

**HUBUNGAN KECEMASAN DAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
KETERAMPILAN BERMAIN ATLET *FLOORBALL***

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Olahraga
Program Studi Ilmu Keolahragaan



Oleh
Silvia Mutiara Giani
2001506

**PROGRAM STUDI
ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2023**

**HUBUNGAN KECEMASAN DAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
KETERAMPILAN BERMAIN ATLET *FLOORBALL***

Oleh
Silvia Mutiara Giani

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Olahraga pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Program
Studi Ilmu Keolahragaan

© Silvia Mutiara Giani 2023
Universitas Pendidikan Indonesia
Desember 2023

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak
ulang, difoto copy, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis

LEMBAR PENGESAHAN

Silvia Mutiara Giani

2001506

**HUBUNGAN KECEMASAN DAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
KETERAMPILAN BERMAIN ATLET *FLOORBALL***

Disetujui dan di sahkan oleh :

Pembimbing I



Prof. Dr. Herman Subarjah, M.Si.

NIP. 1960009181986031003

Pembimbing II



Septian Williyanto, M.Pd.

NIP. 920200419910928101

Mengetahui

Ketua program studi ilmu keolahragaan UPI



Prof. Agus Rusdiana, S.Pd., M.A., Ph.D.

NIP: 197608122001121001

PERNYATAAN

Nama : Silvia Mutiara Giani
NIM : 2001506
Prodi : Ilmu Keolahragaan

Dengan ini, saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan Kecemasan dan Kepercayaan Diri dengan Keterampilan Bermain Atlet *Floorball* “ ini beserta keseluruhan isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko atau sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya ini

Bandung, Desember 2023

Yang membuat pernyataan

Silvia Mutiara Giani

NIM. 2001506

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, karena atas rahmat dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Kecemasan dan Kepercayaan Diri dengan Keterampilan Bermain Atlet *Floorball*“ ini dengan baik. Shalawat beserta salam tak lupa penulis limpahkan kepada Nabi besar kita, Nabi Muhammad SAW, beserta para keluarganya, para sahabatnya, dan semoga syafa’atnya mengalir kepada kita selaku umatnya sampai akhir zaman.

Aamiin.

Selama proses penelitian dan penulisan skripsi ini tentunya banyak sekali rintangan, dan penulis mampu melewatinya bukan semata-mata karena kemampuan sendiri, melainkan kasih sayang Allah yang disampaikan melalui berbagai pihak yang membantu dan tidak lupa juga doa restu orang tua, untuk itu penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang terlibat dalam penyusunan skripsi ini.

Penyusunan skripsi ini dilakukan untuk memenuhi syarat kelulusan dalam menyelesaikan studi tingkat sarjana Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia. Penulis menyadari bahwasanya banyak kekurangan dalam skripsi ini. Untuk itu penulis mengharap kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan skripsi ini, akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis khususnya, dan bagi pembaca pada umumnya. Aamiin ya Robbal Alamin.

Bandung, Desember 2023

Penulis

Silvia Mutiara Giani

NIM. 2001506

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur tak henti penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT karena-Nya penulis mampu menyelesaikan tugas akhir berupa skripsi ini dengan tepat waktu. Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan bisa terselesaikan dengan baik tanpa bantuan dari semua pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini izinkan penulis menyampaikan ucapan terimakasih dan menyampaikan rasa hormat sebesar-besarnya kepada :

