MULTILATERAL: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga
Vol. 22 No. 4 (2023) *Special Issue National Conference*, pp. 262-271
Available Online: https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/multilateralpjkr

Tingkat kecemasan sebelum pertandingan pada atlet taekwondo

Pre-match anxiety level in taekwondo athletes

Wafiq Zakiah Rismawati Al-Habsy[1], Yos Wandik[2] Miftah Fariz Prima Putra[3], Friska Sari Gracia Sinaga[4], Saharuddin Ita[5], Tri Setyo Guntoro[6], I Putu Eka Wijaya Putra[7]
[1,2,3,4,5,6,7] Universitas Cenderawasih, Jayapura, Indonesia
Email: zakiahwafiq9@gmail.com[1], yoswandik21@gmail.com[2], mifpputra@gmail.com[3], sarifriska.sinaga28@gmail.com[4], saharuddinita@yahoo.com[5], tsguntoro09@gmail.com[6]

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan sebelum pertandingan pada atlet taekwondo racata. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif. Subjek penelitian adalah atlet taekwondo racata yang berjumlah 25 atlet dengan usia 17-20 tahun. Teknik pengambilan sampel adalah total sampling yang berarti mengambil seluruh subjek penelitian. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah angket yang diadaptasi dari *The Revised Competitive State Anxiety Inventory-2*. Alat ukur ini berisi tujuh belas item yang mengukur tiga dimensi, yaitu kecemasan kompetetif, somatik, dan kepercayaan diri dengan empat alternatif pilihan seperti tidak sesuai hingga sangat sesuai. Analisis data menggunakan tiga kategori tingkat kecemasan sebelum pertandingan yaitu, tinggi, sedang dan rendah. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 10 atlet (40%) memiliki tingkat kecemasan tinggi sebelum pertandingan, 9 atlet (36%) memiliki tingkat kecemasan rendah, dan sebanyak 6 atlet (24%) masuk kategori sedang.

Kata kunci: tingkat kecemasan; atlet taekwondo; psikis atlet

This study aims to determine the level of anxiety before the match in Racata taekwondo athletes. This type of research uses quantitative descriptive research. The research subjects were taekwondo Racata athletes totaling 25 athletes aged 17-20 years. The sampling technique is total sampling which means taking all research subjects. The instrument used to collect data is a questionnaire adapted from The Revised Competitive State Anxiety Inventory-2. This instrument contains seventeen items that measure three dimensions, namely competitive anxiety, somatic, and self-confidence with four choices such as not suitable to very suitable. Data analysis uses three categories of pre-match anxiety levels, namely, high, medium, and low. The results showed that 10 athletes (40%) had a high level of anxiety before the match, 9 athletes (36%) had a low level of anxiety, and as many as 6 athletes (24%) were in the medium category.

***Key words**: anxiety level; taekwondo athlete; psychological athlete*

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Diterima : 22 Mei 2023
Disetujui : 07 Juni 2023
Tersedia secara *Online* Juli 2023
Doi: http://dx.doi.org/10.20527/multilateral.v22i4.16471

Alamat Korespondesi:

Wafiq Zakiah Rismawati Al-Habsy
Ilmu Keolahragaan, Universitas Cenderawasih, Jayapura, Indonesia
Email: zakiahwafiq9@gmail.com

PENDAHULUAN

Taekwondo adalah suatu dari sekian banyak olahraga khususnya beladiri yang cukup lama berkembang di Indonesia. Taekwondo di Indonesia mempunyai banyak penggemar, dapat di buktikan dengan munculnya berbagai macam organisasi taekwondo dari berbagai macam aliran yang diikuti oleh pendirinya masing-masing. Menurut Merriam Webster taekwondo adalah seni bela diri

Copyright © 2023, Jurnal Multilateral, ISSN: 1412-3428 (print), ISSN: 2549-1415 (online)
Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

Korea tanpa menggunakan senjata yang dicirikan terutama oleh penggunaan tendangan yang ekstensif.

