

**HUBUNGAN ANTARA KECEMASAN, MOTIVASI DAN *SOCIAL SKILL*  
DENGAN KINERJA PELATIH RENANG**

**Tesis**

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Memperoleh  
Gelar Magister Pendidikan Prodi Pendidikan Olahraga**



**Oleh:**

**Hadiat Aliansyah**

**1907067**

**PENDIDIKAN OLAHRAGA  
SEKOLAH PASCASARJANA  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2022**

**HUBUNGAN ANTARA KECEMASAN, MOTIVASI DAN *SOCIAL SKILL*  
DENGAN KINERJA PELATIH RENANG**

**LEMBAR HAK CIPTA**

Oleh.

Hadiat Aliansyah, S.Pd

1907067

Sebuah tesis yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd.) pada Program Studi Pendidikan Olahraga

© Hadiat Aliansyah 2022  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Agustus 2022

Hak Cipta dilindungi undang-undang.  
Tesis ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,  
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

**LEMBAR PENGESAHAN**

HADIAT ALIANSYAH

HUBUNGAN ANTARA KECEMASAN, MOTIVASI DAN *SOCIAL SKILL*  
DENGAN KINERJA PELATIH RENANG

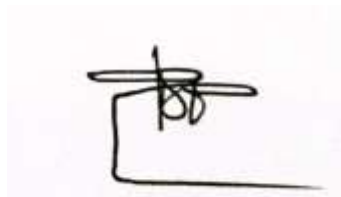
Disetujui dan Disahkan Oleh

Pembimbing I:



Prof. Dr. Herman Subarjah, M.Si  
NIP. 196009181986031003

Pembimbing II



Prof. Dr. Komarudin, M.Pd  
NIP. 197204031999031003

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga  
Sekolah Pascasarjana



Prof. Dr. H. Amung Ma'mun, M. Pd  
NIP. 196001191986031002

## ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara kecemasan, motivasi, dan *social skill* dengan kinerja pelatih renang. Penelitian menggunakan metode *deskriptif* dengan menggunakan teknik korelasi. Sampel terdiri dari 50 pelatih pemula klub dalam naungan Yayasan Kabumi Bunga Nusantara dengan menggunakan metode *total sampling* dari populasi pelatih. Hipotesis penelitian diuji dengan menggunakan teknik analisis regresi *product moment*. Adapun temuan penelitian yaitu: 1) Kecemasan memiliki hubungan yang *negative signifikan* dengan kinerja pelatih. 2) Motivasi memiliki hubungan yang *positif signifikan* dengan kinerja pelatih. 3) *social skill* tidak memiliki hubungan *positif signifikan* dengan kinerja pelatih. 4) Terdapat hubungan yang *signifikan positif* secara bersama-sama antara kecemasan dan motivasi dengan kinerja pelatih renang 5) Terdapat hubungan yang *positif signifikan* secara bersama-sama antara kecemasan dan *social skill* 6) Terdapat hubungan yang *positif signifikan* antara motivasi dan *social skill* dengan kinerja pelatih renang. 7) Kecemasan, motivasi, dan *social skill* secara bersama – sama memiliki hubungan yang *signifikan* dengan kinerja pelatih.

**Kata Kunci:** Kecemasan, Motivasi, *Social skill*, Kinerja Pelatih

## ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the relationship between anxiety, motivation, and social skills with the performance of swimming coaches. This research uses descriptive method using correlation technique. The sample consisted of 50 beginner club coaches under the auspices of the Kabumi Bunga Nusantara Foundation using the total sampling method from the coach population. The research hypothesis was tested using product moment regression analysis techniques. The research findings are: 1) Anxiety has a significant negative relationship with coach performance. 2) Motivation has a significant positive relationship with the performance of the coach. 3) social skills do not have a significant positive relationship with the performance of the trainer. 4) There is a jointly positive significant relationship between anxiety and motivation with swimming coach performance 5) There is a jointly significant positive relationship between anxiety and social skills 6) There is a significant positive relationship between motivation and social skills with coach performance swimming. 7) Anxiety, motivation, and social skills together have a significant relationship with the performance of the coach.

