

**PENGARUH TIPE KEPEMIMPINAN PELATIH DAN HUBUNGAN  
PELATIH-ATLET TERHADAP KETANGGUHAN MENTAL  
PEMAIN SEPAKBOLA BHAYANGKARA  
*ELITE PRO ACADEMY***

**TESIS**



**Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar  
Magister Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga**

**Oleh:  
M. SAHRUL KURNIAWAN  
NIM 20732251027**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2024**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**PENGARUH TIPE KEPEMIMPINAN PELATIH DAN HUBUNGAN  
PELATIH-ATLET TERHADAP KETANGGUHAN MENTAL  
PEMAIN SEPAKBOLA BHAYANGKARA  
ELITE PRO ACADEMY**

**TESIS**

**M. SAHRUL KURNIAWAN  
NIM 20732251027**

Tesis disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Hasil Tesis  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal:.....

Koordinator Program Studi



Prof. Dr. Endang Rini Sukamti, M.S.  
NIP 196004071986012001

Dosen Pembimbing



Dr. Fauzi, M.Si.  
NIP 196312281990021002

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : M. SAHRUL KURNIAWAN  
NIM : 20732251027  
Program Studi : Magister Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Judul TAS : Pengaruh Tipe Kepemimpinan Pelatih dan Hubungan  
Pelatih-Athlet terhadap Ketangguhan Mental Pemain  
Sepakbola Bhayangkara *Elite Pro Academy*

menyatakan bahwa tesis ini benar-benar karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar Magister di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya dalam tesis tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Yogyakarta, ..... Februari 2024  
Yang membuat pernyataan,



M. SAHRUL KURNIAWAN  
NIM 20732251027

## LEMBAR PENGESAHAN

### PENGARUH TIPE KEPEMIMPINAN PELATIH DAN HUBUNGAN PELATIH-ATLET TERHADAP KETANGGUHAN MENTAL PEMAIN SEPAKBOLA BHAYANGKARA *ELITE PRO ACADEMY*

#### TESIS

**M. SAHRUL KURNIAWAN**  
**NIM 20732251027**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Hasil Tesis  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal 11 Juli 2024

#### DEWAN PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Endang Rini Sukamti, M.S. (Ketua/Penguji)		23 Juli 2024
Dr. Nawan Primasoni, M.Or. (Sekretaris/Penguji)		23 Juli 2024
Prof. Dr. Tomoliyus, M.S. (Penguji I)		19 Juli 2024
Dr. Fauzi, M.Si. (Penguji II/ Pembimbing)		24 Juli 2024

Yogyakarta, .....  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,

  
Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or.  
NIP. 197702182008011002

## **MOTTO**

“Tanda sejati dari kecerdasan bukan pengetahuan melainkan imajinasi”  
(Albert Einstein)

“Kebaikan adalah bahasa universal, sebarkanlah”  
(M. SAHRUL KURNIAWAN)

## **PERSEMBAHAN**

Dengan mengucap rasa syukur kepada Allah SWT, saya persembahkan karya sederhana ini kepada :

1. Kedua orang tua saya, Bapak dan Ibu yang selalu memberi nasihat, motivasi, dukungan serta doa yang mengiringi setiap langkah saya.
2. Kepada saudara yang selalu memberi semangat dan dukungan dalam pengerjaan skripsi ini.
3. Sahabat-sahabat saya yang siap sedia memberikan bantuan, semangat, dukungan dan perjuangan yang kita lewati bersama sampai detik ini.

## ABSTRAK

**M. SAHRUL KURNIAWAN:** *Pengaruh Tipe Kepemimpinan Pelatih dan Hubungan Pelatih-Athlet terhadap Ketangguhan Mental Pemain Sepakbola Bhayangkara Elite Pro Academy.* Tesis. Yogyakarta: Magister Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Yogyakarta, 2024.

Penelitian ini bertujuan (1) Untuk mengetahui pengaruh tipe kepemimpinan pelatih terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA. (2) Untuk mengetahui pengaruh hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA. (3) Untuk mengetahui kontribusi tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan korelasional. Populasi penelitian adalah pemain sepakbola Bhayangkara *Elite Pro Academy* yang berjumlah 128 pemain. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, dengan kriteria (1) bersedia menjadi sampel, (2) berusia minimal 16 tahun, (3) pernah mengikuti pertandingan, (4) masih aktif berlatih. Berdasarkan kriteria tersebut yang memenuhi berjumlah 62 atlet. Instrumen tipe kepemimpinan pelatih, hubungan pelatih-atlet, dan ketangguhan mental menggunakan angket. Analisis data menggunakan uji regresi berganda.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) Terdapat hubungan yang signifikan antara tipe kepemimpinan pelatih terhadap ketangguhan mental pada pemain sepakbola di Bhayangkara EPA, dengan  $r_{hitung}$  0,850 dan sumbangan sebesar 59,82%. (2) Terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pada pemain sepakbola di Bhayangkara EPA, dengan  $r_{hitung}$  0,655 dan sumbangan sebesar 25,68%. (3) Terdapat kontribusi yang signifikan antara tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA, dengan  $F_{hitung}$  173,316 >  $F_{tabel}$  (df 2;59) 3,15 serta  $p-value$   $0,000 < 0,05$  dan sumbangan sebesar 85,50%.

Kata kunci: *tipe kepemimpinan pelatih, hubungan pelatih-atlet, ketangguhan mental*

## **ABSTRACT**

**M. SAHRUL KURNIAWAN:** *The Effect of Coach Leadership Type and Coach-Athlete Relationship on Mental Toughness of Bhayangkara Elite Pro Academy Soccer Players.* **Thesis. Yogyakarta: Master of Sport Coaching Education, Faculty of Sport and Health Sciences, Yogyakarta State University, 2024.**

This study aims (1) to determine the effect of coach leadership type on the mental toughness of Bhayangkara EPA football players. (2) To determine the effect of coach-athlete relationship on the mental toughness of Bhayangkara EPA football players. (3) To determine the effect of coach leadership type and coach-athlete relationship on the mental toughness of Bhayangkara EPA football players.

This type of research is quantitative with correlation. The study population was Bhayangkara Elite Pro Academy soccer players totaling 128 players. The sampling technique used purposive sampling, with the criteria (1) willing to be a sample, (2) at least 16 years old, (3) have participated in matches, (4) still actively practicing. Based on these criteria, there were 62 athletes who met. Instruments of coach leadership type, coach-athlete relationship, and mental toughness using questionnaires. Data analysis using multiple regression tests.

The results showed that (1) There is a significant relationship between the coach's leadership type and mental toughness in soccer players at Bhayangkara EPA, with  $r_{count}$  0.850 and a contribution of 59.82%. (2) There is a significant relationship between coach-athlete relationships on mental toughness in soccer players at Bhayangkara EPA, with a  $r_{count}$  of 0.655 and a contribution of 25.68%. (3) There is a significant relationship between coach leadership type and coach-athlete relationship on mental toughness of Bhayangkara EPA soccer players, with  $F_{count}$  173.316 >  $F$  table ( $df$  2; 59) 3.15 and  $p$ -value  $0.000 < 0.05$  and a contribution of 85.50%.

**Keywords:** coach leadership type, coach-athlete relationship, mental toughness



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas kasih dan karunia-Nya, sehingga penyusunan Tesis dapat terselesaikan dengan baik. Tesis yang berjudul “Pengaruh Tipe Kepemimpinan Pelatih dan Hubungan Pelatih-Athlet terhadap Ketangguhan Mental Pemain Sepakbola Bhayangkara *Elite Pro Academy*“ ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar Magister.

Penulis menyadari bahwa tesis ini tidak mungkin dapat diselesaikan tanpa bimbingan dan bantuan serta dukungan dari semua pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini perkenankanlah penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang sedalam-dalamnya kepada Bapak Dr. Fauzi, M.Si., dosen pembimbing yang telah banyak membantu mengarahkan, membimbing, dan memberikan dorongan sampai tesis ini terwujud. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
2. Ibu Prof. Dr. Endang Rini Sukamti, M.S., selaku Ketua Program Studi Magister Pendidikan Kepelatihan Olahraga dan Pembimbing Tesis beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tesis ini.

3. Sekretaris dan Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tesis ini.
4. Pengurus, pelatih, dan Pemain Sepakbola Bhayangkara *Elite Pro Academy* yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tesis ini.
5. Teman teman selama saya kuliah, yang selalu menjadi teman setia menemani, hingga saya dapat menyelesaikan kuliah ini
6. Teman teman yang selalu menjadi teman dan mensupport hingga saya dapat menyelesaikan kuliah ini
7. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tesis ini.

Semoga bantuan yang telah diberikan semua pihak dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan kebaikan dari Allah SWT. Penulis berharap semoga Tesis ini dapat bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta,.....Februari 2024  
Penulis,



M. SAHRUL KURNIAWAN  
NIM 20732251027

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>iv</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN KARYA. ....</b>	<b>v</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>LEMBAR PERSEMBAHAN. ....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR. ....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I. PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	10
C. Pembatasan Masalah.....	11
D. Rumusan Masalah.....	11
E. Tujuan Penelitian .....	12
F. Manfaat Penelitian .....	12
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>14</b>
A. Kajian Teori.....	14
1. Bulu Sepakbola.....	14
a. Pengertian Sepakbola .....	14
b. Teknik Dasar Sepakbola .....	16
2. Ketangguhan Mental.....	19
a. Pengertian Ketangguhan Mental .....	19
b. Faktor yang Memengaruhi Ketangguhan Mental .....	27
c. Pilar Ketangguhan Mental .....	32
d. Dimensi Ketangguhan Mental .....	34

3. Tipe Kepemimpinan Pelatih .....	39
a. Pengertian Perilaku Kepemimpinan Pelatih .....	39
b. Gaya Kepemimpinan Pelatih .....	49
c. Dimensi Perilaku Kepemimpinan Pelatih.....	55
d. Pengukuran Perilaku Kepemimpinan Pelatih .....	57
4. Hubungan Pelatih-Athlet .....	58
a. Pengertian Hubungan Pelatih-Athlet .....	58
b. Dimensi Hubungan Pelatih-Athlet.....	60
c. Pengukuran Hubungan Pelatih-Athlet .....	61
B. Hasil Penelitian yang Relevan .....	62
C. Kerangka Pikir .....	66
D. Hipotesis Penelitian .....	69
<b>BAB III. METODE PENELITIAN .....</b>	<b>70</b>
A. Jenis Penelitian .....	70
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	71
C. Definisi Operasional Variabel .....	72
D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data .....	74
E. Validitas dan Reliabilitas .....	77
F. Teknik Analisis Data .....	79
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>84</b>
A. Hasil Penelitian.....	84
1. Karakteristik Atlet .....	84
2. Hasil Analisis Deskriptif .....	85
3. Hasil Uji Prasyarat.....	90
4. Hasil Analisis Regresi Linear Berganda.....	91
5. Hasil Uji Hipotesis.....	92
6. Hasil Analisis Koefisien Determinasi.....	94
B. Pembahasan .....	96
C. Keterbatasan Penelitian .....	105
<b>BAB V. SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>106</b>
A. Simpulan.....	106

B. Implikasi.....	16
C. Saran.....	107
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>109</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>116</b>

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Berpikir.....	68
Gambar 2. Desain Penelitian.....	70
Gambar 3. Diagram Batang Tipe Kepemimpinan Pelatih .....	86
Gambar 4. Diagram Batang Hubungan Pelatih-Athlet .....	87
Gambar 5. Diagram Batang Ketangguhan Mental.....	89

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Hasil Penelitian Relevan .....	63
Tabel 2. Novelty Penelitian .....	64
Tabel 3. Skor Pernyataan Kuesioner .....	74
Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Tipe Kepemimpinan Pelatih .....	75
Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Hubungan Pelatih-Athlet.....	76
Tabel 6. Kisi-kisi Instrumen Ketangguhan Mental .....	76
Tabel 7. Hasil Analisis Indeks Aiken Instrumen .....	78
Tabel 8. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen.....	79
Tabel 9. Norma <i>Mean</i> Aritmatik .....	79
Tabel 10. Karakteristik Atlet berdasarkan Usia .....	84
Tabel 11. Karakteristik Atlet berdasarkan Lama Latihan .....	85
Tabel 12. Deskriptif Statistik Tipe Kepemimpinan Pelatih.....	85
Tabel 13. Norma Penilaian Tipe Kepemimpinan Pelatih .....	86
Tabel 14. Deskriptif Statistik Hubungan Pelatih-Athlet .....	87
Tabel 15. Norma Penilaian Hubungan Pelatih-Athlet.....	87
Tabel 16. Deskriptif Statistik Ketangguhan Mental.....	88
Tabel 17. Norma Penilaian Ketangguhan Mental .....	89
Tabel 18. Hasil Uji Normalitas .....	90
Tabel 19. Hasil Uji Linieritas .....	91
Tabel 20. Hasil Analisis Regresi Linear Berganda.....	91
Tabel 21. Hasil Analisis Uji Korelasi.....	92
Tabel 22. Hasil Analisis Uji F (Simultan) .....	94
Tabel 23. Hasil Analisis Koefisien Determinasi .....	95
Tabel 24. Hasil Analisis Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif.....	95

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Keterangan Validasi .....	117
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian .....	124
Lampiran 3. Instrumen Penelitian .....	125
Lampiran 4. Data Uji Coba.....	131
Lampiran 5. Analisis Validitas Aiken .....	134
Lampiran 6. Hasil Analisis Uji Reliabilitas.....	140
Lampiran 7. Data Tipe Kepemimpinan Pelatih .....	141
Lampiran 8. Data Hubungan Pelatih-Athlet .....	143
Lampiran 9. Data Ketangguhan Mental .....	145
Lampiran 10. Hasil Deskriptif Statistik Tipe Kepemimpinan Pelatih.....	147
Lampiran 11. Hasil Deskriptif Statistik Hubungan Pelatih-Athlet.....	148
Lampiran 12. Hasil Deskriptif Statistik Ketangguhan Mental .....	149
Lampiran 13. Hasil Analisis Uji Normalitas .....	150
Lampiran 14. Hasil Analisis Uji Linearitas .....	151
Lampiran 15. Hasil Analisis Uji Hipotesis .....	152
Lampiran 16. Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif .....	154
Lampiran 17. Tabel Validitas Aiken .....	155
Lampiran 18. Tabel r .....	156
Lampiran 19. Tabel Distribusi F.....	157
Lampiran 20. Dokumentasi Penelitian .....	158



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan aktivitas yang sudah menjadi kebutuhan manusia karena dengan tingkah laku atau aktivitas olahraga yang teratur, terukur dan terarah, maka akan menjadikan jiwa dan raga manusia menjadi lebih baik. Salah satu cabang olahraga yang sangat banyak diminati terutama masyarakat Indonesia adalah sepakbola. Sepakbola merupakan permainan bola besar yang dimainkan oleh dua tim dengan tujuan memasukkan gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan tanpa mengalami kemasukkan bola dari lawan. Sepakbola adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim dengan masing-masing beranggotakan sebelas orang (Gardasevic, et al., 2019, p. 15).

