

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga saat ini sudah menjadi kebutuhan yang pokok bagi masyarakat. Kesadaran akan pentingnya sebuah aktivitas gerak untuk menjaga kesehatan jasmani, menjadikan olahraga sebagai kebutuhan dan gaya hidup masyarakat. Olahraga tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia karena pada prinsipnya kebutuhan dasar manusia adalah bergerak. Olahraga merupakan bentuk lain dari aktivitas fisik, tetapi jauh lebih terstruktur daripada latihan, karena olahraga memiliki seperangkat peraturan dan umumnya melibatkan adanya kompetisi (Hagger & Chatzisarantis, 2005: 8). Dari pengertian di atas olahraga berarti sebuah aktivitas fisik yang terstruktur sehingga dapat meningkatkan fungsi-fungsi organ tubuh untuk menjaga kesehatan dan kebugaran dalam upaya untuk menjadikan manusia seutuhnya.

Dalam pasal 17 Undang-Undang Republik Indonesia tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional menyatakan bahwa ruang lingkup olahraga terdiri dari olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, dan olahraga prestasi. Olahraga pendidikan dilaksanakan dalam proses pendidikan baik melalui jalur formal maupun jalur non formal yang dimulai dari usia dini. Olahraga rekreasi dilaksanakan sebagai bagian proses untuk memulihkan kondisi terkait kesehatan ataupun kebugaran yang bertujuan untuk menciptakan kegembiraan, kebahagiaan, kegiatan sosial, dan yang lainnya. Olahraga rekreasi ini dapat dilakukan oleh berbagai kalangan, misalkan satuan pendidikan, kelembagaan, dan berbagai organisasi masyarakat. Olahraga prestasi dilaksanakan dengan upaya untuk

meningkatkan potensi yang dimiliki oleh olahragawan agar mendapatkan bimbingan dan pembinaan untuk memperoleh sebuah prestasi optimal, sehingga nantinya akan meningkatkan harkat dan martabat bangsa. Olahraga prestasi tidak hanya untuk menjaga kebugaran atau mengisi waktu kosong saja, tetapi di dalamnya ada pola-pola latihan yang terstruktur dan terencana, yang kemudian ada target untuk mendapatkan sebuah prestasi dari cabang olahraga yang ditekuninya.

Dari pengertian di atas dapat berarti bahwa olahraga prestasi menekankan pencapaian sebuah kemenangan pada sebuah pertandingan atau perlombaan, yang nantinya ditekankan pada pencapaian prestasi puncak oleh seseorang atau kelompok yang menekuninya di cabang olahraga. Individu atau kelompok yang menggeluti salah satu cabang olahraga, dituntut untuk menguasai berbagai keterampilan fisik dan keterampilan teknik dengan baik dalam pencapaiannya mendapatkan sebuah prestasi yang optimal. Tentunya semua dikelola dengan pembinaan cabang olahraga yang terstruktur secara profesional, dengan tujuan untuk memperoleh prestasi puncak pada cabang olahraga yang dipertandingkan dalam sebuah *event* baik nasional atau internasional sebagai sarana untuk meningkatkan harkat dan martabat daerah atau bangsa itu sendiri. Salah satu cabang olahraga prestasi yang sering dijumpai dalam berbagai *event* nasional ataupun internasional adalah cabang olahraga Sepakbola.

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat fenomenal. Sepakbola merupakan olahraga yang dinilai sebagai salah satu olahraga yang paling populer di dunia (Kurt, Catikkas, Omurlu, & Atalag, 2012: 39). Penelitian yang dilakukan oleh Nielsen Sport menyimpulkan bahwa, Indonesia merupakan negara

nomer dua di dunia dengan ketertarikannya terhadap Sepakbola, dengan memperoleh persentase sebesar 77%, Indonesia hanya kalah dengan Nigeria yang mendapatkan persentase 83% ketertarikannya terhadap olahraga Sepakbola. Hal ini berarti bahwa Sepakbola merupakan olahraga paling populer di Indonesia (Iskandar & Syueb, 2017). Tingginya popularitas Sepakbola di Indonesia tidak dibarengi dengan prestasi yang membanggakan bagi bangsa Indonesia.