1. Allah SWT dengan segala rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu.
2. Bapak Prof. Dr. H Solehuddin, M.Pd., M.A. selaku Rektor Universitas Pendidikan Indonesia.
3. Bapak Dr. Boyke Mulyana, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
4. Ibu Mustika Fitri, M.Pd., Ph.D. selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan yang telah membantu dan memfasilitasi selama perkuliahan.
5. Bapak Prof. Agus Rusdiana, S.Pd., M.A., Ph.D. selaku Ketua Program Studi Ilmu Keolahragaan Universitas Pendidikan Indonesia.
6. Bapak Prof. Dr. Herman Subarjah, M.Si selaku dosen pembimbing skripsi yang selalu memberikan ilmu, arahan, dan motivasi dalam menyusun skripsi ini.
7. Bapak Septian Williyanto M. Pd. selaku dosen pembimbing tugas akhir ini yang selalu memberikan ilmu, bimbingan dan arahan dalam menyelesaikan skripsi.
8. Bapak dan Ibu Dosen beserta staff akademik Pogram Studi Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan ilmu pengetahuan, wawasan, dan bimbingan selama masa perkuliahan hingga menyelesaikan skripsi ini
9. Kedua orang tua tercinta, Bapak Agus Gani dan Ibu Tutut Widyowati yang selalu memberikan doa dan kasih sayang tiada henti. Penulis mengucapkan terimakasih atas dukungan moril dan material, serta segala hal yang berharga selama proses perkuliahan hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

10. Kaka tercinta, Rifki Anwar Gani yang selalu memberikan semangat dan motivasi sehingga penulis mampu menyelesaikan perkuliahan dan penyusunan skripsi ini.
11. Orang terdekat saya, Ronald Hersando yang kehadirannya memberi dukungan dan menemani saya selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi.
12. Sahabat terdekat saya Damai Etsu Riani yang selalu memberikan semangat dan berjuang bersama selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
13. Pelatih dan atlet *floorball* yang berkenan membantu serta menjadi sampel luar biasa dalam penelitian ini.
14. Teman-teman Ilmu Keolahragaan angkatan 2020 yang sudah mewarnai dan memberikan pengalaman panjang selama perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
15. Semua pihak terkait dalam perkuliahan dan penyusunan skripsi yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, yang memberikan pengaruh serta dorongan dalam menyelesaikan skripsi ini.
16. Terakhir ucapan terimakasih kepada diri saya sendiri, Silvia Mutiara Giani. Terimakasih sudah bertahan sejauh ini yang sudah kuat dan mampu bersabar ditengah segala ujian kehidupan selama menjadi mahasiswa, serta mampu berjuang dalam menyelesaikan perkuliahan dengan baik sampai di titik akhir masa perkuliahan yaitu menyelesaikan tugas akhir skripsi. *Whatever your strengths and weaknesses, let's celebrate for yourself.*

ABSTRAK

HUBUNGAN KECEMASAN DAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KETERAMPILAN BERMAIN ATLET *FLOORBALL*

Silvia Mutiara Giani

2001506

**Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Universitas Pendidikan Indonesia**

Pembimbing

Prof. Dr. Herman Subarjah, M.Si. Septian Williyanto, M.Pd.

Kecemasan dan kepercayaan diri menjadi salah satu aspek dalam meningkatkan kinerja keterampilan gerak dalam bermain dan kunci kesuksesan dalam olahraga. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui seberapa erat hubungan antara kecemasan dan kepercayaan diri dengan keterampilan bermain atlet *floorball*. Pada penelitian ini menggunakan teknik *convenience sampling*. Sampel penelitian ini sebanyak 20 atlet *floorball* STKIP Pasundan Kota Cimahi. Teknik pengambilan data kecemasan dan kepercayaan diri menggunakan kuisioner CSAI-2R melalui *google form* dan pengambilan data keterampilan di tes secara langsung menggunakan tes keterampilan bermain *floorball* yang sudah di uji coba melalui *tes re-test*. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi berganda dengan bantuan *Statistic Program for Sosial Science* (SPSS) dengan tingkat sig. (2-tailed) <0.05 . berdasarkan uji korelasi pada variabel kecemasan dengan keterampilan bermain sebesar $0.008 < 0.05$ dengan koefisien korelasi 0.574. Pada variabel kepercayaan diri dengan keterampilan bermain uji korelasi sebesar $0.01 < 0.05$ dengan koefisien korelasi 0.556. pada variabel kecemasan dan kepercayaan diri dengan keterampilan bermain

0.003<0.05 dengan koefisien korelasi 0.707. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kecemasan, kepercayaan diri berhubungan signifikan terhadap keterampilan bermain *floorball*.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP ANXIETY AND SELF-CONFIDENCE WITH THE PLAYING SKILLS OF FLOORBALL ATHLETES

Silvia Mutiara Giani

2001506

***Faculty of Sport and Health Education
Indonesian Education University***

Advisor:

Prof. Dr. Herman Subarjah, M.Si. Septian Williyanto, M.Pd.

