

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECEMASAN DALAM
MENGHADAPI PERTANDINGAN ATLET FUTSAL PUTRI**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Kepelatihan Olahraga



oleh

Nurul Fahmi Hidayatullah

NIM 1902008

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS PENDIDIK OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2023

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECEMASAN DALAM
MENGHADAPI PERTANDINGAN ATLET FUTSAL PUTRI**

LEMBAR HAK CIPTA

Oleh

Nurul Fahmi Hidayatullah

NIM 1902008

Sebuah Skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan

© Nurul Fahmi Hidayatullahm

Universitas Pendidikan Indonesia

Mei 2023

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh di perbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis.

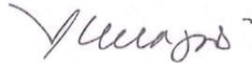
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

NURUL FAHMI HIDAYATULLAH

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECEMASAN DALAM
MENGHADAPI PERTANDINGAN FUTSAL PUTRI**

Disetujui dan disahkan oleh:

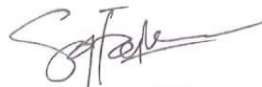
Pembimbing I



Dr. Yadi Sunaryadi, M.Pd

NIP. 196510171992031002

Pembimbing II



Sagitarius, M.Pd.

NIP. 196911132001121001

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Pendidikan Keperawatan Olahraga



Dr. H. Mulyana, M.Pd

NIP. 197108041998021001

ABSTRAK

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECEMASAN DALAM MENGHADAPI PERTANDINGAN ATLET FUTSAL PUTRI

**Dosen Pembimbing: 1. Dr. Yadi Sunaryadi, M.Pd.
2. Sagitarius, M.Pd.**

**Nurul Fahmi Hidayatullah
1902008**

Permasalahan yang di temukan di lapangan terkait dukungan sosial dan tingkat kecemasan sering sekali ditemukan, Hal tersebut berdampak juga pada performa atlet, yang dimana atlet tersebut pada sesi latihan menunjukkan teknik, dan performa yang baik, akan tetapi ketika menghadapi pertandingan performa atlet menurun, oleh sebab itu peneliti ingin mengetahui lebih dalam terkait dukungan sosial dan tingkat kecemasan pada atlet. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif yang melibatkan 21 atlet futsal putri Universitas Pendidikan Indonesia. Data dikumpulkan menggunakan angket/kuesioner. Data dianalisis menggunakan statistika. Hasil penelitian ini adalah nilai r hitung (*Pearson Correlations*) diketahui nilai r hitung untuk Hubungan Dukungan Sosial (x) dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Pertandingan (y) sebesar 0,559 r tabel 0,433, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan atau korelasi antara variabel Dukungan Sosial dengan Kecemasan Dalam Menghadapi pertandingan. Karena r hitung atau *Pearson Correlations* dalam analisis ini bernilai positif maka itu berarti hubungan antara kedua variabel bersifat positif atau dengan kata lain semakin tingginya dukungan sosial maka kecemasan dalam menghadapi pertandingan akan berkurang. Berdasarkan hasil penelitian maka dapat peneliti simpulkan, bahwa terdapat hubungan yang positif antara kedua variabel yaitu variabel dukungan sosial dengan variabel kecemasan dalam menghadapi pertandingan. Serta penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan terhadap kedua variabel, dengan demikian semakin tingginya dukungan sosial terhadap atlet maka akan semakin rendahnya kecemasan yang dirasakan oleh atlet pada saat akan menghadapi pertandingan.

Kata kunci: Atlet Futsal Putri, Dukungan Sosial, Kecemasan

ABSTRACT

THE RELATION BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND ANXIETY IN IN FACING FEMALE FUTSAL ATHLETE MATCHES

Dosen Pembimbing: **1. Dr. Yadi Sunaryadi, M.Pd.**
2. Sagitarius, M.Pd.

