

Kecemasan Menghadapi Pertandingan Pada Atlet Bola Basket

Fakhrul Arifin

12518455

Fakultas Psikologi

Universitas Gunadarma

ABSTRAK

(viii+26)

Terjadinya pertandingan mengakibatkan seluruh atlet yang mengikuti pertandingan mengalami kecemasan. Salah satu atlet yang mengalami hal tersebut adalah atlet bola basket. Selama menjalani sebuah pertandingan atlet basket dihadapkan dengan beberapa situasi yang menyebabkan munculnya kecemasan itu sendiri. Disamping dihadapkan dengan beberapa situasi tersebut, atlet bola basket juga dihadapkan dengan tuntutan pelatih yang sangat besar semasa menjalani pertandingan. Hal-hal itulah yang akhirnya membuat atlet bola basket mengalami kecemasan menghadapi pertandingan. Kecemasan menghadapi pertandingan merupakan keadaan distress yang dialami oleh atlet, yaitu sebagai suatu perasaan negatif yang meningkat sejalan dengan bagaimana seseorang atlet menginterpretasi, dan menilai situasi pertandingan. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui gambaran kecemasan pada atlet bola basket yang mengikuti pertandingan. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik sampling bertujuan (*purposive sampling*). Adapun sampel penelitian yang diteliti dalam penelitian ini adalah atlet bola basket yang sudah pernah mengikuti pertandingan. Untuk mengetahui gambaran kecemasan menghadapi pertandingan pada sampel penelitian tersebut, digunakan skala psikologi bernama *sport anxiety scale* (SAS) yang dikembangkan oleh Smith, R.E., Smoll, F.L., Cumming, S.P., dan Grossbard, J.R. Dalam penelitian ini, teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif. Selain itu, ada pula aplikasi statistic yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 22.

Daftar Pustaka (1981 – 2021)

Kata Kunci : Kecemasan, Atlet, Basket