

**HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DENGAN KECEMASAN
MENGHADAPI PERTANDINGAN PADA ATLET FUTSAL
UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro untuk
Memenuhi Sebagian Syarat Mencapai Derajat Sarjana Psikologi**

SKRIPSI



Disusun Oleh:

**Alrian Hendra Saputra
15000120140071**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG
2024**

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI PERTANDINGAN PADA ATLET FUTSAL UNIVERSITAS DIPONEGORO

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Alrian Hendra Saputra

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Pada tanggal

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing

Dosen Penguji

Adi Dinardinata S.Psi., M.Psi.

1.

2.

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana tanggal.....

Prof. Dian Ratna Sawitri S.Psi., M.Si., Ph.D

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

LEMBAR PERNYATAAN



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jalan Prof. Mr. Sunario
Kampus Universitas Diponegoro
Tembalang, Semarang, Kode Pos 50275
Telepon (024) 7460051, Faksimile (024) 76405530
Laman : www.psikologi.undip.ac.id
Pos-el: psikologi@live.undip.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nam : Alrian Hendra Saputra

NIM : 15000120140071

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul

Adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan suatu Perguruan Tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah di tulis/ diterbitkan orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan di sebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal- hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Semarang, 30 Juli 2024

Yang menyatakan



Alrian Hendra Saputra

NIM. 15000120140071

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini dipersembahkan pada kedua orang tua, ibu Ririn dan bapak Syahrial.

Untuk semua pengorbanan, serta jerih payah untuk mendidik, memberikan dukungan, senantiasa mendoakan, dan memfasilitasi segala keperluan dalam kehidupan.

Riset ini dipersembahkan pada diri sendiri sebagai bentuk sebuah bukti dari perjuangan, kerja keras, usaha, dan ketekunan dalam menjalani kehidupan pasti membuahkan hasil yang bermanfaat dan tidak ada kata sia-sia.

HALAMAN MOTTO

“Berlatih, dan kerja keras adalah kewajiban untuk mencapai kesuksesan”

Cristiano Ronaldo

“Nothing is impossible. The word itself says ‘I’m POSSIBLE ’”

Audrey Hepburn

“Tidak ada yang sia-sia di dunia, terus berkembang dan bertumbuh !”

Penulis

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa atas seluruh rahmat, dan hidayahnya dalam mengiringi langkah peneliti dalam melaksanakan penelitian ini. Sholawat dan Salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah memberikan ajaran untuk menjalani kehidupan dengan baik. Peneliti menyadari bahwa keberjalanan dari terlaksananya penelitian ini, tidak lepas dari keterlibatan maupun segala bentuk bantuan dari pihak lain dan rasa hormat serta terima kasih ditujukan kepada :

1. Prof. Dian Ratna Sawitri S.Psi., M.Si., Ph.D., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro yang telah memberikan izin dalam penyusunan skripsi ini.
2. Jati Ariati, S.Psi., M.Psi., Ph.D. dan Dr. Kartika Dewi S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan Akademik dan Kemahasiswaan dan Wakil Dekan Sumber Daya Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro yang telah memberikan izin dalam penyusunan skripsi ini.
3. Adi Dinardinata S.Psi., M.Si., selaku dosen pembimbing peneliti yang senantiasa dengan kesabarannya memberikan arahan serta bimbingan kepada peneliti sehingga riset yang dilakukan peneliti dapat terselesaikan.
4. Dr. Prasetyo Budi Widodo, S.Psi., M.Si., selaku dosen wali yang telah memberikan arahan kepada peneliti dalam menjalani perkuliahan di Fakultas Psikologi.

5. Seluruh dosen dan tenaga pendidik Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro atas ilmu dan batuan yang diberikan selama menempuh studi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.
6. Kepala Biro Akademik dan Kemahasiswaan Universitas Diponegoro yang telah memberikan izin dalam penyusunan skripsi ini.
7. UKM Futsal Undip yang telah membantu peneliti dalam menghubungi setiap UKM di masing masing fakultas Universitas Diponegoro.
8. Seluruh UKM futsal dan atlet futsal di setiap fakultas Universitas Diponegoro pada tahun 2024 yang bersedia menjadi subjek penelitian sehingga peneliti terbantu, semoga kebaikan berbalas dan menyertai kalian suatu hari nanti.
9. Keluarga yang senantiasa memberikan dukungan bagi peneliti : Mama dan Papa yang selalu memberi kasih sayang, kekuatan dan dorongan bagi peneliti dalam menjalani kehidupan. Dek Roofif yang selalu membantu dan teman bercerita bagi peneliti.
10. Keluarga besar Sujatno : Akung, Uti, Om, Tante, dan adik-adik semua yang senantiasa memberikan dukungan, semangat, serta dorongan bagi peneliti selama masa perkuliahan.
11. Venchy, terima kasih karena telah berperan penting dan memberikan dukungan serta dorongan bagi peneliti dalam masa jalannya perkuliahan.
12. Keluarga besar FKE Psikologi yang memberikan banyak masukan serta senantiasa memberikan semangat di setiap waktu.

13. Seluruh pihak dan orang-orang dalam masa perkuliahan peneliti sempat hadir memberikan pengetahuan, pengalaman, pelajaran, bantuan maupun hal berarti lainnya yang tidak dapat disebutkan satu-persatu.

Semarang, 31 Juli 2024

Alrian Hendra Saputra

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	14
C. Tujuan Penelitian	15
D. Manfaat Penelitian.....	15
1. Manfaat Teoritis	15
2. Manfaat Praktis	15
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	17
A. Kecemasan menghadapi pertandingan	17
1. Pengertian Kecemasan menghadapi pertandingan.....	17
2. Aspek-Aspek Kecemasan	18
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan	22

B. <i>Hardiness</i>	24
1. Pengertian <i>Hardiness</i>	24
2. Aspek-Aspek <i>Hardiness</i>	26
3. Karakteristik/ciri <i>Hardiness</i>	27
4. Faktor-faktor yang dapat Mempengaruhi <i>Hardiness</i>	29
5. Fungsi <i>Hardiness</i>	30
C. Hubungan <i>Hardiness</i> dengan Kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro	30
D. Hipotesis	36
BAB III METODE PENELITIAN	37
A. Identifikasi Variabel.....	37
B. Definisi Operasional	37
C. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	38
1. Populasi.....	38
2. Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel	39
D. Metode Pengumpulan Data	40
1. Skala <i>Hardiness</i> :	41
2. Skala Kecemasan:	42
E. Daya Beda Aitem, Validitas, dan Reliabilitas Skala	43
1. Daya Beda Aitem	43
2. Validitas	43

3. Reliabilitas Skala	44
F. Analisis Data.....	44
1. Uji Asumsi	44
BAB IV PELAKSANAAN DAN PEMBAHASAN PENELITIAN.....	46
A. Pelaksanaan Penelitian	46
1. Orientasi Kancan.....	46
2. Subjek Penelitian	47
3. Jalannya Penelitian, terdiri dari:	48
i. Persiapan Administrasi.....	48
ii. Pelaksanaan Uji Coba Alat Ukur.....	48
iii. Pengambilan Data	54
B. Hasil Penelitian.....	55
1. Analisis Data.....	55
2. Analisis Data Deskriptif.....	59
3. Interpretasi Data.....	63
4. Simpulan Analisis Data.....	65
BAB V PENUTUP	66
A. Pembahasan	66
B. Keterbatasan penelitian.....	69
C. Simpulan.....	70
D. Saran.....	70

1. Bagi Subjek Penelitian.....	70
2. Bagi Universitas Diponegoro.....	71
3. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	71
DAFTAR PUSTAKA.....	72
DAFTAR LAMPIRAN	83

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blueprint Skala Hardiness	42
Tabel 2. Blueprint Skala Kecemasan	43
Tabel 3. Sebaran Aitem Uji Coba Skala Hardiness.....	50
Tabel 4. Ringkasan Indeks Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Uji Coba Skala Hardiness.....	50
Tabel 5. Sebaran Aitem Valid dan Gugur Variabel Uji Coba Skala Hardiness ..	51
Tabel 6. Sebaran Aitem Skala Hardiness dan Pembaruan Nomor Aitem	51
Tabel 7. Sebaran Aitem Uji Coba Skala Kecemasan Menghadapi Pertandingan .	52
Tabel 8. Ringkasan Indeks Daya Beda Aitem Dan Reliabilitas Uji Coba Skala Kecemasan Menghadapi Pertandingan	52
Tabel 9. Sebaran Aitem Valid Dan Gugur Variabel Uji Coba Skala Kecemasan Menghadapi Pertandingan	53
Tabel 10. Sebaran Aitem Skala Kecemasan Menghadapi Pertandingan Dan Pembaruan Nomor Aitem	54
Tabel 11. Hasil Uji Normalitas.....	56
Tabel 12. Hasil Uji Linearitas	58
Tabel 13. Hasil Uji Hipotesis	58
Tabel 14. Jumlah dan Persentase Fakultas	60

Tabel 15. Gambaran Umum Hasil Skor Variabel Penelitian	61
Tabel 16. Kategorisasi Variabel Hardiness	61
Tabel 17. Distribusi Variabel Hardiness	62
Tabel 18. Kategorisasi Variabel Kecemasan Menghadapi Pertandingan	62
Tabel 19. Distribusi Variabel Kecemasan Menghadapi Pertandingan	63

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. Skala Uji Coba	84
Lampiran B. Sebaran Data Hasil Uji Coba Hardiness	98
Lampiran C. Sebaran Data Hasil Uji Coba Kecemasan Menghadapi Pertandingan	103
Lampiran D. Hasil Uji Daya Beda dan Reliabilitas Uji Coba Skala Hardiness	108
Lampiran E. Hasil Uji Daya Beda dan Reliabilitas Uji Coba Skala Kecemasan Menghadapi Pertandingan	118
Lampiran F. Skala Penelitian	127
Lampiran G. Sebaran Data Hasil Penelitian Skala Hardiness.....	142
Lampiran H. Sebaran Data Hasil Penelitian Skala Kecemasan Menghadapi Pertandingan	151
Lampiran I. Hasil Uji Asumsi dan Hipotesis	158
Lampiran J. Surat – surat terkait penelitian	162
Lampiran K. Data Pemain Futsal di Setiap Fakultas Universitas Diponegoro	180
Lampiran L. Dokumentasi Kegiatan Pengambilan Data.....	194

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI PERTANDINGAN PADA ATLET FUTSAL UNIVERSITAS DIPONEGORO

Alrian Hendra Saputra

15000120140071

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Jl. Prof. Mr. Sunarto, Tembalang, Semarang, 50275

Email: alrianhendra@gmail.com

ABSTRAK

Atlet futsal dihadapkan dengan permasalahan yang berupa tekanan dan tuntutan dalam proses menghadapi suatu pertandingan. Berbagai permasalahan tersebut dapat menimbulkan kecemasan apabila mereka tidak mampu menghadapi dengan baik. Untuk dapat menghadapi hal tersebut, diperlukan kemampuan yang mampu membantu atlet dalam menghadapi berbagai rintangan. Salah satu dari kemampuan yang harus dimiliki atlet yakni *hardiness*. *Hardiness* dapat membantu mengatasi permasalahan tersebut, karena individu dengan *hardiness* akan memiliki ketahanan ketika dihadapkan pada suatu tantangan. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan melibatkan mahasiswa yang merupakan atlet futsal di setiap fakultas Universitas Diponegoro, dengan jumlah 209 menjadi populasi, dan 131 sebagai sampel dengan *teknik simple random sampling*. Alat ukur penelitian menggunakan Skala *Hardiness* (34 aitem, $\alpha = 0,939$) dan Skala Kecemasan (34 aitem, $\alpha = 0,935$). Analisis data menggunakan teknik non parametrik Spearman's Rho dengan hasil yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *hardiness* dengan kecemasan atlet futsal Universitas Diponegoro dalam menghadapi pertandingan ($r_{xy} = -0,532$; $p = < 0,0001$). Semakin tinggi *hardiness*, maka semakin rendah kecemasan atlet futsal dalam menghadapi pertandingan.

Kata Kunci: *hardiness*, kecemasan, atlet futsal

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan mental menjadi topik paling sering dibahas di berbagai penjuru dunia. **Kementerian Kesehatan (2019)** menyatakan akan permasalahan kesehatan jiwa di Indonesia. Pada laman resminya, kementerian kesehatan menyatakan bahwa pemerintah, masyarakat, dan keluarga merupakan aspek penentu kesehatan mental setiap individu, tidak hanya berporos atau mengacu pada satu belah pihak namun seluruh masyarakat menjadi faktor yang cukup berpengaruh untuk menjaga kesehatan mental. Tidak hanya mengundang atensi dari dalam negeri saja, atensi tentang kesehatan mental menarik atensi dari lembaga internasional UNICEF. **UNICEF (2022)** yang memiliki kepanjangan dari *United Nations Children's Fund*, atau Dana Anak Perserikatan Bangsa-Bangsa menyatakan bahwa **kesehatan** mental merupakan komponen yang penting bagi kesejahteraan dan kesehatan individu, keluarga mempunyai peran paling penting guna menjaga serta mendukung kesehatan mental yang dimiliki buah hatinya mulai dari cara mengasuh serta merawat dengan penuh kasih sayang untuk membentuk pondasi yang kuat untuk anak. Memang tidak dapat dipungkiri bahwa kesehatan mental merupakan aspek yang penting dalam kehidupan seseorang.

Mental yang kuat dapat berasal dari dirinya sendiri, orang lain, bahkan lingkungan **di mana** individu itu menjalani aktivitas. *World Health Organization* (2021) menyatakan bahwa satu dari delapan orang di dunia, hidup dengan permasalahan mental. Gangguan yang dimaksudkan yakni dalam berpikir, pengelolaan emosi, bahkan perilaku sosial. Sistem kesehatan untuk penanganan atau pengobatan terhadap kebutuhan para penderita gangguan mental masih kekurangan sumber daya secara signifikan. WHO menyebutkan bahwa ada kesenjangan antara individu yang membutuhkan pengobatan dengan ketersediaan penanganan cukup besar di seluruh penjuru dunia, dan seringkali kualitas yang diberikan cukup buruk. Misalnya, hanya 29% orang dengan gangguan *psychosis* dan sepertiga penderita depresi di dunia yang mendapatkan layanan kesehatan mental dengan memadai. Dukungan sosial juga diperlukan bagi penderita gangguan jiwa, termasuk dukungan untuk melakukan pengembangan serta memelihara hubungan yang baik pada diri sendiri, keluarga, dan sosial. Selain itu, orang yang memiliki gangguan pada mental juga membutuhkan dukungan seperti program pendidikan, pekerjaan, lingkungan rumah serta partisipasi dalam kegiatan yang bermanfaat lainnya. Dalam rangka penanganan mengenai permasalahan tersebut, WHO membentuk *Mental Health Action Plan 2013-2030* karena WHO mengakui bahwa kesehatan mental memiliki peran yang penting dalam mencapai kesehatan yang utuh bagi semua orang.

Menteri Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia (2021) Dito Ariotedjo menyelenggarakan program *youth mental health center* yang bertempat di Media **Center** Kemenpora, beliau juga menyampaikan bahwa memiliki kesadaran serta

pemahaman mengenai kesehatan mental merupakan hal yang penting. Program tersebut berfokus pada pelatihan atau bimbingan dari psikolog olahraga yang memberikan arahan serta materi kepada anak muda, dan para atlet terkait cara menjaga jiwa dan hati yang sehat. Dari Situs resmi Sumutprov.id (2021, 18 Maret), Edy Rahmayadi yang menjabat sebagai Gubernur Sumatera Utara meminta Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) Sumatera Utara untuk memperhatikan mental para atlet menjelang terselenggaranya Pekan Olahraga Nasional (PON) XX di Papua 2021. Pada saat ini, kesehatan mental dianggap menjadi hal yang cukup penting dijaga terlihat dari banyaknya pihak yang menekankan pentingnya menjaga jiwa yang sehat. FIFA dan ASEAN yakni lembaga yang menaungi bidang olahraga, pada tahun 2021 melakukan kampanye mengenai gaya hidup yang sehat, melawan gejala gangguan kesehatan mental, dan memberikan bantuan bagi siapapun yang membutuhkan dengan meluncurkan aksi *#ReachOut* (FIFA, 2021).

Pada tahun 2021, pada perayaan Hari Olahraga Nasional (HAORNAS) ke-38 presiden Republik Indonesia Joko Widodo melakukan tanda tangan pada Peraturan Presiden Republik Indonesia (Perpres) nomor 86 tahun 2021 mengenai Desain Besar Olahraga Nasional atau DBON. Desain Besar Olahraga Nasional (DBON) mengimplementasikan prinsip EMAS yang berarti *Excellence, Measurable, Accountable*, dan *Sustainable and Systematic*. Tujuan adanya DBON adalah untuk melakukan peningkatan budaya olahraga, kapabilitas, sinergitas, serta produktifitas olahraga Indonesia untuk tercapainya prestasi nasional serta memajukan perekonomian nasional melalui bidang olahraga. Berdasarkan peraturan tersebut, presiden mengakui bahwa kegiatan olahraga cukup penting

dilakukan bagi seluruh masyarakat Indonesia (Situs resmi Sekretariat Kabinet Republik Indonesia, 2021)

Bagi sebagian orang olahraga hanyalah sebuah hobi atau untuk menjaga kebugaran jasmani saja, namun beberapa orang berdedikasi penuh pada olahraga. Atlet perlu untuk menjaga kesehatan jasmani serta kondisi mental mereka, hal ini bertujuan agar mereka memiliki performa yang bagus, stabil, dan berdaya juang tinggi. Mereka menekuni bidang olahraga dengan tujuan untuk mendapatkan prestasi yang membanggakan dan pencapaian tertinggi mereka ialah membawa nama negara Indonesia ke kancah Internasional melalui perlombaan terutama di bidang olahraga. Intensitas latihan yang tinggi, pola latihan yang keras dan ketat, gaya hidup yang terjadwal, bahkan lawan yang cukup berat merupakan hal yang wajar bahkan pasti mereka terima saat seorang atlet sudah mendedikasikan diri pada sebuah klub atau lembaga olahraga yang mereka geluti. Olahraga tidak hanya dapat dinikmati oleh seorang atlet, namun masyarakat yang menonton menjadikan olahraga sebuah tontonan atau hiburan bagi mereka. Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Pendidikan, Pemuda, dan Olahraga Daerah Istimewa Yogyakarta, terdapat 1.207 klub olahraga yang aktif di provinsi Yogyakarta. (bappeda jogjapro, 2022).

Olahraga merupakan aktivitas yang cukup penting bagi individu untuk menjaga kesehatan dan terhindar dari penyakit (Marom & Rohman, 2014). Futsal menjadi satu dari banyaknya aktivitas fisik yang cukup populer dan disukai pria maupun wanita dari beragam masyarakat, mulai dari anak, remaja, dewasa, bahkan hingga orang tua. Menurut Federasi Futsal Indonesia (2023), minat terhadap

olahraga futsal di Indonesia tercatat cukup banyak, untuk menampung para talenta muda yang ingin berkembang, federasi ini memiliki kegiatan liga nusantara di berbagai provinsi, dan 1 liga futsal profesional Indonesia diperuntukkan bagi para atlet futsal profesional yang ada di Indonesia. Federasi Futsal Indonesia merupakan suatu organisasi bidang olahraga yang menaungi seluruh aktivitas yang ada di Indonesia. Berdasarkan data yang diperoleh dari Badan Pusat Statistik Indonesia (2019) terdapat 12.482 lapangan futsal yang layak pakai dan tersebar di berbagai desa di Indonesia.

Tekanan yang dirasakan oleh seorang atlet terkadang membuat mereka menjadi terganggu secara psikologis. Pengalaman negatif mengenai masa lalu seperti cedera yang pernah terjadi menjadi permasalahan yang sering mempengaruhi kecemasan seorang atlet. Beberapa gejala psikologis yang dirasakan oleh atlet dapat mempengaruhi perolehan prestasi para atlet. Gejala tersebut seperti mendapatkan tekanan dari dalam dan luar lapangan, perasaan jenuh dalam proses latihan, trauma pada kekalahan, kondisi stress, rasa cemas, dan takut mengulangi kesalahan atau kegagalan yang sama (Utomo dkk., 2022). Sebagai seorang atlet, mereka memiliki sebuah tuntutan serta tantangan yang harus bisa mereka penuhi dan hadapi, misalnya pada saat kondisi perlombaan yang menimbulkan sorakan penonton futsal, publik yang melakukan pengawasan dari media digital, cetak bahkan tekanan dari lingkungan sekitar, serta perubahan keadaan yang ada pada olahraga beregu atau berkelompok yang berbeda-beda (Rice et al., 2016). Perasaan yang paling sering dirasakan oleh seorang atlet yaitu munculnya rasa cemas yang terkadang sering mengganggu karena menyelimuti perasaan mereka, rasa tersebut

mulai muncul ketika proses latihan, sebelum perlombaan hingga setelah pertandingan usai (Alifi & Widodo, 2022). Di era modern saat ini, cukup sulit untuk menghindari kecemasan, terlebih lagi para atlet selalu menjadi primadona di setiap bidang olahraga yang mereka tekuni masing-masing. Ketika atlet melakukan sebuah kesalahan, sekecil apapun yang telah dilakukannya kemungkinan sangat besar atlet lain juga merasakan tekanan yang besar. Jika seorang atlet mempunyai mental yang tangguh, maka atlet tersebut akan memiliki kemampuan yang cerdas dalam membaca suatu keadaan yang akan dihadapinya menggunakan pikiran yang positif (Alifi & Widodo, 2022).

Perasaan gelisah atau cemas akan menimbulkan munculnya gejala atau gangguan secara fisiologis yang nantinya dapat mempengaruhi performa atlet dalam melakukan suatu pertandingan, misalnya panik yang berlebihan, tegang, bingung dan hilangnya konsentrasi pada pemain menurut Amir (dalam Pradina, 2016). Terdapat 2 aspek yang muncul akibat terjadinya *stress* yakni aspek fisiologis dan aspek keadaan mental. Sarafino & Smith (2014) menerangkan bahwa aspek fisiologis akan berpengaruh pada saat manusia dalam kondisi yang tidak stabil ketika mengalami *stress* seperti munculnya gangguan pencernaan, nafsu makan yang berubah, sakit kepala dan lain sebagainya. Pada aspek mental, gejala akan muncul dari kognisi, emosi, serta perilaku yang akan mempengaruhi kondisi psikologis individu menjadi negatif seperti munculnya perasaan sedih, melakukan penundaan terhadap pekerjaan, daya ingat serta konsentrasi yang menurun, takut akan mengulang kegagalan, rasa cemas, kehilangan minat, susah untuk melakukan *teamwork*, dan harga diri individu tersebut menurun (Bahtra, 2016).

Olahraga juga mampu memunculkan masalah bagi manusia terutama bagi atlet yang menekuni bidang tertentu, permasalahan yang merugikan tersebut sudah umum terjadi di dunia olahraga yakni cedera (Marom & Rohman, 2014). Cedera yang dialami para atlet cukup beragam, mulai dari cedera pada otot, robek pada ligamen, bahkan hingga patah tulang akibat terjatuh atau benturan dengan orang lain. Sheu, dkk (2016) menyatakan bahwa sebagian besar diagnosa cedera yang meliputi *strain* dan *sprain* sebesar 41,4% cedera akibat tulang yang patah sebesar 20%, dan yang terakhir cedera *superfisial* serta memar atau lebam sebesar 19%. Dalam dunia olahraga, terjadinya sebuah cedera merupakan peristiwa yang paling ditakutkan oleh para atlet, pelatih, manajer klub dan seluruh individu yang terlibat atau berkecimpung di bidang olahraga (Supriaten & Astrella., 2020). Menurut Aditiya (2017) cedera di dunia olahraga terbagi menjadi tiga kategorisasi yaitu cedera ringan pada tingkat pertama, cedera sedang pada tingkat kedua, dan cedera berat pada tingkat ketiga. Cedera juga berisiko terjadi organ vital manusia seperti hati, jantung, paru-paru, bahkan otak. Selain organ dalam, cedera dapat terjadi pada alat penggerak manusia, misalnya *ligamentum* atau tulang, otot, dan bahkan *tendon*. Penyebab terjadinya cedera ringan hingga berat pada seluruh tubuh manusia cukup bervariasi, tergantung dari bagaimana cedera tersebut terjadi.

Graha (2008) menyatakan bahwa cedera dapat terjadi karena disebabkan oleh tiga hal. Mulai dari yang pertama yaitu *external violence* yakni cedera yang terjadi karena dipengaruhi oleh faktor dari luar diri atlet seperti peralatan olahraga yang dipakai serta keadaan lingkungan yang dapat memicu munculnya suatu cedera. Kemudian yang kedua adalah *internal violence* yakni cedera yang terjadi

karena akibat dari dalam diri seorang atlet, misalnya kurang maksimal dalam melakukan pemanasan, menurunnya konsentrasi atau fokus, kondisi fisik dan mental yang kurang prima. Yang ketiga atau yang terakhir adalah *over-use*, yakni cedera yang timbul akibat dari atlet yang terlalu memaksakan pemakaian otot secara berlebihan atau kelelahan secara fisik.

Di olahraga futsal, cedera yang terjadi hampir sama dengan olahraga sepak bola, akan tetapi intensitas pada olahraga futsal lebih tinggi karena futsal banyak melakukan pergerakan yang lebih cepat. Cedera merupakan suatu masalah yang muncul pada diri seorang atlet setelah melakukan aktivitas fisik maupun olahraga, baik saat proses latihan maupun setelah melakukan pertandingan, terjadinya cedera dapat muncul secara tiba-tiba dan sulit untuk dihindari (Sari & Pulungan, 2019). Resiko terjadinya cedera lebih besar terutama dalam olahraga yang mengutamakan kontak fisik dengan lawannya saat pertandingan, contohnya pada olahraga futsal **di mana** cedera dapat terjadi setiap saat, karena cedera akibat aktivitas olahraga seringkali direspon oleh tubuh dengan tanda yang muncul terdiri mulai dari *rubor* (merah), *tumor* (bengkak), *kolor* (panas), dan *dolor* (nyeri) (Sari & Pulungan, 2019).

Permasalahan yang dimunculkan akibat terjadinya suatu cedera pada manusia tidak hanya dirasakan secara fisik saja, karena **cedera** yang dialami oleh atlet biasanya memerlukan waktu pemulihan yang relatif lama, permasalahan psikologi dapat muncul dikarenakan atlet yang cedera sering pesimis akan kapan mereka dapat pulih, apakah pelatih masih mempercayainya lagi ketika pulih, mengingat mereka tidak mampu untuk melakukan sesi latihan dan bersaing, serta

status fisik yang kurang baik, atlet kehilangan kepercayaan dirinya pasca cedera (Marom & Rohman, 2014). Supriaten & Astrella (2020) menyatakan bahwa **penyebab** terjadinya kecemasan diakibatkan karena adanya pengalaman negatif yang pernah terjadi di masa lalu seperti cedera, dan pikiran atlet yang tidak rasional. Seringkali para atlet memilih untuk berhenti pasca sembuh dari cedera. Supriaten & Astrella (2020) menyatakan bahwa atlet yang pernah mengalami cedera akan lebih sensitif merasakan perasaan cemas serta muncul kaku secara parah pada bagian otot tertentu, hal tersebut dipercaya dapat menimbulkan penyempitan *attentional*, sehingga atlet tersebut dapat kehilangan isyarat *perifer* yang akhirnya memunculkan **stress**. Perlunya perhatian lebih terhadap tingkat **stress** pada atlet agar mereka dapat menjaga kesehatan jiwa pasca cedera. Performa mereka juga akan berpengaruh apabila tidak dapat mengendalikan emosi mereka dengan baik. Pemain dengan strategi koping stres yang konstruktif dan adaptif akan memiliki kemungkinan lebih besar untuk menghasilkan performa yang optimal ketika pertandingan berlangsung (Fahlevi dkk., 2022).

Dari beberapa permasalahan yang telah disampaikan, dapat dilihat bahwa tingkat ketahanan psikologis para atlet merupakan hal yang cukup penting dijaga serta dikembangkan, selain itu **stress** akibat cedera sering kali menjadi hal yang sering dijumpai di bidang olahraga. Teori *transactional model of stress and coping* yang menyatakan bahwa kecemasan muncul diakibatkan kurangnya mental yang kuat (Folkman & Lazarus, 1987). *Hardiness* merupakan salah satu hal yang perlu untuk dimiliki ketika ingin mengatasi **stress**. Manusia yang memiliki **hardiness** secara tidak langsung akan memiliki karakteristik yang melibatkan sikap kontrol,

komitmen dan tertantang menurut Weiss (dalam Kunzler et al., 2020). Salah satu alasan mengenai individu yang memiliki *hardiness* akan lebih mampu dengan efektif melakukan pengendalian diri ketika dihadapkan pada situasi yang berkemungkinan dapat menimbulkan *stress* yakni individu tersebut akan memaknai dengan positif situasi tersebut, mereka cenderung menilai jika keadaan yang berpotensi menimbulkan *stress* tidak membahayakan diri, percaya diri untuk dapat melakukan kontrol pada situasi tersebut, bahkan berkemungkinan dapat mengambil hal yang positif berupa sebuah pengalaman yang dapat dipelajari dari situasi yang cenderung memunculkan *stress* menurut Delahajj (dalam Abdollahi et al., 2014).

Tidak sedikit atlet yang akhirnya menyerah karena cedera yang mereka alami, bahkan mereka memutuskan untuk tidak lagi berkecimpung dengan olahraga yang mereka tekuni. Di sisi lain, ada juga atlet yang mampu keluar dari stres yang mereka alami. Kondisi psikologis berpotensi untuk berpengaruh secara positif bahkan berpengaruh negatif terhadap performa seorang atlet (Brewer, 2009). Atlet yang mengalami cedera berat akan merasakan cemas, marah, stres, depresi, trauma, dan kurangnya rasa percaya diri akan kondisinya, sehingga hal ini akan memberikan pengaruh pada atlet dalam meraih prestasi dan dapat menyebabkan penurunan performa atlet, bahkan dapat membuat atlet berhenti untuk melanjutkan karirnya dalam dunia olahraga (Utomo dkk., 2022).

Permasalahan terkait atlet yang tidak dapat keluar dari permasalahan kecemasan yang dialami seorang atlet ketika akan menghadapi pertandingan sebenarnya cukup menjadi perhatian banyak pihak. Beberapa klub, atau lembaga olahraga memiliki badan atau bagian khusus untuk menangani masalah psikologis

yang dimiliki para atlet. Peneliti pada penelitian ini, menggunakan metode kuantitatif korelasional untuk mencari tahu lebih lanjut atau menggali lebih dalam mengenai hubungan antara *hardiness* dengan kecemasan pada atlet futsal *menghadapi* pertandingan. Aqobah & Rhamadian (2022) sumber dari kecemasan berasal dari adanya sebuah tuntutan dari sosial, hal yang tidak dapat dipenuhi seorang atlet, karena adanya standar kompetensi yang terlalu tinggi seperti kurangnya persiapan sebelum pertandingan dimulai serta perasaan rendah diri juga mampu jadi penyebab timbulnya perasaan cemas pada mental manusia. Kecemasan dialami oleh para atlet bisa muncul dari berbagai macam mulai dari tekanan dari luar, ketakutan akan cedera, ekspektasi mengenai lawan secara berlebihan, bahkan pertama kali mengikuti pertandingan juga menjadi salah satu penyebab terjadinya cemas. Yang parah dari rasa cemas tersebut adalah munculnya gejala *stress* pada atlet. Kondisi psikis atau mental seorang atlet sangat mempengaruhi prestasi dan performa atlet, sehingga tekanan psikis yang dialami oleh atlet ketika akan melakukan suatu pertandingan tidak hanya dapat diperhatikan oleh atlet yang memiliki kaitan dengan hal tersebut, bahkan pihak yang bersangkutan juga perlu untuk memperhatikan misalnya pelatih atau lembaga yang menaungi atau memfasilitasi atlet tersebut.

