

**ANALISIS TINGKAT KECEMASAN PEMAIN SEPAKBOLA PUTRA
RICE CAKE FC PADA SAAT PERTANDINGAN**
(Penelitian Kualitatif Studi Kasus pada Club Rice Cake FC Kabupaten Bandung)

SKRIPSI

diajukan untuk Memenuhi Sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani



Oleh
Iksan Muhamad Lukman
2008353

PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI
KAMPUS DAERAH SUMEDANG
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2024

**ANALISIS TINGKAT KECEMASAN PEMAIN SEPAKBOLA PUTRA
RICE CAKE FC PADA SAAT PERTANDINGAN**

Oleh

Iksan Muhamad Lukman

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan pada Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani
Kampus Sumedang

© Iksan Muhamad Lukman 2024

Universitas Pendidikan Indonesia

Mei 2024

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN

Iksan Muhamad Lukman

2008353

**ANALISIS TINGKAT KECEMASAN PEMAIN SEPAKBOLA PUTRA
RICE CAKE FC PADA SAAT PERTANDINGAN**

Disetujui dan disahkan oleh:

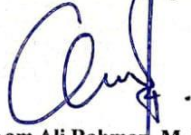
Dosen Pembimbing I



Drs. H. Encep Sudirjo, S. Pd, M. Pd

NIP. 196203171987031004

Dosen Pembimbing II



Aam Ali Rahman, M. Pd

NIPT. 920190219861101101

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Pendidikan Jasmani
Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang



Dr. Anggi Setia Lengkana, M. Pd.

NIPT. 920200119851119101

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Dengan ini, saya menyatakan bahwa skripsi penulis yang berjudul "Analisis Tingkat Kecemasan Pemain Sepakbola Putra Rice Cake Fc pada saat pertandingan", bersama dengan seluruh isi, adalah karya saya sendiri. Saya menegaskan bahwa penulis tidak melakukan plagiasi atau plagiasi karya ilmiah tanpa mengikuti etika dan prinsip ilmu yang berlaku.

Penulis bersedia menanggung segala risiko yang timbul apabila nantinya ditemukan pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya ini, atau jika ada klaim dari pihak lain terhadap karya penulis.

Sumedang, 02 April 2024



Iksan Muhamad Lukman

NIM 2008353

KATA PENGANTAR

Penulis mengucapkan puji dan syukur kepada Allah SWT atas segala kesempatan yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi tepat waktu. Doa pun disampaikan kepada Nabi Muhammad SAW, yang menjadi sumber kebenaran dalam alam semesta. Meskipun dalam penyusunan proposal skripsi ini, penulis menghadapi banyak hambatan dan kesulitan, namun dengan bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, proposal skripsi ini dapat diselesaikan sesuai rencana.

Judul Skripsi ini adalah "Analisis Tingkat Kecemasan Pemain Sepakbola Putra Rice Cake Fc pada saat pertandingan". Tujuan akhir dari penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi syarat ujian sidang skripsi sarjana pendidikan di Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang.

Penulis sadar bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan dan penyempurnaan. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis, pembaca, dan menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya.

Sumedang, 02 April 2024

IML

ABSTRAK
ANALISIS TINGKAT KECEMASAN PEMAIN SEPAKBOLA PUTRA
RICE CAKE FC PADA SAAT PERTANDINGAN

Oleh
Iksan Muhamad Lukman
2008353

Pemain Rice Cake Fc mengalami kecemasan pada saat pertandingan dan berdampak sehingga para pemain terbebani ketika sedang bermain dan menyebabkan performanya menurun tidak seperti biasanya pada saat latihan, kecemasan para pemain Rice Cake Fc pun berpengaruh terhadap keberhasilan tim untuk memenangkan pertandingan. Sehingga muncul rumusan masalah bagaimana tingkat kecemasan pemain pada saat pertandingan dan apa faktor yang mempengaruhinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat kecemasan pemain saat bertanding, dan faktor apa saja yang menyebabkan munculnya kecemasan pada pemain Rice Cake Fc. Metode penelitian yang diterapkan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Partisipan berjumlah lima orang pemain Rice Cake Fc sesuai dengan peran dalam pertandingan sepakbola, yaitu sebagai , Penjaga Gawang, Pemain Belakang, Pemain Tengah, Pemain Penyerang dan juga Pemain Cadangan dan berlokasi di Jl. Raya Lebakmuncang Ciwidey, Kabupaten Bandung. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan wawancara dengan analisis menggunakan bantuan aplikasi Nvivo 12. Dari analisis hasil yang telah dibahas, penelitian ini menyimpulkan bahwa bahwa terdapat enam indikator kecemasan dan yang dominan ialah gelisan dengan presentase 38,49% serta terdapat tiga faktor penyebab kecemasan diantaranya tekanan manajemen, tekanan pelatih, tekanan penonton dan yang lebih dominan ialah tekanan penonton dengan presentase 45,25%.

