

Analisis Tingkat Competitive Anxiety Atlet Panahan Jawa Barat Kategori Individu dan Beregu

**Arumdani Puspanjali¹, Komarudin Komarudin², Mochamad Yamin Saputra³,
Gerald Novian^{4*}, Siti Nursaba⁵**

^{1,2,3,4,5} Universitas Pendidikan Indonesia, Jawa Barat, Indonesia

Jl. Dr. Setiabudhi No. 229, Isola, Kec. Sukasari, Kota Bandung, Jawa Barat 40154

Email : geraldi.novian@upi.edu

ABSTRAK

Atlet sering kali mengalami competitive anxiety yang dapat memengaruhi performanya baik dalam kategori individu maupun beregu. Oleh karena itu, pada cabang olahraga panahan yang menuntut kestabilan emosi tinggi, pengukuran tingkat competitive anxiety sangat diperlukan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat competitive anxiety atlet panahan Jawa Barat kategori individu dan beregu. Dalam penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif dengan sampel 15 atlet panahan Jawa Barat. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner Competitive State Anxiety Inventory-2 Revision (CSAI-2R). Setelah data diperoleh, analisis data dilakukan dengan menggunakan uji korelasi SPSS Versi 29. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat competitive anxiety atlet panahan kategori individu dan beregu memiliki perbedaan yang signifikan. Hal ini ditunjukkan dengan nilai rata-rata tingkat competitive anxiety atlet panahan kategori individu yang lebih tinggi dibandingkan dengan kategori beregu. Penelitian ini menyimpulkan bahwa perbedaan kategori bermain memengaruhi tingkat competitive anxiety pada atlet panahan Jawa Barat. Oleh karena itu penulis menyarankan kepada pelatih untuk lebih memerhatikan program latihan, jangan hanya perlu berfokus pada aspek teknik, tetapi juga harus mencakup latihan mental seperti teknik relaksasi, visualisasi, pengendalian pernapasan, serta peningkatan kepercayaan diri.

Kata kunci: Atlet Panahan, Competitive Anxiety, Kategori Beregu, Kategori Individu

ABSTRACT

Athletes often experience competitive anxiety, which can affect their performance in both individual and team events. Therefore, in archery—a sport that demands a high degree of emotional stability—measuring levels of competitive anxiety is essential. This study aims to analyze the levels of competitive anxiety among West Java archery athletes in both individual and team categories. This study employs a descriptive, quantitative approach, using a sample of 15 West Java archery athletes. The instrument used in this study is the Competitive State Anxiety Inventory-2 Revision (CSAI-2R) questionnaire. After the data were collected, data analysis was performed using SPSS Version 29 to conduct the correlation test. The results of the study indicate a significant difference in competitive anxiety levels between individual and team-category archery athletes. This is demonstrated by the higher average level of competitive anxiety among individual-category archery athletes compared with team-category athletes. This study concludes that differences in competition categories influence the level of competitive anxiety among West Java archery athletes. Therefore, the author recommends that coaches pay closer attention to training programs; they should not only focus on technical aspects but

also incorporate mental training such as relaxation techniques, visualization, breath control, and confidence-building exercises.

Keywords: *Achery Athlete; competitive anxiety; team-category; individual-category*

PENDAHULUAN

Olahraga prestasi tidak hanya menuntut kemampuan fisik dan teknik, tetapi juga kesiapan mental (Lailin et al., 2026; Saint-martin et al., 2020). Salah satu aspek psikologis yang memiliki peran penting dalam performa atlet adalah competitive anxiety atau kecemasan saat menghadapi pertandingan (Palazzolo, 2019; Putri et al., 2023). Kecemasan yang muncul sebelum maupun selama kompetisi dapat memengaruhi konsentrasi, kepercayaan diri, serta pengambilan keputusan atlet di lapangan (Arifah et al., 2025; Conde-ripoll et al., 2024). Tingkat competitive anxiety yang terlalu tinggi juga dapat menyebabkan ketegangan berlebih, sedangkan tingkat yang terlalu rendah dapat menurunkan kesiapan bertanding. Dalam konteks olahraga panahan, yang menuntut tingkat fokus dan ketenangan tinggi, kondisi psikologis atlet menjadi salah satu faktor penentu keberhasilan dalam mencapai performa terbaik (Arifah et al., 2025; Salleh et al., 2020).

