

**TINGKAT KECEMASAN DAN MOTIVASI BERLATIH
ATLET BADMINTON PB KHIAR SPORT PADANG
DI MASA *NEW* NORMAL**

SKRIPSI

*Diajukan kepada tim penguji skripsi jurusan kesehatan dan rekreasi sebagai
salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana Olahraga*



**Oleh :
RAJU KURNIA PUTRA
NIM : 16089224**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2021**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

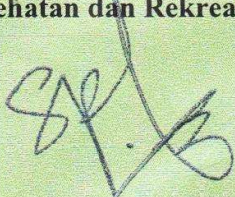
Judul : Tingkat Kecemasan Dan Motivasi Berlatih Atlet
Badminton PB. Khair Sport Padang di Masa New Normal

Nama : Raju Kurnia Putra
Nim/BP : 16089224/2016
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Departemen : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, Juni 2022

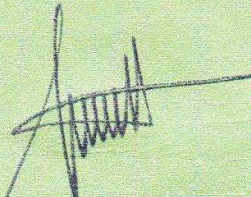
Disetujui Oleh:

**Kepala Departemen
Kesehatan dan Rekreasi**



Dr. M. Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd
NIP. 19790704 200901 2 004

Pembimbing



Dr. Anton Komaini, S.Si, M.Pd
NIP. 19860712 201012 1 008

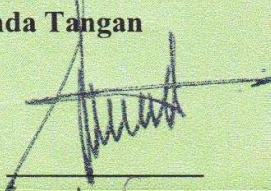
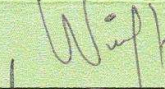
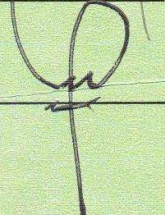
PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Raju Kurnia Putra
NIM : 16089224/2016

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Skripsi Program Studi Ilmu Keolahragaan
Departemen Kesehatan dan Rekreasi
Universitas Negeri Padang
dengan judul

Tingkat Kecemasan Dan Motivasi Berlatih Atlet Badminton PB. Khair Sport
Padang di Masa New Normal

Padang, Juni 2022

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Dr. Anton Komaini, S.Si, M.Pd	1. 
2. Anggota : Windo Wiria Dinata, S.Pd, M.Pd	2. 
3. Anggota : Andri Gemaini, S.Si, M.Pd	3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “**Tingkat Kecemasan dan Motivasi Berlatih Atlet Badminton PB Khair Sport Padang di Masa New Normal**” adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing dan kontributor.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Juni 2022

Yang membuat pernyataan



Raju Kurnia Putra
NIM. 16089224

ABSTRAK

Raju Kurnia Putra. 2021. Tingkat Kecemasan dan Motivasi Berlatih Atlet Badminton PB Khisar Sport Padang di Masa New Normal

Berdasarkan fenomena dan keadaan yang dialami oleh atlet badminton PB Khisar Sport Padang saat ini dimasa new normal pandemi covid-19 sangat mempengaruhi proses dari latihan atlet badminton PB Khisar Sport Padang, banyak faktor yang mempengaruhi proses latihan Atlet badminton PB Khisar Sport Padang diantaranya adalah tingkat kecemasan dan motivasi berlatih. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kecemasan dan motivasi berlatih atlet badminton PB Khisar Sport Padang di Masa New Normal Pandemi Covid-19.

Jenis penelitian adalah *descriptive kuantitatif*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet badminton PB Khisar Sport Padang yang berjumlah sebanyak 14 orang. Sampel diambil dengan teknik *total sampling*, dengan demikian jumlah sampel adalah sebanyak 14 orang. Instrument dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan angket motivasi dan kuesioner kecemasan HARS. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis statistic deskriptif persentatif.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa motivasi berlatih atlet badminton PB Khisar Sport Padang saat ini dimasa new normal pandemi covid-19 diperoleh tingkat capaian sebesar 90,06%, berada klasifikasi “Sangat Baik”. dan untuk tingkat kecemasan atlet PB Khisar Sport Padang saat ini dimasa new normal pandemi covid-19 dengan skor capaian <14 maka persentase tingkat kecemasan atlet badminton PB Khisar Sport Padang saat ini dimasa new normal mencapai 100% atlet tidak mengalami kecemasan

Kata Kunci: Tingkat Kecemasan dan Motivasi Berlatih

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Tingkat Kecemasan dan Motivasi Berlatih Atlet badminton PB Khier Sport Padang di Masa New Normal”.

Penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas-tugas dalam memperoleh Gelar Sarjana Olahraga di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Bapak Prof. Drs. H. Ganefri, M.Pd., Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang
2. Bapak Prof. Dr. Alnedral, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Dr. Muhammad Sazeli Rifki, S.Si. M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

4. Bapak Dr. Anton Komaini,S.Si.,M.Pd selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan dorongan, semangat, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
5. Bapak Windo Wiria Dinata,S.Pd.,M.Pd dan Bapak Andri Gemaini,S.Si.,M.Pd selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan, saran, motivasi, sumbangan pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti baik dalam penulisan maupun dalam menguji skripsi ini.
6. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis mengikuti perkuliahan.
7. Pelatih PB Khier Sport Kota Padang yang telah bersedia memberikan izin kepada peneliti untuk pengambilan data penelitian
8. Kedua orang tua yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Teman-teman mahasiswa Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bantuan moril pada penulis.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini.

Akhir kata penulis do'akan semoga Allah SWT memberikan imbalan yang setimpal dan bermanfaat bagi kita semua. Amin Ya Robbal Alamin.

Padang, Oktober 2022

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABLE	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Pembatasan Masalah.....	7
D. Rumusan masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian	8
F. Kegunaan Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Hakekat Bulutangkis.	10
B. Kecemasan.	13
C. Motivasi	15
1. Pengertian Motivasi	15
2. Sumber Motivasi.....	18
D. New Normal.....	23
1. Pengertian New Normal	23
2. Protocol Kesehatan New Normal.....	23
E. Pandemic Covid-19.....	25
1. Hakekat Covid-19	25
2. Manifestasi Covid-19	26
3. Klasifikasi Infeksi covid-19	28
4. Penularan Covid-19	30
5. Pencegahan covid-19	31
6. Pengaruh Virus corona Terhadap Bidang Olahraga.....	33

F. Karakteristik Atlet PB Khair Sport Padang	34
G. Penelitian Relevan.....	34
H. Kerangka Konseptual.....	36
I. Pertanyaan Penelitian	37
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	38
B. Waktu dan Tempat Penelitian	38
C. Populasi dan Sampel	38
1. Populasi	38
2. Sampel	38
D. Teknik Pengumpulan data	39
E. Jenis dan Sumber Data	40
F. Instrument Penelitian	40
G. Validasi dan reabilitas	46
H. Teknik Analisi data	46
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN BAHASAN	
A. Deskriptif Data	48
B. Analisis Deskriptif	48
1. Motivasi	48
2. Kecemasan	50
C. Pembahasan	52
1. Motivasi.....	52
2. Tingkat Kecemasan.....	53
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	55
B. Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA	57

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
Tabel 1.	Klasifikasi Tingkat Kecemasan dan Motivasi	41
Tabel 2.	Kisi – Kisi Instrumen	42
Tabel 3.	Klasifikasi Hasil Penelitian.....	47
Tabel 4.	Persentase Analisis Jawaban Pernyataan Angket Motivasi Berlatih Atlet PB Khair Sport Padang di Dasa New Normal.	49
Tabel 5.	Persentase Analisis Jawaban Pernyataan Kuesioner Kecemasan Berlatih Atlet PB Khair Sport Padang di Dasa New Normal	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual Penelitian.....	37
2. Diagram Persentase Analisis Skor Jawaban Angket Motivasi Berlatih Atlet PB Khair Sport Padang Di Masa New Normal.....	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-Kisi Instrumen	60
2. Angket Motivasi Berlatih Atlet Pb Khisar Sport Padang Di Masa New Normal	61
3. Tabulasi data penelitian	64
4. Dokumentasi penelitian	65
5. Kuesioner Kecemasan	67
6. Tabel Hasil	72
7. Dokumentasi wawancara	73
8. Izin Surat Penelitian	75
9. Surat Balasan Penelitian	76

