

**TINGKAT KECEMASAN PESERTA DIDIK MENJELANG
PERTANDINGAN PERMAINAN BOLA VOLI DALAM RANGKA
DIES NATALIS SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 2
MUARA DUA**

SKRIPSI

**diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan (S.Pd.)**

oleh:

WENDDY IRWADI

NIM: 13133008



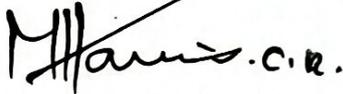
**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS KEGURUAN, ILMU PENDIDIKAN, DAN BAHASA
UNIVERSITAS BINA DARMA
PALEMBANG
2019**

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Tingkat Kecemasan Peserta Didik Menjelang
Pertandingan Permainan Bola Voli dalam Rangka
Dies Natalis Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Muara
Dua
Nama Mahasiswa : Wenddy Irwadi
NIM : 13133008
Program Studi : Pendidikan Olahraga

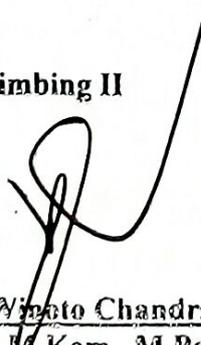
menyetujui,

Pembimbing I



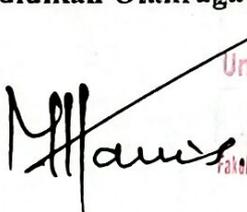
Dr. M. Haris Satria, M.Pd.
NIP/NIDN: 120109367/0292128891

Pembimbing II



Drs. Winoto Chandra, M.Kes.,
M.H., M.Kom., M.Pd., M.T.
NIP/NIDN: 110110352/0209125801

Ketua,
Program Studi
Pendidikan Olahraga



Universitas Bina
Darma
Fakultas Keguruan, Ilmu Pendidikan dan Bahasa

Dr. M. Haris Satria, M.Pd.
NIP/NIDN: 120109367/0292128891

Dekan,
Fakultas Keguruan, Ilmu Pendidikan,
dan Bahasa,
Universitas Bina Darma



Prof. Waspodo, M.Ed., Ph.D.
NIP/NIDN: 1101103324/0019124002

Tanggal lulus 9 Agustus 2019

HALAMAN PERSETUJUAN KOMISI PENGUJI

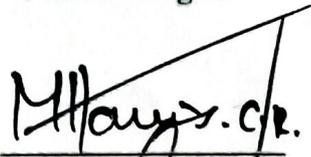
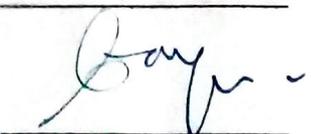
TINGKAT KECEMASAN PESERTA DIDIK MENJELANG PERTANDINGAN PERMAINAN BOLA VOLI DALAM RANGKA DIES NATALIS SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 2 MUARA DUA

SKRIPSI

diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan (S.Pd.)

oleh:
WENDDY IRWADI
NIM: 13133008

Skripsi ini telah diujikan tanggal 9 Agustus 2019 dan telah disempurnakan
berdasarkan saran dan koreksi Komisi Penguji.

Komisi Penguji	Tanda tangan	Tanggal
1. Dr. M. Haris Satria, M.Pd.	 M. Haris Satria, C.P.	<u>26-09-2019</u>
2. Drs. Winoto Chandra: M.H., M.Kes., M.Pd., M.Kom., M.T.		<u>26-09-2019</u>
3. Riyan Pratama, M.Or.	 a.n. M. Haris Satria, C.P.	<u>03-10-2019</u>
4. Dr. Bayu Hardiyono, M.Pd.		<u>04-10-2019</u>

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Wendy Irwadi
NIM : 13133008

dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah ajukan untuk mendapatkan gelar sarjana di Universitas Bina Darma atau di perguruan tinggi lain;
2. Skripsi ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri dengan arahan Tim Pembimbing;
3. di dalam Skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dikutip dengan mencantumkan nama pengarang dan memasukkan ke dalam daftar rujukan;
4. saya bersedia Skripsi, yang saya hasilkan ini dicek keasliannya menggunakan *plagiarism checker* serta diunggah ke internet, sehingga dapat diakses publik secara daring;
5. Surat Pernyataan ini saya tulis dengan sesungguhnya dan apabila terbukti melakukan penyimpangan atau ketidakbenaran dalam Pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan dan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian Surat Pernyataan ini saya buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Palembang Agustus 2019

Yang membuat Pernyataan,



Wendy Irwadi
NIM: 13133008

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

“Jangan awali hari dengan penyesalan hari kemarin, karena akan mengganggu hebatnya hari ini, dan akan merusak indahnya hari esok.” (Wenddy Irwadi, 2019)

