

PENGARUH *MENTAL TOUGHNESS* TERHADAP *PEAK PERFORMANCE* PADA ATLET SEPAK BOLA DALAM KOP SEPAK BOLA DAN FUTSAL UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA



**GILANG HARJIAN
6315154666**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU OLAHRAGA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2021**

**PENGARUH *MENTAL TOUGHNESS* TERHADAP *PEAK PERFORMANCE* PADA
ATLET SEPAK BOLA DALAM KOP SEPAK BOLA DAN FUTSAL UNIVERSITAS
NEGERI JAKARTA**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *mental toughness* terhadap *peak performance* pada atlet sepak bola dalam KOP sepak bola dan futsal Universitas Negeri Jakarta. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Penelitian ini menggunakan alat ukur *mental toughness* untuk mengukur *mental toughness* dan alat ukur *peak performance* untuk mengukur *peak performance*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 80 orang atlet sepak bola dalam KOP sepak bola dan futsal Universitas Negeri Jakarta dengan menggunakan *purposive sampling*. Analisis data menggunakan korelasi *Pearson*. Hasil tersebut menunjukkan terdapat pengaruh *mental toughness* terhadap *peak performance* pada atlet sepak bola dalam KOP sepak bola dan futsal Universitas Negeri Jakarta.

Kata kunci: *Mental Toughness, Peak Performance, Atlet Sepak Bola*



***THE EFFECT OF MENTAL TOUGHNESS ON KOP SEPAK BOLA DAN FUTSAL
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA SOCCER ATHLETES' PERFORMANCE***

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of mental toughness in KOP sepak bola dan futsal UNJ soccer athletes' peak performance. The method used in this reseach was quantitative. The study used a measuring tool of mental toughness to measure mental toughness and measuring tool of peak performance to measure peak performance. The samples in this study were 80 soccer athletes' of KOP Sepak Bola dan Futsal UNJ using purposive sampling. Data analysis used pearson correlation. The result showed that there was effect mental toughness and peak performance.

Keywords: Mental Toughness, Peak Performance, Soccer Athlets



LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI
PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING

Nama Dosen
Pembimbing I

Tanda Tangan

Tanggal



10 / 2021
/ 02

Dr. Tirta Aprivanto, S.Pd., M.Si
NIP. 197004171999031002

Pembimbing II



28 / 2021
/ 01

Nur Fitranto, S.Pd., M.Pd
NIP. 198506182015041002

PERSETUJUAN PANITIA UJIAN SKRIPSI

Nama Dosen

Jabatan

Tanda Tangan

Tanggal

Ketua



15 / 2021
/ 02

Hendro Wardovo, S.Pd., M.Pd
NIP. 19720504005011002

Sekretaris



10 / 2021
/ 02

Drs. Endang Darajat, M.KM
NIP. 196806041994031002

Anggota



10 / 2021
/ 02

Dr. Tirta Aprivanto, S.Pd., M.Si
NIP. 197004171999031002

Anggota



28 / 2021
/ 01

Nur Fitranto, S.Pd., M.Pd
NIP. 198506182015041002

Anggota



02 / 2021
/ 02

Prof. Dr. Widiastuti, M.Pd
NIP. 19512011986102001

Tanggal Lulus: 19 Januari 2021

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan:

1. Karya tulis saya, yaitu skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian dari saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali melalui arahan dosen pembimbing.
3. Dalam karya tulisan ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar Pustaka.
4. Pernyataan ini saya buta dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 19 Januari 2021



Gilang Harjian

6315154666



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 : Gilang Harjian
NIM : 6315154666
Fakultas/Prodi : Ilmu Olahraga / Pendidikan Keperawatan Olahraga
Alamat email : harjian10@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 :

Pengaruh Mental Toughness Terhadap Peak Performance Pada Atlet Sepak Bola Dalam KOP Sepak Bola dan Futsal Universitas Negeri Jakarta.

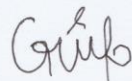
Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis 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

Penulis


(Gilang Harjian)

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur atas kehadiran Allah SWT yang selalu melimpahkan berkah, rahmat, dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul “Pengaruh *Mental Toughness* terhadap *Peak Performance* Pada Atlet Sepak Bola Dalam KOP Sepak Bola dan Futsal Universitas Negeri Jakarta”.