Untuk mencapai prestasi yang maksimal seorang atlet membutuhkan beberapa kesiapan yaitu fisik, teknik, dan taktik, selain itu diperlukan kesiapan mental (Putra et al., 2023). Fisik merupakan segala sesuatu yang berkaitan dengan tubuh seperti stamina, fleksibilitas, kekuatan, dan koordinasi (Gunarsa, 2008). Teknik merupakan gerakan-gerakan yang digunakan dalam taekwondo. Taktik merupakan strategi yang digunakan pada saat bertanding untuk mencapai kemenangan secara sportif. Menurut Kartono & Gulo (dalam Komarudin, 2015) mental itu biasanya menyinggung masalah pikiran, akal atau ingatan, penyesuaian organisme terhadap lingkungan dan secara khusus menunjuk pada penyesuaian yang mencakup fungsi-fungsi simbol yang disadari oleh individu dan mental juga dapat merupakan pembentukan kepribadian atlet taekwondo dalam menghadapi sebuah pertandingan maupun saat menghadapi lawan. Aspek mental merupakan aspek psikologis atlet yang menjadi dasar utuk meraih prestasi.

Kecemasan adalah suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dan ketidakmampuan menghadapi masalah atau adanya rasa aman. Perasaan yang tidak menyenangkan ini umumnya menimbulkan gejala-gejala fisiologis (seperti gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat, dan lain-lain) dan gejala-gejala psikologis seperti: panik, tegang, bingung, tak dapat berkonsetrasi, dan sebagainya (Amir, 2012). Oleh karena itu, dimensi kecemasan atlet diyakini sebagai faktor penting dan menentukan hasil suatu pertandingan (Putra et al., 2021; Mangolo et al., 2021; Putra & Guntoro, 2022; Putra, 2022).

Faktor munculnya kecemasan yang dialami oleh atlet bermacam-macam, seperti permasalahan yang ditimbulkan dari faktor eksternal, misalnya, adanya lawan, wasit, penonton, dan lingkungan. Adapun permasalahan yang timbul karena faktor internal yaitu permasalahan yang timbul dari dalam atlet itu sendiri, misalnya, permasalahan emosi, motivasi, intelegensi, kecemasan yang tinggi, stress yang berlebihan. Semua permasalahan itu tentu akan berpengaruh terhadap performa atlet dan prestasi yang didapat atlet.

Dari hasil wawancara peneliti pada Pelatih/Master dan beberapa atlet club Racata disimpulkan bahwa permasalahan yang sering dialami atlet saat menghadapi pertandingan adalah munculnya rasa cemas dan cenderung takut sehingga atlet tidak dapat menampilkan performa terbaik yang dimiliki. Sungguhpun demikian, data terkait dengan bagaimana kecemasan atlet sebelum pertandingan belum pernah diteliti. Oleh sebab itu, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kecemasan sebelum pertandingan pada atlet taekwondo racata.

Copyright © 2023, Jurnal Multilateral, ISSN: 1412-3428 (print), ISSN: 2549-1415 (online)

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif (Putra & Guntoro, 2016). Subjek penelitian adalah atlet taekwondo Racata berjumlah 25 atlet dengan rincian 10 atlet kelas Poomsae dan 15 atlet kelas Kyorugi. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kecemasan kompetitif adalah *The Revised Competitive State Anxiety Inventory-2* (CSAI-2R; Cox dkk., 2003). CSAI-2R sudah diuji dan diadaptasi bahasa oleh Putra dan Guntoro (2022), sehingga CSAI-2R versi Indonesia ini lah yang digunakan untuk mengungkap kecemasan atlet sebelum pertandingan CSAI-2R berisi 17 item pernyataan yang mengukur tiga dimensi dari variabel kecemasan kompetitif. Ketiga dimensi tersebut terdiri dari 5 item gejala kecemasan kognitif (2, 5, 8, 11, 14), 7 item gejala kecemasan somatik (1, 4, 6, 9, 12, 15, 17), dan 5 item kepercayaan diri (3, 7, 10, 13, 16). Alternatif pilihan jawaban ada empat, yaitu tidak pernah, kadang-kadang, sering, dan sangat sering. Dalam menjawab skala, subjek diminta untuk menyatakan kesesuaiannya atau ketidak sesuaiannya terhadap isi pernyataan. Untuk pernyataan favorable penilaian bergerak dari angka 4 sampai 1, sedangkan unfavorable diskor sebaliknya.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan 3 penggolongan untuk mengetahui kriteria tingkat kecemasan sebelum pertandingan pada atlet taekwondo racata, yaitu kategori tinggi, sedang, dan rendah. Peneliti memberikan 3 batasan tersebut karena peneliti ingin mengetahui lebih cermat mengenai penggolongan-penggolongan variabel dalam penelitian ini dengan menggunakan standar pembagian kategori seperti tabel di bawah ini (Azwar, 2012):

