |   |
| 33 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3  | 4  | 4  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 4  | 3  | 4  | 3  |   |
| 34 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  |   |
| 35 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 1  | 3  | 2  | 2  | 2  |   |
| 36 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2 |
| 37 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2  | 3  | 2  | 1  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3 |
| 38 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  |   |
| 39 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3  | 3  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 1  | 3  | 3  | 3  | 3  |   |
| 40 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 1  | 3  | 2  | 3  | 4 |
| 41 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2  | 2  | 1  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  |   |
| 42 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 4 |
| 43 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 1  | 1  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 4 |
| 44 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  |   |
| 45 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3  | 3  | 2  | 1  | 2  | 1  | 2  | 1  | 2  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4 |
| 46 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1  | 1  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  |   |
| 47 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  |   |
| 48 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 4  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  |   |
| 49 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1  | 2  | 1  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  |   |
| 50 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 2  | 4  | 4  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  |   |
| 51 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  |   |
| 52 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2  | 2  | 2  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  |   |
| 53 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  |   |
| 54 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  |   |

| No | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 55 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  |    |
| 56 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2  | 1  | 2  | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 2  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  |    |
| 57 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 4  | 4  | 4  | 2  | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  |    |
| 58 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 3  | 4  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  |
| 59 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2  | 2  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 2  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  |    |    |
| 60 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 4  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  |    |
| 61 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  |    |
| 62 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  |    |
| 63 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  |    |
| 64 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  |    |    |
| 65 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  |    |    |

| 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 | 41 | 42 | 43 | 44 | 45 | 46 | 47 | 48 | 49 | 50 | 51 | 52 | 53 | 54 | 55 | 56 | 57 | 58 | 59 | 60 | 61 | 62 | 63 | 64  | $\Sigma$ | Mean |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|----------|------|
| 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 201 | 3.14     |      |
| 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 198 | 3.09     |      |
| 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 182 | 2.84     |      |
| 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 186 | 2.91     |      |
| 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 188 | 2.94     |      |
| 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 4  | 4  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 187 | 2.92     |      |
| 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 172 | 2.69     |      |
| 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 144 | 2.25     |      |
| 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 177 | 2.77     |      |
| 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 199 | 3.11     |      |
| 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 171 | 2.67     |      |
| 3  | 4  | 2  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 2  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 199 | 3.11     |      |
| 2  | 4  | 3  | 4  | 3  | 1  | 1  | 1  | 4  | 2  | 2  | 4  | 4  | 4  | 2  | 4  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 179 | 2.80     |      |
| 1  | 1  | 2  | 1  | 2  | 3  | 3  | 3  | 1  | 2  | 2  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 3  | 4  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 167 | 2.61     |      |
| 1  | 2  | 3  | 1  | 2  | 3  | 2  | 3  | 1  | 3  | 4  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 157 | 2.45     |      |
| 2  | 2  | 1  | 1  | 3  | 2  | 1  | 2  | 1  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 4  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 157 | 2.45     |      |
| 1  | 2  | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 159 | 2.48     |      |
| 1  | 3  | 1  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 175 | 2.73     |      |
| 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 145 | 2.27     |      |
| 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 158 | 2.47     |      |
| 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 150 | 2.34     |      |
| 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 180 | 2.81     |      |
| 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 1  | 3  | 1  | 1  | 3  | 129 | 2.02     |      |
| 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 159 | 2.48     |      |
| 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 159 | 2.48     |      |
| 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 159 | 2.48     |      |
| 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 159 | 2.48     |      |
| 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 2  | 3  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 2  | 184 | 2.88     |      |