Persembahan

Skripsi ini kupersembahkan kepada:

1. ayahanda Muslimim dan ibunda Niswana, inilah sebagian dari hasil perjuanganmu. Do'a tulus dan kasih sayangmulah yang membuat hatiku selalu termotivasi untuk terus melangkah jauh mengejar visi, menuntaskan misi serta menggapai semua impian dan cita-citaku;
2. istriku Riza Umami dan anakku Alifah Habatillah, yang selalu memotivasi untuk keberhasilanku serta keluarga besarku yang sudah mendo'akanku hingga aku menjadi sosok anak yang selalu rendah hati kepada siapa pun;
3. saudara-saudaraku Juwita Lestari dan Trio Erwansyah, yang selalu memotivasi dan mendo'akanku hingga selama penulisan Skripsi ini.

ABSTRAK

Masalah dalam penelitian ini adalah munculnya rasa cemas menjelang pertandingan. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana tingkat kecemasan menjelang pertandingan des natalis pada siswa ekstrakurikuler bola voli Sekolah Menengah Atas Negeri 2. Metode dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan teknik survey. Jumlah populasi 20 orang dan sampel 20 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan kuisioner. Berdasarkan analisis data dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab munculnya kecemasan dalam diri siswa sebelum menjelang pertandingan adalah karena 3 aspek, yaitu kompetitif *anxiety*, kognitif *anxiety* dan *somatic anxiety*. Besarnya persentase kecemasan siswa dalam menghadapi pertandingan adalah 59% atau sebanyak 12 siswa mengalami kecemasan sebelum bertanding dan 41% atau 8 siswa tidak mengalami kecemasan sebelum bertanding baik dari aspek kompetitif *anxiety*, kognitif *anxiety*, dan, *somatic anxiety*.

Kata kunci: kecemasan, menjelang pertandingan

ABSTRACT

The problem in this study is the emergence of anxiety to slow down the match. The formulation of the problem in this study is how the level of anxiety before the des Natalis competition in volleyball extracurricular students at SMA Negeri 2. The method in this study is a quantitative method with survey techniques. Total population of 20 people and a sample of 20 people. Data collection techniques using questionnaires. Based on the analysis of the data in this study, it can be concluded that the factors causing anxiety in students before the match are due to 3 aspects, namely competitive anxiety, cognitive anxiety and somatic anxiety. The percentage of students' anxiety in facing the match was 59% or as many as 12 students experienced anxiety before competing and 41% or 8 students did not experience anxiety before competing both from the competitive aspects of anxiety, cognitive anxiety and somatic anxiety.

Keywords: anxiety, before the match

KATA PENGANTAR

Segala puji peneliti panjatkan kepada Allah, Tuhan Semesta Alam, Yang Maha Esa, Penguasa langit dan bumi yang berkuasa atas hamba-hambanya, atas berkat dan kasih sayangnya penulisan Skripsi ini dapat diselesaikan tepat waktu. Shalawat dan salam penulis hanturkan kepada suri tauladan kita, yaitu nabi Muhammad saw. yang atas izin Allah swt. telah membawa perubahan besar bagi kehidupan umat manusia di dunia ini.

Judul Skripsi ini adalah “Tingkat Kecemasan Peserta Didik Menjelang Pertandingan Permainan Bola Voli dalam Rangka Dies Natalis Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Muara Dua.” Skripsi ini ditulis untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) di Program Studi Pendidikan Olahraga, Fakultas Keguruan, Ilmu Pendidikan, dan Bahasa (FKIPB), Universitas Bina Darma Palembang.

Peneliti menyadari dalam penulisan Skripsi senantiasa mendapatkan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena, itu peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dr. Sunda Ariana, M.Pd., M.M. Rektor Universitas Bina Darma Palembang;
2. Prof. Waspodo, M.Ed., Ph.D. Dekan FKIPB, Universitas Bina Darma Palembang;
3. Dr. M. Haris Satria, M.Pd. Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga, FKIPB, Universitas Bina Darma Palembang, sekaligus sebagai Pembimbing I;
4. Drs. Winoto Chandra, M.Kes., M.H., M.Kom., M.Pd., M.T. sebagai Pembimbing II yang telah banyak mencurahkan waktu, tenaga dan pikiran dalam membimbing dan mengarahkan dalam penulisan Skripsi ini;
5. dosen Program Studi Pendidikan Olahraga, FKIPB, Universitas Bina Darma Palembang yang telah membekali penulis dengan ilmu pengetahuan;