Riset sebelumnya yang membahas mengenai *hardiness*, sebagian besar melakukan penelitian dengan variabel *stress* akademik, *stress* kerja, dan masih banyak lainnya. Peneliti menemukan beberapa riset yang berhubungan dengan penelitian yang ingin dilakukan. Penelitian yang telah dilakukan oleh Salim dkk., (2015) tentang penelitian mengenai penjelasan korelasi antara *hardiness* dan

perceived stress-related growth pada cedera olahraga yang dilakukan di tahun 2015 menemukan hasil bahwa tingkat *hardiness* mampu meningkat akibat adanya dukungan sosial untuk pengendalian emosi. Penelitian ini yakni hanya dilakukan di luar negeri dan dilakukan pada atlet yang acak, oleh karena itu peneliti akan melakukan penelitian di dalam negeri untuk mengetahui hasil tersebut sesuai atau tidak dengan kondisi yang ada di Indonesia. Penelitian yang dilakukan oleh Samoilov, & Aleshicheva (2023) dengan judul “*Correlation between Hardiness and negative personal states in athletic activities*” menunjukkan hasil bahwa dinamika kondisi negatif atlet (kecemasan, agresi) dan *hardiness* atlet mengalami perubahan secara periodik (antara kompetisi, dua hingga tiga hari sebelum kompetisi, selama kompetisi, dan dua hingga tiga hari setelahnya). Penelitian tersebut menemukan bahwa korelasi antara keadaan emosi negatif dan *hardiness* adalah negatif.

Penelitian yang dilakukan oleh Bartone dkk., (2022) mengenai *hardiness* memoderasi dampak *stress* akibat COVID-19 terhadap kecemasan dan depresi, menunjukkan bahwa individu dengan tingkat ketahanan diri yang rendah akan rentan mengalami kecemasan maupun depresi pada saat di bawah tekanan covid, sehingga mereka perlu mendapatkan strategi intervensi lanjutan. Penelitian tersebut juga mendalami mengenai apakah usia berpengaruh pada *hardiness* manusia, dan hasil dari penelitian tersebut adalah adanya hubungan negatif dengan usia. Kecemasan pada penelitian tersebut mengenai topik kecemasan terhadap COVID-19. Sejalan dengan pendapat tersebut, penelitian yang telah dilakukan oleh Anggara & Laksmiwati (2022) dengan judul “hubungan antara *hardiness* dengan stres pada

atlet pelajar beladiri kota blitar” menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif antara *hardiness* dan *stress* pada atlet.

Penelitian ini penting dilakukan karena belum ditemukannya jawaban yang konklusif mengenai korelasi antara *hardiness* dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro. Kesadaran seluruh komponen yang berhubungan dengan olahraga mengenai kesehatan mental atlet perlu untuk ditumbuhkan di era sekarang ini. Penelitian mengenai korelasi antara *hardiness* dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal masih jarang dijumpai di Indonesia, peneliti menemukan artikel mengenai bahasan tersebut di jurnal Internasional. Subjek atlet futsal dipilih karena tingginya minat masyarakat dengan olahraga futsal dan masih belum ada yang meneliti tentang subjek tersebut. Alasan peneliti menjadikan atlet futsal menjadi populasi dalam penelitian ini karena atlet merupakan individu yang menekuni olahraga dalam bidang futsal untuk mendapatkan prestasi dengan berbagai pengalaman baik maupun buruk yang telah dilaluinya. Selain itu, persaingan yang dialami oleh atlet dalam mempertahankan performanya agar tetap terpilih menjadi pilihan pelatih serta menghadapi lawan yang lebih unggul dibandingkan dari dirinya adalah sebuah pengalaman yang tidak dapat dirasakan oleh individu pada umumnya. Peneliti berfokus pada atlet pada bidang futsal, karena futsal memiliki peminat yang cukup besar di berbagai kalangan. Potensi terjadinya kecemasan dapat muncul pada siapa saja namun, atlet perlu untuk diperhatikan dengan lebih karena hal tersebut akan mempengaruhi performa mereka ketika menjalani sebuah pertandingan.

Penelitian yang dilakukan oleh Raynadi dkk., (2016) mengenai *hardiness* dengan kecemasan bertanding pada atlet pencak silat di Banjarbaru menunjukkan hasil bahwa *hardiness* memberikan sumbangan sebesar 37,7% pada munculnya kecemasan. Penelitian lain yang dilakukan oleh Wohon & Ediati (2019) mengenai efikasi diri dengan kecemasan bertanding pada atlet futsal Universitas Diponegoro menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan bertanding. Samoilov & Aleshicheva (2023) mendapatkan hasil dari penelitiannya tentang adanya hubungan negatif antara *hardiness* dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet cabang atletik. Tingkat *hardiness* yang tinggi dapat menurunkan resiko terkena kecemasan pertandingan. Sedangkan, Ivaskevych dkk., (2020) dengan penelitiannya yang berjudul “*Association between competitive anxiety, hardiness, and coping strategy: A study of the national handball team*” menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara kecemasan terhadap pertandingan dengan *anxiety trait*, *anxiety state*, dan *hardiness*.

Berdasar kepada fenomena yang ada, *gap* penelitian dan penjelasan yang telah disampaikan, peneliti ingin meneliti dan mengkaji lebih dalam mengenai korelasi antara *hardiness* dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro.

B. Rumusan Masalah

Berdasar kepada latar belakang yang telah disampaikan, maka rumusan masalah penelitian maka peneliti menyusun rumusan masalah pada penelitian yakni

“Apakah terdapat hubungan antara *hardiness* dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro ?”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui **hubungan** antara *Hardiness* dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil yang nantinya didapat dari penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam penambahan, dan pengembangan dari penelitian yang dilakukan sebelumnya mengenai **hubungan** antara ***hardiness*** dengan kecemasan. Selain itu, penelitian ini nantinya diharapkan mampu menambah pemahaman tentang bagaimana teori psikologis, seperti ***hardiness***, berinteraksi dengan kecemasan dalam konteks olahraga.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi subjek penelitian

Hasil dari penelitian ini dapat memberikan manfaat dan pengetahuan bagi atlet terutama pada olahraga futsal, mengenai bagaimana hubungan ***hardiness*** dengan kecemasan sebelum pertandingan.

b. Praktisi olahraga

Hasil yang nantinya didapatkan dari penelitian diharapkan mampu memberikan manfaat bagi olahragawan seperti pelatih, bahwa penting untuk mengembangkan program pelatihan mental yang lebih efektif. Pelatih dapat menggunakan temuan penelitian untuk merancang latihan yang membantu atlet membangun *hardiness* dan mengelola kecemasan sebelum pertandingan.

c. Penelitian selanjutnya

Manfaat bagi peneliti selanjutnya yakni memberikan kontribusi mengenai pentingnya *hardiness* serta hubungannya dengan kecemasan para atlet sebelum melakukan pertandingan.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kecemasan menghadapi pertandingan

1. Pengertian **Kecemasan** menghadapi pertandingan

Erickson & Scarsella (2013) menyatakan bahwa kecemasan merupakan suatu respon sistem dari pemikiran, afektif, perilaku dan fisiologis yang cukup rumit serta aktif jika terdapat suatu keadaan yang dianggap tidak sesuai atau tidak sesuai dengan harapan diri sendiri karena keadaan tersebut tidak dapat diduga serta tidak dapat dikendalikan dan berpotensi untuk mengancam kepentingan manusia. Wadey dkk., (2013) menjelaskan kecemasan sebagai sebuah perasaan negatif pada individu yang dapat dikenali dengan kegugupan, rasa bimbang, ketakutan serta kekhawatiran akan suatu hal yang terjadi sekarang dan nanti. Wadey dkk., (2013) menyatakan bahwa kecemasan dibagi menjadi dua yakni *state anxiety* yaitu perasaan cemas yang terjadi secara sementara waktu dapat terlihat dari respon individu pada suatu keadaan tertentu, dan yang kedua adalah *trait anxiety* yaitu bagian dari kepribadian atau dengan kata lain sesuatu yang diperoleh dari kecenderungan dari pengaruh tingkah laku. Greenberger & Padesky (2015) mengungkapkan bahwa kecemasan merupakan bentuk dari emosi yang muncul dalam periode singkat ketika seseorang dihadapkan pada pengalaman atau peristiwa yang berpotensi menimbulkan ancaman.

Kecemasan yang dirasakan oleh atlet, disebabkan karena memikirkan hal-hal yang diterima jika merasakan kegagalan pada suatu perlombaan. Kecemasan juga dapat timbul diakibatkan pemikiran individu terhadap suatu kejadian yang tidak diharapkan terjadi, seperti mengalami performa yang buruk, lawan yang superior, dan takut akan kekalahan. Rasa cemas tersebut biasa disebut dengan kecemasan bertanding. Menurut Barlow & Durand (dalam Nuzul, 2022) kecemasan menghadapi pertandingan merupakan suasana hati yang dapat dilihat berupa gejala *stress* fisik dan efek negatif, di mana individu dapat mengatasi kemungkinan datangnya risiko di masa depan dengan adanya perasaan khawatir. Nevid dkk., (dalam Pitaloka dkk., 2021) menjelaskan bahwa kecemasan adalah suatu kondisi mental yang memiliki ciri keterangsangan dengan fisiologis, perasaan tegang yang kurang menyenangkan, dan rasa gelisah akan terjadinya suatu kejadian yang buruk terjadi.

Dari beberapa penjelasan mengenai kecemasan secara umum dapat ditarik kesimpulan bahwa kecemasan ialah emosi negatif yang muncul akibat perasaan khawatir individu akan adanya resiko terjadi peristiwa yang tidak sesuai harapan atau tidak menyenangkan. Kesimpulan dari kecemasan menghadapi pertandingan yaitu emosi negatif yang timbul karena adanya perasaan khawatir individu terhadap resiko negatif yang dapat terjadi atau tidak sesuai dengan yang diharapkan.

2. Aspek-Aspek Kecemasan

Erickson & Scarsella (2013) menjelaskan bahwa terdapat 4 aspek dalam kecemasan, diantaranya:

a. Aspek Afektif,

Ciri afektif dari munculnya kecemasan adalah perasaan individu yang sedang mengalami kecemasan seperti adanya rasa gugup, mudah untuk tersinggung, takut, kegelisahan, emosi yang tidak terkontrol, atau kecewa.

b. Aspek Fisiologis

Ciri fisiologis adalah suatu ciri dari kecemasan yang terjadi pada tubuh individu, contohnya terjadi peningkatan detak jantung, napas yang sesak, napas yang terengah-engah, dada yang nyeri, merasakan sensasi tersedak, pusing, kelebihan keringat, kepanasan, kedinginan, mual, perut yang sakit, gemetar, diare, mati rasa atau kram di kaki atau lengan, lemas, tidak sadarkan diri, otot menegang atau kaku, dan keringnya bibir.

c. Aspek Kognitif

Ciri kognitif adalah ciri yang terjadi pada pola pikir individu ketika merasakan kecemasan. Ciri ini muncul berupa ketakutan akan hilangnya kontrol, takut tidak mampu menyelesaikan suatu permasalahan, takut adanya kritik negatif dari orang lain, memiliki pengalaman yang menakutkan, adanya persepsi yang tidak nyata, daya konsentrasi yang rendah, kebingungan, mudah terganggu, rendahnya perhatian, kewaspadaan yang berlebihan terhadap sebuah ancaman, munculnya ingatan yang buruk, kesulitan dalam penalaran, serta hilangnya objektivitas.

d. Aspek Perilaku

Ciri perilaku kecemasan tergambarkan dari perilaku manusia ketika mengalami kecemasan dalam dirinya, seperti menghindar dari tanda atau

situasi yang dirasa cukup mengancam, mencari keselamatan diri sendiri, melarikan diri, tidak dapat duduk tenang, terlalu banyak membicarakan hal yang tidak penting, terpaksa, diam dengan waktu yang lama atau sulit untuk berbicara.

Menurut Wadey dkk., (2013) mengemukakan bahwa kecemasan memiliki dua macam komponen diantaranya:

1. **Kecemasan kognitif** (*cognitive anxiety*)

Kecemasan kognitif merupakan bagian mental dari kecemasan yang melibatkan antisipasi hasil yang negatif terkait dengan kesuksesan atau penilaian diri yang kurang menguntungkan.

2. **Kecemasan somatik** (*somatic anxiety*)

Kecemasan somatik berkaitan erat dengan aspek fisiologis dan emosional individu dalam pengalaman kecemasan, yang muncul secara langsung dari respons otonom yang ditandai oleh adanya tingkat aktivitas fisik yang mampu dirasakan.

Greenberger dan Padesky (2004) mengemukakan empat aspek **kecemasan**, antara lain:

- a. Reaksi fisik

Reaksi yang dapat terlihat secara kasat mata atau mampu dirasakan secara langsung oleh tubuh. Reaksi ini meliputi telapak tangan yang mengeluarkan keringat, menegangnya otot, jantung yang berdetak kencang, gangguan

pencernaan dan pusing ketika individu dihadapkan pada keadaan yang memunculkan rasa cemas.

b. Reaksi perilaku

Reaksi yang muncul dapat dilihat dari perilaku individu seperti menghindari situasi yang menyebabkan cemas, mencoba melakukan suatu hal dengan maksimal, dan mencoba pencegahan bahaya.

c. Reaksi pemikiran

Reaksi yang muncul pada pikiran individu seperti hilangnya rasa percaya diri, dan khawatir yang berlebihan hal buruk akan terjadi

d. Suasana hati

Reaksi ini muncul dari suasana hati seperti rasa gugup, jengkel, panik dan perubahan emosi.

Nevid dkk., (dalam Pitaloka dkk., 2021) menjelaskan bahwa ada 3 aspek dalam kecemasan, antara lain:

a. Aspek fisik

Suatu reaksi yang secara langsung dapat dirasakan oleh individu pada anggota tubuhnya, bahkan rasa gugup hingga kegelisahan. Gangguan yang muncul seperti mulai berkeringat, jantung yang berdetak cepat, pusing, sulit bicara, temperatur tubuh yang naik turun.

b. Aspek kognitif

Suatu reaksi yang muncul seperti rasa takut dan bingung terhadap bagaimana cara menghadapi kecemasan yang dialami. Bahkan individu terkadang menjadi tidak yakin akan kemampuan dirinya sendiri.

c. Aspek perilaku

Individu yang mengalami kecemasan memiliki kecenderungan meninggalkan atau menghindari situasi yang berkaitan dengan kecemasan.

Dari beberapa aspek yang telah disampaikan diatas, peneliti menggunakan aspek yang disampaikan oleh Nevid dkk., (dalam Pitaloka dkk., 2021), dikarenakan aspek tersebut dapat mengidentifikasi kecemasan yang dirasakan. Aspek yang disampaikan antara lain aspek fisik, aspek kognitif, dan aspek perilaku. Peneliti menggunakan aspek kecemasan tersebut yang kemudian di spesifikasi ke dalam variabel kecemasan menghadapi pertandingan.

3. **Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan**

Rochman (dalam Purnamasari, 2020) menjelaskan tiga penyebab yang dapat berpengaruh pada kecemasan pada manusia, diantaranya:

- a. Rasa cemas yang timbul diakibatkan karena munculnya bahaya yang mengancam individu. Perasaan tersebut hampir sama dengan ketakutan, dikarenakan sumber rasa cemas dapat dilihat, dan ada pada pikirannya.
- b. Rasa cemas akibat menyadari telah melakukan dosa maupun kesalahan. Ini terjadi pada saat seseorang melakukan tindakan yang bertentangan dengan apa yang dipercaya dan nuraninya. Perasaan ini seringkali diiringi dengan beberapa gangguan psikis, yang terkadang dapat dilihat pada bentuk secara umum.
- c. Kecemasan yang menyerupai gangguan kesehatan terkadang juga termanifestasi pada beberapa bentuk. Perasaan ini juga dapat dipicu karena

ketidakjelasan dan tidak memiliki hubungan dengan apapun yang kadang-kadang disertai dengan munculnya ketakutan, akhirnya berpengaruh pada pribadi yang dimiliki penderita kecemasan.

Faktor yang mengakibatkan kekhawatiran ketika dalam menghadapi suatu pertandingan pada seorang atlet cukup beraneka ragam. Akan tetapi tingkat kecemasan atlet tergantung pada bagaimana cara atlet tersebut menanggapi hal tersebut. Erdiyanti & Maulana (2019) menyebutkan adanya beberapa faktor yang dapat memunculkan kecemasan, antara lain:

- a. Rasa takut akan terjadinya kegagalan dalam suatu pertandingan. Takut akan gagal merupakan perasaan takut dikalahkan oleh lawan sehingga mampu mengancam ego atlet.
- b. Ketakutan akan terjadinya cedera atau suatu hal yang berhubungan dengan keadaan fisiologi. Rasa takut ini muncul diakibatkan seorang atlet khawatir akan serangan dari lawan mampu menyebabkan cedera pada dirinya.
- c. Takut akan adanya konsekuensi yang diterima dari sosial.

Adapun penjelasan lain mengenai penyebab yang dapat berpengaruh pada kecemasan. Wadey dkk., (2013) menjelaskan terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan, yaitu:

- a. Faktor intrinsik

Faktor ini meliputi kepercayaan diri yang rendah, kognitif yang mudah terpuaskan hasil pencapaian, dan atlet yang mudah cemas. Atlet yang pencemas merupakan individu yang mendapatkan rintangan cukup berat

dan sulit melakukan kontrol akan rasa cemas dan terus meningkat yang berakibat dapat memperburuk penampilan seorang atlet

Kecemasan yang dialami oleh atlet dapat timbul dari pikiran tentang kemungkinan terjadinya sesuatu yang tidak menyenangkan, baik itu sesuatu yang belum pasti terjadi atau merupakan pengalaman buruk di masa lalu, seperti rasa takut atlet akan terjadinya cedera terulang lagi.

b. Faktor ekstrinsik

Faktor ini meliputi pengaruh dari suporter, kehadiran atau ketidakhadiran seorang pelatih serta keharusan memenangkan suatu pertandingan dari pihak pelatih ataupun orang terdekat.

Dari beberapa faktor yang telah disampaikan, dapat disimpulkan bahwa munculnya kecemasan dapat diakibatkan diri manusia sendiri dan lingkungan sekitar. Faktor dari dalam meliputi rasa bersalah, takut akan terjadinya cedera ketika pertandingan berlangsung, pikiran yang negatif, dan takut akan kegagalan. Sedangkan faktor dari luar adalah tekanan dari pelatih, dan tuntutan dari kerabat dekat.

B. Hardiness

1. Pengertian *Hardiness*

Hardiness merupakan salah satu variabel dan telah menjadi aspek utama dari kebangkitan minat terhadap peran faktor kepribadian dalam kesehatan (Bartone dkk., 2022). Bartone dkk., (2022) mengungkapkan bahwa *hardiness* adalah kumpulan dari kepribadian manusia yang memiliki fungsi untuk daya tahan mental dalam menghadapi situasi maupun kondisi dengan penuh tekanan. Menurut Kobasa

(1982) *hardiness* merupakan suatu kumpulan dari karakter kepribadian yang berfungsi sebagai daya tahan diri saat individu menghadapi beragam situasi ataupun keadaan yang penuh dengan tekanan sulit. Kobasa juga menyampaikan bahwa manusia dengan tingkat *hardiness* yang tinggi akan mempunyai beberapa perilaku yang akan menjadikan individu tersebut tahan terhadap suatu masalah yang menimbulkan stres. Menurut Dedy Kurniawan (dalam Rehatta & Makatita, 2023) *hardiness* merupakan kumpulan dari karakteristik tangguh, bertahan, dan sabar pada individu yang berfungsi sebagai sumber untuk melakukan perlawanan pada saat manusia menjumpai suatu peristiwa yang dapat menimbulkan stres ketika menghadapi tekanan dari lingkungannya. Penilaian individu terhadap suatu peristiwa akan berbeda, hal tersebut bergantung pada bagaimana individu melihat dan memaknai suatu kejadian. Hal tersebut sejalan lurus dengan pendapat yang telah disampaikan oleh Suhana (2021).

Menurut Suhana (2021) *hardiness* merupakan kumpulan karakteristik atau sifat individu yang memiliki fungsi sebagai sumber daya tahan ketika menghadapi dan mengelola suatu peristiwa yang terjadi dalam kehidupan yang menimbulkan stres. Subramanian dan Vinothkumar (dalam Vanessa dkk., 2022) mengutarakan pendapat bahwa *hardiness* adalah komponen internal yang mampu memberikan motivasi dan keberanian pada individu ketika menghadapi tugas yang berbeda-beda, dan kegiatan yang melibatkan interaksi sosial. Baiknya pengendalian diri dapat tercapai apabila individu mempunyai kepribadian yang kuat.

Dari beberapa penjelasan mengenai arti dari *hardiness*, dapat disimpulkan bahwa *hardiness* merupakan kumpulan dari komponen kepribadian yang berfungsi sebagai

sumber daya tahan diri untuk menghadapi serta mengelola beragam situasi atau kondisi penuh tekanan dengan potensi memunculkan stres.

2. **Aspek-Aspek Hardiness**

Menurut Bartone dkk., (2022) terdapat tiga aspek yang berada pada kepribadian *hardiness*, diantaranya:

1. *Commitment* (komitmen)

Komitmen dapat diartikan sebagai bagaimana manusia melibatkan dirinya untuk terhubung dengan kehidupannya, menaruh perhatian besar pada aktivitas yang dilakukan, dan merasa puas dengan hidupnya. Komitmen dapat dilihat bagaimana cara individu menilai suatu kejadian buruk adalah sesuatu hal yang penting terjadi sebagai suatu pengalaman dan tetap proaktif daripada merasa gagal dari apa yang terjadi. Komitmen adalah sebuah pandangan mengenai keterkaitan serta tujuan dengan peristiwa atau kondisi dalam kehidupannya, individu yang memiliki komitmen akan memiliki paham tentang tujuan yang ingin dicapainya sehingga individu tersebut ketika dihadapkan pada situasi yang penuh tekanan tidak akan mudah untuk menyerah.

2. *Control* (Kontrol / pengendalian diri)

Kontrol dapat digambarkan seperti bagaimana individu tetap percaya dan yakin walaupun mereka mengalami pengalaman atau situasi yang sulit, mereka tetap yang memegang kendali penuh. Pengendalian adalah keyakinan bahwa perubahan hidup dapat diantisipasi dan dikendalikan, bahkan dalam keadaan sulit, hal tersebut memungkinkan individu untuk membuat keputusan yang tepat untuk mengatasi

situasi stres. Pengendalian atau kontrol merupakan suatu bentuk keyakinan individu pada saat memilih tindakan untuk memperoleh hadiah atau dihukum, sehingga individu tersebut dapat berpikir secara positif dengan melihat sebuah respon pada tekanan yang telah dirasakan.

3. *Challenge* (Tantangan)

Tantangan mengacu pada kemampuan untuk memandang perubahan sebagai peluang, berdasarkan evaluasi sumber daya pribadi yang tersedia untuk mengatasi situasi (misalnya, kemampuan, keterampilan, pengetahuan). Tantangannya adalah kemampuan untuk mengubah kehidupan yang sulit menjadi peluang, bukan menafsirkannya sebagai ancaman dan menghindarinya. Tantangan dapat dimaksudkan adalah sebuah kondisi manusia yang memandang sebuah perubahan yang terjadi bukan sebagai suatu hal yang membahayakan melainkan perkembangan untuk terus berkembang, sehingga saat individu tersebut berada di kondisi tertekan, mereka dengan mudah dapat menghadapi, mengatasi, dan melakukan pengelolaan pada situasi itu.

Peneliti menggunakan aspek *hardiness* yang telah dikemukakan oleh Bartone dkk., (2022) sebagai acuan dalam menentukan dimensi *hardiness*. Adapun tiga aspek *hardiness* yaitu *Commitment* (komitmen), *Control* (Kontrol / pengendalian diri), dan *Challenge* (Tantangan). Peneliti menggunakan aspek tersebut sebagai acuan penelitian karena dirasa dapat menjelaskan secara menyeluruh mengenai aspek dari *hardiness*.

3. Karakteristik/ciri *Hardiness*

Ketika seseorang mempunyai tingkat kepribadian *hardiness* yang tinggi, mereka akan kuat, semangat, tahan banting dan bisa bangkit ketika mengalami suatu permasalahan atau situasi yang menimbulkan *stress* saat menyelesaikan tugas, sehingga ia akan cepat bangkit dari keterpurukan. Menurut Azizah & Satwika (2021), fenomena tersebut terjadi disebabkan individu yang memiliki *hardiness* tidak akan mudah sedih, dan tidak bereaksi cepat secara berlebihan ketika sesuatu yang memunculkan stres datang, sehingga ia tidak akan merasakan stres. Sebaliknya, jika seseorang tidak memiliki karakteristik yang terkait dengan sifat tahan banting, mereka cenderung mudah gelisah, melekat, rapuh, sensitif, dan tertekan ketika krisis muncul, sehingga menghasilkan ambang stres yang jauh lebih tinggi.

Anggraeni & Jannah (2014) menyebutkan bahwa manusia dengan tingkat kepribadian *hardiness* yang rendah, akan lebih mudah terkena stress dalam jangka waktu yang relatif panjang ketika menghadapi suatu permasalahan, namun individu yang mempunyai *hardiness* yang cukup tinggi akan lebih mudah mengatasi situasi dengan penuh tekanan. Kepribadian *hardiness* merupakan salah satu elemen yang memiliki peran pada diri manusia untuk menciptakan keseimbangan antara dimensi yang berbeda dalam mencapai kualitas hidup manusia.

Individu yang memiliki *hardiness* tinggi terlihat dari adanya ketangguhan, tahan banting, dan percaya diri sehingga individu tersebut dapat mengelola dan melalui masalah yang sedang dijumpai. kapabilitas manusia untuk mengatur dan melakukan respon peristiwa yang berkemungkinan memunculkan stress dengan merubah kondisi yang memiliki potensi buruk menjadi sebuah pengalaman yang dapat

dijadikan pelajaran, hal tersebut dikarenakan *hardiness* adalah suatu kepribadian dapat mempelajari dan memahami lingkungan sekitarnya (Maddi, 2013). Kemampuan mengontrol diri terhadap peristiwa kurang menyenangkan yang kemudian mampu dikelola agar dapat memaknai hal tersebut menjadi sesuatu yang positif sehingga dapat mengurangi resiko terjadi stres merupakan gambaran karakteristik kepribadian individu yang memiliki *hardiness* (Nila dkk., 2017).

Dari beberapa karakteristik yang disebutkan oleh beberapa peneliti, dapat disimpulkan bahwa karakteristik individu dengan *hardiness* dapat dilihat dari cara mereka mengelola, memaknai, menghadapi dan merespon suatu peristiwa negatif atau yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan, misalnya sifat tidak mudah menyerah, optimis, dan daya juang tinggi.

4. **Faktor-faktor yang dapat Mempengaruhi *Hardiness***

Bartone dkk., (2022) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi *hardiness* antara lain:

1. Kapabilitas merencanakan secara realistis memungkinkan individu untuk membuat rencana yang sesuai dengan kenyataan. Dengan adanya kemampuan ini, pada saat terjadinya suatu masalah, individu dapat mengetahui cara terbaik bagaimana mengatasi situasi tersebut.
2. Kepercayaan diri yang tinggi dan memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri dapat memberikan ketenangan dan optimisme. Dengan memiliki kepercayaan diri yang kuat dan pandangan positif dapat mengurangi tingkat stres yang dirasakan.

3. Peningkatan kemampuan berkomunikasi, dan kemampuan untuk melakukan pengelolaan emosi yang baik.

5. Fungsi **Hardiness**

Kreitner dan Kinicki (2005) menyebutkan fungsi dari *hardiness*, antara lain:

- a. Membantu individu dalam penyesuaian diri serta dapat menumbuhkan rasa toleransi terhadap tekanan atau permasalahan yang muncul di kehidupan sehari-hari.
- b. Mengurangi dampak negatif yang muncul karena menghadapi tekanan atau masalah yang memungkinkan terjadinya kelelahan dan penilaian negatif kepada peristiwa yang berbahaya dan meningkatkan kepercayaan diri untuk melakukan penanganan supaya berhasil ketika menyelesaikan permasalahan hidup.
- c. Menumbuhkan pandangan yang positif ketika dihadapkan pada suatu permasalahan hidup sehingga individu menjadi tidak mudah merasa tertekan ketika masalah tersebut muncul.
- d. Membantu individu dalam proses pengambilan keputusan secara baik ketika dalam keadaan tertekan.

C. Hubungan *Hardiness* dengan Kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro

Dunia olahraga mengalami perkembangan yang cepat, muncul atlet muda yang siap bersaing tanpa gentar melawan siapapun. Akan tetapi, tidak sedikit atlet yang

mengalami permasalahan pada mental mereka. Permasalahan yang paling sering dihadapi oleh atlet pada saat akan menghadapi pertandingan yakni kecemasan. Perasaan cemas tersebut akan muncul apabila seorang yang menjadi atlet olahraga mengalami situasi tertentu, seperti saat atlet akan melakukan laga atau bertanding dengan lawan yang lebih unggul atau atlet tersebut memiliki pikiran jika tim yang ia bela akan mengalami kekalahan. Menurut Armina (2011) performa yang dimiliki atlet pada saat pertandingan memiliki keterkaitan dengan bermacam hal, seperti kemampuan yang dimiliki, kondisi psikologis atlet ketika pertandingan, kondisi jasmani yang bugar, latihan yang telah dilakukan atlet sebelum pertandingan berlangsung serta didukung oleh asupan protein dan karbohidrat ketika pertandingan berlangsung serta status hidrasi yang baik. Menjaga kesehatan secara fisik merupakan salah satu hal yang selalu diperhatikan atlet serta pelatih. Untuk melihat kebugaran jasmani cukup mudah, karena bisa dilihat dengan mata. Pengecekan lebih lanjut oleh pihak tenaga medis menjadi tolak ukur secara detail bagaimana kondisi fisik seorang atlet.

