

HUBUNGAN INTIMASI PELATIH-ATLET DENGAN *PEAK PERFORMANCE* DENGAN KECEMASAN SEBAGAI VARIABEL MEDIATOR PADA ATLET SENI BELA DIRI PENCAK SILAT TAPAK SUCI TINGKAT PERGURUAN TINGGI DI SURABAYA

SKRIPSI



Oleh :

INDANA SULFAILUR RAHMA

20151770031

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

2019

HUBUNGAN INTIMASI PELATIH-ATLET DENGAN *PEAK PERFORMANCE* DENGAN KECEMASAN SEBAGAI VARIABEL MEDIATOR PADA ATLET SENI BELA DIRI PENCAK SILAT TAPAK SUCI TINGKAT PERGURUAN TINGGI DI SURABAYA.

SKRIPSI



**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah
Untuk Memenuhi Sebadian dari Syarat-syarat Guna memperoleh Derajat
Sarjana Psikologi**

Diajukan oleh :
INDANA SULFAILUR RAHMA
20151770031

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

2019

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Indana Sulfailur Rahma

NIM : 20151770031

Fakultas : Psikologi UMSurabaya

Judul Skripsi : Hubungan Intimasi Pelatih-Athlet Dengan Peak Performance Dengan Kecemasan Sebagai Variabel Mediator Pada Atlet Seni Bela Diri Pencak Silat Tapak Suci Tingkat Perguruan Tinggi Di Surabaya.

Menyatakan bahwa skripsi ini merupaka karya sendiri dan bukan jiplakan dari karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 23 Juli 2019



(Indana Sulafilur Rahma)

**HUBUNGAN INTIMASI PELATIH-ATLET DENGAN PEAK
PERFORMANCE DENGAN KECEMASAN SEBAGAI VARIABEL
MEDIATOR PADA ATLET SENI BELA DIRI PENCAK SILAT TAPAK SUCI
TINGKAT PERGURUAN TINGGI DI SURABAYA.**

SKRIPSI

**Diajukan Oleh :
Indana Sulfailur Rahma
NIM.20151770031**

**Disetujui untuk diuji:
Surabaya, 24 Juli 2019**

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II


Dewi Ilma Antawati, S.Psi, M.Psi, Psikolog


Fety Khosianah, S.Psi, M.Psi. Psi

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

2019

iv

**HUBUNGAN INTIMASI PELATIH-ATLET DENGAN PEAK
PERFORMANCE DENGAN KECEMASAN SEBAGAI VARIABEL
MEDIATOR PADA ATLET SENI BELA DIRI PENCAK SILAT TAPAK SUCI
TINGKAT PERGURUAN TINGGI DI SURABAYA.**

SKRIPSI

**Diajukan Oleh :
Indana Sulfailur Rahma
NIM.20151770031**

**Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas
Muhammadiyah Surabaya dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Dari
Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi.**

Pada Tanggal, 30 Juli 2019

Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surabaya

Dekan

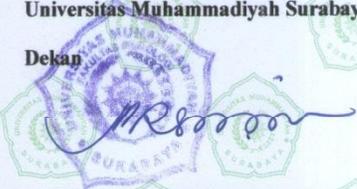
Dra. Wiwik Juwarini Prihastiwi., M.Si.

Dewan Penguji :

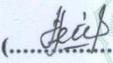
Ketua : Dra. Wiwik Juwarini Prihastiwi., M.Si

Anggota : Dewi Ilma Antawati, S.Psi, M.Psi, Psikolog

Anggota : Fety Khosianah, S.Psi, M.Psi. Psi


(.....)


(.....)


(.....)

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Alhamdulillah rabbi 'Alamin, rasa syukur tak henti diucapkan atas kehadiran Allah SWT yang telah senantiasa selalu melimpahkan rahmat serta karunia-Nya dalam penulisan skripsi yang berjudul “ **Hubungan Antara Intimasi Pelatih-Athlet Dengan Peak Performance Dengan Kecemasan Sebagai Variabel Mediator Pada Atlet Bela Diri Pencak Silat Tapak Suci Tingkat Perguruan Tinggi Di Surabaya**” dapat diselesaikan dengan limpahan kasih sayang-Nya serta nikmat-Nya yang berupa nikmat iman dan rezeki yang tidak mungkin bisa dituliskan satu persatu. *Shalawat* serta sala semoga selalu terlimpah curahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW yang telah menuntun kami di jalan yang gelap gulita menuju jalan yang terang benerang yaitu agama islam.