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bangsa Indonesia merupakan bangsa yang sedang berkembang, yang mana pembangunan di segala bidang merupakan tujuan utamanya. Salah satunya adalah pembangunan dalam bidang olahraga. Olahraga merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan bermasyarakat. Baik itu olahraga kebugaran, olahraga pendidikan, dan begitu juga dengan olahraga prestasi. Namun dalam usaha untuk meraih sebuah prestasi dalam berolahraga harus mengikuti proses sebagaimana yang terdapat dalam Undang-Undang RI Nomor. 3 Tahun 2005 Tentang pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi pada pasal 27 ayat 4 yang menyatakan bahwa :

“Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan sentra pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan. Yang dimaksud dengan masyarakat dalam ketentuan ini adalah induk-induk organisasi, organisasi olahraga fungsional, sanggar-sanggar, perkumpulan dan/ atau klub olahraga lain yang ada dalam masyarakat serta masyarakat lain yang berperan serta dalam dalam pembinaan dan pengembangan olahraga”.

Berdasarkan kutipan di atas, dapat dilihat bahwa dalam mencapai atau prestasi olahraga tersebut perlu mendapat perhatian yang baik melalui perencanaan dan pelaksanaan yang sistematis untuk mempererat dan menjalin persaudaraan dan hubungan yang baik antar daerah, nasional, maupun internasional.

Olahraga merupakan aktivitas untuk melatih tubuh seseorang, tidak hanya secara jasmani tetapi juga rohani, menyehatkan badan dan memastikan organ tubuh tetap sehat. Karena didalam tubuh yang kuat terdapat terdapat jiwa yang sehat.olahraga juga dapat meningkatkan kemampuan daya pikir dan prestasi. Secara fisiologis dapat meningkatkan fungsi organ tubuh, sistem pernapasan, kondisi syaraf.

Olahraga yang mampu mengembangkan dan membina dalam bidang olahraga secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi yang terstruktur dengan baik, dengan didukung ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan adalah olahraga prestasi. (Syafudin, 2002:27) Olahraga prestasi merupakan olahraga yang dilakukan dengan tujuan untuk meraih prestasi atau puncak prestasi yang tinggi (terbaik)terhadap individu.

Latihan adalah suatu proses alami yang harus dilakukan oleh atlet untuk meraih sebuah prestasi.karena dengan latihan yang rutin dapat membentuk kondisi fisik dan keterampilan untuk menggapai tujuan atau prestasi tersebut. Sasaran dan tujuan latihan secara garis besar dijelaskan oleh Sukadiyanto (2005:9) antara lain : (a) meningkatkan kualitas fisik dasar secara umum dan menyeluruh, (b)mengembangkan dan meningkatkan potensi fisik secara khusus (c) menambah dan menyempurnakan teknik ,strategi, dan pola bermain dan meningkatkan kemampuan psikis olahragawan yang bertanding. Dalam sebuah latihan harus lah berjalan dengan lancar dan kondusif.Dalam berlatih atlet harus mampu menyesuaikan diri dengan situasi

dan kondisi lingkungan sekitar dan melaksanakan latihan yang diberikan oleh pelatih seperti yang berada di PB. Khisar Sport padang.

New normal sudah mulai berlaku saat ini pasca muncul nya pandemi *covid-19*. *New normal* dikatakan sebagai cara hidup baru di tengah pandemi virus *corona*. Meskipun belum berakhir, namun kita dituntut untuk bisa beradaptasi sambil menjaga kesehatan tubuh dan mental ditengah pandemic ini. Alhasil, saat ini aktivitas sudah hamper sepenuhnya berjalan seperti biasa. Saat beraktivitas pada era *new normal* ini, resiko terpapar kuman ataupun virus penyakit tertentu lebih besar, maka dari itu juga harus disertai dengan upaya *social distancing* dan juga mengikuti aturan tersebut dengan selalu menerapkan protokol kesehatan.

Untuk mencegah terjadinya virus. Sebaiknya juga jaga pola tidur, mengkosumsi makanan bergizi, serta menghindari stress agar tubuh tetap sehat dan terhindar dari paparan penyakit. Pola hidup sehat juga tidak boleh dilewatkan selama era *new normal* ini adalah berolahraga. Walaupun sudah tidak sebebas sebelum nya, dimana kita dapat berolahraga didalam ruangan tanpa mengurangi manfaatnya.