Dalam beberapa tahun terakhir, Tim Nasional Sepakbola putra Indonesia mengalami degradasi prestasi sehingga menjadi sorotan masyarakat, karena Sepakbola merupakan olahraga nomer wahid di Indonesia. Tercatat dalam laman resmi FIFA (*Federation of International Football Association*) peringkat Sepakbola putra Indonesia pada 18 Januari 2018 berada di peringkat ke 160 dunia, namun dalam perkembangannya pada 7 Juni 2018 sebelum gelaran *Asian Games* 2018 peringkat Sepakbola putra Indonesia menurun diangka 164 dunia dari 211 negara.

Banyak faktor yang menjadi penyebab menurunnya prestasi Indonesia. Pada 2015-2016 PSSI dibekukan oleh FIFA, sehingga Indonesia tidak berkiprah di kancah internasional. Setelah PSSI tidak dibekukan oleh FIFA, tercatat Tim Nasional Indonesia hanya mengikuti dua *event* yaitu Piala AFF diakhir tahun 2016 dan *SEA Games* di tahun 2017. Pada Piala AFF Tim Nasional gagal meraih juara dan Tim Nasional Indonesia juga gagal meraih hasil maksimal yang ditargetkan oleh federasi yakni di *SEA Games* 2017 Indonesia hanya mendapatkan perunggu yang ditargetkan untuk mendapatkan emas (Retrieved from, Ario Yosia, www.bola.com). Di tahun 2018 juga Tim Nasional Indonesia meraih kegagalan

dalam dua *event* yakni di *Asian Games XVIII* dan Piala AFF 2018. Dalam kedua event tersebut Indonesia gagal memenuhi target yang dicanangkan oleh federasi.

Indonesia kalah dari beberapa negara di kawasan Asia Tenggara yakni Thailand, Filipina, dan Vietnam yang sudah mengalami peningkatan baik dari sisi peringkat dunia dan juga prestasi. Pada 7 juni 2018 ketiga negara tersebut berada pada peringkat 122, 115, dan 102 dunia (Retrieved from, www.fifa.com). Disaat negara-negara seperti Thailand, Filipina, dan Vietnam sudah disibukkan dengan pengembangan *sport science*, di Indonesia masih sibuk membenahi kualitas wasit dan sikap *respect*. Keterlambatan ini sangat wajar jika Indonesia pada saat ini tertinggal dengan negara-negara tersebut.

Tim Nasional Sepakbola putri Indonesia masuk dalam peringkat dunia oleh FIFA baru pada tanggal 22 Juni 2018 dengan memperoleh peringkat 77 dunia dari 140 negara (Retrieved from www.fifa.com), karena baru saja dibentuk untuk Tim Nasional Sepakbola putri Indonesia dalam rangka untuk persiapan berpartisipasi dalam gelaran *Asian Games XIII* 2018. Baru dibentuknya Tim Nasional Sepakbola putri Indonesia tentu akan bervariasi kualitas pemain-pemainnya baik dilihat dari sisi keterampilan, pengalaman, dan juga psikologis. Hal ini terjadi karena di Indonesia belum ada kompetisi profesional untuk Sepakbola putri. Ini menjadikan sebuah tantangan berat bagi seorang pelatih untuk membina Sepakbola putri Indonesia.

Masuknya wanita dalam olahraga merupakan suatu fenomena yang relatif baru, sehingga terdapat masalah yang berkaitan dengan homophobia, gangguan pencernaan, dan dari liputan sebuah media (LeUnes, 2011: 168). Hal ini juga sesuai