Panahan merupakan cabang olahraga yang menekankan akurasi, konsistensi, serta kontrol emosi karena setiap kesalahan kecil yang dipengaruhi oleh kondisi mental dapat berdampak langsung terhadap hasil tembakan (Palekar et al., 2023). Oleh karena itu, atlet panahan dituntut untuk mampu mengelola kecemasan agar tetap stabil sehingga pemahaman mengenai tingkat kecemasan atlet menjadi penting sebagai dasar dalam pembinaan mental olahraga. Dalam olahraga panahan, terdapat kategori pertandingan individu dan beregu yang memiliki karakteristik yang berbeda (Jacobs & Park, 2017). Pada kategori individu, tanggung jawab terhadap hasil sepenuhnya berada pada diri atlet, sehingga tekanan yang dirasakan bersifat personal. Sementara itu, pada kategori beregu tanggung jawab tidak hanya terletak pada individu, tetapi juga pada tim secara keseluruhan, sehingga muncul dinamika tekanan yang berbeda, baik dari diri sendiri maupun dari harapan terhadap tim (Filiz & Demirhan, 2019; Gusriansyah et al., 2025). Perbedaan karakteristik ini memungkinkan adanya variasi tingkat competitive anxiety yang dialami atlet.

Berdasarkan studi sebelumnya Awfiyah et al., (2025) mengungkapkan bahwa tingkat competitive anxiety sangat dipengaruhi secara signifikan oleh jenis olahraga serta faktor gender. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa atlet perempuan dan atlet cabang

individu cenderung memiliki tingkat competitive anxiety yang lebih tinggi. Sejalan dengan itu, penelitian mengenai competitive anxiety juga telah banyak dilakukan dalam konteks olahraga, terutama dalam kategori olahraga pada atlet perguruan tinggi (Pasang et al., 2025). Beberapa penelitian juga mengkaji variable psikologis yang berkaitan dengan competitive anxiety, seperti studi yang dilakukan oleh Saputra & Jannah (2025), mengungkapkan bahwa adanya pengaruh self-confidence terhadap tingkat competitive anxiety pada pemain esport. Sementara itu, studi yang dilakukan Permadi & Nurwianti (2018), mengungkap bahwa peran kesadaran penuh (mindfulness) dan keterampilan pemecahan masalah merupakan faktor yang memengaruhi competitive anxiety pada atlet di Indonesia. Hal ini juga sejalan dengan studi yang dilakukan Kemarat et al., (2022) yang mengungkapkan bahwa karakteristik kepribadian yang berkaitan dengan competitive anxiety pada atlet cabang olahraga individu dan tim. Namun demikian, penelitian yang secara spesifik mengkaji tingkat kecemasan kompetitif pada cabang olahraga panahan dengan mempertimbangkan perbedaan kategori pertandingan masih sangat terbatas dan belum banyak dieksplorasi.

Minimnya studi yang secara spesifik membahas kecemasan kompetitif pada cabang olahraga panahan menunjukkan adanya keterbatasan dalam literatur yang ada saat ini. Karakteristik panahan yang menuntut konsentrasi tinggi, ketenangan, dan presisi dalam setiap tembakan berpotensi menimbulkan tekanan psikologis yang berbeda dibandingkan cabang olahraga lainnya (Kaur et al., 2024; Yachsie et al., 2021). Selain itu, perbedaan tuntutan antara kategori individu dan beregu juga dapat memengaruhi tingkat kecemasan yang dialami atlet. Namun, hingga kini belum banyak penelitian yang meneliti perbedaan tersebut secara spesifik. Oleh karena itu, masih terdapat kesenjangan penelitian dalam meneliti secara spesifik tingkat kecemasan kompetitif pada atlet panahan, khususnya dengan mempertimbangkan perbedaan kategori pertandingan individu dan beregu.

