

## ABSTRAK

Mashuri, Abidy Harnanditya. 2021. *Pengaruh Cokelat dan Motivasi Pelatih Terhadap Kecemasan Atlet Sepak Bola Pada Friendly Game SSB Putra Dakota U13*. Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani. Fakultas Pedagogi dan Psikologi Universitas PGRI Adibuana Surabaya Pembimbing: Ramadhany Hananto P, S.Pd., M.Pd.

Kata kunci : Pengaruh, Cokelat, Motivasi, Kecemasan.

Penelitian ini difokuskan untuk menelaah lebih dalam mengenai pengaruh cokelat dan motivasi pelatih terhadap psikologis atlet sepak bola SSB Putra Dakota U13.

Penelitian ini menggunakan pendekatan *mix method research*. Penelitian ini menggunakan strategi metode campuran sekuensial/bertahap (*sequential mixed method*) terutama strategi eksplanatoris sekuensial. Dalam penelitian ini tahap pertama yang dilakukan peneliti adalah mengumpulkan dan menganalisis data kuantitatif dalam menjawab rumusan masalah pertama dan ketiga yakni apakah terdapat pengaruh signifikan yang diberikan cokelat terhadap kecemasan atlet sepakbola saat akan bertanding dan apakah terdapat keunggulan antara variabel cokelat dan motivasi pelatih dalam menangani kecemasan atlet sepak bola saat akan bertanding. Pada tahap kedua peneliti mengumpulkan dan menganalisis data kualitatif untuk mnejawab rumusan masalah yang kedua yaitu Apakah pemberian motivasi oleh pelatih dapat mengurangi gangguan kecemasan atlet sepakbola saat bertanding.

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat peningkatan yang signifikan terhadap pengendalian kecemasan atlet saat bertanding di SSB Putra Dakota. Motivasi memiliki pengaruh sebesar 1,43% dalam pengendalian kecemasan atlet, sedangkan cokelat memiliki pengaruh sebesar 4,7% dalam pengendalian kecemasan atlet. Hasil ini menunjukkan bahwa cokelat lebih unggul dalam hal pengendalian kecemasan.

## ABSTRACT

Mashuri, Abidy Harnanditya. 2021. The Effect of Chocolate and Coach Motivation on Football Athletes' Anxiety in the Friendly Game of SSB Putra Dakota U13. Physical Education Study Program Thesis. Faculty of Pedagogy and Psychology, Universitas PGRI Adibuana Surabaya Supervisor: Ramadhany Hananto P, S.Pd., M.Pd.

Keywords: Influence, Chocolate, Motivation, Anxiety.

This study is focused on examining more deeply the effect of chocolate and coach motivation on the psychology of SSB Putra Dakota U13 soccer athletes.

This research uses a mix method research approach. This study uses a sequential mixed methods strategy, specifically a sequential explanatory strategy. In this study, the first stage the researchers did was to collect and analyze quantitative data in answering the first and third problem formulations, namely whether there is a significant effect given by chocolate on the anxiety of soccer athletes when they are about to compete and whether there is an advantage between the chocolate variable and the coach's motivation in competing. overcome athlete anxiety. football during the game. In the second stage the researchers collected and analyzed qualitative data to answer the second problem formulation, namely whether the provision of motivation by the coach can reduce anxiety disorders of soccer athletes when competing.

The results of this study indicate that there is a significant increase in the control of athletes' anxiety when competing in SSB Putra Dakota. Motivation has an effect of 1.43% in controlling athlete's anxiety, while chocolate has an influence of 4.7% in controlling athlete's anxiety. These results indicate that chocolate is superior in terms of anxiety control.