

**MENTAL TOUGHNESS ATLET KONI KOTA BEKASI 2020 YANG
DITINJAU DARI FAKTOR USIA, JENIS KELAMIN, DAN PENGALAMAN
BERTANDING**



Oleh

Mar'atul Mahmudah

1125160764

Psikologi

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2020

Mar'atul Mahmudah

***Mental Toughness* Atlet KONI Kota Bekasi 2020 yang Ditinjau dari Faktor Usia,
Jenis Kelamin dan Pengalaman Bertanding**

Skripsi

Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi

Universitas Negeri Jakarta

2020

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi *mental toughness* atlet KONI Kota Bekasi 2020 yang ditinjau dari faktor usia, jenis kelamin dan pengalaman bertanding. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Sampel terdiri dari 218 atlet KONI Kota Bekasi 2020 yang dipersiapkan untuk PORDA Jawa Barat 2022 dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan skala *mental toughness* yang dibuat Annisa Putri, M (2019) yang mengacu pada dimensi *mental toughness* yang dibuat oleh Clough et al. (2002), yaitu: *control*, *commitment*, *challenge*, dan *confidence*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *mental toughness* atlet KONI Kota Bekasi 2020 yang dipersiapkan untuk PORDA Jawa Barat 2022 mayoritas memiliki skor *mental toughness* pada kategori tinggi yang berjumlah 190 atlet (87.2%). Usia yang mayoritas berada pada kategori *mental toughness* tinggi yaitu usia 19 sampai 22 tahun yang berjumlah 80 atlet (36.7%). Atlet laki-laki mendominasi skor *mental toughness* kategori tinggi dengan jumlah 111 atlet (50.9%), dan atlet dengan pengalaman bertanding tingkat nasional mendominasi skor *mental toughness* kategori tinggi dengan jumlah 108 atlet (49.5%).

Kata Kunci : Mental toughness, usia, jenis kelamin, dan pengalaman bertanding.

Mar'atul Mahmudah

***Mental Toughness of KONI Bekasi 2020 Athletes Judging from Age, Gender and
Competitive Experiences***

Thesis

***Psychology Study Program, Faculty of Psychology Education,
State University of Jakarta***

2020

ABSTRACT

This study aims to determine the condition mental of the toughness of KONI Bekasi 2020 athletes reviewed from age, gender and competitive experience. This research uses a quantitative approach with descriptive methods. The sample consisted of 218 KONI Bekasi City 2020 athletes prepared for West Java PORDA 2022 with a purposive sampling technique. The instrument in this study uses a scale mental toughness made by Annisa Putri, M (2019) which refers to the dimension of mental toughness created by Clough et al. (2002), namely: control, commitment, challenge, and confidence. The results showed that the strength mental of athletes KONI Bekasi City 2020 prepared for West Java PORDA 2022 the majority have scores mental toughness in the high category, amounting to 190 athletes (87.2%). The majority of age is in the category of mental toughness high that is the age of 19 to 22 years, amounting to 80 athletes (36.7%). Male athletes dominated the score in mental toughness the high category with 111 athletes (50.9%), and athletes with national level competition experience dominated the score mental hardness category with 108 athletes (49.5%).

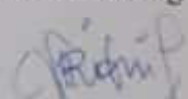
Keywords: Mental toughness, age, gender, and competitive experience.

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

Mental Toughness Atlet KONI Kota Bekasi 2020 yang Ditinjau dari Faktor Usia,
Jenis Kelamin, dan Pengalaman Bertanding

Nama Mahasiswa : Mar'atul Mahmudah
 Nomor Registrasi : 1125160764
 Jurusan/Program Studi : Psikologi
 Tanggal Ujian : 07 Agustus 2020