Berdasarkan yang disampaikan Gunarsa (2008) kecemasan yang ada pada dunia olahraga adalah timbulnya perasaan kekhawatiran terhadap suatu hal yang berkemungkinan terjadi ketika saat berlangsungnya pertandingan, seperti penampilan yang buruk, pelatih yang memberikan tekanan maupun teriakan dari penonton kepada pemain tersebut. Menurut Safitri & Masykur (2017) timbulnya rasa khawatir atau gelisah yang mengganggu kesehatan serta ketenangan terkadang akan memunculkan kekacauan pada fisiologis individu. Ketika manusia merasakan adanya ancaman dari satu atau banyak hal yang menurutnya menyakitkan dan

menakutkan yang bersumber dari dalam atau luar dirinya akan menimbulkan suatu kecemasan. Atlet adalah seseorang yang mendalami bidang olahraga khusus dan pernah menjalani perlombaan, pertandingan atau kejuaraan.

Dari proses yang telah ditempuh atlet dalam menekuni bidang olahraga khusus, membuat atlet tersebut mempunyai keunikan yang berbeda (Pradana & Chusniyah, 2021). Performa yang dimiliki oleh atlet dapat berubah-ubah, hal tersebut dapat dipengaruhi oleh banyak faktor. Illsya & Komarudin (2019) menyebutkan bahwa meningkat atau turunnya performa atlet sangat dipengaruhi oleh kesiapan mental atlet, serta kemudian dipengaruhi oleh ketahanan mental yang atlet miliki. Nugroho & karyono (2014) menyebutkan bahwa ancaman yang muncul tersebut dapat diminimalisir ketika individu termasuk seorang atlet mempunyai *hardiness* yang tinggi.

Hardiness yakni sebuah dorongan dari dalam diri manusia yang berupa kapasitas untuk pertahanan ketika menghadapi tuntutan dan tekanan yang melebihi kemampuan yang dimiliki (Akhyar et al., 2017). Saat proses persiapan dalam rangka menghadapi sebuah perlombaan, atlet akan memperhitungkan kondisi fisiologis dan psikologisnya untuk berada dalam keadaan yang prima agar terhindar dari segala kesulitan yang akan muncul ketika pertandingan berlangsung. Gunarsa (2008) menyatakan bahwa bahwa naik atau turunnya kemampuan yang dimiliki olahragawan tidak hanya dinilai berdasarkan seberapa banyak prestasi yang ia dapatkan, akan tetapi dapat dilihat dari kondisi psikologis atlet tersebut. Ketika permasalahan atau kesulitan tersebut muncul, individu akan berusaha menyelesaikan kesulitan tersebut dengan kemampuan yang ia miliki. *Hardiness*

akan membuat manusia melakukan suatu perlakuan maupun tindakan yang dilakukan individu ketika mengalami sebuah tantangan ataupun sebuah masalah menjadi sebuah peluang (Maddi, 2013). *Hardiness* diasumsikan dapat mengurangi kemungkinan terjadinya penyakit secara fisik maupun mental, dan penurunan performa, perilaku, dan moral yang berhubungan dengan stres. Perbaikan tersebut dapat dicapai dengan meningkatkan *coping* transformasional (tegas, aksi) daripada *coping* regresif (menghindari, menyangkal) dengan keadaan yang penuh dengan tekanan (Maddi, 2013). Banyak yang memiliki pendapat bahwa suatu kemenangan atau kekalahan yang dialami orang atlet ketika di lapangan disebabkan oleh faktor psikologis atau mental yang didalamnya memiliki banyak aspek, salah satu dari aspek tersebut adalah kecemasan. Menurut Ilsa & Komarudin (2019) kecemasan memiliki keterkaitan yang kuat dengan suatu performa, hal ini dikarenakan seorang atlet mengalami suatu kecemasan pada dirinya secara berlebihan, maka berkemungkinan besar atlet tersebut tidak akan dapat melakukan kontrol terhadap dirinya sendiri sehingga atlet tersebut akan mengalami kesulitan dalam menunjukkan performa secara maksimal.

Ketika dihadapkan pada suatu permasalahan, individu yang memiliki tingkat *hardiness* yang tinggi akan memiliki pandangan jika masalah yang dihadapi sebagai rintangan untuk dilalui dan dapat terselesaikan (Maddi, 2013). Zulaima dkk., (2017) menyatakan individu yang mempunyai *hardiness* akan cenderung memiliki kepercayaan diri dan mempunyai kemampuan yang lebih baik dalam melakukan penyelesaian secara aktif serta merasakan adanya dukungan sosial dalam setiap kesempatan yang ada, sehingga dapat membantu individu dalam

menyelesaikan tekanan serta masalah yang sedang dialaminya. Individu dengan *hardiness* yang tinggi secara data terbukti lebih tangguh saat dihadapkan pada berbagai *stressor* dari lingkungan, sehingga individu tersebut cenderung terlihat tetap sehat dan dapat bekerja secara optimal walaupun dihadapkan dengan banyak *stressor* (Arishanti & Juniarly, 2019).

Transactional model of stress and coping yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman (1987) yang menyatakan bahwa *stress* dapat dipengaruhi oleh *primary appraisal*, *secondary*, dan *coping strategies*. Ketika individu dihadapkan dalam suatu permasalahan, penyelesaian tergantung pada diri mereka serta faktor luar. Apabila mereka tidak memiliki keyakinan, kemampuan, dan pengalaman maka individu tersebut dapat mengalami masalah dalam diri mereka. Misalnya, munculnya kecemasan pada atlet futsal.

Hal tersebut sejalan dengan yang telah disampaikan oleh Schultz (dalam Novianti dkk., 2020) yang menyebutkan bahwa individu dengan nilai *hardiness* yang tinggi mempunyai perilaku yang akan membuat individu dapat mengatasi atau melakukan perlawanan pada tekanan. Sebaliknya, ketika individu tidak mempunyai karakter *hardiness*, mereka akan lebih sering merasakan sedih, merasakan khawatir, selalu bimbang, rapuh, mudah menyerah, dan lebih sensitif saat permasalahan muncul sehingga individu tersebut lebih rentan cemas (Azizah & Satwika, 2021). Individu dengan *hardiness* yang rendah cenderung tidak mempunyai keyakinan atas kemampuan yang ia miliki dan memandang kemampuan yang ia miliki rendah dan merasa ia tidak berdaya untuk mengubah hal tersebut, mereka menganggap semua diatur oleh nasib.

Novianti dkk., (2020) menyatakan bahwa manusia yang mempunyai *hardiness* rendah merasa dirinya tidak akan mampu untuk mengendalikan sesuatu, misalnya dirinya tidak mampu mengatasi suatu masalah. Hal tersebut mengakibatkan individu akan merasa kurang memiliki harapan dan mudah untuk menyerah ketika mereka dihadapkan dengan kesulitan sehingga menyebabkan terjadinya kegagalan, artinya individu yang mempunyai tingkat *hardiness* tinggi akan lebih mudah melakukan kontrol terhadap dirinya pada situasi apapun, mempunyai harapan yang tinggi, berjuang keras dalam mengatasi kesulitan dan selalu memiliki pikiran positif di setiap keadaan.

Penelitian ini melihat bahwa kondisi mental atlet saat ini perlu untuk diperhatikan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa munculnya kecemasan sebelum pertandingan sering terjadi pada atlet yang berakibat pada performa yang akan ditampilkan oleh atlet tersebut.

Penelitian yang dilakukan oleh Raynadi dkk., (2016) mengenai *hardiness* dengan kecemasan bertanding pada atlet pencak silat di Banjarbaru menunjukkan hasil bahwa *hardiness* memberikan sumbangan sebesar 37,7% pada munculnya kecemasan. Iwanda & Larasati (2024) dalam penelitiannya mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *hardiness* dengan kecemasan menghadapi pertandingan. Penelitian lain yang dilakukan oleh Wohon & Ediaty (2019) mengenai efikasi diri dengan kecemasan bertanding pada atlet futsal Universitas Diponegoro menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan bertanding. Samoilov & Aleshicheva (2023) mendapatkan hasil dari penelitiannya tentang adanya hubungan

negatif antara *hardiness* dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet cabang atletik. Tingkat *hardiness* yang tinggi dapat menurunkan resiko terkena kecemasan pertandingan.

Dari penjelasan yang telah tersampaikan, dapat ditarik kesimpulan bahwa *hardiness* memiliki korelasi dengan kecemasan menghadapi pertandingan. Ketika individu memiliki *hardiness* yang tinggi, maka individu tersebut akan memiliki tingkat kecemasan menghadapi pertandingan yang rendah.

D. Hipotesis

Adanya korelasi negatif antara *hardiness* dengan Kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro, dengan asumsi semakin tinggi *hardiness* maka semakin rendah tingkat kecemasan pada atlet ketika akan melakukan pertandingan.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel

Dalam penelitian ini terdapat 2 identifikasi variabel, antara lain:

1. Kriteriaium : Kecemasan menghadapi pertandingan
2. Prediktor : *Hardiness*

B. Definisi Operasional

1. Kriteriaium : Kecemasan menghadapi pertandingan

Kecemasan menghadapi pertandingan merupakan suatu respon individu yang muncul ditandai dengan munculnya gejala kognitif, afektif, fisiologis, dan perilaku diakibatkan rasa khawatir akan terjadinya risiko mengancam individu.

Perasaan kecemasan menghadapi pertandingan pada penelitian ini didapatkan melalui proses *recalled* dan sedang dirasakan yang diukur dengan 3 aspek yang dikemukakan oleh Nevid dkk., (dalam Pitaloka dkk., 2021), yang meliputi aspek fisik, aspek kognitif, dan perilaku. Dari aspek kecemasan secara umum tersebut, peneliti kemudian memfokuskan pada skala kecemasan menghadapi pertandingan.

Total skor dari seluruh aspek merepresentasikan tingkat kecemasan atlet ketika akan menghadapi pertandingan.

2. Prediktor : *Hardiness*

Hardiness adalah sebuah bentuk kepribadian dalam diri manusia yang dapat membuat seseorang mampu melakukan kontrol, memelihara, serta menghilangkan dampak dari stres dari pikirannya, yang diukur dengan 3 aspek berdasarkan dari yang telah disampaikan oleh Bartone dkk., (2022) yang meliputi *commitment* (komitmen), *control* (kontrol / pengendalian diri), dan *challenge* (tantangan). Skor tinggi pada skala *hardiness* menunjukkan *hardiness* pada atlet tersebut tinggi begitu pula sebaliknya, jika skor rendah pada skala *hardiness* menunjukkan *hardiness* pada atlet tersebut rendah.

C. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi yakni objek/subjek penelitian yang mempunyai karakteristik khusus, sesuai dengan apa yang telah ditetapkan oleh peneliti (Sugiyono, 2019). Peneliti menggunakan populasi atlet futsal yang berada di Universitas Diponegoro yang pernah melakukan suatu pertandingan. Menurut Setiyawan (2017) atlet merupakan individu yang melakukan olahraga dengan program khusus, terukur, dan memiliki catatan perkembangan untuk tujuan mendapatkan prestasi yang sempurna. Populasi penelitian ini merupakan mahasiswa yang menjadi atlet futsal di setiap Fakultas yang berada di Universitas Diponegoro Semarang dengan jumlah 209 mahasiswa. Kriteria atau karakteristik yang akan menjadi sampel pada penelitian yang akan dilakukan, antara lain:

1. Mahasiswa aktif Universitas Diponegoro tahun 2024

2. Atlet yang pernah menjadi delegasi perwakilan fakultas untuk mengikuti pertandingan futsal (Minimal antar fakultas)

Kriteria tersebut berdasarkan pada temuan dari penelitian setiyawan (2017) terhadap kepribadian atlet dan non atlet. Ia menerangkan bahwa saat atlet akan dihadapkan pada suatu pertandingan, mereka akan melakukan program agar mendapatkan kekuatan fisik, daya tahan, kelincahan, kecepatan, keseimbangan, kelenturan, dan persiapan secara mental. Proses tersebut dilakukan oleh atlet dari jauh-jauh hari dan semakin intens ketika pertandingan akan berlangsung. Hal tersebut berpotensi menyebabkan munculnya kecemasan pada atlet.

3. Berusia 18 – 25 tahun

Rentang umur 18 – 25 tahun yang ditentukan oleh peneliti sebagai kriteria subjek di karenakan pada usia tersebut, individu berada pada tahap perkembangan remaja akhir (Santrock, 2018)

2. Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah total suatu populasi, bermanfaat untuk membantu peneliti dalam memahami besar keseluruhan populasi yang ada. Oleh karena itu, suatu sampel harus mampu memiliki sifat representatif agar suatu simpulan yang didapat dari sampel bisa diterapkan pada populasi (Sugiyono, 2019). Jenis sampling yang dilakukan oleh peneliti yakni *probability sampling* dengan menggunakan teknik *simple random sampling*, di mana atlet yang berada di setiap fakultas akan dipilih secara acak

berdasarkan daftar nama yang tersedia, dan setiap nama yang dipilih akan diminta agar dapat melakukan pengisian survei dengan jumlah sampel tertentu. Teknik *sampling* yang digunakan merupakan teknik yang dimanfaatkan untuk mengambil sampel dengan memberi kesempatan kepada populasi secara menyeluruh (Sugiyono, 2019).

Teknik *simple random sampling* dipilih oleh peneliti, yang merupakan teknik pengambilan sampel *di mana* peneliti akan melakukan pengacakan pada populasi. Teknik ini diambil untuk memudahkan peneliti dalam memilih populasi yang tidak memiliki strata tertentu. Dalam menentukan jumlah sampel, peneliti menggunakan pedoman dari Isaac dan Michael dengan taraf kesalahan 5% (Sugiyono, 2019), terdapat 131 atlet yang akan menjadi sampel.

D. Metode Pengumpulan Data

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan skala psikologi untuk pengambilan data. Skala pengukuran yang digunakan pada penelitian ini adalah skala *likert*. Menurut Sugiyono (2019) skala *likert* adalah skala yang dipergunakan untuk mengukur sikap yang dilakukan, pendapat akan suatu hal, dan persepsi individu terhadap sebuah fenomena tertentu.

Penilaian dalam skala *likert* untuk aitem *favourable* mulai dari yang paling tinggi yakni angka 4,3,2,dan 1. Setiap nilai memiliki arti jawaban yang bertingkat mulai dari jawaban sangat sesuai (SS) diberi nilai 4, sesuai (S) diberi nilai 3, tidak sesuai (TS) diberi nilai 2, dan sangat tidak sesuai (STS) diberi nilai 1. Untuk nilai

aitem *unfavourable* berlaku sebaliknya, mulai dari angka 1 bergerak hingga angka 4. Penjelasan dari setiap jawaban adalah sangat sesuai (SS) diberi nilai 1, sesuai (S) diberi nilai 2, tidak sesuai (TS) diberi nilai 3, dan sangat tidak sesuai (STS) diberi nilai 4. Untuk melakukan pengukuran dalam setiap variabel dalam penelitian ini, peneliti menggunakan 2 skala psikologis yaitu skala *hardiness* dan kecemasan. Berikut penjelasan mengenai skala yang digunakan:

1. Skala *Hardiness*:

Pada penelitian ini, alat ukur yang digunakan dalam pengukuran *hardiness* disusun oleh peneliti sendiri menggunakan tiga aspek yang menggambarkan *hardiness* yang dikemukakan oleh Bartone dkk., (2022). Skala tersebut terdiri dari 36 aitem pernyataan yang mengukur 3 aspek *hardiness* yakni *commitment* (komitmen), *control* (kontrol / pengendalian diri), dan *challenge* (tantangan).

Pada skala *hardiness* yang disusun, terdapat 18 pernyataan *favourable* dan 18 pernyataan *unfavourable*. Penjelasan lebih lengkap dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 1. *Blueprint* Skala *Hardiness*

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah	Bobot
			F	UF		
1.	Kontrol (Control)	a. Memiliki kendali saat menentukan keputusan	3	3	6	16,67%
		b. Mampu mengontrol diri sendiri	3	3	6	16,67%
2.	Komitmen (Commitment)	a. Tidak mudah menyerah	3	3	6	16,67%
		b. Memiliki tanggung jawab	3	3	6	16,67%
3.	Tantangan (Challenge)	a. Mampu menerima perubahan dalam kehidupan	3	3	6	16,67%
		b. Menganggap masalah sebagai tantangan	3	3	6	16,67%
Jumlah			18	18	36	100%

2. Skala Kecemasan:

Untuk mengukur variabel kecemasan, peneliti menggunakan skala kecemasan yang disusun berdasarkan dari aspek kecemasan yang disampaikan oleh Nevid, Rathus, dan Greene (2005) berjumlah tiga aspek yang meliputi aspek fisik, aspek kognitif, dan aspek perilaku

Skala ini berjumlah 36 aitem meliputi 18 pernyataan *favourable* dan 18 pernyataan *unfavourable*.

Tabel 2. *Blueprint* Skala Kecemasan

No	Aspek	Indikator	Aitem		Total	Bobot
			F	UF		
1.	Aspek fisik	a. Gangguan yang muncul pada fisik manusia yang berkaitan dengan pertandingan	3	3	6	16,7%
		b. Munculnya rasa gelisah dan gugup terhadap pertandingan	3	3	6	16,7%
2.	Aspek kognitif	a. Memiliki pikiran negatif terhadap pertandingan	3	3	6	16,7%
		b. Ragu dengan kemampuan yang dimiliki	3	3	6	16,7%
3.	Aspek perilaku	a. Menghindari informasi terkait pertandingan	3	3	6	16,7%
		b. Terjadi perubahan pada tingkah laku sehari-hari	3	3	6	16,7%
Jumlah			18	18	36	100%

E. Daya Beda Aitem, Validitas, dan Reliabilitas Skala

1. Daya Beda Aitem

Dalam uji suatu daya beda aitem diukur dengan koefisien korelasi antara distribusi skor suatu aitem dan distribusi skor yang berasal dari skala. Aitem dapat dikatakan mempunyai daya beda yang baik untuk digunakan ketika memiliki koefisien korelasi $> 0,30$ (Azwar, 2012). Untuk aitem yang memiliki nilai koefisien $< 0,30$, maka aitem tersebut merupakan aitem yang memiliki daya beda rendah.

2. Validitas

Pada penelitian ini **validitas** alat ukur yang digunakan adalah validitas isi yang dilaksanakan dengan memperhatikan kesesuaian antara alat ukur yang telah

disusun dengan definisi variabel penelitian. Penilaian pada penelitian akan menggunakan *expert judgement* dengan arti menggunakan penilaian dari orang ahli dalam bidang yang ditentukan sebagai variabel penelitian ini. Expert judgement pada penelitian ini yaitu **Muhammad Mu'adz Al Barra S, Psi.**

3. Reliabilitas Skala

Reliabilitas alat ukur dapat diketahui setelah melalui uji coba alat ukur dan hasilnya dapat dianalisis agar ditemukan hasil dan bagaimana konsistensi dari alat ukur yang digunakan. Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan *Alpha Cronbach's* dengan rentang angka yaitu 0 sampai 1,00 yang dapat diartikan bahwa semakin mendekati angka satu maka semakin tinggi pula konsistensi (Azwar, 2012)

F. Analisis Data

Penelitian ini akan melakukan analisis data untuk mengetahui bagaimana korelasi antar variabel dalam penelitian. Analisis data dilakukan menggunakan bantuan software SPSS versi 26.0. Berikut penjelasan analisis dalam penelitian ini:

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Dilakukannya uji normalitas bertujuan untuk mengetahui sebaran data yang sudah terkumpul. Hasil pengujian data tersebut akan membuktikan apakah data yang terkumpul sudah tersebar secara normal maupun tidak. Perkiraan data normal perlu diuji untuk memverifikasi normal atau tidaknya data yang telah dikumpulkan

(Widana & Muliani, 2020). Dalam mengetahui normalitas dari persebaran data, peneliti merujuk pada panduan interpretasi yakni $p > 0,05$ untuk mampu dikatakan bahwa data yang telah diperoleh normal.

b. Uji Linearitas

Dilakukannya uji linearitas bertujuan untuk mencari tahu bagaimana korelasi antara kedua variabel (Widana & Muliani, 2020). Hasil pengujian tersebut akan membuktikan apakah kedua variabel memiliki korelasi secara garis lurus atau tidak. Untuk menentukan linearitas, peneliti menggunakan kriteria dengan nilai signifikansi sebesar $p < 0,05$.

BAB IV

PELAKSANAAN DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Orientasi Kancan

Peneliti melakukan penelitian yang berlokasi di Universitas Diponegoro Semarang. Lokasi penelitian tepatnya berada di Kota Semarang Provinsi Jawa Tengah, dengan letak Pusat kegiatan administrasi berada pada gedung Rektorat di Kecamatan Tembalang sebagai pusat pelayanan Administrasi. Pelayanan administrasi meliputi Administrasi Umum dan Keuangan, Administrasi Akademik, Administrasi Kemahasiswaan serta Administrasi Perencanaan dan Sistem Informasi.

Universitas Diponegoro Semarang berdiri pada tahun 1957 yang dikukuhkan melalui keputusan Presiden dengan Peraturan Pemerintah No 7 Tahun 1961 dan Surat Keputusan Menteri Pendidikan, Pengajaran dan Kebudayaan No 101247/UU tanggal 3 Desember 1960. Universitas Diponegoro memiliki 12 Fakultas dan 1 Sekolah Pasca Sarjana yang memiliki visi yakni “Universitas Diponegoro Menjadi Universitas Riset yang Unggul”. Universitas Diponegoro mempunyai tekad untuk menanamkan nilai perjuangan dari Pangeran Diponegoro pada setiap mahasiswa, alumni, tenaga kependidikan, dan dosen. (Universitas Diponegoro, 2024).

Tujuan utama Universitas Diponegoro dalam menjalankan pendidikan adalah untuk menghasilkan lulusan yang mempunyai profil COMPLETE

(*Communicator, Professional, Leader, Thinker, Entrepreneur, dan Educator*), unggul di nasional bahkan internasional serta mampu memberikan kontribusi pada proses berkembangnya ilmu pengetahuan, seni, teknologi, olahraga dan budaya.

Penelitian yang berlokasi di Universitas Diponegoro ini ingin mencari tahu bagaimana korelasi antara *hardiness* dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro. Pertimbangan yang dilakukan oleh peneliti dalam memilih lokasi ini sebagai subjek penelitian adalah:

- a. Peneliti telah mengajukan dan memperoleh izin untuk melaksanakan penelitian dari pihak Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
- b. Belum adanya penelitian terdahulu yang mengangkat mengenai topik di instansi yang akan diteliti
- c. Subjek yang ingin diteliti mempunyai karakteristik yang sesuai dengan tujuan peneliti.

2. Subjek Penelitian

Riset ini melibatkan mahasiswa Universitas Diponegoro yang menjadi atlet Futsal di setiap fakultas pada tahun 2024 sebagai populasi, yang terdiri dari 209 mahasiswa. Penetapan jumlah sampel pada penelitian ini menggunakan pedoman dari tabel Isaac & Michael dengan taraf kesalahan 5% sehingga memperoleh sampel sejumlah 131 mahasiswa dan subjek uji coba alat ukur sebanyak 60 mahasiswa.

3. Jalannya Penelitian, terdiri dari:

i. Persiapan Administrasi

Pada proses pelaksanaan, peneliti menjalankan persiapan administratif dengan mengajukan permohonan izin uji coba dan pengambilan data kepada pihak Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Peneliti mendapat izin dari surat yang telah diajukan kepada pihak Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro pada tanggal 30 April 2024 berupa surat izin Uji Coba Kuesioner Penelitian dengan nomor surat 750/UN7.F11/PP/IV/2024 dan surat izin untuk Pengambilan Data Penelitian dengan nomor surat 751/UN7.F11/PP/IV/2024.

Peneliti, kemudian mengajukan surat izin Uji Coba dan Surat izin pengambilan data kepada pihak Biro Akademik dan Kemahasiswaan Universitas Diponegoro. Pada tanggal 6 Juni 2024 peneliti mendapatkan balasan mengenai surat yang telah diajukan dengan nomor surat 250/UN7.G1/PP/VI/2024.

ii. Pelaksanaan Uji Coba Alat Ukur

Pelaksanaan uji coba, peneliti menggunakan dua alat ukur yakni skala *hardiness* dengan skala kecemasan menghadapi pertandingan. Alat ukur tersebut disusun oleh peneliti dengan mengacu pada aspek-aspek dari Bartone dkk., (2022) untuk skala *hardiness* dan Nevid, dkk (2005) untuk skala kecemasan menghadapi pertandingan.

Skala yang digunakan pada penelitian ini terdiri dari beberapa isi bagian yang meliputi penjelasan dan tujuan penelitian, kontak peneliti, *informed consent*, halaman identitas subjek, skala *hardiness*, dan skala kecemasan menghadapi pertandingan. Pelaksanaan uji coba dilakukan secara langsung atau *offline* dengan subjek yang tidak terpilih menjadi subjek penelitian. Uji coba skala dilakukan mulai tanggal 6 Mei hingga 10 Mei 2024. Peneliti kemudian melakukan analisis data yang telah terkumpul dari tahapan uji coba. Data tersebut diolah dengan bantuan dari program SPSS 26.0 dan peneliti melakukan pengujian **daya beda aitem**. Pada tahap uji coba, indeks daya beda menggunakan indeks daya beda sebesar $> 0,30$ (Azwar, 2012). Untuk aitem yang memiliki daya beda sebesar $< 0,30$, maka aitem tersebut dianggap gugur. Pengujian lain yakni uji reliabilitas yang dilihat dengan menggunakan nilai *Alpha Cronbach* yang di mana apabila nilai semakin mendekati angka 1, skala penelitian akan semakin reliabel. Penjelasan lebih lengkap sebagai berikut:

1) Skala *Hardiness*

Skala *hardiness* disusun berlandaskan pada aspek-aspek dari Bartone dkk., (2022) sebagai acuan. Skala *hardiness* berisi 36 aitem yang terdiri dari 18 aitem *favourable*, dan 18 aitem *unfavourable*. Persebaran aitem dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3. Sebaran Aitem Uji Coba Skala *Hardiness*

No	Aspek	Nomor Butir		Jumlah	Bobot
		Fav	Unfav		
1.	<i>Control</i>	1,2,3,31,32,33	4,5,6,34,35,36	12	33%
2.	<i>Commitment</i>	7,8,9,25,26,27	10,11,12,28,29,30	12	33%
3.	<i>Challenge</i>	13,14,15,19,20,21	16,17,18,22,23,24	12	33%
Total				36	100%

Berdasarkan hasil dari analisa yang telah dilaksanakan pada skala *hardiness*, hasilnya menunjukkan jika skala dapat dikatakan reliabel. Skala *hardiness* mempunyai koefisiensi (α) sebesar 0,939. (Azwar, 2012) menerangkan bahwa nilai koefisien semakin mendekati angka 1,00 maka suatu alat ukur dapat dikatakan reliabel.

Tabel 4. Ringkasan Indeks Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Uji Coba Skala *Hardiness*

Jumlah Putaran	Jumlah Aitem	Rix Minimum	Rix Maximum	Koefisien Reliabilitas (α)
1	36	0,164	0,736	0,935
2	34	0,332	0,748	0,939

Skala *hardiness* pada awalnya berjumlah 36 aitem yang dipergunakan. Pada aturan pertama sebanyak 2 aitem gugur sehingga berubah menjadi 34 aitem. Dilakukan putaran kedua namun tidak ada aitem yang dinyatakan gugur. Keseluruhan aitem yang valid pada skala *hardiness* menjadi 34 aitem (94,4%) dan aitem gugur ada 2 aitem (5,6%). Persebaran aitem lengkap sebagai berikut:

Tabel 5. Sebaran Aitem Valid dan Gugur Variabel Uji Coba Skala *Hardiness*

No	Aspek	Nomor Butir				Jumlah Aitem		Total
		Fav		Unfav		V	G	
		V	G	V	G			
1	Control	1,2,3		34,35,36		11	1	12
		31, 32,33		5,6	4			
2	Commitment	7,8,9		28,29,30		11	1	12
		25,26,27		11,12	10			
3	Challenge	13,14,15		22,23,24		12		12
		19,20,21		16,17,18				
Total						34	2	36

Peneliti menyusun kembali skala *hardiness* ke sebaran yang telah diperbaharui dan menjadi susunan aitem yang valid dan reliabel. Susunan skala *hardiness* adalah berikut ini.

Tabel 6. Sebaran Aitem Skala *Hardiness* dan Pembaruan Nomor Aitem

No	Aspek	Nomor Butir		Jumlah
		Fav	Unfav	
1	<i>Control</i>	1(1),2(2),3(3), 31(29),32(30),33(31)	5(4),6(5),34(32), 35(33),36(34)	11
2	<i>Commitment</i>	7(6),8(7),9(8), 25(23),26(24),27(25)	11(9),12(10),28(26),29(27),30(28)	11
3	<i>Challenge</i>	13(11),14(12), 15(13),19(17), 20(18),21(19)	16(14),17(15), 18(16),22(20), 23(21),24(22)	12
Total		18	16	34

2) Skala Kecemasan menghadapi Pertandingan

Skala *hardiness* disusun berlandaskan pada aspek-aspek dari Nevid dkk., (dalam Pitaloka dkk., 2021) sebagai acuan. Skala Kecemasan menghadapi pertandingan berisi 36 aitem yang terdiri dari 18 aitem *favourable*, dan 18 aitem *unfavourable*. Persebaran aitem dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 7. Sebaran Aitem Uji Coba Skala Kecemasan Menghadapi Pertandingan

No	Aspek	Nomor Butir		Jumlah	Bobot
		Fav	Unfav		
1.	Fisik	1,3,5,19,21,23	14,16,18,32,34,36	12	33%
2.	Kognitif	7,9,11,25,27,29	8,10,12,26,28,30	12	33%
3.	Perilaku	13,15,17,31,33,35	2,4,6,20,22,24	12	33%
Total				36	100%

Berdasarkan hasil dari analisa yang telah dilaksanakan pada skala **kecemasan** menghadapi pertandingan, hasilnya menunjukkan jika skala dapat dikatakan reliabel. Skala Kecemasan menghadapi pertandingan mempunyai koefisiensi (α) sebesar 0,935. (Azwar, 2012) menerangkan bahwa nilai koefisien semakin mendekati angka 1,00 maka suatu alat ukur dapat dikatakan reliabel.

Tabel 8. Ringkasan Indeks Daya Beda Aitem Dan Reliabilitas Uji Coba Skala Kecemasan Menghadapi Pertandingan

Jumlah Putaran	Jumlah Aitem	Rix Minimum	Rix Maximum	Koefisien Reliabilitas (α)
1	36	0,229	0,776	0,932
2	34	0,308	0,792	0,935

Skala Kecemasan menghadapi pertandingan pada awalnya berjumlah 36 aitem yang dipergunakan. Pada Aturan pertama sebanyak 2 aitem gugur sehingga berubah menjadi 34 aitem. Dilakukan putaran kedua namun tidak ada aitem yang dinyatakan gugur. Keseluruhan aitem yang valid pada Skala Kecemasan

menghadapi pertandingan menjadi 34 aitem (94,4%) dan aitem gugur ada 2 aitem (5,6%). Persebaran aitem lengkap sebagai berikut:

Tabel 9. Sebaran Aitem Valid Dan Gugur Variabel Uji Coba Skala Kecemasan Menghadapi Pertandingan

No	Aspek	Nomor Butir				Jumlah Aitem		Total
		Fav		Unfav				
		V	G	V	G	V	G	
1	Fisik	1,3,5		32,34,36		12		12
		19,21,23		14,16,18				
2	Kognitif	7,9	11	26,28,30		11	1	12
		25,27,29		8,10,12				
3	Perilaku	13,15,17		20,22,24		11	1	12
		31,33	35	2,4,6				
Total						34	2	36

Peneliti menyusun kembali skala kecemasan menghadapi pertandingan ke sebaran yang telah diperbaharui dan menjadi susunan aitem yang valid dan reliabel. Susunan skala Kecemasan menghadapi pertandingan adalah berikut ini.