Keywords: Anxiety, Motivation, *Social skills*, Coach Performance

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR HAK CIPTA.....</b>	<b>ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>	<b>ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.</b>
<b>UCAPAN TERIMA KASIH .....</b>	<b>ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>IV</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>V</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>VI</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.</b>
1.1 Latar Belakang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.2 Rumusan Masalah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.3 Tujuan Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4 Manfaat Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.5 Sistematika Penulisan Tesis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB II KAJIAN TEORETIS.....</b>	<b>ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.</b>
2.1 Hakikat Pelatih .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2 Tugas dan Peranan Pelatih .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3 Kinerja Pelatih.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3.1 Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Kinerja Pelatih.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.4 Kecemasan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.4.1 Kecemasan dalam Olahraga...Error!	<b>Bookmark not defined.</b>
2.4.2 Keterkaitan Kecemasan dengan Kinerja Pelatih .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.5 Motivasi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.5.1 Definisi Motivasi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.5.2 Teori Motivasi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.5.3 Hubungan Motivasi dengan Kinerja.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.6 Kecerdasan Emotional.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

2.7	<i>Social skill</i> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.7.1	Pengertian <i>Social skill</i> atau Keterampilan Sosial .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.7.2	<b>Aspek - Aspek Keterampilan Sosial .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.8	Hakikat Cabang Olahraga Renang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.7.1	<b>Macam – macam Gaya Berenang</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.9	Kerangka Berpikir .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.9.1	Hubungan antara Kecemasan dengan Kinerja Pelatih renang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.9.2	Hubungan antara Motivasi dengan Kinerja Pelatih renang	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.9.3	Hubungan antara <i>Social skill</i> dengan Kinerja Pelatih Renang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.9.4	Hubungan Secara Bersama – Sama Antara Kecemasan dan Motivasi dengan Kinerja Pelatih Renang	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.9.5	Hubungan Secara Bersama - Sama antara Kecemasan dan <i>Social skill</i> dengan Kinerja Pelatih Renang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.9.6	Hubungan Secara bersama - sama antara Motivasi dan <i>Social skill</i> dengan Kinerja Pelatih Renang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.9.7	Hubungan Secara Bersama - Sama Antara Motivasi, Kecemasan, dan <i>Social skill</i> dengan Kinerja Pelatih .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.10	Hipotesis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>		
<b>ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.</b>		
3.1	Metode Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2	Desain Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.3	Populasi dan Sampel .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4	Tempat dan Waktu penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4.1	Waktu Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4.2	Tempat Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5	Instrumen Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5.1	<b>Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6	Uji Coba Angket .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6.1	Uji Validitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

3.6.2	Uji Reliabilitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.7	Uji Prasayarat .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.7.1	Uji Normalitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.8	Uji Hipotesis.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.8.1	Uji Korelasi Pearson .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.9	Uji Korelasi Linear Berganda .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.10	Uji hipotesis.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.</b>
4.1	Analisis Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1.1	Uji Validitas dan Uji Reliabilitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2	Uji Normalitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.3	Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.3.1	Hipotesis I Terdapat Hubungan yang Signifikan antara Kecemasan dan Kinerja .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.3.2	Hipotesis II Terdapat Hubungan yang Signifikan antara motivasi dengan kinerja pelatih renang ....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.3.3	Hipotesis III Tidak Terdapat Hubungan yang Signifikan antara Motivasi dengan <i>Social Skill</i> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.4	Uji Korelasi Berganda dengan Uji Regresi ..	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.4.1	Hipotesis IV Terdapat Hubungan yang Signifikan Secara Bersama – sama antara Kecemasan dan Motivasi dengan Kinerja Pelatih .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.4.2	Hipotesis V Terdapat Hubungan yang Signifikan secara Bersama – sama antara Kecemasan dan Motivasi dengan Kinerja Pelatih .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.4.3	Hipotesis VI Terdapat Hubungan yang Signifikan Secara Bersama – sama antara Kecemasan dan Motivasi dengan Kinerja Pelatih .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.4.4	Hipotesis VII Terdapat Hubungan yang Signifikan Secara Bersama – sama antara Kecemasan, Motivasi dan <i>Social Skill</i> dengan Kinerja Pelatih.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.5	Pembahasan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.5.1	Hubungan Antara Kecemasan dengan Kinerja Pelatih Renang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.5.2	Hubungan Antara Motivasi dengan Kinerja Pelatih Renang. ....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.5.3	Hubungan Antara <i>Social skill</i> dengan Kinerja Pelatih Renang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>