Tabel 1. Pengkategorian Tingkat Kecemasan

No	Interval Skor	Kategori
1	$X > Mean_{hipotetik} + 1{,}5\ SD_{hipotetik}$	Tinggi
2	$(Mean_{hipotetik} - 1{,}5\ SD_{hipotetik}) \leq X \leq (Mean_{hipotetik} + 1{,}5\ SD_{hipotetik})$	Sedang
3	$X < Mean_{hipotetik} - 1{,}5\ SD_{hipotetik}$	Rendah

Keterangan:
X : Skor yang diperoleh
Mhipotetik : Meanhipotetik (Rata-rata)
SDhipotetik : Standar Deviasihipotetik

Data dianalisis secara deskriptif dengan persentase. Data yang telah didapat selanjutnya data akan dianalisis menggunakan persentase dengan rumusan sebagai berikut (Putra, 2021; Putra, 2023):

$P = F/ N \times 100\%$

Copyright © 2023, Jurnal Multilateral, ISSN: 1412-3428 (print), ISSN: 2549-1415 (online)

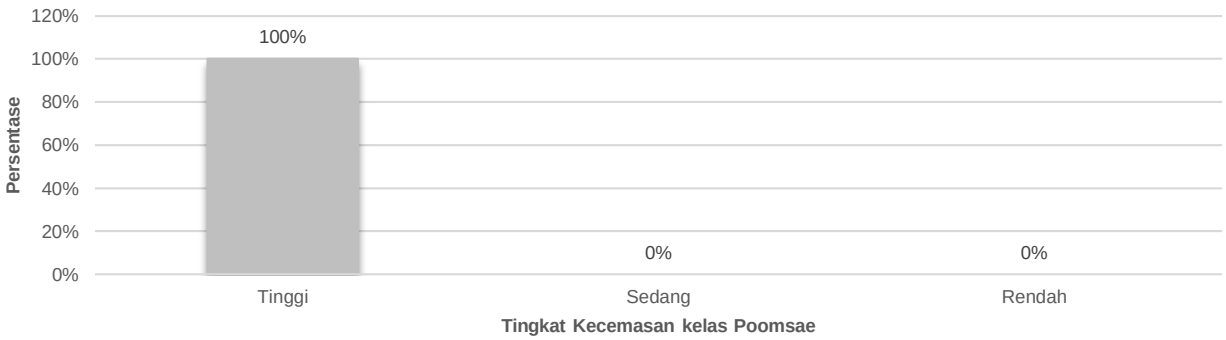
Keterangan:
P = Presentasi yang dicari
F = Frekuensi / jumlah setiap opsien
N = Number of cases (jumlah individu)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Data tingkat kecemasan pada atlet taekwondo racata dalam kelas poomsae

Data yang diambil oleh peneliti pada saat sebelum pertandingan dalam kelas poomsae berjumlah 10 atlet. Setelah mendapatkan hasil interval dan mengkategorikannya, peneliti membuat diagram dalam bentuk diagram batang dimana akan memudahkan untuk mengetahui jumlah serta persentase pada data kelas poomsae. Berikut diagram batang pada kelas poomsae:



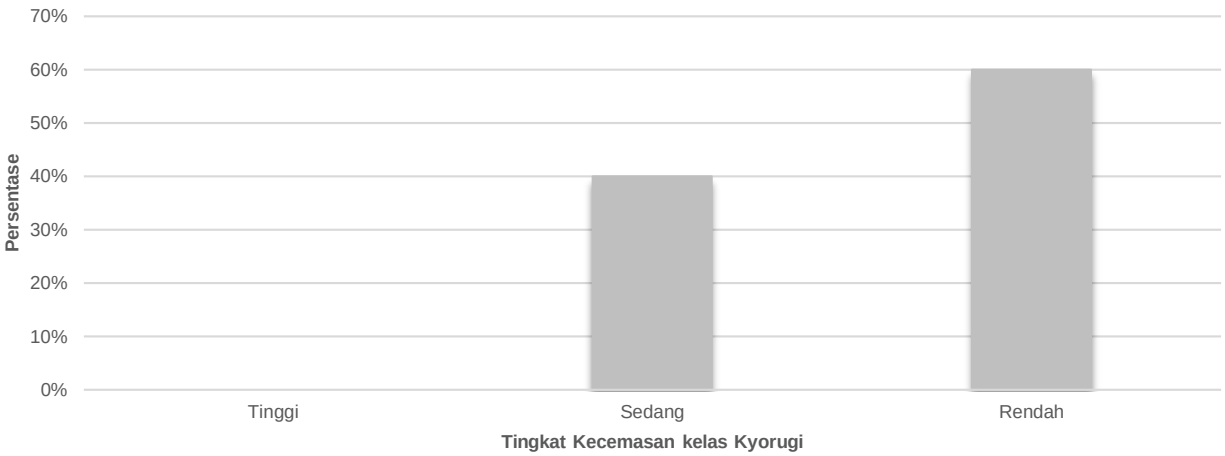
Gambar 1. Diagram batang tingkat kecemasan atlet taekwondo racata dalam kelas poomsae.

Dari gambar 1 di atas dapat diketahui hasil analisis pengkategorisasian yang diperoleh atlet taekwondo racata dalam kelas poomsae mempunyai tingkat kecemasan dalam kategori rendah 0/tidak ada atlet dengan persentase 0%, kategori sedang 0/tidak ada atlet dengan persentase 0% dan dalam kategori tinggi adalah 10 atlet dalam persentase 100%.

Data tingkat kecemasan pada atlet taekwondo racata dalam kelas kyorugi

Data yang diambil oleh peneliti pada saat sebelum pertandingan dalam kelas kyorugi berjumlah 15 orang. Setelah mendapatkan hasil interval dan mengkategorikannya, peneliti membuat diagram dalam bentuk diagram batang dimana akan memudahkan untuk mengetahui jumlah serta persentase pada data kelas poomsae. Berikut diagram batang pada kelas kyorugi:

Copyright © 2023, Jurnal Multilateral, ISSN: 1412-3428 (print), ISSN: 2549-1415 (online)



Gambar 2. Diagram batang tingkat kecemasan atlet taekwondo racata dalam kelas kyorugi

Dari gambar 2 di atas dapat diketahui hasil analisis pengkategorisasian yang diperoleh atlet taekwondo racata dalam kelas kyorugi mempunyai tingkat kecemasan dalam kategori rendah 9 atlet dengan persentase 60%, kategori sedang 6 atlet dengan persentase 40% dan dalam kategori tinggi adalah 0/tidak ada dalam persentase 0%.

Hasil keseluruhan atlet Racata

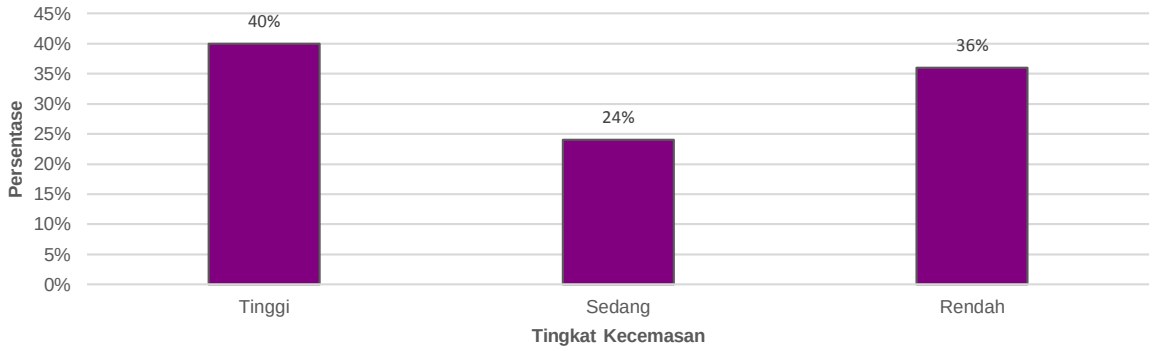
Setalah peneliti menganalisi berdasarkan kelas maka kami melanjutkan mengananalisis secara keseluruhan. Hasil penelitian tingkat kecemasan sebelum pertandingan pada atlet taekwondo racata secara keseluruhan dapat dilihat pada analisis tabel 2 di bawah ini:

Tabel 2. Deskripsi hasil analisis tingkat kecemasan atlet taekwondo racata

Interval	Kategori	Jumlah	Persentase
X > 38	Tinggi	10	40%
37 ≤ X ≤ 38	Sedang	6	24%
X < 37	Rendah	9	36%

Tampak bahwa secara keseluruhan tingkat kecemasan atlet racata tidak berbeda jauh antara yang tingkat kecemasan tinggi dengan rendah. Gambar 3 menunjukan perbedaan setiap kategori tingkat kecemasan 25 atlet taekwondo racata yang diambil sebelum pertandingan.

Copyright © 2023, Jurnal Multilateral, ISSN: 1412-3428 (print), ISSN: 2549-1415 (online)



Gambar 3. Diagram batang tingkat kecemasan atlet taekwondo racata

Dari tabel 2 dan gambar 3 di atas dapat diketahui skor keseluruhan tingkat kecemasan atlet taekwondo racata sebelum pertandingan memiliki tingkat kecemasan tinggi sebanyak 10 atlet dengan persentase sebesar 40%, tingkat kecemasan sedang sebanyak 6 atlet dengan persentase 24%, dan pada tingkat kecemasan kategori rendah sebanyak 9 atlet dengan persentase 36%.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan atlet kelas poomsae taekwondo racata masuk dalam kategori tinggi dengan persentase 100% (10 atlet). Atlet dalam kelas ini lebih didominasi perempuan yaitu berjumlah 9 atlet, sedangkan atlet laki-laki hanya 1 atlet dengan usia rata-rata 18 tahun sampai 20 tahun.

Berbeda dengan hasil di atas, pada kelas kyorugi, hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas masuk dalam kategori rendah dengan persentase 60% (9 atlet) serta dalam kategori sedang persentase 40% (6 atlet). Dalam kelas ini, atlet laki-laki lebih mendominasi, yaitu berjumlah 11 atlet, sedangkan atlet perempuan berjumlah 4 atlet dengan usia 17 tahun sampai 20 tahun.

Secara keseluruhan tampak hasil penelitian menunjukkan bahwa atlet yang memiliki tingkat kecemasan kategori tinggi berjumlah 10 atlet dengan persentase sebesar 40%, tingkat kecemasan sedang sebanyak 6 atlet dengan persentase 24%, dan pada tingkat kecemasan kategori rendah sebanyak 9 atlet dengan persentase 36%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa antara tingkat kecemasan tinggi dan rendah relatif berimbang.

Sisi yang lain, beberapa literatur menunjukkan bahwa tingkat kecemasan yang baik berada pada level sedang, yaitu bukan tinggi ataupun rendah (Putra et al., 2021; Mangolo et al., 2021; Putra & Guntoro, 2022; Putra, 2022). Tingginya kecemasan atlet taekwondo yang menjadi sampel penelitian sebelum

Copyright © 2023, Jurnal Multilateral, ISSN: 1412-3428 (print), ISSN: 2549-1415 (online)

pertandingan mengindikasikan kecemasan yang dialami oleh atlet belum terkontrol dengan baik. Menurut Sutoro et al., (2020) Untuk mengontrol kecemasan atlet, beberapa teknik yang dapat dilakukan antara lain (1) memahami bahwa kecemasan sebagai suatu yang alamiah. Perlu disadari bahwa perasaan cemas merupakan suatu yang wajar dialami oleh olahragawan menjelang pertandingan. Jika atlet merasa memiliki kecemasan berlebihan, maka ingatkan diri untuk "tenang", (2) relaksasi dan rileks. Atlet tidak mungkin mengalami tegang, cemas dan rileks secara bersamaan. Ketika mengalami kecemasan maka buatlah otot-otot menjadi kendur, denyut nadi teratur/rendah dengan cara mengkonsumsi oksigen maksimum. Misalnya, melakukan pernafasan yang dalam dan menahan 3-4 detik kemudian dikeluarkan pelan-pelan, (3) motode instruksi diri. Metode tersebut efektif membantu anda lebih rileks. Caranya dengan memberikan instruksi kepada diri sendiri untuk tetap tenang! rileks! santai! (4) memahami kejadian terburuk yang mungkin bisa terjadi. Dengan memahami masalah yang mungkin akan terjadi dan dihadapi maka atlet dapat mempersiapkan diri secara mental kondisinya sehingga ketika hal tersebut terjadi atlet dapat menghadapinya dan tidak mengalami kecemasan yang berarti (Gunarsa, 2008; Maksum et al., 2011). Selain itu, melakukan pelatihan mental (Sutoro et al., 2023; Putra et al., 2023) kami yakini dapat menjadi alternatif solusi yang efektif agar tingkat kecemasan atlet dapat terkontrol dengan baik.