Nurul Fahmi Hidayatullah
1902008

Problems found in the field related to social support and anxiety levels are often found, this also has an impact on athlete performance, where the athlete in the training session shows good technique and performance, but when facing a match the athlete's performance decreases, therefore researchers want to find out more about social support and anxiety levels in athletes. This study used quantitative descriptive research methods involving 21 female futsal athletes from the Indonesia University of Education. Data were collected using a questionnaire. Data were analyzed using statistics. The results of this study are the value of r count (Pearson Correlations), it is known that the value of r count for the Relationship between Social Support (x) and Anxiety in Facing the Match (y) is 0.559 r table 0.433, it can be concluded that there is a relationship or correlation between the Social Support variable and Anxiety in Facing the match. Because r count or Pearson Correlations in this analysis is positive, it means that the relationship between the two variables is positive or in other words, the higher the social support, the anxiety in facing the match will decrease. Based on the results of the study, the researchers can conclude that there is a positive relationship between the two variables, namely the social support variable and the anxiety variable in facing the match. And the research shows that there is a significant correlation between the two variables, thus the higher the social support for athletes, the lower the anxiety felt by athletes when going to face the match.

Keywords: Female Futsal Athletes, Social Support, Anxiety

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	Error! Bookmark not defined.
UCAPAN TERIMAKASIH	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang Masalah	Error! Bookmark not defined.
1.2 Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.3.1 Tujuan Umum	Error! Bookmark not defined.
1.3.2 Tujuan Khusus	Error! Bookmark not defined.
1.4 Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.4.1 Manfaat Teoritis	Error! Bookmark not defined.
1.4.2 Manfaat Praktis	Error! Bookmark not defined.
1.5 Batasan Masalah	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
2.1 Dukungan Sosial	Error! Bookmark not defined.
2.1.1 Pengertian Dukungan Sosial	Error! Bookmark not defined.
2.1.2 Fungsi Dukungan Sosial	Error! Bookmark not defined.
2.2 Kecemasan Bertanding	Error! Bookmark not defined.
2.2.1 Pengertian Kecemasan Bertanding	Error! Bookmark not defined.
2.3 Hubungan Dukungan Sosial Dan Kecemasan	Error! Bookmark not defined.
2.4 Olahraga Futsal	Error! Bookmark not defined.
2.4.1 Pengertian Futsal	Error! Bookmark not defined.
2.5 Kerangka Berpikir	Error! Bookmark not defined.
2.6 Hipotesis Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
3.1 Metode Penelitian	Error! Bookmark not defined.

3.2 Desain Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.3 Alur Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.4 Populasi dan Sampel	Error! Bookmark not defined.
3.2.1 Populasi.....	Error! Bookmark not defined.
3.2.2 Sampel.....	Error! Bookmark not defined.
3.5 Teknik Sampling	Error! Bookmark not defined.
3.6 Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.7 Waktu dan Tempat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.7.1 Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.7.2 Tempat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.8 Teknik Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
3.8.1 Skala Dukungan Sosial.....	Error! Bookmark not defined.
3.8.2 Skala Kecemasan menghadapi pertandingan.....	Error! Bookmark not defined.
3.8.1 Uji Validitas	Error! Bookmark not defined.
3.8.2 Uji Reliabilitas	Error! Bookmark not defined.
3.9.1 Uji Asumsi.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV	Error! Bookmark not defined.
TEMUAN DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
4.1 Temuan.....	Error! Bookmark not defined.
4.2 Uji Normalitas	Error! Bookmark not defined.
4.3 Uji Linearitas	Error! Bookmark not defined.
4.4 Uji Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
4.4.1 Kriteria pengambilan keputusan pada uji korelasi product moment:.....	Error! Bookmark not defined.
4.4.2 Membandingkan Nilai r hitung dengan r tabel.	Error! Bookmark not defined.
4.4.3 Hasil pengujian korelasi antara dukungan sosial dan kecemasan dalam menghadapi pertandingan adalah sebagai berikut.	Error! Bookmark not defined.
4.5 Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
4.6. Kekurangan.....	Error! Bookmark not defined.
SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN.....	Error! Bookmark not defined.
5.1 Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
5.2 Implikasi	Error! Bookmark not defined.
5.3 Saran	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR PUSTAKA	11
LAMPIRAN	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Pilihan Jawaban	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Aitem Skala Dukungan Sosial	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3.3 Pilihan Jawaban	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3.4 Kisi-kisi Aitem Skala Kecemasan	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3.5 Aitem Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Coba	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3.6 Aitem skala Kecemasan Menghadapi Pertandingan setelah Uji Coba.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3.7 Ketentuan Interpretasi nilai r dalam Uji korelasi....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.1 Hasil Uji Normalitas.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.2 Hasil Uji Linearitas	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.3 Ketentuan Interpretasi Nilai r dalam Uji korelasi...	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.4 Uji Hipotesis	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Hubungan Variabel PenelitianError! Bookmark not defined.

