

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP KECEMASAN BERTANDING PADA ATLET PENCAK
SILAT**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh
Gelar Derajat Sarajana (S-1) Psikologi



Oleh:

Oktavia Miftakhuddina

F 100 160 114

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP KECEMASAN BERTANDING PADA ATLET PENCAK
SILAT**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh
Gelar Derajat Sarajana (S-1) Psikologi

Diajukan oleh:

Oktavia Miftakhuddina

F 100 160 114

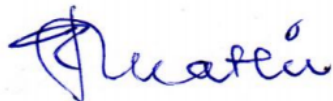
Telah disetujui untuk dipertahankan

Di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh :

Surakarta, 22 Februari 2023

Dosen Pembimbing



Dra. Partini., M.Si, Psikolog

NIK.NIDN : 594/06140665

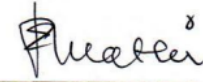
HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP KECEMASAN BERTANDING PADA ATLET PENCAK
SILAT**

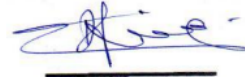
Diajukan Oleh :
Oktavia Miftakhuddina
F.100160114

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal
7 Maret 2023
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dra.Partini., M.Psi, Psikolog
(Ketua Dewan Penguji)




Dr. Daliman, SU
(Anggota I Dewan Penguji)



Gita Aulia Nurani, M.Psi., Psikolog
(Anggota II Dewan Penguji)



Surakarta, 22 Februari 2023
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Fakultas Psikologi
Dekan,

Prof. Faufik, S.Psi., M., Si.,Phd
NIK.NIDN : 799/0629037401

SURAT PERNYATAAN

Bismillahirrohmanirrohim

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Oktavia Miftakhuddina
NIM : F100160114
Fakultas : Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Judul : Hubungan antara Efikasi Diri dan Dukungan Sosial
terhadap Kecemasan Bertanding Atlet Pencak Silat

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak dapat terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini, dan disebutkan dalam daftar pustaka. Saya juga menyatakan bahwa hasil karya ini adalah benar-benar karya saya pribadi, sama sekali tidak melakukan plagiat ataupun meminta jasa pembuatan skripsi dari pihak lain.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan. Apabila dilain waktu ditemukan hal-hal yang bertentangan dengan pernyataan saya, maka saya bersedia menerima konsekuensinya.

Surakarta, 22 Februari 2023
Yang Menyatakan



OKTAVIA MIFTAKHUDDINA

F.100160114

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan karunia-Nyakepada penulis dalam menyusun dan menyelesaikan proses penulisan skripsi ini sebagai tugas akhir peneliti di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang berjudul “ Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial terhadap Kecemasan Bertanding pada Atlet Pencak Silat”. Skripsi ini bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat derajat sarjana Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Penulis menyadari ada beberapa kesulitan maupun hambatan dalam proses penyelesaian skripsi ini. Akan tetapi berkat dukungan, bimbingan, dan motivasi dari berbagai pihak sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu, pada kesempatan ini izinkalah penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Seluruh keluarga saya, Suami saya Zada Aqwam dan Anak saya Maulana Muhammad Al Fatih , Bapak saya Muhammad Ridwan, ibu saya Anita Ambarsari juga saudara-saudara saya tercinta Elsabila Layyiana Rosalia + Suami, Muhammad Alvian Mauludin, Muhammad Reza Perkasa, Muhammad Iqbal Fahminudin dan Aderinata Rodhiyatu Sholikha yang telah mendoakan, membimbing, mendukung serta menyemangati saya dalam melewati proses kehidupan ini.
2. Bapak Susatyo Yuwono, M. Si, Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian.
1. Ibu Dra. Partini, M. Si, Psikolog selaku pembimbing skripsi dan pembimbing akademik, yang telah membantu dengan membimbing dengan sabar saya ucapkan banyak terima kasih.

2. Seluruh staff pengejar dan staff karyawan Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah membantu penulis menggapai cita keilmuan dan kelancaran penulis skripsi ini.
3. Diriku sendiri saya ucapkan terima kasih
4. Seluruh pengurus dan pelatih PERSINAS ASAD Klaten terima kasih atas bantuan dalam penelitian ini.
5. Kepada sahabat saya Nur Haini, Ramadhani Putri, Kania Yudhi Pratiwi, Adelina Atriana, Adiba Salma, Tri Utami, Anggun Pangestika, Palupi Retnowati terima kasih atas dukungan dan kebahagiaan yang diberikan selama ini.
6. Para responden penelitian, terima kasih telah meluangkan waktunya untuk memberikan bantuan kepada penulis.
7. Rekan rekan seperjuangan Fakultas Psikologi 2016. Terima kasih telah menemani berjuang bersama dalam menempuh pendidikan.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah secara langsung maupun tidak langsung membantu penulis sehingga bisa sampai ke tahap ini.

Surakarta, 22 Februari 2023



Oktavia Miftakhuddina

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
ABSTRAK	1
<i>ABSTRACT</i>	2
PENDAHULUAN	3
METODE PENELITIAN.....	19
HASIL DAN ANALISIS DATA.....	27
PEMBAHASAN	31
KESIMPULAN.....	35
DAFTAR PUSTAKA	38
LAMPIRAN.....	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Struktur PERSINAS ASAD Klaten	6
---	---

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah Atlet PERSINAS ASAD	20
Tabel 2. Blueprint Efikasi Diri.....	22
Tabel 3. Blueprint Dukungan Sosial	22
Tabel 4. Blueprint Kecemasan Bertanding	23
Tabel 5. Kategorisasi Kecemasan Bertanding	29
Tabel 6. Kategorisasi Efikasi Diri.....	30
Tabel 7. Kategorisasi Dukungan Sosial	31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Blueprint Sebelum Validitas.....	41
Lampiran 2. Blueprint Setelah Validitas.....	44
Lampiran 3. Skala Penelitian Sebelum Uji Validitas.....	47
Lampiran 4. Uji Validitas.....	54
Lampiran 5. Skala Penelitian Setelah Uji Validitas	58
Lampiran 6. Uji Reliabilitas	64
Lampiran 7. Hasil Olah Data Uji Asumsi dan Uji Hipotesis	69
Lampiran 8. Kategorisasi dan Sumbangan Efektif	76