

**PENGARUH COKELAT DAN MOTIVASI PELATIH TERHADAP
KECEMASAN ATLET SEPAKBOLA PADA FRIENDLY GAME SSB
PUTRA DAKOTA U13**

SKRIPSI



**ABIDY HARNANDITYA MASHURI
NIM 185900148**

**UNIVERSITAS PGRI ADIBUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PRODI PENDIDIKAN JASMANI
2022**

**PENGARUH COKELAT DAN MOTIVASI PELATIH TERHADAP
KECEMASAN ATLET SEPAKBOLA PADA FRIENDLY GAME SSB
PUTRA DAKOTA U13**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Pedagogik dan Psikologi
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya untuk memenuhi sebagian
Persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
pada Program Studi Pendidikan Jasmani

**ABIDY HARNANDITYA MASHURI
NIM 185900148**

**UNIVERSITAS PGRI ADIBUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGIK DAN PSIKOLOGI
PRODI PENDIDIKAN JASMANI
2022**

HALAMAN PERSETUJUAN

Proposal skripsi oleh : ABIDY HARNANDITYA MASHURI
NIM : 185900148
Judul : PENGARUH COKELAT DAN MOTIVASI
PELATIH TERHADAP KECEMASAN
ATLET SEPAK BOLA PADA FRIENDLY
GAME SSB PUTRA DAKOTA U13

Proposal skripsi ini telah disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diajukan dalam ujian seminar proposal skripsi.

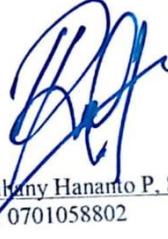
Surabaya, 11 Januari 2022

Mengetahui,
Ketua Program Studi
Pendidikan Jurnani



Acmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0724097301

Dosen Pembimbing

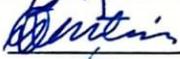


Ramadhany Hananto P., S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0701058802

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Abidy Harnanditya Mahuri dengan judul Pengaruh Cokelat dan Motivasi Pelatih Terhadap Kecemasan Atlet Sepak Bola Pada Friendly Game SSB Putra Dakota U13
Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 20 Januari 2022

Dewan penguji:

- | | | |
|---------------------------------------|---------|---|
| 1. Ramadhany Hananto P, S.Pd., M.Pd. | Ketua |  |
| 2. Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes. | Anggota |  |
| 3. Dr. Drs. Abd. Cholid, S.Pd., M.Pd. | Anggota |  |

Mengesahkan,
Dekan FPP,


Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes.
NIDN. 0009026702

Mengetahui,
Ketua Program Studi
Pendidikan Jasmani


Achmad Nufyadi, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 6724097304

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Abidy Harnanditya Mashuri
NIM : 185900148
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Fakultas : Pendidikan Dan Psikologi

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia dibatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat .

Surabaya 11, Januari 2022
Yang membuat pernyataan



Abidy Harnanditya Mashuri
185900148

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Pengaruh Cokelat dan Motivasi Pelatih Terhadap Kecemasan Atlet Sepak Bola Pada Friendly Game SSB Putra Dakota U13”

Dalam proses penyusunan ini, saya banyak mendapatkan dukungan, bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Dan saya menyadari tanpa bantuan dan bimbingan Bapak atau Ibu, saya tidak dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik. Untuk itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada yang terhormat:

- a) Dr M Subandowo, M.S, Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
- b) Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes Dekan Fakultas Pedagogi dan Psikologi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
- c) Achmad Nuryandi, S.Pd., MPd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Pedagogi dan Psikologi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
- d) Ramadhany Hananto P, S.Pd., M.Pd., selaku dosen pembimbing skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Pandagogik dan Psikologi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
- e) Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes. selaku dosen penguji Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Pedagogi dan Psikologi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
- f) Dr. Abd. Cholid, M.Pd. selaku dosen penguji Pogram Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Pedagogi dan Psikologi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
- g) Kedua orang tua tercinta yang selalu memberikan dukungan dan semangat.
- h) Sdr M. Sulthon selaku pelatih SSB Putra Dakota
- i) Bapak/Ibu Dosen Pendidikan Jasmani atas bekal ilmu yang diberikan selama di perkuliahan.
- j) Seluruh keluarga besar dan teman-teman yang telah memberikan semangat dan mendo’akan saya sehingga penyusunan skripsi ini terselesaikan tepat waktu.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan atau jauh dari kesempurnaan, hal ini disebabkan karena keterbatasan pengetahuan dan kemampuan yang kita miliki.

Oleh karena itu, besar harapan penulis untuk memberikan saran dan kritik yang bersifat membangun dari pembaca untuk menuju yang lebih baik dan lebih sempurna. Akhir kata semoga skripsi ini bermanfaat khususnya bagi penulis serta bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan menjadi referensi bagi penelitian sejenis yang selanjutnya.

Surabaya 11, Januari 2022

Abidy Harnanditya Mashuri
185900148

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah	3
C. Rumusan Masalah	4
D. Asumsi Penelitian.....	4
E. Tujuan Penelitian.....	4
F. Manfaat Penelitian.....	5
G. Batasan Istilah	5

BAB II LANDASAN TEORI

A. Kajian Pustaka.....	8
B. Penelitian Terdahulu yang Relevan	20
C. Kerangka Konseptual	21

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian	24
B. Data dan Sumber Data.....	24
C. Metode Pengumpulan Data	25
D. Teknik Analisis Data	26
E. Keabsahan Data	27
F. Jadwal Penelitian	29

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	30
B. Pembahasan	36
BAB V PENUTUP	
A. Simpulan	38
B. Saran	38
DAFTAR PUSTAKA	39
LAMPIRAN	42

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4. 1 Reliability Statistics	30
Tabel 4. 2 Coefficients ^a	31
Tabel 4. 3 Coefficients ^a	32

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Cokelat (olahan biji kakao).....	7
Gambar 2. 2 Senyawa Theobromine.....	8
Gambar 2. 3 Senyawa Phenylethylamine.....	9
Gambar 2. 4 Senyawa Kafein.....	10
Gambar 2. 5 Senyawa Flavanol.....	11
Gambar 2. 6 Senyawa Triptofan.....	11

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1	44
Lampiran 2	45
Lampiran 3	46
Lampiran 4	47
Lampiran 5	48
Lampiran 6	51
Lampiran 7	56
Lampiran 8	59