Gambar 3.2 Alur PenelitianError! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Keputusan Pembimbing SkripsiError! Bookmark not defined.**
- Lampiran 2. Surat Izin Penelitian.....Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 3 Tabulasi Data Uji COba.....Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 4. Hasil Uji Validasi Dan ReabilitasError! Bookmark not defined.**
- Lampiran 5. Dokumentasi Penyebaran Angket/Kuesioner Melalui Google FormError! Bookmark not defined.**
- Lampiran 6. Skala Penelitian.....Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 7. Tabulasi Data Dukungan Sosial dan KecemasanError! Bookmark not defined.**
- Lampiran 8. Hasil Uji NormalitasError! Bookmark not defined.**
- Lampiran 9. Hasil Uji Linearitas.....Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 10. Hasil Uji Hipotesis KorelasiError! Bookmark not defined.**
- Lampiran 11. Tabel r Product Moment.....Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR PUSTAKA

- Amir, N. (2004). Pengembangan Instrumen Kecemasan Olahraga. *Anima*. Vol. 20, No. 1, 55-69
- Anira, Damayanti, I., & Rahayu, N. I. (2017). Tingkat kecemasan atlet sebelum, pada saat istirahat dan sesudah pertandingan. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 2(2), 62–67. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v2i2.4948>
- Ardianto, M. (2006). *Kecemasan Pada Pemain Futsal Dalam Menghadapi Turnamen*. Skripsi. Universitas Ahmad Dahlan.
- Asnawi, N. (2009). *Social Support and Behavior Toward Others* (Dukungan Sosial dan Perilaku Terhadap Orang Lain): Suatu Tinjauan Psikologi. <http://natsirasnawi.blogspot.com/2009/03/social-support-behaviortoward.html>
- Bucklew. 1980. *Paradigma for Psychology: A Contribution to Case History Analysis*. New York: J. B. Lippen Cott Company.
- Cashmore, E. (2008). *Sport and Exercise Psychology: The Key Concepts Second Edition*. New York: Routledge.
- Catty, B. (1973). *Psychology in contemporary sport*. London: Prentice Ha
- Cohen & Wills. (1985). *Stress, Social Support and the Buffering Hypothesis*. *Psychological Bulletin*, 98 (2), Page 310-357.
- Cohen, She, Denldon., & Hoberman, Harry M. (1983). Positive Events and Social Support as Buffer of Life. Change Stress. *Journal of Applied Social Psychology*, 13, 99-125. Diakses dari <http://www.psyu.cmu.edu/schohe/ISEL>
- Cox, R.H. (2002). *Sport Psychology: Concepts and Applications*. New York: Mc Graw-Hill Companies, Inc
- Dharmawan, Dimas Cesar. (2016). *Kecemasan Menghadapi Pertandingan pada Atlet Futsal*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Effendi, H. (2016). Peranan psikologi olahraga dalam meningkatkan prestasi atlet. *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 1(1).

