

**GAMBARAN HARDINESS PADA ATLET RETARDASI MENTAL
YANG BERPRESTASI**



Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2020

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

“Gambaran Hardiness pada Atlet Retardasi Mental yang Berprestasi”

Nama Mahasiswa : Dini Afina
Nomor Registrasi : 1125161006
Jurusan/Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 10 Agustus 2020

Pembimbing I

Dr.phil. Zarina Akbar, M.Psi
NIP. 1983042008122006

Pembimbing II

Rahmadianty Gazadinda, M.Sc
NIP. 199206162019032038

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Gantina Komalasari, M.Psi (Penanggungjawab)*		25/08/2020
Dr. Gumgum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		25/08/2020
Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi (Ketua Penguji)***		21 Agustus 2020
Irma Rosalinda Lubis, M.Si (Anggota)****		21 Agustus 2020
Ernita Zakiah, M.Psi (Anggota)		21 Agustus 2020

Catatan:

* Dekan FPPSi

** Wakil Dekan I

*** Ketua Penguji

**** Dosen Penguji selain Pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Dini Afina

NIM : 1125161006

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "**Gambaran Hardiness pada Atlet Retardasi Mental yang Berprestasi**" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Juni sampai dengan bulan Juli 2020.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 5 Agustus 2020

Yang Membuat Pernyataan,



(Dini Afina)

Dream as if you'll live forever and live as if you'll die today

(One Ok Rock – C.h.a.o.s.m.y.t.h)



Sometimes, you do things and you do them not because you're thinking but because you're feeling. Because you're feeling too much. And you can't always control the things you do when you're feeling too much.

(Benjamin Alire Sáenz – *Aristotle and Dante Discover the Secrets of the Universe*)

What matters isn't if people are good or bad. What matters is, if they're trying to be better today than they were yesterday.

(Michael – *The Good Place*)

Skripsi ini saya persembahkan kepada keluarga, sepupu, dan teman-teman tercinta yang selalu mendukung, menemani dan selalu membantu penulis baik suka maupun duka. Selalu ada untuk penulis dan mau mendengarkan keluh kesah penulis selama hidup di dunia. Semoga penelitian ini bisa menjadi peremsahan yang terbaik.

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Program Studi Psikologi, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dini Afina
NIM : 1125161006
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Pendidikan Psikologi
Jenis karya : Skripsi

demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Gambaran Hardiness pada Atlet Retraksi Mental yang Berprestasi”

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 5 Agustus 2020

Yang menyatakan,



(Dini Afina)



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

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

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Dini Afina
NIM : 112516 1006
Fakultas/Prodi : Fakultas Pendidikan Psikologi / Psikologi
Alamat email : dini.afina1@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Gambaran Hardiness pada Atlet Retardasi Mental yang Berprestasi

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedikannya, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 4 September 2020

Penulis

(Dini Afina)
nama dan tanda tangan

DINI AFINA

**GAMBARAN HARDINESS PADA ATLET RETARDASI MENTAL YANG
BERPRESTASI**

SKRIPSI

**JAKARTA: PROGRAM STUDI PSIKOLOGI, FAKULTAS PENDIDIKAN
PSIKOLOGI, UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2020

ABSTRAK

Atlet retardasi mental memiliki tuntutan untuk tetap percaya diri dan mampu untuk mengatasi permasalahan. Permasalahan yang terjadi dalam dunia atlet sering mempengaruhi segi kehidupan mereka, permasalahan tersebut yaitu kegagalan dalam pertandingan. mereka harus memiliki ketangguhan mental dalam menghadapi berbagai macam tantangan yang akan muncul dalam kehidupannya. Ketangguhan mental ini bisa disebut dengan istilah *hardiness*. *Hardiness* memiliki peran penting bagi atlet retardasi mental untuk dapat mengatasi tekanan dan permasalahan dalam kehidupannya. Atlet retardasi mental yang mengarah pada kecenderungan kepribadian *hardiness* akan memiliki kemampuan dalam menghadapi situasi yang menekan dan mampu untuk bangkit kembali setelah mengalami kegagalan.

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran mengenai *hardiness* pada atlet retardasi mental yang berprestasi dan faktor apa saja yang mempengaruhi *hardiness* tersebut. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus pada 1 subjek dengan kriteria seorang atlet retardasi mental yang memiliki prestasi di bidangnya. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi, dan dokumentasi. Dalam kondisi pandemic covid-19, maka wawancara dilakukan menggunakan *video call*. Triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu triangulasi sumber dan triangulasi metode.

Hasil penelitian yang diperoleh adalah subjek penelitian memiliki karakteristik seorang yang *hardiness* dapat dilihat dari karakteristik *control*, subjek mampu mengontrol pilihan hidup sesuai dengan dirinya dan rencana hidupnya; *commitment*, subjek terlibat secara aktif dalam berbagai bidang kehidupan; *challenge*, subjek mampu menghadapi tantangan yang muncul dalam kehidupannya bahkan menyukai tantangan. Pengaruh dan pelatihan tersebut disertai faktor-faktor yang memengaruhi *hardiness* seperti pengalaman subjek, perasaan positif, pola asuh orang tua, serta hubungan yang dekat mendorong perkembangan kepribadian *hardiness* dalam diri subjek.