4.5.4	Hubungan secara Bersama – sama antara Kecemasan dan Motivasi dengan Kinerja Pelatih Renang	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.5.5	Hubungan Secara Bersama – sama Antara Kecemasan dan <i>Social Skill</i> dengan Kinerja Pelatih.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.5.6	Hubungan Secara bersama – sama antara Motivasi dan <i>Social Skill</i> dengan Kinerja Pelatih.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.5.7	Hubungan Secara Bersama – sama antara Kecemasan, Motivasi dan <i>Social Skill</i> dengan Kinerja Pelatih...	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.6	Keterbatasan penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI .....</b>		<b>ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.</b>
5.1	Kesimpulan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.2	Implikasi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.3	Rekomendasi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.3.1	Secara teoretis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.3.2	Secara Praktis.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.3.3	Bagi Peneliti Selanjutnya.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>X</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.</b>

## DAFTAR PUSTAKA

Abdul Rahmat dan Lintje Boekoesoe. 2009. *Kepemimpinan Gaya, Tipologi dan Praktis*, Bandung MQS Publishing.

Aghdasi, M. T. (2014). *Evaluating Social Skills of Female Athlete Students in Several Sports*. 2(2000), 17–20.

Agran, M., Hughes, C., Thoma, C. A., & Scott, L. A. (2016). Employment social skills: What skills are really valued? *Career Development and Transition for Exceptional Individuals*, 39(2), 111–120. <https://doi.org/10.1177/2165143414546741>

Akhmad, I. (2013). *KINERJA PELATIH SEKOLAH KHUSUS OLAHRAGAWAN NEGERI RAGUNAN TAHUN 2011 Oleh*. 19(September), 1–10.

Alpian, Y., & Mulyani, R. (2020). Hubungan Keterampilan Sosial Dengan Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Cakrawala Pendas*, 6(1). <https://doi.org/10.31949/jcp.v6i1.1832>

Ani, S. ", Chroni, ", Diakaki, E., Perkos, S., Hassandra, M., & Schoen, C. (2013). What Stresses Coaches in Competition and Training? An Exploratory Inquiry. *International Journal of Coaching Science*, 7(1), 25–39.

Ayun, Q. (2011). Penilaian Kinerja ( Performance Appraisal ) pada Karyawan di Perusahaan. *Majalah Ilmiah INFORMATIKA*, 2(3), 74–88.

Azka, F., Firdaus, D. F., & Kurniadewi, E. (2018). Kecemasan Sosial dan Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(2), 201–210. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i2.3315>

Bédard Thom, C., Guay, F., & Trottier, C. (2020). Mental toughness in sport: The Goal-Expectancy-Self-Control (GES) model. *Journal of Applied Sport Psychology*, 0(0), 000. <https://doi.org/10.1080/10413200.2020.1808736>

Beheshtifar, M., & Norozy, T. (2013). Social Skills: A Factor to Employees ' Success. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 3(3), 74–79.

