

# ***LEVEL OF ANXIETY REGARDING FOOTBALL PLAYING SKILLS BEFORE COMPETING IN PS SIAK FOOTBALL ATHLETES***

**Khoirul Fikri, Ardiah Juita, Agus Prima Aspa**

khoirul.fikri1092@student.unri.ac.id<sup>1</sup>, ardiah.juita@lacturer.unri.ac.id<sup>2</sup>, agus.prima@lecturer.unri.ac.id<sup>3</sup>

Phone Number : +62 822 6129 9137

*Health and Recreation Physical Education Study Program  
Department of Sports Education  
Faculty of Teacher Training and Education  
University of Riau*

***Abstrak*** : This research is a descriptive study which aims to determine the level of anxiety regarding soccer playing skills before competing against Ps Siak soccer athletes. The population in this study was the Ps Siak Football Team, totaling 25 people, the sampling technique used total sampling. The data collection technique used in this research was a questionnaire. From the research process to data processing which began with distributing questionnaires to 25 samples, namely PS Siak Football Athletes, produced data which was used as a benchmark for discussing research results with a percentage of 44.88%.

***Key Words*** : Level of Anxiety About Skills

# TINGKAT KECEMASAN TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA SEBELUM BERTANDING PADA ATLET SEPAK BOLA PS SIAK

**Khoirul Fikri, Ardiah Juita, Agus Prima Aspa**

[khoirul.fikri1092@student.unri.ac.id](mailto:khoirul.fikri1092@student.unri.ac.id)<sup>1</sup>, [ardiah.juita@lacturer.unri.ac.id](mailto:ardiah.juita@lacturer.unri.ac.id)<sup>2</sup>, [agus.prima@lecturer.unri.ac.id](mailto:agus.prima@lecturer.unri.ac.id)<sup>3</sup>

No Hp : +62 822 6129 9137

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi  
Jurusan Pendidikan Olahraga  
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Riau

**Abstrak** : Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui Tingkat Kecemasan Terhadap Keterampilan Bermain Sepak Bola Sebelum Bertanding Pada Atlet Sepak Bola Ps Siak. Populasi dalam penelitian ini Tim Sepak Bola Ps Siak yang berjumlah 25 orang, teknik penarikan sampel menggunakan total sampling. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner. Dari proses penelitian sampai dengan pengolahan data yang diawali dengan menyebarkan kuesioner (angket) kepada 25 sampel yaitu Atlet Sepak Bola Ps Siak menghasilkan data yang dijadikan patokan sebagai pembahasan hasil penelitian dengan persentase 44,88%.

**Kata Kunci** : Tingkat Kecemasan Terhadap Keterampilan

## **PENDAHULUAN**

Saat ini, banyak orang menganggap olahraga sebagai komponen penting dalam kehidupan sehari-hari. Olahraga adalah aktivitas fisik terstruktur dengan gerakan tubuh berulang yang dimaksudkan untuk meningkatkan kesehatan fisik dan umum seseorang. Menurut (Ibeng, 2021) olahraga sebagai wadah penemuan kompetitif keterampilan individu dalam olahraga dan sebagai aktivitas fisik yang sehat. (Sukadiyanto dan Muluk, 2011), mendeskripsikan olahraga sebagai aktivitas fisik yang dilakukan seseorang baik sendiri maupun berkelompok dengan tujuan untuk menjadi bugar secara fisik.

Menurut (Weinberg dan Gould, 2003), kecemasan adalah keadaan emosi negatif yang ditandai dengan kegelisahan, ketakutan, dan kekhawatiran. Hal ini sering kali disertai dengan peningkatan gairah atau kegembiraan fisiologis dalam tubuh. Para pemain sepak bola, apapun posisinya, terkadang bergelut dengan rasa cemas menjelang pertandingan karena harus siap dengan segala kemungkinan yang terjadi di lapangan.

Setelah peneliti melakukan observasi berupa survei di lapangan, peneliti menemukan permasalahan seperti kebanyakan anggota dari club sepak bola mengalami kegugupan sebelum bertanding yang mana akibat dari hal tersebut dapat menurunkan performa dari setiap individu dalam tim yang dapat berakibat ketidaksesuaian antara strategi dan koordinasi yang telah ditetapkan sebelumnya, ada pula beberapa anggota tim merasa kurang percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki karena melihat postur tubuh lawan yang lebih besar, takut melakukan kesalahan saat passing yang mengakibatkan ditegur oleh pelatih. Dengan melihat keberagaman fakta diatas maka peneliti ingin mengetahui sejauh mana Tingkat Kecemasan Terhadap Keterampilan Bermain Sepak Bola Sebelum Bertanding Pada Atlet Sepak Bola PS Siak.

