

**Anandre Forastero (5120030) *Mental Toughness* dan *Competitive Anxiety* pada Atlet Futsal. Skripsi. Sarjana Strata 1. Surabaya : Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.**

## **ABSTRAK**

*Competitive anxiety* atau kecemasan bertanding adalah hal yang sangat menakutkan bagi kehidupan atlet saat akan mengikuti pertandingan kompetisi. Hal ini disebabkan *competitive anxiety* yang dirasakan atlet dapat mempengaruhi performa atlet saat menjalani pertandingan. Dampak dari tingginya *competitive anxiety* atlet membuat atlet tidak dapat menampilkan performa terbaik, sehingga berujung kepada kekalahan. Salah satu faktor yang berperan dalam terbentuknya *competitive anxiety* atlet adalah faktor internal, yaitu faktor mental. Faktor mental atlet yang kuat dapat membuat atlet tetap tenang dalam situasi tertekan dan mengurangi rasa cemas yang dirasakan sebelum bertanding. Salah satu bentuk faktor mental yang mempengaruhi *competitive anxiety* atlet saat menghadapi pertandingan adalah *mental toughness*. Berangkat dari kaitan teori tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *mental toughness* dan *competitive anxiety* pada atlet futsal.

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah *non-probability sampling* dengan metode *purposive sampling* dan *accidental sampling*. Karakteristik khusus sampel penelitian ini adalah atlet futsal yang mengikuti kompetisi futsal kategori Sekolah Menengah Atas dan Universitas level se-Jawa Timur yang diadakan pada akhir bulan Oktober 2015 hingga awal bulan November 2015 yang diselenggarakan oleh salah satu SMA dan Universitas Negeri di Surabaya. Jumlah sampel penelitian yang digunakan sebanyak 106 atlet futsal yang mengikuti kompetisi futsal kategori Sekolah Menengah Atas dan Universitas level se-Jawa Timur yang diadakan pada akhir bulan Oktober 2015 hingga awal bulan November 2015 yang diselenggarakan oleh salah satu SMA dan Universitas Negeri di Surabaya. Data penelitian dianalisis dengan menggunakan bantuan program *IBM SPSS for windows 20.0*.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya korelasi negatif antara *mental toughness* dan *competitive anxiety* ( $r=-0,353$ ,  $p=0,000$ ). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *mental toughness* atlet maka semakin rendah *competitive anxiety* yang dirasakan atlet saat menghadapi pertandingan. Aspek *mental toughness* yang memiliki sumbangan efektif paling dominan adalah *self confidence* ( $R\ square=0,858$ ). Berdasarkan hasil tabulasi silang tidak ditemukan adanya hubungan antara *competitive anxiety* dengan usia, maupun dengan pengalaman bertanding ( $p > 0,05$ ).

**Kata kunci:** Atlet futsal, *competitive anxiety*, *mental toughness*