Tabel 10. Sebaran Aitem Skala Kecemasan Menghadapi Pertandingan Dan Pembaruan Nomor Aitem

No	Aspek	Nomor Butir		Jumlah
		Fav	Unfav	
1	Fisik	1(1),3(3),5(5), 19(18),21(20),23(22)	14(13),16(15), 18(17),32(31), 34(33),36(34)	12
2	Kognitif	7(7),9(9),25(24), 27(26),29(28)	8(8),10(10), 12(11),26(25), 28(27),30(29)	11
3	Perilaku	13(12),15(14), 17(16),31(30), 33(32)	2(2),4(4),6(6), 20(19),22(21), 24(23)	11
Total		16	18	34

iii. Pengambilan Data

Pengambilan data pada penelitian ini dilaksanakan secara langsung bersama subjek penelitian dan bertempat di sekitar daerah Universitas Diponegoro yang berada di Kecamatan Tembalang pada tanggal 8 hingga 17 Juni 2024. Alat ukur yang dipergunakan oleh peneliti yakni skala *hardiness* dengan jumlah aitem 34 dan skala kecemasan menghadapi pertandingan dengan jumlah aitem 34.

Penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*.

Peneliti melakukan penggalan informasi data atlet futsal dari setiap Fakultas Universitas Diponegoro. Data diperoleh 209 atlet futsal, yang kemudian diambil secara acak 60 atlet sebagai subjek uji coba skala.

Dari 149 atlet, peneliti menggunakan tabel Isaac & Michael dengan taraf kesalahan 5% didapatkan total 131 atlet sebagai subjek penelitian.

Pengambilan data pada penelitian ini dilakukan dengan menyebarkan skala kepada subjek penelitian yang terpilih dari pengacakan secara tatap muka. Subjek diberikan skala penelitian yang meliputi cover, kata pengantar, penjelasan dan tujuan penelitian, kontak peneliti, informed consent, lembar identitas subjek, skala 1 yang merupakan skala kecemasan dan skala 2 yang merupakan skala *hardiness*.

Peneliti melakukan pengolahan data yang didapat serta melakukan analisis menggunakan bantuan dari program SPSS 26.0

B. Hasil Penelitian

1. Analisis Data

Dilakukannya analisis data pada penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui serta menentukan hipotesis yang ditetapkan sebelumnya, dapat diterima atau ditolak. Peneliti melakukan skoring dari data yang diperoleh menggunakan bantuan dari program SPSS 26.0. Pada penelitian ini variabel prediktor yaitu *hardiness* dan variabel kriterium yaitu kecemasan menghadapi pertandingan.

Analisis data pada penelitian ini mencakup; Uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas, uji hipotesis dan analisis deskriptif.

a. Uji Asumsi

Uji asumsi yakni suatu pengujian yang berguna untuk melihat data yang didapatkan pada suatu penelitian apakah terdistribusi secara normal. serta mengetahui apakah ada hubungan yang linear pada suatu penelitian. Sebelum melakukan uji hipotesis, uji asumsi merupakan tahapan dan salah satu syarat yang harus dilaksanakan.

1) Uji normalitas

Pada penelitian ini, uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*. Nilai signifikansi (p) $> 0,05$ menjadi acuan dalam uji normalitas. Nilai signifikansi tersebut dipergunakan untuk menentukan bagaimana data penelitian terdistribusi. Hasil pengujian normalitas yang telah di dapat pada penelitian ini yakni menunjukkan nilai signifikansi (p) sebesar 0,004 untuk variabel *hardiness* dan nilai signifikansi (p) sebesar $< 0,001$ untuk variabel kecemasan. Berdasarkan hasil yang telah didapatkan, dapat dikatakan bahwa data penelitian tidak terdistribusi secara normal untuk variabel *hardiness* dan kecemasan.

Tabel 11. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov-Smirnov	Signifikansi $p > 0,5$	Bentuk
<i>Hardiness</i>	0,098	0,004	Tidak normal

Kecemasan Menghadapi Pertandingan	0,153	< 0,001	Tidak normal
--	-------	---------	-----------------

2) Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan guna mengetahui bagaimana keterkaitan korelasi antara kedua variabel, apakah mempunyai hubungan yang linear atau tidak. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan nilai signifikansi (p) $< 0,05$ pada uji linearitas sebagai pedoman dan nilai ini juga digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya korelasi linear antar kedua variabel. Hasil yang didapatkan pada pengujian ini yakni menghasilkan nilai $F = 47,249$ Dengan $p < 0,001$ sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan yang linear dari kedua variabel.

Tabel 12. Hasil Uji Linearitas

Hubungan Variabel	Nilai F	Signifikansi $p < 0,05$	Keterangan
<i>Hardiness</i> dan Kecemasan menghadapi pertandingan	47,249	$< 0,001$	Linear

b. Uji Hipotesis

Penelitian ini memakai analisis korelasi perhitungan dengan *Spearman-Rho* untuk menguji hipotesis peneliti. Uji hipotesis menggunakan *Spearman-Rho* karena hasil uji asumsi tidak terpenuhi, akibat dari variabel *hardiness* dan kecemasan tidak terdistribusi secara normal. Berikut tabel hasil uji hipotesis

Tabel 13. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Koefisiensi Korelasi	Signifikansi
<i>Hardiness</i> dan Kecemasan menghadapi pertandingan	3. 0,532	$< 0,001$

Uji hipotesis yang telah dilakukan menunjukkan hasil signifikansi $(p) < 0,001$ dengan koefisiensi korelasi untuk variabel sebesar $-0,532$. Nilai signifikansi $(p) < 0,001$ yang telah didapat, dapat diartikan sebagai adanya hubungan yang signifikan pada kedua variabel. Pada koefisien korelasi, nilai yang telah didapatkan yakni nilai $-0,532$, yang mengindikasikan adanya hubungan negatif antar variabel. Berdasarkan perolehan nilai tersebut, hipotesis yang telah diajukan peneliti sebelumnya yakni terdapat hubungan negatif antara *hardiness* dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet **diterima**.

Hubungan negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi *hardiness* pada atlet maka semakin rendah kecemasan menghadapi pertandingan, dan semakin rendah *hardiness* pada atlet maka akan semakin tinggi kecemasan menghadapi pertandingan.

2. Analisis Data Deskriptif

Subjek yang berpartisipasi pada penelitian ini berjumlah 131 mahasiswa yang menjadi atlet futsal di setiap fakultas Universitas Diponegoro. Pada tabel 14 terdapat ringkasan mengenai jumlah dan presentasi subjek penelitian.

Tabel 14. Jumlah dan Persentase Fakultas

Fakultas	Angkatan				Usia						(%)
	2020	2021	2022	2023	18	19	20	21	22	23	
Fakultas Ekonomi dan Bisnis	3	4	3	2	-	3	2	4	3	-	9,2
Fakultas Hukum	2	4	4	-	-	-	4	4	-	2	7,6
Fakultas Ilmu Budaya	1	3	4	3	1	4	3	1	2	-	8,4
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	4	1	6	3	-	4	5	3	1	1	10,7
Fakultas Kedokteran	1	2	7	5	2	4	3	6	-	-	11,5
Fakultas Kesehatan Masyarakat	2	2	1	2	-	-	3	1	2	1	5,3
Fakultas Perikanan dan Ilmu Kelautan	1	3	4	3	-	2	4	5	-	-	8,4
Fakultas Peternakan dan Pertanian	2	3	3	1	1	-	1	4	3	-	6,9
Fakultas Psikologi	3	4	-	3	-	2	1	2	5	-	7,6
Fakultas Sains dan Matematika	1	7	2	2	-	-	7	4	1	-	9,2
Fakultas Teknik	1	3	3	3	-	1	5	2	1	1	7,6
Sekolah Vokasi	2	2	2	4	1	4	1	1	2	1	7,6
Total	23	38	39	31	5	24	39	37	20	6	

Olah data dilakukan setelah peneliti menentukan gambaran mengenai subjek untuk melihat secara garis besar mengenai hasil penelitian. Untuk mengetahui gambaran secara umum tentang hasil skor variabel pada penelitian dapat dilihat pada **tabel 15 di** bawah ini.

Tabel 15. Gambaran Umum Hasil Skor Variabel Penelitian

Variabel	Statistik	Hipotetik	Empirik
<i>Hardiness</i>	Skor minimum	34	76
	Skor maksimum	136	125
	Mean (x)	85	99,19
	Standar Deviasi	17	14,413
Kecemasan	Skor minimum	34	53
	Skor maksimum	136	128
	Mean (x)	85	86,81
	Standar Deviasi	17	23,581

a. Kategorisasi Data Variabel *Hardiness*

Kategorisasi untuk variabel penelitian *hardiness* sebagai berikut.

Tabel 16. Kategorisasi Variabel *Hardiness*

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi
$X \leq M - 1,5 \text{ SD}$	$X \leq 59,5$	Sangat Rendah
$M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$	$59,5 < X \leq 76,5$	Rendah
$M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$	$76,5 < X \leq 93,5$	Sedang
$M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$	$93,5 < X \leq 110,5$	Tinggi
$M + 1,5 \text{ SD} < X$	$110,5 < X$	Sangat Tinggi

Keterangan:

M = MEAN (rerata) hipotetik

SD = Standar Deviasi Hipotetik

X = Skor Subjek

Berikut hasil distribusi variabel *hardiness*

Tabel 17. Distribusi Variabel *Hardiness*

Tingkat Distribusi	Frekuensi (a)	Persentase (%)
Rendah	3	2,3
Sedang	44	33,6
Tinggi	45	34,4
Sangat Tinggi	39	29,8
Total	131	100

b. Kategorisasi Data Variabel Kecemasan

Berikut kategorisasi pada variabel kecemasan

Tabel 18. Kategorisasi Variabel Kecemasan Menghadapi Pertandingan

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi
$X \leq M - 1,5 \text{ SD}$	$X \leq 59,5$	Sangat Rendah
$M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$	$59,5 < X \leq 76,5$	Rendah
$M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$	$76,5 < X \leq 93,5$	Sedang
$M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$	$93,5 < X \leq 110,5$	Tinggi
$M + 1,5 \text{ SD} < X$	$110,5 < X$	Sangat Tinggi

Keterangan:

M = MEAN (rerata) hipotetik

SD = Standar Deviasi Hipotetik

X = Skor Subjek

Berikut hasil distribusi variabel kecemasan

Tabel 19. Distribusi Variabel Kecemasan Menghadapi Pertandingan

Tingkat Distribusi	Frekuensi (a)	Persentase (%)
Sangat Rendah	16	12,2
Rendah	34	26
Sedang	26	19,8
Tinggi	15	11,5
Sangat Tinggi	40	30,5
Total	131	100

3. Interpretasi Data

Peneliti telah melakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas serta uji linearitas. Dari hasil uji normalitas, peneliti memperoleh hasil nilai signifikansi (p) sebesar $<0,004$ pada variabel *hardiness* dan nilai signifikansi (p) sebesar $<0,001$ pada variabel kecemasan. Pada penelitian ini, uji normalitas ditetapkan menggunakan nilai signifikansi $p > 0,05$. Berdasarkan hasil yang telah di dapat, variabel *hardiness* dan kecemasan bisa dikatakan tidak terdistribusi secara normal, karena nilai signifikansi (p) dari kedua variabel $< 0,05$.

Uji linearitas pada penelitian ini menunjukkan hasil nilai $F = 47,249$ dengan $p \leq 0,001$. Dari hasil tersebut dan mengacu pada uji linearitas dengan $p < 0,05$ maka dapat diartikan bahwa terdapat hubungan *hardiness* dengan kecemasan menghadapi pertandingan, terdapat hubungan yang linear. Dari hasil uji asumsi yang telah dilakukan oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa uji asumsi tidak terpenuhi karena pada uji normalitas kedua variabel mendapatkan

hasil tidak terdistribusi secara normal. Maka pengujian uji hipotesis akan dilakukan dengan menggunakan uji *Spearman's Rho*.

Hasil dari uji hipotesis menunjukkan nilai signifikansi (p) $< 0,001$ dengan koefisien korelasi sebesar $-0,532$. Dikarenakan penelitian ini memiliki hasil nilai signifikansi (p) $< 0,001$ yaitu kurang dari $0,01$, maka dapat dikatakan hubungan antara kedua variabel pada penelitian ini signifikan. Dari pengujian yang telah dilakukan pada penelitian ini, maka hipotesis yang diajukan peneliti bahwa terdapat hubungan negatif antara *hardiness* dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet diterima.

Variabel pada penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi negatif. Maka dapat dikatakan bahwa pada saat tingkat *hardiness* pada atlet tinggi, maka tingkat kecemasan menghadapi pertandingan akan semakin rendah. Begitu pula sebaliknya, ketika *hardiness* pada atlet rendah, maka tingkat kecemasan menghadapi pertandingan akan semakin tinggi.

Berdasar dari data penelitian ini, mayoritas subjek penelitian berada pada kategori tinggi (34,4%) sebanyak 45 mahasiswa pada variabel *hardiness*, sedangkan pada variabel kecemasan menghadapi pertandingan mayoritas berada pada kategori sangat tinggi (30,5%) sebanyak 40 mahasiswa.

4. Simpulan Analisis Data

Berdasarkan dari hasil uji hipotesis yang telah dilakukan, peneliti mendapatkan nilai signifikansi $(p) < 0,001$ dengan korelasi negatif sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan negatif secara signifikan pada *hardiness* dan kecemasan menghadapi pertandingan. Semakin tinggi *hardiness* pada atlet futsal Universitas Diponegoro maka akan semakin rendah kecemasan menghadapi pertandingan. Maka dari hasil tersebut, hipotesis yang dikemukakan pada penelitian ini yang menyebutkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara *hardiness* dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro terbukti dan diterima.

BAB V PENUTUP

A. Pembahasan

Riset yang telah dilaksanakan kepada mahasiswa yang menjadi atlet futsal Universitas Diponegoro. Penelitian ini memiliki tujuan guna mencari tahu bagaimana korelasi antara kedua variabel pada penelitian yang diangkat oleh peneliti, yaitu *hardiness* dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro. Adapun hipotesis yang diajukan pada penelitian ini yaitu terdapat korelasi antara *hardiness* dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet. Peneliti menemukan adanya hubungan yang bersifat negatif, yang memiliki arti bahwa ketika atlet yang memiliki tingkat *hardiness* tinggi berkaitan dengan tingkat kecemasan menghadapi pertandingan yang lebih rendah. Begitu pula sebaliknya, tingkat *hardiness* yang lebih rendah pada atlet berkaitan dengan tingkat kecemasan menghadapi pertandingan yang lebih tinggi.

Untuk mengetahui nilai kebenaran hipotesis pada penelitian ini, peneliti melaksanakan pengujian hipotesis dengan menggunakan metode *non-parametrik Spearman's Rho*. Hasil pengujian tersebut menunjukkan koefisien korelasi sebesar -0,532, yang mengindikasikan adanya hubungan negatif antara dua variabel yang diuji. Berdasarkan hasil yang didapatkan oleh peneliti, dapat diartikan bahwa hipotesis pada penelitian yang diajukan oleh peneliti **dapat diterima**. Hasil dari pengujian hipotesis pada penelitian ini, didukung dengan teori *transactional model*

of stress and coping yang menyatakan bahwa **stress** dalam bentuk kecemasan dipengaruhi akibat kurangnya mental yang kuat, kepercayaan diri, serta kemampuan untuk mengatasi dan menghadapi yang dimiliki individu (Folkman & Lazarus, 1987).

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nugroho & Karyono (2014). Dalam penelitiannya ditemukan korelasi negatif antara **hardiness** dengan **kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir** dengan koefisien korelasi sebesar - 0,519. Begitu pula sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kopales et.al (2014) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara **hardiness** dengan kecemasan **pada mahasiswa psikologi Universitas Negeri Padang**. Akan tetapi, penelitian ini berbeda dengan hasil yang dilakukan pada penelitian lain oleh Almagro et.al (2024) yang mengemukakan bahwa hubungan antara **hardiness** dengan kecemasan **pada perawat CCU spanyol pada saat COVID-19** tidak signifikan, penelitian yang mereka lakukan menunjukkan adanya faktor lain yang lebih besar mempengaruhi kedua variabel tersebut.

Mahasiswa yang menjadi atlet mempunyai tanggung jawab lebih dibanding dengan mahasiswa pada umumnya, dikarenakan mereka mempunyai tanggung jawab selain menempuh pendidikan. Setiap atlet pasti akan mengalami kecemasan dalam hidupnya, terutama atlet yang selalu dituntut untuk harus dalam keadaan prima dan mampu menang dalam setiap pertandingan Alifi & Widodo (2022). Penelitian yang dilakukan oleh Hindiari & Wismanadi (2022) yang menjelaskan bahwa ketika kecemasan yang dialami oleh atlet sebelum pertandingan tidak ditangani dengan serius, akan berdampak pada performa pertandingan bahkan

paling buruk dapat mempengaruhi kehidupan keseharian hingga proses pembelajaran di kampus. Lawan yang cukup berat, pengalaman menghadapi pertandingan yang kurang, dan pikiran negatif akan terjadi hal buruk dapat menjadi faktor terjadinya kecemasan sebelum pertandingan dimulai Swastiratu (2019).

Hasil yang diperoleh pada penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro mayoritas (30,5%) sebanyak 40 mahasiswa berada pada tingkat sangat tinggi. Sedangkan, tingkat *hardiness* pada atlet futsal Universitas Diponegoro mayoritas (34,4%) sebanyak 45 mahasiswa berada pada tingkat tinggi.

Hardiness yang dimiliki oleh atlet memberikan pengaruh pada tingkat kecemasan menghadapi pertandingan yang dirasakan. Tingkat *hardiness* yang tinggi pada atlet mahasiswa, mampu memberikan dampak regulasi emosi pada dirinya seperti mengontrol respon emosi, serta ketahanan menghadapi stress ketika dalam suatu tantangan (Dawenan et.al, 2014). Dari wawancara yang dilakukan peneliti pasca penelitian, mahasiswa memiliki sikap serta cara pandang yang baik ketika dihadapkan pada tantangan atau pertandingan.

Dari kategorisasi data, dapat ditarik kesimpulan bahwa masih terdapat mahasiswa yang memiliki kecemasan menghadapi pertandingan yang tinggi, namun juga berada pada tingkat *hardiness* yang tinggi. Walaupun demikian, terdapat kemungkinan adanya variabel lain yang lebih berhubungan terhadap tingkat kecemasan menghadapi pertandingan selain optimisme.

Penelitian yang dilakukan oleh Iwanda & Larasati (2024) menunjukkan hasil penelitian yakni terdapat korelasi negatif antara ketangguhan mental dan kecemasan. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa variabel ketangguhan mental memberikan sumbangan sebesar 12,11 % terhadap variabel kecemasan. Penelitian lain yang dilakukan oleh Zidanti & Supriatna (2022) yang melakukan penelitian terhadap Kesabaran dan kecemasan, mendapatkan hasil adanya korelasi antar kedua variabel. Pada penelitian tersebut, variabel kesabaran Pengaruh Kesabaran terhadap Kecemasan Bertanding pada Atlet Taekwondo Kota Bandung memberikan sumbangan sebesar 61,8% terhadap kecemasan bertanding. Akan tetapi, Penelitian yang dilakukan Nugroho & Karyono (2014) tetap membuktikan bahwa *hardiness* memberikan sumbangan sejumlah 26,9 % terhadap kecemasan. Hasil tersebut ditambahkan dari hasil temuan Kopales et.al (2014) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *hardiness*, maka akan semakin rendah tingkat kecemasan yang dirasakan.

Hasil dari riset ini mengungkapkan bahwa terdapat korelasi negatif antara *hardiness* dengan kecemasan menghadapi pertandingan. Dengan hasil uji hipotesis menunjukkan nilai signifikansi (p) < 0,001 yang menegaskan bahwa terdapatnya hubungan negatif antara *hardiness* dengan kecemasan menghadapi pertandingan.

B. Keterbatasan penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini, peneliti menghadapi beberapa keterbatasan, antara lain:

1. Dalam pengambilan data, peneliti melakukan pada saat proses latihan futsal berlangsung. Hal ini menyebabkan bias, atau rentan pengisian survei yang tidak sesuai pada saat kondisi kecemasan menghadapi pertandingan yang dirasakan oleh subjek.
2. Peneliti tidak melakukan pengambilan data pada subjek dengan pertandingan yang sama, . Faktor ini secara signifikan mempengaruhi tingkat kecemasan menghadapi pertandingan yang berbeda.

C. Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan serta pembahasan yang telah disampaikan, ditemukan adanya hubungan signifikan antara *hardiness* dan kecemasan, dengan nilai $(p) < 0,001$ dan koefisien korelasi sebesar $- 0,532$. Nilai tersebut menunjukkan bahwa hubungan yang terjadi adalah adanya hubungan negatif antara *hardiness* dengan kecemasan menghadapi pertandingan yang mengindikasikan bahwa hipotesis diterima.

D. Saran

Berdasar pada hasil dari dilakukannya penelitian ini, peneliti mengajukan beberapa usulan sebagai berikut:

1. Bagi Subjek Penelitian

Partisipan perlu untuk memperhatikan kemampuan pengelolaan kecemasan dengan baik dan hal tersebut dapat dibantu dengan adanya *hardiness* dari setiap atlet. Atlet mendapatkan suatu pembelajaran dan

menjadi pertimbangan untuk dapat mengikuti kegiatan atau pelatihan untuk meningkatkan pengelolaan emosi maupun kecemasan dalam menghadapi kehidupan bahkan persiapan untuk suatu pertandingan.

2. Bagi Universitas Diponegoro

Berdasarkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *hardiness* dengan kecemasan menghadapi pertandingan, peneliti mengetahui terdapat kegiatan yang membantu para atlet untuk mengelola kecemasan seperti konseling, relaksasi sebelum pertandingan, serta ragam kegiatan yang dikemukakan oleh setiap fakultas untuk memberikan fasilitas maupun dukungan bagi para atlet. Kegiatan yang telah ada tersebut perlu dipertahankan dan ditingkatkan agar para atlet lebih mendapatkan manfaat dari kegiatan tersebut.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, peneliti menyarankan untuk mempertimbangkan variabel atau faktor lain yang memiliki hubungan dengan kecemasan pada atlet futsal maupun subjek lainnya. Peneliti selanjutnya juga dapat mempertimbangkan terkait pelaksanaan serta penggunaan metode sampling lainnya, kemudian dapat mempertimbangkan spesifikasi dari kecemasan menghadapi pertandingan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdollahi, A., Abu Talib, M., Yaacob, S. N., & Ismail, Z. (2014). Hardiness as a mediator between perceived stress and happiness in nurses. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 21(9), 789–796.
<https://doi.org/10.1111/jpm.12142>
- Aditiya Fadli. (2017). *Kepercayaan diri siswa yang mengikuti ekstrakurikuler taekwondo di SLB-B Santi Rama Jakarta Selatan yang pernah mengalami cedera ringan, sedang, dan berat*. Universitas Negeri Jakarta.
- Akhyar, A. G., Priyatama, A. N., & Setyowati, R. (2017). Burnout ditinjau dari Hardiness dan Motivasi berprestasi (Studi Pada Atlet Pelajar di Semarang). *Insight: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 13(2), 113–125.
- Alifi, M. Z., & Widodo, A. (2022). Tingkat mental anxiety (kecemasan) competitive pada atlet ukm sepak bola universitas negeri surabaya. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(10), 1–8.
- Almagro, F. G., García-Hedrerera, F. J., Carmona-Monge, F. J., & Peñacoba-Puente, C. (2024). From Anxiety to Hardiness: The Role of Self-Efficacy in Spanish CCU Nurses in the COVID-19 Pandemic. *Medicina (Lithuania)*, 60(2).
<https://doi.org/10.3390/medicina60020215>
- Anggara, A. R. D., & Laksmiwati, H. (2022). Hubungan Antara Hardiness Dengan Stres Pada Atlet Pelajar Beladiri Kota Blitar. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(5), 104–115.

- Anggraeni, T. P., & Jannah, M. (2014). Hubungan antara Psychological Well-Being dan Kepribadian Hardiness dengan Stres pada Petugas Port Security. *Character*, 3(2).
- Aqobah, Q. J., & Rhamadian, D. (2022). Dampak Kecemasan (Anxiety) dalam Olahraga terhadap Atlet. *Journal of Sport Science and Tourism Activity (JOSITA)*, 1(1), 33–39. <https://doi.org/10.52742/josita.v1i1>
- Arishanti, N., & Juniarily, A. (2019). Hardiness, Penyesuaian diri dan Stres pada siswa Taruna. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 4(2).
- Azizah, J. N., & Satwika, Y. W. (2021). Hubungan antara Hardiness dengan Stres Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi Selama Pandemi Covid 19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(1), 212–223.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi* (S. Azwar, Ed.; 2nd ed., Vol. 2). Pustaka Pelajar.
- Bahtra, R. (2016). Aspek Psikologis Atlet Sepakbola Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP) Sumatera Barat. *Jurnal Sport Saintika*, 2(1), 217–229.
- Banyaknya Desa/Kelurahan menurut ketersediaan lapangan Olahraga (Desa)*. (2019, February 8). Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/indicator/168/974/1/banyaknya-desa-kelurahan-menurut-ketersediaan-lapangan-olahraga.html>

- Bartone, P. T., McDonald, K., Hansma, B. J., & Solomon, J. (2022). Hardiness moderates the effects of COVID-19 stress on anxiety and depression. *Journal of Affective Disorders*, 317, 236–244.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.08.045>
- Brewer, B. W. (2009). *Handbook of Sports Medicine and Science Sport Psychology*.
- Dawenan, R. C., Noor Akbar, S., & Yuniarrahmah, D. E. (2014). *Hubungan antara regulasi emosi dengan hardiness pada atlet mahasiswa di banjarnbau* [Universitas Lambung Mangkurat]. www.bps.go.id
- Erdiyanti, Y. P., & Maulana, A. (2019). Hubungan Kecemasan dengan Performa Atlet Bola Voli pada Event Kejuaraan Antar Desa Di Desa Orimalang Kec. Jamblang Kab. Cirebon. *Empathy and Islamic Counseling Journal*, 2(02), 269–278. <http://syekhnuurjati.ac.id/jurnal/index.php/prophetic>
- Erickson, T. M., & Scarsella, G. (2013). Clark, D. A., & Beck, A. T. (2012) The Anxiety and Worry Workbook: The Cognitive Behavioral Solution New York: The Guilford Press. *Cognitive and Behavioral Practice*, 20(1), 119–120. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2012.06.004>
- Fahlevi, R., Simarmata, N., Aprilyani, R., Dian, A., Putri, J., Hedro, K., Silviana, M., Diana, P., Arini, P., Wijaya, Y., & Shobihah, I. F. (2022). *Psikologi Positif*. www.globaleksekutifteknologi.co.id

- Federasi Futsal Indonesia. (2023, May). *Bersiaplah, Liga Futsal Profesional 2022/2023*. <https://futsalindonesia.org/news-detail/bersiaplah-liga-futsal-profesional-20222023-segera-bergulir>
- Graha, A. S. (2008). Terapi masase frirage dalam penatalaksanaan cedera olahraga pada lutut dan engkel. *MEDIKORA*, 4(2), 75–108.
- Greenberger, D. and C. A. P. (2015). *Mind over mood : Change how you feel by changing the way you think*. Guildford Publications.
- Hindiari, Y., & Wismanadi, H. (2022). Tingkat kecemasan atlet karate menjelang pertandingan pada anggota Cakra Koarmatim. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(1), 179–186.
- Ilsya, M. N. F., & Komarudin. (2019). Hubungan antara ketangguhan mental dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal di Lampung. *Jurnal Sains Keolahragaan & Kesehatan* , 4(1), 26–32.
- Immawati, A. (2011). *Pengaruh pemberian sport drink terhadap performa dan tes keterampilan pada atlet sepak bola usia 15-18 tahun*.
- Ivaskevych, D., Fedorchuk, S., Borysova, O., Kohut, I., Marynych, V., Petrushevskyi, Y., Ivaskevych, O., & Tukaiev, S. (2020). Association between Competitive Anxiety, Hardiness, and Coping Strategies: A Study of the National Handball Team Cite this paper Related papers. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(1), 477–483.
<https://doi.org/10.7752/jpes.2020.s1070>

Iwanda, F. D., & Larasati, S. B. (2024). Hubungan Antara Ketangguhan Mental dengan Kecemasan Menghadapi Pertandingan pada Atlet Futsal di Lampung. *Journal on Education*, 06(02), 12275–12284.

Jogja Dataku untuk pembangunan yang lebih baik. (2022, July 6).

Bappeda.Jogjaprovo.go.id.

https://bappeda.jogjaprovo.go.id/dataku/data_dasar/index/261-pemuda-dan-olah-raga

Kemkes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa di Indonesia. (2019, October 7). Sehatnegeriku.Kemkes.Go.Id. .

<https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20211007/1338675/kemkes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia/>

Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 168–177. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.42.1.168>

Kopales, D., Mardianto, & Duryati. (2014). Hubungan Antara Hardiness dengan Exam Anxiety pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Padang. *Causalita : Journal Of Psychology*. <https://jurnal.causalita.com/index.php/cs>

Kreitner, R., & Kinicki, A. (2005). *Perilaku Organisasi* (R. Kreitner & A. Kinicki, Eds.; 5th ed., Vol. 2). Salemba Empat.

Kunzler, A. M., Helmreich, I., Chmitorz, A., König, J., Binder, H., Wessa, M., & Lieb, K. (2020). Psychological interventions to foster resilience in healthcare

professionals. In *Cochrane Database of Systematic Reviews* (Vol. 2020, Issue 7). John Wiley and Sons Ltd.

<https://doi.org/10.1002/14651858.CD012527.pub2>

Kurangnya Mental health . (2021). WHO. 9. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal of Personality*, 1, 141–169.

Maddi, S. (2013). Personal Hardiness as the Basis for Resilience. In *SpringerBriefs in Psychology* (pp. 7–17). https://doi.org/10.1007/978-94-007-5222-1_2

Marom, M. husnul, & Rohman, F. (2014). Kondisi Psikologis Pemain Futsal yang pernah Mengalami Cedera dalam Kejuaraan Futsal Se-Kabupaten Tuban. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 2(3), 103–110.

Nila Wisudawati, W., Sahrani, R., & Hastuti, R. (2017). Efektivitas pelatihan ketangguhan (Hardiness) untuk meningkatkan motivasi berprestasi akademik siswa atlet (studi pada sekolah x di Tangerang). *Provita : Jurnal Psikologi Pendidikan*, 10(2), 1–20.

