



**FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI
KECEMASAN SEBELUM BERTANDING PADA ATLET
BELADIRI TAEKWONDO**

Skripsi

Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Dsisusun Oleh :

NITA AFIANA

NIM: 2019 60 148

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MURIA KUDUS

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

**FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KECEMASAN
SEBELUM BERTANDING PADA ATLET BELADIRI TAEKWONDO**

Yang diajukan oleh :

NITA AFIANA

NIM: 2019 60 148

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh :

Pembimbing Utama



Dr.Mochamad Widjanarko, S.Psi, M.Si

Tanggal : 23 Agustus 2023

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus dan Diterima Untuk Memenuhi
Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi.

Pada tanggal: 27 Agustus 2018

Mengesahkan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus

Dekan

Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi, M.Psi

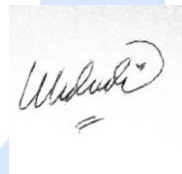
Dewan Penguji

Tanda Tangan

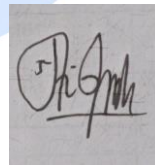
1. Dr.Mochamad Widjanarko, S.Psi, M.Si



2. Fajar Kawuryan, S.Psi., M.Si



3. Dr. Dhini Ramadhania, S.Psi, M.Si



PERSEMBAHAN

Dengan segenap cinta, kasih, sayang serta do'a karya sederhana ini penulis persembahkan untuk :

Bapak dan Ibu tercinta yang senantiasa memberikan kasih, sayang, doa restunya kepada penulis. Terimakasih telah memberikaan kebahagiaan yang berlimpah dalam hidup ini. *Rabbighfir lii waaliwaalidayya warhamhuma kama rabbayani shoghiro. Amin.*



MOTO

“Allah tau seberapa usaha yang dilakukan oleh hamba-Nya, semua itu tidak akan tertukar”

(Nita Afiana)

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah nasib suatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri.”

(Q.S Ar-Ra'd: 11)

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah nasib suatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri.”

(Q.S Ar-Ra'd: 11)

PRAKATA

Alhamdulillahirobbil' alamin, segala puji dan syukur senantiasa tercurah kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-NYA, sehingga karya sederhana ini dapat diselesaikan.

Berikut limpahan rahmat dan karunia Allah SWT kepada penulis, pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Faktor – faktor yang mempengaruhi kecemasan sebelum bertanding pada atlet beladiri taekwondo” untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana psikologi.

Dalam menyelesaikan pembuatan skripsi ini, penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini sangatlah sulit bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Karena itu pada kesempatan ini penulis dengan segenap kerendahan dan ketulusan hati ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Iranita Hervi Mahardayani S.Psi, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Univeritas Muria Kudus.
2. Bapak dan Ibu selaku orang tua tercinta yang memberikan do'a, dukungan, kasih sayang kepada penulis dalam penyusunan skripsi.
3. Bapak Dr. Mochamad Widjanarko S.Psi,M.Si selaku dosen pembimbing dalam penyusunan karya sederhana ini dan selaku orang tua kedua, terimakasih sudah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan dan masukan dari awal hingga akhir penyusunan skripsi ini.
4. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Univeritas Muria Kudus yang telah memberikan ilmu, wawasan dan penyemangat dalam proses penyusunan skripsi.
5. Adhi Cahya Nailalmuna selaku orang terkasih yang selalu memberikan kasih, sayang dan dukungan dalam proses penyusunan skripsi.

6. Teman – teman angkatan tahun 2019 di Fakultas Psikologi Univeritas Muria Kudus yang telah memberikan dukungan kepada penulis dalam proses penyusunan skripsi.

Atas bantuan yang telah diberikan, penulis ucapkan terimakasih. Semoga Allah SWT membalas jasa dan amal baik bapak, ibu, teman dan sahabat semua. Harapan terbesar penulis dalam karya sederhana ini yang masih banyak kekurangan dapat bermanfaat bagi perkembangan dunia psikologis dan tentunya tidak hanya berhenti pada penelitian ini saja. Akhir kata penulis mohon maaf, apabila selama penulisan skripsi ini banyak melakukan kekhilafan.

Kudus, 7 Agustus 2023

Penulis



Nita Afiana

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KECEMASAN SEBELUM BERTANDING PADA ATLET BELADIRI TAEKWONDO	i
HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERSEMBAHAN.....	iv
MOTO.....	v
PRAKATA.....	vi