

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FPSI

## Pengaruh kecemasan bertanding terhadap peak performance pada atlet olahraga beregu dan individu

Muhammad Panji

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=77477&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Tujuan atlet melakukan pelatihan atau pembinaan dengan tujuan mencapai puncak performa mereka selama kompetisi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh kecemasan bertanding terhadap peak performance pada atlet olahraga beregu dan individu. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jumlah partisipan sebanyak 200 responden. Instrumen yang digunakan pada variabel kecemasan bertanding adalah Skala Kecemasan Olahraga (2012), dan variabel peak performance adalah interview Garfield dan Bennet (1984). Berdasarkan hasil uji regresi pada atlet jenis olahraga beregu, nilai koefisien R square 0.267 dengan probability value 0.000 ( $p < 0.001$ ), yang menunjukkan adanya pengaruh kecemasan bertanding terhadap peak performance sebesar 26.7% dan 72.3% merupakan pengaruh dari variabel lain yang tidak diteliti. Selanjutnya hasil uji regresi pada atlet jenis olahraga individu nilai koefisien R square 0.135 dengan probability value 0.000 ( $p < 0.001$ ), yang menunjukkan adanya pengaruh kecemasan bertanding terhadap peak performance sebesar 13.5% dan 86.5% merupakan pengaruh dari variabel lain yang tidak diteliti. Sehingga peneliti menerima hipotesis alternatif ( $H_a$ ) dan menolak hipotesis nol ( $H_o$ ) pada kedua jenis olahraga. Lalu didapatkan pengaruh negatif signifikan pada kedua jenis olahraga yang artinya kecemasan bertanding memberikan efek negatif terhadap peak performance, sehingga semakin tinggi kecemasan bertanding atlet maka semakin rendah keberhasilan peak performance atlet begitupun sebaliknya.