Nugroho, ferdian wahyu, & Karyono. (2014). Hubungan antara Hardiness dengan Kecemasan menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Empati*.

- Nuzul, Z. M. (2022). *Pengaruh Terapi Kognitif Perilaku Terhadap Gangguan Kecemasan Sosial Kelompok Mahasiswa Pengusaha Online IAIN Kudus Pada Masa Pandemi Covid-19* [Thesis, IAIN].
<http://repository.iainkudus.ac.id/id/eprint/8632>
- Pitaloka, D., Noviekayati, I., & Rina, A. (2021). Gaya hidup sehat dan kecenderungan kecemasan ibu rumah tangga selama pandemi Covid-19. *INNER: Journal of Psychological Research*, 1(3), 120–127.
- Pradana, M. S., & Chusniyah, T. (2021). Hardiness sebagai prediktor kebahagiaan pada mahasiswa olahragawan di universitas negeri malang. *Flourishing Journal*, 1(2), 153–161. <https://doi.org/10.17977/um070v1i22021p153-161>
- Pradina, Y. W. (2016). Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voli Putri pada Kejuaraan Liga Remaja Tingkat Jawa Timur Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 6(2), 192–202.
- Purnamasari, I. (2020). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan. *Psikoborneo*, 8(2), 238–248.
- Raynadi, F. B., Rachmah, D. N., & Akbar, S. N. (2016). Hubungan ketangguhan mental dengan kecemasan bertanding pada atlet pencak silat di Banjarbaru. *Jurnal Ecopsy*, 3(3), 149–154.
- Rice, S. M., Purcell, R., De Silva, S., Mawren, D., McGorry, P. D., & Parker, A. G. (2016). The Mental Health of Elite Athletes: A Narrative Systematic Review. In *Sports Medicine* (Vol. 46, Issue 9, pp. 1333–1353). Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0492-2>

- Safitri, D. P., & Masykur, A. M. (2017). Hubungan Efikasi Diri dengan Kecemasan menghadapi Kejuaraan Nasional pada atlet tenis lapangan Pelti Semarang. *Jurnal Empati*, 6(2), 98–105.
- Salim, J., Wadey, R., & Diss, C. (2015). Examining the relationship between hardiness and perceived stress-related growth in a sport injury context. *Psychology of Sport and Exercise*, 19, 10–17.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.12.004>
- Samoilov, N. G., & Aleshicheva, A. V. (2023). Correlation between hardiness and negative personal states in athletic activities. *Sport Sciences for Health*, 19(2), 679–689. <https://doi.org/10.1007/s11332-022-00943-y>
- Santrock, J. W. . (2019). *Adolescence*. McGraw-Hill Education.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions- Sarafino- E.P. 7ed.*
- Sari, R. M., & Pulungan, W. N. (2019). Identifikasi penanganan cedera pada atlet futsal putri FIK UNIMED. *Sains Olahraga : Jurnal Ilmiah Ilmu Keolahragaan*, 3(1), 24–34. <http://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/so>
- Sekretariat Kabinet Republik Indonesia. (2021, September 17). *Indonesia Kini Miliki Desain Besar Olahraga Nasional*. Read more:
<https://setkab.go.id/indonesia-kini-miliki-desain-besar-olahraga-nasional/>
- Setiyawan. (2017). Kepribadian atlet dan non atlet. *Jendela Olahraga* , 2(2527–9580).

- Sheu, Y., Chen, L.-H., & Hedegaard, H. (2016). Sports-and Recreation-related Injury Episodes in the United States, 2011-2014. *National Health Statistics Reports*.
- Suhana. (2021). Pengaruh Hardiness Terhadap Stres pada ibu dalam membantu anak-anak SD di Kecamatan Tamansari. *Ta Dib : Jurnal Pendidikan Islam*, 10(2), 218–227. <https://doi.org/10.29313/tjpi.v10i2.8984>
- Sumutprov.go.id. (2021, March 18). *Jelang PON Papua, Mental Atlet Jadi Perhatian Edy Rahmayadi*. Sumutprov.Go.Id. <https://sumutprov.go.id/artikel/artikel/jelang-pon-papua--mental-atlet-jadi-perhatian-edy-rahmayadi>
- Supriaten, E., & Astrella, N. B. (2020). Pengaruh Cedera terhadap Kecemasan Atlet Pencak Silat Satria Agung. In *Jurnal Psikologi* (Vol. 7, Issue 2).
- Swastiratu, D. N., & Izzaty, R. E. (2021). Pengaruh Self-efficacy terhadap Kecemasan Bertanding pada Atlet. *Acta Psychologia*, 3(2), 88–97. <http://journal.uny.ac.id/index.php/acta-psychologia>
- UNICEF. (2022). *Apa itu kecemasan? Perasaan cemas yang dialami anak bisa dicegah dan diatasi*. UNICEF Indonesia. <https://www.unicef.org/indonesia/id/kesehatan-mental/artikel/kecemasan>
- Universitas Diponegoro. (2024). <https://www.undip.ac.id/>
- Utomo, G. P., Purwanto, B., Sulistiawati, & Nugroho, A. S. (2022). Tekanan kompetisi pada atlet remaja pencak silat kategori tanding : sebuah ulasan

tentang pentingnya peran orang tua dan pelatih. *Gelanggang Olahraga:*

Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO), 5(2), 155–163.

<https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i2.2805>

Vanessa, W., Zubair, A. G. H., & Saudi, A. N. A. (2023). Kontribusi Hardiness

Terhadap Adaptabilitas Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Kota

Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3(2), 612–620.

<https://doi.org/10.56326/jpk.v3i2.2281>

Wadey, R., Clark, S., Podlog, L., & McCullough, D. (2013). Coaches' perceptions

of athletes' stress-related growth following sport injury. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(2), 125–135.

<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.08.004>

Widana, W., & Muliani, P. L. (2020). *Uji Persyaratan Analisis* (T. Fiktorius, Ed.).

KLIK MEDIA.

Wohon, A. M., & Edianti, A. (2019). Hubungan antara efikasi diri dengan

kecemasan bertanding pada atlet futsal Universitas Diponegoro Semarang.

Jurnal Empati, 8(2), 64–70.

Zidanti, F., & Supriatna, Y. U. (2022). Pengaruh Kesabaran terhadap Kecemasan

Bertanding pada Atlet Taekwondo Kota Bandung. *Bandung Conference*

Series: Psychology Science, 2(2), 88–92.

<https://doi.org/10.29313/bcsps.v2i3.2845>

Zulaima, H., Wahyu Sulistyani, N., Eka Mariskha, S., & Trifina Sari, M. (2017).

Hubungan antara kepribadian hardiness dengan burnout pada perawat

gawat darurat di rumah sakit umum wilayah Kota Samarinda. 5(1).

<https://kaltim.bps.go.id>

DAFTAR LAMPIRAN



Lampiran A. Skala Uji Coba

SKALA UJI COBA



Disusun Oleh :

Alrian Hendra Saputra

15000120140071

Fakultas Psikologi

Universitas Diponegoro

Semarang

2024

KATA PENGANTAR

Selamat pagi/siang/malam

Perkenalkan nama saya Alrian Hendra Saputra. Saya merupakan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Pada saat ini saya sedang menjalankan penelitian untuk memenuhi tugas akhir perkuliahan. Untuk itu, saya mengharapkan partisipasi Saudara/i untuk dapat mengisi skala di bawah.

Skala berikut ini dapat diisi sesuai dengan kondisi, situasi, perasaan dan pendapat anda. Pada skala ini **tidak ada jawaban benar atau salah**, sehingga Anda dapat melakukan pengisian skala ini dengan sungguh-sungguh sesuai dengan keadaan yang dirasakan. Data yang diambil dalam penelitian ini akan dijaga kerahasiaanya dan hanya dipergunakan untuk keperluan penelitian.

Atas kerja sama dan bantuannya, saya ucapkan terima kasih sebesar-besarnya.

Hormat Saya,

Alrian Hendra Saputra

LEMBAR INFORMASI PARTISIPAN

1. INFORMASI PENELITIAN

Alrian Hendra Saputra (15000120140071)

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Psikologi S-1

alrianhendra@gmail.com

2. TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk memenuhi tugas akhir skripsi sebagai syarat kelulusan peneliti di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Penelitian ini melibatkan atlet futsal mahasiswa Universitas Diponegoro. Pengisian kuesioner ini dianggap sebagai persetujuan partisipan untuk ikut serta pada penelitian ini.

3. PROSEDUR PENELITIAN

Partisipan dapat mengisi kuesioner yang terdiri dari 2 bagian. Masing-masing bagian mengukur hardines dan kecemasan menghadapi pertandingan. Skala akan dibagikan ke dalam *booklet*. Dalam kuesioner ini partisipan dapat menjawab pertanyaan berdasar pada kondisi, situasi, perasaan dan pendapat pribadi yang berkaitan dengan kecemasan menghadapi pertandingan dan *Hardiness* yang dimiliki.

4. PARTISIPASI DALAM PENELITIAN

Keikutsertaan dalam penelitian ini bersifat sukarela. Partisipan berhak memilih untuk ikut serta atau tidak ikut serta dalam pengisian kuesioner ini. Keputusan untuk ikut atau tidak ikut tidak akan berdampak pada proses pendidikan Anda. Hanya partisipan yang memberikan persetujuan yang dapat mengikuti kuesioner ini. Ketika Anda telah memberikan persetujuan, Anda dapat kapanpun membatalkan keikutsertaan Anda dalam penelitian ini, termasuk menarik data yang telah terkumpul.

5. POTENSI RESIKO

Tidak ada risiko yang berarti dalam keikutsertaan kuesioner ini. Namun, ketika Anda mengalami ketidaknyamanan atau gangguan, Anda dapat sewaktu-waktu berhenti dari kuesioner ini. Anda dapat menghubungi kontak narahubung yang tertera.

6. POTENSI MANFAAT

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat kepada partisipan berupa informasi dan pengalaman sebagai upaya mengenali diri sendiri. Secara tidak langsung, partisipan juga ikut serta berkontribusi terhadap kemajuan ilmu pengetahuan.

7. KERAHASIAAN DATA

Seluruh data yang Anda berikan dalam penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya sesuai dengan Kode Etik Psikologi yang berlaku di Indonesia. Peneliti tidak akan menunjukkan dan/atau menyebarkan informasi-informasi yang bersifat kredensial (nama lengkap, alamat, tanda tangan, No. HP.). Data yang telah terkumpul akan disimpan pada penyimpanan cloud dengan akses terbatas.

8. NARAHUBUNG

Alrian Hendra Saputra (082234857979) / alrianhendra@gmail.com

INFORMED CONSENT

Saya telah membaca, memperoleh penjelasan, sepenuhnya menyadari, mengerti dan memahami tentang tujuan, manfaat dan risiko yang mungkin timbul dalam penelitian, serta telah diberi kesempatan untuk bertanya dan sudah dijawab dengan memuaskan, juga sewaktu-waktu dapat mengundurkan diri dalam keikutsertaannya, maka saya (***SETUJU/TIDAK SETUJU***) untuk ikut dalam penelitian ini.

Saya dengan sukarela memilih untuk ikut serta dalam penelitian ini tanpa tekanan/paksaan siapapun.

***Coret yang tidak sesuai**

Semarang, 2024

Peneliti,

Partisipan



Alrian Hendra Saputra

(.....)

PETUNJUK PENGISIAN

1. Tuliskan identitas Anda secara jelas pada lembar identitas yang tersedia.
2. Bacalah setiap pertanyaan dengan teliti dan seksama.
3. Anda diharapkan menjawab setiap pernyataan dalam skala ini sesuai dengan keadaan, perasaan dan pikiran Anda yang sebenarnya dengan cara memberi tanda silang (X) pada salah satu dari pilihan jawaban yang tersedia yaitu :
 - SS : bila pernyataan Sangat Sesuai dengan yang Anda rasakan
 - S : bila pernyataan Sesuai dengan yang Anda rasakan
 - TS : bila pernyataan Tidak Sesuai dengan yang Anda rasakan
 - STS : bila pernyataan tersebut Sangat Tidak Sesuai dengan yang Anda rasakan

CONTOH PENGISIAN :

PERNYATAAN	JAWABAN			
Saya mampu mengatasi setiap masalah yang datang	STS	TS	S	SS

Jika Anda ingin memperbaiki jawaban, berilah tanda sama dengan (=) di tanda silang yang sebelumnya Anda buat, lalu berilah tanda silang pada jawaban lain yang Anda anggap paling tepat.

PERNYATAAN	JAWABAN			
Saya tidak mampu mengatasi setiap masalah yang datang	STS	TS	S	SS

4. Pilihlah jawaban yang benar-benar sesuai dengan Anda, Tidak ada jawaban yang dianggap salah.
5. Periksa kembali jawaban Anda dan pastikan Anda menjawab setiap pernyataan.

IDENTITAS DIRI PARTISIPAN

Nama/Inisial :
Jenis Kelamin : **Laki-laki/Perempuan***
Usia : tahun
Fakultas :
Angkatan :
NIM :

***Coret yang tidak sesuai**

SKALA 1

NO	Pernyataan	Jawaban			
1	Telapak tangan saya berkeringat ketika akan menghadapi pertandingan	STS	TS	S	SS
2	Saya semakin bersemangat latihan walaupun mengetahui lawan yang akan dihadapi memiliki prestasi yang lebih tinggi	STS	TS	S	SS
3	Otot saya terasa tegang ketika akan menghadapi pertandingan	STS	TS	S	SS
4	Saya tetap fokus menjalani aktivitas keseharian walaupun harus mempersiapkan pertandingan	STS	TS	S	SS
5	Jantung saya berdetak kencang ketika menghadapi pertandingan	STS	TS	S	SS
6	Nafsu makan saya tetap normal walaupun pertandingan sudah semakin dekat	STS	TS	S	SS
7	Saya khawatir akan kalah dalam pertandingan	STS	TS	S	SS
8	Saya percaya pada kemampuan yang saya miliki	STS	TS	S	SS
9	Saya takut ketika mengetahui kemampuan lawan lebih tinggi daripada saya	STS	TS	S	SS
10	Saya percaya diri dapat mengalahkan lawan, walaupun mereka lebih unggul	STS	TS	S	SS
11	Saya khawatir terjadinya cedera pada saat pertandingan	STS	TS	S	SS
12	Saya percaya pada kemampuan rekan satu tim saya	STS	TS	S	SS
13	Saya menghindari perbincangan yang berhubungan dengan lawan main saya	STS	TS	S	SS
14	Saya tetap berpikir jernih walaupun mengetahui bahwa lawan memiliki prestasi yang lebih tinggi	STS	TS	S	SS

15	Saya enggan mencari informasi mengenai lawan yang akan dihadapi	STS	TS	S	SS
16	Saya tetap tenang ketika mendapati lawan yang lebih senior	STS	TS	S	SS
17	Saya mengalihkan pembicaraan ketika ada obrolan mengenai pertandingan	STS	TS	S	SS
18	Saya mampu mengendalikan emosi dengan baik saat mendekati waktu pertandingan	STS	TS	S	SS
19	Saya gugup ketika membahas rencana pertandingan	STS	TS	S	SS
20	Saya mencari informasi mengenai prestasi lawan yang akan dihadapi	STS	TS	S	SS
21	Saya kerap bermimpi buruk setelah mengetahui prestasi lawan lebih tinggi daripada saya	STS	TS	S	SS
22	Saya mempelajari permainan lawan dari berbagai informasi	STS	TS	S	SS
23	Saya menjadi panik ketika mengetahui prestasi lawan saya	STS	TS	S	SS
24	Saya meluangkan waktu untuk membahas strategi dengan rekan satu tim	STS	TS	S	SS
25	Saya merasa kemampuan saya belum cukup untuk menghadapi pertandingan	STS	TS	S	SS
26	Saya yakin dapat terhindar dari cedera pada saat pertandingan	STS	TS	S	SS
27	Saya ragu dengan rencana yang telah dibuat sebelum pertandingan	STS	TS	S	SS
28	Saya yakin pertandingan berjalan sesuai harapan	STS	TS	S	SS
29	Saya pesimis dengan kemampuan rekan satu tim saya	STS	TS	S	SS
30	Saya yakin pertandingan akan berjalan dengan kondusif	STS	TS	S	SS

31	Saya kesulitan mengendalikan fokus saat latihan ketika waktu pertandingan semakin dekat	STS	TS	S	SS
32	Tubuh saya tetap stabil ketika menghadapi pertandingan	STS	TS	S	SS
33	Saat memikirkan pertandingan, saya menjadi susah fokus dalam menjalani aktivitas sehari-hari	STS	TS	S	SS
34	Otot saya tetap rileks ketika menghadapi pertandingan	STS	TS	S	SS
35	Pencernaan saya menjadi terganggu ketika pertandingan sudah semakin dekat	STS	TS	S	SS
36	Saya dapat mengatur nafas dengan baik ketika menghadapi pertandingan	STS	TS	S	SS

SKALA 2

NO	Pernyataan	Jawaban			
1	Saya dapat menentukan rencana cadangan jika rencana awal tidak sesuai dengan harapan	STS	TS	S	SS
2	Saya mempertimbangkan konsekuensi yang akan diterima sebelum membuat keputusan	STS	TS	S	SS
3	Saya mampu dengan mudah menentukan pilihan yang terbaik untuk hidup saya	STS	TS	S	SS
4	Saya khawatir rencana yang telah dibuat tidak sesuai dengan harapan	STS	TS	S	SS
5	Saya kesulitan mengendalikan perasaan saat memiliki masalah	STS	TS	S	SS
6	Ketika sedang memiliki masalah, saya mudah terpengaruh orang lain	STS	TS	S	SS
7	Saya bersungguh-sungguh untuk menuntaskan tugas saya	STS	TS	S	SS
8	Saya mampu menyelesaikan tugas walaupun mengalami kesulitan	STS	TS	S	SS
9	Saya terus mencoba walaupun pernah gagal	STS	TS	S	SS
10	Saya mulai mengerjakan tugas saat mendekati batas akhir pengumpulan	STS	TS	S	SS
11	Saya takut mengakui kesalahan yang saya perbuat	STS	TS	S	SS
12	Ketika membuat kesalahan, saya mencari perlindungan dari orang lain	STS	TS	S	SS
13	Saya yakin dapat menghadapi apapun yang akan terjadi pada kehidupan saya	STS	TS	S	SS
14	Tantangan dalam kehidupan membuat saya belajar untuk mengenal dan memahami diri saya	STS	TS	S	SS
15	Saya berjuang keras untuk mencapai tujuan saya walaupun harus merubah rencana yang telah saya tetapkan	STS	TS	S	SS
16	Ketika saya sedang memiliki masalah, saya menjadi lemah	STS	TS	S	SS
17	Saya yakin bahwa kegagalan adalah akhir dari segalanya	STS	TS	S	SS

18	Saya merasa munculnya masalah akan menghambat hidup saya	STS	TS	S	SS
19	Saya menganggap setiap masalah yang datang merupakan proses untuk mencapai tujuan	STS	TS	S	SS
20	Saya merasa tertantang saat mengerjakan tugas yang sulit	STS	TS	S	SS
21	Saya yakin setiap masalah memiliki nilai positif yang dapat diambil	STS	TS	S	SS
22	Ketika saya mengalami kegagalan, saya sulit menerima perubahan	STS	TS	S	SS
23	Saya kesulitan menerima sesuatu hal yang tidak sesuai dengan diri saya	STS	TS	S	SS
24	Saya enggan merubah rencana yang telah saya tetapkan di awal, walaupun ditengah jalan, saya menemukan strategi yang lebih baik	STS	TS	S	SS
25	Saya berusaha untuk aktif saat diskusi kelompok berlangsung	STS	TS	S	SS
26	Saya menanggung konsekuensi dari perbuatan saya	STS	TS	S	SS
27	Saya mencari solusi dari masalah yang saya perbuat	STS	TS	S	SS
28	Saya mudah menyerah ketika mendapatkan tugas yang sulit	STS	TS	S	SS
29	Saya menunda pekerjaan hingga mendekati tenggat waktu yang ditentukan	STS	TS	S	SS
30	Saya merasa tertekan ketika menghadapi banyak masalah	STS	TS	S	SS
31	Ketika ada permasalahan, Saya dapat menghadapi dengan tenang	STS	TS	S	SS
32	Ketika menghadapi masalah, saya mampu menyelesaikan masalah secara mandiri	STS	TS	S	SS
33	Saya mampu mengendalikan emosi yang keluar ketika memiliki masalah	STS	TS	S	SS
34	Saya ragu dengan pilihan yang saya tetapkan	STS	TS	S	SS
35	Saya bergantung pada orang lain ketika mengambil keputusan	STS	TS	S	SS
36	Saya kesulitan memilih keputusan dalam hidup	STS	TS	S	SS

TERIMA KASIH

SEMOGA HARIMU MENYENANGKAN





Lampiran B. Sebaran Data Hasil Uji Coba *Hardiness*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
1	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4
2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	2	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	4	4	4	2	3	3	3	4	3	3	3
4	4	4	3	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3
5	3	3	3	2	2	3	3	4	3	2	2	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	2	4	4	3	2	2	2	3	2	3	4	3
6	4	4	2	2	3	3	4	4	4	4	2	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	2	4	4
7	2	2	2	2	3	4	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	4	4
8	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	4	3	4	4	3	4	3	4	2	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
9	4	4	4	3	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	2	3	3	3	3	4	3	3
10	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4
11	3	4	2	1	1	4	2	3	3	1	2	2	4	4	3	2	4	2	4	4	4	2	1	4	2	4	3	3	1	3	3	3	3	2	3	4
12	4	4	4	1	4	4	1	4	4	3	1	3	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4
13	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2
14	3	3	3	3	1	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
15	3	4	3	2	2	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	2	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3
16	2	4	4	1	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	2	2	4	4	4	2	1	3	2	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4
17	2	2	2	2	1	3	2	3	3	3	3	4	2	4	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3	4	2	3	2	2	3	2	2	4	3
18	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
19	3	3	2	1	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	1	3	2	3	2	4	2	2	3	3	3	3	2	1	1	2	3	2	2	2	2

20	3	3	2	1	1	1	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	4	4	4	3	4	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	1	2
21	4	3	3	3	1	3	4	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4
22	3	4	3	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	
23	3	3	3	3	1	3	3	2	3	2	3	4	4	3	2	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	
24	1	1	3	3	3	1	1	1	1	2	3	1	3	2	1	2	1	1	1	1	1	4	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	4
25	3	3	3	2	2	2	4	3	4	2	3	3	3	4	3	2	4	4	3	3	3	2	2	2	3	3	4	3	3	2	3	4	3	2	3	4
26	4	4	4	2	3	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	1	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4
27	4	4	4	2	3	3	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	
28	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3
29	4	4	4	3	4	2	4	4	4	3	4	4	2	4	4	3	3	4	3	4	2	4	4	3	4	2	4	3	2	3	2	4	4	2	4	2
30	3	3	3	2	2	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	3	4	3	4	2	4	3	4	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	3
31	3	4	2	2	4	4	3	3	2	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	2	4	4
32	4	4	4	1	1	2	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	2	2	3	4	4	4	1	1	4	2	3	4	4	1	1
33	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
34	4	3	2	3	1	2	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	2	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	2	2	3	3	3	3	3
35	3	3	4	4	3	4	4	4	4	1	3	4	4	3	4	3	4	3	4	2	3	2	2	2	4	4	4	2	1	2	2	2	2	3	3	3
36	3	3	2	3	2	2	4	4	4	1	3	3	3	3	3	2	4	2	4	3	4	2	2	2	4	3	3	3	1	2	3	3	3	2	2	2

3 7	2	3	3	2	3	4	4	3	4	1	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	
3 8	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	
3 9	2	2	3	3	2	2	1	1	2	4	1	1	2	2	1	3	2	2	1	2	2	3	3	2	2	1	2	1	3	2	2	3	2	3	2	2	
4 0	2	3	3	3	3	4	3	2	4	2	3	4	4	4	3	2	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	
4 1	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	
4 2	3	3	2	3	2	2	4	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3
4 3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4
4 4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
4 5	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3
4 6	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	4	3	4	4	4	2	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	2	3	3	3	3	4	3	
4 7	2	4	4	2	2	4	3	4	4	1	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	4	
4 8	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	1	3	2	4	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	1	2	2	2	3
4 9	2	3	3	1	2	1	3	3	4	1	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	3	3	2	3	2	4	4	2	
5 0	3	3	2	1	1	3	3	4	3	1	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	2	
5 1	3	3	2	1	1	3	3	4	3	1	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	2
5 2	3	3	2	1	1	1	3	3	3	1	4	4	3	3	3	2	3	2	4	3	3	2	1	3	3	3	3	3	1	2	2	3	2	2	3	3	
5 3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	

5 4	2	2	1	4	2	2	3	3	3	2	4	3	4	4	3	3	4	3	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
5 5	3	3	3	3	2	2	3	3	4	1	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3
5 6	4	3	1	2	1	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	1	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	3	3	4	1	2	2	2	2	2	2
5 7	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4
5 8	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4
5 9	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4
6 0	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4



**Lampiran C. Sebaran Data Hasil Uji Coba Kecemasan menghadapi
pertandingan**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	
1	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	2	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
3	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	3	2	3	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	3	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1
4	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	2	1	2	1	3	1	2	2
5	3	1	2	2	2	1	3	1	2	2	4	2	2	1	2	1	1	3	1	4	1	3	1	2	3	3	2	3	2	2	2	1	1	2	1	1	1
6	2	2	2	3	4	1	3	2	3	1	3	2	3	2	1	3	2	2	2	2	4	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	1	2	2
7	2	1	2	2	3	3	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	3	1	3	1	2	1	2	1	2	3	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2
8	1	2	3	2	2	1	2	1	2	1	1	1	4	1	4	1	2	1	2	4	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	2
9	3	1	3	1	2	2	2	1	2	1	4	1	2	1	3	1	2	2	2	3	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2
10	1	3	2	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1
11	3	2	4	2	4	1	4	2	3	2	4	1	3	2	4	3	1	1	2	3	2	2	2	1	3	3	2	2	1	2	2	2	2	3	3	2	2
12	1	3	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3	1	1	1	2	3	1	3	1	1	1	1	1	4	1	4	1	
13	2	2	2	2	4	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2
14	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2
15	3	1	1	1	1	2	3	1	1	2	3	2	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	3	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1
16	3	1	2	1	4	1	4	1	3	1	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	3	3
17	4	2	3	3	4	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	1	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	4	3	3	2	3	
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	
19	3	2	3	2	3	3	3	1	4	2	4	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2

20	1	1	2	2	1	1	3	2	2	2	3	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	3	4	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2
21	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	4	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1
22	3	1	3	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1
23	1	2	1	2	3	1	3	3	3	2	1	2	2	1	3	3	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	3	1
24	2	4	2	4	3	3	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	1	4	3	4
25	3	1	2	1	3	1	3	1	3	1	3	3	3	1	1	2	3	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2
26	3	1	3	1	3	2	2	1	1	1	3	1	2	1	2	1	2	1	2	3	2	1	2	1	4	1	2	1	4	1	2	2	2	2	2	3
27	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	3	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1
28	1	2	2	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	1	2	3	2	2	2	2	2
29	2	1	2	3	2	4	1	2	1	1	2	4	1	2	3	3	1	2	1	3	1	3	2	2	2	1	3	1	3	1	2	2	1	2	4	2
30	2	1	1	1	2	1	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	3	1	2	1	2	2	4	2	3	2	2	1	1	1	2	1	1
31	2	2	2	1	3	1	2	2	3	2	1	2	2	1	3	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1
32	4	1	4	4	4	4	4	1	2	1	4	1	4	1	4	4	1	1	4	4	1	1	2	1	3	1	1	1	1	1	2	1	3	4	4	3
33	3	2	3	2	4	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2
34	4	2	4	2	4	1	1	2	2	2	4	1	2	2	1	2	2	3	2	2	1	2	3	1	2	3	1	2	1	2	2	2	1	3	1	2
35	4	2	2	2	4	1	2	1	2	1	1	3	1	1	1	1	1	2	4	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	3	2	2	2	3	2
36	3	2	2	3	3	1	3	2	4	2	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2

[illegible]



Lampiran D. Hasil Uji Daya Beda dan Reliabilitas Uji Coba Skala *Hardiness*

SKALA KECEMASAN PUTARAN 1

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	60	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	60	100.0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.935	36

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
AITEM001	3.05	.769	60
AITEM002	3.20	.732	60
AITEM003	2.85	.799	60
AITEM004	2.40	.887	60
AITEM005	2.43	.981	60
AITEM006	2.87	.892	60
AITEM007	3.28	.846	60
AITEM008	3.23	.789	60
AITEM009	3.30	.743	60

AITEM010	2.43	1.095	60
AITEM011	3.02	.813	60
AITEM012	3.27	.778	60
AITEM013	3.30	.671	60
AITEM014	3.45	.699	60
AITEM015	3.30	.788	60
AITEM016	2.93	.778	60
AITEM017	3.63	.688	60
AITEM018	3.15	.820	60
AITEM019	3.42	.850	60
AITEM020	3.00	.883	60
AITEM021	3.43	.767	60
AITEM022	3.05	.746	60
AITEM023	2.80	.917	60
AITEM024	2.92	.743	60
AITEM025	3.08	.889	60
AITEM026	3.27	.841	60
AITEM027	3.33	.729	60
AITEM028	3.15	.820	60
AITEM029	2.77	.981	60
AITEM030	2.80	.819	60
AITEM031	2.93	.800	60
AITEM032	3.02	.701	60
AITEM033	3.03	.802	60
AITEM034	2.95	.811	60

AITEM035	3.18	.813	60
AITEM036	3.18	.770	60

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
AITEM001	107.37	248.677	.580	.932
AITEM002	107.22	246.715	.699	.931
AITEM003	107.57	252.351	.408	.934
AITEM004	108.02	257.881	.164	.937
AITEM005	107.98	250.220	.392	.934
AITEM006	107.55	250.319	.433	.934
AITEM007	107.13	246.660	.601	.932
AITEM008	107.18	247.542	.611	.932
AITEM009	107.12	249.156	.581	.932
AITEM010	107.98	253.034	.261	.937
AITEM011	107.40	253.702	.346	.935
AITEM012	107.15	248.977	.560	.933
AITEM013	107.12	251.020	.557	.933
AITEM014	106.97	248.406	.655	.932
AITEM015	107.12	245.054	.716	.931
AITEM016	107.48	251.508	.454	.934
AITEM017	106.78	251.562	.518	.933
AITEM018	107.27	248.741	.538	.933

AITEM019	107.00	245.356	.648	.932
AITEM020	107.42	248.010	.523	.933
AITEM021	106.98	247.678	.624	.932
AITEM022	107.37	253.863	.375	.934
AITEM023	107.62	250.749	.404	.934
AITEM024	107.50	254.559	.347	.934
AITEM025	107.33	251.107	.406	.934
AITEM026	107.15	247.791	.560	.933
AITEM027	107.08	247.908	.649	.932
AITEM028	107.27	245.826	.655	.932
AITEM029	107.65	248.333	.454	.934
AITEM030	107.62	246.376	.633	.932
AITEM031	107.48	244.288	.736	.931
AITEM032	107.40	249.803	.588	.932
AITEM033	107.38	246.512	.643	.932
AITEM034	107.47	248.456	.556	.933
AITEM035	107.23	246.792	.622	.932
AITEM036	107.23	252.385	.423	.934

