



**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KECEMASAN
BERTANDING ATLET PENCAK SILAT PADA
KATEGORI TANDING**

Skripsi

Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Disusun Oleh :

YUNUS RIDWAN FIRMANSYAH

NIM: 2019 60 010

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2023



**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KECEMASAN
BERTANDING ATLET PENCAK SILAT PADA
KATEGORI TANDING**

Skripsi

Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Disusun Oleh :

YUNUS RIDWAN FIRMANSYAH

NIM: 2019 60 010

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2023

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus dan Diterima untuk Memenuhi
Sebagian Syarat-Syarat Guna Memperoleh

Derajat Sarjana Psikologi

01 SEP 2023

Pada Tanggal:.....



Mengesahkan Fakultas Psikologi

Universitas Muria Kudus

Dekan

(Iranita Hervi Mahardayani, S. Psi, M.Psi., Psikolog)

Dewan Penguji

1. Mohammad Khasan, S.Psi., M.Si.
2. Arcivid Chorynia Ruby, S.Psi., M.Psi.
3. Ridwan Budi Pramono, S.Psi., M.A

Tanda Tangan

A handwritten signature in black ink, corresponding to the first member of the exam board, Mohammad Khasan.

A handwritten signature in black ink, corresponding to the second member of the exam board, Arcivid Chorynia Ruby.

A handwritten signature in black ink, corresponding to the third member of the exam board, Ridwan Budi Pramono.

HALAMAN PERSETUJUAN

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KECEMASAN
BERTANDING ATLET PENCAK SILAT
PADA KATEGORI TANDING

Diajukan oleh:

YUNUS RIDWAN FIRMANSYAH

NIM: 2019 60 010

Telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Dewan Penguji

Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing



Mohammad Khasan, S.Psi, M.Si.

Tanggal : 01 September 2023

PERSEMBAHAN

Dengan segenap rasa syukur, cinta dan kasih sayang yang luar biasa, penulis persembahkan hasil karya sederhana ini untuk orang tua penulis, Ibu Darsih Kusmiyati serta segenap keluarga hingga teman-teman penulis yang telah banyak membantu selama pembuatan skripsi. Terima kasih atas perhatian cinta dan kasih sayang yang tulus, doa serta dukungan baik secara moril maupun materi yang telah diberikan selama ini.

MOTTO

“Jangan berhenti berupaya ketika menemui kegagalan. Karena kegagalan adalah cara tuhan mengajari kita tentang arti kesungguhan”

Fortis Fortuna Adiuvat

“Keberuntungan memihak pada mereka yang berani”

(Jhon Wick)



PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya yang tiada terkira, sehingga pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “*Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Bertanding Atlet Pencak Silat Pada Kategori Tanding*” untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh derajat Sarjana Psikologi.

Dalam menyelesaikan pembuatan skripsi ini, penulis menyadari dan mengapresiasi sedalam-dalamnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan baik secara langsung atau tidak langsung. Oleh karena hal itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi., M.Psi selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.
2. Bapak Mohammad Khasan, S.Psi., M.Si., selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktunya untuk memeberikan arahan, bimbingan, saran, serta masukan kepada penulis selama penyusunan skripsi.
3. Bapak/Ibu Dosen dan segenap tenaga kependidikan yang berada dalam lingkup Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang memberikan ilmu pengetahuan, pengalaman dan bantuan kepada penulis.
4. Informan yang berperan penting dalam pengumpulan data penelitian.

5. Ibu Darsih Kusmiyati selaku orang tua penulis yang telah memberikan perhatian, kasih sayang, dukungan serta do'a tanpa henti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Teman-teman kuliah, serta semua teman-teman yang telah senantiasa membantu, menemani hingga memberikan dukungan kepada penulis.
7. Segenap keluarga besar dari Tapak Suci Kudus dan IPSI Kudus yang telah mendukung untuk kelancaran skripsi ini.

Penulis menyadari skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan sebagaimana semestinya. Karena itu segala kritik dan saran yang membangun akan menyempurnakan penulisan skripsi ini serta bermanfaat bagi penulis dan para pembaca.