Kata kunci: hardiness, atlet, retardasi mental

DINI AFINA

A HARDINESS OVERVIEW ON SUCCESSFUL ATHLETE WITH MENTAL RETARDATION

SKRIPSI

**JAKARTA: PROGRAM STUDI PSIKOLOGI, FAKULTAS PENDIDIKAN
PSIKOLOGI, UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2020

ABSTRACT

Athletes with mental retardation have a pretension to remain confident and able to overcome problems. The problems that occur in the world of athletes often affect aspects of their lives, these problems such as failure in matches. They must have toughness in facing the various kinds of challenges that will arise in their lives. This toughness is called hardness. Hardness has an important role for athletes with mental retardation to be able to deal with pressures and problems in their life. Athletes with mental retardation who tend to have hardness personality have the ability to face stressful situations and able to rise up after experiencing failure.

The purpose of this study is to find the overview of hardness among athletes with mental retardation who are successful and factors that influence the hardness. This study uses a qualitative method with case study approach on one subject who is an athlete with mental retardation and has achievements in his field. Data collection methods conducted by interviews, observation and documentation. In the conditions of Covid-19 pandemic, the interview carried out using video calls. The triangulation used in this research are data source triangulation and methodological triangulation.

The results obtained that the subject has the characteristics of a person with hardness, it can be seen from the characteristics such as control, the subject is able to control his life choices according to himself and his life plan; commitment, the subject is actively involved in various fields of life; challenge, the subject is able to face challenges that arise in his life, he even likes challenges. Reinforcements and exercises along with hardness' factors such as subject's experience, feelings of positivity, parenting patterns, and close relationships promote hardness personality within subject.

Keywords: hardness, athlete, mental retardation

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis mendapatkan kesempatan untuk dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Gambaran Hardiness pada Atlet Retardasi Mental yang Berprestasi” sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi. Pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih pada beberapa pihak yang telah berperan penting dalam membantu dan mendukung penyelesaian skripsi ini. Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Gantina Komalasari, M.Psi selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
2. Bapak Dr. Gumgum Gumelar, M.Si selaku Wakil Dekan I Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
3. Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D selaku Wakil Dekan II Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
4. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M. Pd selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
5. Ibu Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi selaku Koordinator Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta sekaligus selaku Dosen Pembimbing I yang selalu memberikan motivasi, membimbing, mengarahkan, dan meluangkan waktu, pikiran, serta tenaga untuk membantu penyelesaian skripsi ini
6. Ibu Rahmadianty Gazadinda, M.Sc selaku Dosen Pembimbing II yang telah membimbing, memberikan motivasi, dan membantu serta meluangkan waktu, pikiran, serta tenaga untuk membantu penyelesaian skripsi ini
7. Ibu Deasyanti, Ph.D selaku Pembimbing Akademik yang telah membantu peneliti sejak awal perkuliahan

8. Seluruh Staf administrasi dan karyawan Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah membantu peneliti baik selama perkuliahan maupun dalam penyusunan skripsi ini
9. Komunitas *Special Olympic* Indonesia (SOIna) yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk menjadikan salah satu atletnya sebagai subjek penelitian
10. Suci, salah satu relawan komunitas SOIna yang telah menjadi penghubung antara peneliti dan komunitas SOIna , rekomendasi atlet untuk dijadikan subjek penelitian, dan kontak subjek penelitian sehingga peneliti dapat melaksanakan skripsi ini
11. Ibu Q dan kak WJD atas bantuananya yang besar karena telah bersedia untuk peneliti hubungi, memberikan izin, serta bersedia untuk diwawancara sebagai subjek penelitian dan memberikan informasi yang peneliti butuhkan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini
12. Ibu drg. Rini Muharni dan Ir. Donny septian sebagai orangtua peneliti yang telah mendukung peneliti baik secara moral maupun material sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini
13. Syadza Muthia dan Khansa Nabila sebagai saudara kandung peneliti yang telah menemani peneliti dalam mengerjakan skripsi dan memberikan dukungan moral
14. Annisa F. M., Azzahra F. M., Aqyl H, Reska I. M., Tanti M. dan Fariz I. A. sebagai sepupu dekat peneliti yang telah memberikan banyak dukungan moral dan selalu menghibur peneliti dalam proses penyusunan skripsi ini
15. Nadia Amira F. sebagai teman dekat peneliti yang telah mendukung, menemani dan membantu peneliti sejak awal perkuliahan hingga saat ini, selalu menjadi teman yang mau mendengar keluh kesah peneliti, teman berbagi cerita dan informasi baik suka maupun duka dan telah bersedia untuk membantu peneliti dalam berbagai hal
16. Vega Ariane P. D dan Lilik Rahayu sebagai teman dekat peneliti sejak awal perkuliahan yang telah mendukung peneliti dan saling bertukar informasi tentang hal perkuliahan