Braun, C., & Tamminen, K. A. (2019). Coaches' interpersonal emotion regulation and the coach-athlete relationship. *Movement and Sports Sciences - Science et Motricite*, 105(3), 37–51. <https://doi.org/10.1051/sm/2019011>

Crust, L., & Azadi, K. (2010). Mental toughness and athletes' use of psychological strategies. *European Journal of Sport Science*, 10(1), 43–51. <https://doi.org/10.1080/17461390903049972>

Darisman, E. K., & Muhyi, M. (2020). Pengaruh Percaya Diri Terhadap

- Menurunnya Tingkat Kecemasan Menghadapi Pertandingan Tim Bolabasket Putri Unipa Surabaya. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 5(1), 20–24. <https://doi.org/10.36526/kejaora.v5i1.767>
- Dartey-baah, K. (2011). *Application of Frederick Herzberg 's Two -Factor theory in assessing and understanding employee motivation at work : a Ghanaian Perspective*. 3(9), 1–9.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology*, 49(3), 182–185. <https://doi.org/10.1037/a0012801>
- Dimitrios, P., George, K., Travlos, A. K., & Ethan, S. (2015). Adaptation of the Scale of Coaching Performance (SCP) to the Greek Athletic System. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, December. <https://doi.org/10.5901/mjss.2015.v6n6s1p232>
- Donnie. (2013). *Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kinerja Pelatih*.
- Effendi, H. (2016). Peranan psikologi olahraga dalam meningkatkan prestasi atlet. *Nusantara (Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial)*, 1, 27.
- Fajar Adi Nugroho, T. (2010). *HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA PADAMAHASISWA SEMESTER AKHIR DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS SANATA DHARMA YOGYAKARTA*. [http://www.library.usd.ac.id/Data PDF/F.Psikologi/Psikologi/059114104\\_full.pdf](http://www.library.usd.ac.id/Data/PDF/F.Psikologi/Psikologi/059114104_full.pdf)
- Ghaffari, S., Burgoyne, J., & Nazri, M. (2017). The Influence of Motivation on Job Performance: A Case Study at Universiti Teknologi Malaysia. *Australian Journal of Basic and Applied Sciences*, March, 92–99.
- Hapilan, P., Kusmaedi, N., & Fitri, M. (2017). Perbandingan Tingkat Kecemasan Pelatih Dan Atlet Taekwondo. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 2(1), 38. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v2i1.5329>
- Hochwarter, W. A., Witt, L. A., Treadway, D. C., & Ferris, G. R. (2006). The interaction of social skill and organizational support on job performance. *Journal of Applied Psychology*, 91(2), 482–489. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.91.2.482>
- Jones, G. (2010). *Journal of Applied Sport What Is This Thing Called Mental Toughness ? An Investigation of Elite Sport Performers*. August 2013, 37–41. <https://doi.org/10.1080/10413200290103509>
- Kadji, Y. (2012). Tentang Teori Motivasi. *Jurnal INOVASI*, 9(1), 1–15. <http://id.portalgaruda.org/index.php?page=2&ipp=10&ref=search&mod=document&select=title&q=teori+motivasi&button=Search+Document>