| 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 | 41 | 42 | 43 | 44 | 45 | 46 | 47 | 48 | 49 | 50 | 51 | 52 | 53 | 54 | 55 | 56 | 57 | 58 | 59 | 60 | 61 | 62 | 63 | 64  | $\Sigma$ | Mean |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|----------|------|
| 2  | 4  | 3  | 4  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2   | 174      | 2.72 |
| 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4   | 193      | 3.02 |
| 2  | 2  | 3  | 4  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 2  | 3  | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2   | 175      | 2.73 |
| 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 1   | 177      | 2.77 |
| 2  | 2  | 4  | 4  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 4  | 3  | 4  | 3  | 2  | 2  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3   | 178      | 2.78 |
| 3  | 3  | 2  | 4  | 3  | 2  | 2  | 2  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 2  | 4  | 3  | 4  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 181      | 2.83 |
| 2  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 2  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 177      | 2.77 |
| 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3   | 175      | 2.73 |
| 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 174      | 2.72 |
| 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3   | 159      | 2.48 |
| 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 173      | 2.70 |
| 3  | 4  | 3  | 3  | 4  | 3  | 2  | 3  | 2  | 4  | 4  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2   | 180      | 2.81 |
| 3  | 3  | 4  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2   | 176      | 2.75 |
| 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2   | 159      | 2.48 |
| 3  | 4  | 3  | 2  | 4  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3   | 177      | 2.77 |
| 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3   | 190      | 2.97 |
| 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 193      | 3.02 |
| 3  | 3  | 2  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 184      | 2.88 |
| 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 185      | 2.89 |
| 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 175      | 2.73 |
| 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3   | 174      | 2.72 |
| 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 2  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 190 | 2.97     |      |
| 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 180 | 2.81     |      |
| 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 144 | 2.25     |      |
| 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2   | 183      | 2.86 |
| 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 205      | 3.20 |
| 3  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 178 | 2.78     |      |
| 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 2  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 197      | 3.08 |

| 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 | 41 | 42 | 43 | 44 | 45 | 46 | 47 | 48 | 49 | 50 | 51 | 52 | 53 | 54 | 55 | 56 | 57 | 58 | 59 | 60 | 61 | 62 | 63 | 64  | $\Sigma$ | Mean |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|----------|------|
| 4  | 4  | 4  | 2  | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 4  | 2  | 2  | 2  | 2  | 4  | 4  | 4  | 2  | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3   | 187      | 2.92 |
| 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 2  | 3  | 4  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 2  | 3  | 4  | 3  | 2  | 3  | 3   | 180      | 2.81 |
| 4  | 4  | 4  | 3  | 2  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 2  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 198 | 3.09     |      |
| 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 4  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 4  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 171 | 2.67     |      |
| 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 3  | 4  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 175 | 2.73     |      |
| 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 174 | 2.72     |      |
| 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 149 | 2.33     |      |
| 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3   | 151      | 2.36 |
| 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 156 | 2.44     |      |

## Lampiran 12. Deskriptif Statistik

| Statistics     |         |                        |                                       |
|----------------|---------|------------------------|---------------------------------------|
|                |         | Dukungan Orang Tua (X) | Kecemasan Menghadapi Pertandingan (Y) |
| N              | Valid   | 65                     | 65                                    |
|                | Missing | 0                      | 0                                     |
| Mean           |         | 2,37                   | 2,72                                  |
| Median         |         | 2,40                   | 2,75                                  |
| Mode           |         | 2,53                   | 2,48                                  |
| Std. Deviation |         | 0,19                   | 0,25                                  |
| Minimum        |         | 2,00                   | 2,02                                  |
| Maximum        |         | 3,00                   | 3,20                                  |
| Sum            |         | 154,09                 | 176,96                                |