17. Shoufi Nur R. sebagai teman bimbingan skripsi peneliti yang telah banyak membantu dan memberi dukungan kepada peneliti dalam menyusun skripsi
18. Hanna Arum N. dan Aisha Kamiela I. sebagai teman dekat peneliti sejak SMP yang telah memberikan dukungan moral kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini
19. Aulia Dika dan anggota Paguyuban MW sebagai teman peneliti yang telah memberikan dukungan dan banyak nasihat mengenai penyusunan skripsi pada awal penelitian
20. Teman-teman kelas E 2016 dan seluruh teman-teman Prodi Psikologi angkatan 2016 yang baik secara langsung maupun tidak langsung telah membantu penyusunan skripsi ini
21. Semua pihak-pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang secara langsung maupun tidak langsung telah membantu peneliti dalam penelitian ini.

Peneliti berharap hasil penelitian ini dapat berguna bagi perkembangan ilmu psikologi. Oleh karena itu peneliti menerima segala bentuk kritik dan saran yang membangun sebagai masukan kepada penelitian ini maupun kepada peneliti

Jakarta, 2 Agustus 2020

Peneliti

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBERAHAN	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1. 1. Latar Belakang.....	1
1. 2. Perumusan Masalah.....	7
1. 3. Tujuan Penelitian.....	7
1. 4. Manfaat Penelitian.....	8
1. 4. 1. Manfaat Teoritis	8
1. 4. 2. Manfaat Praktis	8
BAB II ACUAN TEORITIK	9
2. 1. <i>Hardiness</i>	9
2. 1. 1. Definisi <i>Hardiness</i>	9

2. 1. 2. Karakteristik <i>Hardiness</i>	11
2. 1. 3. Faktor <i>Hardiness</i>	14
2. 2. Disabilitas	15
2. 2. 1. Definisi Disabilitas.....	15
2. 2. 2. Jenis Disabilitas.....	15
2. 2. 3. Disabilitas Intelektual.....	16
2. 2. 4. Retardasi Mental Ringan.....	18
2. 2. 5. Atlet Disabilitas.....	19
2. 3. Kajian Penelitian Relevan	20
2. 4. Kerangka Berpikir	22
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	24
3. 1. Subjek Penelitian	24
3. 2. Tempat dan Waktu Penelitian	24
3. 3. Pendekatan Metode Penelitian Kualitatif yang Digunakan	25
3. 4. Metode Pengumpulan Data	25
3. 4. 1. Wawancara.....	25
3. 4. 2. Observasi.....	26
3. 4. 3. Dokumentasi	26
3.5. Prosedur Pengumpulan Data	27
3. 5. 1. Tahap Persiapan	27
3. 5. 2. Tahap Pelaksanaan	27
3.6. Prosedur Analisis Data	27
3.4. Organisasi Data	27
3.4. Koding dan Analisis Data	28
3.7. Pemeriksaan atau Pengecekan Data (Triangulasi)	28

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	30
4. 1. Deskripsi Subjek.....	30
4. 1. 1. Gambaran Umum Subjek.....	30
4. 1. 2. Gambaran Umum Observasi Subjek.....	31
4. 1. 3. Gambaran Umum <i>Significant Others</i> Subjek.....	33
4. 1. 4. Gambaran Umum Observasi <i>Significant Others</i> Subjek.....	33
4. 2. Temuan Penelitian	35
4. 2. 1. Temuan Penelitian Subjek	35
4. 2. 2. Temuan Penelitian <i>Significant Others</i> Subjek	63
4. 3. Dinamika Psikologis.....	70
4. 4. Pembahasan	75
4. 4. 1. Karakteristik <i>Hardiness</i>	75
4. 4. 2. Temuan Lain	77
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	78
5. 1. Kesimpulan	78
5. 2. Implikasi	78
5. 3. Saran	79
5. 3. 1. Bagi Subjek Penelitian	79
5. 3. 2. Bagi Komunitas <i>Special Olympic Indonesia</i> (SOIna)	79
5. 3. 3. Bagi Peneliti Selanjutnya	79
DAFTAR PUSTAKA	81
LAMPIRAN	86
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	107

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1.	Tempat dan Waktu Penelitian Subjek (WJD)	24
Tabel 3. 2.	Tempat dan Waktu Penelitian <i>Significant Others</i> Subjek (Q)	25
Tabel 4. 1.	Gambaran Umum Profil Subjek	34
Tabel 4. 2.	Gambaran Umum Profil <i>Significant Others</i> Subjek.....	35
Tabel 4. 3.	Temuan Penelitian Subjek (WJD).....	69
Tabel 4. 4.	Perkembangan Perilaku Subjek (WJD).....	74



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1. Kerangka Berpikir 23



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I	Pedoman Wawancara	86
Lampiran II	Pedoman Observasi	93
Lampiran III	Verbatim Wawancara	95
Lampiran IV	Data Observasi	103
Lampiran V	Dokumentasi	105
Lampiran VI	Surat Izin Pengambilan Data dari Universitas	106