Pembimbing I



Fitri Lestari Issom, M. Si
 NIP. 198005212008012008

Pembimbing II



Erik, M. Si
 NIDK. 8844660018

Panitia Ujian/Sidang Skripsi/Karya Inovatif

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Gantina Komalasari, M.Psi (Penanggungjawab)*		25/8/2020
Dr. Gungum Gumelar, M.Si. (Wakil Penanggungjawab)**		25/08/2020
Prof. Dr. Suparno Eko Widodo (Ketua Penguji)***		21 Agustus 2020
Irma Rosalinda Lubis, M. Si (Anggota)****		21 Agustus 2020
Lupi Yudhaningrum, 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 : Mar'atul Mahmudah
Nomor Registrasi : 1125160764
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa sripsi yang dibuat dengan judul "*Mental Toughness Atlet KONI Kota Bekasi 2020 Yang Ditinjau dari Faktor Usia, Jenis Kelamin dan Pengalaman Bertanding*" adalah :

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Maret sampai dengan bulan Juli 2020.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang penuh 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, 05 Agustus 2020

Yang Membuat Pernyataan



METERAI
TEMPEL
150078736
8000
TUAS RIBU RUPIAH

Mar'atul Mahmudah



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 : Mar'atul Mahmudah
NIM : 1125160764
Fakultas/Prodi : Psikologi
Alamat email : maratulmahmudah2@gmail.com

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

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

yang berjudul :

"Mental Toughness Atlet KONI kota Bekasi 2020 yang Ditinjau dari
Faktor Usia, jenis Kelamin, dan pengalaman Bertanding"

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, 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, 09 September 2020

Penulis

(Mar'atul Mahmudah)

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allaah tuhan semesta alam yang telah memberikan limpahan rahmat, nikmat dan karunia-Nya kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi. Skripsi ini dibuat sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi. Keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu peneliti mengucapkan terima kasih yang tulus kepada

:

1. Ibu Gantina Komalasari, M. Psi selaku Dekan dan Bapak Gumgum Gumelar, M. Si. selaku Wakil Dekan I Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Dr. Phil. Zarina Akbar, M. Psi selaku Ketua Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta, yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan ilmu yang bermanfaat bagi penyelesaian skripsi ini.
3. Ibu Fitri Lestari Issom, M. Si selaku dosen pembimbing pertama dalam penyelesaian skripsi ini, yang senantiasa meluangkan waktu, tenaga, serta pikiran serta membimbing dengan sabar, mengarahkan dan memberikan petunjuk dalam keterbatasan peneliti selama proses penyusunan skripsi.
4. Bapak Erik, M. Si selaku dosen pembimbing kedua yang selalu memberikan semangat, membimbing, mengarahkan, dan memberikan petunjuk dalam keterbatasan peneliti.
5. Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph. D selaku dosen pembimbing akademik yang telah membantu memberikan arahan tentang perkuliahan sejak awal menjadi mahasiswa.
6. Ibu Mira Ariyani, Ph.D dan Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M. Pd selaku dosen, sekaligus keluarga bagi peneliti yang telah memberikan ilmu dan banyak hal positif selama ini.
7. Seluruh Dosen Fakultas Pendidikan Psikologi yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan wawasan selama perkuliahan peneliti.
8. Seluruh staf administrasi dan karyawan Dosen Fakultas Pendidikan Psikologi yang telah membantu peneliti dalam proses administrasi selama perkuliahan.

