

**HUBUNGAN KEKUATAN MENTAL DAN KECEMASAN BERTANDING
TERHADAP PERFORMA *SHOOTING* ATLET PSB BONANSA UNS**



SKRIPSI

Oleh :

Faisal Ma'arif

K5617039

PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA

FAKULTAS KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS SEBELAS MARET

SURAKARTA

2022

DAFTAR ISI

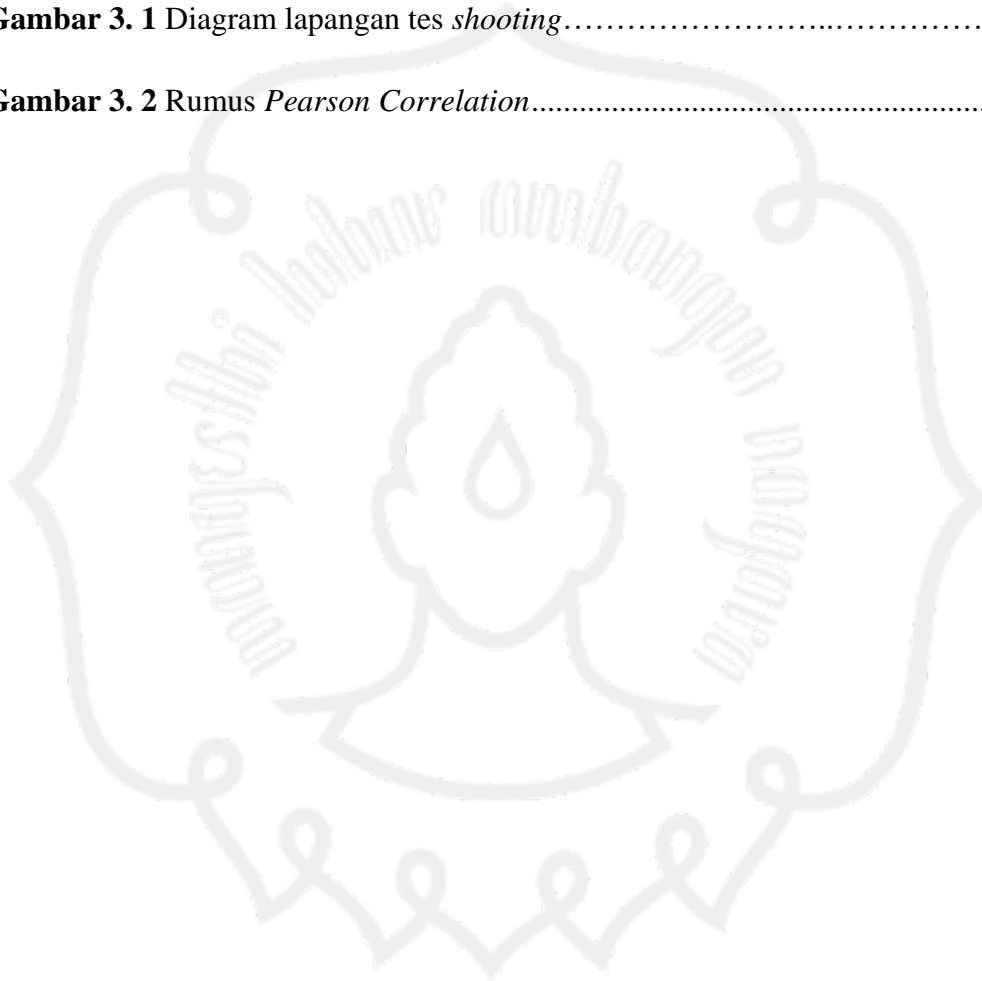
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	i
HALAMAN PENGAJUAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN MOTTO	Error! Bookmark not defined. v
HALAMAN PERSEMBAHAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN ABSTRAK.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN ABSTRACT	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	5
DAFTAR TABEL.....	6
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	5
1. Manfaat Teoritis	5
2. Manfaat Praktis	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR, DAN HIPOTESIS.....	6
A. Kajian Pustaka.....	6
1. Hakikat Kekuatan Mental.....	6
2. Hakikat Kecemasan Bertanding.....	16
3. Hakikat Performa (<i>Shooting</i>)	27
4. Hubungan Kekuatan Mental Dengan Performa (<i>Shooting</i>)	29
5. Hubungan Kecemasan Bertanding Dengan Performa (<i>Shooting</i>).....	30

6. Hakikat Sepakbola.....	31
a. Sejarah Sepakbola Dunia.....	32
b. Sejarah Sepakbola di Indonesia.....	33
c. Shooting.....	34
d. Gerakan Shooting Dengan Punggung Kaki (Kura-Kura)	35
B. Kerangka Berpikir	36
C. Hipotesis.....	37
BAB III METODE PENELITIAN.....	39
A. Tempat dan Waktu Penelitian	39
1. Tempat Penelitian.....	39
2. Waktu Penelitian	39
B. Desain Penelitian.....	40
1. Kekuatan mental.....	40
2. Kecemasan bertanding	41
3. Performa <i>Shooting</i>	41
C. Populasi dan Sampel	42
1. Populasi	42
2. Sampel.....	42
D. Teknik Pengambilan Sampel.....	42
E. Teknik Pengumpulan Data	43
1. Alat Ukur Kekuatan Mental	43
2. Alat Ukur Kecemasan Bertanding.....	44
3. Tes Keterampilan	46
F. Teknik Analisis Data	47
1. Uji Persyaratan Analisis.....	48
2. Uji Hipotesis.....	50
G. Prosedur Penelitian.....	51
1. Persiapan (Pra Lapangan).....	51
2. Penelitian Lapangan	51

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	52
A. Hasil Penelitian	52
1. Deskripsi Data	52
2. Hasil Uji Persyaratan Analisis	54
3. Hasil Uji Hipotesis	56
B. Pembahasan	60
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	63
A. SIMPULAN	63
B. Implikasi	63
C. Saran	64
1. Bagi Pelatih	64
2. Bagi Atlet	65
3. Bagi Peneliti Lain	65
DAFTAR PUSTAKA	66

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Gerakan <i>shooting</i> (kaki bagian luar).....	35
Gambar 2. 2 Kerangka Berpikir	37
Gambar 3. 1 Diagram lapangan tes <i>shooting</i>	47
Gambar 3. 2 Rumus <i>Pearson Correlation</i>	50



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Rincian kegiatan dan pelaksanaan penelitian.....	39
Tabel 3. 2 Skala kekuatan mental.....	43
Tabel 3. 3 Blueprint kekuatan mental	44
Tabel 3. 4 Skala kecemasan bertanding	45
Tabel 3. 5 Blueprint kecemasan bertanding	45
Tabel 3. 6 Blueprint tes <i>shooting</i>	47
Tabel 4. 1 Karakteristik sampel berdasarkan usia.....	52
Tabel 4. 2 Jumlah sampel berdasarkan skala kekuatan mental.....	53
Tabel 4. 3 Jumlah sampel berdasarkan skala kecemasan bertanding	53
Tabel 4. 4 Jumlah sampel berdasarkan kategori tes <i>shooting</i>	54
Tabel 4. 5 Tabel Uji Normalitas	55
Tabel 4. 6 Tabel Uji Linearitas.....	56
Tabel 4. 7 Tabel Hasil Uji Pearson Correlation (X1) dan (Y).....	57
Tabel 4. 8 Tabel Hasil Uji Pearson Correlation (X2) dan (Y).....	58
Tabel 4. 9 Tabel Hasil Uji Pearson Correlation X1 dan X2 Terhadap Y	59