Salah satu aspek dalam pembinaan dan pengembangan prestasi olahraga yang tidak dapat diabaikan adalah keberadaan faktor psikologis. Banyak atlet maupun pelatih yang masih mengutamakan fisik dan keterampilan saja, dengan mengesampingkan atau kurang memberi perhatian khusus pada hal-hal yang menyangkut faktor mental. Mentalitas menjadi hal yang sangat penting dalam berbagai aspek kehidupan, terlebih lagi dalam kompetisi olahraga. Terdapat suatu hal mendasar yang tidak tampak di lapangan namun seringkali mempengaruhi hasil, adalah keseluruhan cara berpikir, mengambil keputusan, bersikap dan berperilaku pemain. Hal tersebut sering disebut dengan mental.

Seorang atlet wajib memiliki mentalitas yang baik agar dapat berprestasi dalam bidangnya, terkadang mental seorang atlet menjadi faktor penentu apakah atlet tersebut dapat berprestasi atau tidak. Dalam pertandingan, jika teknik sudah mencukupi, maka mental yang akan berbicara lebih banyak di lapangan. Semakin tinggi ketangguhan mental atlet akan berpengaruh terhadap tingkat performa atlet. Begitu juga dengan semakin tinggi tingkat pertandingan yang dijalani atlet akan berdampak pada meningkatnya ketangguhan mental atlet. Salah satu komponen penting yang dapat menentukan kesuksesan atlet dalam berprestasi adalah ketangguhan mental. Gucciardi (2017, p. 17) menyatakan bahwa ketangguhan mental adalah kumpulan dari nilai, sikap, perilaku, dan emosi yang memungkinkan seseorang mampu bertahan dan menghadapi berbagai hambatan, rintangan, atau tekanan yang dialami. Namun tetap menjaga konsentrasi, motivasi, dan konsistensi seseorang dalam mencapai tujuan.

Pendapat lain diungkapkan Liew, et al., (2019, p. 381) bahwa ketangguhan mental merupakan kumpulan nilai, sikap, perilaku dan emosi yang membuat atlet mampu bertahan dan melalui beragam hambatan, kesusahan, atau tekanan yang dialami. Atlet turut mampu untuk tetap mempertahankan konsentrasi dan motivasi saat situasi normal. Sebagai salah satu aspek yang krusial dalam menunjang performa atlet, sejatinya ketangguhan mental dikembangkan melalui persiapan yang terstruktur bukan melalui banyaknya frekuensi kompetisi. Kelemahan dan kelebihan yang dimiliki oleh atlet dapat diketahui dan dikembangkan melalui persiapan

matang, sehingga dapat disusun program latihan yang proporsional agar atlet dapat tampil maksimal. Persiapan yang berkualitas meliputi persiapan fisik, teknis, taktis dan ketangguhan mental atlet, sehingga atlet berada dalam kondisi siap bertanding. Pelatih dalam mengembangkan ketangguhan mental atlet, memiliki peran yang cukup sentral.

Pelatih dalam melatih tidak hanya fisik, teknik, taktik dan strategi, tetapi perlunya gaya pelatih dalam proses latihan. Sikap dan gaya kepemimpinan pelatih dalam berkomunikasi untuk menangani atlet dapat membangun citra tim yang dibinanya. Pelatih berfungsi sebagai fasilitator bagi atlet untuk menuju puncak prestasi. Seperti yang diungkapkan Juriana, dkk., (2018, p. 31) bahwa pelatih merupakan tokoh panutan, guru, pembimbing, pendidik, pemimpin, bahkan sebagai model bagi atletnya. Fungsi dan peran seorang pelatih dalam dunia olahraga sangat erat hubungannya dengan capaian prestasi yang diukir oleh atlet.

Pelatih adalah seorang yang harus tahu tentang semua kebutuhan dasar bagi terpenuhinya kondisi dimana atlet memiliki peluang untuk mencapai prestasi. Hubungan antara pelatih atlet yang dibina harus merupakan hubungan yang mencerminkan kebersamaan pandangan dalam mewujudkan apa yang dicita-citakan (Hattu, 2023, p. 707). Seorang pelatih dituntut mampu menjalani profesinya dengan tidak semata-mata bermodalkan dirinya sebagai bekas atlet, melainkan harus melengkapi dirinya dengan seperangkat kompetensi pendukung yang penting. Diantaranya adalah kemampuan untuk mentransfer pengetahuan keolahragaan kepada atlet

secara lengkap baik dari segi teknik, taktik, maupun mental. Kemampuan untuk mengorganisir dinamika mental atlet merupakan hal yang sangat penting untuk dikuasai pelatih.

Seorang pelatih adalah salah satu sumber daya manusia dalam keolahragaan yang berperan sangat penting dalam pencapaian prestasi atlet yang dilatihnya. Fungsi utama pelatih adalah sebagai wahana untuk berkomunikasi, mendidik, mengasuh, dan mensosialisasikan atlet, mengembangkan kemampuan seluruh anak didiknya agar dapat menjalankan fungsinya di lingkup olahraga dengan baik. Keberadaan pelatih akan dirasakan sebagai sesuatu yang positif. Sering dikatakan bahwa hubungan pelatih dan atlet adalah jantung pengelolaan yang efektif. Beban yang harus dipikul akan terasa lebih ringan jika seorang pelatih hadir sebagai sumber inspirasi maupun sumber kekuatan dalam suatu pertandingan. Sebaliknya, apabila tidak mendapat dukungan dalam keputusannya, kemungkinan atlet tersebut akan menurun kualitas kemampuannya dan berpengaruh pada performa bertanding.

Sebagai sosok sentral dalam pengembangan ketangguhan mental, pelatih memberikan bimbingan, latihan dan aktivitas yang disesuaikan dengan kondisi atlet. Setiap program yang disusun oleh pelatih diharapkan memberikan perubahan positif terhadap karakter, sikap dan pemikiran atlet. Seorang pelatih perlu menyadari aspek kepemimpinan untuk dapat mengarahkan atlet mencapai tujuan (Darisman, dkk., 2021, p. 14). Kepemimpinan seorang pelatih merupakan sebuah proses perilaku yang

mempengaruhi atlet agar memiliki kinerja yang optimal. Seorang pelatih bertanggung jawab untuk melatih dan memberikan instruksi kepada atlet dalam usahanya membantu atlet mencapai potensi fisik maksimum (Atrizka & Pratama, 2022, p. 88).

Perilaku kepemimpinan pelatih merupakan bentuk perilaku kepemimpinan yang ditampilkan pelatih yang secara konsisten muncul di dalam dan di luar lapangan. Dalam olahraga, penelitian kepemimpinan berfokus pada hubungan pelatih-atlet (Jowett, 2017, p. 154). Terdapat lima dimensi dalam perilaku kepemimpinan pelatih yaitu: (1) *Training and instruction*, merupakan fungsi utama seorang pelatih. Pelatih bertanggung jawab untuk melatih dan memberikan instruksi kepada atlet dalam usahanya membantu atlet mencapai potensi fisik maksimum. (2) Perilaku demokratis, merefleksikan kebebasan pelatih untuk melibatkan atlet dalam proses pengambilan keputusan. (3) Perilaku autokratis, merefleksikan sejauh mana seorang pelatih harus terpisah dari atlet dan menekankan kekuasaannya sebagai seorang pelatih, hal ini diharapkan akan menimbulkan kepatuhan atas setiap keputusan yang diambil pelatih. (4) Dukungan sosial, merefleksikan sejauh mana keterlibatan pelatih dalam pemenuhan kebutuhan interpersonal atlet. (5) Umpan balik positif, merefleksikan umpan balik berupa pujian dan penghargaan pelatih atas kontribusi dan performa atlet.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi pengembangan ketangguhan mental atlet adalah hubungan antara atlet dan pelatih. Hal ini berdasarkan gagasan seorang pelatih dalam melaksanakan tugas diharuskan membangun

komunikasi yang positif dengan atlet. Hubungan pelatih-atlet dalam proses latihan berkontribusi positif terhadap keberhasilan pengembangan potensi atlet, sebaliknya bila diabaikan akan menghambat kesuksesan pengembangan potensi. Hubungan pelatih-atlet merupakan “situasi di mana kognisi, perasaan dan perilaku pelatih dan atlet saling terkait dan saling berhubungan secara kausal” (Wekesser, et al., 2021, p. 490).

Pentingnya dan motivasi untuk mempelajari dinamika antarpribadi pelatih-atlet terletak pada penerapan praktisnya, memberikan peluang bagi pelatih untuk menjadi lebih efektif ketika mengelola pertukaran antarpribadi mereka. Hubungan pelatih-atlet dibangun seiring berjalannya waktu, dengan keterlibatan yang berkepanjangan akan bermanfaat bagi hubungan yang positif (Sandström, et al., 2018, p. 395). Keberhasilan dalam hubungan pelatih-atlet dapat dicapai ketika mereka bekerja sama untuk mencapai satu tujuan, yaitu “tujuan bersama”, dimana para atlet dalam penelitian ini sangat menghargai proses penetapan tujuan bersama.

Hubungan pelatih-atlet merupakan komunikasi yang intensif antara atlet dan pelatih. Efektivitas seorang pelatih dalam melakukan persiapan teknis, taktis dan strategis, serta mengorganisir, mengevaluasi dan mengarahkan atlet, akan bergantung pada hubungan yang dibangun antara pelatih-atlet (Gullu, et al., 2020, p. 9). Weinberg, et al., (2021, p. 490) menjelaskan bahwa untuk membentuk hubungan yang nyaman dan penuh kepercayaan antara pelatih dan atlet adalah tugas yang berat. Hal ini disebabkan oleh sikap, perasaan dan motivasi yang terlibat sulit untuk

dikendalikan, misalnya pada sepakbola wanita terdapat ketertarikan pada pelatih yang berjenis kelamin berbeda.

Jowett (2017, p. 155) menjelaskan hubungan pelatih-atlet merupakan sebuah situasi dimana pelatih dan atlet membangun perasaan, pikiran, dan perilaku yang saling terkait. Terdapat tiga dimensi hubungan pelatih-atlet yaitu, kedekatan emosional, komitmen, dan perilaku komplementer. Dimensi pertama adalah kedekatan emosional, menggambarkan keterikatan afektif antara atlet dan pelatih seperti saling menghormati, saling mempercayai, dan menghargai satu sama lain. Kedua komitmen, menggambarkan keterikatan kognitif dan berorientasi jangka panjang satu sama lain. Terakhir perilaku komplementer, menggambarkan transaksi perilaku antara pelatih-atlet seperti perilaku saling kerjasama dan kontributif. Fenomena yang banyak terjadi saat ini adalah seorang atlet yang memiliki kemampuan dan keterampilan yang baik gagal berprestasi karena mentalitas yang rendah, fokus dan konsentrasi atlet terganggu, sehingga berpengaruh pada penampilan atlet tersebut saat berkompetisi.

*Elite Pro Academy* adalah sistem liga sepak bola kelompok usia yang dikelola, diselenggarakan, dan dikendalikan oleh PSSI. Sistem ini diperkenalkan pada awal 2018 dan diselenggarakan untuk pertama kalinya pada tahun 2018. Sistem ini mencakup kelompok usia di bawah 16 tahun sejak 2018, di bawah 18 dan di bawah 20 tahun sejak 2019. *Elite Pro Academy* ini dilaksanakan bersamaan dengan gelaran Liga 1. Kompetisi ini diikuti oleh 18 tim Liga 1. Salah satu Klub *Elite Pro Academy* yaitu

Bhayangkara EPA yang bermarkas di Mapolda Jawa Timur, Indonesia. Bhayangkara FC U-18 berhasil menjuarai EFA U-18 usai mengalahkan PSIS Semarang U-18 dengan skor 1-0 pada partai final. Sedangkan tim U-16 sukses menjadi runner up EFA U-16 setelah kalah 1-2 dari Tira Persikabo U-16 di laga puncak. Sedangkan Bhayangkara FC U20 mendapatkan peringkat ke 4 setelah dikalahkan oleh PSIS.