Anxiety and self-confidence are one aspect of improving the performance of movement skills in playing and the key to success in sports. The aim of this research is to find out how closely there is a relationship between anxiety and self-confidence and the playing skills of floorball athletes. In this research, convenience sampling techniques were used. The sample for this research was 20 floorball athletes from STKIP Pasundan, Cimahi City. The technique for collecting data on anxiety and self-confidence uses the CSAI-2R questionnaire via Google Form and collecting data on skills is tested directly using a floorball playing skills test which has been tested through a re-test. The data analysis technique uses a multiple correlation test with the help of the Statistical Program for Social Science (SPSS) with a sig level. (2-tailed)<0.05. based on the correlation test on the anxiety variable with playing skills of 0.008<0.05 with a correlation coefficient of 0.574. In the variable self-confidence and playing skills, the correlation test is 0.01<0.05 with a correlation coefficient of 0.556. on the anxiety and self-confidence variables with playing skills 0.003<0.05 with a correlation coefficient of 0.707. The research results can be

concluded that anxiety and self-confidence are significantly related to floorball playing skills.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
PERNYATAAN.....	i
KATA PENGANTAR.....	iii
UCAPAN TERIMAKASIH.....	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB 1.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.5 Struktur Organisasi	6
BAB II	9
KAJIAN TEORI.....	9
2.1 Olahraga <i>Floorball</i>	9
2.1.1 Cara Bermain <i>Floorball</i>	9
2.2 Kecemasan	11
2.2.1 Jenis Kecemasan	12
2.2.2 Gejala Kecemasan.....	13
2.2.3 Penyebab kecemasan.....	14
2.2.4 Mengatasi Kecemasan Dalam Olahraga	16
2.3 Kepercayaan Diri	17
2.3.1 Teori Kepercayaan Diri	18
2.3.2 Jenis Kepercayaan Diri	20
2.3.3 Karakter Kepercayaan Diri	20
2.3.4 Ciri Ciri Percaya Diri	21
2.3.5 Faktor-Faktor Kepercayaan Diri	22
2.3.6 Proses Terbentuknya Rasa Percaya Diri.....	23
2.4 Keterampilan Bermain	23
2.4.1 Jenis- jenis Keterampilan Olahraga	24
2.5 Penelitian Terdahulu Yang Relevan	26
2.6 Kerangka Berfikir.....	27
2.8 Hipotesis Penelitian.....	29

BAB III.....	30
METODE PENELITIAN	30
3.1 Desain Penelitian.....	30
3.2 Partisipan.....	30
3.3 Populasi dan Sampel	30
3.3.1 Populasi.....	30
3.3.2 Sampel.....	31
3.4 Instrumen Penelitian.....	31
3.5 Prosedur Penelitian.....	34
3.6 Analisis Data	35
BAB IV	36
TEMUAN DAN PEMBAHASAN.....	36
4.1 Temuan.....	36
4.1.1 Deskripsi Data.....	37
4.1.1.1 Kecemasan	37
4.1.1.2 Kepercayaan Diri	37
4.1.1.3 Keterampilan Bermain	38
4.1.2 Uji Normalitas Data	39
4.1.3 Uji Linierlitas Data.....	40
4.1.4 Uji Hipotesis.....	41
4.1.5 Uji Koefisien Determinasi.....	44
4.2 Pembahasan Temuan Penelitian	45
4.2.1 Hubungan Antara Kecemasan dengan Keterampilan Bermain Pada Atlet <i>Floorball</i>	45
4.2.2 Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Keterampilan Bermain Pada Atlet <i>Floorball</i>	45
4.2.3 Hubungan Antara Kecemasan dan Kepercayaan Diri Secara Bersama-sama dengan Keterampilan Bermain Pada Atlet <i>Floorball</i>	46
BAB V	48
KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI	48
5.1 Kesimpulan	48
5.2 Implikasi.....	48
5.3 Rekomendasi.....	48
DAFTAR PUSTAKA.....	50