| Dukungan Orang Tua (X) |      |           |         |               |                    |
|------------------------|------|-----------|---------|---------------|--------------------|
|                        |      | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid                  | 2    | 2         | 3,1     | 3,1           | 3,1                |
|                        | 2,02 | 1         | 1,5     | 1,5           | 4,6                |
|                        | 2,07 | 3         | 4,6     | 4,6           | 9,2                |
|                        | 2,09 | 1         | 1,5     | 1,5           | 10,8               |
|                        | 2,14 | 3         | 4,6     | 4,6           | 15,4               |
|                        | 2,16 | 1         | 1,5     | 1,5           | 16,9               |
|                        | 2,19 | 5         | 7,7     | 7,7           | 24,6               |
|                        | 2,23 | 1         | 1,5     | 1,5           | 26,2               |
|                        | 2,28 | 2         | 3,1     | 3,1           | 29,2               |
|                        | 2,3  | 2         | 3,1     | 3,1           | 32,3               |
|                        | 2,33 | 5         | 7,7     | 7,7           | 40,0               |
|                        | 2,35 | 2         | 3,1     | 3,1           | 43,1               |
|                        | 2,37 | 4         | 6,2     | 6,2           | 49,2               |
|                        | 2,4  | 5         | 7,7     | 7,7           | 56,9               |
|                        | 2,42 | 3         | 4,6     | 4,6           | 61,5               |
|                        | 2,44 | 4         | 6,2     | 6,2           | 67,7               |
|                        | 2,47 | 2         | 3,1     | 3,1           | 70,8               |
|                        | 2,49 | 5         | 7,7     | 7,7           | 78,5               |
|                        | 2,51 | 1         | 1,5     | 1,5           | 80,0               |
|                        | 2,53 | 7         | 10,8    | 10,8          | 90,8               |
|                        | 2,56 | 1         | 1,5     | 1,5           | 92,3               |
|                        | 2,63 | 1         | 1,5     | 1,5           | 93,8               |
|                        | 2,65 | 1         | 1,5     | 1,5           | 95,4               |
|                        | 2,74 | 1         | 1,5     | 1,5           | 96,9               |
|                        | 2,81 | 1         | 1,5     | 1,5           | 98,5               |
|                        | 3    | 1         | 1,5     | 1,5           | 100,0              |
| Total                  |      | 65        | 100,0   | 100,0         |                    |

## Lanjutan Lampiran Deskriptif Statistik

| Kecemasan Menghadapi Pertandingan (Y) |           |         |               |                    |       |
|---------------------------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|-------|
|                                       | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |       |
| Valid                                 | 2,02      | 1       | 1,5           | 1,5                | 1,5   |
|                                       | 2,25      | 2       | 3,1           | 3,1                | 4,6   |
|                                       | 2,27      | 1       | 1,5           | 1,5                | 6,2   |
|                                       | 2,33      | 1       | 1,5           | 1,5                | 7,7   |
|                                       | 2,34      | 1       | 1,5           | 1,5                | 9,2   |
|                                       | 2,36      | 1       | 1,5           | 1,5                | 10,8  |
|                                       | 2,44      | 1       | 1,5           | 1,5                | 12,3  |
|                                       | 2,45      | 2       | 3,1           | 3,1                | 15,4  |
|                                       | 2,47      | 1       | 1,5           | 1,5                | 16,9  |
|                                       | 2,48      | 7       | 10,8          | 10,8               | 27,7  |
|                                       | 2,61      | 1       | 1,5           | 1,5                | 29,2  |
|                                       | 2,67      | 2       | 3,1           | 3,1                | 32,3  |
|                                       | 2,69      | 1       | 1,5           | 1,5                | 33,8  |
|                                       | 2,7       | 1       | 1,5           | 1,5                | 35,4  |
|                                       | 2,72      | 4       | 6,2           | 6,2                | 41,5  |
|                                       | 2,73      | 5       | 7,7           | 7,7                | 49,2  |
|                                       | 2,75      | 1       | 1,5           | 1,5                | 50,8  |
|                                       | 2,77      | 4       | 6,2           | 6,2                | 56,9  |
|                                       | 2,78      | 2       | 3,1           | 3,1                | 60,0  |
|                                       | 2,8       | 1       | 1,5           | 1,5                | 61,5  |
|                                       | 2,81      | 4       | 6,2           | 6,2                | 67,7  |
|                                       | 2,83      | 1       | 1,5           | 1,5                | 69,2  |
|                                       | 2,84      | 1       | 1,5           | 1,5                | 70,8  |
|                                       | 2,86      | 1       | 1,5           | 1,5                | 72,3  |
|                                       | 2,88      | 2       | 3,1           | 3,1                | 75,4  |
|                                       | 2,89      | 1       | 1,5           | 1,5                | 76,9  |
|                                       | 2,91      | 1       | 1,5           | 1,5                | 78,5  |
|                                       | 2,92      | 2       | 3,1           | 3,1                | 81,5  |
|                                       | 2,94      | 1       | 1,5           | 1,5                | 83,1  |
|                                       | 2,97      | 2       | 3,1           | 3,1                | 86,2  |
|                                       | 3,02      | 2       | 3,1           | 3,1                | 89,2  |
|                                       | 3,08      | 1       | 1,5           | 1,5                | 90,8  |
|                                       | 3,09      | 2       | 3,1           | 3,1                | 93,8  |
|                                       | 3,11      | 2       | 3,1           | 3,1                | 96,9  |
|                                       | 3,14      | 1       | 1,5           | 1,5                | 98,5  |
|                                       | 3,2       | 1       | 1,5           | 1,5                | 100,0 |
| Total                                 | 65        | 100,0   | 100,0         |                    |       |