Berdasarkan hasil observasi pada pemain sepakbola Bhayangkara *Elite Pro Academy* (EPA) pada bulan Januari 2023 selama bergulirnya kompetisi, dari 10 pertandingan yang telah dijalani, Bhayangkara *Elite Pro Academy* (EPA) berhasil menorehkan 4 kemenangan, 2 kali hasil seri, dan 4 kali mengalami kekalahan. Seluruh kekalahan tersebut didapatkan saat Bhayangkara *Elite Pro Academy* (EPA) bertandang atau bertindak sebagai tim tamu. Faktor tekanan dari pendukung tim tuan rumah disebut sebagai penyebab kekalahan-kekalahan tersebut. Secara teknis para pemain Bhayangkara *Elite Pro Academy* (EPA) sudah menampilkan permainan yang sesuai dengan strategi dan instruksi pelatih, namun tekanan dari pendukung tim tuan rumah seperti intimidasi secara verbal melalui nyanyian dan cemoohan disebut mempengaruhi mental pemain-pemain yang berakibat terhadap performa permainan. Berbeda halnya saat bertindak sebagai tuan rumah yang mendapat dukungan penuh dari pendukungnya di stadion.

Masalah lainnya yaitu pemain kurang memiliki kepercayaan diri dan ragu dengan kemampuan yang dimiliki oleh dirinya, sehingga pemain menjadi tegang dan putus asa terlebih dalam menentukan keputusan saat akan



melakukan *shooting*. Saat pertandingan berlangsung, biasanya atlet mengalami tekanan yang dipengaruhi oleh kondisi lawan tandangnya, situasi lapangan termasuk penonton. Saat situasi tersebut, pastinya dibutuhkan komunikasi yang efektif antara pelatih dengan atlet secara singkat, padat dan jelas, sehingga atlet dapat mengerti nasihat dan pendapat yang diberikan oleh pelatih.

Hasil pengamatan peneliti, proses latihan sudah tampak terjalin komunikasi interpersonal pelatih dengan atlet. Interaksi antara atlet dan pelatih cukup baik. Pelatih menggunakan komunikasi verbal maupun nonverbal saat memberikan penjelasan maupun memberikan contoh gerakan. Akan tetapi atlet masih mengalami kendala dari maksud yang diberikan pelatih. Berdasarkan hasil wawancara dengan 12 atlet, menunjukkan bahwa 9 atlet kurang memahami perintah pelatih. Akibat *miss communication* yang dialami antara atlet dan pelatih, tingkat pemahaman dan tingkat keseriusan atlet berbeda. Beberapa atlet memahami maksud dari arahan yang diberikan namun atlet yang lain tidak memahami arahan yang diberikan oleh pelatih tersebut, sehingga atlet kurang termotivasi mengikuti latihan.

Penelitian sebelumnya menunjukkan pelatih olahraga memiliki kemampuan untuk mempengaruhi atlet secara signifikan melalui perilaku, tindakan komunikatif, dan lingkungan yang mereka ciptakan (Felton & Jowett, 2013). Hubungan pelatih-atlet yang positif diakui dapat meningkatkan partisipasi, kepuasan atlet, harga diri, dan peningkatan kinerja (Peng, et al., 2020). Temuan penelitian Foulds, et al., (2019) mendukung hubungan yang

bersifat diadik. Para atlet lebih memilih pelatih yang memiliki pandangan positif dan pola pikir yang berpusat pada atlet, dengan pendengaran aktif dan penetapan tujuan individual yang dianggap sebagai ciri utama dalam mengembangkan hubungan positif.

Korelasi yang signifikan ditemukan antara dua faktor termasuk keterikatan pelatih-atlet, dukungan pelatih yang dirasakan, harga diri, dan kesejahteraan subjektif. Kesejahteraan subjektif adalah evaluasi subjektif atas kebahagiaan, dan terdiri dari kepuasan hidup, serta pengalaman pengaruh positif dan negatif (Diener, et al., 2018; Geng, 2018). Di sisi lain, keterikatan dengan pelatih sangatlah penting (Kim & Park, 2020). Pelatih memberikan *platform* pertumbuhan kepada atlet, dan mendorong mereka untuk menghadapi tantangan dan mengembangkan keterampilan baru. Keterikatan pelatih-atlet yang tidak aman dapat menghalangi atlet untuk menerima dukungan dari pelatih. Misalnya, penghindaran keterikatan dapat mengakibatkan penurunan kemungkinan atlet memperoleh dukungan sosial dari pelatih, dan kecemasan keterikatan dapat mengakibatkan penurunan persepsi subjektif dan kepuasan terhadap dukungan atlet dari pelatih (Barnum & Perrone-McGovern, 2017).

Paparan di atas tentunya menarik untuk dikaji dan diteliti lebih dalam, oleh karena itu, peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Tipe Kepemimpinan Pelatih dan Hubungan Pelatih-Athlet terhadap Ketangguhan Mental Pemain Sepakbola Bhayangkara *Elite Pro Academy*”.

## B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, ada beberapa hal yang dapat diidentifikasi dari permasalahan tersebut yaitu:

1. Bhayangkara *Elite Pro Academy* (EPA) mengalami kekalahan saat bertandang atau bertindak sebagai tim tamu.
2. Faktor tekanan dari pendukung tim tuan rumah merupakan penyebab kekalahan Bhayangkara *Elite Pro Academy* (EPA).
3. Tekanan dari pendukung tim tuan rumah seperti intimidasi secara verbal melalui nyanyian dan cemoohan disebut mempengaruhi mental pemain-pemain yang berakibat terhadap performa permainan.
4. Pemain kurang memiliki kepercayaan diri dan ragu dengan kemampuan yang dimiliki oleh dirinya, terlebih dalam menentukan keputusan saat akan melakukan *shooting*.
5. Atlet masih mengalami kendala dari maksud yang diberikan pelatih. Akibat *miss communication* yang dialami antara atlet dan pelatih, tingkat pemahaman dan tingkat keseriusan atlet berbeda.
6. Beberapa atlet memahami maksud dari arahan yang diberikan namun atlet yang lain tidak memahami arahan yang diberikan oleh pelatih tersebut, sehingga atlet kurang termotivasi mengikuti latihan.
7. Pengaruh tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA belum diketahui.

### **C. Pembatasan Masalah**

Dari identifikasi masalah di atas jelas bahwa permasalahan yang terkait sangat luas, karena banyaknya masalah yang terkait dengan kemampuan tendangan penalti, maka peneliti akan memfokuskan pada masalah yang berkaitan dengan pengaruh tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka yang menjadi masalah pokok dalam penelitian adalah:

1. Adakah pengaruh tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA?
2. Adakah pengaruh hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA?
3. Seberapa besar kontribusi tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini sesuai dengan permasalahan yang ada, yaitu:

1. Untuk mengetahui pengaruh tipe kepemimpinan pelatih terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA.

2. Untuk mengetahui pengaruh hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA.
3. Untuk mengetahui kontribusi tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik secara teoretis maupun praktis sebagai berikut:

1. Secara teoritis
  - a. Secara teoritis, penelitian ini di harapkan dapat bermanfaat memberikan sumbangan perkembangan ilmu pengetahuan khususnya mengenai pengaruh tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA.
  - b. Sebagai bahan acuan dan bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya.
2. Secara Praktis
  - a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang ilmu yang telah dipelajari selama studi dan pengalaman penulis dalam bidang kepelatihan olahraga.
  - b. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi maupun saran bagi pemain yang membutuhkan cara untuk meningkatkan ketangguhan mental pemain sepakbola.

- c. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi, pembanding, dan acuan untuk penelitian selanjutnya dengan menambah wawasan atau variabel lain, sehingga berguna untuk para pemain yang membutuhkan.

## **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

### **A. Kajian Teori**

#### **1. Hakikat Sepakbola**

##### **a. Pengertian Sepakbola**

Sepakbola merupakan salah satu cabang yang digemari oleh masyarakat Indonesia. Olahraga ini sudah memasyarakat di kalangan bawah hingga kalangan atas. Di Indonesia olahraga sepakbola sudah dikenal berpuluh-puluh tahun, tetapi belum mampu bersaing di tingkat dunia. Saat ini di Indonesia, sepakbola mengalami perkembangan yang sangat pesat (Komarudin & Risqi, 2020, p. 1). Sepakbola adalah olahraga bola besar dimana kedua tim berusaha mencetak gol ke gawang lawan untuk memperoleh kemenangan (Sintonen & Nicholls, 2018, p. 3).

Sepakbola merupakan permainan beregu dimana setiap pemain mempunyai posisinya masing-masing, seperti penjaga gawang (*goalkeeper*), pemain bertahan (*defender*), pemain tengah (*midfielder*) dan pemain menyerang (*forward*) (Jamil & Kerruish, 2020, p. 112). Permainan sepakbola modern saat ini lebih mengutamakan permainan secara menyeluruh yang melibatkan semua pemain di dalamnya. Permainan sepakbola dimainkan oleh 22 orang pemain yang dibagi menjadi 2 tim, kedua tim saling menyerang ke daerah pertahanan tim lawan dengan maksud dan

tujuan mencetak gol sebanyak-banyaknya guna memenangkan pertandingan (Corluka, et al., 2018, p. 77; Caro, et al., 2021, p. 2795).

Permadi (2020, p. 5) menyatakan sepakbola merupakan permainan yang digemari oleh banyak orang, dan dari berbagai kalangan masyarakat. Sepakbola dimainkan oleh 11 orang pemain untuk masing-masing tim dengan menggunakan bola. Sepakbola sebagai olahraga, terdapat beberapa komponen, yaitu teknik, taktik, fisik, dan mental. Dalam setiap pertandingan sepakbola, setiap tim pasti memiliki taktik, teknik dan juga permainan individu yang berbeda-beda. Selain itu di dalamnya juga terdapat drama yang menegangkan. Terdapat banyak emosi yang keluar pada saat pertandingan sepakbola berlangsung, ada tawa saat tim yang dibela berhasil mencetak gol dan memenangkan pertandingan, ada sedih saat tim yang dibela kalah dalam pertandingan, serta masih banyak kejadian dalam sepakbola yang tidak terduga.

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling digemari di seluruh dunia yang bisa dimainkan oleh semua orang baik laki-laki maupun perempuan secara berkelompok. Masing-masing tim mempertahankan sebuah gawang dan mencoba menjebol gawang lawan. Permainan boleh dilakukan dengan seluruh bagian badan kecuali dengan kedua lengan (tangan). Hampir seluruh permainan dilakukan dengan keterampilan kaki, kecuali penjaga



gawang dalam memainkan bola bebas menggunakan anggota badannya, baik dengan kaki maupun tangan. Jenis permainan ini bertujuan untuk menguasai bola dan memasukkan ke dalam gawang lawannya sebanyak mungkin dan berusaha mematahkan serangan lawan untuk melindungi atau menjaga gawangnya agar tidak kemasukan bola (Anggrain & Widodo, 2021, p. 103).

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sepakbola adalah suatu permainan beregu yang dimainkan masing-masing regunya terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang yang dimainkan dengan tungkai, dada, kepala kecuali penjaga gawang diperbolehkan menggunakan lengan dan tangan di area kotak penalti.

#### **b. Teknik Dasar Sepakbola**

Teknik dasar bermain sepakbola merupakan semua gerakan yang diperlukan untuk bermain sepakbola, dan untuk dapat bermain sepakbola dengan baik, seorang pemain perlu meningkatkan keterampilan teknik dasar sepakbola tersebut. Pendapat Rizhardi (2020, p. 2) bahwa teknik dasar bermain sepakbola meliputi teknik tanpa bola dan teknik dengan bola. Ditinjau dari pelaksanaan permainan sepakbola bahwa, gerakan-gerakan yang terjadi dalam permainan adalah gerakan-gerakan dari badan dan macam-macam cara memainkan bola. Pendapat Abdullaeva (2021, p. 71) bahwa teknik dasar dalam sepakbola terdiri

dari teknik menendang bola, menahan bola, menggiring bola, menyundul bola, gerak tipu, merebut bola, lemparan ke dalam, dan teknik penjaga gawang.

Ditinjau dari pelaksanaan permainan sepakbola bahwa, gerakan-gerakan yang terjadi dalam permainan adalah gerakan-gerakan dari badan dan macam-macam cara memainkan bola. Para ahli sepakbola sepakat bahwa faktor penting dan berpengaruh serta dibutuhkan dalam permainan sepakbola adalah teknik dasar permainan sepakbola yang harus dikuasai oleh para pemain. Teknik dasar dalam sepakbola terdiri dari teknik menendang bola, menahan bola, menggiring bola, menyundul bola, gerak tipu, merebut bola, lemparan ke dalam, dan teknik penjaga gawang (Slaidiņš & Fernāte, 2021, p. 456).

Teknik dasar yang perlu dimiliki oleh pemain sepakbola adalah menendang (*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan ke dalam (*throw-in*), dan menjaga gawang (*goal keeping*). Teknik dasar sepakbola merupakan keterampilan ataupun kemampuan yang dimiliki seorang pemain untuk melakukan gerakan yang berhubungan dengan sepakbola (Clemente & Sarmiento, 2020, p. 100). Keterampilan dasar bermain sepakbola adalah kemampuan menerapkan berbagai keterampilan yang berfaedah yang ditunjukkan

dengan tingkat kemahiran dan derajat keberhasilan yang konsisten dalam bermain sepakbola (Sigmundsson, et al., 2022, p. 3).

Permainan sepakbola terdapat beberapa macam teknik dasar, yaitu mengoper bola (*passing*), menendang bola (*shooting*), menyundul bola (*heading*) dan menggiring bola (*dribbling*). Beberapa teknik dasar bermain sepakbola yang harus dikuasai adalah *passing, control, dribbling, shooting* dan *heading* (Atiq, et al., 2021, p. 91) Beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain sepakbola adalah menendang (*shooting*), menghentikan atau mengontrol (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), mengumpan (*passing*), lemparan ke dalam (*throw in*) dan menjaga gawang (*goalkeeping*) (Kuncoro & Santosa, 2021, p. 109).

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa teknik dasar bermain sepakbola merupakan semua gerakan yang diperlukan untuk bermain sepakbola, dan untuk dapat bermain sepakbola dengan baik. Teknik dasar yang perlu dimiliki oleh pemain sepakbola adalah menendang (*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan ke dalam (*throw-in*), dan menjaga gawang (*goal keeping*).