## **METODE PENELITIAN**

Tempat penelitian ini dilaksanakan di Mess Ps Siak yang beralamat di Jl. Kampung Rempak Rt 01/ Rw 04, Kampung Rempek Siak, Kabupaten Siak Provinsi Riau. Waktu penelitian ini akan dilaksanakan setelah ujian proposal dan juga setelah mendapatkan persetujuan pembimbing serta telah diterbitkannya surat penelitian.

Teknik pengumpulan data yang akan di gunakan adalah dengan pemberian angket kepada Atlet yang menjadi subjek penelitian. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa angket yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Sesuai dengan tujuan yang diharapkan pada penelitian ini, yaitu untuk mendapatkan gambaran tentang Tingkat Kecemasan Terhadap Keterampilan Bermain Sepak Bola Sebelum Bertanding Pada Atlet Sepak Bola PS Siak. Maka peneliti menggunakan teknik analisa statistik memperhitungkan persentase.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Dalam penelitian ini terdapat 25 orang pemaian sepak bola klub Ps Siak sebagai sampel dengan angket yang terdiri dari 27 butir pernyataan yang terdiri dari sepuluh indikator: perasaan khawatir yang berlebihan, merasa ragu, konsentrasi menurun, perasaan tertekan dari adanya suara – suara terikan penonton perasaan ketidakpercayaan terhadap diri sendiri, badan terasa kaku, perut terasa tegang, detak jantung berdetak kencang, perubahan suhu badan, serta badan terasa tidak nyaman.

Pada masing-masing faktor dapat diperoleh nilai rata – rata sebesar.12 untuk perasaan khawatir yang berlebihan dan menunjukkan bahwa perasaan khawatir yang berlebihan tidak baik untuk melakukan pertandingan, faktor merasa ragu 14,33 ini berarti bahwa perasaan ragu sebelum bertanding wajar di hadapi para pemain sepak bola sebelum pertandingan dimulai. Faktor konsentrasi menurun sebesar 13 menunjukkan bahwa sebelum pertandingan ada sebagian atlet yang konsentrasinya tidak stabil dan ada juga yang dapat mempertahankan konsentasinya. Faktor perasaan tertekan dari adanya suara – suara penonton sebesar 14 menunjukkan bahwa ada beberapa atlet yang terganggu dengan terikan penonton namun banyak juga yang semangat dengan adanya suara dari penonton. Faktor ketidakpercayaan terhadap diri sendiri sebesar 14,5 yang berarti kepercayaan diri saat pertandingan itu sangat diperlukan. Faktor badan terasa kaku 17,67 yang menunjukkan bahwa tidak semua atlet merasa tegang saat bertanding. Faktor perut terasa tegang 11,5 menunjukkan bahwa sebagian atlet mengalami gangguan pada perut saat akan bertanding. Faktor detak jantung berdetak kencang 17 menunjukkan bahwa banyak atlet yang tidak dapat mengontrol detak jantung saat akan bertanding. Faktor perubahan suhu badan 14 menunjukkan bahwa banyak dari para atlet mengalami gangguan pada saat akan pertandingan pada perubahan suhu badan. Faktor badan

terasa tidak nyaman 11 banyak dari para atlet mengalami gangguan seperti badan merasa tidak nyaman pada saat akan bertanding.

### 1. Hasil Angket Tingkat Kecemasan Terhadap Keterampilan Bermain Sepak Bola Sebelum Bertanding Pada Atlet Sepak Bola Ps Siak.

Data ini didapat dari hasil angket yang disebarakan kepada 25 orang pemaian sepak bola Ps Siak. Dalam hal ini responden diminta untuk menjawab angket dengan 27 pernyataan yang telah disesuaikan dengan indikator. Berikut pemaparan hasil jawaban responden.

#### a. Deskripsi perasaan khawatir yang berlebihan

Untuk melihat peran perasaan khawatir yang berlebihan, berdasarkan hasil angket yang disebarakan kepada 25 responden maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Persentase indikator perasaan khawatir

Kategori	Frekuensi	Persentase
Sangat Setuju	7	7%
Setuju	48	48%
Tidak Setuju	44	44%
Sangat Tidak Setuju	1	1%
Jumlah	100	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan bahwa distribusi frekuensi indikator perasaan khawatir yang berlebihan yang terdapat 4 pernyataan pada umumnya, pilihan jawaban terbanyak pada indikator tersebut dalam kategori “setuju” dengan persentase 48% ini berarti pada indikator tersebut terdapat pada kategori “cukup baik”.

