

**PENGARUH KECEMASAN BERTANDING TERHADAP
PEAK PERFORMANCE DI SEKOLAH SEPAKBOLA
PERSADA BEKASI UTARA**

PROPOSAL SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Sidang Skripsi

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan

Universitas Islam "45" Bekasi



Oleh :

MUHAMMAD ANANDA FATUR RAHMAN

41182191180212

JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI

2024 M/1445 H

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

PENGARUH KECEMASAN BERTANDING TERHADAP *PEAK PERFORMANCE* DI SEKOLAH SEPAKBOLA PERSADA BEKASI UTARA

Oleh :

Muhammad Ananda Fatur Rahman
4118291180212

Telah Disetujui Oleh :

Pembimbing



Dr. Hj Ekowati., S.Pd, M.Pd

Tanggal, 12 Januari 2024

Mengetahui,

Ketua Program Studi
FKIP UNISMA Bekasi



Dr. Apta Mylsidayu, M.Pd

NIK. 45101122011035

HALAMAN PENGESAHAN**SKRIPSI****PENGARUH KECEMASAN BERTANDING TERHADAP *PEAK PERFORMANCE* DI SEKOLAH SEPAKBOLA PERSADA BEKASI UTARA**

Dipersiapkan dan ditulis oleh :
Muhammad Ananda Fatur Rahman
41182191180212

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal, 24 Januari 2024
Dan dinyatakan memenuhi syarat

Susunan Dewan Penguji

Ketua : Yudi Budianti, M.Pd.

Sekretaris : Dr. Apta Mylsidayu, M.Or.

Penguji I : Dr. Khurotul Aini, M.Pd.

Penguji II : Yunita Lasma, M.Pd.

Penguji III : Achmad Rifai, M.Pd.



Bekasi, 24 Januari 2024

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam "45" Bekasi



Yudi Budianti, M.Pd.
NIK. 45101022012015

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

Yang Bertanda Tangan Di Bawah Ini :

Nama : Muhammad Ananda Fatur Rahman
NPM : 41182191180212
Fakultas : Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Perguruan Tinggi : Universitas Islam 45 Bekasi

Menyatakan bahwa skripsi ini dengan judul “Pengaruh Kecemasan Bertanding Terhadap *Peak Performance* Di Sekolah Sepakbola PERSADA Bekasi Utara” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan tidak ada bagian didalamnya yang merupakan plagiat dari karya orang lain. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko dan sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap keaslian karya saya ini.

Bekasi, Juli 2023

Yang Membuat Pernyataan,



METERAI
TEMPEL
5F4AKX813205100

Muhammad Ananda Fatur Rahman

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto.

"Dimanapun kalian berada tetaplah menjadi diri sendiri" – fatur

Persembahan.

Skripsi ini saya persembahkan pertama kepada diri saya sendiri, terima kasih telah berjuang untuk menyelesaikan pendidikan. Selanjutnya untuk kedua orang tua saya yang telah memberikan kepercayaan dan terus membimbing saya tanpa kenal lelah. Lalu yang terakhir saya persembahkan untuk para dosen yang sudah mengajarkan saya banyak ilmu dalam pendidikan.

ABSTRAK

Muhammad Ananda Fatur Rahman 41182191180212, melakukan penelitian untuk skripsi dengan judul “Pengaruh Kecemasan Bertanding Terhadap *Peak Performance* Di Sekolah Sepakbola Persada Bekasi Utara” Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam 45 Bekasi. Jenis penelitian yang digunakan oleh penulis adalah pendekatan penelitian kualitatif, penelitian kualitatif merupakan penelitian yang tidak menggunakan model-model matematik, statistik atau komputer. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidak adanya pengaruh kecemasan bertanding terhadap *peak performance* di sekolah sepakbola Persada Bekasi Utara. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah sekolah sepakbola persada Bekasi utara dengan jumlah populasi dalam penelitian ini berjumlah 5 orang berisikan dengan posisi masing-masing pemain dan juga pelatih sebagai triangulasi. Berdasarkan proses pengumpulan data, melalui observasi dan wawancara peneliti mendapatkan hasil data yang sesuai dengan tujuan penelitian ini, sehingga peneliti dapat menyimpulkan bahwa adanya pengaruh kecemasan bertanding terhadap *peak performance* di Sekolah Sepakbola Persada Bekasi Utara.