SKALA KECEMASAN PUTARAN 2

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	60	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	60	100.0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.939	34

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
AITEM001	3.05	.769	60
AITEM002	3.20	.732	60
AITEM003	2.85	.799	60
AITEM005	2.43	.981	60
AITEM006	2.87	.892	60
AITEM007	3.28	.846	60
AITEM008	3.23	.789	60

AITEM009	3.30	.743	60
AITEM011	3.02	.813	60
AITEM012	3.27	.778	60
AITEM013	3.30	.671	60
AITEM014	3.45	.699	60
AITEM015	3.30	.788	60
AITEM016	2.93	.778	60
AITEM017	3.63	.688	60
AITEM018	3.15	.820	60
AITEM019	3.42	.850	60
AITEM020	3.00	.883	60
AITEM021	3.43	.767	60
AITEM022	3.05	.746	60
AITEM023	2.80	.917	60
AITEM024	2.92	.743	60
AITEM025	3.08	.889	60
AITEM026	3.27	.841	60
AITEM027	3.33	.729	60
AITEM028	3.15	.820	60
AITEM029	2.77	.981	60
AITEM030	2.80	.819	60
AITEM031	2.93	.800	60
AITEM032	3.02	.701	60
AITEM033	3.03	.802	60
AITEM034	2.95	.811	60

AITEM035	3.18	.813	60
AITEM036	3.18	.770	60

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
AITEM001	102.53	233.880	.583	.937
AITEM002	102.38	231.393	.730	.935
AITEM003	102.73	237.453	.410	.938
AITEM005	103.15	236.503	.355	.939
AITEM006	102.72	235.698	.427	.938
AITEM007	102.30	231.739	.611	.936
AITEM008	102.35	232.028	.646	.936
AITEM009	102.28	233.834	.607	.936
AITEM011	102.57	239.165	.332	.939
AITEM012	102.32	234.254	.559	.937
AITEM013	102.28	235.529	.592	.937
AITEM014	102.13	233.202	.678	.936
AITEM015	102.28	229.698	.748	.935
AITEM016	102.65	237.079	.438	.938
AITEM017	101.95	236.387	.535	.937
AITEM018	102.43	234.487	.519	.937
AITEM019	102.17	229.734	.688	.936
AITEM020	102.58	233.129	.529	.937
AITEM021	102.15	232.164	.660	.936

AITEM022	102.53	239.575	.348	.939
AITEM023	102.78	236.749	.375	.939
AITEM024	102.67	239.989	.332	.939
AITEM025	102.50	236.119	.413	.938
AITEM026	102.32	232.254	.594	.936
AITEM027	102.25	232.462	.683	.936
AITEM028	102.43	231.606	.637	.936
AITEM029	102.82	235.068	.404	.939
AITEM030	102.78	232.071	.618	.936
AITEM031	102.65	229.791	.732	.935
AITEM032	102.57	234.724	.604	.937
AITEM033	102.55	231.269	.667	.936
AITEM034	102.63	234.033	.543	.937
AITEM035	102.40	232.549	.604	.936
AITEM036	102.40	238.176	.396	.938



Lampiran E. Hasil Uji Daya Beda dan Reliabilitas Uji Coba Skala

Kecemasan menghadapi pertandingan

SKALA KECEMASAN PUTARAN 1

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	60	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	60	100.0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.932	36

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
AITEM001	2.17	.960	60
AITEM002	1.65	.755	60
AITEM003	2.23	.851	60
AITEM004	1.88	.825	60
AITEM005	2.63	1.073	60
AITEM006	1.67	.896	60
AITEM007	2.45	.910	60
AITEM008	1.75	.856	60

AITEM009	2.18	.892	60
AITEM010	1.80	.755	60
AITEM011	2.37	.938	60
AITEM012	1.70	.869	60
AITEM013	2.08	.926	60
AITEM014	1.82	.813	60
AITEM015	2.18	.965	60
AITEM016	1.97	.938	60
AITEM017	1.75	.751	60
AITEM018	1.77	.810	60
AITEM019	1.78	.761	60
AITEM020	2.55	.852	60
AITEM021	1.57	.890	60
AITEM022	2.00	.759	60
AITEM023	1.92	.889	60
AITEM024	1.85	.777	60
AITEM025	2.23	.851	60
AITEM026	2.28	.922	60
AITEM027	1.83	.763	60
AITEM028	1.95	.790	60
AITEM029	1.65	.777	60
AITEM030	1.95	.769	60
AITEM031	1.78	.804	60
AITEM032	1.88	.865	60
AITEM033	1.80	.819	60

AITEM034	2.10	.752	60
AITEM035	2.00	.974	60
AITEM036	1.92	.787	60

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
AITEM001	68.93	267.046	.389	.932
AITEM002	69.45	265.438	.575	.930
AITEM003	68.87	267.982	.411	.932
AITEM004	69.22	262.918	.619	.929
AITEM005	68.47	263.270	.452	.931
AITEM006	69.43	265.368	.479	.931
AITEM007	68.65	268.096	.377	.932
AITEM008	69.35	261.452	.649	.929
AITEM009	68.92	263.773	.538	.930
AITEM010	69.30	263.976	.637	.929
AITEM011	68.73	272.199	.229	.934
AITEM012	69.40	264.753	.518	.930
AITEM013	69.02	266.593	.420	.932
AITEM014	69.28	262.715	.637	.929
AITEM015	68.92	265.298	.443	.931
AITEM016	69.13	258.795	.679	.929
AITEM017	69.35	269.655	.403	.932

AITEM018	69.33	265.853	.517	.930
AITEM019	69.32	265.542	.566	.930
AITEM020	68.55	267.947	.412	.932
AITEM021	69.53	263.440	.551	.930
AITEM022	69.10	266.397	.532	.930
AITEM023	69.18	261.915	.607	.930
AITEM024	69.25	267.886	.459	.931
AITEM025	68.87	270.490	.320	.932
AITEM026	68.82	267.440	.393	.932
AITEM027	69.27	265.182	.579	.930
AITEM028	69.15	264.943	.567	.930
AITEM029	69.45	265.235	.566	.930
AITEM030	69.15	264.503	.603	.930
AITEM031	69.32	260.559	.730	.928
AITEM032	69.22	257.834	.776	.928
AITEM033	69.30	269.400	.375	.932
AITEM034	69.00	263.085	.676	.929
AITEM035	69.10	270.295	.278	.933
AITEM036	69.18	264.356	.593	.930

SKALA KECEMASAN PUTARAN 2

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	60	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	60	100.0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.935	34

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
AITEM001	2.17	.960	60
AITEM002	1.65	.755	60
AITEM003	2.23	.851	60
AITEM004	1.88	.825	60
AITEM005	2.63	1.073	60
AITEM006	1.67	.896	60
AITEM007	2.45	.910	60
AITEM008	1.75	.856	60
AITEM009	2.18	.892	60
AITEM010	1.80	.755	60

AITEM012	1.70	.869	60
AITEM013	2.08	.926	60
AITEM014	1.82	.813	60
AITEM015	2.18	.965	60
AITEM016	1.97	.938	60
AITEM017	1.75	.751	60
AITEM018	1.77	.810	60
AITEM019	1.78	.761	60
AITEM020	2.55	.852	60
AITEM021	1.57	.890	60
AITEM022	2.00	.759	60
AITEM023	1.92	.889	60
AITEM024	1.85	.777	60
AITEM025	2.23	.851	60
AITEM026	2.28	.922	60
AITEM027	1.83	.763	60
AITEM028	1.95	.790	60
AITEM029	1.65	.777	60
AITEM030	1.95	.769	60
AITEM031	1.78	.804	60
AITEM032	1.88	.865	60
AITEM033	1.80	.819	60
AITEM034	2.10	.752	60
AITEM036	1.92	.787	60

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
AITEM001	64.57	250.487	.364	.935
AITEM002	65.08	247.806	.593	.932
AITEM003	64.50	251.000	.398	.934
AITEM004	64.85	245.486	.630	.932
AITEM005	64.10	246.193	.449	.934
AITEM006	65.07	248.402	.470	.933
AITEM007	64.28	251.257	.360	.935
AITEM008	64.98	243.881	.668	.931
AITEM009	64.55	246.794	.531	.933
AITEM010	64.93	246.436	.653	.932
AITEM012	65.03	247.321	.526	.933
AITEM013	64.65	249.248	.423	.934
AITEM014	64.92	245.129	.655	.931
AITEM015	64.55	248.387	.432	.934
AITEM016	64.77	241.199	.700	.931
AITEM017	64.98	252.695	.386	.934
AITEM018	64.97	248.202	.533	.933
AITEM019	64.95	248.862	.543	.933
AITEM020	64.18	250.593	.413	.934
AITEM021	65.17	246.751	.534	.933
AITEM022	64.73	248.843	.545	.933

AITEM023	64.82	245.135	.595	.932
AITEM024	64.88	250.139	.477	.933
AITEM025	64.50	253.407	.308	.935
AITEM026	64.45	249.811	.405	.934
AITEM027	64.90	248.363	.563	.932
AITEM028	64.78	247.223	.588	.932
AITEM029	65.08	248.078	.563	.932
AITEM030	64.78	246.884	.621	.932
AITEM031	64.95	243.709	.721	.931
AITEM032	64.85	240.469	.792	.930
AITEM033	64.93	252.775	.346	.935
AITEM034	64.63	245.762	.684	.931
AITEM036	64.82	246.695	.613	.932



Lampiran F. Skala Penelitian

SKALA PSIKOLOGI



Disusun Oleh :

Alrian Hendra Saputra

15000120140071

Fakultas Psikologi

Universitas Diponegoro

Semarang

2024

KATA PENGANTAR

Selamat pagi/siang/malam

Perkenalkan nama saya Alrian Hendra Saputra. Saya merupakan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Pada saat ini saya sedang menjalankan penelitian untuk memenuhi tugas akhir perkuliahan. Untuk itu, saya mengharapkan partisipasi Saudara/i untuk dapat mengisi skala di bawah.

Skala berikut ini dapat diisi sesuai dengan kondisi, situasi, perasaan dan pendapat anda. Pada skala ini **tidak ada jawaban benar atau salah**, sehingga Anda dapat melakukan pengisian skala ini dengan sungguh-sungguh sesuai dengan keadaan yang dirasakan. Data yang diambil dalam penelitian ini akan dijaga kerahasiaanya dan hanya dipergunakan untuk keperluan penelitian.

Atas kerja sama dan bantuannya, saya ucapkan terima kasih sebesar-besarnya.

Hormat Saya,

Alrian Hendra Saputra

LEMBAR INFORMASI PARTISIPAN

1. INFORMASI PENELITIAN

Alrian Hendra Saputra (15000120140071)

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Psikologi S-1

alrianhendra@gmail.com

2. TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk memenuhi tugas akhir skripsi sebagai syarat kelulusan peneliti di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Penelitian ini melibatkan atlet futsal mahasiswa Universitas Diponegoro. Pengisian kuesioner ini dianggap sebagai persetujuan partisipan untuk ikut serta pada penelitian ini.

3. PROSEDUR PENELITIAN

Partisipan dapat mengisi kuesioner yang terdiri dari 2 bagian. Masing-masing bagian mengukur hardines dan kecemasan menghadapi pertandingan. Skala akan dibagikan ke dalam *booklet*. Dalam kuesioner ini partisipan dapat menjawab pertanyaan berdasar pada kondisi, situasi, perasaan dan pendapat pribadi yang berkaitan dengan kecemasan menghadapi pertandingan dan *Hardiness* yang dimiliki.

4. PARTISIPASI DALAM PENELITIAN

Keikutsertaan dalam penelitian ini bersifat sukarela. Partisipan berhak memilih untuk ikut serta atau tidak ikut serta dalam pengisian kuesioner ini. Keputusan untuk ikut atau tidak ikut tidak akan berdampak pada proses pendidikan Anda. Hanya partisipan yang memberikan persetujuan yang dapat mengikuti kuesioner ini. Ketika Anda telah memberikan persetujuan, Anda dapat kapanpun membatalkan keikutsertaan Anda dalam penelitian ini, termasuk menarik data yang telah terkumpul.

5. POTENSI RESIKO

Tidak ada risiko yang berarti dalam keikutsertaan kuesioner ini. Namun, ketika Anda mengalami ketidaknyamanan atau gangguan, Anda dapat sewaktu-waktu berhenti dari kuesioner ini. Anda dapat menghubungi kontak narahubung yang tertera.

6. POTENSI MANFAAT

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat kepada partisipan berupa informasi dan pengalaman sebagai upaya mengenali diri sendiri. Secara tidak langsung, partisipan juga ikut serta berkontribusi terhadap kemajuan ilmu pengetahuan.

7. KERAHASIAAN DATA

Seluruh data yang Anda berikan dalam penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya sesuai dengan Kode Etik Psikologi yang berlaku di Indonesia. Peneliti tidak akan menunjukkan dan/atau menyebarkan informasi-informasi yang bersifat kredensial (nama lengkap, alamat, tanda tangan, No. HP.). Data yang telah terkumpul akan disimpan pada penyimpanan cloud dengan akses terbatas.

8. NARAHUBUNG

Alrian Hendra Saputra (082234857979) / alrianhendra@gmail.com

INFORMED CONSENT

Saya telah membaca, memperoleh penjelasan, sepenuhnya menyadari, mengerti dan memahami tentang tujuan, manfaat dan risiko yang mungkin timbul dalam penelitian, serta telah diberi kesempatan untuk bertanya dan sudah dijawab dengan memuaskan, juga sewaktu-waktu dapat mengundurkan diri dalam keikutsertaannya, maka saya (*~~SETUJU/TIDAK SETUJU~~*) untuk ikut dalam penelitian ini.

Saya dengan sukarela memilih untuk ikut serta dalam penelitian ini tanpa tekanan/paksaan siapapun.

***Coret yang tidak sesuai**

Semarang, JUNI 2024

Peneliti,

Partisipan



Alrian Hendra Saputra

(.....)

PETUNJUK PENGISIAN

9. Tuliskan identitas Anda secara jelas pada lembar identitas yang tersedia.
10. Bacalah setiap pertanyaan dengan teliti dan seksama.
11. Anda diharapkan menjawab setiap pernyataan dalam skala ini sesuai dengan keadaan, perasaan dan pikiran Anda yang sebenarnya dengan cara memberi tanda silang (X) pada salah satu dari pilihan jawaban yang tersedia yaitu :
 - SS : bila pernyataan Sangat Sesuai dengan yang Anda rasakan
 - S : bila pernyataan Sesuai dengan yang Anda rasakan
 - TS : bila pernyataan Tidak Sesuai dengan yang Anda rasakan
 - STS : bila pernyataan tersebut Sangat Tidak Sesuai dengan yang Anda rasakan

CONTOH PENGISIAN :

PERNYATAAN	JAWABAN			
	STS	TS	S	SS
Saya mampu mengatasi setiap masalah yang datang				☒

Jika Anda ingin memperbaiki jawaban, berilah tanda sama dengan (=) di tanda silang yang sebelumnya Anda buat, lalu berilah tanda silang pada jawaban lain yang Anda anggap paling tepat.

PERNYATAAN	JAWABAN			
	STS	TS	S	SS
Saya tidak mampu mengatasi setiap masalah yang datang	☒		☒	

12. Pilihlah jawaban yang benar-benar sesuai dengan Anda, Tidak ada jawaban yang dianggap salah.
13. Periksa kembali jawaban Anda dan pastikan Anda menjawab setiap pernyataan.

IDENTITAS DIRI PARTISIPAN

Nama/Inisial :
Fakultas :
Angkatan :
Usia : tahun

***Coret yang tidak sesuai**

SKALA 1

NO	Pernyataan	Jawaban			
1	Telapak tangan saya berkeringat ketika akan menghadapi pertandingan	STS	TS	S	SS
2	Saya semakin bersemangat latihan walaupun mengetahui lawan yang akan dihadapi memiliki prestasi yang lebih tinggi	STS	TS	S	SS
3	Otot saya terasa tegang ketika akan menghadapi pertandingan	STS	TS	S	SS
4	Saya tetap fokus menjalani aktivitas keseharian walaupun harus mempersiapkan pertandingan	STS	TS	S	SS
5	Jantung saya berdetak kencang ketika menghadapi pertandingan	STS	TS	S	SS
6	Nafsu makan saya tetap normal walaupun pertandingan sudah semakin dekat	STS	TS	S	SS
7	Saya khawatir akan kalah dalam pertandingan	STS	TS	S	SS
8	Saya percaya pada kemampuan yang saya miliki	STS	TS	S	SS
9	Saya takut ketika mengetahui kemampuan lawan lebih tinggi daripada saya	STS	TS	S	SS
10	Saya percaya diri dapat mengalahkan lawan, walaupun mereka lebih unggul	STS	TS	S	SS
11	Saya percaya pada kemampuan rekan satu tim saya	STS	TS	S	SS
12	Saya menghindari perbincangan yang berhubungan dengan lawan main saya	STS	TS	S	SS
13	Saya tetap berpikir jernih walaupun mengetahui bahwa lawan memiliki prestasi yang lebih tinggi	STS	TS	S	SS
14	Saya enggan mencari informasi mengenai lawan yang akan dihadapi	STS	TS	S	SS

15	Saya tetap tenang ketika mendapati lawan yang lebih senior	STS	TS	S	SS
16	Saya mengalihkan pembicaraan ketika ada obrolan mengenai pertandingan	STS	TS	S	SS
17	Saya mampu mengendalikan emosi dengan baik saat mendekati waktu pertandingan	STS	TS	S	SS
18	Saya gugup ketika membahas rencana pertandingan	STS	TS	S	SS
19	Saya mencari informasi mengenai prestasi lawan yang akan dihadapi	STS	TS	S	SS
20	Saya kerap bermimpi buruk setelah mengetahui prestasi lawan lebih tinggi daripada saya	STS	TS	S	SS
21	Saya mempelajari permainan lawan dari berbagai informasi	STS	TS	S	SS
22	Saya menjadi panik ketika mengetahui prestasi lawan saya	STS	TS	S	SS
23	Saya meluangkan waktu untuk membahas strategi dengan rekan satu tim	STS	TS	S	SS
24	Saya merasa kemampuan saya belum cukup untuk menghadapi pertandingan	STS	TS	S	SS
25	Saya yakin dapat terhindar dari cedera pada saat pertandingan	STS	TS	S	SS
26	Saya ragu dengan rencana yang telah dibuat sebelum pertandingan	STS	TS	S	SS
27	Saya yakin pertandingan berjalan sesuai harapan	STS	TS	S	SS
28	Saya pesimis dengan kemampuan rekan satu tim saya	STS	TS	S	SS
29	Saya yakin pertandingan akan berjalan dengan kondusif	STS	TS	S	SS
30	Saya kesulitan mengendalikan fokus saat latihan ketika waktu pertandingan semakin dekat	STS	TS	S	SS
31	Tubuh saya tetap stabil ketika menghadapi pertandingan	STS	TS	S	SS

32	Saat memikirkan pertandingan, saya menjadi susah fokus dalam menjalani aktivitas sehari-hari	STS	TS	S	SS
33	Otot saya tetap rileks ketika menghadapi pertandingan	STS	TS	S	SS
34	Saya dapat mengatur nafas dengan baik ketika menghadapi pertandingan	STS	TS	S	SS

SKALA 2

NO	Pernyataan	Jawaban			
1	Saya dapat menentukan rencana cadangan jika rencana awal tidak sesuai dengan harapan	STS	TS	S	SS
2	Saya mempertimbangkan konsekuensi yang akan diterima sebelum membuat keputusan	STS	TS	S	SS
3	Saya mampu dengan mudah menentukan pilihan yang terbaik untuk hidup saya	STS	TS	S	SS
4	Saya kesulitan mengendalikan perasaan saat memiliki masalah	STS	TS	S	SS
5	Ketika sedang memiliki masalah, saya mudah terpengaruh orang lain	STS	TS	S	SS
6	Saya bersungguh-sungguh untuk menuntaskan tugas saya	STS	TS	S	SS
7	Saya mampu menyelesaikan tugas walaupun mengalami kesulitan	STS	TS	S	SS
8	Saya terus mencoba walaupun pernah gagal	STS	TS	S	SS
9	Saya takut mengakui kesalahan yang saya perbuat	STS	TS	S	SS
10	Ketika membuat kesalahan, saya mencari perlindungan dari orang lain	STS	TS	S	SS
11	Saya yakin dapat menghadapi apapun yang akan terjadi pada kehidupan saya	STS	TS	S	SS
12	Tantangan dalam kehidupan membuat saya belajar untuk mengenal dan memahami diri saya	STS	TS	S	SS
13	Saya berjuang keras untuk mencapai tujuan saya walaupun harus merubah rencana yang telah saya tetapkan	STS	TS	S	SS
14	Ketika saya sedang memiliki masalah, saya menjadi lemah	STS	TS	S	SS
15	Saya yakin bahwa kegagalan adalah akhir dari segalanya	STS	TS	S	SS
16	Saya merasa munculnya masalah akan menghambat hidup saya	STS	TS	S	SS
17	Saya menganggap setiap masalah yang datang merupakan proses untuk mencapai tujuan	STS	TS	S	SS
18	Saya merasa tertantang saat mengerjakan tugas yang sulit	STS	TS	S	SS

19	Saya yakin setiap masalah memiliki nilai positif yang dapat diambil	STS	TS	S	SS
20	Ketika saya mengalami kegagalan, saya sulit menerima perubahan	STS	TS	S	SS
21	Saya kesulitan menerima sesuatu hal yang tidak sesuai dengan diri saya	STS	TS	S	SS
22	Saya enggan merubah rencana yang telah saya tetapkan di awal, walaupun ditengah jalan, saya menemukan strategi yang lebih baik	STS	TS	S	SS
23	Saya berusaha untuk aktif saat diskusi kelompok berlangsung	STS	TS	S	SS
24	Saya menanggung konsekuensi dari perbuatan saya	STS	TS	S	SS
25	Saya mencari solusi dari masalah yang saya perbuat	STS	TS	S	SS
26	Saya mudah menyerah ketika mendapatkan tugas yang sulit	STS	TS	S	SS
27	Saya menunda pekerjaan hingga mendekati tenggat waktu yang ditentukan	STS	TS	S	SS
28	Saya merasa tertekan ketika menghadapi banyak masalah	STS	TS	S	SS
29	Ketika ada permasalahan, Saya dapat menghadapi dengan tenang	STS	TS	S	SS
30	Ketika menghadapi masalah, saya mampu menyelesaikan masalah secara mandiri	STS	TS	S	SS
31	Saya mampu mengendalikan emosi yang keluar ketika memiliki masalah	STS	TS	S	SS
32	Saya ragu dengan pilihan yang saya tetapkan	STS	TS	S	SS
33	Saya bergantung pada orang lain ketika mengambil keputusan	STS	TS	S	SS
34	Saya kesulitan memilih keputusan dalam hidup	STS	TS	S	SS

TERIMA KASIH

SEMOGA HARIMU MENYENANGKAN





Lampiran G. Sebaran Data Hasil Penelitian Skala *Hardiness*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	TOTAL
1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3	2	3	1	3	2	3	3	2	3	4	4	4	4	4	80
2	4	4	3	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	3	2	4	4	1	1	4	4	3	1	1	1	4	98
3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	99
4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	2	3	3	3	2	4	3	3	119
5	1	1	4	4	1	2	3	1	1	1	3	1	2	3	2	4	1	1	1	4	2	2	4	2	1	2	1	4	2	4	3	4	3	4	79
6	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	99
7	3	4	3	2	4	4	3	3	3	4	4	4	3	2	4	4	4	2	4	3	3	2	3	4	3	3	2	2	4	4	2	2	3	3	107
8	3	3	2	2	4	3	3	4	3	4	4	4	3	2	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	106
9	2	3	3	1	1	3	3	4	2	3	4	4	4	2	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	1	2	3	3	3	3	3	4	103
10	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	4	3	1	3	2	4	2	3	2	3	3	4	3	3	3	1	2	2	2	3	95
11	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	124
12	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	2	2	4	4	4	4	4	3	3	4	4	2	3	2	115
13	4	1	4	1	1	2	1	1	1	1	4	1	4	4	1	1	4	1	3	1	2	1	1	4	4	1	2	3	4	4	4	4	4	4	83
14	1	1	2	4	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	4	4	4	4	1	4	2	1	4	1	4	4	1	1	1	4	4	3	3	77
15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	105
16	1	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	1	4	1	1	2	1	1	2	1	2	1	3	1	3	1	3	1	2	1	1	2	2	2	76
17	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	2	3	2	3	107
18	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	104
19	3	4	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	2	4	3	4	3	3	4	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	103
20	4	3	3	2	3	4	4	4	1	3	4	4	4	2	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	1	1	3	3	3	3	3	4	110
21	3	3	2	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	2	95
22	2	3	3	2	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	3	3	1	2	3	4	4	4	2	4	3	4	2	3	4	3	107
23	1	1	2	1	1	1	1	4	2	4	2	4	4	1	4	4	2	4	1	1	4	2	3	3	2	2	2	4	2	2	4	2	2	2	81
24	4	3	4	2	1	4	1	2	1	4	1	2	4	2	1	1	4	2	4	2	1	1	1	2	1	4	4	4	4	3	4	4	4	3	89

25	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	2	3	2	2	2	4	4	4	2	1	2	2	2	2	3	3	3	104	
26	3	3	3	1	2	4	4	4	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4	2	2	1	3	3	3	4	4	4	3	3	4	1	1	1	92	
27	3	3	3	1	2	3	3	3	2	1	3	3	3	2	1	2	4	3	3	2	2	1	3	3	4	1	2	3	4	4	4	2	2	2	87	
28	1	3	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	1	80	
29	4	3	1	1	2	4	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	3	3	4	1	2	2	2	2	2	2	90	
30	1	1	2	4	2	1	2	1	2	1	1	1	3	2	4	1	3	3	4	1	2	2	2	2	1	2	2	4	4	4	4	1	4	3	77	
31	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	2	4	3	4	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	3	108	
32	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	118	
33	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	124	
34	2	1	3	1	3	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	3	2	2	1	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	2	84	
35	3	1	3	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	4	4	1	4	1	3	4	2	1	4	1	3	4	4	4	4	4	79	
36	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	4	4	2	2	2	4	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	4	80
37	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	4	1	4	2	2	2	4	1	4	1	4	2	2	2	2	4	2	4	4	4	4	78	
38	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4	2	4	3	3	2	2	1	2	1	4	1	2	2	2	2	4	4	4	80	
39	1	1	3	3	1	1	1	1	3	1	3	2	1	2	1	1	1	1	1	4	3	3	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	79	
40	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	4	2	4	4	2	3	3	3	4	4	4	4	4	77	
41	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	4	2	1	4	2	4	1	4	2	4	2	1	4	1	1	2	4	2	2	4	3	4	78	
42	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	3	4	3	2	3	4	4	2	2	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	95	
43	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	125	
44	2	2	3	2	2	1	1	2	1	1	2	4	1	3	2	4	4	2	4	3	4	2	2	1	2	4	3	2	2	3	2	4	2	3	82	
45	4	3	2	1	2	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	2	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	2	2	3	3	3	3	3	111	
46	2	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	2	2	4	4	4	2	1	3	2	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	114	
47	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	4	4	4	2	3	3	3	4	3	3	3	111	
48	3	3	3	1	3	3	2	3	3	4	4	3	2	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	104	
49	3	3	3	2	1	4	3	2	1	2	3	2	3	3	3	3	2	1	3	4	2	1	2	3	2	3	3	3	2	1	4	3	2	3	85	
50	1	1	1	4	4	1	1	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4	82	

51	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	84	
52	4	4	4	1	2	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	2	2	3	4	4	4	1	1	4	2	3	4	4	1	1	106	
53	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	90		
54	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	97		
55	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	4	3	3	2	3	2	3	2	3	98	
56	3	3	2	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	2	95	
57	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	3	3	4	3	4	2	4	4	3	4	2	4	3	2	3	2	4	4	2	4	2	114	
58	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	113	
59	2	2	2	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	4	4	99	
60	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	123	
61	2	4	4	2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	4	112	
62	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	116
63	3	3	2	1	1	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	2	4	3	3	2	1	3	3	3	3	3	1	2	2	3	2	2	3	3	89	
64	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	86	
65	3	2	3	3	4	4	2	2	3	3	3	3	3	4	3	1	4	1	2	2	3	4	3	4	3	2	2	4	2	3	3	3	4	4	99	
66	3	3	2	1	1	3	3	3	2	2	3	3	3	2	4	4	4	3	4	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	85
67	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	2	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	106	
68	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	114	
69	4	3	3	1	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	115	
70	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	4	2	4	4	1	1	4	4	4	3	4	1	4	3	3	3	3	4	4	83	
71	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	2	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	1	3	4	4	4	4	117	
72	3	3	4	2	2	3	1	4	3	3	3	3	2	1	2	3	2	1	2	3	3	4	4	2	2	3	4	4	3	2	4	4	4	4	97	
73	3	3	2	1	2	3	1	4	3	3	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	3	4	4	2	2	3	4	4	3	2	4	4	4	4	93	
74	4	4	2	3	3	4	4	4	2	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	2	4	4	118	
75	3	4	2	1	4	2	3	3	2	2	4	4	3	2	4	2	4	4	4	2	1	4	2	4	3	3	1	3	3	3	3	2	3	4	98	

76	3	3	3	2	2	4	3	4	3	3	3	4	3	2	4	4	3	3	3	2	2	2	3	3	4	3	3	2	3	4	3	2	3	4	102
77	3	2	4	4	2	4	2	1	3	3	3	3	3	4	3	2	4	2	4	2	3	4	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	4	4	104
78	3	4	2	4	4	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	2	4	4	116
79	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	114
80	3	4	3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	2	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	117
81	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	90
82	2	1	2	1	2	1	3	1	2	1	1	1	1	3	2	2	2	1	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	4	4	4	4	4	4	87
83	2	3	3	2	1	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	2	3	2	4	4	2	111
84	1	1	1	2	2	3	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	81
85	3	4	2	4	4	3	4	3	3	4	2	1	2	3	2	1	2	3	3	3	4	2	3	2	3	2	2	3	3	4	3	4	3	3	97
86	2	2	3	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	3	2	2	1	2	2	3	3	2	2	4	2	4	4	4	2	3	2	3	2	2	76
87	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	4	2	2	1	4	1	2	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	77
88	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	97
89	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	116
90	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	4	4	2	4	1	2	4	2	1	4	4	2	4	4	4	2	4	3	78
91	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	96
92	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	99
93	2	2	2	1	3	2	3	3	3	4	2	4	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3	4	2	3	2	2	3	2	2	4	3	92
94	3	3	4	2	2	3	3	3	2	2	3	4	3	2	1	2	4	3	4	2	3	2	4	3	3	2	2	2	4	3	3	2	1	1	90
95	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	113
96	2	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	105
97	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	123
98	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	114
99	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	114
100	4	4	4	2	2	4	4	2	3	3	3	3	3	4	3	2	4	2	3	3	3	3	4	3	4	3	4	2	4	1	3	4	4	4	109