#### b. Deskripsi Merasa Ragu

Data ini didapat dari hasil angket yang disebarakan kepada 25 orang pemaian sepak bola Ps Siak. Dalam hal ini responden diminta untuk menjawab angket dengan 27 pernyataan yang telah disesuaikan dengan indikator. Berikut pemaparan hasil jawaban responden, Untuk melihat indikator merasa ragu, berdasarkan hasil angket yang disebarakan kepada 25 responden maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 2. Persentase indikator merasa ragu

Kategori	Frekuensi	Persentase
Sangat Setuju	14	18.67%
Setuju	43	57.33%
Tidak Setuju	17	22.67%
Sangat Tidak Setuju	1	1.33%
Jumlah	75	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan bahwa distribusi frekuensi indikator merasa ragu yang terdapat 3 pernyataan pada umumnya, pilihan jawaban terbanyak pada indikator tersebut dalam kategori “ setuju” dengan persentase 57.33% ini berarti pada indikator tersebut terdapat pada kategori “baik”.

### c. Konsentrasi Menurun

Data ini didapat dari hasil angket yang disebarakan kepada 25 orang pemaian sepak bola Ps Siak. Dalam hal ini responden diminta untuk menjawab angket dengat 27 pernyataan yang telah disesuaikan dengan indikator. Berikut pemaparan hasil jawaban responden, Untuk melihat indikator konsentrasi menurun, berdasarkan hasil angket yang disebarakan kepada 25 responden maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 3. Persentase indikator konsentrasi menurun

Kategori	Frekuensi	Persentase
Sangat Setuju	3	6%
Setuju	16	32%
Tidak Setuju	26	52%
Sangat Tidak Setuju	5	10%
Jumlah	50	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan bahwa distribusi frekuensi indikator konsentrasi menurun yang terdapat 2 pernyataan pada umumnya, pilihan jawaban terbanyak pada indikator tersebut dalam kategori “tidak setuju” dengan persentase 52% ini berarti pada indikator tersebut terdapat pada kategori “baik”.

d. Perasaan tertekan adanya suara penonton

Data ini didapat dari hasil angket yang disebarakan kepada 25 orang pemain sepak bola Ps Siak. Dalam hal ini responden diminta untuk menjawab angket dengan 27 pernyataan yang telah disesuaikan dengan indikator. Berikut pemaparan hasil jawaban responden, Untuk melihat indikator merasa tertekan dengan adanya suara penonton, berdasarkan hasil angket yang disebarakan kepada 25 responden maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4. Persentase indikator perasaan tertekan

Kategori	Frekuensi	Persentase
Sangat Setuju	11	44%
Setuju	14	56%
Tidak Setuju	0	0%
Sangat Tidak Setuju	0	0%
Jumlah	25	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan bahwa distribusi frekuensi indikator merasa tertekan dengan adanya suara penonton yang terdapat 1 pernyataan pada umumnya, pilihan jawaban terbanyak pada indikator tersebut dalam kategori “setuju” dengan persentase 56% ini berarti pada indikator tersebut terdapat pada kategori “baik”.

e. Ketidakpercayaan terhadap diri sendiri

Data ini didapat dari hasil angket yang disebarakan kepada 25 orang pemain sepak bola Ps Siak. Dalam hal ini responden diminta untuk menjawab angket dengan 27 pernyataan yang telah disesuaikan dengan indikator. Berikut pemaparan hasil jawaban responden, Untuk melihat indikator ketidakpercayaan terhadap diri sendiri,

berdasarkan hasil angket yang disebarakan kepada 25 responden maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 5. Persentase indikator tidak percaya terhadap diri sendiri

Kategori	Frekuensi	Persentase
Sangat Setuju	2	4%
Setuju	29	58%
Tidak Setuju	19	38%
Sangat Tidak Setuju	0	0%
Jumlah	50	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan bahwa distribusi frekuensi indikator ketidakpercayaan terhadap diri sendiri yang terdapat 2 pernyataan pada umumnya, pilihan jawaban terbanyak pada indikator tersebut dalam kategori “setuju” dengan persentase 58% ini berarti pada indikator tersebut terdapat pada kategori “baik”.