Kudus, 29 Juni 2023

Penulis

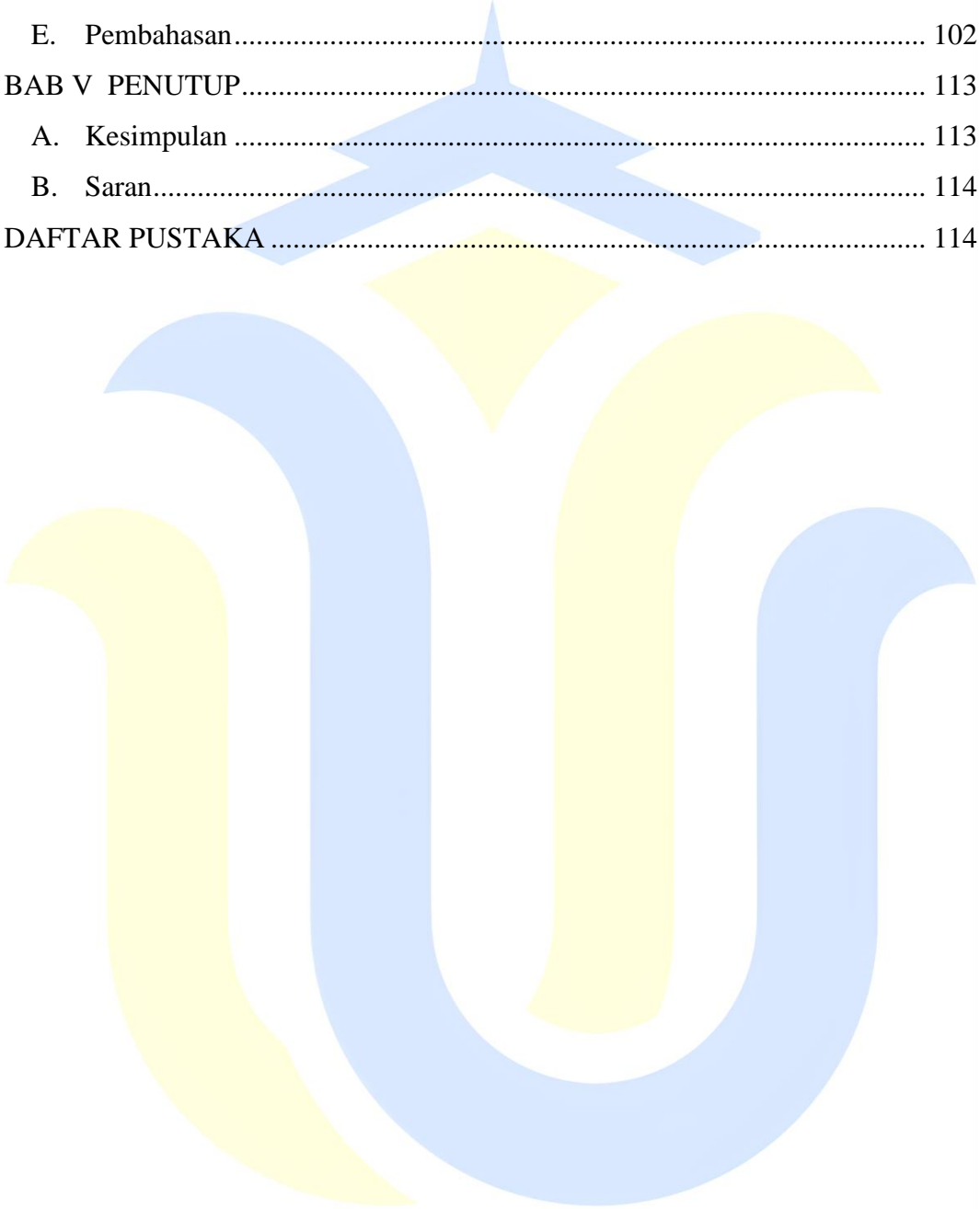


Yunus Ridwan Firmansyah

DAFTAR ISI

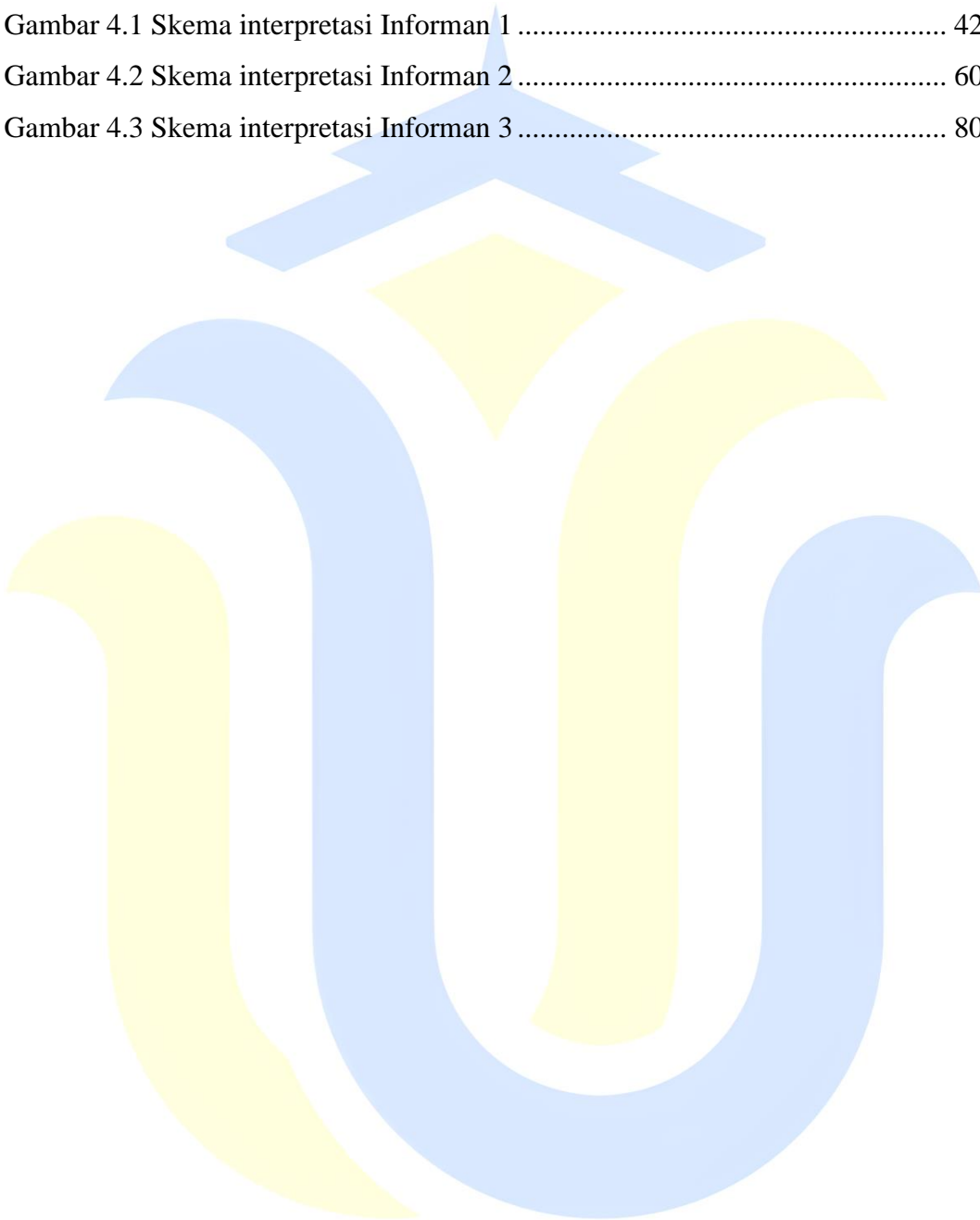
HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
PERSEMBAHAN.....	vi
MOTTO	vii
PRAKATA.....	ix
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	8
C. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	9
A. Kecemasan Bertanding.....	9
B. Faktor- Faktor Kecemasan Bertanding	10
C. Pencak Silat.....	13
D. Pertandingan Pencaksilat Kategori Tanding	12
E. Kajian Penelitian Sebelumnya	16
F. Kerangka Berpikir.....	17
BAB III METODE PENELITIAN.....	19
A. Penelitian Kualitatif	19
B. Lokasi Tempat Penelitian.....	20
C. Informan Penelitian.....	20
D. Pengumpulan Data Penelitian	21
E. Analisis Data	22
F. Kredibilitas Data	23
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	25

A. Deskripsi Data Umum Lokasi Penelitian.....	25
B. Hasil Penelitian	25
C. Analisis Hasil Penelitian Ketiga Informan.....	83
D. Kredibilitas Penelitian.....	99
E. Pembahasan.....	102
BAB V PENUTUP.....	113
A. Kesimpulan	113
B. Saran.....	114
DAFTAR PUSTAKA	114



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka berpikir.....	18
Gambar 4.1 Skema interpretasi Informan 1	42
Gambar 4.2 Skema interpretasi Informan 2	60
Gambar 4.3 Skema interpretasi Informan 3	80