Padahal, pemahaman mengenai kondisi psikologis atlet dalam situasi yang berbeda sangat penting untuk mendukung peningkatan performa. Pemahaman ini dapat menjadi dasar untuk pelatih merancang program latihan mental yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan atlet. Selain itu, informasi mengenai tingkat competitive anxiety juga dapat membantu pelatih dalam menentukan strategi pendampingan yang tepat selama latihan maupun pertandingan. Dalam cabang olahraga panahan, pengelolaan kecemasan menjadi sangat penting karena berkaitan langsung dengan

konsentrasi dan berpengaruh kepada akurasi tembakan. Berdasarkan hal tersebut, diperlukan suatu penelitian yang bertujuan untuk menganalisis tingkat competitive anxiety pada atlet panahan dalam kategori individu dan beregu. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai kondisi kecemasan atlet serta menjadi dasar dalam upaya pengembangan program latihan mental yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan dalam situasi kompetitif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Metode ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk menggambarkan dan menganalisis tingkat competitive anxiety pada atlet panahan Jawa Barat, khususnya pada kategori individu dan beregu, tanpa memberikan perlakuan tertentu kepada subjek. Pendekatan kuantitatif digunakan agar data yang dihasilkan dapat diukur, diolah, dan disajikan dalam bentuk angka sehingga memberikan gambaran yang jelas mengenai kondisi tingkat kecemasan atlet.

Desain penelitian yang digunakan adalah desain deskriptif kuantitatif. Desain ini digunakan untuk menganalisis dan menggambarkan tingkat competitive anxiety atlet panahan Jawa Barat pada kategori individu dan beregu berdasarkan data yang diperoleh melalui kuesioner Instrumen pada penelitian ini menggunakan kuisisioner Competitive State Anxiety Inventory-2 Revision (CSAI-2R) Martens, Vealey, and Burton (1990), untuk mengukur competitive anxiety. Instrumen pengukuran CSAI-2R terdiri dari 17 item yang terbagi menjadi tiga subskala, yaitu kecemasan formatik (misalnya, saya merasa tegang di perut), kecemasan kognitif (misalnya, saya khawatir akan kalah), dan kepercayaan diri (misalnya, saya yakin akan mampu tampil dengan baik (Fariz et al., 2022).

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 15 atlet panahan asal Jawa Barat. Penentuan subjek dilakukan berdasarkan sejumlah kriteria yang ditetapkan sebelumnya, yaitu: (1) pernah mengikuti perlombaan minimal tingkat provinsi, (2) memiliki pengalaman bertanding pada kategori individu maupun beregu hingga babak eliminasi, serta (3) berstatus sebagai atlet aktif pada saat penelitian berlangsung. Penetapan kriteria ini bertujuan untuk memastikan bahwa subjek penelitian memiliki latar belakang pengalaman kompetitif yang setara dan memadai, sehingga data yang diperoleh dapat mencerminkan kondisi psikologis atlet dalam situasi pertandingan yang sesungguhnya. Populasi atlet Jawa Barat yang memenuhi seluruh kriteria tersebut berjumlah terbatas, sehingga 15 subjek yang terlibat dalam penelitian ini telah

mempresentasikan proporsi yang signifikan dari total populasi yang tersedia. Adapun teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, yakni pemilihan sampel berdasarkan pertimbangan kriteria yang relevan dengan tujuan penelitian (Tajik et al., 2024).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Uji Deskripsi

Variabel	Kategori	Rata-rata	Standar Deviasi	Min	Maks	jumlah
Cognitive Anxiety	Individu	11,6	3,40	5	18	174
Cognitive Anxiety	Beregu	11,2	4,0	5	19	168
Somatic Anxiety	Individu	13,5	3,48	9	20	203
Somatic Anxiety	Beregu	11,5	3,81	7	20	172
Self-Confidence	Individu	14,13	3,20	9	20	212
Self-Confidence	Beregu	14,7	3,03	10	20	221
Total Anxiety	Individu	39,3	4,77	32	48	589
Total Anxiety	Beregu	37,4	5,83	30	50	561