- Kalinin, R., Balázsi, R., Péntek, I., & Hanțiu, I. (2021). Relationship Between Mental Toughness, Stress, Anxiety and Depression. *Studia Universitatis Babeş-Bolyai Educatio Artis Gymnasticae*, 66(1), 17–24. [https://doi.org/10.24193/subbeag.66\(1\).02](https://doi.org/10.24193/subbeag.66(1).02)
- Khan, A. (2017). Effects of Anxiety on Athletic Performance. *Research & Investigations in Sports Medicine*, 1(2). <https://doi.org/10.31031/rism.2017.01.000508>
- Lailiyah, I. N., & Jannah, M. (2018). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Competitive Anxiety Pada Atlet Pencak Silat HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN COMPETITIVE ANXIETY PADA ATLET PENCAK SILAT Isnanda Nur Lailiyah Miftakhul Jannah. 23–33.
- Maitrianti, C. (2021). Hubungan Antara Kecerdasan Intrapersonal Dengan Kecerdasan Emosional. *Jurnal MUDARRISUNA: Media Kajian Pendidikan Agama Islam*, 11(2), 291–305. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/mudarrisuna/article/view/8709>
- Maner, J. K., Richey, J. A., Cromer, K., Mallott, M., Lejuez, C. W., Joiner, T. E., & Schmidt, N. B. (2007). *Dispositional anxiety and risk-avoidant decision-making*. 42, 665–675. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.08.016>
- Marie Giese, G., & Bola Avoseh, M. (2018). Herzberg's Theory of Motivation as a Predictor of Job Satisfaction: A Study of Non-academic Community College Employees. *Excellence and Innovation in Learning and Teaching*, 2, 38–52. <https://doi.org/10.3280/exi2018-002003>
- Mohd Aznan, E. A., Hj Mohd Kassim, A. F., Othman, N., Yusof, M. K., & Amir, N. H. (2019). The Relationship Between Job Satisfaction and Social Skill. *Jurnal Intelek*, 14(2), 251–256. <https://doi.org/10.24191/ji.v14i2.258>
- Muhammad, A. U., Rumini, & Nasuka. (2016). Hubungan Kecemasan, Percaya Diri, dan Motivasi Terhadap Kinerja Wasit Bola Voli. *Journal of Physical Education and Sports*, 5(2), 75–82.
- Mulyati, H., Fitri, S., & Akbar, Z. (2020). Pelatihan Keterampilan Sosial Untuk Mengatasi Kecemasan Sosial Pada Anak Menjelang Bebas Di Lpka. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(1), 58. <https://doi.org/10.22373/je.v6i1.5671>
- Ng, J. Y. Y., Ntoumanis, N., Thøgersen-Ntoumani, C., Deci, E. L., Ryan, R. M., Duda, J. L., & Williams, G. C. (2012). Self-Determination Theory Applied to Health Contexts: A Meta-Analysis. *Perspectives on Psychological Science*, 7(4), 325–340. <https://doi.org/10.1177/1745691612447309>
- Norhadiana. (2017). *Artikel Psikologi Manajemen Norhadiana*. 17002096. <https://id.scribd.com/document/486140860/ARTIKEL-PSIKOLOGI-MANAJEMEN-NORHADIANA-pdf>

- Nugraha. (2015). Hubungan Persepsi, Sikap Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Pada Mahasiswa Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Universitas Jambi. *Cerdas Sifa, Edisi 1 No.1. Maret– Juni 2015, 1(1)*. <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/5224/1/UPS-QT03885.pdf>
- Nugraha, D. Y., Salman, R. S., Pratama J, B., Al Fayed, M. G., Ikhran, A., Bahrun, M. I., Ridwan, F. K., & S, N. (2020). The Mediating Effect of Motivation and Competitive Experience Variables on The Effect of Mental Toughness and Competitive Anxiety on Athletes. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation, 9(2), 122–130*. <https://doi.org/10.15294/active.v9i2.38731>
- Ong, N. C. H., & Griva, K. (2016). *The effect of mental skills training on competitive anxiety in schoolboy rugby players. March*. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2016.1153129>
- Palazzolo, J. (2020). Anxiety and performance. *Encephale, 46(2), 158–161*. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2019.07.008>
- Payne, K. L., Wilson, M. R., & Vine, S. J. (2019). A systematic review of the anxiety-attention relationship in far-aiming skills. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 12(1), 325–355*. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2018.1499796>
- Pelayo, P., & Alberty, M. (2011). The history of swimming research. *World Book of Swimming: From Science to Performance, January 2011*.
- Pelletier, L. G., Rocchi, M. A., Vallerand, R. J., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2013). Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II). *Psychology of Sport and Exercise, 14(3), 329–341*. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.12.002>
- Poláčková, K. (2016). *Motivation, Performance and Efficiency. January, 3*. <https://doi.org/10.13140/RG.2.1.2353.5126>
- Pradnyaswari, A. A. A., & Budisetyani, I. G. P. W. (2018). Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Kecemasan Bertanding Pada Atlet Softball Remaja Putri Di Bali. *Jurnal Psikologi Udayana, 5(01), 218*. <https://doi.org/10.24843/jpu.2018.v05.i01.p20>
- Purnamasari, I. (2011). Hubungan Kompetensi Pelatih dan Prestasi Atlet Ditinjau dari Perspektif Atlet. *Jurnal Kepeleatihan Olahraga, 3(2), 63–73*.
- Pusparani, M. (2021). Faktor Yang Mempengaruhi Kinerja Pegawai (Suatu Kajian Studi Literatur Manajemen Sumber Daya Manusia). *Jurnal Ilmu Manajemen Terapan, 2(4), 534–543*. <https://doi.org/10.31933/jimt.v2i4.466>
- Riggio, R. E. (1986). Assessment of Basic Social Skills. *Journal of Personality and Social Psychology, 51(3), 649–660*. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.3.649>