#### f. Badan terasa kaku

Data ini didapat dari hasil angket yang disebarakan kepada 25 orang pemaian sepak bola Ps Siak. Dalam hal ini responden diminta untuk menjawab angket dengat 27 pernyataan yang telah disesuaikan dengan indikator. Berikut pemaparan hasil jawaban responden, Untuk melihat indikator badan terasa kaku, berdasarkan hasil angket yang disebarakan kepada 25 responden maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 6. Persentase indikator badan terasa kaku

Kategori	Frekuensi	Persentase
Sangat Setuju	0	0%
Setuju	12	16%
Tidak Setuju	53	70,67%
Sangat Tidak Setuju	10	13,33%
Jumlah	25	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan bahwa distribusi frekuensi indikator badan terasa kaku yang terdapat 3 pernyataan pada umumnya, pilihan jawaban terbanyak pada indikator tersebut dalam kategori “tidak setuju” dengan persentase 70.67% ini berarti pada indikator tersebut terdapat pada kategori “baik”.

g. Perut terasa tegang

Data ini didapat dari hasil angket yang disebarakan kepada 25 orang pemaian sepak bola Ps Siak. Dalam hal ini responden diminta untuk menjawab angket dengan 27 pernyataan yang telah disesuaikan dengan indikator. Berikut pemaparan hasil jawaban responden, Untuk melihat indikator perut terasa tegang, berdasarkan hasil angket yang disebarakan kepada 25 responden maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 7. Persentase indikator perut terasa tegang

Kategori	Frekuensi	Persentase
Sangat Setuju	5	10%
Setuju	20	40%
Tidak Setuju	23	46%
Sangat Tidak Setuju	2	4%
Jumlah	50	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan bahwa distribusi frekuensi indikator perut terasa tegang yang terdapat 2 pernyataan pada umumnya, pilihan jawaban terbanyak pada indikator tersebut dalam kategori “tidak setuju” dengan persentase 46% ini berarti pada indikator tersebut terdapat pada kategori “cukup baik”.

h. Detak jantung berdetak kencang

Data ini didapat dari hasil angket yang disebarakan kepada 25 orang pemaian sepak bola Ps Siak. Dalam hal ini responden diminta untuk menjawab angket dengan 27 pernyataan yang telah disesuaikan dengan indikator. Berikut pemaparan hasil jawaban responden, Untuk melihat indikator detak jantung berdetak kencang, berdasarkan hasil angket yang disebarakan kepada 25 responden maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 8. Persentase indikator detak jantung berdetak kencang

Kategori	Frekuensi	Persentase
Sangat Setuju	3	3%
Setuju	16	16%
Tidak Setuju	68	68%
Sangat Tidak Setuju	13	13%
Jumlah	100	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan bahwa distribusi frekuensi indikator detak jantung berdetak kencang yang terdapat 4 pernyataan pada umumnya, pilihan jawaban terbanyak pada indikator tersebut dalam kategori “tidak setuju” dengan persentase 68% ini berarti pada indikator tersebut terdapat pada kategori “baik”.

i. Perubahan suhu badan

Data ini didapat dari hasil angket yang disebarakan kepada 25 orang pemaian sepak bola Ps Siak. Dalam hal ini responden diminta untuk menjawab angket dengat 27 pernyataan yang telah disesuaikan dengan indikator. Berikut pemaparan hasil jawaban responden, Untuk melihat indikator perubahan suhu badan, berdasarkan hasil angket yang disebarakan kepada 25 responden maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 9. Persentase indikator perubahan suhu badan

Kategori	Frekuensi	Persentase
Sangat Setuju	11	11%
Setuju	27	27%
Tidak Setuju	56	56%
Sangat Tidak Setuju	6	6%
Jumlah	100	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan bahwa distribusi frekuensi indikator perubahan suhu badan yang terdapat 4 pernyataan pada umumnya, pilihan jawaban

terbanyak pada indikator tersebut dalam kategori “tidak setuju” dengan persentase 56% ini berarti pada indikator tersebut terdapat pada kategori “baik”.

j. Badan terasa tidak nyaman

Data ini didapat dari hasil angket yang disebarakan kepada 25 orang pemain sepak bola Ps Siak. Dalam hal ini responden diminta untuk menjawab angket dengan 27 pernyataan yang telah disesuaikan dengan indikator. Berikut pemaparan hasil jawaban responden, Untuk melihat indikator perubahan suhu badan, berdasarkan hasil angket yang disebarakan kepada 25 responden maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 10. Persentase indikator badan terasa tidak nyaman

Kategori	Frekuensi	Persentase
Sangat Setuju	3	6%
Setuju	19	38%
Tidak Setuju	22	44%
Sangat Tidak Setuju	6	12%
Jumlah	50	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan bahwa distribusi frekuensi indikator badan terasa tidak nyaman yang terdapat 2 pernyataan pada umumnya, pilihan jawaban terbanyak pada indikator tersebut dalam kategori “tidak setuju” dengan persentase 44% ini berarti pada indikator tersebut terdapat pada kategori “baik”.