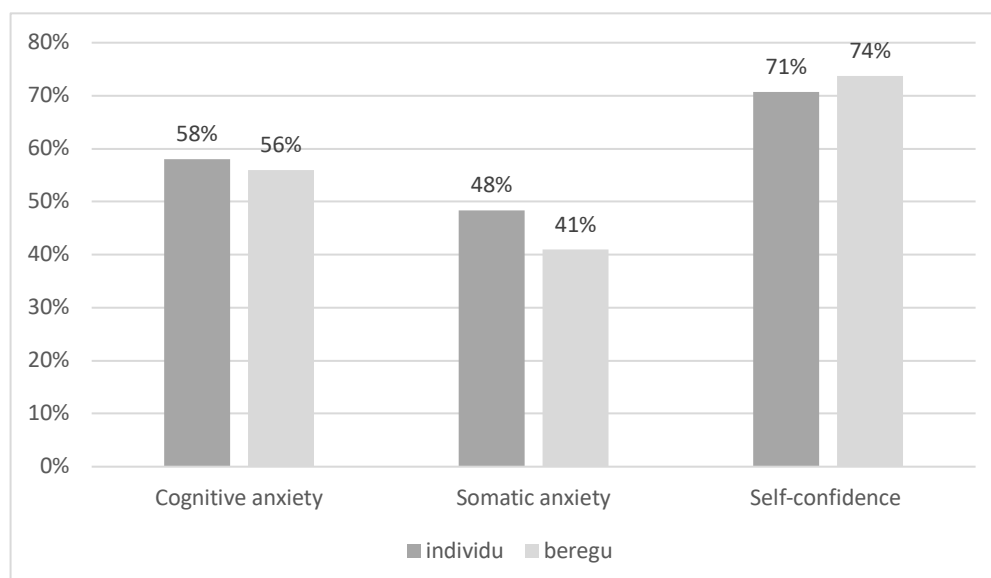
Berdasarkan Tabel 1. Uji Deskriptif, dapat dilihat pada variabel cognitive anxiety, kategori individu memiliki nilai rata-rata sebesar 11,6 dengan standar deviasi 3,40, sedikit lebih tinggi dibandingkan kategori beregu sebesar 11,2 dengan standar deviasi 4,0, hal yang sama terlihat pada variabel somatic anxiety, kategori individu menunjukkan nilai rata-rata yang lebih tinggi yaitu 13,5 dengan standar deviasi 3,48 dibandingkan dengan kategori beregu sebesar 11,5 dengan standar deviasi 3,81. Sementara itu pada variabel self confidence, kategori beregu memiliki rata-rata yang lebih tinggi yaitu 14,7 (Standar dev. 3,03) dibandingkan individu sebesar 14,13 (Standar dev. 3,20).

Secara keseluruhan, pada variabel total competitive anxiety, kategori individu memiliki nilai rata-rata 39,9 (Standar dev. 4,77) lebih tinggi dibandingkan kategori beregu sebesar 34,7 (Standar dev. 5,83), yang menunjukkan bahwa tingkat competitive anxiety cenderung lebih tinggi pada kategori individu, dengan variasi data yang lebih besar pada kategori beregu.

Tabel 2. Uji Normalitas

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
Individu Cognitive Anxiety	0,947	15	0,476
Individu Somatic Anxiety	0,916	15	0,169
Individu Self-Confidence	0,970	15	0,856
Total_Individu	0,926	15	0,241
Beregu Cognitive Anxiety	0,925	15	0,230
Beregu Somatic Anxiety	0,956	15	0,619
Beregu Self-Confidence	0,936	15	0,338
Total_Kelompok	0,885	15	0,057