- Rohmansyah, N. A. (2017). Kecemasan Dalam Olahraga. *Jurnal Ilmiah PENJAS*, 3(1), 44–60. <http://202.91.10.29/index.php/JIP/article/view/541/525>
- Ruiz, M. C., Raglin, J. S., & Hanin, Y. L. (2017). The individual zones of optimal functioning (IZOF) model (1978–2014): Historical overview of its development and use. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(1), 41–63. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2015.1041545>
- Ryan, R. M., Williams, G. C., Patrick, H., & Deci, E. L. (2009). 2009\_RyanWilliamsPatrickDeci\_HJOP.pdf. In *Hellenic Journal of Psychology* (Vol. 6, pp. 107–124).
- Safitri, D. P., & Masykur, A. M. (2017). Hubungan efikasi diri dengan kecemasan menghadapi kejuaraan nasional pada atlet tenis lapangan pelti Semarang. *Empati*, 6(2), 98–105. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/19736>
- Schaefer, J., Vella, S. A., Allen, M. S., & Magee, C. A. (2016). Competition Anxiety, Motivation, and Mental Toughness in Golf. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(3), 309–320. <https://doi.org/10.1080/10413200.2016.1162219>
- Sembiring, P. (2018). PENGARUH KEPERIBADIAN DAN MOTIVASI TERHADAP KINERJA PELATIH TAEKWONDO DI KABANJAHE. *Prosiding, Seminar Nasional Pendidikan Olahraga, Universitas Negeri Medan, September*, 442–447.
- Setiawan, T. T. (2017). *Peraturan lomba renang 2013 – 2017*. 1–28.
- Shariff, S. J. A. R. M., Ahmad, M., & Naseer, A. (2018). *THE EFFECT OF MOTIVATIONAL INTENSITY AND COACHES ON ATHLETES PERFORMANCE Saeed Javed 1 , Abd Rahim Mohd Shariff 2 , Mahmood Ahmad 3 , Abida Naseer 4. 3, 56–69.*
- Smith, R. E., Smoll, F. L., Schutz, R. W., Smith, R. E., Smoll, F. L., & Measurement, R. W. S. (2007). *Measurement and correlates of sport-specific cognitive and somatic trait anxiety: The sport anxiety scale SPORT-SPECIFIC COGNITIVE AND SOMATIC TRAIT ANXIETY: THE SPORT ANXIETY SCALE. 7779(May).* <https://doi.org/10.1080/08917779008248733>
- Utami, L. H., & Nurjati, L. (2017). Hubungan Self-Efficacy, Belief dan Motivasi dengan Kecemasan Mahasiswa dalam Pembelajaran Bahasa Inggris. *Psychopathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), 219–238. <https://doi.org/10.15575/psy.v4i2.1447>
- Vila, G. O., Rodr, R., Javier, F., Tom, M., & Robles, A. (2020). *Competitive Anxiety in Young Basketball Players from the Real Madrid Foundation*. 1–9.
- Wibowo, E., & Utomo, H. (2016). PENGARUH KESELAMATAN KERJA DAN KESEHATAN KERJA TERHADAP KINERJA DENGAN KEPUASAN KERJA SEBAGAI VARIABEL INTERVENING (Studi Kasus pada

Karyawan Bagian Produksi Unit Serbuk Effervescent PT Sido Muncul Semarang). *Among Makarti*, 9(1), 38–59.  
<https://doi.org/10.52353/ama.v9i1.126>

