

## ABSTRAK

### TINGKAT KECEMASAN ATLET SEBELUM, PADA SAAT ISTIRAHAT DAN SESUDAH PERTANDINGAN

Anira

1303932

**Pembimbing : Dr. dr. Imas Damayanti, M.Kes.**

Tingkat kecemasan pada atlet memiliki taraf yang berbeda-beda pada setiap kondisi pertandingan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran dan perbedaan tingkat kecemasan atlet sebelum, pada saat istirahat dan sesudah pertandingan. Sampel pada penelitian ini adalah 40 atlet futsal putri Jawa Barat yang lolos menuju babak nasional futsal Liga mahasiswa tahun 2016 di Yogyakarta dengan menggunakan teknik *total sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan skala level kecemasan SCAT (*Sport Competition Anxiety Test*). Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif komparatif dengan analisis uji *one way anova* dari *software* SPSS versi 22. Hasil analisis data diketahui bahwa hasil uji perbandingan antara tingkat kecemasan sebelum bertanding dan sesudah bertanding yaitu memiliki signifikansi sebesar  $p = 0.000$ , tingkat kecemasan pada saat istirahat bertanding dan sesudah bertanding memiliki signifikansi sebesar  $p = 0.000$ , tingkat kecemasan sebelum bertanding dan pada saat istirahat bertanding memiliki signifikansi  $p = 0.371$ . Hasil keputusan berdasarkan uji hipotesis yang menunjukkan signifikansi ( $p < 0.05$ ), maka  $H_0$  ditolak, yaitu terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan sebelum bertanding dengan sesudah bertanding dan terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan pada saat istirahat bertanding dengan sesudah bertanding. Sedangkan hasil keputusan berdasarkan uji hipotesis yang menunjukkan signifikansi ( $p > 0.05$ ), maka  $H_0$  diterima, yaitu tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan sebelum bertanding dengan sesudah bertanding.

**Kata Kunci:** Kecemasan, bertanding, futsal, Liga Mahasiswa, psikologi.

## ABSTRACT

### THE LEVEL OF ANXIETY IN ATHLETES BEFORE, AT REST COMPETE AND AFTER THE MATCH

Anira

1303932

**Supervisor : Dr. dr. Imas Damayanti, M.Kes.**

The level of anxiety in athletes have different levels depending on each condition matches. The main purpose of this research is to describe and differences in anxiety level athletes before, at rest compete and after the match. Samples are 40 athletes female futsal of West Java who escaped towards the national futsal Liga Mahasiswa in 2016 in Yogyakarta by using total sampling technique. Data were collected using a scale levels of anxiety SCAT (Sport Competition Anxiety Test). The method in this research is descriptive method of comparative analysis one way anova test of the SPSS software version 22. The results of data analysis known that the test results of the comparison between the level of anxiety before the match and after the match that has significance at  $p = 0.000$ , the level of anxiety at rest compete and after the match has significance at  $p = 0.000$ , the level of anxiety before the match and at rest compete significance  $p = 0.371$ . The result of a decision based on a hypothesis test showed significance ( $p < 0.05$ ), then  $H_0$  is rejected, there is a significant difference between the level of anxiety before the game with after the match and there are significant differences between the level of anxiety at rest compete with after matches. While the decision is based on the hypothesis test showed significance ( $p > 0.05$ ), then  $H_0$  is accepted, there is no significant difference between the level of anxiety before the game with after the game.

Keyword: Anxiety, compete, futsal, Liga Mahasiswa, psychology