## PEMBAHASAN

Pada masing-masing faktor diperoleh nilai rata – rata sebesar 12 untuk perasaan khawatir yang berlebihan dengan persentase 55% ini berarti perasaan khawatir yang dialami atlet dapat diatasi dengan “baik”. Faktor merasa ragu diperoleh nilai rata – rata 14,33 dengan persentase 76% ini berarti atlet tidak merasa ragu saat pertandingan. Faktor konsentrasi menurun diperoleh nilai rata – rata 13 dengan persentase 38% ini berarti ada sebagai atlet pada saat bertanding mengalami konsentrasi yang menurun. Faktor perasaan tertekan dari suara – suara penonton diperoleh rata – rata 14 dengan persentase 100% ini berarti dalam kategori baik. Faktor ketidakpercayaan terhadap diri sendiri diperoleh rata – rata 14,5 dengan

persentase 31% ini berarti tingkat kepercayaan diri atlet berada dalam kategori “cukup baik”. Faktor badan terasa kaku 17,67 dengan persentase 86,67% yang menunjukkan bahwa tidak semua atlet merasa tegang saat bertanding berada dalam kategori “sangat baik”. Perut terasa tegang 11,5 dengan persentase 50% menunjukkan bahwa sebagian atlet mengalami gangguan pada perut saat akan bertanding berada pada kategori “cukup baik”. Detak jantung berdetak kencang 17 dengan persentase 19% menunjukkan bahwa banyak atlet yang tidak dapat mengontrol detak jantung saat akan bertanding berada pada kategori “tidak baik”. Perubahan suhu badan 14 dengan persentase 38% menunjukkan bahwa banyak dari para atlet mengalami gangguan pada saat akan pertandingan pada perubahan suhu badan berada pada kategori “cukup baik”. Faktor badan terasa tidak nyaman 11 dengan persentase 22% banyak dari para atlet mengalami gangguan seperti badan merasa tidak nyaman pada saat akan bertanding berada pada kategori “tidak baik”.

Meskipun terdapat beberapa kendala mengenai tingkat kecemasan terhadap keterampilan bermain sepak bola sebelum bertanding pada atlet Ps Siak tetapi pembinaan baik secara fisik maupun mental masih tetap dilakukan secara rutin, serta para atlet sepak bola masih semangat untuk mengikuti program latihan dan pertandingan yang akan di hadapi.

Berdasarkan hasil penelitian .tingkat kecemasan terhadap keterampilan bermain sepak bola sebelum bertanding pada atlet sepak bola Ps Siak yang dilaksanakan dengan metode penyebaran kuesioner (angket) kepada 25 atlet sepak bola Ps Siak (responden) dinyatakan “Cukup Baik” hal ini dikarenakan hasil dari perhitungan responden yang menjawab sangat setuju berjumlah 36,14% ditambah dengan hasil perhitungan responden yang menjawab setuju berjumlah 8,74% yang hasil penjumlahannya 44,88% Cukup Baik

## **SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

### **Simpulan**

Dari hasil proses penelitian sampai dengan pengolahan data yang diawali dengan pengambilan data untuk melakukan uji coba instrument penelitian sebanyak 25 atlet club sepak bola Persemai Dumai menyatakan bahwa 27 butir pernyataan tersebut valid dan layak di sebar yang di nyatakan dengan  $r_{hitung} > r_{tabel}$  ( 0.396 )

serta uji reliabilitas dengan nilai Cronbach's Alpha 0.710. setelah itu peneliti menyebarkan kuesioner (angket) kepada 25 sampel yaitu Ps Siak menghasilkan data yang dijadikan patokan sebagai pembahsan hasil penelitian. Dari pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan terhadap keterampilan bermain sepak bola sebelum bertanding pada atlet sepak bola Ps Siak dikatakan "Cukup Baik" dengan persentase 44.88%.

