

**PERANAN PSIKOLOGI OLAHRAGA TERHADAP PENCAPAIAN  
PRESTASI TINGKAT NASIONAL ATLET PELATDA JUDO DKI  
JAKARTA DI MASA PANDEMI COVID-19**

**SKRIPSI**

Untuk memenuhi sebagian persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:

**RAY REXY APRIMA IDRA**

NPM. 201710625006

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA**

**2021**

## LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

### PERANAN PSIKOLOGI OLAHRAGA TERHADAP PENCAPAIAN PRESTASI TINGKAT NASIONAL ATLET PELATDA JUDO DKI JAKARTA DI MASA PANDEMI COVID-19

Nama : Ray Raxy Aprima Idra  
NIM : 201710625006  
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Bekasi, 30 Juli 2021

Disetujui Oleh

Pembimbing I,

Pembimbing II



Dr. Ahmad Muchlisin Natas Pasaribu, M.Pd

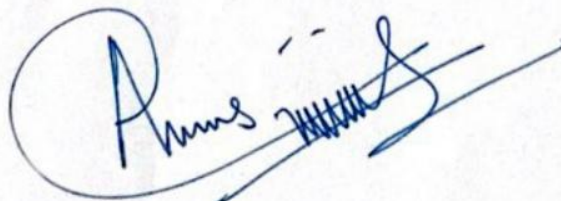
NIP. 061905060



Juli Candra, S.Pd., M.Pd.

NIP.061709050

Ketua Program Studi



Dr. Ahmad Muchlisin Natas Pasaribu, M.Pd

NIP. 061905060




## PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Pendidikan Keperawatan Olahraga, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Judul : Peranan Psikologi Olahraga Terhadap Pencapaian Prestasi Tingkat Nasional Atlet Pelatda Judo Dki Jakarta di Masa Pandemi Covid-19  
NIM : 201710625007  
Prodi : Pendidikan Keperawatan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Bekasi, 30 Juli 2021

Tim Penguji,

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua Penguji	: Faridatul A'la, S.Pd., M. Pd	1. 
2. Penguji 1	: Robby Kurniawan, S.Pd., M. Pd	2. 
3. Penguji 2	: Dr. Ahmad Muchlisin Natas Pasaribu, M.Pd	3. 

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Ray Rxy Aprima Idra  
NIM : 201710625006  
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Pendidikan  
Judul : Peranan Psikologi Olahraga Terhadap Pencapaian  
Prestasi Tingkat Nasional Atlet Pelatda Judo Dki Jakarta  
di Masa Pandemi Covid-19

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan, maka saya bersedia bertanggung jawab, sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Bekasi, 30 Juli 2021

Saya yang menyatakan,



Ray Rxy Aprima Idra

NPM. 201710625006

## ABSTRAK

**RAY REXY APRIMA IDRA**. NPM 201710625006. *PERANAN PSIKOLOGI OLAHRAGA TERHADAP PENCAPAIAN PRESTASI TINGKAT NASIONAL ATLET PELATDA JUDO DKI JAKARTA DI MASA PANDEMI COVID-19*. Skripsi. Jakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, 2017.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peranan psikologi olahraga dalam pencapaian prestasi tingkat nasional atlet pelatda Judo DKI Jakarta dimasa pandemi Covid-19. Penelitian ini dilakukan pada bulan april sampai dengan bulan juli yang bertempat di Dojo Jumantoro Bangkit yang berlokasi di Pandasari, Kec. Ciawi, Kabupaten Bogor, Jawa Barat. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode deskriptif kualitatif dengan teknik pengambilan data menggunakan *google form* yang disebarakan kepada atlet pelatda Judo DKI Jakarta. Angket *google form* diisi oleh 12 orang atlet pelatda Judo DKI Jakarta dan menghasilkan beberapa aspek psikologi yang berperan dalam pencapaian prestasi. Aspek yang ditemukan dalam penelitian ini yaitu aspek emosi, aspek agresivitas, aspek motivasi, aspek kecerdasan, aspek kepercayaan diri, aspek kecemasan, dan aspek disiplin. Pada hakikatnya peranan psikologi olahraga sangatlah penting dalam pembinaan prestasi atlet, untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang berpengaruh langsung terhadap atlet atau faktor-faktor dari luar yang dapat mempengaruhi penampilan atlet, ataupun mental atlet.