Dalam penyusunan skripsi ini peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan baik dari segi penulisan atau ide dan masih jauh dari kata sempurna. Untuk itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Skripsi ini diajukan dan disusun dalam rangka ujian akhir S1 Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Demikian pengantar sederhana dari peneliti semoga berkesan dihati pembaca dan semoga bisa memberikan manfaat bagi semuanya.

Surabaya, 24 Agustus 2019

Penulis

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT atas segala limpahan berupa nikmat iman dan kesehatan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Hubungan Antara Intimasi Pelatih-Athlet Dengan Peak Performance Dengan Kecemasan Sebagai Variabel Mediator Pada Atlet Bela Diri Pencak Silat Tapak Suci Tingkat Perguruan Tinggi Di Surabaya”**. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan, pengetahuan dan dukungan dari semua pihak baik berupa moril serta materil, yang selama ini dengan tulus ikhlas membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Maka dari itu, penulis dengan segenap hati mengucapkan terimakasih sebanyak ombak dilautan kepada :

1. Bapak Dr. dr. Sukadiono., M.M, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya.
2. Ibu Dra. Wiwik Juwarini Prihastiwi., M.Si sebagai Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya.
3. Dewi Ilma Antawati, S.Psi, M.Psi, Psikolog sebagai Dosen Pembimbing pertama yang dengan penuh kesabaran dan telah meluangkan waktu membimbing peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini serta berbagi cerita tentang pengalaman hidup yang sangat berharga.

4. Ibu Fety Khosianah, S.Psi, M.Psi. Psi sebagai Dosen Pembimbing pertama yang dengan sabar dan telaten membimbing peneliti hingga penelitian ini bisa terselesaikan.
5. Seluruh Dosen dan staf pengajar di Fakultas Psikologi yang telah memberikan ilmunya selama menempuh ilmu di Fakultas Psikologi.
6. Kedua Orang tuaku Siti Muayyah dan H. Buri yang telah banting tulang dengan tulus ikhlas merawatku dan membesarkanku, serta tak henti-hentinya mendoakan untuk kesuksesan dan masa depanku.
7. Teman sehidup sematiku dari kecil sampai aku sebesar ini Maghfirotus Safitri, kakak tersayangku yang begitu sabar dan menerima aku sebagai adeknya dengan penuh rasa sayang.
8. Geng Xabiru teman skripsi seperjuangan, Erika, Diana, Camel, Eva dan Panut yang senantiasa dengan ikhlas mau menjadi temanku dan berjuang bersama-sama hingga akhir dan kita saling menghibur satu sama lain.
9. Keluarga baru yang kutemukan di kampus, Tapak Suci Cabang 19 UMSurabaya, yang telah mengajarkanku arti berjuang dan melampaui batas maksimal dan terus bertahan dalam segala keadaan
10. Mbak Wulan, Mbak Ellen, Muna, Yulai patner gandaku, Dwi Riskiana, Dessy Hardianti, Hamri, Nizar yang menjadi alasanku untuk tetap bertahan dan terus berjuang.

11. Untuk adek-adek baru ku Adin, Fitri, Diera yang mau berjuang bersama ku di Tapak Suci dan semoga terus berjuang untuk memajukan Tapak Suci Cabang 19 UMSurabaya.
12. Kak Dev yang mungkin dia tidak tahu bahwa dia menjadi sosok panutanku untuk terus menjadi diri sendiri dan terus menjadi lebih baik.
13. Teman baruku kak Sasmi, yang dengan ikhlas mau mengajariku SPSSdan sangat sabar yang mengahdapiku yang agak lemot.
14. Serta pihak lain yang tidak dapat penulis sebtkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Semoga amal kebbaikannya mendapat imbalan yang berlimpah dari Allas SWT, dan semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca. Akhir kata semoga karya tulis yang sederhana ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu psikologi.