## **2. Ketangguhan Mental**

### **a. Pengertian Ketangguhan Mental**

Ketangguhan mental dapat mengukur semangat dan kepercayaan diri individu, dan mampu memprediksi kesuksesan dalam ranah pendidikan, tempat kerja, atau olahraga sebagai konsep yang luas. Ketangguhan mental adalah topik penting dalam beberapa topik studi karena memiliki beberapa aspek utama seperti kepercayaan diri, kontrol perhatian, ketahanan, pemikiran sukses, optimisme, kesadaran, regulasi emosional, kemampuan untuk menangani tantangan, atau kemampuan untuk berpikir konteks yang dapat memfasilitasi seseorang untuk mengakses file pencapaian tujuan saat menghadapi tekanan (Aryanto & Larasati, 2020, p. 307).

Pendapat Ikhrum, dkk., (2020, p. 3) bahwa ketangguhan mental memfasilitasi keunggulan psikologis bagi atlet. Ini membantu individu tampil lebih baik daripada lawannya dan berusaha untuk sukses di bawah tekanan. Bekerja dengan atlet elit, menggunakan istilah ketangguhan mental untuk menunjukkan toleransi stres dan kinerja maksimal; secara eksplisit, kemampuan untuk tampil secara konsisten ke arah atas berbagai keterampilan dan bakat seseorang terlepas dari keadaan. Meskipun ketangguhan mental berasal dari psikologi olahraga, namun sejak itu berkembang menjadi konstruksi psikologis yang meresap terkait dengan keberhasilan kinerja di

berbagai pengaturan yang diterapkan (pendidikan, pekerjaan, kesehatan, dan lain-lain).

Abdillah, dkk., (2021, p. 2) menyatakan bahwa ketangguhan mental telah dikonseptualisasikan sebagai sumber daya psikologis yang memungkinkan seseorang untuk menggunakannya mencapai perilaku yang mengarah pada tujuan dengan berbagai macam tekanan dan kesulitan. Ketangguhan mental merupakan kondisi dimana seseorang memiliki perilaku defensif dalam semua situasi yang terbuka perbaikan dan pengembangan, sehingga seseorang bisa mengarah ke tujuannya. Ketangguhan mental merupakan perpaduan antara ciri-ciri kepribadian yang memungkinkan keunggulan dalam pencapaian, di mana kemampuan ini berada penting bagi seseorang untuk memiliki identifikasi dan pembangunan yang bisa dilakukan secara teratur sekalipun akan ada tantangan kesulitan dan tekanan.

Ketangguhan mental didefinisikan sebagai kapasitas pribadi untuk menghasilkan kinerja subjektif atau objektif tingkat tinggi terlepas dari tantangan, pemicu stres, atau kesulitan. Atlet yang memiliki ketangguhan mental yang tinggi lebih mampu mengatur emosi negatif dan berpotensi melemahkan seperti kecemasan persaingan (Schaefer, et al., 2016, p. 309). Konsep ketangguhan mental baru-baru ini menarik perhatian yang signifikan dari para peneliti psikologi olahraga yang mencoba memahami bagaimana

faktor-faktor psikologis dapat mendukung kesuksesan dalam olahraga.

Secara luas, ketangguhan mental sendiri dikenal sebagai komponen yang mengantarkan pada kesuksesan dalam olahraga. Menjaga performa atlet selama menghadapi kesulitan, perasaan tertekan saat bertanding, menjaga pikiran, perasaan dan mengontrol perilaku dalam keadaan yang dapat menimbulkan stres. Secara khusus, individu dengan tingkat ketangguhan mental yang lebih tinggi cenderung tidak percaya bahwa tuntutan yang dikenakan oleh situasi tertentu melebihi sumber daya yang tersedia untuk mengatasi (Zeiger & Zeiger, 2018, p. 2). Secara khusus, ketangguhan mental sering digunakan untuk menggambarkan istilah yang luas yang mencerminkan kemampuan seorang atlet untuk mengatasi secara efektif dengan pelatihan dan tuntutan persaingan dalam upaya untuk tetap tangguh (Liew, et al., 2020, p. 381).

Para ahli umumnya setuju bahwa ketangguhan mental adalah sumber daya psikologis yang memungkinkan atlet untuk memulai dan mempertahankan upaya yang berorientasi pada tujuan untuk mencapai tingkat kinerja yang optimal dalam menghadapi stres yang bervariasi dalam durasi, frekuensi, dan intensitas (Stamatis, et al., 2020, p. 2). Ketangguhan mental mengacu pada kumpulan sumber daya pribadi (melekat dan dikembangkan) yang terkait dengan atlet. Mengejar tingkat kinerja atletik yang optimal, terlepas dari tuntutan

situasional positif dan negatif. Individu yang kuat secara mental akan menunjukkan pola reaktivitas yang berbeda terhadap stres, daripada individu yang kurang tangguh. Selain itu, bahwa perilaku yang dapat diamati dapat secara konsisten dicatat pada individu yang tangguh secara mental, dan daftar pemeriksaan perilaku dapat dibuat untuk aktivitas tertentu.

Situasi merupakan kondisi yang memberikan tuntutan tinggi akan ketangguhan mental seperti ketika dalam keadaan cedera, sedang menjalani masa rehabilitasi cedera, persiapan untuk latihan dan kompetisi, tantangan di dalam dan di luar lapangan, tekanan sosial, serta tekanan internal (kelelahan dan kurang percaya diri), dan tekanan eksternal (situasi ketika bertanding, suporter, dan resiko fisik). Situasi ini merupakan faktor yang memengaruhi atau keadaan yang membutuhkan ketangguhan mental di dalam diri atlet. Atlet sendiri juga jarang menyadari bahwa kegagalan untuk mencapai targetnya lebih karena persiapan strategi mental yang minim atau bahkan dapat dibilang tidak memadai. Baru setelah kompetisi, persentase terbesar dari alasan biasanya dikaitkan dengan aspek mental dan emosional dalam permainan (Titisari & Haryanta, 2018, p. 52).

Salah satu permasalahan yang dihadapi atlet terkait dengan mental adalah kecemasan. Hal ini sejalan dengan yang disampaikan oleh Titisari dan Haryanta (2018, p. 52) bahwa permasalahan mental

dalam pertandingan yang berpengaruh pada performa atlet adalah kecemasan bertanding. Ketangguhan mental bermanfaat agar atlet mampu bertahan dan melalui beragam hambatan, kesusahan, atau tekanan yang dialami terutama dalam mengurangi tingkat kecemasan dalam pertandingan (Raynadi, dkk., 2016, p. 150). Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Algani, dkk., (2018, p. 93) pada atlet bola voli menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara ketangguhan mental dan kecemasan menghadapi pertandingan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin mampu seorang atlet untuk bersikap positif terhadap tekanan, maka semakin rendah kecemasannya dalam menghadapi kompetisi.

Ketangguhan mental atlet dapat terus berkembang atau dikembangkan dengan salah satunya melalui serangkaian proses latihan. Nurhuda dan Jannah (2018, p. 2) menyebutkan bahwa *mental toughness* merupakan kumpulan nilai, sikap, perilaku, dan emosi yang membuat atlet mampu bertahan dan melalui beragam hambatan, kesusahan, atau tekanan yang dialami. *Mental toughness* dipandang sebagai unsur penting yang dapat membentuk seorang atlet yang sukses menjadi juara. *Mental toughness* menjadikan atlet percaya diri dan selalu siap untuk menghadapi pertandingan serta siap menerima apapun hasilnya. Bila seorang atlet telah memiliki *mental toughness* yang baik, maka akan memungkinkannya untuk



mendapatkan prestasi yang terus meningkat bahkan dapat mempertahankan prestasinya.

Ketangguhan mental merupakan sumber daya psikologis seperti keadaan yang memiliki tujuan, fleksibel, dan efisien di alam untuk berlakunya dan pemeliharaan pengejaran yang diarahkan pada tujuan. Ketangguhan mental adalah kemampuan untuk mengatasi stresor olahraga dan juga memungkinkan seseorang untuk tampil dengan konsistensi dan kontrol, terutama selama situasi tekanan. Tambahan, ketangguhan mental mencakup keterampilan psikologis untuk percaya pada diri sendiri, tetap fokus pada mencapai tujuan yang ditetapkan, mampu mengendalikan lingkungan, menangani tekanan sambil tetap berkinerja baik, dan menangani kegagalan dan kesuksesan. Ketangguhan mental dianggap sebagai sifat kepribadian yang mengurangi efek stres pada fase pertama dan mendukung adaptasi (Kilic & Yildirim, 2020, p. 160).

Hermahayu (2021, p. 47) menyatakan bahwa banyak definisi telah diberikan untuk menjelaskan mental ketangguhan termasuk sebagai kemampuan seseorang untuk menangani situasi yang merugikan dan kegagalan. Lebih lanjut menjelaskan bahwa ketangguhan mental juga mencakup coping yang efektif dan kemampuan untuk bangkit kembali dari situasi yang merugikan, ketekunan, dan ketahanan. Individu dengan ketangguhan mental juga telah ditandai dengan kemandirian yang tinggi, kepercayaan diri,

mampu mengatasi lebih baik dengan pengalaman hidup yang merugikan, dan dengan rasa tanggung jawab yang besar. Menciptakan latihan fisik lingkungan yang keras, lingkungan mental yang positif, dan memberikan kesempatan belajar ketangguhan mental adalah tema yang muncul sebagai strategi yang digunakan pelatih untuk membangun mental yang tangguh atlet.

Ketangguhan mental secara umum didefinisikan sebagai faktor psikologis alami atau berkembang yang memungkinkan atlet untuk mengatasi saingan mereka dalam situasi seperti pelatihan dan kompetisi, berdasarkan kompetensi mental mereka. Definisi lain, ketangguhan mental; situasi negatif seperti kegagalan, konflik dan tanggung jawab intensif adalah dinyatakan sebagai kapasitas psikologis positif yang dapat dikembangkan untuk mencapai motivasi dan lama kinerja. Atlet yang tahan mental melakukan berbagai perilaku yang, p. membuat mereka nyaman secara emosional, tenang dan kuat (Kazim & Veysel, 2019, p. 225).

Sejumlah penelitian telah menunjukkan bahwa ketangguhan mental memainkan peran penting dalam kesuksesan kinerja olahraga. Dalam olahraga, atlet yang mempertahankan kemenangan yang belum pernah terjadi sebelumnya, mengatasi segala rintangan, bertahan dalam menghadapi kesulitan, dan bangkit dari ketertinggalan untuk menang sering digambarkan sebagai pemain yang tangguh secara mental. Ketangguhan mental pada umumnya

didefinisikan sebagai 'kapasitas pribadi untuk memberikan kinerja tinggi secara teratur meskipun bervariasi' derajat tuntutan situasional. Konseptualisasi ini menunjukkan bahwa ketangguhan mental mungkin lebih sedikit tentang karakteristik pribadi yang dimiliki individu dan lebih banyak tentang apa ini karakteristik pribadi memungkinkan mereka untuk melakukan (Nisa & Jannah, 2021, p. 36).

Hasil penelitian Cowden (2017, p. 1) menunjukkan bahwa mayoritas studi standar persaingan ketangguhan mental ( $N = 10$ ) menemukan perbedaan ketangguhan mental total (66,7%) atau subkomponen (71,4%), dengan atlet mental tangguh berpartisipasi di tingkat yang lebih tinggi kompetisi. Dari studi yang tersisa ( $N = 9$ ), sebagian besar terindikasi (77,8%) atlet yang lebih tangguh secara mental cenderung mencapai lebih banyak atau tampil lebih baik. Merujuk pada penelitian Clough (Yanti, 2017, p. 2) yang menyatakan apabila seorang atlet memiliki *mental toughness* yang lemah, maka segala situasi yang menekan dan situasi yang tidak menguntungkan akan cenderung menimbulkan reaksi negatif, seperti gugup dalam bertanding, kehilangan konsentrasi, emosi yang tidak stabil, dan perilaku yang di luar kendali internal atlet. Sebaliknya apabila atlet memiliki *mental toughness* yang tinggi maka reaksi yang muncul akan cenderung positif, misalnya motivasi meningkat karena tensi pertandingan yang meningkat, mampu tetap fokus

meskipun skor yang didapat masih tertinggal dan tetap tenang walaupun mendapat tekanan dari supporter.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa secara operasional *mental toughness* (ketangguhan mental) merupakan suatu sikap atau penilaian diri terhadap reaksi emosi positif khususnya atlet untuk mengatasi kendala, kesulitan, bahkan tekanan, agar tetap menjaga konsentrasi dan motivasi yang merupakan ketetapan hati dari energi positif untuk mencapai suatu tujuan dalam bertahan disepanjang pertandingan.

**b. Faktor yang Memengaruhi Ketangguhan Mental**

Ada beberapa faktor yang memengaruhi ketangguhan mental. Bahari, et al., (2016, p. 6) menyatakan bahwa saat ini, karakteristik psikologi kognitif dan khususnya faktor motivasi, kepercayaan diri, kemampuan menghadapi dan tanda-tanda yang berhubungan dengan kecemasan dan interpretasinya sebagai faktor fasilitasi dalam kondisi di bawah tekanan telah diterima sebagai faktor terpenting dalam mencapai kesuksesan dalam setiap acara olahraga. Di antara faktor-faktor kognitif ini, ketangguhan mental telah dianggap sebagai salah satu karakteristik yang paling efektif dalam mencapai keberhasilan dalam olahraga. Ketangguhan mental meliputi kemampuan menghadapi tekanan dan kesulitan, melewati rintangan dan kekalahan, konsentrasi pada tujuan, menjaga kedamaian dan kenyamanan setelah kekalahan, kinerja yang stabil di tingkat

persaingan yang lebih tinggi dan menjadi kompetitif, yang membuat atlet kuat, membuat mereka berhasil bertindak di bawah kondisi yang sulit dan penuh tekanan seperti sebagai berolahraga, kompetisi, dan setelah kompetisi.