### Lampiran 13. Deskriptif Statistik

| Statistics   |         |                                 |                              |                     |                   |
|--|---------|---------------------------------|------------------------------|---------------------|-------------------|
|  |         | Dukungan<br>Orang Tua<br>Pervas | Dukungan<br>Orang Tua<br>MVC | Kecemasan<br>Pervas | Kecemasan<br>MVC  |
| N  | Valid   | 34                              | 31                           | 34                  | 31                |
|  | Missing | 0                               | 3                            | 0                   | 3                 |
| Mean   |         | 2,40                            | 2,34                         | 2,69                | 2,76              |
| Median   |         | 2,42                            | 2,33                         | 2,73                | 2,77              |
| Mode   |         | 2,53                            | 2,19 <sup>a</sup>            | 2,48                | 2,72 <sup>a</sup> |
| Std. Deviation                                       |         | 0,18                            | 0,21                         | 0,27                | 0,23              |
| Minimum  |         | 2,00                            | 2,00                         | 2,02                | 2,25              |
| Maximum  |         | 3,00                            | 2,81                         | 3,14                | 3,20              |
| Sum  |         | 81,58                           | 72,51                        | 91,52               | 85,44             |
| a, Multiple modes exist, The smallest value is shown |         |                                 |                              |                     |                   |

| Dukungan Orang Tua Pervas |      |           |         |               |                    |
|---------------------------|------|-----------|---------|---------------|--------------------|
|                           |      | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid                     | 2    | 1         | 2,9     | 2,9           | 2,9                |
|                           | 2,07 | 1         | 2,9     | 2,9           | 5,9                |
|                           | 2,14 | 2         | 5,9     | 5,9           | 11,8               |
|                           | 2,19 | 2         | 5,9     | 5,9           | 17,6               |
|                           | 2,3  | 2         | 5,9     | 5,9           | 23,5               |
|                           | 2,33 | 2         | 5,9     | 5,9           | 29,4               |
|                           | 2,37 | 3         | 8,8     | 8,8           | 38,2               |
|                           | 2,4  | 3         | 8,8     | 8,8           | 47,1               |
|                           | 2,42 | 3         | 8,8     | 8,8           | 55,9               |
|                           | 2,44 | 3         | 8,8     | 8,8           | 64,7               |
|                           | 2,49 | 4         | 11,8    | 11,8          | 76,5               |
|                           | 2,53 | 6         | 17,6    | 17,6          | 94,1               |
|                           | 2,56 | 1         | 2,9     | 2,9           | 97,1               |
|                           | 3    | 1         | 2,9     | 2,9           | 100,0              |
| Total                     |      | 34        | 100,0   | 100,0         |                    |

