

**PERBANDINGAN ANTARA INHIBITORY CONTROL  
DENGAN KECEMASAN KOMPETITIF PADA ATLET  
ESPORT MOBILE LEGENDS DI SURABAYA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh :**

**STEPHANUS FELIX ALDI SANTOSA**  
**NBI: 1512100179**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**2026**

**HUBUNGAN ANTARA INHIBITORY CONTROL DENGAN KECEMASAN  
KOMPETITIF PADA ATLET ESPORT MOBILE LEGENDS DI SURABAYA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh :**

**STEPHANUS FELIX ALDI SANTOSA**

**NBI: 1512100179**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
2026**

**HUBUNGAN ANTARA INHIBITORY CONTROL DENGAN KECEMASAN  
KOMPETITIF PADA ATLET ESPORT MOBILE LEGENDS DI SURABAYA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh :**

**STEPHANUS FELIX ALDI SANTOSA**

**NBI: 1512100179**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
2026**

## HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini penulis buat atas kesadaran penulis secara penuh tanpa paksaan pihak manapun.

Surabaya, 9 Januari 2026



**Stephanus Felix Aldi Santosa**

NBI: 1512100179



UNIVERSITAS  
17 AGUSTUS 1945

BADAN PERPUSTAKAAN  
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA  
TELP. 031 593 1800 (Ext 311)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA  
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya,  
saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Stephanus Felix Aldi Santosa

NBI/ NPM : 1512100179

Fakultas : Psikologi

Program Studi : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk  
memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945  
Surabaya **Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free  
Right)**, atas karya saya yang berjudul:

**HUBUNGAN ANTARA INHIBITORY CONTROL DENGAN  
KECEMASAN KOMPETITIF PADA ATLET ESPORT MOBILE  
LEGENDS DI SURABAYA**

Dengan **Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty - Free  
Right)**, Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak  
menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam  
bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah  
saya selama tetap tercantum

Dibuat di : Surabaya

Pada tanggal : 9 Januari 2026

Yang Menyatakan



Stephanus Felix Aldi Santosa

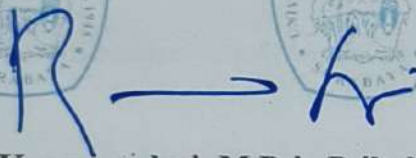
**HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI**

**NAMA** : Stephanus Felix Aldi Santosa  
**NBI** : 1512100179  
**JUDUL** : HUBUNGAN ANTARA INHIBITORY CONTROL DENGAN  
KECEMASAN KOMPETITIF PADA ATLET ESPORT  
MOBILE LEGENDS DI SURABAYA

Surabaya, 9 Januari 2026

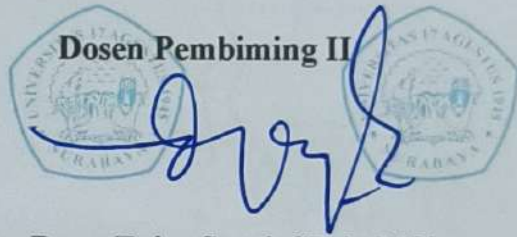
Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I



**Rahma Kusumandari, M.Psi., Psikolog**

Dosen Pembimbing II



**Dr. Dyan Evita Santi, SPsi., MSi**

**HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI**

**Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

**Pada Tanggal : 12 Januari 2026**

**Dewan Penguji :**

- 1. Aliffia Ananta, M.Psi., Psikolog**
- 2. Rahma Kusumandari, M.Psi., Psikolog**
- 3. Dr. Dyan Evita Santi, SPsi., MSI**



**Mengesahkan**

**Fakultas Psikologi**

**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

**Dekan,**



**Dr. Diah Sochan, S.Psi., M.Si., Psikolog**

**NPP. 20510.02.0551**

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yesus Kristus atas kasih, anugerah, dan penyertaan-Nya yang telah dilimpahkan kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Hubungan Antara Keterlibatan Ayah dan Kematangan Emosi dengan Pengambilan Keputusan Menunda Menikah Pada Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami Fatherless". Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Studi Strata Satu (S1) pada Jurusan Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari berbagai kendala, keterbatasan, serta kekurangan, khususnya dalam hal waktu dan kemampuan penulis. Namun demikian, berkat bantuan, bimbingan, dukungan, serta motivasi dari berbagai pihak, skripsi ini dapat diselesaikan sesuai dengan target waktu yang telah ditentukan. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan ketulusan, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Harjo Seputro, S.T., M.T., selaku Pj. Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Diah Sofiah, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Rahma Kusumandari, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing I yang telah dengan sabar memberikan bimbingan, arahan, serta masukan yang sangat berarti selama proses penyusunan skripsi ini.
4. Dr. Dyan Evita Santi, S.Psi., M.Si., selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan serta arahan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Etik Darul Muslikah, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Wali penulis yang telah memberikan arahan dan dukungan selama penulis menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

6. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah memberikan ilmu pengetahuan, wawasan, serta pengalaman yang bermanfaat dan menjadi bekal bagi penulis di masa depan.
7. Seluruh Staf Tenaga Kependidikan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah membantu penulis dalam mengurus berbagai keperluan administrasi selama proses perkuliahan hingga penyelesaian skripsi ini.

Penulis berharap semoga Tuhan Yesus Kristus membalas segala kebaikan, ketulusan, dan bantuan yang telah diberikan oleh seluruh pihak dengan berkat dan penyertaan-Nya. Penulis juga berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi serta menjadi referensi bagi pihak-pihak yang membutuhkan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan dan jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan penelitian ini di masa yang akan datang. Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan perhatian, dukungan, dan semangat selama proses penyusunan skripsi ini.

Surabaya, 9 Januari 2026



**Stephanus Felix Aldi Santosa**

**NBI. 1512100179**

**“HUBUNGAN ANTARA INHIBITORY CONTROL DENGAN  
KECEMASAN KOMPETITIF PADA ATLET ESPORT MOBILE  
LEGENDS DI SURABAYA.”**

**Stephanus Felix Aldi Santosa**

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

[alodis107@gmail.com](mailto:alodis107@gmail.com)

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara inhibitory control dengan kecemasan kompetitif pada atlet esport Mobile Legends di Surabaya. Kecemasan kompetitif merupakan kondisi psikologis yang dapat mengganggu fokus, pengambilan keputusan, dan performa atlet saat bertanding, sementara inhibitory control berperan sebagai mekanisme kognitif dalam mengendalikan impuls, perhatian, dan respons emosional di bawah tekanan kompetitif. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Partisipan penelitian berjumlah 104 atlet esport Mobile Legends yang pernah mengikuti turnamen dan berdomisili di Surabaya, yang dipilih menggunakan teknik accidental sampling. Instrumen penelitian terdiri dari skala kecemasan kompetitif yang dikembangkan berdasarkan *Competitive State Anxiety Inventory-2 Revised* (CSAI-2R) serta skala inhibitory control yang disusun berdasarkan teori fungsi eksekutif Adele Diamond. Data dianalisis menggunakan uji asumsi statistik dan analisis korelasi. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data berdistribusi normal, serta uji linearitas menunjukkan adanya hubungan linear antara inhibitory control dan kecemasan kompetitif. Hasil analisis korelasi menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara inhibitory control dan kecemasan kompetitif, yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi kemampuan inhibitory control yang dimiliki atlet, semakin rendah tingkat kecemasan kompetitif yang dirasakan. Temuan ini menegaskan pentingnya peran inhibitory control dalam regulasi emosi dan kesiapan mental atlet esport, serta memberikan implikasi praktis bagi pengembangan pelatihan mental dalam konteks esport kompetitif.

**Kata Kunci:** *inhibitory control, kecemasan kompetitif, atlet e-sport, Mobile Legends, psikologi olahraga*

**“THE RELATIONSHIP BETWEEN INHIBITORY CONTROL  
AND COMPETITIVE ANXIETY IN MOBILE LEGENDS ESPORTS  
ATHLETES IN SURABAYA.”**

**Stephanus Felix Aldi Santosa**

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

[Alodis107@gmail.com](mailto:Alodis107@gmail.com)

**Abstract**

*This study aims to determine the relationship between inhibitory control and competitive anxiety in Mobile Legends esports athletes in Surabaya. Competitive anxiety is a psychological condition that can interfere with an athlete's focus, decision-making, and performance during competition, while inhibitory control acts as a cognitive mechanism in controlling impulses, attention, and emotional responses under competitive pressure. This study uses a quantitative approach with a correlational design. The study participants consisted of 104 Mobile Legends esports athletes who had participated in tournaments and resided in Surabaya, selected using accidental sampling techniques. The research instruments consisted of a competitive anxiety scale developed based on the Competitive State Anxiety Inventory-2 Revised (CSAI-2R) and an inhibitory control scale compiled based on Adele Diamond's executive function theory. The data were analyzed using statistical assumption tests and correlation analysis. The normality test results showed that the data were normally distributed, and the linearity test showed a linear relationship between inhibitory control and competitive anxiety. The correlation analysis results showed a significant negative relationship between inhibitory control and competitive anxiety, indicating that the higher the inhibitory control ability of athletes, the lower the level of competitive anxiety they feel. These findings confirm the important role of inhibitory control in regulating the emotions and mental readiness of esports athletes, and provide practical implications for the development of mental training in the context of competitive esports.*