dengan olahraga Sepakbola putri Indonesia yang merupakan olahraga yang bisa dikatakan baru untuk wanita dalam persiapannya menuju gelaran *Asian Games* 2018. Hal ini akan menjadikan sebuah sarana untuk mendalami motif dari pemain Sepakbola putri Indonesia dalam menekuni olahraga yang pada hakikatnya adalah untuk olahraga putra ini. Sebagian besar wanita masuk dalam dunia olahraga adalah salah satunya karena mempunyai motif bermasalah dengan berat badan. Salah satu masalah yang dihadapi oleh atlet wanita adalah mereka selalu dimasukkan ke dalam gambaran yang berkaitan dengan maskulinitas dan feminitas (LeUnes, 2011: 157). Dari penjelasan tersebut hal ini berarti pemain Sepakbola putri Indonesia memiliki sebuah tuntutan untuk menunjukkan kualitas mereka dalam olahraga khususnya adalah Sepakbola dan para pelatih memiliki sebuah tanggung jawab dalam pembinaan Sepakbola putri Indonesia yang terbilang cukup baru, sehingga pencapaian prestasi yang ditargetkan oleh federasi dapat tercapai. Para pemain Sepakbola putri Indonesia belum memperoleh prestasi yang konkret, karena di Indonesia sendiri belum memiliki kompetisi profesional Sepakbola putri yang resmi. Seorang pemain atau atlet akan terlihat ketika ada sebuah kompetisi yang profesional.

Banyak faktor yang mempengaruhi pembinaan dan prestasi pada cabang Sepakbola ini. Evaluasi atas semua faktor pembinaan dan kurang optimalnya pencapaian prestasi itu perlu dilakukan secara komprehensif, transparan, dan objektif. Dari evaluasi tersebut akan menghasilkan sebuah kajian yang bermakna untuk bahan pertimbangan dan perbaikan pembinaan Sepakbola Indonesia. Pembinaan olahraga tidak cukup mengandalkan penganggaran, pengorganisasian,

dan manajemen serta kerja keras saja, tetapi yang tidak kalah pentingnya adalah peran dari pendekatan ilmiah dari berbagai disiplin ilmu. Haag (1994: 50) mengatakan ada tujuh teorima utama ilmu keolahragaan, salah satu diantaranya adalah Psikologi Olahraga. Psikologi Olahraga merupakan satu dari tujuh bidang teori yang menjadi batang tubuh ilmu keolahragaan. Sepakbola merupakan olahraga yang kompleks. Di dalamnya dibutuhkan berbagai aspek, yang dimulai dari faktor fisik, teknik, strategi, stamina, kerjasama sampai dengan faktor psikologis (Serrano, Shahidian, Sampaio, & Leite, 2013: 157). Keberhasilan dan kegagalan pemain dalam olahraga prestasi sangat ditentukan oleh perpaduan dari kemampuan faktor fisik dan faktor psikologisnya (Kubiak, 2012: 1). Faktor psikologis tersebut apabila pada teorima ilmu keolahragaan berada pada bidang psikologi olahraga.

Dalam Psikologi Olahraga, keterampilan psikologis diidentifikasi sebagai kompetensi yang mengatur pikiran, perasaan, dan perilaku (Davidson & Edwards, 2014: 526). Pengetahuan keterampilan psikologis untuk mendukung pembinaan pemain Sepakbola sangat penting diketahui oleh para pelatih olahraga untuk membantu pemain agar dapat berprestasi optimal. Banyak pelatih tidak memiliki pengetahuan tentang keterampilan psikologis pemain, juga aplikasinya dalam wujud latihan keterampilan mental (Freitas, Dias, & Fonseca, 2013: 89). Begitu pula para pelatih olahraga di Indonesia belum menyadari arti penting aspek mental tersebut dalam pembinaan olahraga prestasi. Indikator ini tercermin baik dalam tataran praktis di lapangan maupun dalam tataran kebijakan. “Sangat jarang bahkan dapat dikatakan tidak ada pelatih yang secara khusus mengaplikasikan latihan

keterampilan mental pada pemainnya” (Dongoran, 2017: 9). Peran pelatih dalam memfasilitasi perkembangan pemain untuk mendapatkan sebuah latihan yang berhubungan psikologis sangat penting untuk kekuatan mental pemain. Weinberg dan Gould (2011: 259) menegaskan bahwa selain latihan fisik dan teknik, latihan psikis pemain pun dibutuhkan persiapan dalam jangka waktu yang lama.