### Lanjutan Lampiran Deskriptif Statistik

| Dukungan Orang Tua MVC |      |           |         |               |                    |
|------------------------|------|-----------|---------|---------------|--------------------|
|                        |      | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid                  | 2    | 1         | 2,9     | 3,2           | 3,2                |
|                        | 2,02 | 1         | 2,9     | 3,2           | 6,5                |
|                        | 2,07 | 2         | 5,9     | 6,5           | 12,9               |
|                        | 2,09 | 1         | 2,9     | 3,2           | 16,1               |
|                        | 2,14 | 1         | 2,9     | 3,2           | 19,4               |
|                        | 2,16 | 1         | 2,9     | 3,2           | 22,6               |
|                        | 2,19 | 3         | 8,8     | 9,7           | 32,3               |
|                        | 2,23 | 1         | 2,9     | 3,2           | 35,5               |
|                        | 2,28 | 2         | 5,9     | 6,5           | 41,9               |
|                        | 2,33 | 3         | 8,8     | 9,7           | 51,6               |
|                        | 2,35 | 2         | 5,9     | 6,5           | 58,1               |
|                        | 2,37 | 1         | 2,9     | 3,2           | 61,3               |
|                        | 2,4  | 2         | 5,9     | 6,5           | 67,7               |
|                        | 2,44 | 1         | 2,9     | 3,2           | 71,0               |
|                        | 2,47 | 2         | 5,9     | 6,5           | 77,4               |
|                        | 2,49 | 1         | 2,9     | 3,2           | 80,6               |
|                        | 2,51 | 1         | 2,9     | 3,2           | 83,9               |
|                        | 2,53 | 1         | 2,9     | 3,2           | 87,1               |
|                        | 2,63 | 1         | 2,9     | 3,2           | 90,3               |
|                        | 2,65 | 1         | 2,9     | 3,2           | 93,5               |
|                        | 2,74 | 1         | 2,9     | 3,2           | 96,8               |
|                        | 2,81 | 1         | 2,9     | 3,2           | 100,0              |
| Total                  |      | 31        | 91,2    | 100,0         |                    |

### Kecemasan Pervas

|       |      | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | 2,02 | 1         | 2,9     | 2,9           | 2,9                |
|       | 2,25 | 1         | 2,9     | 2,9           | 5,9                |
|       | 2,27 | 1         | 2,9     | 2,9           | 8,8                |
|       | 2,34 | 1         | 2,9     | 2,9           | 11,8               |
|       | 2,45 | 2         | 5,9     | 5,9           | 17,6               |
|       | 2,47 | 1         | 2,9     | 2,9           | 20,6               |
|       | 2,48 | 5         | 14,7    | 14,7          | 35,3               |
|       | 2,61 | 1         | 2,9     | 2,9           | 38,2               |
|       | 2,67 | 1         | 2,9     | 2,9           | 41,2               |
|       | 2,69 | 1         | 2,9     | 2,9           | 44,1               |
|       | 2,72 | 1         | 2,9     | 2,9           | 47,1               |
|       | 2,73 | 2         | 5,9     | 5,9           | 52,9               |
|       | 2,77 | 2         | 5,9     | 5,9           | 58,8               |
|       | 2,78 | 1         | 2,9     | 2,9           | 61,8               |
|       | 2,8  | 1         | 2,9     | 2,9           | 64,7               |
|       | 2,81 | 1         | 2,9     | 2,9           | 67,6               |
|       | 2,83 | 1         | 2,9     | 2,9           | 70,6               |
|       | 2,84 | 1         | 2,9     | 2,9           | 73,5               |
|       | 2,88 | 1         | 2,9     | 2,9           | 76,5               |
|       | 2,91 | 1         | 2,9     | 2,9           | 79,4               |
|       | 2,92 | 1         | 2,9     | 2,9           | 82,4               |
|       | 2,94 | 1         | 2,9     | 2,9           | 85,3               |
|       | 3,02 | 1         | 2,9     | 2,9           | 88,2               |
|       | 3,09 | 1         | 2,9     | 2,9           | 91,2               |
|       | 3,11 | 2         | 5,9     | 5,9           | 97,1               |
|       | 3,14 | 1         | 2,9     | 2,9           | 100,0              |
| Total |      | 34        | 100,0   | 100,0         |                    |