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Hasil Uji Reliabilitas Tes Keterampilan Bermain Atlet <i>Floorball</i> ..	32
Tabel 3.2 Batas Skor Tes Keterampilan Bermain Olahraga <i>Floorball</i>	33
Tabel 3.3 Norma penilaian Tes Keterampilan Bermain Olahraga <i>Floorball</i> ...	33
Tabel 4.1 Hasil Tes	36
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kecemasan Atlet <i>Floorball</i>	37
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kepercayaan Diri Atlet <i>Floorball</i>	38
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Keterampilan Bermain Atlet <i>Floorball</i>	38
Tabel 4.5 Uji Normalitas Data.....	39
Tabel 4.6 Uji Linearitas	40
Tabel 4.7 Pedoman Tinggi Rendahnya Hubungan	41
Tabel 4.8 Hasil Koefisien Korelasi.....	41
Tabel 4.9 Uji Korelasi.....	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir	28
Gambar 3.1 Desain Penelitian Korelasi.....	30
Gambar 3.2 Passing	32
Gambar 3.3 Dribling.....	32
Gambar 3.4 Shooting.....	32
Gambar 3.5 Prosedur Penelitian	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Pengesahan.....	56
Lampiran 2. SK Penunjukan Pembimbing Skripsi	57
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian.....	65
Lampiran 4. Hasil Output data Menggunakan SPSS Versi 25	66
Lampiran 5. Pernyataan Kuisisioner.....	69
Lampiran 6. Data hasil Tes.....	70
Lampiran 7. Lembar Informed Consent.....	72
Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian.....	73
Lampiran 9. Riwayat Hidup.....	76

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Sufriyanto, Y. Y. P. (2019). Pengaruh Latihan Imagery Mental Terhadap Kepercayaan Diri Atlet Sepak Bola Kabupaten Kerinci. *Jurnal Riset Psikologi*, 0(3), 1–12. <https://ejournal.unp.ac.id/students/index.php/psi/article/view/6108/3062>
- Aji Utama. (2020). *Psikologi Olahraga Hubungan antara Kecemasan dengan Peak Performance* (A. Utama (ed.)).
- Amansyah, A. (2019). Dasar Dasar Latihan Dalam Kepelatihan Olahraga. *Jurnal Prestasi*, 3(5), 42. <https://doi.org/10.24114/jp.v3i5.13448>
- Amelia. (2022). Hubungan Kepercayaan Diri dan Motivasi Terhadap Keterampilan Pada Atlet Bola Basket di Kabupaten Jombang. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(03), 179–184.
- Amir, N. (2013). Pengembangan Alat Ukur Kecemasan Olahraga. *Jurnal Penelitian Dan Evaluasi Pendidikan*, 16(1), 325–347. <https://doi.org/10.21831/pep.v16i1.1120>
- Andreanto, M. R., & Hariyanto, A. (2022). Analisis Indeks Massa Tubuh dan Kondisi Fisik Atlet *Floorball* Kota Surabaya. *JOSSAE Journal of Sport Science and Education*, 6, 125–133. <https://doi.org/10.26740/jossae.v6n2.p125-133>
- Bagja S, W., & Supriyadi, D. (2018). Pengaruh Kemampuan Pedagogik Guru Dengan Hasil Belajar Ips. *Jurnal Ilmiah Edutecno*, 18(2), 1–19.
- Billa, S. (2023). Survei Motivasi Berlatih, Kondisi Fisik Dan Keterampilan Teknik Dasar Siswa Ekstrakurikuler Olahraga Hoki Setelah PPKM Level 4. *Sport Science and Health*, 5(3), 253–269. <https://doi.org/10.17977/um062v5i32023p253-269>
- Bukhari, F. K., Fahd, S., Tahira, R., & Yaseen, M. (2021). Impact of Sports Anxiety on Sports Performance of Players. *Pakistan Journal of Humanities and Social Sciences*, 9(3), 581–586. <https://doi.org/10.52131/pjhss.2021.0903.0163>
- Chapman, C., Lane, A. M., Brierley, J. H., & Terry, P. C. (1997). Anxiety, self-confidence and performance in Tae Kwon-do. *Perceptual and Motor Skills*, 85(3 PART II), 1275–1278. <https://doi.org/10.2466/pms.1997.85.3f.1275>
- Didik, Sulaiman, T. (2015). Evaluasi Program Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Pencak Silat Pusat Pendidikan Dan Latihan Olahraga Pelajar (Pplp) Provinsi Kalimantan Timur. *Journal of Physical Education and Sports*, 4(1), 87–92.
- Elena Plakona. (2014). Self-Confidence in Sport. *Internasional Scientific Jurnal of*