Surabaya, 24 Juli 2019

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PRASYARAT GELAR	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRAC	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LMPIRAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. <i>Peak Performance</i>	12
1. Pengertian <i>Peak Performance</i>	12
2. Karakteristik <i>Peak Performance</i>	13
3. Faktor yang Mempengaruhi <i>Peak Performance</i>	17
B. Intimasi Pelatih-Athlet	19
1. Pengertian Pelatih-Athlet	19
2. Aspek-aspek Intimasi Pelatih-Athlet	21

3. Dampak atau Pengaruh Intimasi	25
C. Kecemasan	25
1. Pengertian Kecemasan	25
2. Gejala Kecemasan Bertanding	27
3. Sumber-sumber Kecemasan bertanding	28
4. Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Bertanding	29
D. Hubungan Intimasi Pelatih-Athlet dengan <i>Peak Performance</i> dengan Kecemasan Sebagai variabel Mediator	30
E. Kerangka Konseptual	36
F. Hipotesis	37

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian	38
B. Identifikasi Variabel Penelitian	38
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	39
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel	40
1. Populasi	40
2. Sampel	41
3. Teknik Pengambilan Sampel	41
E. Teknik Pengumpulan Data	42
F. Validitas, Daya Diskriminasi dan Reliabilitas Alat Ukur	51
1. Validitas	51
2. Daya Diskriminasi Item	52
3. Reliabilitas	53
G. Teknik Analisis Data	53
H. Kerangka Kerja	55

BAB IV LAPORAN HASIL PENELITIAN

A. Pelaksanaan Penelitian	56
1. Gambaran Umum Subyek Penelitian	56
B. Hasil Analisis Statistik	57
1. Uji Daya Diskriminasi Item	57
2. Realiabilitas Alat Ukur	60
C. Hasil Uji Asumsi	62
1. Uji Normalitas Data	62
2. Uji Linieritas	64

D. Hasil Analisis Data	66
1. Hasil Uji Korelasi	66
2. Model Regresi Variabel	74
3. Kategori Jenjang	75
E. Pembahasan	78
BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	83
B. Saran	84
DAFTAR PUSTAKA	85
LAMPIRAN	87

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1. Skor Skala Likert	43
Tabel 3.2. Blue Print <i>Peak Performance</i>	43
Tabel 3.3. Blue Print Intimasi Pelatih-Athlet	47
Tabel 3.4. Blue Print Kecemasan	49
Tabel 4.1 Diskriminasi Item Skala <i>Peak Performance</i>	58
Tabel 4.2 Diskriminasi Item Skala Intimasi Pelatih-Athlet	59
Tabel 4.3 Diskriminasi Item Skala Kecemasan Bertanding	59
Tabel 4.4 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Peak Performance</i>	61
Tabel 4.5 Hasil Uji Reliabilitas Skala Intimasi Pelatih Atlet	61
Tabel 4.6 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kecemasan Bertanding	62
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalita Variabel	63
Tabel 4.8 Uji Linieritas Intimasi dan Kecemasan.....	64
Tabel 4.9 Uji Linieritas Intimasi dan <i>Peak Performance</i>	65
Tabel 4.10 Uji Linieritas Kecemasan dan <i>Peak Performance</i>	66
Tabel 4.11 Hasil Uji Korelasi Regresi Mediasi Persamaan I	68
Tabel 4.12 Hasil Uji Korelasi Regresi Mediasi Persamaan II	69
Tabel 4.13 Hasil Uji Korelasi Regresi Mediasi Persamaan III.....	71
Tabel 4.14 Hasil Uji Korelasi Regresi Mediasi Persamaan IV.....	73
Tabel 4.15 Kategorisasi Variabel <i>Peak Performance</i>	76
Tabel 4.16 Kategorisasi Variabel Intimasi Pelatih-Athlet.....	77

Tabel 4.17 Kategorisasi Variabel Kecemasan Bertanding.....78

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. Kerangka Konseptual	34
Gambar 3.1. Kerangka Kerja	55
Gambar 4.1 Model Regresi Tanpa Variabel Mediator	74
Gambar 4.2 Model Regresi Menggunakan Variabel Mediator	74