Pada masa *new normal* ini aktivitas yang mulanya lumpuh karena dampak dari virus corona sudah mulai berjalan kembali. Baik itu dibidang kesehatan, ekonomi, bahkan dibidang olahraga. Begitu juga dengan atlet PB Khisar Sport Padang yang sudah memulai kembali latihan. Belum terbiasa atlet dengan kondisi di masa *new normal* ditengah pandemi. Hal ini menjadi tantangan besar karena proses adaptasi tentunya tidak lah mudah. Tidak

menutup kemungkinan atlet bisa mengalami kecemasan karena khawatir tertular. Para atlet harus mengikuti protocol kesehatan saat latihan, menghindari melakukan kontak fisik langsung dalam jarak dekat. Sarana dan prasana protocol kesehatan dan situasi yang juga tidak mendukung dalam melakukan latihan. Dan dalam melakukan latihan itu tergantung dari motivasi atlet tersebut.

Motivasi dibagi menjadi dua yaitu motivasi yang timbul dari dalam diri atlet (intrinsik), dan motivasi yang berasal dari luar diri atlet tersebut (ekstrinsik). Semakin kuat motivasi instrinsik yang dimiliki oleh seseorang semakin besar kemungkinan untuk memperlihatkan tingkah laku yang kuat untuk mencapai tujuan (Singgih Gunarsa, 2008:50). Motivasi instrinsik dapat diperoleh melalui suatu proses belajar, dan menanamkan kepada diri sendiri bahwasannya atlet bisa mencapai tujuan dengan usaha sendiri.

Motivasi ekstrinsik merupakan motivasi yang berasal dari luar, salah satu penerapan dari motivasi ekstrinsik adalah dengan adanya suatu iming-iming berupa bonus atau hadiah, dengan cara tersebut akan memancing dan mendorong atlet untuk memberikan hasil yang maksimal dan memperlihatkan suatu penampilan luar biasa, ulet, gigih dan pantang menyerah baik saat ia latihan maupun saat mengikuti kejuaraan. (Singgih Gunarsa, 2008:51).

PB Khair Sport Padang adalah salah satu tempat pembinaan dan pelatihan bidang keolahragaan pada cabang olahraga Badminton yang berpusat latihan di Gor Prayoga Padang. PB Khair Sport Padang terletak di belakang Tangsi, Kec. Padang Barat, Kota Padang Provinsi Sumatera Barat.

Dan telah mengikuti berbagai kompetisi pertandingan baik Daerah dan Nasional dengan prestasi yang baik

Upaya dalam peningkatan prestasi di PB Khair Sport Padang sendiri merupakan suatu hal yang sangat dikehendaki oleh pelatih dan atlet. Akan tetapi dengan situasi dan kondisi di masa *new normal* ditengah pandemi akan menghambat dan mengganggu proses latihan yang akan dijalani oleh para pelatih dan atlet.

Ada beberapa faktor yang menghambat motivasi atlet PB Khair Sport Padang dalam menjalani latihan selama masa *new normal*. Susahnya atlet dalam menyesuaikan diri dalam berlatih dimasa *new normal* ditengah pandemi karena proses adaptasi tentunya tidak lah mudah. Tak sedikit atlet mengalami kecemasan karena khawatir tertular. Atlet harus mengikuti protocol kesehatan saat latihan, menghindari melakukan kontak fisik dalam jarak dekat. Hal ini akan berpengaruh terhadap motivasi atlet PB Khair Sport Padang yang tidak terlalu leluasa dalam melakukan latihan seperti biasanya.

Keadaan sekitar yang sangat berisik, membuat latihan atlet menjadi terganggu. Dan terkadang dalam berlatih atlet tidak mendengarkan instruksi dari pelatih karena situasi yang berisik. Untuk bisa melakukan latihan yang serius butuh sebuah kefokusian/focus yang tinggi tanpa merasa terganggu apapun. Memang harus diakui bahwa mendapatkan gangguan dari apapun itu sulit untuk dihindari.