Kata Kunci: Kecemasan, Pemain Sepakbola, Pertandingan.

ABSTRACT

ANALYSIS OF ANXIETY LEVELS OF RICE CAKE FC MEN'S SOCCER PLAYERS AT THE TIME OF THE MATCH

By

Iksan Muhamad Lukman

2008353

Rice Cake Fc players experienced anxiety during the match and this had the impact that the players were burdened when playing and caused their performance to decline as usual during training. The anxiety of the Rice Cake Fc players also affected the team's success in winning the match. So the problem formulation emerges as to how the player's anxiety level during the match and what factors influence it. This research aims to find out the anxiety level of players when competing, and what factors cause anxiety in Rice Cake Fc players. The research method applied in this research is a case study. Participants numbered five Rice Cake Fc players in accordance with their roles in football matches, namely as, Goalkeeper, Defender, Midfielder, Attacker and also Reserve Player and located on Jl. Raya Lebakmuncang Ciwidey, Bandung Regency. The data collection technique was carried out by interviews with analysis using the Nvivo 12 application. From the analysis of the results that have been discussed, this study concluded that there are six indicators of anxiety and the dominant one is anxiety with a percentage of 38.49% and there are three factors that cause anxiety, including management pressure, coach pressure, audience pressure and what is more dominant is audience pressure with a percentage of 45.25%.

Keywords: *Anxiety, Football Players, Match.*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA.....	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	iii
UCAPAN TERIMA KASIH	iv
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis.....	7
1.4.3 Manfaat Sosial	8
1.5 Struktur Organisasi	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
2.1 Kecemasan	10
2.1.1 Pengertian Kecemasan.....	10
2.1.2 Jenis – Jenis Kecemasan.....	12
2.1.3 Sumber – Sumber Kecemasan	13
2.1.4 Gejala Kecemasan.....	13
2.1.5 Hubungan Kecemasan dengan Olahraga	14
2.1.6 Cara mengatasi Kecemasan	15
2.2 Permainan Sepakbola	15
2.2.1 Teknik Dasar Sepakbola	18
2.2.2 Peraturan Sepakbola	26
2.3 Penelitian Relevan.....	30

2.4 Kerangka Berfikir.....	32
BAB III METODE PENELITIAN	34
3.1 Desain Penelitian	34
3.2 Lokasi Penelitian	34
3.3 Partisipan	34
3.4 Teknik Pengolahan dan Analisis Data	34
3.5 Instrumen Penelitian.....	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	39
4.1 Hasil Pembahasan	39
4.1.1 Analisis Tingkat Kecemasan Pemain Sepakbola Rice Cake Fc pada saat pertandingan.....	39
4.1.2 Faktor penyebab kecemasan pemain Rice Cake Fc pada saat pertandingan.....	46
4.2 Pembahasan	50
4.2.1 Tingkat Kecemasan Pemain sepakbola Rice Cake Fc pada saat pertandingan.....	50
4.2.2 Faktor penyebab kecemasan pemain sepakbola putra Rice Cake Fc pada saat pertandingan	51
BAB V SIMPULAN IMPLIKASI DAN REKOMENDASI	54
5.1 Simpulan	54
5.1.2 Faktor yang menyebabkan kecemasan pemain sepakbola Rice Cake Fc.....	54
5.2 Implikasi.....	55
5.3 Rekomendasi.....	55
5.3.1 Bagi Tim	55
5.3.2 Bagi Atlet.....	55
5.3.3 Bagi Pelatih	56
5.3.4 Peneliti Selanjutnya	56
DAFTAR PUSTAKA.....	57
LAMPIRAN-LAMPIRAN	59
RIWAYAT HIDUP.....	103