Sungguhpun studi ini telah mengungkap aspek kecemasan atlet sebelum pertandingan, namun terdapat beberapa keterbatasan dalam studi ini. Pertama, subjek penelitian yang dilibatkan dalam studi ini jumlahnya tidak banyak. Kedua, analisis yang dilakukan hanya terbatas pada analisis deskriptif. Ketiga, variabel yang diungkap dalam studi hanya dimensi kecemasan. Berdasarkan keterbatasan tersebut, kami memberikan rekomendasi untuk penelitian di masa mendatang hendaknya dalam melibatkan lebiha banyak subjek penelitian dan menggunakan analisis inferensial dalam menganalisis data penelitian. Selain itu, peneliti juga dapat menambah variabel penelitian, misal, variabel motivasi (M. F. P. Putra, 2020), kebahagiaan (Wandik et al., 2021), jiwa kepemimpinan (Putra, et al., 2021), lokus kendali (Putra, 2017a), dan menggunakan pendekatan campuran (Putra, 2017b; Putra, 2017c). Mempertimbangkan beragam variabel menjadi penting agar performa dan prestasi atlet menjadi lebih baik (Putra, 2021).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan di atas maka studi ini menyimpulkan bahwa sebanyak 10 atlet (40%) memiliki tingkat kecemasan tinggi sebelum pertandingan, 9 atlet (36%) memiliki tingkat kecemasan rendah, dan sebanyak

Copyright © 2023, Jurnal Multilateral, ISSN: 1412-3428 (print), ISSN: 2549-1415 (online)

6 atlet (24%) masuk kategori sedang. Atlet racata kelas poomsea tampak rata-rata tingkat kecemasannya lebih tinggi dibanding atlet dalam kelas kyorugi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan banyak terima kasih pada atlet dan pelatih taekwondo yang berkenan membantu dan bekerja sama dalam studi ini. Selain itu, penulis juga mengucapkan banyak terima kasih pada tim editor jurnal Multilateral yang sudah membantu memperbaiki tampilan artikel tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

Amir, N. (2012). Pengembangan Alat Ukur Kecemasan Olahraga. Jurnal Penelitian Dan Evaluasi Pendidikan, 16(1), 116–137. https://doi.org/10.21831/pep.v16i1.1120

Azwar, S. (2012). Sikap manusia: teori dan pengukurannya. Pustaka Pelajar.

Gunarsa, S. D. (2008). Psikologi olahraga prestasi. PT. BPK Gunung Mulia.

Guntoro, T., & Putra, M. (2016). Pelatihan Olahraga Petanque Berbasis Sekolah Dan Perguruan Tinggi.

Komarudin. (2015). Psikologi olahraga: latihan keterampilan mental dalam olahraga kompetitif. Rosda.

Mangolo, E. M., Guntoro, T. S., Kurdi, & Putra, M. F. P. (2021). The differences in Papuan elite athletes in the anxiety perspective. Journal Sport Area, 6(3), 296–303. https://doi.org/10.25299/sportarea.2021.vol6(3).6569

Putra, M. F. P. (2017b). Mixed Methods: Pengantar dalam penelitian olahraga. Jurnal Sportif: Jurnal Penelitian Pembelajaran, 3(1), 11–28. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v3i1.682

Putra, M. F. P. (2020). Bagaimana Motivasi Olahraga Mahasiswa di Papua? Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan, 5(1), 51–60. https://doi.org/10.17509/jtikor.v5i1.24415

Putra, M. F. P. (2021). Analisis statistika: Aplikasi dalam penelitian olahraga. CV Wineka Media.