Artikel yang tulis oleh Gucciardi, Gordon, Dimmock, & Mallett, (2009: 1494) yang berjudul “*Understanding the coach's role in the development of mental toughness: Perspectives of elite Australian football coaches*”, menyatakan bahwa peran pelatih dalam memfasilitasi perkembangan pemain untuk mendapatkan sebuah latihan yang berhubungan keterampilan psikologis sangat penting untuk kekuatan mental pemain. Pengaruh kondisi mental pada pemain sama pentingnya dengan keterampilan teknik dan taktik. Berbagai penelitian menunjukkan adanya pengaruh program latihan psikologis terhadap prestasi. Sebesar 85% dari 45 penelitian menunjukkan adanya pengaruh positif program latihan psikologis terhadap peningkatan penampilan (Weinberg dan Williams, dalam Cox, 2012: 303). Penelitian yang membandingkan pemain berhasil dan kurang berhasil ditinjau dari keterampilan psikologisnya, menyimpulkan bahwa keterampilan psikologis pemain yang berhasil memiliki kepercayaan yang tinggi, fokus konsentrasi yang baik, pengaturan *arousal* yang lebih baik, berpikiran positif, dan memiliki determinasi serta komitmen (Krane & Williams, dalam Weinberg dan Gould, 2011: 253). Begitu juga dalam olahraga Sepakbola, latihan keterampilan psikologis merupakan hal yang penting dalam peningkatan performa pemain Sepakbola baik putra maupun putri.

Sepakbola tidak hanya siapa yang paling cepat berlari, siapa yang paling kuat, dan siapa yang paling agresif. Diperlukan adanya fisik, taktik, teknik, dan keterampilan mental yang membedakan antara pemain Sepakbola di level yang kompetitif (Hoare & Warr, 2000: 756; Martindale, Collins, & Daubney, 2005: 371; Reilly, Williams, Nevill, & Franks, 2000: 696). Performa konsisten dalam permainan Sepakbola yang mempengaruhi tidak hanya pada pola dasar aspek fisik dan taktik, keterampilan psikologis juga dimasukkan ke dalam pola latihan dan kompetisi. Artikel yang ditulis oleh Junge, Dvorak, Rosch, Graf-Baumann, Chomiak, & Peterson (2000: 28) yang berjudul “*Psychological and Sport-Specific Characteristics of Football Players*” menyatakan bahwa keterampilan psikologis seorang pemain dapat mempengaruhi cara bermain Sepakbola yang khususnya terkait dengan sikap *fair play* dan juga resiko dalam cedera yang ditimbulkan.

Sebagian besar penelitian telah difokuskan pada pengetahuan taktis dan pengambilan keputusan (Abernethy, Baker, & Co, 2005; Blomqvist, Vääntinen, & Luhtanen, 2006: 107). Berbagai studi menjelaskan tentang karakteristik berbagai posisi dalam Sepakbola berdasarkan teknik dan fisik (Gioldasis, Souglis, & Christofilakis, 2017: 293; Tedesqui & Orlick, 2015: 41). Studi yang menjelaskan tentang karakteristik berbagai posisi dalam Sepakbola berdasarkan keterampilan psikologis terbatas. Latihan keterampilan psikologis memiliki efek fasilitatif pada komponen kinerja setiap posisi dalam Sepakbola (Jooste, Steyn, & Van Den Berg, 2014: 86).

Ada bukti bahwa pemain dalam posisi bermain yang berbeda cenderung memiliki tingkat keterampilan psikologis yang berbeda. Pemain Sepakbola di posisi

menyerang terbukti memiliki tingkat emosi yang tidak stabil secara signifikan dibandingkan dengan pemain yang berposisi bertahan (Najah & Rejeb, 2015: 162b). Ada beberapa penelitian membuktikan bahwa tidak ada perbedaan yang berarti antara di setiap posisi dalam Sepakbola dikaitkan dengan keterampilan psikologis (Jooste, Steyn, & Berg, 2014: 86; Kurt, DKK., 2012: 40). Dari beberapa penelitian tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa keterampilan psikologis ditinjau dari setiap posisi pada Sepakbola masih belum terdapat teori yang pasti.