### **Rekomendasi**

Berdasarkan kesimpulan diatas maka peneliti memberikan beberapa rekomendasi yang dapat disampaikan :

1. Bagi Mahasiswa /I FKIP Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Riau untuk dapat meneliti lebih dalam mengenai tingkat kecemasan terhadap keterampilan bermain sepak bola sebelum bertanding pada atlet sepak bola Ps Siak
2. Sebagai masukan penelitian selanjutnya bagi penulis dalam rangka pembagian ilmu dalam bidang kecemasan terhadap keterampilan bermain sepak bola.
3. Peneliti ingin memberikan informasi tentang seberapa penting mengatur emosional tingkat kecemasan terhadap keterampilan sebelum bertanding pada atlet sepak bola. Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian dapat ditambah dengan menggunakan metode lainnya seperti wawancara sehingga data yang dikumpulkan semakin akurat.
4. Sebagai referensi atau acuan untuk club sepak bola yang akan melakukan pertandingan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anira, , Damayanti, I., & Rahayu, N. I. (2017). Tingkat Kecemasan Atlet Sebelum, Pada Saat Istirahat dan Sesudah Pertandingan. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 2(2), 85. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v2i2.4948>
- Aulia, D., Wijaya, H. H., Setiawan, M. A., & Irawan, A. A. (2023). Analisis Teknik Dasar Sepakbola Pada Anak Usia Dini Di Sekolah Sepakbola (Ssb) Kabupaten Karawang. *Jurnal Sains Keolahragaan Dan Kesehatan*, 8(1), 76–89. <https://doi.org/10.5614/jskk.2023.8.1.6>
- Fabio, S., & Kartiko, D. C. (2022). Tingkat Aktivitas Fisik Mahasiswa Porgram Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi pada Masa Pandemi. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 10(1), 27–45. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/42154>
- fakultas kedokteran universitas lampung. (2011). *Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian Akhir Sekolah*. 11–40.
- Iln, L., & Lg, X. Q. S. (n.d.). 473781-None-C3080E75.
- Lubis, R. R., Putu, N., Wijayanti, N., & Hidayat, H. (n.d.). *Riyadhoh : Jurnal Pendidikan Olahraga Volume .... Nomor .....*, Tahun Tersedia Online : <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/riyadhohjurnal> HUBUNGAN EMOTIONAL QUOTIENT DENGAN COMPETITIVE ANXIETY PADA TIM FUTSAL ROMANITA FC KOTA DUMAI Dipublikasikan Oleh : UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin Nama Penulis Riyadhoh : Jurnal Pendidikan Olahraga Volume .... Nomor ....., Tahun Tersedia Online : <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/riyadhohjurnal> UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin. 1–7.
- Maulana, A., & Rusdiana, A. (2020). Perbedaan Tingkat Kecemasan Pemain Pra-Porda Kab Bandung Cabang Olahraga Sepak Bola. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 4(1), 29–34. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v4i1.10137>.
- Mukholil. (2018). KECEMASAN DALAM PROSES BELAJAR Mukholil \*). *Kecemasan Dalam Proses Belajar*, 8, 1–8.
- Putri, N. N. (2021). *Manajemen Asuhan Keperawatan Pada Ny. A Dengan Kecemasan Pada Penderita Diabetes Melitus*. <https://osf.io/dcysq/download>
- Ramadhan, A. S., & Syafii, I. (2022). Tingkat Kecemasan Pemain Sepakbola Persenga Nganjuk U17 Dalam Pertandingan. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(1), 36–41.
- Ravaie, Y. R. F. (2006). Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Menghadapi Pertandingan Olah Raga. *Dspace Universitas Islam Indonesia*. <https://dspace.uui.ac.id/123456789/25075>.
- Rahayu, S., Hombing, B., Juita, A., & Hidayat, H. (2020). *the Effectiveness of the*

*Learning Process From the Students of Sports and Health Education Students of University Pasir Pengaraian 2020 Mahasiswa Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian Angkatan 2020. 9, 1–12.*

- Ravaie, Y. R. F. (2014). *Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Pertandingan Olah Raga.*
- Reichenbach, A., Bringmann, A., Reader, E. E., Pournaras, C. J., Rungger-Brändle, E., Riva, C. E., Hardarson, S. H., Stefansson, E., Yard, W. N., Newman, E. A., & Holmes, D. (2019). No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析Title. *Progress in Retinal and Eye Research, 561(3), S2–S3.*
- Robinanto, E. S., Sukardi, S., & Riyoko, E. (2022). Tingkat Anxiety (Kecemasan) Sebelum Bertanding Pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Putra Palapa. *Jolma, 2(1), 1.* <https://doi.org/10.31851/jolma.v2i1.6870>