

**PENGARUH KECEMASAN BERTANDING DENGAN PERANAN
PSIKOLOGI OLAHRAGA DALAM MENINGKATKAN PRESTASI
ATLET JUDO
PADEPOKAN JUDO KESATRIA BHAYANGKARA**

SKRIPSI

Untuk memenuhi sebagian persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:

LEE GUIHAN 201810625031

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA FAKULTAS
ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2023**


PERSETUJUAN SKRIPSI

PENGARUH KECEMASAN BERTANDING DENGAN PERANAN PSIKOLOGI OLAHRAGA DALAM MENINGKATKAN PRESTASI ATLET JUDO PADEPOKAN JUDO KESATRIA BHAYANGKARA

Nama : Lee Guihan
NPM : 201810625031
Prodi : Pendidikan Keperawatan Olahraga
Fakultas : Ilmu Pendidikan

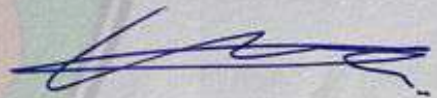
Jakarta, Agustus 2023
Disetujui Oleh

Pembimbing I,



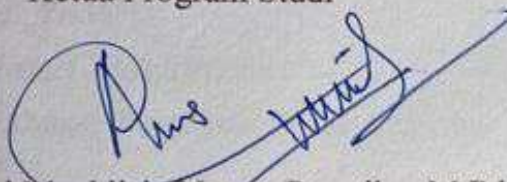
Dr. Ahmad Muehlisin Natasa Pasaribu, M.Pd
NIP. 1908434

Pembimbing II,



Juli Candra, S.Pd., M.Pd
NIP. 1912442

Ketua Program Studi

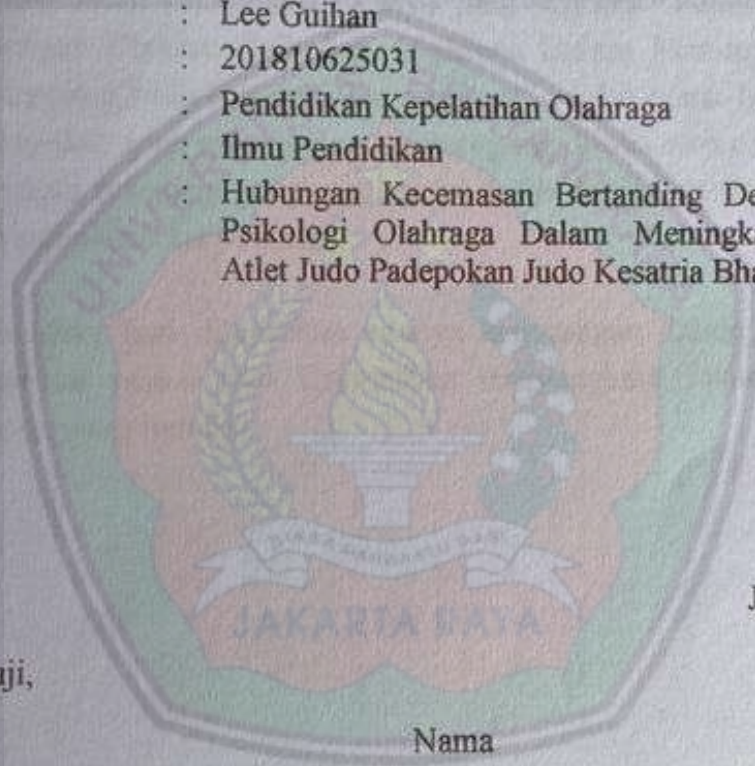


Dr. Ahmad Muehlisin Natasa Pasaribu, M.Pd
NIP. 1908434

PENGESAHAN TIM PENGUJI

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

Nama : Lee Guihan
NPM : 201810625031
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas : Ilmu Pendidikan
Judul : Hubungan Kecemasan Bertanding Dengan Peranan Psikologi Olahraga Dalam Meningkatkan Prestasi Atlet Judo Padepokan Judo Kesatria Bhayangkara



Jakarta, Agustus 2023

Tim Penguji,

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	Dra. Truly Wangsalegawa, M.A., M.Ed., Ph.D	1.
2. Penguji I	Dr. Asrori Yudha Prawira, M.Pd.	2.
3. Penguji II	Dr. Ahmad Muchlisin Natas Pasaribu, M.Pd.	3.