10 1	4	3	1	4	3	4	3	3	2	2	3	3	3	4	2	2	3	4	3	3	3	2	4	3	3	2	1	4	2	2	2	3	3	3	96
10 2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	4	1	2	4	1	1	2	4	4	1	2	2	2	1	1	4	4	2	4	4	1	4	3	4	79
10 3	3	3	2	2	2	4	4	4	3	3	3	3	3	2	4	2	4	3	4	2	2	2	4	3	3	3	1	2	3	3	3	2	2	2	95
10 4	3	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	107
10 5	4	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	4	2	2	3	3	4	3	4	3	2	2	4	4	3	3	3	4	4	107
10 6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	113
10 7	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	110
10 8	3	3	2	1	2	3	1	4	3	3	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	3	4	4	2	2	3	4	4	3	2	4	4	4	4	93
10 9	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	114
11 0	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	114
11 1	1	1	3	3	1	1	1	1	3	1	3	2	1	2	1	4	1	4	1	4	2	2	4	1	1	4	4	4	1	4	1	2	3	4	76
11 2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	115
11 3	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	4	4	4	4	4	3	4	2	3	3	2	3	4	4	4	2	4	2	2	85
11 4	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	4	2	2	4	2	3	2	2	4	4	4	4	4	2	4	2	1	4	2	2	1	1	1	77
11 5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	99

11 6	4	2	4	3	4	4	2	2	3	3	3	3	3	4	3	2	4	2	2	2	3	4	3	4	3	2	2	4	2	3	3	3	4	4	103	
11 7	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	1	3	4	4	4	3	115	
11 8	4	4	4	2	2	4	4	4	2	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	2	3	3	3	3	4	3	3	116	
11 9	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	114	
12 0	4	4	4	4	4	1	4	4	1	3	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	120	
12 1	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	116	
12 2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	4	1	1	4	1	2	1	4	4	1	4	2	1	1	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	77	
12 3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	1	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	124	
12 4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	2	1	2	2	2	2	1	2	3	3	4	3	3	2	3	2	3	2	3	94	
12 5	1	1	1	2	2	3	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	4	1	4	4	2	2	2	4	4	2	3	1	4	3	2	3	3	4	77	
12 6	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	1	4	4	4	4	3	3	2	4	3	2	3	1	2	3	3	4	3	4	3	2	2	1	2	92	
12 7	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	2	3	2	4	2	2	3	3	3	3	2	1	1	2	3	2	2	2	2	84	
12 8	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	109	
12 9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	113
13 0	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	94	

13 1	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	116
---------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	-----



**Lampiran H. Sebaran Data Hasil Penelitian Skala Kecemasan menghadapi
pertandingan**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	TOTAL	
1	4	3	4	3	3	4	4	2	3	4	3	3	4	3	4	3	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	120	
2	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	114	
3	2	3	3	3	4	3	2	4	3	4	4	4	3	2	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	113	
4	2	4	4	2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	4	112	
5	4	2	3	3	3	2	4	1	4	1	2	2	2	2	1	3	1	3	2	2	2	3	1	4	1	3	2	2	1	3	2	2	2	2	77	
6	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	4	1	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	77	
7	2	2	2	3	3	3	1	1	2	2	2	2	3	1	3	3	2	2	2	1	2	1	2	3	2	1	1	1	1	1	2	3	3	3	68	
8	3	1	2	4	3	1	2	1	2	1	1	3	2	3	2	2	2	2	4	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	67	
9	3	1	3	1	3	1	3	2	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	3	2	2	2	1	2	2	2	3	2	1	66	
10	2	1	2	3	1	1	2	3	1	1	1	1	3	2	3	1	2	2	4	1	1	1	2	4	3	2	3	1	3	2	2	2	2	1	66	
11	2	1	2	2	2	3	3	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	59	
12	3	1	3	1	3	1	2	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	61	
13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	2	4	4	4	4	2	2	3	4	4	4	4	4	127	
14	2	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	2	4	2	4	2	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	115	
15	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	114	
16	2	3	3	3	4	3	2	4	3	4	4	4	3	2	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	113
17	2	3	3	2	1	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	3	3	2	3	2	4	4	2	111	
18	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4	3	4	3	4	2	2	2	2	4	2	4	84	
19	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	3	2	70	
20	3	1	3	1	3	1	4	1	4	2	1	3	1	2	2	1	2	1	2	1	1	3	1	2	3	2	2	1	2	2	2	2	3	2	67	
21	2	2	2	2	4	1	3	2	3	2	1	3	1	3	3	1	1	1	3	1	2	2	2	2	3	1	2	1	2	1	2	1	2	3	67	
22	1	2	3	2	3	2	2	1	1	1	2	2	2	3	2	1	2	2	4	1	3	1	3	1	2	2	2	1	2	1	2	1	3	3	66	
23	4	2	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	127	
24	4	4	1	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	126	

25	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	113		
26	3	2	3	4	4	4	3	4	2	3	4	3	3	2	2	2	4	1	2	1	4	1	3	2	3	4	4	1	4	1	4	1	4	4	96		
27	3	2	4	2	3	1	4	2	3	2	2	4	1	3	2	3	2	3	2	4	2	4	1	3	3	4	4	4	2	4	4	4	2	4	97		
28	4	4	4	1	1	4	4	4	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	97		
29	3	2	3	1	4	2	4	2	2	2	2	4	3	2	2	1	2	1	3	1	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	4	3	81		
30	1	2	1	3	2	1	2	2	2	2	2	1	2	4	3	1	3	2	4	1	3	4	3	2	3	4	3	2	4	1	2	2	2	2	78		
31	2	1	1	1	2	1	2	3	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	3	1	2	1	2	2	4	2	3	2	2	1	1	1	2	1	59		
32	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	105		
33	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	4	4	4	4	4	2	2	2	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	92	
34	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	128	
35	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	1	3	4	3	3	3	3	124		
36	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	122	
37	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	122	
38	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	121	
39	2	4	2	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	1	4	4	121	
40	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	119
41	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	118
42	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	116	
43	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	114
44	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	1	3	4	2	4	2	2	3	4	3	3	4	2	4	3	3	3	4	3	3	2	2	1		95	
45	4	2	4	2	4	1	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2	2	1	2	3	1	2	3	1	2	1	2	2	2	2	1	3	2	69	
46	3	1	2	1	4	1	4	1	3	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	56	
47	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	107	
48	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	113	
49	3	3	3	3	3	2	2	2	4	3	4	3	4	3	4	2	2	1	2	3	4	3	2	1	3	2	1	1	4	3	3	4	3	4		94	
50	1	3	2	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	4	4	3	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	4	4	3	4	4		98	
51	1	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4		94	
52	4	1	4	4	4	4	4	1	2	1	1	4	1	4	4	1	1	4	4	1	1	2	1	3	1	1	1	1	1	1	2	1	3	4	3	79	

53	2	1	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	79			
54	3	1	2	1	3	3	2	2	2	2	1	4	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	4	2	3	4	2	3	2	2	2	79		
55	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	3	4	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	1	1	68	
56	2	2	2	2	4	1	3	2	3	2	1	3	1	3	3	1	1	1	3	1	2	3	2	2	3	1	2	1	2	1	2	1	2	3	68	
57	2	1	2	3	2	4	1	2	1	1	4	1	2	3	3	1	2	1	3	1	3	2	2	2	1	3	1	3	1	2	2	1	2	2	67	
58	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	62
59	2	1	2	2	3	3	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	3	1	3	1	2	1	2	1	2	3	2	1	2	1	2	1	2	2	61	
60	2	1	3	1	3	1	3	1	2	1	1	2	1	2	1	3	1	2	3	2	1	3	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	60	
61	1	1	1	2	3	1	4	2	4	2	1	1	2	1	1	1	3	2	1	4	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	3	2	2	60
62	4	1	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	4	2	1	2	4	4	4	4	1	4	4	4	4	93
63	3	1	4	3	4	2	3	3	4	3	1	2	3	3	3	1	3	3	3	1	3	4	1	3	1	2	3	2	3	4	4	4	4	4	95	
64	2	2	2	2	4	1	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	82
65	1	3	4	2	2	2	1	2	3	4	2	1	2	2	3	1	2	1	2	1	2	3	1	2	1	3	4	3	3	2	3	3	2	4	77	
66	1	1	2	2	1	1	3	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	4	1	4	4	4	3	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	85	
67	1	2	3	2	2	1	2	1	2	1	1	4	1	4	1	2	1	2	4	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	58	
68	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	54
69	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	4	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	53	
70	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	127	
71	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	114	
72	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	114	
73	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	4	4	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	111
74	2	2	2	3	4	1	3	2	3	1	2	3	2	1	3	2	2	2	2	4	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	78	
75	3	2	4	2	4	1	4	2	3	2	1	3	2	4	3	1	1	2	3	2	2	2	1	3	3	2	2	1	2	2	2	2	3	2	78	
76	3	1	2	1	3	1	3	1	3	1	3	3	1	1	2	3	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	2	2	3	2	3	2	2	69	
77	1	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	1	2	1	3	1	2	1	2	1	2	2	1	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	4	68	
78	2	2	2	1	3	1	2	2	3	2	2	2	1	3	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	57	
79	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	54
80	3	1	1	1	1	2	3	1	1	2	2	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	2	4	4	4	3	3	95	

81	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	2	4	3	4	4	4	4	3	4	4	125				
82	4	4	2	2	2	4	3	4	4	3	4	4	4	2	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	2	3	3	3	3	4	3	115		
83	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	114			
84	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	2	4	3	4	1	2	2	3	2	3	2	1	4	3	2	4	2	4	4	3	3	4	2	94		
85	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	3	2	4	4	3	4	4	3	2	3	4	2	2	4	2	2	82		
86	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	71	
87	3	2	3	3	3	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	2	2	1	3	2	4	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	1	1	1	71		
88	1	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	61		
89	1	4	4	4	4	4	4	2	2	2	1	2	4	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	3	4	78		
90	4	4	2	2	2	4	3	4	4	3	4	4	4	2	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	2	3	3	3	3	4	3	115		
91	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	2	4	4	3	4	2	4	3	2	3	2	4	4	2	4	2	114	
92	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	113		
93	4	2	3	3	4	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	1	3	3	2	3	2	2	3	2	3	4	4	4	4	4	94		
94	1	3	2	3	3	3	3	4	2	3	4	2	3	2	3	2	3	2	3	4	4	1	4	2	4	1	4	2	4	2	3	4	3	3	96		
95	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	62		
96	3	1	2	1	2	1	4	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	3	3	2	2	1	3	1	1	3	2	1	62		
97	2	1	3	1	3	1	3	1	2	1	1	2	1	2	1	3	1	2	3	2	1	3	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	60		
98	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	54	
99	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	54
100	4	3	2	1	2	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	2	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	2	2	3	3	3	3	3	111		
101	3	3	3	4	4	3	4	3	2	3	3	4	2	2	3	1	3	4	2	4	3	4	3	2	4	2	2	2	3	3	2	2	1	2	95		
102	3	2	3	2	4	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	80		
103	3	2	2	3	3	1	3	2	4	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	79		

10 4	1	2	3	2	4	1	3	1	2	2	2	2	1	4	3	2	1	2	3	1	3	1	2	3	2	2	2	1	1	2	2	3	2	2	70	
10 5	1	2	2	2	2	2	1	2	3	3	2	1	2	1	3	1	2	1	2	1	2	4	1	2	1	3	2	3	2	2	2	3	2	4	69	
10 6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	62	
10 7	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	62	
10 8	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	3	2	2	2	1	1	1	1	2	2	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	1	74
10 9	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	54	
11 0	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	54	
11 1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	3	2	2	2	2	4	2	4	4	4	4	2	4	2	2	4	1	3	4	2	4	78	
11 2	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	2	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	117	
11 3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	1	3	4	4	4	3	115	
11 4	1	3	2	2	2	2	1	2	3	4	2	2	2	1	3	1	2	1	2	1	2	3	4	2	4	4	4	4	2	2	4	3	2	4	83	
11 5	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	3	3	3	2	2	2	2	77	
11 6	1	2	2	2	2	2	1	2	3	4	2	1	2	1	3	1	2	1	2	1	2	3	1	2	1	3	4	3	2	2	2	3	2	4	71	
11 7	1	3	2	4	2	4	1	2	3	2	2	1	2	1	3	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	3	2	2	2	1	1	3	1	3	66	



Lampiran I. Hasil Uji Asumsi dan Hipotesis

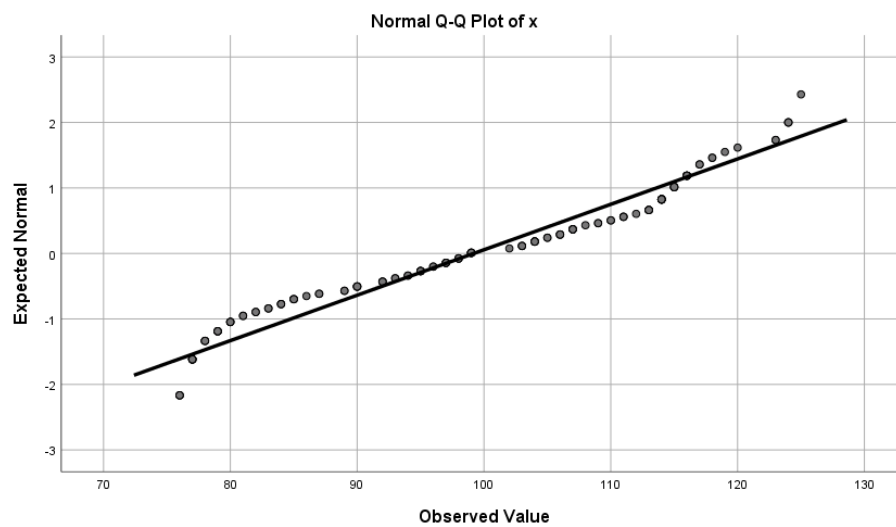
1. UJI NORMALITAS

Tests of Normality

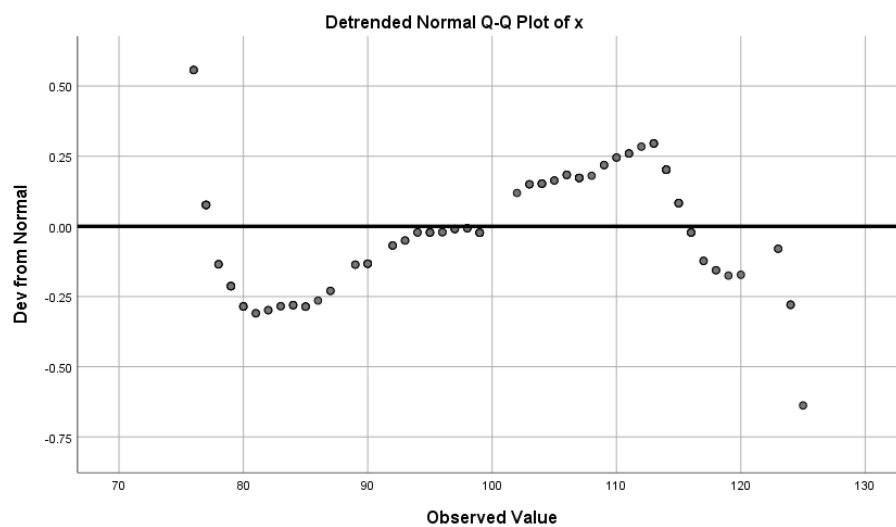
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
y	.153	131	.000	.910	131	.000
x	.098	131	.004	.942	131	.000

a. Lilliefors Significance Correction

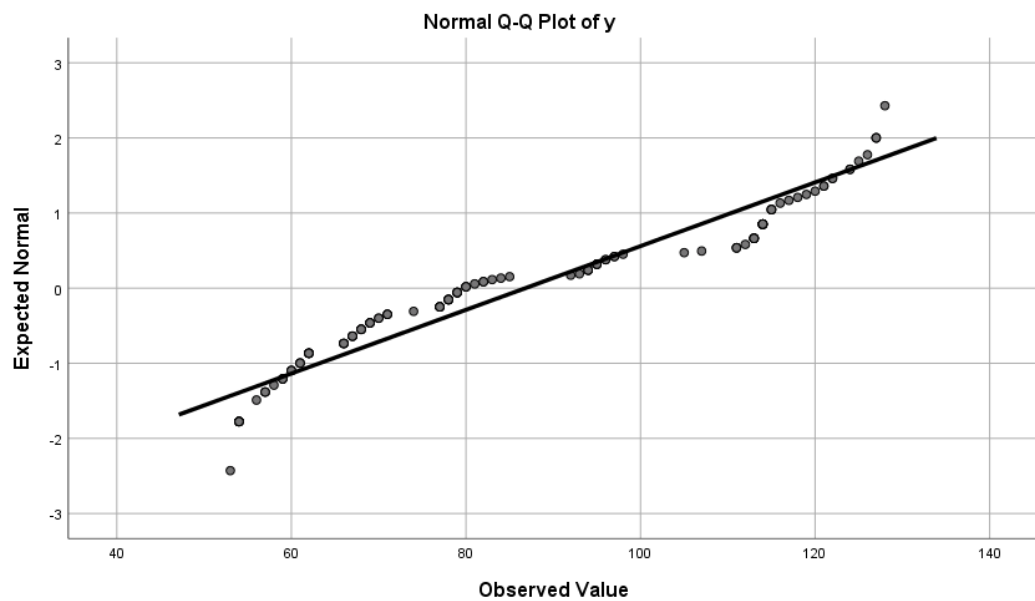
Hardiness



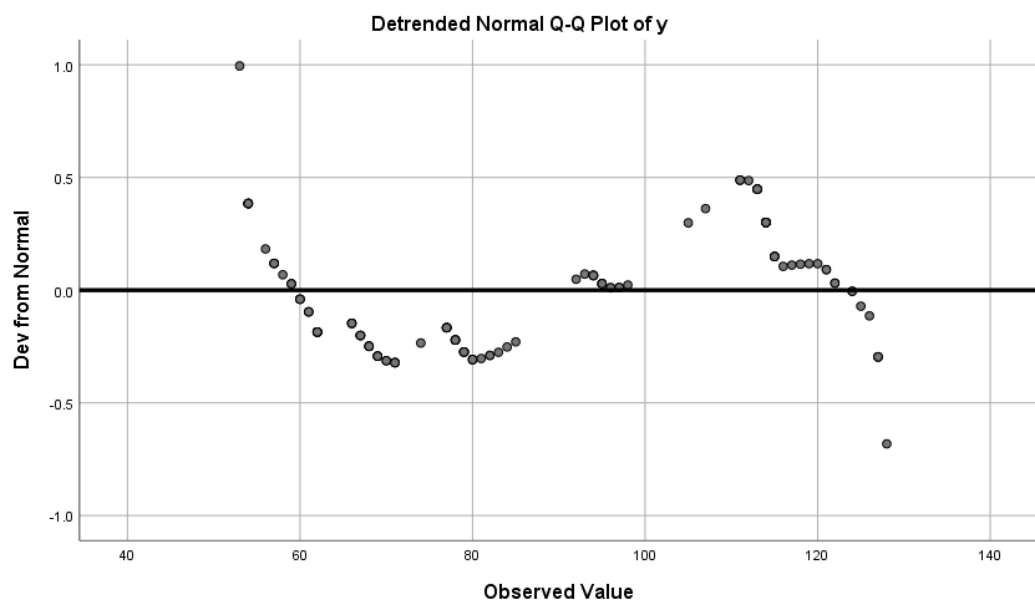
Hardiness



Kecemasan menghadapi pertandingan



Kecemasan menghadapi pertandingan



2. UJI LINEARITAS

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan Between *Hardiness Groups	(Combined)	40678.081	43	946.002	2.604	.000
	Linearity	17166.181	1	17166.181	47.249	.000
	Deviation from Linearity	23511.900	42	559.807	1.541	.046
	Within Groups	31608.148	87	363.312		
	Total	72286.229	130			

3. UJI HIPOTESIS

Correlations

			y	x
Spearman's rho	Kecemasan	Correlation Coefficient	1.000	-.532**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	131	131
	Hardiness	Correlation Coefficient	-.532**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	131	131

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).



Lampiran J. Surat – surat terkait penelitian

Surat Izin Uji Coba Kuesioner



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jalan Prof. Mr. Sunario
Kampus Universitas Diponegoro
Tembalang, Semarang, Kode Pos 50275
Telepon (024) 7460051, Faksimile (024) 76405530
Laman : www.psikologi.undip.ac.id
Pos-el: psikologi@live.undip.ac.id

Nomor : 750 /UN7.F11/PP/IV/2024

Hal : Permohonan Izin untuk Uji Coba Kuesioner Penelitian

30 APR 2024

Yth. UKM Futsal Tingkat Fakultas
Universitas Diponegoro

Dalam rangka penyusunan Skripsi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro yang tersebut di bawah ini :

Nama : Alrian Hendra Saputra

NIM : 15000120140071

Dengan judul skripsi :

Hubungan antara Hardiness dengan Kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal universitas diponegoro

Kami mohon mahasiswa tersebut diizinkan untuk melakukan Uji Coba Kuesioner penelitian di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian permohonan dari kami, atas perhatian dan kerjasama yang diberikan kami ucapkan terima kasih.



Dekan
Prof. Dian Ratna Sawitri, S.Psi., M.Si., Ph.D
NIP. 197809012002122001

Surat Izin Pengambilan Data



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jalan Prof. Mr. Sunario
Kampus Universitas Diponegoro
Tembalang, Semarang, Kode Pos 50275
Telepon (024) 7460051, Faksimile (024) 76405330
Laman : www.psikologi.undip.ac.id
Pos-el: psikologi@live.undip.ac.id

Nomor : 751 /UN7.F11/PP/IV/2024

Hal : Permohonan Izin untuk Pengambilan Data Penelitian

30 APR 2024

Yth. UKM Futsal Tingkat Fakultas
Universitas Diponegoro

Dalam rangka penyusunan Skripsi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro yang tersebut di bawah ini :

Nama : Alrian Hendra Saputra
NIM : 15000120140071

Dengan judul skripsi :

Hubungan antara Hardiness dengan Kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal universitas diponegoro

Kami mohon mahasiswa tersebut diizinkan untuk melakukan Pengambilan Data Penelitian di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian permohonan dari kami, atas perhatian dan kerjasama yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Dekan,



Prof. Dian Ratna Sawitri, S.Psi., M.Si., Ph.D
NIP 197809012002122001

Surat Balasan Dari BAK Universitas Diponegoro



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO

Gedung Widya Puraya
Jalan Prof. Sudarto, S.H.
Tembalang Semarang Kode Pos 50275
Tel. (024) 7460024 Faks. (024) 7460027
www.undip.ac.id | email: humas[at]live.undip.ac.id

Nomor : 250 / UN7.G1 / PP / VI / 2024
Perihal : Izin Penelitian

- 6 JUN 2024

Yth. Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro
Semarang

Berkenaan dengan surat Saudara Nomor 750/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan Izin untuk Uji Coba Kuesioner Penelitian dan Nomor 751/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan izin untuk Pengambilan Data Penelitian dilaksanakan tanggal 30 April 2024, dengan ini kami memberikan izin untuk melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi bagi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Alrian Hendra Saputra ✓
NIM : 15000120140071
Program Studi : S1 Psikologi
Judul T A : Hubungan antara Hardiness dengan Kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro

dengan ketentuan sebagai berikut:

- Surat izin berlaku sejak tanggal dibuat sampai dengan penelitian selesai;
- Lokasi penelitian di lingkungan Kampus Universitas Diponegoro;
- Izin hanya untuk kegiatan mencari data/bahan penyusunan tugas akhir;
- Informasi dan data yang diberikan hanya dalam bentuk angka dan statistik; dan
- Hanya untuk keperluan akademik/tidak dipublikasikan keluar.

Demikian surat izin ini kami berikan untuk digunakan sebagaimana mestinya dan kepada pihak yang bersangkutan dimohon dapat memberi bantuan seperlunya untuk kelancaran kegiatan dimaksud.



Kepala Biro Akademik dan Kemahasiswaan

Bdy Surahmad, S.Pd., M.Si

NIP. 196903121994031002

Tembusan:

- Wakil Rektor Akademi dan Kemahasiswaan
- Dekan Fakultas/Sekolah di lingkungan Undip
- Ketua Program Studi S1 Psikologi Undip
- Yang bersangkutan



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO

Gedung Widya Puraya
Jalan Prof. Sudarto, 54
Tembalang Semarang Kode Pos 50275
Tel. (024) 7460024 Faks. (024) 7460027
www.undp.ac.id | email: humas@live.undp.ac.id

Nomor : 250 / UN7.G1 / PP / VI / 2024
Perihal : Izin Penelitian

- 6 JUN 2024

Yth. Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro
Semarang

Berkenaan dengan surat Saudara Nomor 750/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan Izin untuk Uji Coba Kuesioner Penelitian dan Nomor 751/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan izin untuk Pengambilan Data Penelitian dilaksanakan tanggal 30 April 2024, dengan ini kami memberikan izin untuk melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi bagi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Alrian Hendra Saputra
NIM : 15000120140071
Program Studi : S1 Psikologi
Judul T A : Hubungan antara Hardiness dengan Kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro

dengan ketentuan sebagai berikut:

- Surat izin berlaku sejak tanggal dibuat sampai dengan penelitian selesai;
- Lokasi penelitian di lingkungan Kampus Universitas Diponegoro;
- Izin hanya untuk kegiatan mencari data/bahan penyusunan tugas akhir;
- Informasi dan data yang diberikan hanya dalam bentuk angka dan statistik; dan
- Hanya untuk keperluan akademik/tidak dipublikasikan keluar.

Demikian surat izin ini kami berikan untuk digunakan sebagaimana mestinya dan kepada pihak yang bersangkutan dimohon dapat memberi bantuan seperlunya untuk kelancaran kegiatan dimaksud.



Kepala Biro Akademik dan Kemahasiswaan
Ledy Surahmadi, S.Pd., M.Si
NIP. 196902121994031002

Tembusan:

- Wakil Rektor Akademi dan Kemahasiswaan
- Dekan Fakultas/Sekolah di lingkungan Undip
- 3 Ketua Program Studi S1 Psikologi Undip
- Yang bersangkutan



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO

Gedung Widya Puraya
Jalan Prof. Sudarto, S.H.
Tembalang Semarang Kode Pos 50275
Tel. (024) 7460024 Faks. (024) 7460027
www.undip.ac.id | email: humas[at]ve.undip.ac.id

Nomor : 250 / UN7.G1 / PP / VI / 2024
Perihal : Izin Penelitian

- 6 JUN 2024

Yth. Dekan Fakultas Psikologi ✓
Universitas Diponegoro
Semarang

Berkenaan dengan surat Saudara Nomor 750/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan Izin untuk Uji Coba Kuesioner Penelitian dan Nomor 751/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan izin untuk Pengambilan Data Penelitian dilaksanakan tanggal 30 April 2024, dengan ini kami memberikan izin untuk melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi bagi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Alrian Hendra Saputra
NIM : 15000120140071
Program Studi : S1 Psikologi
Judul T A : Hubungan antara Hardiness dengan Kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro

dengan ketentuan sebagai berikut:

- Surat izin berlaku sejak tanggal dibuat sampai dengan penelitian selesai;
- Lokasi penelitian di lingkungan Kampus Universitas Diponegoro;
- Izin hanya untuk kegiatan mencari data/bahan penyusunan tugas akhir;
- Informasi dan data yang diberikan hanya dalam bentuk angka dan statistik; dan
- Hanya untuk keperluan akademik/tidak dipublikasikan keluar.

Demikian surat izin ini kami berikan untuk digunakan sebagaimana mestinya dan kepada pihak yang bersangkutan dimohon dapat memberi bantuan seperlunya untuk kelancaran kegiatan dimaksud.



Kepala Biro Akademik dan Kemahasiswaan

Ety Sunahmad, S.Pd., M.Si
NIP. 196903121994031002

Tembusan:

- Wakil Rektor Akademi dan Kemahasiswaan
- Dekan Fakultas/Sekolah di lingkungan Undip
- Ketua Program Studi S1 Psikologi Undip
- Yang bersangkutan



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO

Gedung Widya Purnya
Jalan Prof. Sudarto, S.H.
Tembeleng Semarang Kode Pos 50275
Tel. (024) 7460024 Faks. (024) 7460027
www.undip.ac.id | email: humas@live.undip.ac.id

Nomor : 250 / UN7.G1 / PP / VI / 2024
Perihal : Izin Penelitian

- 6 JUN 2024

Yth. Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro
Semarang

Berkenaan dengan surat Saudara Nomor 750/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan Izin untuk Uji Coba Kuesioner Penelitian dan Nomor 751/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan izin untuk Pengambilan Data Penelitian dilaksanakan tanggal 30 April 2024, dengan ini kami memberikan izin untuk melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi bagi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Alrian Hendra Saputra
NIM : 15000120140071
Program Studi : S1 Psikologi
Judul T A : Hubungan antara Hardiness dengan Kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro

dengan ketentuan sebagai berikut:

- Surat izin berlaku sejak tanggal dibuat sampai dengan penelitian selesai;
- Lokasi penelitian di lingkungan Kampus Universitas Diponegoro;
- Izin hanya untuk kegiatan mencari data/bahan penyusunan tugas akhir;
- Informasi dan data yang diberikan hanya dalam bentuk angka dan statistik; dan
- Hanya untuk keperluan akademik/tidak dipublikasikan keluar.

Demikian surat izin ini kami berikan untuk digunakan sebagaimana mestinya dan kepada pihak yang bersangkutan dimohon dapat memberi bantuan seperlunya untuk kelancaran kegiatan dimaksud.

Kepada Biro Akademik dan Kemahasiswaan
UNIVERSITAS DIPONEGORO
Edy Surahmud, S.Pd., M.Si
NIP. 196903121994031002

Tembusan:

- Wakil Rektor Akademi dan Kemahasiswaan
- Dekan Fakultas/Sekolah di lingkungan Undip
- Ketua Program Studi S1 Psikologi Undip
- Yang bersangkutan



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO

Gedung Widya Puraya
Jalan Prof. Sudarto, S.H.
Tembalang Semarang Kode Pos 50275
Tel. (024) 7460024 Faks. (024) 7460027
www.undip.ac.id | email: humas[at]live.undip.ac.id

Nomor : 250 / UN7.G1 / PP / VI / 2024
Perihal : Izin Penelitian

- 6 JUN 2024

Yth. Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro
Semarang

Berkenaan dengan surat Saudara Nomor 750/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan Izin untuk Uji Coba Kuesioner Penelitian dan Nomor 751/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan izin untuk Pengambilan Data Penelitian dilaksanakan tanggal 30 April 2024, dengan ini kami memberikan izin untuk melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi bagi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Alrian Hendra Saputra
NIM : 15000120140071
Program Studi : S1 Psikologi
Judul T A : Hubungan antara Hardiness dengan Kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro

dengan ketentuan sebagai berikut:

- Surat izin berlaku sejak tanggal dibuat sampai dengan penelitian selesai;
- Lokasi penelitian di lingkungan Kampus Universitas Diponegoro;
- Izin hanya untuk kegiatan mencari data/bahan penyusunan tugas akhir;
- Informasi dan data yang diberikan hanya dalam bentuk angka dan statistik; dan
- Hanya untuk keperluan akademik/tidak dipublikasikan keluar.

