

ABSTRAK

Indra Bayu Purnomo Aji Pamungkas. 2025. Hubungan Kecemasan dengan Performa Atlet Pencak Silat dalam Bertanding (Studi pada UKM Tapak Suci Universitas Muhammadiyah Jember). Skripsi, Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Jember.
Pembimbing: (1) Dr. Bahtiar Hari Hardovi, M.Pd. (2) Dr. Topo Yono, M.Pd.

Kata Kunci: Kecemasan, Keyakinan Diri, Atlet, Pencak Silat, Tapak Suci

Kecemasan merupakan salah satu faktor psikologis yang sering dialami oleh atlet menjelang pertandingan dan dapat memengaruhi performa mereka di lapangan. Kondisi ini muncul sebagai respon terhadap tekanan kompetisi dan dapat berdampak pada kepercayaan diri serta kesiapan mental atlet. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan keyakinan diri atlet pencak silat Tapak Suci dalam menghadapi pertandingan.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan metode korelasional. Subjek penelitian ini adalah 15 atlet pencak silat Tapak Suci yang aktif mengikuti latihan dan pernah mengikuti pertandingan. Instrumen pengumpulan data menggunakan *Competitive State Anxiety Inventory-2* (CSAI-2) untuk mengukur tingkat kecemasan dan *Self-Confidence Inventory* untuk mengukur keyakinan diri atlet. Teknik analisis data menggunakan uji ANOVA satu arah (One Way ANOVA) yang didahului dengan uji homogenitas varians.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata tingkat keyakinan diri berdasarkan tingkat kecemasan atlet ($F_{hitung} = 38,7 > F_{tabel} = 3,89$, $p < 0,05$). Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan keyakinan diri atlet Pencak Silat Tapak Suci dalam menghadapi pertandingan diterima. Semakin tinggi tingkat kecemasan yang dialami atlet, maka semakin rendah tingkat keyakinan diri mereka dalam menghadapi pertandingan.