Lebih lanjut Bahari, et al., (2016, p. 6) menyatakan bahwa para peneliti percaya bahwa dibandingkan dengan kemampuan fisik, ketangguhan mental terutama pada atlet pada tingkat keterampilan yang lebih tinggi dapat menciptakan perbedaan yang lebih besar dalam hasil kinerja atletik mereka. Atlet, pelatih, dan psikolog terapan dalam olahraga berulang kali menekankan pada ketangguhan mental sebagai salah satu karakteristik mental terpenting, yang memiliki kaitannya dengan peningkatan hasil dan keberhasilan dalam olahraga profesional. Ketangguhan mental dapat dikembangkan melalui penerapan keterampilan kognitif yang efektif dan digunakan secara efektif. Sebagian besar peneliti telah mempelajari efektivitas keterampilan kognitif sebagai faktor intervensi dalam meningkatkan kinerja olahraga.

Hasil penelitian Susanto (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara ketangguhan mental dengan kecemasan bertanding pada atlet beladiri Lamongan'. Setelah dilakukan uji hipotesis dapat diketahui bahwa hubungan antara variabel ketangguhan mental dan kecemasan bertanding memiliki hasil yang signifikan, artinya terdapat hubungan antara ketangguhan mental dengan kecemasan

bertanding pada atlet bela diri Lamongan. atlet yang mendapatkan skor tinggi pada variabel ketangguhan mental cenderung memiliki kecemasan bertanding yang rendah.

Hasil penelitian Hoover et al., (2017, p. 604) menunjukkan bahwa pada atlet basket, kondisi persaingan secara statistik berhubungan signifikan dengan kecemasan, suasana hati dan kinerja yang ditunjukkan saat pertandingan. Ketangguhan mental diperlukan dalam menghadapi suatu masalah terutama dibawah tekanan seperti kecemasan. Ketangguhan mental dikaitkan dengan prestasi gemilang dan dikaitkan dengan karakteristik juara olahraga. Contohnya termasuk deskripsi seperti ketangguhan mental yang memiliki "lebih berkaitan dengan kemenangan daripada melakukan atribut fisik yang jelas seperti kecepatan dan kekuatan", aset paling penting bagi seorang atlet, dan kritis untuk dimiliki jika jam-jam panjang pelatihan berat yang terkait dengan kinerja tingkat atas harus dipertahankan.

Hasil penelitian Retnoningsasy & Jannah (2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *mental toughness* dengan kecemasan olahraga sehingga hipotesis (Ha) penelitian diterima. Hubungan antar kedua variabel tersebut memiliki arah hubungan yang negatif, berarti semakin tinggi tingkat *mental toughness* atlet maka semakin rendah tingkat kecemasan

olahraga. Sebaliknya, semakin rendah tingkat mental toughness atlet, justru semakin tinggi tingkat kecemasan olahraga yang dirasakan.

Omar-Fauzee, et al., (2012, p. 332) menyatakan bahwa bagian penting yang dapat menetapkan keberhasilan pada atlet di arena perlombaan, diantaranya adalah mental yang tangguh. Selain itu, atlet yang dibekali dengan ketangguhan dan kekuatan mental lebih banyak cenderung memotivasi, bersosialisasi, semangat untuk bersaing, selalu tenang dan santai dan ini atlet dikaitkan dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi dan keyakinan yang kuat dalam kinerja olahraga. Selanjutnya bahwa atlet dengan kekuatan mental yang tinggi akan memungkinkan mereka untuk bersaing dalam berbagai situasi dan atlet ini memiliki kemampuan yang relatif rendah kecemasan dan kegugupan dibandingkan atlet yang memiliki kekuatan mental rendah. Demikian pula dengan kekuatan mental yang lebih kuat atlet harus mampu mengatasi situasi stres kompetitif karena eksternal (yaitu, manajer, pelatih, dan penggemar) dan faktor internal (yaitu, takut sukses, takut kegagalan, dan masalah emosional).

*Mental toughness* dapat menjadikan seorang atlet untuk tetap merasa rileks, tenang, dan bersemangat, karena dapat mengembangkan dua keterampilan yaitu mengalirkan energi positif seperti berpersepsi menghilangkan kesulitan dan berfikir untuk bersikap atau menghiraukan masalah, tekanan, kesalahan, dan

persaingan dalam suatu pertandingan. Selain itu, *mental toughness* merupakan ketetapan hati pada tingkat tinggi, menolak ditekan namun harus mampu untuk tetap fokus pada situasi menekan, serta kapasitas untuk bertahan di sepanjang pertandingan (Algani, dkk., 2018, p. 95).

Selain beberapa faktor yang disebutkan di atas, jenis kelamin juga menjadi prediktor ketangguhan mental. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara ketangguhan mental pesenam putra dan putri (Dolly & Chhikara, 2017, p. 100). Tidak hanya persiapan fisik bagi seorang atlet untuk bertanding, namun persiapan mental juga menjadi faktor penting dalam mempersiapkan sebuah pertandingan. Seorang atlet tidak hanya memiliki komponen ketangguhan mental, seperti percaya diri, pengendalian emosi, daya tahan, pola pikir sukses dan optimisme, tetapi juga memiliki ketangguhan mental yang dapat secara konsisten menahan semua komponen tersebut saat berada di bawah tekanan atau kesulitan.

Aspek ketangguhan mental ini dikatakan memfasilitasi pencapaian seseorang *achievement* ketika dihadapkan dengan baik (misalnya, kemenangan beruntun) dan negatif (misalnya, cedera) tekanan, kesulitan, dan tantangan (Gucciardi, et al., 2011, p. 202). Kapasitas seseorang mengenai kemampuannya mengelola potensi positif yang dimiliki agar tetap dalam kondisi emosi yang stabil,



percaya diri, dan optimisme, serta kemampuan untuk berkembang dalam kondisi stres, merupakan salah satu definisi di mana seseorang memiliki ketangguhan mental (Cowden, 2017, p. 1). Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi ketangguhan mental yaitu *Achievement level*, jenis kelamin, usia, pengalaman, dan jenis olahraga.

**c. Pilar Ketangguhan Mental**

Berbagai model dan kerangka ketangguhan mental telah dikembangkan yang dapat memberikan panduan bagaimana ketangguhan mental dapat dikembangkan. Dikonseptualisasikan sebagai konstelasi atribut psikologis, Weinberg & Gould (2015, p. 1-3) memberikan kerangka kerja yang berguna berdasarkan atribut penelitian ketangguhan mental yang mengkategorikan berbagai atribut ke dalam empat pilar ketangguhan mental, yaitu motivasi, kepercayaan diri, fokus perhatian, koping dengan tekanan. Oleh karena itu, meskipun ketangguhan mental agak berbeda dari satu olahraga ke olahraga lain dan di berbagai tingkat kompetisi, tampaknya ada konsistensi mengenai definisi dan karakteristik utamanya, yang secara umum termasuk dalam empat kategori tersebut. Dari perspektif praktis, pilar ketangguhan mental dapat memberikan kerangka kerja terstruktur yang digunakan untuk mengidentifikasi strategi untuk mengajar dan membangun ketangguhan mental. Keempat pilar tersebut dijelaskan di bawah dan

kemudian digunakan dalam kajian penelitian untuk menawarkan strategi praktis tentang bagaimana membangun ketangguhan mental dengan mengajarkan keterampilan mental atau menciptakan lingkungan yang sesuai (misalnya fisik, mental emosional, sosial).

#### 1) Motivasi

Menyadari bahwa jenis motivasi dan strategi motivasi tertentu lebih kondusif daripada yang lain untuk kinerja yang optimal, pilar ini berpusat pada tingkat dan jenis motivasi optimal yang diperlukan untuk mencapai tujuan. Motivasi untuk atlet yang tangguh secara mental akan mencakup keinginan kuat untuk sukses; kerelaan. Membangun ketangguhan mental untuk mendorong diri sendiri, bertahan dan bekerja keras; menetapkan tujuan yang sulit tetapi dapat dicapai; dan bangkit kembali dari kemunduran kinerja.

#### 2) Kepercayaan Diri

Dianggap sebagai salah satu karakteristik ketangguhan mental yang paling penting, pilar ini merangkum keyakinan atlet yang tangguh secara mental bahwa memiliki kemampuan untuk mencapai tujuan. Keyakinan yang kuat pada diri sendiri ini memungkinkan atlet yang tangguh secara mental untuk mengambil risiko yang terdidik, belajar dari kritik, mengendalikan pikiran dan perasaan yang tidak diinginkan, dan berharap bahwa hal-hal baik akan terjadi di masa depan.

### 3) Fokus perhatian

Mampu memusatkan perhatian pada isyarat yang relevan di lingkungan dan mempertahankan fokus itu meskipun ada gangguan, serta tidak membiarkan perhatian teralihkan dari prioritas, adalah ciri khas atlet yang tangguh secara mental. Atlet yang tangguh secara mental mempertahankan fokus perhatian seperti itu dengan berfokus pada pengendalian yang dapat dikontrol; tinggal di saat ini; fokus pada hal-hal positif; dan berfokus pada proses.

### 4) Mengatasi tekanan

Pilar ini berkaitan dengan kemampuan untuk bekerja di bawah tekanan dengan mengontrol jumlah dan sifat stres yang dialami. Berbagai aspek tekanan yang berkaitan dengan ketangguhan mental termasuk mengatasi kesulitan secara efektif; tetap tenang di bawah tekanan; menerima bahwa kecemasan tidak bisa dihindari dan menikmatinya; berkembang di bawah tekanan; dan menafsirkan kecemasan sebagai fasilitatif untuk kinerja.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa pilar ketangguhan mental di antaranya yaitu motivasi, kepercayaan diri, fokus perhatian, dan mengatasi tekanan.

## **d. Dimensi Ketangguhan Mental**

Pengukuran ketangguhan mental ini, berdasarkan pada aspek-aspek yang ditentukan oleh Clough (Coulter, et al., 2017, p. 2)

bahwa ketangguhan mental, pada dasarnya, merupakan perpanjangan dari sifat tahan banting dan selanjutnya merancang model 4Cs berbasis sifat, yang didefinisikan sebagai berkinerja baik dalam situasi yang menantang, komitmen (untuk tujuan sendiri), kontrol (kontrol emosi dan kontrol hidup), dan kepercayaan diri (keyakinan interpersonal dan keyakinan kemampuan). Di mana terlihat sekali dari dimensi-dimensi tersebut berbanding terbalik dengan atribut *competitive anxiety* seperti kecemasan kognitif, kecemasan afektif, kecemasan motorik, dan kecemasan somatik yang cenderung selalu berprasangka khawatir, ketakutan akan gagal, jantung berdebar-debar, gelisah, tegang, dan sembrono dalam menghadapi sebuah tekanan atau tantangan.

4CS dari ketangguhan mental menelusuri akarnya teori tahan banting Kobasa dan Maddli di mana mengusulkan sifat kepribadian yang stabil yang melindungi individu dari efek buruk stres pada kesehatan dan kinerja. Kepribadian tahan banting dicirikan oleh tiga sikap inti atau keyakinan yang mencerminkan komitmen seseorang terhadap pengalaman dalam hidup dan bekerja selama masa stres, rasa kontrol atas pengalaman mereka, dan pandangan situasi stres sebagai tantangan yang normal dan penting untuk pertumbuhan dan perkembangan (Tenenbaum & Eklund, 2020, p. 106).

Meskipun temuan penelitian hingga saat ini telah memberikan kejelasan konseptual lebih lanjut dalam memahami apa

yang merupakan ketangguhan mental (yaitu atribut esensial), implikasi penting dari pengetahuan ini telah digunakan untuk memacu penyelidikan lebih lanjut dalam mengeksplorasi bagaimana ketangguhan mental dikembangkan lebih lanjut sehingga dapat diukur. Atas dasar ini, maka telah diketemukan beberapa instrumen berupa skala yang dapat digunakan untuk mengungkapkan ketangguhan mental atlet. Instrumen-instrumen tersebut diantaranya telah dikembangkan oleh Dua psikolog olahraga, Dr Robert Harmison dari Universitas James Madison di AS dan Dr Michael Sheard dari York St John University di Inggris.

Menurut Gucciardi dkk., (2011), *mental toughness* memiliki empat dimensi, empat dimensi tersebut antara lain, p. (1) *Thrive though challenge*. *Thrive though challenge* merupakan sikap atau penilaian diri untuk mampu menghadapi suatu tantangan, entah itu yang berasal dari eksternal maupun internal. (2) *Sport awareness*. (3) *Sport awareness* merupakan nilai dan sikap yang relevan dengan performa tim ataupun individual. (4) *Though attitude*. *Though attitude* merupakan penilaian diri atau sikap yang mendasar dalam menghadapi tantangan ataupun tekanan yang bersifat positif maupun negatif. (5) *Desire success*. *Desire success* merupakan nilai dan sikap yang berhubungan dengan keberhasilan yang dicapai seorang atlet.

Menurut Sheard et al., (2009) terdapat tiga dimensi ketangguhan mental yang dimiliki seseorang yaitu:

1) *Confidence*

Kepercayaan diri yang tinggi dapat digambarkan sebagai keyakinan diri atau harga diri. Namun, kepercayaan diri tidak hanya mengacu pada keyakinan tentang kemampuan individu untuk melakukan atau mencapai tujuan (*self-efficacy*), tetapi juga kemampuan seseorang untuk bangkit kembali dari kegagalan dan meningkatkan potensi, dan lebih baik dari mental dan emosional lawan. Sebuah keyakinan diri yang tak tergoyahkan dalam kemampuan atlet untuk mencapai tujuan kompetisi merupakan atribut yang paling penting dari ketangguhan mental.