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Indikator instrumen wawancara	35
Tabel 3. 2 Indikator instrumen observasi	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Teknik Dasar Passing	20
Gambar 2. 2 Teknik Dasar kontrol bola kaki bagian dalam.....	21
Gambar 2. 3 Teknik Dasar kontrol bola kaki bagian luar	22
Gambar 2. 4 Teknik Dasar Dribbling bola	23
Gambar 2. 5 Teknik Dasar shooting bola.....	24
Gambar 2. 6 Teknik Dasar heading bola.....	25
Gambar 2. 7 Ukuran Lapangan Sepakbola	28
Gambar 2. 8 Gawang Sepakbola.....	29
Gambar 2. 9 Daerah teknik Sepakbola.....	29
Gambar 4. 1 Indikator kecemasan Atlet.....	39
Gambar 4. 2 Indikator Kecemasan Atlet.....	43
Gambar 4. 3 Faktor Penyebab Kecemasan	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SK Pembimbing.....	59
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian.....	60
Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian	61
Lampiran 4 Hasil Obsrvasi Data	62
Lampiran 5 Hasil Wawancara	72
Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian.....	90
Lampiran 7 Lembar Monitoring.....	94
Lampiran 8 Lembar LOA Diterima Artikel	95
Lampiran 9 Artikel	96

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, I., Psikologi, P. S., Psikologi, F., & Surakarta, U. M. (2019). *Ketangguhan Mental Surakarta*.
- Akhbar, M. T., & Mahendra, A. (2021). Survei Kecemasan Pemain Sepakbola Universitas PGRI Palembang dalam Menghadapi Pertandingan. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 4(2), 186–194. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v4i2.1968>
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Bahtra, R. (2022). *Buku Ajar Permainan Sepakbola (Issue 156)*.
- Erman, E., Razali, R., & Jafar, M. (2017). Evaluasi tingkat kecemasan pemain sepakbola subulussalam muda dalam menghadapi turnamen tahun 2017. *Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi*, 3(3).
- Galih Dwi Pradipta. (2007). Kecemasan mempengaruhi performa atlet dalam bertanding. *Pravoslavie.Ru*.
- Hamzah, A., Aksir, M. I., Hasanuddin, M. I., & Nurulita, R. F. (2023). Perbandingan Tingkat Kecemasan Atlet Pada Tiga Klub Sekolah Sepakbola (Ssc) Di Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 11(1), 33–38. <https://doi.org/10.55081/jsbg.v11i1.808>
- Hardiyono, B. (2020). Tingkat Kecemasan Sebelum Bertanding Dan Percaya Diri Pada Saat Bertanding Atlet Pelatda Pengprov Fpti Sumatera Selatan. *Kinestetik*, 4(1), 47–54. <https://doi.org/10.33369/jk.v4i1.10399>
- Hengki Kumbara, Yogi Metra, Z. I. (2019). Analisis Tingkat Kecemasan (Anxiety) Dalam Menghadapi Pertandingan Atlet Sepak Bola Kabupaten Banyuasin Pada Porprov 2017. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 17(2), 28. <https://doi.org/10.24114/jik.v17i2.12299>
- Hilalang, K., & Padang, K. (2018). *Tinjauan Tingkat Percaya Diri Pemain Sepakbola UI7 SSB Taruna*. 1(1), 102–107. <http://jpdo.ppj.unp.ac.id/index.php/jpdo/article/view/164>
- Ikram, I., & Hudain, A. (2023). *Analisis Kecemasan Atlet Futsal SMAN 22 Gowa Menjelang Pertandingan*. 2(1).
- Komarudin. (2014). *Pengantar psikologi olahraga*. 1–162.
- Kumbara, Hengki Metra, Yogi Ilham, Z. (2019). Analisis Tingkat Kecemasan (Anxiety) Dalam Menghadapi Pertandingan Atlet Sepak Bola Kabupaten Banyuasin Pada Porprov 2017. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 17(2), 28. <https://doi.org/10.24114/jik.v17i2.12299>
- Lestari, Y., Latif, S., & Widiastuti, R. (2013). Mengurangi Kecemasan Siswa Di Sekolah Dengan Menggunakan Teknik Desensitisasi Sistematis. *ALIBKIN (Jurnal Bimbingan Konseling)*, 2(3), 1–12.
- Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2020). Model latihan dribling sepakbola untuk pemula usia SMA. *Sport Science And Education Journal*, 1(2). <https://doi.org/10.33365/ssej.v1i2.823>