- Elvina, J. K. (2021). Profil Kondisi Fisik Atlet Putri Nasional *Floorball* Indonesia Dalam Persiapan Sea Games Xxx Philipines. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 105–109. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/42597%0Ahttps://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/42597/36638>
- Feltz, L. (1988). *Self-Confidence and Sport Performance*. 16, 278–294.
- Hafni, S. (2022). *Metode Penelitian* (M. S. DR. Ir. Try Koryati (ed.)). Penerbit KBM Indonesia.
- Handayani, S. G. (2019). Peranan Psikologi Olahraga dalam Pencapaian Prestasi Atlet Senam Artistik Kabupaten Sijunjung. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 2(2), 1–12. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v2i2.714>
- He, Y. (2022). The Inspiration of Bandura ' s Social Learning Theory to Moral Education in Colleges and Universities. *Advances in Educational Technology and Psychology*, 6(1), 22–29. <https://doi.org/10.23977/aetp.2022.061004>
- Hermawan, I. (2019). *Metodologi Penelitian Pendidikan (Kualitatif, Kuantitatif, Mixed Method)* (C. S. Rahayu (ed.)). Hidayatullah Quran Kuningan. https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=Vja4DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP10&dq=kerangka+berfikir+kuantitatif+adalah&ots=XvJrl5S9ou&sig=CadKB5blhGlnGDMwk0HTdEZacWM&redir_esc=y#v=onepage&q=kerangka+berfikir+kuantitatif+adalah&f=false
- IFA. (2018). *Indonesia Floorball Association*. 2018. <https://floorball.sport/indonesia/>
- Ikromi Zufri, E. □, & Liftiah. (2017). Efektifitas Teknik Relaksasi Pernafasan untuk Mengurangi Kecemasan Atlet Futsal yang Hendak Bertanding. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 6(1), 9–14.
- Ilham, Z. (2021). Peranan Psikologi Olahraga Terhadap Atlet. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, 1(2), 274–282.
- Ilsya, K. (2019). Hubungan Antara Kecemasan Dengan Performa Atlet Pada Cabang Olahraga Bolabasket. *Jurnal Sains Keolahragaan Dan Kesehatan*, 4(1), 26–32.
- Indra, P. (2020). Pengaruh Metode Latihan dan Motivasi Berlatih terhadap Keterampilan Bermain Sepak Bola Ssb Persika Jaya Sikabau. *Jurnal Performa Olahraga*, 5(1), 39–47. <https://doi.org/10.24036/jpo138019>
- Irwanto, & Romas, M. Z. (2019). Profil Peran Psikologi Olahraga Dalam