## Lanjutan Lampiran Deskriptif Statistik

| Kecemasan MVC |       |           |         |               |                    |
|---------------|-------|-----------|---------|---------------|--------------------|
|               |       | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid         | 2,25  | 1         | 2,9     | 3,2           | 3,2                |
|               | 2,33  | 1         | 2,9     | 3,2           | 6,5                |
|               | 2,36  | 1         | 2,9     | 3,2           | 9,7                |
|               | 2,44  | 1         | 2,9     | 3,2           | 12,9               |
|               | 2,48  | 2         | 5,9     | 6,5           | 19,4               |
|               | 2,67  | 1         | 2,9     | 3,2           | 22,6               |
|               | 2,7   | 1         | 2,9     | 3,2           | 25,8               |
|               | 2,72  | 3         | 8,8     | 9,7           | 35,5               |
|               | 2,73  | 3         | 8,8     | 9,7           | 45,2               |
|               | 2,75  | 1         | 2,9     | 3,2           | 48,4               |
|               | 2,77  | 2         | 5,9     | 6,5           | 54,8               |
|               | 2,78  | 1         | 2,9     | 3,2           | 58,1               |
|               | 2,81  | 3         | 8,8     | 9,7           | 67,7               |
|               | 2,86  | 1         | 2,9     | 3,2           | 71,0               |
|               | 2,88  | 1         | 2,9     | 3,2           | 74,2               |
|               | 2,89  | 1         | 2,9     | 3,2           | 77,4               |
|               | 2,92  | 1         | 2,9     | 3,2           | 80,6               |
|               | 2,97  | 2         | 5,9     | 6,5           | 87,1               |
|               | 3,02  | 1         | 2,9     | 3,2           | 90,3               |
|               | 3,08  | 1         | 2,9     | 3,2           | 93,5               |
|               | 3,09  | 1         | 2,9     | 3,2           | 96,8               |
|               | 3,2   | 1         | 2,9     | 3,2           | 100,0              |
|               | Total | 31        | 91,2    | 100,0         |                    |

#### Lampiran 14. Hasil Analisis Uji Normalitas

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

|                                 |                | Dukungan Orang Tua (X) | Kecemasan Menghadapi Pertandingan (Y) |
|---------------------------------|----------------|------------------------|---------------------------------------|
| N                               |                | 65                     | 65                                    |
| Normal Parameters <sup>a</sup>  | Mean           | 2.3706                 | 2.7225                                |
|                                 | Std. Deviation | .19348                 | .25112                                |
| Most Extreme Differences        | Absolute       | .113                   | .142                                  |
|                                 | Positive       | .113                   | .110                                  |
|                                 | Negative       | -.094                  | -.142                                 |
| Kolmogorov-Smirnov Z            |                | .909                   | 1.147                                 |
| Asymp. Sig. (2-tailed)          |                | .381                   | .144                                  |
| a. Test distribution is Normal. |                |                        |                                       |
|                                 |                |                        |                                       |

### Lampiran 15. Hasil Analisis Uji Linearitas

ANOVA Table

|   |                |                          | Sum of Squares | df   | Mean Square | F            | Sig.      |
|---|----------------|--------------------------|----------------|------|-------------|--------------|-----------|
| Kecemasan Menghadapi Pertandingan (Y) * | Between Groups | (Combined) Linearity     | 2.519 .807     | 25 1 | .101 .807   | 2.896 23.199 | .001 .000 |
| Dukungan Orang Tua (X)                  |                | Deviation from Linearity | 1.712          | 24   | .071        | 2.051        | .122      |
|   | Within Groups  |                          | 1.357          | 39   | .035        |              |           |
|   | Total          |                          | 3.876          | 64   |             |              |           |

## Lampiran 16. Hasil Analisis Uji Korelasi

**Correlations**

|                                       |                     | Dukungan Orang Tua (X) | Kecemasan Menghadapi Pertandingan (Y) |
|---------------------------------------|---------------------|------------------------|---------------------------------------|
| Dukungan Orang Tua (X)                | Pearson Correlation | 1                      | -,456**                               |
|                                       | Sig, (2-tailed)     |                        | ,000                                  |
|                                       | N                   | 65                     | 65                                    |
| Kecemasan Menghadapi Pertandingan (Y) | Pearson Correlation | -,456**                | 1                                     |
|                                       | Sig, (2-tailed)     | ,000                   |                                       |
|                                       | N                   | 65                     | 65                                    |

\*\*, Correlation is significant at the 0,01 level (2-tailed),

**Variables Entered/Removed<sup>b</sup>**

| Model | Variables Entered                   | Variables Removed | Method  |
|-------|-------------------------------------|-------------------|---------|
| 1     | Dukungan Orang Tua (X) <sup>a</sup> |                   | , Enter |

a, All requested variables entered,

b, Dependent Variable: Kecemasan Menghadapi Pertandingan (Y)

