



HALAMAN PENGESAHAN PENELITIAN

1) Judul	Analisis Tingkat Kelelahan Mental Atlet (Athlete Burnout) Terhadap Dampak Ketidakpastian Jadwal Prapora Pasca Banjir Bandang Pada Atlet Bulutangkis Banda Aceh
2) Ketua Penelitian a. Nama Lengkap dan Gelar b. NUPTK c. Perguruan Tinggi d. Program Studi	Amanda Sri Rezeky, M.Pd. 1239779680230053 Universitas Bina Bangsa Getsempena S1 Pendidikan Jasmani
3) Anggota 1 a. Nama Lengkap dan Gelar b. NUPTK c. Perguruan Tinggi d. Program Studi	Riska Amanda, M.Pd. 8356780681230013 Universitas Bina Bangsa Getsempena S1 Pendidikan Jasmani
4) Anggota 2 a. Nama Lengkap dan Gelar b. NIM c. Program Studi	Sarmay Davi Kurniawan 25104101 S1 Pendidikan Jasmani
5) Anggota 3 a. Nama Lengkap dan Gelar b. NIM c. Program Studi	Pahril Moulana 25104103 S1 Pendidikan Jasmani
6) Anggota 4 a. Nama Lengkap dan Gelar b. NIM c. Program Studi	Naufal Azzaidi 25104114 S1 Pendidikan Jasmani
7) Anggota 5 a. Nama Lengkap dan Gelar b. NIM c. Program Studi	Indah Sarmina Ningsih 25104039 S1 Pendidikan Jasmani
8) Anggota 5 a. Nama Lengkap dan Gelar b. NIM c. Program Studi	Al Fhahira Destari 24104534 S1 Pendidikan Jasmani
9) Waktu Penelitian	30 Januari– 05 Februari 2026
10) Lokasi	Lapangan Musara Alun
11) Biaya yang Diperlukan a. Mandiri b. PT/Yayasan c. Sumber Lain	Rp. 25.000.000.,
Jumlah Dana	Rp. 25.000.000.,

Mengetahui
Ketua LPPM,

Dr. Muhammad Iqbal, M.A
LPPM/UBBG
NIDN. 1312038901

Banda Aceh, 30 Januari 2026
Ketua Tim Pengusul,


Amanda Sri Rezeky, M.Pd.,
NUPTK. 1239779680230053

Menyetujui
Rektor Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh,


Prof. Dr. Hj. Lili Kasmini, S.Si. M.Si
UBBG
NIDN. 0117126801

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat kelelahan mental (*mental burnout*) atlet bulutangkis Pra Pora Banda Aceh sebagai dampak dari ketidakpastian jadwal kompetisi pasca banjir bandang di Aceh. Ketidakpastian jadwal kompetisi berpotensi menimbulkan tekanan psikologis yang dapat memengaruhi kesiapan mental, motivasi, dan performa atlet. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan teknik total sampling terhadap 15 atlet bulutangkis yang sedang menjalani persiapan Pra Pora. Instrumen penelitian menggunakan *Athlete Burnout Questionnaire (ABQ)* dengan skala Likert 1–5 yang mencakup indikator kelelahan emosional, berkurangnya rasa pencapaian, dan devaluasi olahraga. Teknik analisis data menggunakan perhitungan mean dan kategorisasi jenjang berdasarkan rumus Azwar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor kelelahan mental atlet sebesar 34,06 yang berada pada kategori rendah. Secara persentase, 53% atlet berada pada kategori kelelahan mental rendah, 47% berada pada kategori sedang, dan tidak terdapat atlet dalam kategori tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun terjadi ketidakpastian jadwal kompetisi, secara umum kondisi psikologis atlet masih dalam batas terkendali, namun hampir setengah responden mulai menunjukkan gejala kelelahan mental tingkat sedang. Oleh karena itu, diperlukan perhatian dari pelatih dan pengurus olahraga untuk menjaga stabilitas mental atlet selama masa ketidakpastian kompetisi.

Kata kunci: kelelahan mental, *mental burnout*, ketidakpastian jadwal, psikologi olahraga, atlet Pra Pora.