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Angket <i>Peak Performance</i>	87
Lampiran 2. Angket Intimasi Pelatih-Athlet	90
Lampiran 3. Angket Kecemasan Bertanding	92
Lampiran 4. Hasil Tabulasi Data	93
Lampiran 5. Output Daya Diskriminasi dan Reliabilitas <i>Peak Performance</i>	99
Lampiran 6. Output Daya Diskriminasi dan Reliabilitas Intimasi ...	103
Lampiran 7. Output Daya Diskriminasi dan Reliabilitas Kecemasan	106
Lampiran 8. Hasil Uji Normalitas.....	110
Lampiran 9. Hasil Uji Linieritas	111
Lampiran 10. Hasil Uji Korelasi Regresi Mediasi	116
Lampiran 11. Kartu Konsultasi Skripsi	120
Lampiran 12. Surat Bukti Penelitian	121

DAFTAR PUSTAKA

- Aji Utama. 2015. *Hubungan antara Kecemasan dan Peak Performance Atlet Kejuaraan Nasional UGM Futsal Championship*. Skripsi. Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, UIN Syarif Hidayatullah
- Atwater, E. 1991. *Psychology of Adjustment*. 2nd Ed. Englewood Cliffs. New Jersey: Prentice Hall, Inc.
- Azanella. 5 *Fakta Pencak Silat di Asian Game 2018*. diakses 29 Agustus 2018 dari <https://olahraga.kompas.com/read/2018/08/29/16443218/5-fakta-pencak-silat-di-asian-games-2018>
- Azwar, Saifuddin. MA. 2015. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). *The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations*. *Journal of personality and social psychology*.
- Cogan, K.D dan Vidmar, P. 2000. *Sport Psychology Library: Gymnastic*. New York: Data Reproduction Corporation
- Cox, R.H. 2002. *Sport Psychology: Concepts and Applications*. New York: Mc Graw-Hill Companies, Inc.
- Faturrohman, M. *Pengaruh Kecemasan Bertanding Terhadap Peak Performance Pada Atlet Softball Universitas Negeri Yogyakarta*. diakses pada 13 November 2018 dari <http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/fipbk/article/download/6462/6247>
- Gao, G., & Gudykunst, W. B. (1990). Uncertainty, anxiety, and adaptation. *International Journal of Intercultural Relations*, 14(3), 301-317.
- Gunarsa, S.D. 1996. *Psikologi Olah Raga*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia
- Hartanti, Yuwanto, L., Pambudi, I., Zaenal, T., Lasmono, H.K. 2004. *Aspek Psikologis dan Pencapaian Prestasi Atlet Nasional Indonesia*. Anima.
- Husdarta, H.J.S. *Psikologi Olah Raga*. Bandung: Alfabeta
- Kimmel, D.C. 1990. *Adulthood And Aging*. New York: John Wiley & Sons, Inc

- Lee, M. 1993. *Coaching Children in Sport: Principle and Practice*. London: E & FN Spon
- Mukholid, A. 2007. *Pendidikan Jasmani 1 Olahraga dan Kesehatan*. Yudhistira Ghalia Indonesia.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., Feldman, R. D. 2001. *Human Development*. New York: McGraw-Hill.
- Pate, R.R., McClenaghan, B., Rotella, R. 1993. *Dasar-Dasar Ilmiah Kepelatihan*. (terj. Kasiyo Dwijowinoto). Semarang: IKIP Semarang.
- Prager, K.J. 1995. *The Psychology of Intimacy*. New York: The Guilford Press
- Putri, Yestika, Ika. 2007. *Hubungan Antara Intimasi Pelatih-atlet dengan Kecemasan Bertanding pada Atlet Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI) Semarang. Skripsi*. Universitas Diponegoro.
- Santrock, J.W. 2003. *Adolescence: Perkembangan Remaja*. (terj: Shinto B. Adelar). Jakarta: Erlangga.
- Satiadarma, Monty P. 2000. *Dasar-dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Sejarah Tapak Suci Putera Muhammadiyah. Diakses 13 Januari 2019. Melalui <http://www.muhammadiyah.or.id/id/content-86-det-tapak-suci.html>.
- Shadily, H. dan Echols, S. M. 1990. *Kamus Inggris Indonesia*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Shelley, E. Taylor, Letitia Anne Peplau, David, O. Sears. 2009. *Social Psychology*. (terjemah Wibowo). Jakarta: Kencana.
- Singer, R.N., Hausenblas, H.A., Janelle, C.M. 2001. *Handbook of Sport Psychology*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sunyoto, D. 2011. *Metodologi Penelitian Untuk Ekonomi*. Caps. Yogyakarta.