*Keywords: inhibitory control, competitive anxiety, e-sports athletes, Mobile Legends, sports psychology*

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI .....	v
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI.....	vi
HALAMAN MOTTO .....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	viii
CURRICULUM VITAE .....	x
KATA PENGANTAR.....	xii
ABSTRAK .....	xiv
ABSTRACT .....	xv
DAFTAR ISI .....	xvi
DAFTAR TABEL .....	xviii
DAFTAR GAMBAR.....	xix
DAFTAR LAMPIRAN .....	xx
BAB I.....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Permasalahan .....	1
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan Masalah Penelitian .....	6
B. Tujuan dan Manfaat .....	6
1. Tujuan Penelitian.....	6
2. Manfaat Penelitian.....	6
C. Keaslian Penelitian .....	7
BAB II .....	11
KAJIAN PUSTAKA .....	11
A. Kecemasan Kompetitif.....	11
1. Definisi Kecemasan Kompetitif.....	11
2. Aspek Kecemasan Kompetitif.....	12
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Kompetitif .....	14

B. Inhibitory Control.....	19
1. Definisi Inhibitory Control.....	19
2. Aspek Inhibitory Control.....	20
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Inhibitory Control.....	23
C. Kerangka Berpikir.....	26
D. Hipotesis Penelitian.....	30
BAB III.....	31
METODOLOGI PENELITIAN.....	31
A. Populasi dan Partisipan.....	31
1. Populasi.....	31
2. Partisipan.....	31
B. Desain Penelitian.....	33
C. Instrumen Pengumpul Data.....	34
1. Skala I (Kecemasan Kompetitif).....	35
2. Skala II (Inhibitory Control).....	41
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data.....	47
1. Uji Prasyarat.....	47
2. Analisis Data.....	49
BAB IV.....	51
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Hasil Penelitian.....	51
1. Analisis Data Deskriptif.....	51
2. Analisis Deskriptif Variabel Penelitian.....	54
3. Uji Hipotesis.....	55
B. Pembahasan.....	57
BAB V.....	63
KESIMPULAN DAN SARAN.....	63
A. Kesimpulan.....	63
B. Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA.....	69
LAMPIRAN.....	73

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Blueprint Sebaran Aitem Skala Kecemasan Kompetitif (CSAI-2R)</i> .....	37
Tabel 2. Skor Penilaian Skala Kecemasan Kompetitif.....	37
Tabel 3. Hasil Uji Validitas Skala Kecemasan Kompetitif .....	39
Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas Skala Competitive Anxiety.....	40
Tabel 5. Blue Print Sebaran Aitem Skala Inhibitory Control.....	42
Tabel 6. <i>Blueprint Sebaran Aitem Skala Inhibitory Control</i> .....	43
Tabel 7. Hasil Uji Validitas Aitem Skala Inhibitory Control .....	44
Tabel 8. Hasil Uji Reliabilitas Skala Inhibitory Control .....	46
Tabel 9. Hasil Uji Normalitas .....	48
Tabel 10. Hasil Uji Linearitas .....	49
Tabel 11. Kategorisasi Skor Inhibitory Control .....	54
Tabel 12. Kategorisasi Skor Competitive Anxiety.....	55
Tabel 13. Tabel Uji Korelasi Pearson Product Moment .....	56

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	52
Gambar 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia .....	53
Gambar 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Intensitas Partisipasi Turnamen .	53

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Skala Pengukuran Penelitian .....	73
Skala 1 Kecemasa Kompetitif.....	73
Skala 2 Inhibitory Control .....	76
Lampiran 2 : Tabulensi Data .....	80
Skala 1 Kecemasan Kompetitif.....	80
Skala 2 Inhibitory Control.....	86
Lampiran 3 : Uji Validitas dan Reliabilitas .....	92
Skala 1 Kecemasan Kompetitif .....	92
Skala 2 Inhibitory Control.....	94
Lampiran 4 : Uji Prasyarat .....	98
Lampiran 5 : Uji Hipotesis .....	99
Lampiran 6 : Hasil Turnitin .....	100