6. teman-teman angkatan 2013 Program Studi Pendidikan Olahraga FKIPB, Universitas Bina Darma Palembang, berbagi rasa dalam suka duka dan atas segala bantuan serta kerja samanya sejak mengikuti studi sampai penyelesaian penulisan Skripsi ini;
7. Sulaiman, M.Pd. Kepala Sekolah, Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 2 Muara Dua atas izin melaksanakan penelitian di Sekolah ini;
8. Epri, S.Pd. guru mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (Penjasorkes) di SMA Negeri 2 Muara Dua atas bantuannya dalam penelitian ini;
9. peserta didik SMA Negeri 2 Muara Dua, khususnya peserta didik kegiatan ekstrakurikuler bola voli, atas partisipasinya dalam pengumpulan data;
10. Almamaterku: Program Studi Pendidikan Olahraga, FKIPB, Universitas Bina Darma Palembang atas kesempatan yang diberikan dalam menimba ilmu di Lembaga ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa Skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun selalu diharapkan demi perbaikan-perbaikan lebih lanjut.

Penulis berharap semoga Skripsi ini dapat bermanfaat bagi kepentingan ilmu pengetahuan, khususnya pembelajaran mata pelajaran Penjasorkes, khususnya pembelajaran cabang olahraga bola voli.

Palembang 9 Agustus 2019

Penulis,

Wenddy Irwadi
NIM: 13133008

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Deskripsi Teoritik	6
1. (<i>Anxiety</i>) Kecemasan	6
2. Gejala-gejala Kecemasan	10
3. Kecemasan pada Siswa Saat Menghadapi Pertandingan	12
4. Indikator Munculnya Kecemasan	15
5. Permainan Bola Voli	17
6. Servis Dalam Permainan Bola Voli	24
7. <i>Passing</i> Dalam Permainan Bola Voli	27

	Halaman
8. <i>Smash</i> Dalam Permainan Bola Voli	31
B. Kajian Terdahulu yang Relevan	34
C. Anggapan Dasar	35
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Metode Penelitian	36
B. Waktu dan Tempat Penelitian	36
C. Populasi dan Sampel Penelitian	36
1. Populasi Penelitian	36
2. Sampel Penelitian	37
D. Teknik Pengumpulan Data	37
E. Analisis Data Penelitian	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	40
1. Analisis Temuan Teoritis	40
2. Deskripsi Data Penelitian	41
3. Analisis Data	45
B. Pembahasan	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	48
B. Saran	48
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN	51
RIWAYAT HIDUP	

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Populasi Penelitian	37
2. Kisi-Kisi Angket/Kuisisioner	38
3. Indikator <i>Anxiety</i>	41
4. Deskripsi Persentase Kompetitif <i>Anxiety</i>	42
5. Deskripsi Persentase Kognitif <i>Anxiety</i>	43
6. Deskripsi Persentase Somatic <i>Anxiety</i>	44
7. Deskripsi Persentase Kecemasan Siswa	45

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Ekspresi Kecemasan Pemain Sepak Bola	13
2. Kecemasan Somatik	16
3. Kecemasan Somatik	16
4. Kecemasan Somatik	17
5. Teknik Servis	22
6. Teknik <i>Passing</i>	22
7. Teknik <i>Smash</i>	23
8. Lapangan Bola Voli	23
9. Teknik Servis Bawah	25
10. Teknik Servis Atas	26
11. Teknik Servis Atas	29
12. Teknik Servis Atas	30
13. Teknik <i>Smash</i>	32
14. Histogram <i>Kompetitif Anxiety</i>	42
15. Histogram <i>Kognitif Anxiety</i>	43
16. Histogram <i>Somatic Anxiety</i>	44
17. Histogram <i>Somatic Anxiety</i>	45

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Kuisisioner Uji Coba Penelitian	51
2. Rekap Hasil Uji Coba Kuisisioner	52
3. Keterangan Validasi	53
4. Tabel r	54
5. Keterangan Validasi Kuisisioner	55
6. Rekap Hasil Kuisisioner Penelitian	56
7. Dokumentasi Penelitian	57
8. Persetujuan Ujian Proposal Skripsi	58
9. Surat Keputusan Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bina Darma Palembang	59
10. Permohonan Judul dan Pembimbing	60
11. Surat Izin Penelitian dari Universitas Bina Darma Palembang	61
12. Surat Izin Penelitian dari Pemerintah Provinsi Sumatera Selatan, Dinas Pendidikan	62
13. Surat Keterangan Penelitian dari SMA Negeri 2 Muara Dua	63
14. Surat Keterangan Lulus	
15. Lembar Konsultasi Tugas Akhir	64
16. Formulir Perbaikan Komprehensif	65
17. <i>Plagiarism Checker</i>	66
18. Formulir Siap Cetak Skripsi	67