Demikian surat izin ini kami berikan untuk digunakan sebagaimana mestinya dan kepada pihak yang bersangkutan dimohon dapat memberi bantuan seperlunya untuk kelancaran kegiatan dimaksud.



Edy Surahmad, S.Pd., M.Si

NIP. 196903121994031002

Tembusan:

- Wakil Rektor Akademi dan Mahasiswa
- Dekan Fakultas/Sekolah di lingkungan Undip
- Ketua Program Studi S1 Psikologi Undip
- Yang bersangkutan



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO

Gedung Widya Puraya
Jalan Prof. Sudarto, S.H.
Tembalang Semarang Kode Pos 50275
Tel. (024) 7460034 Faks. (024) 7460027
www.undip.ac.id | email: humas[at]live.undip.ac.id

Nomor : 250 / UN7.G1 / PP / VI / 2024
Perihal : Izin Penelitian

- 6 JUN 2024

Yth. Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro
Semarang

Berkenaan dengan surat Saudara Nomor 750/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan Izin untuk Uji Coba Kuesioner Penelitian dan Nomor 751/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan izin untuk Pengambilan Data Penelitian dilaksanakan tanggal 30 April 2024, dengan ini kami memberikan izin untuk melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi bagi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Alrian Hendra Saputra
NIM : 15000120140071
Program Studi : S1 Psikologi
Judul T A : Hubungan antara Hardiness dengan Kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro

dengan ketentuan sebagai berikut:

- Surat izin berlaku sejak tanggal dibuat sampai dengan penelitian selesai;
- Lokasi penelitian di lingkungan Kampus Universitas Diponegoro;
- Izin hanya untuk kegiatan mencari data/bahan penyusunan tugas akhir;
- Informasi dan data yang diberikan hanya dalam bentuk angka dan statistik; dan
- Hanya untuk keperluan akademik/tidak dipublikasikan keluar.

Demikian surat izin ini kami berikan untuk digunakan sebagaimana mestinya dan kepada pihak yang bersangkutan dimohon dapat memberi bantuan seperlunya untuk kelancaran kegiatan dimaksud.



Kepada Pihak Akademik dan Kemahasiswaan

Eddy Surahmad, S.Pd., M.Si
NIP. 196903121994031002

Tembusan:

- Wakil Rektor Akademi dan Kemahasiswaan
- Dekan Fakultas/Sekolah di lingkungan Undip
- Ketua Program Studi S1 Psikologi Undip
- Yang bersangkutan



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO

Gedung Widya Puraya
Jalan Prof. Sudarto, S.H.
Tembalang Semarang Kode Pos 50275
Tel. (024) 7460024 Faks. (024) 7460027
www.undip.ac.id | email: humas[at]live.undip.ac.id

Nomor : 250 / UN7.G1 / PP / VI / 2024
Perihal : Izin Penelitian

- 6 JUN 2024

Yth. Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro
Semarang

Berkenaan dengan surat Saudara Nomor 750/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan Izin untuk Uji Coba Kuesioner Penelitian dan Nomor 751/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan izin untuk Pengambilan Data Penelitian dilaksanakan tanggal 30 April 2024, dengan ini kami memberikan izin untuk melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi bagi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Alrian Hendra Saputra
NIM : 15000120140071
Program Studi : S1 Psikologi
Judul T A : Hubungan antara Hardiness dengan Kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro

dengan ketentuan sebagai berikut:

- Surat izin berlaku sejak tanggal dibuat sampai dengan penelitian selesai;
- Lokasi penelitian di lingkungan Kampus Universitas Diponegoro;
- Izin hanya untuk kegiatan mencari data/bahan penyusunan tugas akhir;
- Informasi dan data yang diberikan hanya dalam bentuk angka dan statistik; dan
- Hanya untuk keperluan akademik/tidak dipublikasikan keluar.

Demikian surat izin ini kami berikan untuk digunakan sebagaimana mestinya dan kepada pihak yang bersangkutan dimohon dapat memberi bantuan seperlunya untuk kelancaran kegiatan dimaksud.



Kepala Biro Akademik dan Kemahasiswaan

Edy Sumahmad, S.Pd., M.Si
NIP. 196903121994031002

Tembusan:

- Wakil Rektor Akademi dan Kemahasiswaan
- Dekan Fakultas/Sekolah di lingkungan Undip
- Ketua Program Studi S1 Psikologi Undip
- Yang bersangkutan



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO

Cendek Widyia Puraya
Jalan Prof. Sudarto, S.H.
Tembalang Semarang Kode Pos 50275
Tel. (024) 7460024 Faks. (024) 7460027
www.undip.ac.id | email: humas[at]undip.ac.id

Nomor : 250 / UN7.G1 / PP / VI / 2024
Perihal : Izin Penelitian

- 6 JUN 2024

Yth. Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro
Semarang

Berkenaan dengan surat Saudara Nomor 750/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan Izin untuk Uji Coba Kuesioner Penelitian dan Nomor 751/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan izin untuk Pengambilan Data Penelitian dilaksanakan tanggal 30 April 2024, dengan ini kami memberikan izin untuk melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi bagi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Alrian Hendra Saputra
NIM : 15000120140071
Program Studi : S1 Psikologi
Judul T A : Hubungan antara Hardiness dengan Kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro

dengan ketentuan sebagai berikut:

- Surat izin berlaku sejak tanggal dibuat sampai dengan penelitian selesai;
- Lokasi penelitian di lingkungan Kampus Universitas Diponegoro;
- Izin hanya untuk kegiatan mencari data/bahan penyusunan tugas akhir;
- Informasi dan data yang diberikan hanya dalam bentuk angka dan statistik; dan
- Hanya untuk keperluan akademik/tidak dipublikasikan keluar.

Demikian surat izin ini kami berikan untuk digunakan sebagaimana mestinya dan kepada pihak yang bersangkutan dimohon dapat memberi bantuan seperlunya untuk kelancaran kegiatan dimaksud.



Kepala Biro Akademik dan Kemahasiswaan

Edy Surahman, S.Pd., M.Si
NIP. 196903121994031002

Tembusan:

- Wakil Rektor Akademi dan Kemahasiswaan
- Dekan Fakultas/Sekolah di lingkungan Undip
- Ketua Program Studi S1 Psikologi Undip
- Yang bersangkutan



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO

Gedung Widya Purwa
Jalan Prof. Sudarto, S.H.
Tembelung Semarang Kode Pos 50275
Tel. (024) 7460024 Faks. (024) 7460027
www.undip.ac.id | email: humas@live.undip.ac.id

Nomor : 250 / UN7.G1 / PP / VI / 2024
Perihal : Izin Penelitian

- 6 JUN 2024

Yth. Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro
Semarang

Berkenaan dengan surat Saudara Nomor 750/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan Izin untuk Uji Coba Kuesioner Penelitian dan Nomor 751/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan izin untuk Pengambilan Data Penelitian dilaksanakan tanggal 30 April 2024, dengan ini kami memberikan izin untuk melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi bagi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Alrian Hendra Saputra
NIM : 15000120140071
Program Studi : S1 Psikologi
Judul T A : Hubungan antara Hardiness dengan Kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro

dengan ketentuan sebagai berikut:

- Surat izin berlaku sejak tanggal dibuat sampai dengan penelitian selesai;
- Lokasi penelitian di lingkungan Kampus Universitas Diponegoro;
- Izin hanya untuk kegiatan mencari data/bahan penyusunan tugas akhir;
- Informasi dan data yang diberikan hanya dalam bentuk angka dan statistik; dan
- Hanya untuk keperluan akademik/tidak dipublikasikan keluar.

Demikian surat izin ini kami berikan untuk digunakan sebagaimana mestinya dan kepada pihak yang bersangkutan dimohon dapat memberi bantuan seperlunya untuk kelancaran kegiatan dimaksud.



Edy Surahmad, S.Pd., M.Si
NIP. 196903121994031002

Tembusan:

- Wakil Rektor Akademik dan Kemahasiswaan
- Dekan Fakultas/Sekolah di lingkungan Undip
- Ketua Program Studi S1 Psikologi Undip
- Yang bersangkutan



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO

Gedung Widya Puraya
Jalan Prof. Sudarto, 514
Tembalang Semarang Kode Pos 50275
Tel. (024) 7460224 Faks. (024) 7460027
www.undip.ac.id | email: humas@live.undip.ac.id

Nomor : 250 / UN7.G1 / PP / VI / 2024
Perihal : Izin Penelitian

- 6 JUN 2024

Yth. Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro
Semarang

Berkenaan dengan surat Saudara Nomor 750/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan Izin untuk Uji Coba Kuesioner Penelitian dan Nomor 751/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan izin untuk Pengambilan Data Penelitian dilaksanakan tanggal 30 April 2024, dengan ini kami memberikan izin untuk melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi bagi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Alrian Hendra Saputra
NIM : 15000120140071
Program Studi : S1 Psikologi
Judul T A : Hubungan antara Hardiness dengan Kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro

dengan ketentuan sebagai berikut:

- Surat izin berlaku sejak tanggal dibuat sampai dengan penelitian selesai;
- Lokasi penelitian di lingkungan Kampus Universitas Diponegoro;
- Izin hanya untuk kegiatan mencari data/bahan penyusunan tugas akhir;
- Informasi dan data yang diberikan hanya dalam bentuk angka dan statistik; dan
- Hanya untuk keperluan akademik/tidak dipublikasikan keluar.

Demikian surat izin ini kami berikan untuk digunakan sebagaimana mestinya dan kepada pihak yang bersangkutan dimohon dapat memberi bantuan seperlunya untuk kelancaran kegiatan dimaksud.



Kepala Biro Akademik dan Kemahasiswaan

Edy Surahmad, S.Pd., M.Si
NIP. 196903121994031002

Tembusan:

- Wakil Rektor Akademi dan Kemahasiswaan
- Dekan Fakultas/Sekolah di lingkungan Undip
- Ketua Program Studi S1 Psikologi Undip
- Yang bersangkutan



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO

Gedung Widya Puraya
Jalan Prof. Sudarto, S.H.
Tembalang Semarang Kode Pos 50275
Tel. (024) 7460024 Faks. (024) 7460027
www.undip.ac.id | email: humas@live.undip.ac.id

Nomor : 250 / UN7.G1 / PP / VI / 2024
Perihal : Izin Penelitian

- 6 JUN 2024

Yth. Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro
Semarang

Berkenaan dengan surat Saudara Nomor 750/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan Izin untuk Uji Coba Kuesioner Penelitian dan Nomor 751/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan izin untuk Pengambilan Data Penelitian dilaksanakan tanggal 30 April 2024, dengan ini kami memberikan izin untuk melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi bagi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Alrian Hendra Saputra
NIM : 15000120140071
Program Studi : S1 Psikologi
Judul T A : Hubungan antara Hardiness dengan Kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro

dengan ketentuan sebagai berikut:

- Surat izin berlaku sejak tanggal dibuat sampai dengan penelitian selesai;
- Lokasi penelitian di lingkungan Kampus Universitas Diponegoro;
- Izin hanya untuk kegiatan mencari data/bahan penyusunan tugas akhir;
- Informasi dan data yang diberikan hanya dalam bentuk angka dan statistik; dan
- Hanya untuk keperluan akademik/tidak dipublikasikan keluar.

Demikian surat izin ini kami berikan untuk digunakan sebagaimana mestinya dan kepada pihak yang bersangkutan dimohon dapat memberi bantuan seperlunya untuk kelancaran kegiatan dimaksud.

Kepala Biro Akademik dan Kemahasiswaan
UNIVERSITAS DIPONEGORO
Tedy Surahmud, S.Pd., M.Si
NIP. 196903121994031002

Tembusan:

- Wakil Rektor Akademi dan Kemahasiswaan
- Dekan Fakultas/Sekolah di lingkungan Undip
- Ketua Program Studi S1 Psikologi Undip
- Yang bersangkutan



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO

Gedung Widya Puraya
Jalan Prof. Sudarto, S.H.
Tembalang Semarang Kode Pos 50275
Tel. (024) 7460024 Faks. (024) 7460027
www.undip.ac.id | email: humas[at]live.undip.ac.id

Nomor : **250** / UN7.G1 / PP / VI / 2024
Perihal : Izin Penelitian

- 6 JUN 2024

Yth. Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro
Semarang

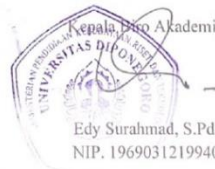
Berkenaan dengan surat Saudara Nomor 750/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan Izin untuk Uji Coba Kuesioner Penelitian dan Nomor 751/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan izin untuk Pengambilan Data Penelitian dilaksanakan tanggal 30 April 2024, dengan ini kami memberikan izin untuk melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi bagi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Alrian Hendra Saputra
NIM : 15000120140071
Program Studi : S1 Psikologi
Judul T A : Hubungan antara Hardiness dengan Kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro

dengan ketentuan sebagai berikut:

- Surat izin berlaku sejak tanggal dibuat sampai dengan penelitian selesai;
- Lokasi penelitian di lingkungan Kampus Universitas Diponegoro;
- Izin hanya untuk kegiatan mencari data/bahan penyusunan tugas akhir;
- Informasi dan data yang diberikan hanya dalam bentuk angka dan statistik; dan
- Hanya untuk keperluan akademik/tidak dipublikasikan keluar.

Demikian surat izin ini kami berikan untuk digunakan sebagaimana mestinya dan kepada pihak yang bersangkutan dimohon dapat memberi bantuan seperlunya untuk kelancaran kegiatan dimaksud.



Edy Surahmad, S.Pd., M.Si
NIP. 196903121994031002

Tembusan:

- Wakil Rektor Akademi dan Kemahasiswaan
- Dekan Fakultas/Sekolah di lingkungan Undip
- Ketua Program Studi S1 Psikologi Undip
- Yang bersangkutan



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO

Gedung Widya Puraya
Jalan Prof. Sudarto, S.H.
Tembalang Semarang Kode Pos 50275
Tel. (024) 7460024 Faks. (024) 7460027
www.undip.ac.id | email: humas[at]live.undip.ac.id

Nomor : 250 / UN7.G1 / PP / VI / 2024
Perihal : Izin Penelitian

- 6 JUN 2024

Yth. Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro
Semarang

Berkenaan dengan surat Saudara Nomor 750/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan Izin untuk Uji Coba Kuesioner Penelitian dan Nomor 751/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan izin untuk Pengambilan Data Penelitian dilaksanakan tanggal 30 April 2024, dengan ini kami memberikan izin untuk melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi bagi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Alrian Hendra Saputra
NIM : 15000120140071
Program Studi : S1 Psikologi
Judul T A : Hubungan antara Hardiness dengan Kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro

dengan ketentuan sebagai berikut:

- Surat izin berlaku sejak tanggal dibuat sampai dengan penelitian selesai;
- Lokasi penelitian di lingkungan Kampus Universitas Diponegoro;
- Izin hanya untuk kegiatan mencari data/bahan penyusunan tugas akhir;
- Informasi dan data yang diberikan hanya dalam bentuk angka dan statistik; dan
- Hanya untuk keperluan akademik/tidak dipublikasikan keluar.

Demikian surat izin ini kami berikan untuk digunakan sebagaimana mestinya dan kepada pihak yang bersangkutan dimohon dapat memberi bantuan seperlunya untuk kelancaran kegiatan dimaksud.



Edy Surahmad, S.Pd., M.Si

NIP. 196903121994031002

Tembusan:

- Wakil Rektor Akademi dan Kemahasiswaan
- Dekan Fakultas/Sekolah di lingkungan Undip
- Ketua Program Studi S1 Psikologi Undip
- Yang bersangkutan



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO

Gedung Widya Puraya
Jalan Prof. Sudarto, 511
Tembalang Semarang Kode Pos 50275
Tel. (024) 7460024 Faks. (024) 7460027
www.undip.ac.id | email: humas[at]live.undip.ac.id

Nomor : 250 / UN7.G1 / PP / VI / 2024
Perihal : Izin Penelitian

- 6 JUN 2024

Yth. Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro
Semarang

Berkenaan dengan surat Saudara Nomor 750/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan Izin untuk Uji Coba Kuesioner Penelitian dan Nomor 751/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan izin untuk Pengambilan Data Penelitian dilaksanakan tanggal 30 April 2024, dengan ini kami memberikan izin untuk melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi bagi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Alrian Hendra Saputra
NIM : 15000120140071
Program Studi : S1 Psikologi
Judul T A : Hubungan antara Hardiness dengan Kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro

dengan ketentuan sebagai berikut:

- Surat izin berlaku sejak tanggal dibuat sampai dengan penelitian selesai;
- Lokasi penelitian di lingkungan Kampus Universitas Diponegoro;
- Izin hanya untuk kegiatan mencari data/bahan penyusunan tugas akhir;
- Informasi dan data yang diberikan hanya dalam bentuk angka dan statistik; dan
- Hanya untuk keperluan akademik/tidak dipublikasikan keluar.

Demikian surat izin ini kami berikan untuk digunakan sebagaimana mestinya dan kepada pihak yang bersangkutan dimohon dapat memberi bantuan seperlunya untuk kelancaran kegiatan dimaksud.



Edy Surahmad, S.Pd., M.Si
NIP. 196903121994031002

Tembusan:

- Wakil Rektor Akademi dan Kemahasiswaan
- Dekan Fakultas/Sekolah di lingkungan Undip
- Ketua Program Studi S1 Psikologi Undip
- Yang bersangkutan



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO

Gedung Widya Puraya
Jalan Prof. Sudarto, 5-H
Tembalang Semarang Kode Pos 50275
Tel. (024) 7450024 Faks. (024) 7450027
www.undip.ac.id | email: humas[at]live.undip.ac.id

Nomor : 250 / UN7.G1 / PP / VI / 2024
Perihal : Izin Penelitian

- 6 JUN 2024

Yth. Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro
Semarang

Berkenaan dengan surat Saudara Nomor 750/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan Izin untuk Uji Coba Kuesioner Penelitian dan Nomor 751/UN7.F11/PP/IV/2024 perihal Permohonan izin untuk Pengambilan Data Penelitian dilaksanakan tanggal 30 April 2024, dengan ini kami memberikan izin untuk melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi bagi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Alrian Hendra Saputra
NIM : 15000120140071
Program Studi : S1 Psikologi
Judul T A : Hubungan antara Hardiness dengan Kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet futsal Universitas Diponegoro

dengan ketentuan sebagai berikut:

- Surat izin berlaku sejak tanggal dibuat sampai dengan penelitian selesai;
- Lokasi penelitian di lingkungan Kampus Universitas Diponegoro;
- Izin hanya untuk kegiatan mencari data/bahan penyusunan tugas akhir;
- Informasi dan data yang diberikan hanya dalam bentuk angka dan statistik; dan
- Hanya untuk keperluan akademik/tidak dipublikasikan keluar.

Demikian surat izin ini kami berikan untuk digunakan sebagaimana mestinya dan kepada pihak yang bersangkutan dimohon dapat memberi bantuan seperlunya untuk kelancaran kegiatan dimaksud.



Edy Surahmad, S.Pd., M.Si
NIP. 196903121994031002

Tembusan:

- Wakil Rektor Akademi dan Kemahasiswaan
- Dekan Fakultas/Sekolah di lingkungan Undip
- Ketua Program Studi S1 Psikologi Undip
- Yang bersangkutan



Lampiran K. Data Pemain Futsal di Setiap Fakultas Universitas Diponegoro

**LIST ATLET FUTSAL SETIAP FAKULTAS DI UNIVERSITAS
DIPONEGORO**

A. FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

NO	NAMA ATLET
1	MUHAMMAD ULGA RAMADHAN
2	RIZKY RAMADHANI SYKUR
3	AGUNG NURCAHYANTO
4	MARIO ARYA BAGAS PERMANA
5	ZAYDAN AFRO MAHIRATAMA
6	MUHAMMAD FAIZA TRISNANDA
7	ZIIDAN KHOLIDA Wafa
8	ADAM SATYA NEGARA
9	BACHTIAR AULIA NURDACHMAN
10	NABHAN FADHULLAH
11	ABDULLAH ILHAM KHAIRULLAH
12	MUHAMMAD IMADUDDIN LUTHFI
13	IRSYAD HAFIZH NUGROHO
14	MUKHLIS AMIR RAMADHAN
15	MUHAMMAD IQBAL HUMAM DAROJATUN
16	AHMAD WASIUL ARZAQ

Data didapat dari list pemain dalam pertandingan : OLIMDIPO 2023

B. FAKULTAS HUKUM

NO	NAMA ATLET
1	RAHMADDIN HARITS
2	MIKA ABDURRAHMAN
3	SYAMIL ADDURA
4	MUHAMMAD REYHAN
5	LINDUNG NIRWASETA
6	OTNIEL TARIGAN
7	AKWILA DIBA ALMENIA
8	SAHITYA DHARMA
9	ILHAM ANDRI BUDIUTOMO
10	HILMI HABIB
11	KENNETH TIMOTHY
12	ENRICO KIRBY
13	RHENANDA RODRI ADRIAN
14	VITO TEGAR
15	GILANG RAMADHAN
16	RAFI LUQMANUL HAKIM

Data didapat dari list pemain dalam pertandingan : OLIMDIPO 2023

C. FAKULTAS TEKNIK

NO	NAMA ATLET
1	AMORO MINAWA ARNANTA
2	R DAVLIN PRAYOGA PUTRA NADIKA
3	MUHAMMAD NAUFAL HANIF
4	JEREMIES HEDYTAMA
5	DHIMAS PRAVI GHOSSAN SOESANTO
6	DAMAR CASTA WIJAYA
7	TAUVIQURRAHMAN
8	HAYU RIDAYANTO
9	DEWA RAKA BAGASKARA
10	MAHENDRA DIVATO PRATAMA
11	MARCELL HASUDUNGAN
12	ABIUULFA'IQ RIDHO ANNASMY
13	EVELINO DILAM
14	RIDHO ABDULLAH BAHRO
15	MOHAMMAD REVAN ADRIANSYAH
16	NAUFALDI TEGAR BIMANTARA

Data didapat dari list pemain dalam pertandingan : Piala Hukum 2023

D. FAKULTAS SAINS DAN MATEMATIKA

NO	NAMA ATLET
1	ANDRIANO BAWAN
2	DANISH RAHMA ATHAARIQ
3	FIRKHAN RIZKY
4	IRKHAM NASRUL
5	MERDEKA DEWA
6	MUHAMMAD AZIZ ASYKARI
7	ARBI KESUMA PUTRA
8	ARIE TOULU PRAMASTA
9	MOHAMMAD SYAIKHUDDIN
10	REFIL NOVianto
11	ARIF ANSORI
12	RAFLY BAYU SAMUDRO
13	MUHAMMAD RAIHAN RIDHO
14	MAULIDDINO RIZKY
15	ARKA ZIHNI FIRMANSYAH
16	SYAFIQ PAHLEVI

Data didapat dari list pemain dalam pertandingan : PHYSICS CUP 5.0

E. SEKOLAH VOKASI

NO	NAMA ATLET
1	NASHRUL
2	AJI
3	DIMAS SENA
4	IPANG
5	ABI
6	AZZAM
7	AKAML
8	ZAIDANE
9	DAVA RIZKY
10	ARGA RIZKI
11	SHEVA A R
12	SHIDDIQ
13	KUSUMA
14	THORIQ A
15	ZULHAM
16	AKHSA
17	AJI
18	ZIDAN
19	IQBAAL

Data didapat dari list pemain dalam pertandingan : ISC XIV 2024

F. FAKULTAS PSIKOLOGI

NO	NAMA ATLET
1	RAFIF DWIMA AL AMJAD
2	ARIZKI FARRAS AJANI
3	ZHARFAN AMADEUS DARMAWAN
4	SALMAN AHMAD DARUQUTHNI UTOMO
5	MUHAMMAD ADHITYA SATYA PUTRANTO
6	FAUZAN BINTANG
7	M. IRVAN ARYA DWI PANGGA
8	RAYHAN SHAQUILLE S. P. R
9	PRYANDA RAFI PERSADA
10	RIZQI AMAL AL FIKR
11	LUQMAN ABDURRAUF
12	M. HABIBILLAH . A
13	KUKUH FADJAR ANDARU
14	SATRIA WIRATAMA
15	BERNADIGNO DWIQ NOAH TULANGOW

Data didapat dari list pemain dalam pertandingan : IKAMMI SINGGALANG CUP 2024

G. FAKULTAS PETERNAKAN DAN PERTANIAN

NO	NAMA ATLET
1	MUHAMMAD IRFAN SAPUTRA
2	AHMAD RAFI PRASETYA
3	RIZAL FAHMI IMANULLAH
4	RANGGA EKA PRATAMA
5	DHANU ARTA PURWANINDRA
6	MUHAMMAD TAUFIQ QURRAHMAN
7	ABDULLAH HASAN
8	FARIQ AQMAL DHARMAWANGSA
9	MUHAMMAD FARIS
10	IGO ADRI HERNANDI
11	AHMAD MUHAMMAD MAULANA
12	MUHAMMAD RAKA OMAR
13	AGPRI FATAKHUR ROZAQ
14	JEREMIA FEBRIAN H S
15	LUTHFI IBNU ARDIANSYAH
16	ACHMAD HANAF

Data didapat dari list pemain dalam pertandingan : PHYSICS CUP 5.0

H. FAKULTAS PERIKANAN DAN ILMU KELAUTAN

NO	NAMA ATLET
1	ARVITOYANA
2	LUTHFAN
3	PETRIK
4	MUHAMMAD BINTANG
5	HAMDAN
6	RIZAL KURNIA ARROFI
7	MUHAMMAD ILHAM NURWACHID
8	ASEP GUNAWAN
9	ALIF ATHALLAH FATHIFAUZAN
10	ELANG ALMEYDA
11	GEMA AYATULLAH
12	ZAKTIAN MARAGHI
13	DIMAS S
14	NICO
15	MUHAMMAD FADHIL H R
16	HADI
17	DHANANG
18	RAIHAN
19	HANIF

Data didapat dari list pemain dalam pertandingan : OLIMDIPO 2023

I. FAKULTAS KEDOKTERAN

NO	NAMA ATLET
1	MUHAMMAD RAFI PUTRA A
2	ALEXANDER ALVIN S
3	DZAKY R HADINUR F
4	ARIEL RAFI ALFARIDZI
5	THARIQ FADHIL AMANULLAH
6	ADITYA NUGROHO
7	AUDA ZIDAN
8	ILHAM SETIA GUNAWAN
9	FIRMAN JIDAN
10	GALUH REFIDY BIANARA
11	ARKHAN MEIDY HERNAWAN
12	MAULANA RIFQI ABDILLAH
13	FIRMAN JIDDAN
14	MUHAMMAD FARIZ M
15	SATRYA YOGA WASKITA
16	AZKA ZHAFRANKA ZIDANE P
17	ALDIANSYAH ZAINAL A
18	GHIFARIE HANIVAN ADISATRIYO
19	MOHAMMAD RASENDRIA F
20	ILHAM ADE NURMANTYO
21	HAIKAL AMRI

Data didapat dari list pemain dalam pertandingan : FARMASI CUP 2023

J. FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

NO	NAMA ATLET
1	FADHIL HAKIM ALFARIDZY
2	AHMAD YAFI FAIRUZZUHAIR
3	DONNY ADHI KUSUMA
4	ALDI FERNANDO
5	RANUPAME IRGI FAHREZI
6	MUHAMMAD HAYKAL ARRAYA
7	FIRLY BASSAM TAQIY
8	AHMAD BIQNADA
9	DEAN AGUSTA P P
10	FAIQ GIEHAN ULWAN AFIFI
11	AZZANO GHAZY MAKANO
12	RAIHAN ZIDAN RAKYSAKA
13	ILHAM GUNTUR DANAN WIJAYA
14	JONASE EMANUELLE SIREGAR
15	DAVIN ADIEL
16	NABIEL HUTAMA PUTRA
17	SYAUQI RABBANI
18	RAKHLY WAHYU HIDAYAT

Data didapat dari list pemain dalam pertandingan : Piala Hukum 2023

K. FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

NO	NAMA ATLET
1	AZHAR ZAIN R
2	ADET T
3	JADIDAN HADA SYAHADA
4	FARRELL ANGGORO
5	DAFA TAJUDDIN
6	SAYYID AGUNG WAHYU UTOMO
7	HAIKAL ROZI AMANDA
8	AMANDA WILDAN F
9	SULTHAN DAFFA ADLAN
10	MUHAMMAD RIZAL MURJANTAMA
11	ADITYO NUGROHO
12	ERIKO MIRZA
13	MUHAMMAD FACHRUL ANGGARA
14	ALFIN PRATAMA
15	AKBAR YUDA
16	WILDAN RIADI
17	ADITYA MAULA

Data didapat dari list pemain dalam pertandingan : FARMASI CUP 2023

L. FAKULTAS ILMU BUDAYA

NO	NAMA ATLET
1	FAISAL FANI IRAWAN
2	SURYA ANGGARA AJI
3	M SUBCHI KIFTIANTO
4	ESTOMIHI NAPITU
5	IVAN WAHYU
6	ZULHAM EPENDI
7	RIAN DESTIANTO
8	NIZAM ASSADEL
9	M RIZAL AGUSTA
10	AMIN ICHSANUDDIN
11	ABHITO TYAGASA
12	NOERINALDO MAULANA
13	SAYYID SAIDUDDIN
14	ASIF ROZALI
15	ALAMSYAH NUR SAPUTRA
16	M TAQWA WIJAYA
17	FAISAL UMAR SALAHUDDIN
18	BAGUS SATRIO UTOMO
19	BACHTIAR RIZA FATONI
20	KUN MUHAMMAD DELVIN

Data didapat dari list pemain dalam pertandingan : PHYSICS CUP 5.0

TOTAL ATLET

FAKULTAS	JUMLAH ATLET
FAKULTAS EKONOMIKA DAN BISNIS	16 ATLET
FAKULTAS HUKUM	16 ATLET
FAKULTAS TEKNIK	16 ATLET
FAKULTAS SAINS DAN MATEMATIKA	16 ATLET
SEKOLAH VOKASI	19 ATLET
FAKULTAS PSIKOLOGI	15 ATLET
FAKULTAS PETERNAKAN DAN PERTANIAN	16 ATLET
FAKULTAS PERIKANAN DAN ILMU POLITIK	19 ATLET
FAKULTAS KEDOKTERAN	21 ATLET
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN POLITIK	18 ATLET
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT	17 ATLET
FAKULTAS ILMU BUDAYA	20 ATLET
TOTAL ATLET	= 209 ATLET



Lampiran L. Dokumentasi Kegiatan Pengambilan Data

Dokumentasi Kegiatan Pengambilan Data