2) *Control*

Atlet yang memiliki kontrol yang tinggi memiliki fokus yang baik pada tugas yang ada dalam menghadapi gangguan kompetisi, dan mendapatkan kembali kontrol psikologisnya. Individu yang memiliki tingkat kontrol yang tinggi mampu menjaga emosinya, tetap tenang dan santai saat berada disituasi yang tertekan. Atlet dengan tingkat kontrol yang tinggi akan memiliki *locus of control internal* dan melihat ke dalam diri untuk penjelasan mengenai kemenangan, kerugian, dan

penampilan yang buruk dari pada faktor eksternal seperti wasit, rekan satu tim dan lain-lain.

### 3) *Consistency*

Penampilan yang baik dianggap hasil dari upaya, konsentrasi, tekad dan sikap yang konsisten. Ketekunan dan tujuan komitmen merupakan kunci dari komponen ketangguhan mental. Atlet konsisten selalu berusaha untuk menampilkan tekad, tanggung jawab pribadi, tidak pantang menyerah dan memberikan yang terbaik dalam kompetisi, dimana atlet yang konsisten tidak perlu diberitahu untuk mengatur dan berusaha mencapai tujuan, atlet akan memberikan upaya terbaik setiap saat dan tekun dalam menghadapi kesulitan. Atlet yang konsisten menjadi orang-orang yang paling diandalkan dan dipercaya oleh pelatih dan rekan timnya, karena kehandalan dan stabilitasnya dalam setiap situasi. Konsentrasi ini mencakup pendekatan mental dan fisik yang teguh untuk kinerja yang optimal diolahraga yang diinginkan oleh atlet dan pelatih.

Penelitian ini menggunakan pengukuran yang diadaptasi dari penelitian Gucciardi, et al., (2009). Skala ini bernama AfMTI (*Australian football Mental Toughness Inventory*). Skala ini terdiri atas 24 item yang mengukur empat faktor ketangguhan mental, *p. thrive through challenge, sport awareness, tough attitude*, dan *desire success*. Reabilitas internal dari alat ukur AfMTI termasuk dalam

kategori dapat diterima dengan koefisien *alpha cronbach* 0,70-0,81, dengan nilai minimum reliabilitas *alpha cronbach* adalah 0,70. Penggunaan AfMTI dalam penelitian ini mengalami penyesuaian jumlah pilihan jawaban menjadi empat agar diperoleh efektifitas dan efisiensi waktu.

### **3. Tipe Kepemimpinan Pelatih**

#### **a. Pengertian Perilaku Kepemimpinan Pelatih**

Relevansi teori kepemimpinan dengan olahraga menjadi semakin jelas ketika olahraga beregu dipandang sebagai sebuah organisasi formal. Olahraga beregu sesuai dengan deskripsi organisasi formal. Lebih jauh, dijelaskan bahwa olahraga beregu memiliki ciri: (a) terdapat identitas yang jelas; (b) memiliki daftar anggota, termasuk daftar jabatan dan status; (c) memiliki aktivitas yang terprogram dan divisi tenaga kerja sebagai usaha mencapai tujuan khusus; dan (d) memiliki tata cara pergantian anggota dan perpindahan anggota dari satu posisi ke posisi lain (Fransen, et al., 2020, p. 244). Dengan menganalogikan olahraga beregu sebagai sebuah organisasi formal, maka posisi pelatih dapat disamakan dengan manajemen. Fungsi manajemen seorang pelatih dapat bervariasi meliputi perencanaan secara umum, perencanaan keuangan, mengatur jadwal latihan, hubungan masyarakat, kepemimpinan dan sebagainya (Pedersen, et al., 2020, p. 43).



Gufon (2020, p. 73) mendefinisikan kepemimpinan sebagai sebuah proses perilaku mempengaruhi individu dan kelompok untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Nugroho, et al., (2023, p. 172) menjelaskan terdapat lima gaya kepemimpinan seorang pelatih, yaitu (a) *Builder*, pelatih mengembangkan sesuatu dari nihil pada tahap awal pengembangan klub; (b) *Revitalizer*, pelatih mengembalikan energi yang hilang ketika klub kehilangan momentum; (c) *Accelerator*, pelatih melanjutkan dan menambah momentum pada proses perubahan yang dimulai oleh orang lain; (d) *Turn-arounder*, pelatih terlibat dalam sebuah perubahan besar pada beberapa bagian klub yang mengalami kemunduran; dan (e) *Inheritor*, pelatih mewarisi kesuksesan pada suatu klub dan mencoba melanjutkan kesuksesan tersebut dengan gayanya sendiri.

Pelatih olahraga memiliki peran sebagai guru, bapak, dan teman. Sebagai seorang guru, pelatih disegani karena ilmunya, sebagai bapak dia dicintai, dan sebagai teman dia dapat dipercaya untuk tempat mencurahkan keluh kesah dalam hal pribadi sekalipun (Navkaria & Wijaya, 2021, p. 94). Selain adanya komunikasi antara pelatih dan atletnya, perlu adanya etika dalam proses berlatih dan melatih. Etika tersebut meliputi: (a) menghargai bakat atlet. (b) mengembangkan potensi yang dimiliki atlet, (c) memahami atlet secara individu, (d) mendalami olahraga untuk menyempurnakan

atlet, (e) jujur, (f) terbuka, (g) penuh perhatian, (h) mampu menerapkan sistem kontrol (Irianto, 2018, p. 26).

Pendapat Milsydayu & Kurniawan (2018, p. 10) pelatih adalah seseorang yang memiliki kemampuan professional untuk membantu mengungkapkan potensi atlet menjadi kemampuan yang nyata secara optimal dalam waktu relatif singkat. Pelatih adalah seseorang manusia yang memiliki pekerjaan sebagai perangsang (simulator) untuk mengoptimalkan kemampuan aktivitas gerak atlet yang dikembangkan dan ditingkatkan melalui berbagai metode latihan yang disesuaikan dengan kondisi internal dan eksternal individu pelakunya. Harsono (2017, p. 31) menyatakan bahwa “tinggi rendahnya prestasi atlet banyak tergantung dari tinggi rendahnya pengetahuan dan kemampuan serta keterampilan seorang pelatih, pendidikan formal dalam ilmu olahraga dan kepelatihan akan sangat membantu segi kognitif dan psikomotorik dari pelatih”.

Perilaku kepemimpinan pelatih adalah perilaku kepemimpinan yang ditampilkan seorang pelatih ketika latihan atau kompetisi. Chelladurai (dalam Tenenbaum, et al., 2012) menjelaskan perilaku pelatih terdiri atas tiga komponen: (1) *required behaviors*, merupakan perilaku pelatih yang dipengaruhi oleh karakteristik situasi tertentu.; (2) *preferred behaviors*, merupakan perilaku pelatih yang diharapkan atlet sebagai hasil karakteristik individu atlet.; (3) *actual behavior*, merupakan perilaku pelatih yang tampil karena

dipengaruhi karakteristik pelatih. Menurut Chelladurai, kesesuaian antara tiga bentuk perilaku pelatih tersebut akan berdampak pada meningkatnya kepuasan atlet dan performa tim. Seorang pelatih dapat juga mengadaptasi bentuk kepemimpinan transformasional sebagai usaha untuk (a) mengganti karakteristik situasi yang menekan tim dalam beraktivitas; dan (b) merubah karakteristik atlet yakni *self-esteem* dan aspirasi atlet.

Cox (2012) menjelaskan agar memperoleh *leadership behavior* yang ideal, maka ketiga komponen tersebut harus kongruen. Jika *actual behavior* belum kongruen dengan *required* dan *preferred behavior*, maka harapan yang muncul adalah bahwa pelatih akan diganti. Jika *preferred behavior* belum kongruen dengan *required behavior* dan *actual behavior*, performa tim mungkin akan baik namun menimbulkan ketidakpuasan atlet. Terakhir, apabila *required behavior* belum kongruen dengan *preferred behavior* dan *actual behavior*, maka performa tim akan mengalami penurunan meski atlet merasa puas dengan perilaku yang ditampilkan.

Berikut beberapa tugas, peran, kepribadian, dan kode etik pelatih yang dijelaskan Harsono (2017, p. 12-25), p.

#### 1) Perilaku

Harsono (2017, p. 12-25) menyatakan bahwa pelatih yang baik adalah pelatih yang berperilaku sesuai dengan norma agama dan norma yang ada di masyarakat. Jangan sampai pelatih

melanggar norma tersebut karena akan mendapatkan cela dan cerca dari masyarakat maupun anak didiknya. Pelatih haruslah mengajarkan dan menerapkan norma tersebut kepada anak didiknya agar masyarakat maupun anak didiknya memandang dirinya sebagai manusia model. Setiap melatih, anak didiknya akan mengamati setiap perilaku pelatih, untuk itu penting bagi pelatih dalam berperilaku dan menjaga tutur kata yang baik.

## 2) Kepemimpinan Pelatih

Harsono (2017, p. 12-25) menyatakan bahwa sebagai pelatih harus mempunyai jiwa kepemimpinan yang baik, yaitu tegas, berani dan berwibawa. Dalam melakukan keputusan seorang pelatih harus tegas dan berani. Apalagi saat timnya mengalami kemenangan maupun kekalahan maka keibawaan pelatih harus tetap ditunjukkan dan dipegang teguh. Selain itu pelatih harus mampu untuk bekerjasama dengan semua orang dan mau menerima kritikan dari orang lain termasuk dari atletnya.

## 3) Sikap Sportif

Harsono (2017, p. 12-25) menyatakan bahwa sebagai seorang pelatih juga harus mengajarkan atletnya untuk bermain sportif, yaitu untuk selalu bermain jujur, tidak curang dan mencederai lawan. Sportivitas harus diajarkan kepada atlet sejak dini agar saat latihan maupun pertandingan atlet sudah terbiasa dengan tindakan sportif. Sportif yaitu tidak bermain curang, melanggar

peraturan, mencederai lawan, menghakimi wasit dan tidak berkata kasar selama pertandingan.

#### 4) Pengetahuan dan Keterampilan

Harsono (2017, p. 12-25) menyatakan bahwa dalam hal pengetahuan seorang pelatih harus mengetahui tentang olahraga yang dilatihnya, mulai dari peraturan pertandingan, teknik, aspek fisik. Strategi bermain, penyusunan program latihan dan sistem latihan. Semua pengetahuan tersebut harus dikuasai pelatih agar atlet atau peserta didik yang dilatihnya benar-benar terjamin latihannya. Seorang pelatih juga harus terampil dalam olahraga yang dilatihnya. Karena bila hanya melatih dengan sebatas ucapan atau verbal saja maka peserta didik atau atletnya akan sukar mengerti apa yang dimaksud pelatihnya. Dalam hal melatih, pelatih haruslah mampu terampil dan memberi contoh dengan gerakan atau Teknik yang benar. Termasuk dalam kesalahan-kesalahan yang dilakukan atlet.

#### 5) Keseimbangan Emosional

Harsono (2017, p. 12-25) menyatakan bahwa sebagai seorang pelatih juga harus mempunyai keseimbangan emosional. Dalam hal ini seorang pelatih harus mampu untuk bersikap wajar, lugas, dan tenang dalam keadaan tertekan. Jadi seorang pelatih harus mampu mengendalikan emosinya saat timnya dalam keadaan tertekan atau dibawah sekalipun. Seorang pelatih harus

bersikap stabil agar timnya ataupun atletnya tidak ikut-ikutan emosi, tegang maupun panik saat pertandingan. Pelatih yang baik adalah pelatih yang mampu mengendalikan emosinya bukan malah dikendalikan oleh emosi.

6) Ketegasan dan Keberanian

Harsono (2017, p. 12-25) menyatakan bahwa sebagai seorang pelatih harus mempunyai ketegasan dan keberanian dalam mengambil keputusan. Misalnya untuk mengambil keputusan apakah si pemain bintang yang sedang bermain buruk perlu diganti apa tidak. Dengan hal tersebut pelatih perlu untuk mengambil keputusan yang tepat dan tegas. Dalam pertandingan seorang pelatih dalam menyusun strategi permainan harus benar-benar tegas dan berani, yaitu pelatih harus memasang pemain-pemain yang benar-benar sudah siap fisik maupun mental. Jadi jangan sampai pelatih mempunyai pemikiran untuk memasang pemain yang belum siap fisik maupun mentalnya sekalipun dia anak emasnya.

7) Kebugaran Pelatih

Harsono (2017, p. 12-25) menyatakan bahwa tugas pelatih tidak hanya di pinggir lapangan saja, terkadang seorang pelatih harus ikut bermain atau memberikan teknik-teknik yang benar kepada atletnya. Di samping teknik-teknik atlet akan bertambah baik maka atletpun akan cepat maju keterampilannya. Di samping

tugas kesehariannya seorang pelatih juga harus mempersiapkan rencana atau program latihan untuk esok hari. Jadi dalam hal ini kebugaran adalah penting untuk dimiliki setiap pelatih agar dia mampu untuk bermain dengan anak-anak didiknya atau mendemonstrasikan teknik-teknik yang benar saat di lapangan dengan dinamis dan penuh energi.

8) Humor

Harsono (2017, p. 12-25) menyatakan bahwa agar saat latihan tidak tegang dan membosankan, sebagai seorang pelatih juga harus mampu menciptakan suasana rileks dengan cara memberikan humor yang sehat. Dengan pemberian humor yang sehat, maka akan membangkitkan optimisme yang baru pada saat latihan. Dalam latihan baik sebelum atau sesudah seorang pelatih harus mampu membuat suasana yang segar dan dapat menghilangkan ketegangan-ketegangan saat latihan.