Dalam proses penyusunan skripsi hingga skripsi ini selesai, tidak terlepas dari adanya doa, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah memberikan doa, bimbingan dan mendukung untuk peneliti. Peneliti mengucapkan terimakasih kepada: Bapak **Dr. Johansyah Lubis, M.Pd** selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Bapak **Hendro Wardoyo, S.Pd., M.Pd** selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Bapak **Dr. Tirto Apriyanto, S.Pd., M.Si** selaku dosen pembimbing I. Bapak **Nur Fitranto, S.Pd., M.Pd** selaku dosen pembimbing II. Ibu **Prof. Dr. Widiastuti, M.Pd** selaku dosen Pembimbing Akademik. Seluruh Bapak / Ibu Dosen dan Staff Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 19 Januari 2021

GH

DAFTAR ISI

<u>ABSTRAK</u>	2
<u>ABSTRACT</u>	3
<u>KATA PENGANTAR</u>	iii
<u>DAFTAR ISI</u>	iv
<u>DAFTAR GAMBAR</u>	vi
<u>DAFTAR TABEL</u>	vii
<u>BAB I</u>	Error! Bookmark not defined.
<u>PENDAHULUAN</u>	Error! Bookmark not defined.
A. <u>Latar Belakang Masalah</u>	Error! Bookmark not defined.
B. <u>Identifikasi Masalah</u>	Error! Bookmark not defined.
C. <u>Pembatasan Masalah</u>	Error! Bookmark not defined.
D. <u>Rumusan Masalah</u>	Error! Bookmark not defined.
E. <u>Kegunaan Hasil Penelitian</u>	Error! Bookmark not defined.
1. <u>Kegunaan Teoritis</u>	Error! Bookmark not defined.
2. <u>Kegunaan Praktis</u>	Error! Bookmark not defined.
<u>BAB II</u>	Error! Bookmark not defined.
<u>KAJIAN TEORITIK</u>	Error! Bookmark not defined.
A. <u>Mental Toughness</u>	Error! Bookmark not defined.
1. <u>Pengertian <i>Mental Toughness</i></u>	Error! Bookmark not defined.
2. <u>Dimensi <i>Mental Toughness</i></u>	Error! Bookmark not defined.
3. <u>Karakteristik <i>Mental Toughness</i></u>	Error! Bookmark not defined.
B. <u>Peak Performance</u>	Error! Bookmark not defined.
1. <u>Pengertian <i>Peak Performance</i></u>	Error! Bookmark not defined.
2. <u>Dimensi <i>Peak Performance</i></u>	Error! Bookmark not defined.
3. <u>Karakteristik <i>Peak Performance</i></u>	Error! Bookmark not defined.
4. <u>Faktor yang memengaruhi <i>Peak Performance</i></u> Error! Bookmark not defined.	
5. <u>Faktor yang mendukung <i>peak performance</i></u>	25
C. <u>Kerangka Berpikir</u>	Error! Bookmark not defined.
D. <u>Hipotesis Penelitian</u>	Error! Bookmark not defined.
<u>BAB III</u>	Error! Bookmark not defined.
<u>METODOLOGI PENELITIAN</u>	Error! Bookmark not defined.
A. <u>Tujuan Penelitian</u>	Error! Bookmark not defined.

B.	<u>Tempat dan Waktu Pelaksanaan Penelitian</u>	Error! Bookmark not defined.
C.	<u>Metode Penelitian</u>	Error! Bookmark not defined.
D.	<u>Definisi Konseptual dan Oprasional Variabel</u>	Error! Bookmark not defined.
E.	<u>Populasi dan Sampel</u>	Error! Bookmark not defined.
1.	<u>Populasi</u>	Error! Bookmark not defined.
2.	<u>Sampel</u>	Error! Bookmark not defined.
F.	<u>Teknik Pengumpulan Data</u>	Error! Bookmark not defined.
1.	<u>Instrumen <i>Mental Taughness</i></u>	Error! Bookmark not defined.
2.	<u>Instrumen <i>Peak Performance</i></u>	Error! Bookmark not defined.
G.	<u>Teknik Analisis Data</u>	Error! Bookmark not defined.
1.	<u>Uji Normalitas</u>	Error! Bookmark not defined.
2.	<u>Uji Homogenitas</u>	Error! Bookmark not defined.
3.	<u>Uji Linearitas</u>	Error! Bookmark not defined.
4.	<u>Uji Korelasi</u>	Error! Bookmark not defined.
5.	<u>Uji Analisis Regresi</u>	Error! Bookmark not defined.
BAB IV		Error! Bookmark not defined.
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		Error! Bookmark not defined.
A.	<u>Deskripsi Data</u>	Error! Bookmark not defined.
a.	<u>Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Usia</u>	Error! Bookmark not defined.
b.	<u>Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Angkatan</u>	Error! Bookmark not defined.
c.	<u>Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Posisi</u>	Error! Bookmark not defined.
B.	<u>Pengujian Hipotesis</u>	Error! Bookmark not defined.
1.	<u>Uji Normalitas</u>	46
2.	<u>Uji Homogenitas</u>	Error! Bookmark not defined.
3.	<u>Uji Linearitas</u>	Error! Bookmark not defined.
4.	<u>Uji Korelasi</u>	Error! Bookmark not defined.
5.	<u>Uji Hipotesis</u>	Error! Bookmark not defined.
C.	<u>Pembahasan Hasil Penelitian</u>	Error! Bookmark not defined.
BAB V		Error! Bookmark not defined.
KESIMPULAN DAN SARAN		Error! Bookmark not defined.
A.	<u>Kesimpulan</u>	Error! Bookmark not defined.
B.	<u>Saran</u>	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA		54
LAMPIRAN		Error! Bookmark not defined.