Posisi merupakan salah satu yang menjadi penentu kemenangan dalam sebuah tim. Diperlukan penempatan yang sesuai karakter pemain dalam mengatur sebuah posisi dalam Sepakbola. Dalam setiap posisi pemain sepakbola harus memiliki keterampilan psikologis yang sesuai dengan karakteristik posisinya, agar mendapatkan sebuah visi dan misi yang sama. Kajian mengenai keterampilan psikologis yang berkaitan dengan posisi dalam Sepakbola masih terbatas, sehingga diperlukan kajian yang mendalam agar mendapatkan sebuah evaluasi terkait posisi mana yang harus diperbaiki dan ditingkatkan dalam hal keterampilan psikologisnya. Berdasarkan observasi di lapangan, menunjukkan bahwa pemain yang berposisi depan memiliki agresivitas dan tingkat emosional lebih tinggi daripada pemain yang berposisi di belakangnya. Hal ini tentunya akan menjadi bahan evaluasi bagi staf pelatih untuk mengedepankan keterampilan-keterampilan psikologis tertentu yang dibutuhkan pemain pada posisi tertentu.

Selain keterampilan psikologis, untuk membedakan olahragawan sukses dan tidak sukses, gender merupakan salah satu faktor interpersonal penting dalam olahraga kompetitif yang perlu diperhitungkan (Katsikas, Argeitaki, & Smirniotou,

2009: 31). Thibault, DKK., (2010: 222) menyatakan bahwa dalam aspek kekuatan fisik perempuan tidak akan melebihi kemampuan laki-laki seperti pada aspek lari, lompat, dan berenang. Namun dalam aspek keterampilan psikologis menurut Mahoney, Gabriel, & Perkins (1987: 193) ada perbedaan antara pemain pria dan wanita seperti kepercayaan diri wanita cenderung memiliki kepercayaan diri rendah daripada pria. Deaner, Balish, & Lombardo (2016: 88) menyatakan pemain pria mempunyai motivasi yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan pemain wanita. Ada perbedaan keterampilan psikologis antara pemain pria dengan wanita, pemain pria lebih baik dalam mengontrol emosi dan relaksasi dibandingkan wanita (Katsikas, DKK., 2009: 35). Dari berbagai penelitian tersebut jelas bahwa ada perbedaan antara atlet putra dan putri.

Gender merupakan bagian yang tidak terpisahkan dalam norma-norma bermasyarakat. Pemain Sepakbola putri Indonesia yang dibentuk pertama dalam menghadapi gelaran *Asian Games XVIII* merupakan pemain yang belum memiliki pengalaman profesional di kompetisi resmi Sepakbola Indonesia, sehingga peranan pemain Sepakbola putri mendapatkan sebuah keraguan dari masyarakat. Berbeda dengan pemain Sepakbola putra, yang merupakan rata-rata pemainnya adalah berkiprah di kompetisi resmi yang ada di Indonesia dan negara-negara peserta FIFA, sehingga mereka mendapatkan lebih kepercayaan untuk dapat berprestasi di *Asian Games XVIII*. Hal ini lah yang menjadi tantangan bagi pemain Sepakbola putri Indonesia untuk menunjukkan kualitasnya, bahwa tidak selamanya putra yang dapat memperoleh prestasi dari olahraga maskulin tersebut, tetapi putri pun bisa memperolehnya.

Penelitian-penelitian dan kajian literatur sebagaimana tersebut di atas lebih menekankan pada pemain di negara-negara Eropa dan Amerika. Temuan yang berkaitan dengan keragaman keterampilan psikologis berdasarkan gender masih terbatas (Hagan, Pollmann, & Schack, 2017: 13), begitu juga kajian yang mengaitkan keterampilan psikologis dengan posisi pemain dalam cabang olahraga Sepakbola sangat terbatas (Jooste, steyn, & berg, 2014: 86; Thelwell, Greenlees, & Weston, 2007: 327). Berdasarkan kajian literatur sebagaimana disebutkan di atas, cukup menarik untuk dikaji lebih lanjut kaitan antara keterampilan psikologis pemain Sepakbola Indonesia jika ditinjau dari gender dan posisi.