- Meningkatkan Prestasi Atlet di Serang-Banten Menuju Juara. *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga*, 2(1), 1–14. <https://ejournal.unibabwi.ac.id/index.php/semnassenalog/article/view/610>
- Jannah, M. (2017). Kecemasan dan Konsentrasi Pada Atlet Panahan Anxiety and Concentration among Archery Athletes. *Jurnal Sikologi Teori Dan Terapan*, 8(1), 53–60.
- Jannah, M., Rahmasari, D., Kusuma Dewi, D., & Anugerah Izzati, U. (2022). Dampak Latihan Relaksasi Otogenik Terhadap Kecemasan Kognitif Atlet Mahasiswa Cabang Olahraga Menembak Impact of Autogenic Relaxation Training On Shooting Student Athlete's Cognitive Anxiety. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 2022(1), 93–101.
- Jensen, G. (2017). Social learning theory. In *The Routledge Companion to Criminological Theory and Concepts* (pp. 115–119). <https://doi.org/10.4324/9781315744902-26>
- Kais, K., & Raudsepp, L. (2005). Intensity And Direction Of Competitive State Anxiety, Self-Confidence And Athletic Performance. *Kinesiology*, 37, 13–20.
- Khilmi, D. (2021). Tingkat Kecemasan dan Motivasi Atlet Basket Bangka Belitung Saat Menjelang Pertandingan. *Riyadhoh : Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(2), 10. <https://doi.org/10.31602/rjpo.v4i2.5378>
- Ladyani, F., Febriyani, A., Prasetya, T., & Berliana, I. (2021). Hubungan antara Olahraga dan Stres dengan Tingkat Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 82–87. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.514>
- Masitha, E., Adhani, S., & Indriarsa, N. (2021). Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 09 Nomor 03 Tahun 2021 ANGKATAN 2018 SELAMA PEMBELAJARAN DARING Ega Masitha Surya Adhani *, Nanang Indriarsa. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 09.
- Mayorry, C. V. (2021). Survei Tingkat Motivasi Berprestasi Atlet Puslatda Jawa Timur Cabang Olahraga Bolavoli Pantai. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(10), 124–128. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/42686>
- Miftah, T. (2022). Competitive State Anxiety Inventory – 2R (CSAI-2R): Adapting and Validating Its Indonesian Version. *Human Movement and Sports Sciences*, 3(June), 396–403. <https://doi.org/10.13189/saj.2022.100305>
- Mirhan, & Kurnia, J. B. J. (2016). Hubungan Antara Percaya Diri Dan Kerja Keras Dalam Olahraga Dan Keterampilan Hidup. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 12, 86–96.
- Mulya, G., & Agustriyani, R. (2020). Hubungan Antara Tingkat Kepercayaan Diri

- Dengan Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani. *Gladi: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 11(01), 60–67. <https://doi.org/10.21009/gjik.111.05>
- Pandini, D. M. C. I. P. (2021). Kepercayaan Diri Atlet: a Literature Review. *SATRIA: Journal of Sports Athleticism in Teaching and Recreation on Interdisciplinary Analysis*, 4(1), 5–13. <http://194.59.165.171/index.php/SATRIA/article/view/608>
- Pangastuti, R., & Ati, K. M. (2018). Penilaian Acuan Norma Penilaian dan Acuan Patokan Kriteria Ketuntasan Minimal di Madrasah Ibtidaiyah an-Nur Plus Junwangi Krian Sidorajo Jawa Timur. *Jurnal Tarbiyah AL-AWLAD*, 8(2), 202–217. <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/alawlad/article/view/1606>
- Pujarina, F., & Kumala, A. (2019). Modal Psikologi Terhadap Peak Performace. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 7(2), 112–119. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v7i2.13468>
- Purnomo, E., Marheni, E., Jermaina, N., Kunci, K., & Kepercayaan Diri, dan. (2020). Tingkat Kepercayaan Diri Atlet Remaja Self-Confidence Level of Youth Athletes. *JOSEPHA Journal of Sport Science and Physical Education*, 1(2), 1–7. <https://journal.stkipamanetalino.ac.id/index.php/JOSEPHA/index>
- Qolbi, A. P. G., & Ashadi, K. (2017). Perbandingan Pengetahuan Tentang Kesadaran Hidrasi Pada Ukm Bolavoli Putri Dan Ukm *Floorball* Putri Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Prestasi Olahraga, Uk M*, 1–7.
- Razali, H., Husain, R., Rahim, M., Endut, N. N., Mat, K. C., Simbak, N., & Latif, A. Z. A. (2017). Impacts of three different relaxation techniques on mood states among athletes. *Malaysian Journal of Public Health Medicine*, 2017(Special Issue 2), 49–58.
- Rhamadian, D. (2022). Dampak Kecemasan (Anxiety) Dalam Olahraga Terhadap Atlet. *Journal of Sport Science and Tourism Activity (JOSITA)*, 1(1), 36–42. <https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/JOSITA/article/view/15433>
- Riyanto, A. (2013). *Statistik Deskriptif Untuk Kesehatan*. Nuha Medika.
- Rohmad, A. (2009). Tugas Akhir Universitas Muhamadiyah Surakarta. *Perancangan Alat Pendeteksi Awal Ketegangan (Stress) Pada Manusia Berbasis PC Di Ukur Dari Suhu Tubuh, Kelembaban Kulit Dan Detak Jantung*. <http://eprints.ums.ac.id/6464/>
- Rohmansyah, N. A. (2017). pengertian tentang teori Kecemasan. *Jurnal Ilmiah PENJAS*, 3(1), 44–60. <http://202.91.10.29/index.php/JIP/article/view/541/525>
- Saputra, A. (2019). Analisis Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola Ssb Pratama Kabupaten Batanghari. *Indonesian Journal of Sport Science and*