**Model Summary**

| Model | R                 | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
|-------|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|
| 1     | ,456 <sup>a</sup> | ,208     | ,195              | ,22528                     |

a, Predictors: (Constant), Dukungan Orang Tua (X)

**ANOVA<sup>b</sup>**

| Model | Sum of Squares | df    | Mean Square | F    | Sig.   |
|-------|----------------|-------|-------------|------|--------|
| 1     | Regression     | ,839  | 1           | ,839 | 16,524 |
|       | Residual       | 3,197 | 63          | ,051 |        |
|       | Total          | 4,036 | 64          |      |        |

a, Predictors: (Constant), Dukungan Orang Tua (X)

b, Dependent Variable: Kecemasan Menghadapi Pertandingan (Y)

## Lanjutan Lampiran Hasil Analisis Uji Korelasi

Coefficients<sup>a</sup>

| Model                  | Unstandardized Coefficients |            | Standardized Coefficients | t      | Sig, |
|------------------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|
|                        | B                           | Std. Error |                           |        |      |
| 1 (Constant)           | 4,125                       | ,346       |                           | 11,916 | ,000 |
| Dukungan Orang Tua (X) | -,592                       | ,146       | -,456                     | -4,065 | ,000 |

a, Dependent Variable: Kecemasan Menghadapi Pertandingan (Y)