Kata Kunci : *Kecemasan Bertanding, Peak Performance, Atlet*

KATA PENGANTAR

Bismillahir'rahmanir'ahim

Puji syukur alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas segala berkat Rahmat, taufik dan hidayah-Nya. Penyusunan skripsi yang berjudul “Pengaruh Kecemasan Bertanding Terhadap *Peak Performance* Di Sekolah Sepakbola Persada Bekasi Utara” dapat diselesaikan dengan baik.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan dan penulisan skripsi ini banyak sekali menemukan hambatan-hambatan. Namun berkat bantuan, bimbingan, Kerjasama dari berbagai pihak dan berkat atas izin Allah SWT sehingga kendala-kendala yang dihadapi tersebut dapat diatasi. Untuk itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan kepada **Ibu Dr. Hj Ekowati., S.Pd, M.Pd** selaku pembimbing, dengan sabar, tekun, tulus dan Ikhlas meluangkan waktu, tenaga dan pikiran memberikan bimbingan, motivasi, arahan, dan saran-saran yang sangat berharga kepada penulis selama Menyusun skripsi.

Selanjutnya ucapan terima kasih penulis sampaikan pula kepada:

1. Bapak Dr. Amin, S.Pd., M.Si., Selaku Rektor Universitas Islam “45” Bekasi, yang telah menerima penulis menjadi mahasiswa Universitas Islam “45” Bekasi sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Yudi Budianti, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
3. Ibu Dr. Apta Mylsidayu, M.Or. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas “45” Bekasi dan sekaligus Dosen Pembimbing selama penulis melaksanakan proses penyusunan skripsi ini.

4. Bapak Tatang Iskandar, M.Pd selaku pembimbing akademik.
5. Staf Dosen dan Asisten Dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi yang telah membekali penulisan dalam ilmuilmu yang bermanfaat selama penulisan kuliah.
6. Kepada pengurus Sekolah Sepak Bola Persada yang sudah memberikan izin kepada saya untuk melakukan penelitian pada atlet muda yang sedang mendedikasikan dirinya untuk berkembang lebih baik lagi.

Penulis merasa bahwa skripsi ini masih sangat jauh dari sempurna, baik materi maupun penyajiannya. Oleh karena itu kritik dan saran yang sangat kami harapkan demi kesempurnaan penulis karya ilmiah yang akan datang. Akhir kata semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Batasan dan Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Definisi Operasional	6
BAB II TINJAUAN TEORITIS	7
A. Hakikat Kecemasan Bertanding	7
B. Hakikat <i>Peak Performance</i>	12
C. Hakikat Sepakbola	17
D. Profil Sekolah Sepakbola PERSADA Bekasi Utara	18
E. Penelitian Relevan	19
F. Kerangka Berpikir	20

G. Hipotesis	22
BAB III PROSEDUR PENELITIAN	23
A. Metode Penelitian	23
B. Populasi dan Sampel	23
C. Tempat dan Waktu Penelitian	24
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian	25
E. Desain dan Instrumen Penelitian	26
F. Teknik Pengumpulan Data	29
BAB IV HASIL PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA	33
A. Deskripsi Data	33
B. Hasil Pengumpulan Data	35
C. Diskusi Penemuan	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	47
A. Kesimpulan	47
B. Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Tahapan Penelitian Kualitatif Creswel (dalam Fadli ,2021) 27

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Instrumen Variabel Kecemasan Bertanding	29
Tabel 3. 2 Instrumen Variabel Peak Performance	29
Tabel 3. 3 Pedoman Wawancara Untuk Partisipan.....	30
Tabel 3. 4 Pedoman Wawancara Untuk Triangulasi Partisipan.....	31
Tabel 4. 1 Jawaban Wawancara Partisipan 1	36
Tabel 4. 2 Jawaban Wawancara Partisipan 2	38
Tabel 4. 3 Jawaban Wawancara Partisipan 3	40
Tabel 4. 4 Jawaban Wawancara Partisipan 4	42
Tabel 4. 5 Jawaban Wawancara Triangulasi Partisipan	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Wawancara Partisipan	54
Lampiran 2 Pedoman Wawancara Triangulasi	55
Lampiran 3 Biodata Partisipan dan Triangulasi	56
Lampiran 4 Jawaban Wawancara Partisipan 1.....	57
Lampiran 5 Jawaban Wawancara Partisipan 2.....	59
Lampiran 6 Jawaban Wawancara Partisipan 3.....	61
Lampiran 7 Jawaban Wawancara Partisipan 4.....	63
Lampiran 8 Jawaban Wawancara Triangulasi.....	65
Lampiran 9 Dokumentasi.....	67
Lampiran 10 Surat Keterangan Pembimbing Skripsi.....	69
Lampiran 11 Surat Ijin Penelitian	70
Lampiran 12 Frekuensi Bimbingan	72
Lampiran 13 Riwayat Hidup	74