Coaching, 1(1), 1–10. <https://doi.org/10.22437/ijssc.v1i1.6311>

- Satiadarma. (2000). *Dasar-Dasar Psikologi Olahraga*. https://scholar.google.com/scholar?hl=en&as_sdt=0%2C5&q=dasar+dasar+p+sikologi+olahraga+Monty&btnG=
- Sin, T. H. (2017). Tingkat Percaya Diri Atlet Sepak Bola dalam Menghadapi Pertandingan. *Jurnal Fokus Konseling*, 3(2), 163. <https://doi.org/10.26638/jfk.414.2099>
- Stephani Yane. (2013). Kecemasan Dalam Olahraga. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 2(1), 188–194. <http://202.91.10.29/index.php/JIP/article/view/541/525>
- Suaharto. (2019). *Tingkat Kecemasan Dan Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga Cabang Sepakbola Di Sma Negeri 4 Yogyakarta the Level of Students' Anxiety and Self-Confidence in Special Sports Class of Football in State Senior High School 4 Yogyakarta*. 9.
- Subarjah, H. (2016). Hubungan antara Kebugaran Jasmani dan Motivasi Belajar dengan Prestasi Belajar Mahasiswa. *Sosial DaSosio Humanika: Jurnal Pendidikan Sains Sosial Dan Kemanusiaan*, 9(1), 117–130. <http://www.journals.mindamas.com/index.php/sosiohumanika/article/view/660>
- Subhan, A., & Graha, S. (2019). Terhadap Nyeri Tumit Dan Nyeri Otot Tibialis Pada Atlet Futsal Sma Negeri 1 Ciamis. *Medikora*, XVIII(2), 56–63. <https://journal.uny.ac.id/index.php/medikora/article/view/29197/12886>
- Supriyatni, D., Rizal, R. M., & Rasyad, R. M. (2020). Hubungan tingkat kecemasan terhadap Penampilan atlet dayung Traditional Boat Race (TBR). *Jpoe*, 2(1), 127–134. <https://doi.org/10.37742/jpoe.v2i1.32>
- Tanjung, Z., & Amelia, S. (2017). Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 2(2), 2–6. <https://doi.org/10.29210/3003205000>
- Tervo, T., & Nordstrom, A. (2014). Science of *floorball*: a systematic review. *Open Access Journal of Sports Medicine*, 2014, 249. <https://doi.org/10.2147/oajsm.s60490>
- Tomé-Lourido, D. (2019). The relationship between competitive state anxiety, self-confidence and attentional control in athletes. *Revista de Psicologia Del Deporte*, 28(4), 143–150.
- Verawati, I. (2015). Tingkat Kecemasan (Anxiety) Atlet Dalam Mengikuti Pertandingan Olahraga. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 21(79), 39–44.

- Virginia, E. (2020). Pengaruh Kecemasan Terhadap Performa Atlet Renang Profesional Jawa Barat. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 19(2), 206–212.
- Winarno, M. E. (2006). *Tes Ketrampilan Olahraga*. Laboratorium Jurusan Ilmu Keolahraan.
- Yulianto, F., & Nashori, H. F. (2006). Kepercayaan Diri Dan Prestasi Atlet Tae Kwon Do Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 3(1), 55–62.
<https://media.neliti.com/media/publications/127382-ID-kepercayaan-diri-dan-prestasi-atlet-tae.pdf>