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	Panduan Observasi dan Wawancara
Lampiran B	Hasil Transkrip
Lampiran C	Coding Hasil Wawancara
Lampiran D	Screening Judul
Lampiran E	Fom A dan Fom B
Lampiran F	Hasil Screenaing Lolos Plagiasi (Turnitin)

FACTORS THAT INFLUENCE THE ANXIETY OF COMPETING PENCAK SILAT ATHLETES IN THE FIGHT CATEGORY

ABSTRACT

This study aims to determine the factors that influence the anxiety of competing pencak silat athletes in the sparring category. Through a phenomenological qualitative approach, this study contains three informants. Data collection methods in this study using observation and interviews. The results of the study showed that not all factors appeared to influence the anxiety of competing pencak silat athletes in the sparring category, some of the factors were found in the results of the study. From the factors within the individual the first factor that emerged was the athlete relying on his technical ability, the three informants became anxious in competing when they failed to perform the technique they relied on, the three felt confused and worried, as a result their minds became chaotic when competing. Second, they feel very good or vice versa, the three informants feel very good or vice versa because they observe the opponent's match that will be faced, after observing the informant is worried and feels nervous if the opponent has better abilities. it happened that the informant experienced shaking and could not think calmly. Meanwhile, from outside the individual the first factor that appears is a rival who is not a rival, as a result of the perception that is formed about the opponent, because thinking about unwanted things will happen, such as thinking of looking bad, or seeing an opponent better, makes the three informants have difficulty facing opponent because his mind is confused when competing and unable to control himself. The second factor is the expected presence of the coach or vice versa when the match informant needs a coach he likes to direct when competing, when he does not know the coach who directs during a match the informant feels the coach does not know the abilities he has, this causes nervousness and anxiety, and makes you worry if you experience decreased performance, the three informants will look for other people outside the arena to direct when competing when they don't like the coach who accompanies them.

Keywords: competition anxiety, pencak silat athletes, fight category

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KECEMASAN BERTANDING ATLIT PENCAK SILAT PADA KATEGORI TANDING

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan bertanding atlet pencak silat pada kategori tanding. Melalui pendekatan kualitatif fenomenologis, penelitian ini memuat tiga informan. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi dan wawancara. Hasil penelitian menunjukkan tidak semua faktor muncul dalam mempengaruhi kecemasan bertanding atlet pencak silat kategori tanding, sebagian faktor ditemukan dalam hasil penelitian. Dari faktor dalam diri individu faktor yang muncul pertama adalah atlet mengandalkan kemampuan teknisnya, ketiga informan menjadi cemas dalam bertanding ketika berada dalam situasi gagal melakukan teknik yang diandalkan, ketiganya merasa kebingungan serta khawatir, akibatnya pikiran menjadi kacau ketika bertanding. Kedua merasa baik sekali atau sebaliknya ketiga informan merasa baik sekali atau sebaliknya karena mengamati pertandingan lawan yang akan dihadapi, setelah mengamati informan mengkhawatirkan dan merasa gugup jika lawan memiliki kemampuan lebih baik, hal tersebut karena khawatir mengalami penurunan kinerja ketika bertanding serta mengalami kekalahan, ketika hal tersebut terjadi informan mengalami gemetar dan tidak dapat berpikir dengan tenang. Sedangkan dari luar diri individu faktor yang muncul pertama adalah saingan yang bukan lawan tandangnya, akibat persepsi yang terbentuk tentang lawan, karena memikirkan hal-hal yang tidak dikehendaki akan terjadi, seperti pemikiran tampil buruk, atau memandang lawan lebih bagus, membuat ketiga informan kesulitan menghadapi lawan karena pikirannya kacau ketika bertanding serta tidak dapat mengendalikan diri. Faktor kedua adalah kehadiran pelatih yang diharapkan atau sebaliknya ketika pertandingan informan membutuhkan pelatih yang disukainya untuk mengarahkan ketika bertanding, ketika tidak mengenal pelatih yang mengarahkan saat bertanding informan merasa pelatih tidak mengetahui kemampuan yang dimilikinya, hal tersebut mengakibatkan gugup dan cemas, serta membuat khawatir jika mengalami penurunan performa, ketiga informan akan mencari orang lain diluar arena untuk mengarahkan ketika bertanding ketika tidak menyukai pelatih yang mendampinginya.

Kata kunci: kecemasan bertanding, atlet pencak silat, kategori tanding