Putra, M. F. P. (2022). Kecemasan Atlet Papua: Gambaran dan Perbedaan pada Tiga Cabang Olahraga Papua. Jurnal Olahraga Papua, 4(1), 1–13. https://doi.org/10.31957/jop.v1i1.1236

Putra, M. F. P. (2023). Aplikasi analisis inferensial dengan Program SPSS. PT Media Publikasi Kita.

Copyright © 2023, Jurnal Multilateral, ISSN: 1412-3428 (print), ISSN: 2549-1415 (online)

Putra, M. F. P. (2017c). Mengkombinasikan metode: suatu alternatif penelitian dalam ilmu keolahragaan. Seminar Nasional Olahraga LPTK VIII Mewujudkan Insan Olahraga Yang Inovatif & Berkarakter Dalam Pencapaian Prestasi Olahraga Di Asia, 554–562.

Putra, M. F. P., & Guntoro, T. S. (2022). Competitive State Anxiety Inventory – 2R (CSAI-2R): Adapting and Validating Its Indonesian Version. International Journal of Human Movement and Sports Sciences, 10(3), 396–403. https://doi.org/10.13189/saj.2022.100305

Putra, M. F. P., Sutoro, & Sinaga, E. (2023). Mental atlet: Konstruk, pengukuran, dan arah penelitian ke depan. MULTILATERAL: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga, 22(1), 63–79. https://doi.org/10.20527/multilateral.v22i1.14785

Putra, M. F. P, & Guntoro, T. S. (2016). Metodologi penelitian dalam pendidikan dan olahraga. CV Pustaka Ilalang.

Putra, M. F. P, Guntoro, T. S., Wandik, Y., Ita, S., Sinaga, E., Hidayat, R. R., Sinaga, E., Muhammad, J., Sinaga, F. S. G., Kmurawak, R. M. B., & Rahayu, A. S. (2021). Psychometric properties at Indonesian version of the Sport Anxiety Scale-2: Testing on elite athletes of Papua, Indonesian. International Journal of Human Movement and Sports Sciences, 9(6), 1477–1485. https://doi.org/10.13189/saj.2021.090645

Putra, M.F.P. (2017a). Gaya Belajar, Motivasi Berprestasi, Locus of Control Dan Academic Self-Concept Mahasiswa Fik Uncen. Journal of Sport Science and Education, 1(1), 1–7. https://doi.org/10.26740/jossae.v1n1.p1-7

Putra, M.F.P, Nasruddin, Hasan, B., & Syam, M. . (2021). Jiwa Kepemimpinan dan Tanggung Jawab Mahasiswa Olahraga. Journal of Sport Coaching and Physical Education, 6(2), 87–94. https://doi.org/10.15294/jscpe.v6i2.50449

Putra, Miftah F. P. (2021). Bagaimana prestasi Indonesia pada SEA Games, Asian Games, serta Olimpiade? Refleksi peringatan Hari Olahraga Nasional ke-38. Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI), 1(1), 108–129. https://doi.org/10.54284/jopi.v1i1.8

Sutoro, Guntoro, T. S., & Putra, M. F. P. (2023). Development and validation mental training model: Mental Toughness Training Circle (MTTC). F1000Reserach, 12(169), 1–36. https://doi.org/10.12688/f1000research.129010.1

Sutoro, S., Guntoro, T. S., & Putra, M. F. P. (2020). Mental atlet Papua: Bagaimana karakteristik psikologis atlet atletik? Jurnal Keolahragaan, 8(1), 63–76. https://doi.org/10.21831/jk.v8i1.30312

Copyright © 2023, Jurnal Multilateral, ISSN: 1412-3428 (print), ISSN: 2549-1415 (online)

Wandik, Y., Guntoro, T. S., & Putra, M. F. (2021). Training Center in the Midst of the COVID-19 Pandemic: What is the Indonesian Papuan Elite Athletes ' Happiness Like? American Journal of Humanities and Social Sciences Research, 5(10), 103–109.

Copyright © 2023, Jurnal Multilateral, ISSN: 1412-3428 (print), ISSN: 2549-1415 (online)