9. Dua orang yang sangat aku banggakan, yaitu Bapak Suyitno dan Ibu Insriati yang aku cintai karena Allah, yang selalu mendo'akan dari jauh agar anaknya diberikan kemudahan dan kelancaran selama proses perkuliahan hingga selesai.
10. Pak Bujang, M. Pd selaku salah satu pengurus KONI Kota Bekasi yang telah membantu peneliti dalam menyebarkan angket penelitian.
11. Ibu dosen Aridhotul Haqiyah, M. Pd selaku kakakku yang sangat berjasa dalam penyusunan skripsi ini, selalu memberikan bimbingan, arahan dan semangat selama ini.
12. Seluruh kakak-kakakku, yaitu Mbak Asa, Mas Arif, A' Dany, Mas Eko, Mbak Dini, dan dua keponakanku yaitu Dedek Hasna dan Mas Hafizh yang sangat aku cintai, yang selalu memberikan semangat dan do'a untukku.
13. Sahabatku tercinta "Wanita Perkasa" (Asakuh, Sayyikuh, dan Danitkuh yang aku sayangi) yang selama ini menjadi sahabat rasa saudara, selalu menemani dalam suka maupun duka selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
14. Sahabat yang aku sayangi Uus, Vina dan Hanifah yang dari jauh selalu mendo'akan dan memberikan semangat untuk selalu berjuang.
15. Untuk Mas Arip Suprasetio dan keluarga, yang selama ini selalu memberikan do'a, semangat dan kasih sayang menyelesaikan skripsi ini.
16. Untuk adikku, Indah Agustriana yang sedang berjuang. Semangat ya, terimakasih sudah memberikan semangat kepadaku.
17. Untuk Kak Mahes, yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk memodifikasi instrumen penelitian.
18. Rekan-rekan yang satu bimbingan, yaitu Nila, Eres, Choky, Ibnu, Fanni, Gusti, Fira, dll yang saling *support* dan menguatkan.
19. Semua pihak yang tanpa disadari telah berjasa dan berkontribusi selama perkuliahan dan penelitian ini.

Semoga penelitian ini bermanfaat bagi peneliti maupun bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dibidang psikologi dan bagi pembaca pada umumnya.

Jakarta, 2020

Peneliti

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI DAN PENGESAHAN PANITIA SKRIPSI	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	iii
LEMBAR MOTTO DAN PEMBAHASAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	6
1.3 Pembatasan Masalah	6
1.4 Rumusan Masalah.....	6
1.5 Tujuan Penelitian	6
1.6 Manfaat Penelitian	7
BAB II	8
2.1 <i>Mental Toughness</i>	8
2.1.1 <i>Definisi Mental Toughness</i>	8
2.1.2 <i>Dimensi Mental Toughness</i>	9
2.1.3 <i>Karakteristik Mental Toughness</i>	9

2.1.4 Pengukuran Instrumen <i>Mental Toughness</i>	Error! Bookmark not defined.
2.2. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi <i>Mental Toughness</i>	Error! Bookmark not defined.
2.2.1 Faktor Usia	Error! Bookmark not defined.
2.2.2 Faktor Jenis Kelamin	Error! Bookmark not defined.
2.2.3 Faktor Pengalaman Bertanding.....	14
2.3 Definisi Atlet	Error! Bookmark not defined.
2.4 Kerangka Pemikiran.....	Error! Bookmark not defined.
2.5 Hasil Penelitian Yang Relevan.....	16
BAB III.....	19
3.1 Tipe Penelitian	19
3.2 Identifikasi dan Operasional Variabel Penelitian	19
3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian.....	19
3.2.2 Definisi Konseptual Variabel.....	20
3.2.3 Definisi Operasional Variabel	20
3.3 Populasi dan Sampel	20
3.3.1 Populasi.....	20
3.3.2 Sampel.....	20
3.4 Teknik Pengumpulan Data	21
3.4.1 Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.4.2 Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian.....	24
3.5 Uji Coba Instrumen.....	Error! Bookmark not defined.
3.6 Analisis Data	26
BAB IV	Error! Bookmark not defined.
4.1 Gambaran Responden Penelitian	Error! Bookmark not defined.
4.2 Prosedur Penelitian	31
4.2.1 Persiapan Penelitian	31
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	32

4.3 Hasil Analisis Data Penelitian	33
4.4 Kategori Dimensi Pada Variabel <i>Mental Toughness</i>	37
4.5 Pembahasan	44
4.6 Keterbatasan Penelitian.....	46
BAB V.....	47
5.1 Kesimpulan	47
5.2 Implikasi.....	48
5.3 Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA	49