**Lampiran 17. Tabel Korelasi *Product Moment***

| Tabel r <i>Product Moment</i> |       |    |       |     |       |     |       |     |       |     |       |
|-------------------------------|-------|----|-------|-----|-------|-----|-------|-----|-------|-----|-------|
| Pada Sig.0,05 (Two Tail)      |       |    |       |     |       |     |       |     |       |     |       |
| N                             | r     | N  | r     | N   | r     | N   | r     | N   | r     | N   | r     |
| 1                             | 0.997 | 41 | 0.301 | 81  | 0.216 | 121 | 0.177 | 161 | 0.154 | 201 | 0.138 |
| 2                             | 0.95  | 42 | 0.297 | 82  | 0.215 | 122 | 0.176 | 162 | 0.153 | 202 | 0.137 |
| 3                             | 0.878 | 43 | 0.294 | 83  | 0.213 | 123 | 0.176 | 163 | 0.153 | 203 | 0.137 |
| 4                             | 0.811 | 44 | 0.291 | 84  | 0.212 | 124 | 0.175 | 164 | 0.152 | 204 | 0.137 |
| 5                             | 0.754 | 45 | 0.288 | 85  | 0.211 | 125 | 0.174 | 165 | 0.152 | 205 | 0.136 |
| 6                             | 0.707 | 46 | 0.285 | 86  | 0.21  | 126 | 0.174 | 166 | 0.151 | 206 | 0.136 |
| 7                             | 0.666 | 47 | 0.282 | 87  | 0.208 | 127 | 0.173 | 167 | 0.151 | 207 | 0.136 |
| 8                             | 0.632 | 48 | 0.279 | 88  | 0.207 | 128 | 0.172 | 168 | 0.151 | 208 | 0.135 |
| 9                             | 0.602 | 49 | 0.276 | 89  | 0.206 | 129 | 0.172 | 169 | 0.15  | 209 | 0.135 |
| 10                            | 0.576 | 50 | 0.273 | 90  | 0.205 | 130 | 0.171 | 170 | 0.15  | 210 | 0.135 |
| 11                            | 0.553 | 51 | 0.271 | 91  | 0.204 | 131 | 0.17  | 171 | 0.149 | 211 | 0.134 |
| 12                            | 0.532 | 52 | 0.268 | 92  | 0.203 | 132 | 0.17  | 172 | 0.149 | 212 | 0.134 |
| 13                            | 0.514 | 53 | 0.266 | 93  | 0.202 | 133 | 0.169 | 173 | 0.148 | 213 | 0.134 |
| 14                            | 0.497 | 54 | 0.263 | 94  | 0.201 | 134 | 0.168 | 174 | 0.148 | 214 | 0.134 |
| 15                            | 0.482 | 55 | 0.261 | 95  | 0.2   | 135 | 0.168 | 175 | 0.148 | 215 | 0.133 |
| 16                            | 0.468 | 56 | 0.259 | 96  | 0.199 | 136 | 0.167 | 176 | 0.147 | 216 | 0.133 |
| 17                            | 0.456 | 57 | 0.256 | 97  | 0.198 | 137 | 0.167 | 177 | 0.147 | 217 | 0.133 |
| 18                            | 0.444 | 58 | 0.254 | 98  | 0.197 | 138 | 0.166 | 178 | 0.146 | 218 | 0.132 |
| 19                            | 0.433 | 59 | 0.252 | 99  | 0.196 | 139 | 0.165 | 179 | 0.146 | 219 | 0.132 |
| 20                            | 0.423 | 60 | 0.25  | 100 | 0.195 | 140 | 0.165 | 180 | 0.146 | 220 | 0.132 |
| 21                            | 0.413 | 61 | 0.248 | 101 | 0.194 | 141 | 0.164 | 181 | 0.145 | 221 | 0.131 |
| 22                            | 0.404 | 62 | 0.246 | 102 | 0.193 | 142 | 0.164 | 182 | 0.145 | 222 | 0.131 |
| 23                            | 0.396 | 63 | 0.244 | 103 | 0.192 | 143 | 0.163 | 183 | 0.144 | 223 | 0.131 |
| 24                            | 0.388 | 64 | 0.242 | 104 | 0.191 | 144 | 0.163 | 184 | 0.144 | 224 | 0.131 |
| 25                            | 0.381 | 65 | 0.24  | 105 | 0.19  | 145 | 0.162 | 185 | 0.144 | 225 | 0.13  |
| 26                            | 0.374 | 66 | 0.239 | 106 | 0.189 | 146 | 0.161 | 186 | 0.143 | 226 | 0.13  |
| 27                            | 0.367 | 67 | 0.237 | 107 | 0.188 | 147 | 0.161 | 187 | 0.143 | 227 | 0.13  |
| 28                            | 0.361 | 68 | 0.235 | 108 | 0.187 | 148 | 0.16  | 188 | 0.142 | 228 | 0.129 |
| 29                            | 0.355 | 69 | 0.234 | 109 | 0.187 | 149 | 0.16  | 189 | 0.142 | 229 | 0.129 |
| 30                            | 0.349 | 70 | 0.232 | 110 | 0.186 | 150 | 0.159 | 190 | 0.142 | 230 | 0.129 |
| 31                            | 0.344 | 71 | 0.23  | 111 | 0.185 | 151 | 0.159 | 191 | 0.141 | 231 | 0.129 |
| 32                            | 0.339 | 72 | 0.229 | 112 | 0.184 | 152 | 0.158 | 192 | 0.141 | 232 | 0.128 |
| 33                            | 0.334 | 73 | 0.227 | 113 | 0.183 | 153 | 0.158 | 193 | 0.141 | 233 | 0.128 |
| 34                            | 0.329 | 74 | 0.226 | 114 | 0.182 | 154 | 0.157 | 194 | 0.14  | 234 | 0.128 |
| 35                            | 0.325 | 75 | 0.224 | 115 | 0.182 | 155 | 0.157 | 195 | 0.14  | 235 | 0.127 |
| 36                            | 0.32  | 76 | 0.223 | 116 | 0.181 | 156 | 0.156 | 196 | 0.139 | 236 | 0.127 |
| 37                            | 0.316 | 77 | 0.221 | 117 | 0.18  | 157 | 0.156 | 197 | 0.139 | 237 | 0.127 |
| 38                            | 0.312 | 78 | 0.22  | 118 | 0.179 | 158 | 0.155 | 198 | 0.139 | 238 | 0.127 |
| 39                            | 0.308 | 79 | 0.219 | 119 | 0.179 | 159 | 0.155 | 199 | 0.138 | 239 | 0.126 |
| 40                            | 0.304 | 80 | 0.217 | 120 | 0.178 | 160 | 0.154 | 200 | 0.138 | 240 | 0.126 |

### Lampiran 18. Dokumentasi Penelitian



Gambar Pengambilan Data di Klub MVC



**Gambar Pengambilan Data di Klub Pervas**