9) Pendewasaan Anak

Harsono (2017, p. 12-25) menyatakan bahwa salah satu tugas pelatih yaitu dengan mendewasakan olahragawan dan partisipasi dalam olahraga merupakan bagian yang penting dalam pendewasaan olahragawan. Pelatih yang baik adalah pelatih yang memperhatikan pertumbuhan, perkembangan dan pendewasaan atletnya. Termasuk pertumbuhan watak dan budi pekerti. Partisipasi dalam olahraga juga merupakan media bagi

olahragawan untuk belajar nilai-nilai hidup. Seorang olahragawan harus mampu untuk dapat menerima sebuah kekalahan dan mengerti akan sebuah kemenangan.

#### 10) Kegembiraan Berlatih

Harsono (2017, p. 12-25) menyatakan bahwa seorang pelatih juga harus mampu menciptakan kegembiraan dalam latihan. Jangan sampai anak didiknya merasa bosan saat latihan dan ujung-ujungnya akan keluar dari klub karena menganggap proses latihan yang keras, menyiksa dan suasana tegang. Dalam kasus ini kerap terjadi di sebuah klub olahraga. Dalam menangani masalah ini usahakan pelatih selalu memberikan latihan yang menggembirakan yaitu dengan menyelipkan saat proses latihan dan di pertandingan. Tetapi juga harus tidak menurunkan semangat atau keseriusan dalam latihan, termasuk dalam hal kedisiplinan.

#### 11) Menghargai Wasit

Harsono (2017, p. 12-25) menyatakan bahwa dalam pertandingan seorang pelatih juga harus mampu untuk menghargai wasit, yaitu dengan menghargai keputusan-keputusan yang telah dilakukan wasit. Walaupun keputusan tersebut dirasa berat sebelah atau lebih menguntungkan untuk lawan usahakan pelatih tetap menghargai dan bila ingin protes usahakan sesuai dengan prosedur yang ada. Jangan protes ke



wasit langsung saat pertandingan karena pelatih bisa saja menyalahi aturan dan mengganggu jalannya permainan bahkan pelatih bisa saja dikenakan sanksi dari panitia karena protesnya yang berlebihan.

#### 12) Perhatian Pelatih

Harsono (2017, p. 12-25) menyatakan bahwa selama latihan seorang pelatih diwajibkan untuk tidak sekedar diam saja dipinggir lapangan, akan tetapi pelatih juga harus sibuk untuk mengoreksi kesalahan-kesalahan yang dilakukan oleh setiap atletnya, walaupun sekecil apapun kesalahan itu pelatih harus mengoreksinya. Hal ini supaya kesalahan-kesalahan tersebut cepat dibenarkan dan kemampuan atlet menjadi lebih baik lagi.

#### 13) Menghargai Tim Tamu

Harsono (2017, p. 12-25) menyatakan bahwa dalam sebuah pertandingan seorang pelatih juga harus mampu menghargai tim tamu. Bila tamu datang ke klub maka harus disambut dengan ramah. Jangan sampai menganggap tim tamu sebagai musuh. Tetapi anggap saja sebagai teman bertanding dan sama-sama ingin menunjukkan kualitas dari anak didiknya untuk memberikan siapa yang terbaik diantara keduanya dan menyuguhkan permainan yang sportif. Dengan begitu hasil dari pertandingan pun akan menjadi pengalaman yang positif bagi tim dan bisa sebagai evaluasi dari pelatih untuk atletnya.

#### 14) Pujian dan Hukuman

Harsono (2017, p. 12-25) menyatakan bahwa sebagai seorang pelatih dalam memberikan pujian dan hukuman harus sesuai porsi dan tempatnya karena akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku atlet. Jangan sampai pelatih memberi pujian dan hukuman kepada anak didiknya melebihi porsinya atau terlalu sering karena atlet akan merasa menjadi tidak nyaman dan kehilangan kepercayaan kepada pelatihnya. Selain itu terlalu banyak pujian atau hukuman tidak akan memberikan perkembangan kepada atlet.

Berdasarkan uraian di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa perilaku kepemimpinan pelatih merupakan perilaku pelatih yang secara konsisten ditampilkan di dalam dan di luar lapangan sebagai usaha mempengaruhi anggota untuk meraih tujuan bersama.

#### **b. Gaya Kepemimpinan Pelatih**

Gaya kepemimpinan pelatih satu dengan yang lain berbeda-beda. Setiap pelatih memiliki gaya kepemimpinan yang khas dan setiap gaya kepemimpinan seorang pelatih memiliki kekurangan dan kelebihan masing-masing. Gaya kepemimpinan pelatih sebagai berikut:

##### 1) Gaya Otoriter

Kepemimpinan otoriter adalah kemampuan mempengaruhi orang lain agar bersedia bekerja sama untuk

mencapai tujuan yang telah ditentukan dengan cara segala kegiatan yang akan dilakukan diputuskan oleh pimpinan semata-mata. Di dalam gaya ini pemimpin memfokuskan komunikasi dengan memberi intruksi tentang bagaimana tujuan yang akan dicapai, sehingga waktu yang digunakan lebih sedikit, dan kemudian pemimpin mengawasi mereka dengan hati-hati (Tabrani, 2018, p. 86).

Penerapan gaya kepemimpinan otoriter memiliki kelebihan antara lain berupa kecepatan serta ketegasan dalam pembuatan keputusan dan bertindak, sehingga untuk sementara produktivitas dapat naik. Tetapi penerapan gaya kepemimpinan otoriter dapat menimbulkan kerugian, antara lain berupa suasana kaku, tegang, mencekam, menakutkan, sehingga dapat berakibat lebih lanjut timbulnya ketidakpuasan. Penerapan kepemimpinan gaya otoriter ternyata mengakibatkan merusak moral, meniadakan inisiatif, menimbulkan permusuhan, agresivitas, keluhan, absen, pindah, dan ketidakpuasan (Huda & Riyanto, 2018, p. 10).

Senada dengan pendapat tersebut, Dirham (2019, p. 2019, p. 2) menyatakan kepemimpinan otoriter adalah kepemimpinan berdasarkan kekuasaan mutlak, seorang pemimpin otoriter mempunyai tingkah laku anggota kelompoknya dengan mengarahkan tujuan yang telah ditetapkan

sebelumnya oleh pemimpin. Segala keputusan berada di satu tangan, yakni pemimpin otoriter itu yang menganggap dirinya dan dianggap oleh orang lain lebih mengetahui dari pada orang lain dalam kelompoknya. Setiap keputusan dianggap sah dan pengikut-pengikutnya menerima tanpa pertanyaan, pemimpin otoriter ini dianggap sebagai manusia super.

Irianto (2018, p. 20-21), menyatakan ada beberapa kelemahan dalam gaya kepemimpinan otoriter. Secara umum, diperlukan banyak kerja, tetapi kualitas lebih kecil jika dibandingkan kepemimpinan demokratis. Atlet cenderung menunjukkan semangat berlatih dan bertanding yang kurang. Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa gaya otoriter adalah seorang pemimpin yang menganggap dirinya lebih dari orang lain dalam segala hal. Pelatih otoriter cenderung egois dan memaksakan kehendak/lebih senang memberikan perintah kepada bawahan tanpa menjelaskan langkah-langkah dan alasan-alasannya yang nyata.

## 2) Gaya Demokratis

Firdaus (2022, p. 43) menyatakan kepemimpinan demokratis adalah kepemimpinan yang selalu mendelegasikan wewenangnya yang praktis dan realistis tanpa kehilangan kendali organisasional dan melibatkan bawahan secara aktif dalam menentukan nasib sendiri melalui peran sertanya dalam

proses pengambilan keputusan serta memperlakukan bawahan sebagai makhluk politik, ekonomi, sosial, dan sebagai individu dengan karakteristik dan jati diri. Pemimpin berfokus pada pencapaian tujuan dan pemenuhan sosialemosi pengikut, pemimpin juga terlibat dengan memberi dukungan dan meminta masukan dari pengikut, tetapi keputusan akhir tentang apa pencapaian tujuan di tangan pemimpin.

Kepemimpinan demokrasi adalah kepemimpinan berdasarkan demokrasi, bahwa dalam kepemimpinan demokrasi bukan saja pengangkatan seseorang secara demokratis. Si pemimpin melakukan tugasnya sedemikian rupa, sehingga keputusan merupakan keputusan bersama dari semua anggota kelompok. Setiap anggota kelompok mempunyai kebebasan untuk menyatakan pendapatnya, akan tetapi jika suatu keputusan berdasarkan pendapat mayoritas anggota dapat dihasilkan, maka seluruh anggota wajib tunduk kepada keputusan-keputusan mayoritas tersebut dan melaksanakan dengan penuh kesadaran. Di sini jelas nampak adanya partisipasi seluruh anggota (Duryat, 2021, p. 31).

Irianto (2018, p. 20-21) menyatakan kelemahan gaya kepemimpinan demokratis yaitu, gaya kepemimpinan demokratis hanya cocok untuk persiapan sebuah tim yang memiliki waktu cukup lama tetapi kurang cocok jika pelatih

harus mengambil keputusan yang mendadak dan harus diterima, bika dibandingkan dengan kepemimpinan otoriter, kepemimpinan demokratis bisa mengurangi agresifitas atlet dalam olahraga. Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa kepemimpinan demokrasi adalah kepemimpinan yang tidak hanya demokratis dalam pengangkatan pemimpinnya, tetapi juga dalam setiap pengambilan keputusan dan pelaksanaannya. Setiap anggota kelompok dan pemimpin berhak menyampaikan kritik, penghargaan maupun nasihat.

### 3) Gaya *Laisses Faire*

Nursyam (2020, p. 27) menyatakan bahwa gaya kepemimpinan bebas/*laissez faire* adalah kemampuan mempengaruhi orang lain agar bersedia bekerja sama untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan dengan cara berbagai kegiatan yang akan dilakukan lebih banyak diserahkan pada bawahan. *Laissez faire* (kendali bebas) merupakan kebalikan dari pemimpin otokrasi. Jika pemimpin otokratik selalu mendominasi organisasi maka pemimpin *laissez faire* ini memberi kekuasaan sepenuhnya kepada anggota atau bawahan. Bawahan dapat mengembangkan sarannya sendiri, memecahkan masalahnya sendiri dan pengarahan tidak ada atau hanya sedikit.

Adapun sifat kepemimpinan *laissez faire* seolah-olah tidak tampak, sebab pada tipe ini seorang pemimpin memberikan kebebasan penuh kepada para anggotanya dalam melaksanakan tugasnya. Disini seorang pemimpin mempunyai keyakinan bahwa dengan memberikan kebebasan yang seluas-luasnya terhadap bawahan maka semua usahanya akan cepat berhasil. Tingkat keberhasilan organisasi atau lembaga yang dipimpin dengan gaya *laissez faire* semata-mata disebabkan karena kesadaran dan dedikasi beberapa anggota kelompok dan bukan karena pengaruh dari pemimpinnya (Syihabuddin, 2019, p. 111). Kepemimpinan bebas/*laissez faire* adalah kepemimpinan dimana si pemimpin menyerahkan tujuan dan usaha-usaha yang akan dicapai, sepenuhnya kepada anggota-anggota kelompok (Duryat, 2021, p. 46).

Berdasarkan beberapa hal yang sudah dijelaskan di atas, dapat disimpulkan bahwa ada beberapa gaya kepemimpinan pelatih, yaitu gaya otoriter, gaya demokratis, dan gaya bebas/*laissez faire*. Dari tiga jenis kepemimpinan yang telah diuraikan di atas, seorang pelatih dapat menerapkan ketiga-tiganya tergantung pada situasi dan kondisi yang ada.

#### **c. Dimensi Perilaku Kepemimpinan Pelatih**

Yusoff & Muhamad (2018) menjelaskan bahwa terdapat lima dimensi perilaku yang ditampilkan oleh pelatih yaitu:

1) *Training and Instruction*

Merefleksikan fungsi utama seorang pelatih-yakni meningkatkan *level* performa atlet. Pelatih bertanggung jawab untuk melatih dan memberikan instruksi kepada atlet dalam usaha membantu atlet mencapai potensi fisik maksimum. Pelatih juga diharapkan untuk menginstruksikan atlet bagaimana menguasai *skill* tertentu dan mengajarkan atlet teknik dan taktik dalam sepakbola. Dalam konteks olahraga beregu, pelatih juga mengkordinasikan setiap aktivitas atlet dalam tim.

2) Perilaku Demokratis (*Democratic Behavior*)

Merefleksikan kebebasan pelatih untuk melibatkan altlet dalam proses pengambilan keputusan. Proses pengambilan keputusan ini terkait penentuan target tim dan bagaimana cara meraih target tersebut. Dengan kebebasan tersebut diharapkan atlet mampu bermain secara total karena merasa dilibatkan secara utuh.

3) Perilaku Autokratis (*Autocratic Behavior*)

Merefleksikan sejauh mana seorang pelatih harus menjauhkan diri dari atlet dan menekankan kekuasaannya sebagai seorang pelatih. Dalam situasi tersebut, diharapkan akan timbul kepatuhan atas keputusan yang telah ditetapkan. Perilaku yang ditampilkan pelatih cenderung dirasakan sebagai salah satu bentuk tekanan terhadap atlet.



#### 4) Dukungan Sosial (*Social Support*)

Merefleksikan sejauh mana keterlibatan pelatih dalam pemenuhan kebutuhan interpersonal atlet. Perilaku yang ditampilkan oleh pelatih dapat secara langsung memenuhi kebutuhan tersebut. Pelatih juga dapat membangun iklim sosial yang saling memenuhi kebutuhan interpersonal atlet. Penting untuk dicatat, bahwa dukungan sosial yang diberikan tidak berkaitan dengan baik atau buruknya performa yang ditampilkan oleh atlet.