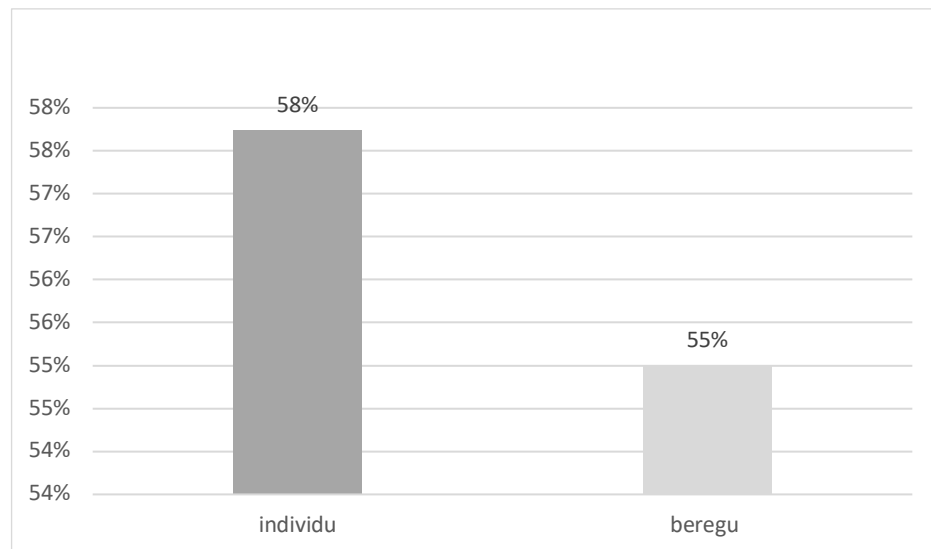
Berdasarkan Tabel 2. Uji Normalitas menggunakan Shapiro-Wilk test, seluruh variabel baik pada kategori individu maupun beregu menunjukkan nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Pada kategori individu, nilai signifikansi untuk cognitive anxiety sebesar 0,476, somatic anxiety sebesar 0,169, self confidence sebesar 0,856, dan total sebesar 0,241. Sementara pada kategori beregu, nilai signifikansi cognitive anxiety sebesar 0,230, somatic anxiety sebesar 0,619, self confidence sebesar 0,338, dan total sebesar 0,057. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa seluruh data berdistribusi normal.



Gambar 1. Persentase Hasil Tingkat Competitive Anxiety Atlet Panahan Jawa Barat Kategori Individu dan Beregu Berdasarkan Indikator

Berdasarkan Gambar 1, presentase tingkat competitive anxiety atlet panahan Jawa Barat menunjukkan bahwa pada indikator cognitive anxiety, kategori individu memiliki

presentase yang lebih tinggi yaitu sebesar 58% dibandingkan dengan kategori beregu sebesar 56%. Pada indikator somatic anxiety, kategori individu juga memiliki presentase lebih tinggi yaitu 48% dibandingkan kategori beregu sebesar 41%. Namun, pada indikator self-confidence, kategori beregu justru memiliki presentase lebih tinggi yaitu 74% dibandingkan kategori individu sebesar 71%. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan (cognitive dan somatic) cenderung lebih tinggi pada kategori individu, sementara kepercayaan diri lebih tinggi pada kategori beregu.



Gambar 2. Persentase Hasil Tingkat Competitive Anxiety Atlet Panahan Jawa Barat Kategori Individu dan Beregu

Berdasarkan Gambar 2, presentase tingkat competitive anxiety atlet panahan Jawa Barat menunjukkan bahwa kategori individu memiliki nilai sebesar 58%, sedangkan kategori beregu memiliki nilai 55%. Sehingga ini menunjukkan bahwa tingkat competitive anxiety pada kategori individu lebih tinggi dibandingkan dengan kategori beregu. Temuan ini mengindikasikan bahwa tekanan yang dirasakan atlet dalam kategori individu sedikit lebih besar dibandingkan saat berada dalam kategori beregu.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat competitive anxiety atlet panahan Jawa Barat sedikit lebih tinggi pada kategori individu dibandingkan beregu. Hal ini terlihat dari nilai rata-rata pada kategori individu yang lebih besar dibandingkan beregu. Temuan ini mengindikasikan bahwa tekanan psikologis yang dialami atlet dalam pertandingan individu lebih dominan karena seluruh tanggung jawab performa berada pada diri atlet itu sendiri, tanpa adanya distribusi tanggung jawab kepada anggota tim. Sedangkan tekanan psikologis yang dialami atlet kategori beregu lebih rendah karena

tanggung jawab terdistribusi kepada anggota tim. Maka dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perbedaan kategori pertandingan berpengaruh terhadap tingkat competitive anxiety.