- Erlangga, Indra Yudi. (2018). *Hubungan Dukungan Sosial Dan Kecemasan dalam Menghadapi Pertandingan Pada Atlet Futsal*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Fatwa, M. I. (2021). Profil Tingkat Kecemasan Atlet Futsal Putri Porvrop Bojonegoro. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(12), 10-14.
- Friedman, H, S dan Schustack, M, W. (2006). *Kepribadian: Teori Klasik dan Modern*. Jakarta: Erlangga.
- Gioldadis, A. (2016). A Review of Anthropometrical, Physiological, Psychological and Training Parameters of Futsal. *International Journal of Science Culture and Sport*, 4(19), 240–240. <https://doi.org/10.14486/intjscs500>
- Gunarsa, S, D. (2008). *Psikologi Olahraga Prestasi*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia.
- Humara, M. (1999). The Relationship Between Anxiety and Performance: A cognitive-behavioral perspective. *Athletic Insight the Online Journal of Sport Psychology*, 1(2), 1-14.
- Hakim, T. (2005). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- Husdarta, HJS. (2010). *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Komarudin. (2015). *Psikologi Olahraga Latihan Keterampilan Mental dalam Olahraga Kompetitif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Laksana, J. (2011). *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be Champion.
- Moore, R., Bullough, S., Goldsmith, S., & Edmondson, L. (2014). A Systematic Review of Futsal Literature. *American Journal of Sports Science and Medicine*, 2(3), 108–116. <https://doi.org/10.12691/ajssm-2-3-8>.
- Raharjo, Y. (2014). *Hubungan Dukungan Sosial Pelatih dengan Kecemasan Bertanding pada Mahasiswa yang Tergabung dalam KBM Bola Basket*. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Setia Wacana.
- Ramadhani, A. A., & Jumain. (2019). Penyebab kecemasan atlet pencak silat pada saat uji coba tandi di Smanor Tadulako. *Tadulako Journal Sport Sciences and Physical Education*, 7(2), 32–40. Retrieved from <http://jurnal.untad.ac.id/jurnal/index.php/PJKR/index>
- Rhamadian, Dicky. (2022). Dampak Kecemasan Dalam Olahraga Terhadap Atlet. *Journal of Sport Science and Tourism Activity (JOSITA)* 1 (1), 36-42, 2022

- Ridwa, Mochamad, dan Nanang Indriarsa. (2021). Kecemasan Atlet Futsal Putri pada Liga Mahasiswa Nasional *Axaiety of Female Futsal Athletes in the National Student League. Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*. DOI: 10.36706/altius.v10i1.12886ISSN:2087-927X
<https://www.researchgate.net/deref/http%3A%2F%2Fdx.doi.org%2F10.36706%2Faltius.v10i1.12886>
- Sakti, G. F., & Rozali, Y. A. (2015). Hubungan dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet cabang olah raga Taekwondo dalam berprestasi (Studi pada atlet Taekwondo Club Bjtc, Kabupaten Tangerang). *Jurnal Psikologi Esa Unggul*, 13(01), 126346.
- Satiadarma, M. P. (2000). Dasar-dasar psikologi olahraga. *Jakarta: Pustaka Sinar Harapan*.
- Situmorang, Jemicho. (2021). Tingkat Kecemasan Bertanding pada Atlet Futsal SMAK Santo Yusup Karang Pilang Surabaya. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4 (9), 67-73.
- Straub, W. B. (1978). *Sport psychology: An analysis of athlete behavior*. New York: Mouvement Publisher.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2006. *Shtatistika Untuk Penelitian*. Bandung: Cv Alfabeta.
- Sumartono, H., & Wulandaei, F. Y. (2018). Tingkat Kecemasan Pemain Futsal SMK Tarun Jaya Prawira Tuban Sebelum Pertandingan Bupati Cup. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(1).
- Syafaruddin, S. (2018). Tinjauan Olahraga Futsal. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*, 7(2).
- Truong, L. V. (2017). *Analysis of Competitive State Anxiety in Futsal Players at Vietnam Futsal Championship. International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 4(2), 1–3. Retrieved from www.kheljournal.com.
- Widodo, A. W. (2015). Hubungan antara kecemasan bertanding dan dukungan sosial dengan motivasi berprestasi pada atlet pencak silat perguruan pencak organisasi Sidoarjo. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, 3(3).
- Wikipedia Ensiklopedia Bebas. (2015). *Permainan Futsal*.
<https://id.m.wikipedia.org/wiki/Futsal#:~:text=Futsal%20adalah%20permainan%20bola%20yang%20juga%20diizinkan%20memiliki%20pemain%20cadangan>