- Masykur Ar - Raasyid 2019. (2017). PENGARUH RILEKSASI MELALUI SENAM YOGA TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN PEMAIN SEPAK BOLA JATIWALUYA CIREBON dissertation, Universitas Siliwangi). *Occupational Medicine*, 53(4), 130.
- Maulana, A., & Rusdiana, A. (2020). Perbedaan Tingkat Kecemasan Pemain Pra-Porda Kab Bandung Cabang Olahraga Sepak Bola. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 4(1), 29–34. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v4i1.10137>
- Nanda Afrizal, J. M. (2015). *Kecemasan pemain sepakbola sebelum menghadapi pertandingan pada klub putra Buana Tangse Fc Tahun 2015*. 15(2), 99–108.
- Priyo Utomo, N., & Indarto, P. (2021). Analisis Keterampilan Teknik Dasar Passing dalam Sepak Bola. *Jurnal Porkes*, 4(2), 87–94. <https://doi.org/10.29408/porkes.v4i2.4578>
- Putra Maiza Rianda, Abdurrahman, K. (2020). Evaluasi tingkat kecemasan pemain sepakbola PPLP Aceh Tahun 2018. *Range Management and Agroforestry*, 4(1), 1–15. <https://doi.org/10.1016/j.fcr.2017.06.020>
- Rahmalia, A., Armen, M., & Ala, F. (2022). Tingkat Kecemasan Atlet Menghadapi Pertandingan Pada Atlet Sepak Bola Usia 21 Tahun Putra Wijaya Fc. *Jurnal Muara Olahraga*, 4(2), 31–38. <https://doi.org/10.52060/jmo.v4i2.826>
- Ramadhan, A. S., & Syafii, I. (2022). Tingkat Kecemasan Pemain Sepakbola Persenga Nganjuk U17 Dalam Pertandingan. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(1), 36–41.
- Restuti, D., Sepriadi, S., Ihsan, N., & Wulandari, I. (2023). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Atlet Petanque pada Pertandingan POMNAS XVII. *Jurnal JPDO*, 6(7), 175–181.
- 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>
- Sangari, M., Fotrousi, F., & Masrour, F. F. (2012). Relationship between mental skill and competitive anxiety in female national football players. *World Applied Sciences Journal*, 20(8), 1175–1178. <https://doi.org/10.5829/idosi.wasj.2012.20.08.2813>
- Santoso, N. (2019). Tingkat Keterampilan Passing-Stoping Dalam Permainan Sepakbola Pada Mahasiswa PJKR B Angkatan 2013. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 10(2), 40–48.
- Sartono, S., Suryaman, O., Hadiana, O., & Ramadan, G. (2020). Hipnoterapi untuk kecemasan: sebuah uji coba pada pemain sepakbola. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(1), 216–225. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v6i1.13832
- Subandi, & Sin. (2018). Hubungan Antara Kecemasan (Anxiety) dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Shooting Pemain Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 234–239. <http://patriot.ppj.unp.ac.id/index.php/patriot/article/view/37%0Ahttp://patriot.ppj.unp.ac.id/index.php/patriot/article/download/37/33>
- Sugiarto. (2016). *Latihan ZIG-ZAG Run terhadap kemampuan Dribbling dalam*

permainan Sepakbola. 4(1), 1–23.

Tangkudung, J. (2018). Sport Psychometrics : Dasar-dasar dan Instrumen Sport Psikometri. In *PT RajaGrafindo Persada* (Issue July).

Trisaputra, M. A., Lestari, H., & Fajar, M. (2022). Strategi Pelatih Dalam Mengatasi Kecemasan Menjelang Pertandingan Sepakbola SMA Negeri 1 Sekayu. *Jolma, 2(2)*, 86. <https://doi.org/10.31851/jolma.v2i2.7893>