Secara teoritis, competitive anxiety merupakan respons emosional yang muncul akibat persepsi terhadap tekanan kompetisi yang dapat memengaruhi konsentrasi, kontrol gerakan, dan performa atlet (Listiana et al., 2024). Hal ini sejalan dengan studi sebelumnya yang mengungkapkan bahwa seorang atlet yang merasa harga dirinya terancam dan menganggap pertandingan sebagai sesuatu yang berbahaya sehingga berujung pada kekalahan, hal ini juga dikenal sebagai competitive anxiety (Sofyan et al., 2024). Khususnya pada cabang olahraga panahan yang seringkali menuntut presisi dan kestabilan emosi sehingga hal ini menjadi salah satu faktor penentu dalam peningkatan performa atlet (Taha et al., 2018; Yachsie et al., 2021). Kondisi ini menjelaskan mengapa kecemasan pada kategori individu cenderung lebih tinggi, karena atlet menghadapi tekanan performa secara mandiri, tanpa adanya dukungan langsung dari rekan atau tim saat berlomba (Nixdorf et al., 2016; Rocha & Osorio, 2018). Oleh karena itu, pengelolaan kecemasan yang efektif menjadi penting dalam memaksimalkan performa atlet, khususnya dalam kategori individu.

Di sisi lain pada kategori beregu, meskipun atlet tetap mengalami tekanan, tetapi tekanan tersebut tidak sebesar pada kategori individu dikarenakan adanya kerja sama tim dan dukungan sosial dari rekan satu tim yang dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan (Algani et al., 2018; Pluhar et al., 2019). Namun, variasi nilai yang lebih besar pada kategori beregu menunjukkan bahwa tidak semua atlet merespons tekanan tim dengan cara yang sama. Hal ini terlihat pada uji deskriptif, dimana nilai standar deviasi kategori beregu (5,83) lebih tinggi dibandingkan kategori individu (4,77), yang mengindikasikan penyebaran data yang beragam. Sehingga ada beberapa atlet yang merasa terbantu, sementara yang lain justru mengalami tekanan tambahan karena adanya tanggung jawab bersama terhadap keberhasilan tim. Dengan demikian, dinamika psikologis dalam kategori beregu cenderung lebih kompleks karena melibatkan interaksi antarindividu dalam tim.

Jika dibandingkan dengan studi sebelumnya dalam psikologi olahraga hasil ini sejalan dengan studi yang dilakukan Kemarat et al., (2022) mengungkapkan bahwa jenis olahraga dan jenis kelamin merupakan faktor penting yang memengaruhi kepribadian dan competitive anxiety. Hal ini juga sejalan dengan studi yang dilakukan Awfiyah et al.,

(2025) mengungkapkan bahwa baik jenis kelamin maupun jenis olahraga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kecemasan kompetitif, yang memiliki implikasi bagi optimalisasi performa dan strategi dukungan bagi atlet. Pada tingkat anxiety atlet sangat berpengaruh dan berdampak pada performa atlet khususnya pada cabang olahraga panahan baik dari kategori individu maupun beregu. Hal ini juga sejalan dengan studi yang dilakukan Rizqullah et al., (2025) mengungkapkan bahwa terdapat perbedaan tingkat anxiety yang signifikan antara atlet silat yang bermain kategori sparing dengan atlet silat yang bermain kategori seni. Meskipun berada pada cabang olahraga berbeda, namun penelitian tersebut masih berada pada rumpun penelitian yang sama yaitu membahas terkait tingkat anxiety atlet.

Hasil penelitian ini memiliki implikasi penting bagi pelatih dan pembina olahraga panahan, dimana program latihan tidak hanya perlu berfokus pada aspek teknik, tetapi juga harus mencakup latihan mental seperti teknik relaksasi, visualisasi, pengendalian pernapasan, serta peningkatan kepercayaan diri (Candra et al., 2025; Lindsay et al., 2023). Pendekatan ini penting untuk membantu atlet mengelola kecemasan secara optimal, sehingga dapat meningkatkan konsistensi performa dalam berbagai situasi pertandingan. Meskipun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu jumlah sampel yang relatif terbatas dan hanya berfokus pada satu wilayah Jawa Barat. Keterbatasan juga terdapat pada bias ingatan atlet dikarenakan atlet yang mengisi kuesioner sedang dalam fase transisi dan minimnya pertandingan panahan yang dilaksanakan. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan sampel yang lebih luas serta mempertimbangkan fase atlet untuk menjadi sampel penelitian guna memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai competitive anxiety pada atlet panahan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa tingkat competitive anxiety atlet panahan Jawa Barat pada kategori individu cenderung lebih tinggi dibandingkan kategori beregu. Hal ini ditunjukkan oleh nilai rata-rata kategori individu yang lebih besar daripada beregu, yang mengindikasikan bahwa tekanan psikologis dalam pertandingan individu lebih dominan karena tanggung jawab performa sepenuhnya berada pada atlet tanpa adanya dukungan langsung dari rekan tim. Sementara itu, pada kategori beregu, tingkat kecemasan relatif lebih rendah karena adanya kerja sama dan dukungan antar anggota tim, meskipun variasi respons

kecemasan antar atlet lebih beragam. Temuan ini menegaskan bahwa faktor kategori perlombaan berpengaruh terhadap tingkat competitive anxiety atlet.

