

ABSTRAK

**Judul : TINGKAT KECEMASAN ATLET OLAHRAGA BELADIRI
PELATDA PON XIX JAWA BARAT 2016 PADA FASE
PRA-MENSTRUASI**

Nama : *Asti Farah Pratiwi.

Email : Astifpratiwi@gmail.com

Departemen Pendidikan Kepeleatihan Olahraga.

Penelitian ini berangkat dari pengalaman saya sebagai atlet wanita yang mengalami kecemasan berhubungan dengan fase pra-menstruasi. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif, yaitu mengetahui seberapa besar tingkat kecemasan pada fase pra-menstruasi. Sampel penelitian adalah Atlet olahraga beladiri pencak silat, gulat, tarung derajat, judo, kempo, wushu, karate PELATDA PON XIX Jawa Barat 2016 yang berjumlah 44 atlet berlokasi pada masing-masing *training center*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Total Sampling*. Instrument yang digunakan yaitu menggunakan angket *Hamilton Rating Scale For Anxiety (HRS-A)*. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan SPSS series 20 dengan alat uji yang digunakan antara lain : uji normalitas dengan *kolmogorov-smirnov*, uji homogenitas dengan *lavene statistic*, dan uji persentase untuk mengetahui besarnya tingkat kecemasan sampel. Berdasarkan pertanyaan dan tujuan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kecemasan Atlet Olahraga Beladiri PELATDA PON XIX Jawa Barat 2016 berada pada level sedang sampai dengan tinggi.

*Mahasiswi Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

Kata kunci : Kecemasan, Fase Pra-Menstruasi.

ABSTRACT

Title: Anxiety Level Athletes Sports Martial PELATDA PON XIX West Java 2016 In Phase Pre-Menstrual.

Name : *Asti Farah Pratiwi.

Email : Astifpratiwi@gmail.com

Sports Coaching Education Department

This study departs from my experience as a woman athlete who experience anxiety associated with pre-menstrual phase. The study design was descriptive, is to know how much the level of anxiety in the pre-menstrual phase. Samples are athletes sports martial, martial arts, wrestling, tarung derajat, judo, kempo, wushu, karate regional training PON XIX West Java in 2016, located at each training center. The sampling technique using total sampling. The instrument used is using questionnaires For the Hamilton Anxiety Rating Scale (HRS-A). Analysis of the data in this study using SPSS series 20 with the test equipment used, among others: test with Kolmogorov-Smirnov normality, with lavene homogeneity test statistic, and the percentage of test to determine the level of anxiety sample. Based on the questions and the purpose of this study concluded that anxiety Athletes Sports Martial PELATDA PON XIX West Java 2016 at the level of medium to high.

**Student of the Faculty of Sport Science and Health Education*

Keywords : Anxiety, Pre-Menstrual phase.