PENGARUH KECEMASAN BERTANDING DENGAN PERANAN PSIKOLOGI OLAHRAGA DALAM MENINGKATKAN PRESTASI ATLET JUDO PADEPOKAN JUDO KESATRIA BHAYANGKARA

ABSTRAK

Lee Guihan. 2018. *Pengaruh Kecemasan Bertanding Dengan Peranan Psikologi Olahraga Dalam Meningkatkan Prestasi Atlet Judo Padepokan Judo Kesatria Bhayangkara*. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecemasan bertanding dengan peranan psikologi olahraga dalam pencapaian meningkatkan prestasi atlet judo Padepokan Judo Kesatria Bhayangkara. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juli sampai dengan bulan Agustus yang bertempat di Dojo Sepolwan yang berlokasi di Komplek Sepolwan Lemdiklat Polri Pondok Pinang Kec. Kebayoran Lama, Jakarta Selatan, DKI Jakarta. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode deskriptif kualitatif dengan teknik pengambilan data menggunakan *google form* yang disebarluaskan kepada atlet pelatih Judo DKI Jakarta. Angket *google form* diisi oleh 69 orang atlet Padepokan Judo Kesatria Bhayangkara 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

THE INFLUENCE OF COMPETITION ANXIETY WITH THE
ROLE OF SPORTS PSYCHOLOGY IN IMPROVING THE
PERFORMANCE OF JUDO ATHLETES JUDO BHAYANGKARA KNIGHTS

ABSTRACT

Lee Guihan. 2018. The influence of competitive anxiety with the role of sports psychology in improving the performance of Bhayangkara Knight Judo Athletes. Thesis. Faculty of Education. Bhayangkara University, Greater Jakarta.

This study aims to determine the relationship between competition anxiety and the role of sports psychology in the achievement of improving the performance of judo athletes of the Bhayangkara Knights Judo Squad. This research was conducted from July to August at the Sepolwan Dojo located at the Sepolwan Lemdiklat Polri Complex Pondok Pinang Kec. Kebayoran Lama, South Jakarta, DKI Jakarta. The research method used in this study is a qualitative descriptive method with data collection techniques using a google form that is distributed to DKI Jakarta Judo athletes. The google form questionnaire was filled out by 69 athletes of the Bhayangkara Knights Judo Competition and produced several aspects of psychology that play a role in achieving achievements. The aspects found in this study are emotional aspects, aggressiveness aspects, motivational aspects, intelligence aspects, self-celebration aspects, anxiety aspects, and discipline aspects. In essence the role of sports psychology is very.

Keywords: Sports Psychology, The Role of Sports Psychology

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan hidayah-Nya yang telah dilimpahkan kepada saya, sehingga dapat terselesaikan tepat waktu, proposal penelitian dengan judul ” PENGARUH KECEMASAN BERTANDING DENGAN PERANAN PSIKOLOGI OLAHRAGA DALAM MENINGKATKAN PRESTASI ATLET JUDO Padepokan Judo Kesatria Bhayangkara” untuk memenuhi persyaratan lulusnya Program S-1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga (PKO) Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Adapun tujuan pelaksanaan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah media yang akan diuji oleh peneliti dapat berfungsi dan bermanfaat bagi peneliti, Pelatih, maupun atlet yang akan menjadi bahan peneliti dalam penelitian ini.

Saya mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu sehingga terselesaikannya proposal, antara lain:

1. Bapak Irjen Pol. (Purn) Dr. H. Bambang Karsono, Drs., SH., MM. Selaku Rektor Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
2. Ibu Dra Truly Wangsalegawa, M.A., M.Ed., Ph.D. selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
3. Dr. Ahmad Muchlisin Natas Pasaribu, M.Pd selaku Kaprodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga dan sekaligus menjadi Dosen Pembimbing I Proposal Skripsi.
4. Bapak Juli Candra S.Pd., M.Pd selaku Sekretaris Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga sekaligus menjadi Dosen Pembimbing II Proposal Skripsi.

Dan, Serta semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Saya sangat menyadari bahwa dalam penyusunan proposal ini masih banyak kekurangan dan masih jauh dari kata sempurna terutama mengenai masalah dalam penyampaian bahasa dan struktur isi Skripsi. Untuk itu kritik dan saran yang membangun sangat saya harapkan. Saya berharap proposal ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang terkait.

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN SKRIPSI	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	<u>1</u>
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian	1
C. Rumusan Masalah	<u>5</u>
D. Tujuan Penelitian	<u>5</u>
E. Manfaat Penelitian	5
BAB II LANDASAN TEORI	6
A. Landasan Teori	6
1. Sejarah Judo	<u>8</u>
2. Sejarah Singkat Judo Masuk Indonesia	8
3. Komponen Prestasi Atlet	<u>8</u>
4. Psikologi Olahraga	13
5. Aspek-aspek Psikologi Olahraga	15
B. Penelitian Relevan	<u>19</u>
BAB III METODE PENELITIAN	44
A. Jenis Penelitian	44
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	44
C. Populasi dan Sampel Penelitian	46
D. Teknik Pengumpulan Data	46

E. Instrumen Penelitian.....	46
F. Teknik Analisis Data.....	48
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	53
A. Hasil Penelitian	53
B. Pembahasan.....	55
BAB V KESIMPULAN	60
A. Kesimpulan	<u>61</u>
DAFTAR PUSTAKA	<u>62</u>



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Populasi Penelitian.....	52
Table 4.1 Tabel data Presentase Aspek-aspek Psikologi Olahraga.....	57



DAFTAR GAMBAR

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



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Tabulasi angket	65
Lampiran 2. Observasi.....	65
Lampiran 3. Surat Balasan Izin Penelitian	67