DAFTAR PUSTAKA

- Algani, panji W., Yuniardi, M. S., & Masturah, A. N. (2018). Mental Toughness dan Competitive Anxiety pada Atlet Bola Voli. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 06(01), 93–101. <https://doi.org/10.22219/jipt.v6i1.5433>
- Arifah, N., Komaruddin, Saputra, M. Y., & Novian, G. (2025). Kepercayaan Diri Dan Kecemasan Atlet Pencak Silat Pada Fase Persiapan. *Riyadhoh : Jurnal Pendidikan Olahraga*, 8(April 2024), 25–31. <https://doi.org/10.31602/rjpo.v8i1.18881>
- Awfiyah, N., Ariffin, K., Anuar, N., & Athirah, N. (2025). *Comparative Analysis of Athlete Anxiety and Performance between Individual and Team Sports in Malaysia*. 15(2), 759–766. <https://doi.org/10.6007/IJARBS/v15-i2/23505>
- Conde-ripoll, R., Escudero-tena, A., & Bustamante-sánchez, Á. (2024). *Pre and post-competitive anxiety and self-confidence and their relationship with technical-tactical performance in high-level men's padel players*. June, 1–10. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1393980>
- Fariz, M., Putra, P., & Guntoro, T. S. (2022). *Competitive State Anxiety Inventory – 2R (CSAI-2R) : Adapting and Validating Its Indonesian Version*. 10(3), 396–403. <https://doi.org/10.13189/saj.2022.100305>
- Filiz, B., & Demirhan, G. (2019). *Use of Personal and Social Responsibility Model in Bringing Responsibility Behaviors: Sample of TVF Sports High School*. 44(199), 391–414. <https://doi.org/10.15390/EB.2019.7238>
- Gusriansyah, Sulastio, A., & Wedi. (2025). Perbandingan Tingkat Kecemasan Dan Kepercayaan Diri Atlet Riau Pada Cabang Olahraga Individu Dan Tim Sebelum Bertanding Dalam Event Porwil 2023. *Jumper: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 5(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.55081/jumper.v5i3.3344>
- Jacobs, D. B., & Park, J. L. (2017). *Winning the team event at major international archery competitions*. <https://doi.org/10.1177/1754337117719777>
- Kaur, N., Kumar, S., & Yadav, S. B. (2024). Harnessing Technology to Enhance Skill Development in Archery: The Role of Calmness and Psychological Control. *International Journal of Science, Architecture, Technology, and Environment*, 01(09). https://ijsate.com/wp-content/uploads/2025/04/V1I9P3_IJSATE0425B-.pdf
- Kemarat, S., Theanthong, A., Yeemin, W., & Suwankan, S. (2022). *Personality characteristics and competitive anxiety in individual and team athletes*. 1–9. <https://doi.org/https://doi.org/10.1371/journal.pone.0262486>
- Lailin, M. I., Hayau, A., Dewi, R. Z., & Sutrisno, E. (2026). Pengembangan Model Bantuan Teknis, Fisik, dan Mental untuk Atlet Pencak Silat di Sekolah Menengah Atas Daerah. *Servitia : Journal of Community Service and Engagement*, 1(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.65310/bt2ddz43>
- Listiana, Y. D., Dimala, C. P., & Pertiwi, A. (2024). Pengaruh Mental Toughness Terhadap Competitive Anxiety Pada Atlet Indonesia. *Personifikasi : Jurnal Ilmu Psikologi*, 15, 79–92. <https://doi.org/10.21107/personifikasi.v15i1.25963>
- Martens, R., Vealey, R. S., & Burton, D. (1990). *Competitive anxiety in sport*.
- Nixdorf, I., Frank, R., & Beckmann, J. (2016). Comparison of Athletes ' Proneness to Depressive Symptoms in Individual and Team Sports : Research on Psychological Mediators in Junior Elite Athletes. *Frontiers in Psychology*, 7(June), 1–8.
- Palazzolo, J. (2019). Anxiety and performance. *L'Encephale*, 8–11.