Sepengetahuan penulis sampai saat ini belum ada data tentang keterampilan psikologis para pemain Sepakbola Indonesia jika ditinjau dari gender dan posisi. Aspek-aspek psikologis tersebut dalam proses perkembangan dan pembinaan bakat pemain adalah sesuatu keniscayaan dan penting untuk diketahuui. Berangkat dari pemikiran ini lah penelitian ini akan dilaksanakan. Penelitian ini dilaksanakan pada *event Asian Games XVIII* tahun 2018 di Indonesia, dengan fokus penelitian kepada pemain Sepakbola Indonesia yang berpartisipasi pada *event Asian Games XVIII* tahun 2018 dengan ditinjau dari gender dan posisi. Berdasarkan permasalahan dan penjelasan yang telah disebutkan di atas melatarbelakangi penelitian ini dengan judul “Keterampilan Psikologis pemain Sepakbola Indonesia ditinjau dari gender dan posisi”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut.

1. Keinginan dalam membangun sebuah olahraga selama ini selalu fokus kepada pencapaian prestasi secara instan.
2. Para pembina dan pelatih belum sepenuhnya menyadari arti penting aspek psikologis dalam sebuah pembinaan olahraga prestasi.
3. Hasil dari beberapa penelitian mengenai Sepakbola belum dimaksimalkan dan dimasukan ke dalam proses pembinaan.
4. Belum ada data yang menggambarkan dan menjelaskan tentang keterampilan psikologis pemain Sepakbola putra dan putri Indonesia.
5. Belum ada data yang menggambarkan dan menjelaskan tentang keterampilan psikologis pemain Sepakbola negara Indonesia yang di tinjau dari gender dan posisi.

C. Pembatasan Masalah

Begitu kompleksnya keterampilan psikologis dan faktor yang mempengaruhi pada pemain Sepakbola, sehingga penulis membatasi masalah penelitian ini dan mengkaji lebih lanjut mengenai belum ada data yang menggambarkan dan menjelaskan tentang keterampilan psikologis pemain Sepakbola putra dan putri Indonesia, serta belum ada data yang menggambarkan dan menjelaskan keterampilan psikologis pemain Sepakbola Indonesia jika di tinjau dari gender dan posisi. Keterampilan psikologis untuk pemain Sepakbola Indonesia yang berpartisipasi pada *Asian Games XVIII 2018* dengan enam keterampilan

psikologis yaitu motivasi, kepercayaan diri, kontrol kecemasan, persiapan mental, mementingkan tim, dan konsentrasi serta yang ditinjau dari gender dan posisi.

D. Rumusan Masalah

Bertitik tolak dari latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah disebutkan di atas, maka rumusan masalah sebagai berikut.

1. Bagaimanakah tingkat keterampilan psikologis pemain Sepakbola putra dan putri Indonesia?
2. Adakah perbedaan keterampilan psikologis pemain Sepakbola Indonesia yang ditinjau dari gender?
3. Adakah perbedaan keterampilan psikologis pemain Sepakbola Indonesia yang ditinjau dari posisi?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disebutkan, maka tujuan dari penelitian ini sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui tingkat keterampilan psikologis pemain Sepakbola putra dan putri Indonesia.
2. Untuk mengetahui adanya perbedaan keterampilan psikologis pemain Sepakbola Indonesia yang ditinjau dari gender.
3. Untuk mengetahui adanya perbedaan keterampilan psikologis pemain Sepakbola Indonesia yang ditinjau dari posisi.

F. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan sumbangsih baik secara teoritis maupun secara praktis kepada berbagai pihak yang membutuhkan. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu, khususnya yang terkait dengan psikologi olahraga dan peneliti selanjutnya yang akan meneliti tentang keterampilan psikologis pemain Sepakbola. Melalui penemuan aspek-aspek yang terkait akan menjadi referensi untuk pengembangan ilmu dalam kajian bidang ilmu psikologi olahraga dan penelitian selanjutnya dengan objek ilmu aspek keterampilan psikologis pemain Sepakbola.

b. Manfaat Praktis

Pengetahuan tentang keterampilan psikologis pemain cabang olahraga Sepakbola merupakan langkah awal untuk melihat psikologis pemain Sepakbola agar dapat tampil optimal dalam setiap pertandingan atau kejuaraan baik nasional maupun internasional. Manfaat praktis hasil penelitian ini sangat bermakna bagi para pelatih dalam rangka pembinaan aspek mental pemain menuju keberhasilan untuk meraih prestasi yang optimal.