

ABSTRAK

PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN ATLET SEBELUM MENGHADAPI PERTANDINGAN

Pembimbing I : Dr. Komarudin, M.Pd.

Pembimbing II : Drs. Hadi Sartono M.Pd

Wisnu Haruman*

0807684

Penelitian ini membahas mengenai pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan atlet anggar sebelum menghadapi pertandingan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat signifikansi pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan atlet sebelum menghadapi pertandingan. Untuk mengetahui tingkat signifikan, maka dalam penelitian ini digunakan metode *eksperimen* dengan sampel atlet UKM anggar UPI sebanyak 16 orang dengan menggunakan instrumen berupa angket. Berdasarkan hasil pengolahan data, diperoleh informasi bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan atlet sebelum menghadapi pertandingan. Terapi musik klasik memberikan penurunan kecemasan sebesar 37,05%. Berdasarkan hasil penelitian tersebut penulis memberikan saran bahwa terapi musik klasik perlu diberikan kepada atlet sebelum pertandingan, karena terapi musik klasik dapat menurunkan kecemasan atlet sebelum menghadapi pertandingan. Dampak positif terhadap diri atlet akan menjadi meningkat.

***Mahasiswa Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Angkatan
2008**