- <https://doi.org/10.1016/j.encep.2019.07.008>
- Palekar, T. J., Dadhich, S., Deodhar, A., Palekar, P. J., & Basu, S. (2023). *Effect of psychological stability on shooting performance in state level archers: A physiotherapist perspective*. 15(June), 39–46.
<https://doi.org/10.36848/PMR/2022/99100.510245>
- Pasang, S., Komarudin, K., Saputra, M. Y., & Novian, G. (2025). Competitive anxiety , fear of failure , and decision-making styles in university athletes. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 14(1), 99–109.
<https://doi.org/https://doi.org/10.55379/altius.v14i1.182>
- Permadi, D., & Nurwianti, F. (2018). *Mindfulness and Coping Skills as Predictors of Competitive Anxiety Amongst Athletes in Indonesia*. 33(4), 231–240.
<https://doi.org/https://doi.org/10.24123/aipj.v33i4.1796> 0215-0158
- Pluhar, E., Mccracken, C., Griffith, K. L., Christino, M. A., Sugimoto, D., & Iii, W. P. M. (2019). *Team Sport Athletes May Be Less Likely To Suffer Anxiety or Depression than Individual Sport Athletes*. August, 490–496.
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6683619/>
- Putri, T. A., Wira, D., & Kusuma, Y. (2023). Pengaruh Anxiety terhadap Performa Atlet Karate Tahun 2022. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 4, 206–212.
<https://doi.org/10.15294/inapes.v4i0.61509>
- Rizqullah, F., Komarudin, K., Saputra, M. Y., & Novian, G. (2025). *Anxiety of Pencak Silat Athletes : A Comparative Study between Sparring and Art Athletes at the Training to Compete Stage of LTAD*. 5(2), 268–276.
<https://doi.org/https://doi.org/10.52188/ijpess.v5i2.1209>
- Rocha, V. V. S., & Osorio, F. D. L. (2018). *Associations between competitive anxiety , athlete characteristics and sport context : evidence from a systematic review and meta-analysis*. 55. <https://doi.org/10.1590/0101-60830000000160>
- Saint-martin, A., Samira, V., Martin, J., Montse, C., & Mental, M. C. (2020). *Mental preparation of olympic and paralympic swimmers : performance-related cognitions and emotions, and the techniques used to manage them*. 20, 3569–3578.
<https://doi.org/10.7752/jpes.2020.06481>
- Salleh, F. N., Hasyim, H. A., & Oleksandr, K. (2020). *Determination of psychological correlates of peak performance in developmental archers*. 20(1), 344–347.
<https://doi.org/10.7752/jpes.2020.s1048>
- Saputra, A. F. H., & Jannah, M. (2025). Dampak Self-Confidence Terhadap Competitive Anxiety Pada Pemain Esport. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Volume*, 9, 74–84. <https://doi.org/10.31539/ehkg7w76>
- Sofyan, W. R. komarudin, Saputra, M. Y., & No-, G. (2024). Self-Confidence Against Competitive Anxiety of Diving Athletes in the Training Phase. *Journal of Physical Education , Health and Sport*, 11(1), 24–29.
- Taha, Z., Musa, R. M., Abdullah, M. R., Maliki, A. B. H. M., Kosni, N. A., Adnan, A., & Juahir, H. (2018). Supervised Pattern Recognition Of Archers' Relative Psychological Coping Sskills as a Component For a Better Archery Performance. *Journal of Fundamental and Applied Sciences*. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.4314/jfas.v10i1s.33>
- Tajik, O., Golzar, J., & Noor, S. (2024). Purposive Sampling. *International Journal of Education & Language Studies*, 2(2), 1–9.
- Yachsie, B. T. P. W. B., Suhasto, S., Arianto, A. C., & Kurniawan, I. L. A. (2021). Keterkaitan konsentrasi dengan akurasi panahan. *Multilateral : Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 20(2), 119. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v20i2.10556>