Tidak adanya sarana dan prasarana protocol kesehatan covid-19 dimasa *new normal* untuk pelaksanaan latihan atlet PB Khair Sport Padang,

sarana dan prasarana protocol kesehatan itu sendiri adalah penyediaan sarana untuk mencuci tangan beserta sabun, hand sanitizer, dan thermometer untuk cek suhu tubuh. seperti yang diketahui sarana dan prasarana protocol kesehatan berguna untuk mencegah dan menghindari kemungkinan untuk terjangkit dari pandemi virus corona selama melaksanakan proses berlatih. dengan adanya protocol kesehatan yang lengkap atlet akan merasa tenang dalam berlatih tanpa harus khawatir akan tertular oleh virus.

pada masa *new* normal ditengah pandemi yang terjadi pada saat ini membuat atlet harus berlatih sesuai dengan protocol kesehatan yang ada. Apalagi dengan adanya himbauan dari pemerintah untuk melakukan social distancing agar terhindar dari *covid-19*. Dengan adanya situasi pandemi *covid-19* seperti saat ini akan sangat mempengaruhi motivasi serta kebebasan atlet PB Khisar Sport Padang dalam latihan. Motivasi sendiri merupakan suatu yang sangat penting yang harus dimiliki oleh atlet PB Khisar Sport Padang, dengan adanya motivasi akan membuat atlet lebih semangat lagi dalam melaksanakan latihan meskipun belum terbiasa dengan situasi saat ini.

Berdasarkan keadaan dan situasi yang saat ini dialami oleh atlet PB Khisar Sport Padang di masa *new* normal saat ini peneliti tertarik untuk meneliti dengan mengangkat permasalahan tentang **“Tingkat Kecemasan Dan Motivasi Berlatih Atlet PB Khisar Sport Padang di masa *New Normal*”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dialami oleh para atlet PB Khiar Sport Padang jika ditelusuri lebih jauh lagi akan terdapat sejumlah faktor yang mempengaruhinya.

1. Susah nya atlet PB Khiar Sport Padang menyesuaikan diri dalam latihan di masa *new normal* ditengah pandemic karena mengalami kecemasan karena khawatir tertular.
2. Keadaan sekitar tempat berlatih yang sangat berisik.
3. Kurang mendukung nya Sarana dan Prasarana protocol kesehatan untukatlet dalam berlatih.

C. Pembatasan Masalah.

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah diatas dan mencegah timbulnya penafsiran yang berbeda-beda maka perlu diberi batasan sehingga ruang lingkup penelitian ini menjadi lebih jelas, terarah dan terkontrol. Dengan keterbatasan pengetahuan, waktu ,dana dan tenaga yang dimiliki maka pembatasan masalah dalam penelitian ini yaitu

“Tingkat Kecemasan Dan Motivasi Berlatih Atlet PB Khiar Sport Padang di masa *New Normal*”

D. Rumusan Masalah

1. Seberapa besarkah motivasi atlet PB Khiar Sport Padang dalam berlatih di masa *New Normal*. ?

2. Seberapa besarkah tingkat kecemasan atlet PB Khiar Sport Padang dalam berlatih di masa *New Normal*. ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui tingkat motivasi atlet dalam berlatih di masa *new normal*.
2. Untuk mengetahui tingkat kecemasan atlet PB Khiar Sport Padang dalam berlatih di masa *New Normal*. ?

F. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan berguna untuk:

1. Untuk peneliti sebagai salah satu syarat untuk memperoleh dan memenuhi gelar sarjana olahraga (S.or) jurusan kesehatan dan Rekreasi Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bagi altet PB Khiar Sport Padang bisa mengetahui seberapa besar tingkat kecemasan dan motivasi dalam melaksanakan latihan di masa *new normal* saat ini.
3. Bagi pelatih PB Khiar Sport Padang dapat menjadi acuan untuk mengetahui informasi seberapa besar tingkat kecemasan dan motivasi dari atlet dalam melaksanakan latihan di masa *new normal* saat ini.
4. Guna memberikan informasi dan sumber referensi untuk menambah wawasan dan pengetahuan tentang Motivasi atlet PB khiar Sport Padang di masa *new normal*.

5. Serta menjadi masukan bagi peneliti selanjutnya, ilmuan dan mahasiswa mengenai hal-hal yang bersangkutan dengan tingkat kecemasan dan motivasi berlatih atlet dimasa *new normal*.