***Kata Kunci:*** Psikologi Olahraga, Peranan Psikologi Olahraga

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Peranan Psikologi Olahraga Terhadap Pencapaian Prestasi Tingkat Nasional Atlet Pelatda Judo Dki Jakarta di Masa Pandemi Covid-19” tepat pada waktunya. Adapun tujuan dari penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

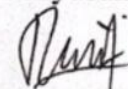
Dalam hal ini penulis ingin menyampaikan ungkapan terima kasih kepada:

1. Bapak Irjen Pol. (Purn) Dr.H.Bambang Karsono, Drs., SH., MM. Selaku Rektor Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
2. Ibu Dr. Zahara Tussoleha Rony, S.Pd., M.M. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
3. Bapak Dr. Ahmad Muchlisin Natas Pasaribu, M.Pd Selaku Kaprodi PKO Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, merangkap sebagai dosen pembimbing 1
4. Bapak Juli Candra, S.Pd., M.Pd Selaku Dosen Pembimbing 2
5. Pihak-pihak yang terlibat selama proses penelitian pada Judo Dki Jakarta khususnya di Dojo toro (Ketua Umum Pprov dki Jakarta, pengurus, pelatih, dan Atlet) selaku tempat penulis melakukan penelitian
6. Keluarga yang telah mendukung secara moral maupun material agar lulus tepat waktu, dan Sahabat seperjuangan yang berpartisipasi dalam penyusunan skripsi ini.

Dalam penyusunan skripsi ini, tantangan dan hambatan didapatkan oleh penulis. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan baik dari bentuk penyusunan maupun materinya. Kritik dan saran sangat penulis harapkan untuk penyempurnaan penelitian selanjutnya. Akhir kata dari penulis, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat kepada kita sekalian.

Bekasi, Juli 2021

Penyusun



Ray Raxy Aprima Idra

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	
LEMBAR PENGESAHAN .....	
SURAT PERNYATAAN.....	
ABSTRAK .....	i
KATA PENGANTAR .....	ii
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL.....	v
DAFTAR GAMBAR .....	vi
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Fokus Penelitian.....	4
C. Rumusan Masalah .....	4
D. Tujuan Penelitian .....	4
E. Manfaat Penelitian .....	5
BAB II LANDASAN TEORI.....	6
A. Landasan Teori.....	6
1. Sejarah Judo .....	6
2. Sejarah Singkat Judo Masuk Indonesia.....	8
3. Komponen Prestasi Atlet.....	10
4. Psikologi Olahraga .....	13
5. Aspek-aspek Psikologi Olahraga.....	15
6. Pengaruh Covid-19 Terhadap Latihan Judo.....	18
B. Penelitian Relevan.....	20
BAB III METODE PENELITIAN.....	21
A. Jenis Penelitian.....	21
B. Setting Penelitian .....	21
C. Sumber Data.....	21
D. Teknik Pengumpulan Data.....	21
E. Instrumen Penelitian.....	30
F. Teknik Analisis Data.....	30
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	32

A. Hasil Penelitian .....	32
B. Pembahasan.....	32
BAB V KESIMPULAN.....	40
A. Kesimpulan .....	40
B. Saran.....	40
DAFTAR PUSTAKA .....	41







## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Populasi Penelitian.....	19
Tabel 3.2 Nilai Interpretasi.....	25
Tabel 3.3 Kategori Respon Skala Likert.....	26



## DAFTAR GAMBAR

1. Gambar 1. Tahapan Penelitian Kualitatif (Sumber: Aryanto,2019)



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Tabulasi angket
- Lampiran 2. Observasi
- Lampiran 3. Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 4. Surat Izin Penelitian

