ABSTRAK

Abstrak: Hubungan regulasi emosi dengan kecemasan dalam menghadapi pertandingan pada atlet UKM Taekwondo di Kota Makassar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan regulasi emosi dengan kecemasan dalam menghadapi pertandingan pada atlet UKM Taekwondo di Kota Makassar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini atlet UKM Taekwondo di Kota Makassar berjumlah 100 orang dengan sampel sebanyak 50 orang. Dengan analisis data menggunakan SPSS 23.0 *for Windows* untuk menguji normalitas dan linearitas, serta menguji hipotesis dengan korelasi *pearson product moment.* Hasil penelitian ini menunjukkan angka sebesar -0,442 dengan signifikansi 0,001 ($p<0,05$). Hal ini berarti kategori hubungan negatif signifikan antara regulasi emosi dengan kecemasan dalam menghadapi pertandingan dengan nilai hubungan sebesar 44,2% dengan kategori hubungan cukup

Kata Kunci : regulasi emosi, kecemasan, atlet

ABSTRACT

Abstract: The relationship between emotion regulation and anxiety in the face of competition in Taekwondo UKM athletes in Makassar City. *This study aims to determine the relationship between emotional regulation and anxiety in dealing with competitions in Taekwondo UKM athletes in Makassar City. This study uses a quantitative approach. The population in this study was SME Taekwondo athletes in Makassar City totaling 100 people with a sample of 50 people. By analyzing the data using SPSS 23.0 for Windows to test normality and linearity, as well as testing the hypothesis with Pearson product moment correlation. The results of this study showed a number of -0.442 with a significance of 0.001 (p <0.05). This means that the category of significant negative relationship between emotion regulation and anxiety in the face of a match with a relationship value of 44.2% with a sufficient relationship category*

Keywords: emotion regulation, anxiety, athlete