#### 5) Umpan Balik Positif (*Positive Feedback*)

Merefleksikan umpan balik berupa pujian dan penghargaan pelatih atas kontribusi dan performa atlet. Dalam setiap kompetisi, hanya terdapat satu pemenang dari sejumlah partisipan. Seorang atlet atau sebuah tim mungkin tampil dengan potensi maksimum namun tetap kalah dalam kompetisi tersebut. Lebih jauh, dalam olahraga beregu, kontribusi yang diberikan oleh atlet dengan posisi tertentu mungkin belum disadari dan belum diketahui. Dalam situasi tersebut, penting bagi pelatih untuk mengekspresikan apresiasi dan memberikan pujian pada atlet tersebut atas performa dan kontribusi yang diberikan. *Positive feedback* dari seorang pelatih menjadi sangat krusial dalam menjaga tingkat motivasi atlet.

#### **d. Pengukuran Perilaku Kepemimpinan Pelatih**

Pengukuran perilaku kepemimpinan pelatih dalam penelitian ini menggunakan *Leadership Scale for Sports* (LSS). LSS mengukur model konstruk kepemimpinan multidimensional. Skala tersebut terdiri atas 40 item yang mengukur lima dimensi perilaku pelatih: *training and instruction* (13 item), perilaku demokratis (9 item), perilaku autokratis (5 item), dukungan sosial (8 item), dan umpan balik positif (5 item) (Perera, 2019, p. 51). Dalam LSS, terdapat lima pilihan jawaban yaitu: selalu, sering, kadang-kadang, jarang, dan tidak pernah. Terdapat tiga versi LSS yang mengukur, (a) perilaku seharusnya seorang pelatih menurut atlet; (b) persepsi atlet terhadap perilaku pelatih; dan (c) persepsi pelatih atas perilakunya. Chelladurai dalam Tenenbaum, et al., (2012) menjelaskan konsistensi internal untuk empat faktor dalam LSS adalah adekuat, kecuali dimensi perilaku autokratis yang rendah yakni ( $< 0,70$ ).

#### **4. Hubungan Pelatih-Athlet**

##### **a. Pengertian Hubungan Pelatih-Athlet**

Seorang pelatih akan senantiasa berinteraksi dengan atletnya dalam latihan atau kompetisi. Interaksi yang berlangsung merupakan bagian dari usaha pelatih dalam melaksanakan tugas. Kegelaers & Wylleman (2019, p. 239) menjelaskan tugas pelatih yang meliputi persiapan teknis, taktis dan strategis, serta tugas mengorganisir, mengevaluasi dan mengarahkan atlet akan sangat bergantung pada

hubungan antara pelatih-atlet. Wachsmuth, et al., (2018, p. 1955) mendefinisikan hubungan pelatih-atlet sebagai situasi emosi, pikiran dan perilaku antara pelatih dan atlet yang saling berhubungan. Ketika pelatih dan atlet berada dalam satu harmoni, maka akan berdampak pada pencapaian yang luar biasa bagi tim.

Lisinskiene (2018, p. 74) menjelaskan bahwa untuk membentuk hubungan yang nyaman dan penuh kepercayaan antara pelatih-atlet merupakan tugas yang berat karena sikap, perasaan dan motivasi yang terlibat sulit dikendalikan. Kesulitan disebabkan oleh pelatih yang cenderung menghabiskan waktu pada hal yang bersifat teknis dan administratif. Kesulitan dalam membangun hubungan antara pelatih-atlet tidak berarti mengabaikan aspek tersebut, sebab pelatih yang mengabaikan hubungan antara pelatih-atlet dalam proses pelatihan dinilai membahayakan kesuksesan pengembangan potensi atlet.

Hubungan pelatih-atlet yang dibangun tidak selalu berhasil dan efektif. Pendekatan negatif yang dilakukan saat melatih turut mempengaruhi perkembangan hubungan pelatih dengan atlet. Pendekatan negatif berupa latihan yang keras, penuh aturan dan militeristik merupakan usaha pelatih dalam mencapai ambisi pribadi melalui atlet yang dilatih tanpa memperhatikan kondisi cedera, kelelahan atau depresi yang mungkin dialami atlet. Pendekatan negatif yang dilakukan pelatih merupakan perilaku *negative*

*coaching*. Perilaku *negative coaching* merupakan bentuk pengabaian dan pengkhianatan atas kepercayaan yang merupakan bagian dari hubungan antara pelatih-atlet. Pengabaian hubungan antara pelatih-atlet dapat berpengaruh pada keadaan di luar olahraga (Jowett, 2017, p. 154).

Berdasarkan uraian di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa hubungan pelatih-atlet merupakan hubungan yang saling terkait antara pelatih dan atlet secara emosi, pikiran dan perilaku positif sebagai usaha untuk mencapai tujuan bersama.

#### **b. Dimensi Hubungan Pelatih-Athlet**

Jowett (2017, p. 154) menjelaskan bahwa terdapat tiga dimensi hubungan pelatih-atlet yaitu:

##### **1) Kedekatan Emosional (*Closeness*)**

Merupakan dimensi yang berfokus pada kesesuaian emosional dalam hubungan pelatih-atlet dan merefleksikan kelekatan diantara pelatih-atlet. Dimensi ini menggambarkan keterikatan afektif seperti saling menghormati, saling mempercayai, dan menghargai satu sama lain yang ditunjukkan sebagai sebuah keadaan interpersonal yang positif dan stabil. Jowett (2017) menjelaskan bahwa merasa dekat satu sama lain merupakan usaha untuk memahami jiwa dan perasaan atlet. Kedekatan yang dibangun memiliki batasan tertentu sebagai upaya agar pelatih tetap memiliki penilaian yang objektif atas atlet.

## 2) Komitmen (*Commitment*)

Dimensi ini menggambarkan keterikatan kognitif dan berorientasi jangka panjang satu sama lain. Komitmen menjelaskan bahwa antara pelatih-atlet memiliki landasan yang serupa seperti *belief*, nilai, dan tujuan. Dengan komitmen, pelatih dan atlet saling berbagi pengetahuan dan pemahaman yang bertujuan saling memahami diantara keduanya. Pengetahuan pelatih tentang kepribadian, perilaku, kelemahan, dan keunggulan atletnya akan memudahkan pelatih dalam meningkatkan performa atlet secara efektif (Jowett, 2017).

## 3) Perilaku komplementer (*Complementarity*)

Dimensi ini menggambarkan transaksi perilaku antara pelatih-atlet seperti perilaku saling kerjasama. Dimensi ini memiliki prinsip “*give and take*”, yang berarti pelatih dan atlet saling membutuhkan satu sama lain dalam kegiatan yang sama. Baik pelatih maupun atlet harus saling menerima dan menanggapi atas setiap tindakan. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan kontribusi dalam mencapai tujuan dan kesuksesan. Misal, seorang atlet memiliki pengalaman bertanding lebih banyak dari pelatihnya maka pengalaman tersebut dapat digunakan pelatih sebagai sebuah keunggulan bagi tim (Jowett, 2017).

### **c. Pengukuran Hubungan Pelatih-Athlet**

Pengukuran hubungan pelatih-atlet dalam penelitian ini menggunakan *The Coach–Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q)* oleh Jowett & Ntoumanis, (2002). *CART-Q* mengukur model konstruk hubungan pelatih-atlet. Skala tersebut terdiri atas 11 item yang mengukur tiga dimensi hubungan pelatih-atlet: kedekatan emosional (4 item), komitmen (3 item), dan perilaku komplementer (4 item). Dalam *CART-Q*, terdapat lima pilihan jawaban yaitu: selalu, sering, kadangkadang, jarang, dan tidak pernah. Terdapat dua versi *CART-Q* yang mengukur, (a) persepsi atlet terhadap hubungan dengan pelatih; dan (b) persepsi pelatih terhadap hubungan dengan atlet. *CART-Q* memiliki nilai reabilitas 0,82 untuk dimensi komitmen, 0,89 untuk dimensi kedekatan emosional, dan 0,89 untuk dimensi perilaku komplementer (Woolliams, et al., 2021, p. 212).

### **B. Hasil Penelitian yang Relevan**

Manfaat dari penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang sedang dilakukan menjadi lebih jelas. Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut.

**Tabel 1. Hasil Penelitian Relevan**

<b>Penulis</b>	<b>Judul</b>	<b>Topik</b>	<b>Metode/Subjek/Instrumen/ Analisis Data</b>	<b>Hasil Penelitian</b>
Peng, et al., (2020)	<i>Coach–athlete attachment and the subjective well-being of athletes: A multiple-mediation model analysis</i>	mengeksplorasi bagaimana keterikatan pelatih-atlet mempengaruhi kesejahteraan subjektif (SWB) atlet dan terutama berfokus pada konfirmasi peran mediasi dari persepsi dukungan pelatih dan harga diri atlet dalam hubungan di antara mereka	179 atlet Tiongkok skala keterikatan pelatih-atlet, pengukuran dukungan pelatih yang dirasakan, skala harga diri Rosenberg, dan ukuran SWB	Hasilnya menunjukkan bahwa kecemasan terhadap keterikatan dan penghindaran keterikatan secara signifikan memprediksi SWB pada atlet. Efek dari keterikatan kecemasan pada SWB sebagian dimediasi dukungan pelatih yang dirasakan dan harga diri, dan efek dari penghindaran keterikatan pada SWB sepenuhnya dimediasi oleh dukungan pelatih yang dirasakan dan harga diri. Lebih-lebih lagi, ditemukan efek mediasi berantai: keterikatan pelatih-atlet → dukungan pelatih yang dirasakan → harga diri → SWB.
Mohd Kassim, et al., (2020)	<i>Coach-Athlete Relationship and Coaching Effectiveness in Team Sports Athletes</i>	menyelidiki persepsi atlet terhadap hubungan pelatih-atlet dan efektivitas pembinaan dalam olahraga tim	120 atlet, Pria (n = 60) dan Wanita (n = 60) dari (Netball n = 36, Sepakbola n = 40, Hoki n = 44) Instrumen menggunakan (CART-Q), <i>Coaching Effectiveness Scale</i> (CES)	tidak ada perbedaan yang signifikan untuk ketiga dimensi hubungan pelatih-atlet antara gender dan, tidak ada perbedaan yang signifikan untuk keempat dimensi efektivitas kepelatihan antara gender
Sabilla & Jannah (2017)	Intimasi pelatih-atlet dan kecemasan bertanding pada atlet bola voli putri	menguji hubungan antara kecemasan bertanding dan intimasi pelatih-atlet pada atlet bola voli	60 orang mahasiswa UKM bolavoli Unesa metode kuantitatif korelasional	Hasil penelitian data menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,661. Atlet yang memiliki intimasi pelatih-atlet akan merasa mendapat dukungan dari pelatihnya, sehingga atlet merasa memiliki persepsi diri positif dan merasa nyaman

Pertiwi & Aulia (2021)	Hubungan Intimasi Pelatih-Athlet dengan Kecemasan Bertanding Atlet Tinju	melihat hubungan intimasi pelatih-atlet dengan kecemasan bertanding atlet tinju Sumatera Barat	atlet tinju Sumatera Barat skala intimasi pelatih atlet oleh Jowett (2003) dan skala kecemasan bertanding oleh Sue (1986)	Hasil dari penelitian ini menunjukkan nilai $r = -.543$ yang memiliki arti korelasi sedang dengan signifikansi $p = 0.001$ ( $p < .05$ ) yang memiliki arti bahwa adanya hubungan intimasi pelatih-atlet dengan kecemasan bertanding pada atlet tinju Sumatera Barat
Fahmi (2019)	<i>The Effect of Coach Leadership, Team Cooperation, and Achievement Motivation on the Performance of The Depok City Atlet</i>	menganalisis pengaruh kepemimpinan pelatih, kerja tim, dan motivasi berprestasi terhadap kinerja atlet kota Depok	203 sampel atlet Komite Olahraga Nasional Depok Instrumen kuesioner	(1) Kepemimpinan pelatih tidak memiliki pengaruh langsung pada kinerja atlet. (2) Kepemimpinan pelatih tidak memiliki pengaruh signifikan pada motivasi berprestasi. (3) Kepemimpinan pelatih memiliki pengaruh langsung pada kerja tim. (4) Kerja tim berpengaruh langsung pada motivasi berprestasi. (5) Kerja tim memiliki pengaruh langsung pada kinerja atlet. (6) Motivasi berprestasi memiliki pengaruh langsung pada kinerja atlet. (7) Kepemimpinan pelatih tidak memiliki pengaruh signifikan tidak langsung pada kinerja atlet melalui motivasi prestasi. (8) Kepemimpinan pelatih memiliki pengaruh signifikan tidak langsung pada kinerja atlet melalui kerja tim. (9) Kepemimpinan pelatih memiliki pengaruh signifikan tidak langsung pada kinerja atlet melalui kerja tim dan motivasi prestasi



Berdasarkan penelitian terdahulu di Tabel 1 di atas, setelah peneliti melakukan *review*, menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara hasil penelitian yang satu dengan yang lain. Selain itu juga ada kesamaan antara penelitian yang satu dengan yang lain. Perbedaannya adalah terletak pada topik, metode, instrumen, dan sampel yang digunakan. Persamaannya adalah tentang hubungan pelatih-atlet.

Berdasarkan hasil kajian penelitian terdahulu bila dibandingkan dengan penelitian yang akan lakukan sebagai berikut.

**Tabel 2. *Novelty* Penelitian**

Aspek	Penelitian Terdahulu	Penelitian yang akan dilakukan
Tujuan	menganalisis pengaruh kepemimpinan pelatih, kerja tim, dan motivasi berprestasi terhadap kinerja atlet	Mengetahui kontribusi tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA
Metode	Kuantitatif	kuantitatif dengan korelasional
Subjek	atlet Tiongkok, atlet sepakbola, netball, hoki, bola voli, tinju	pemain sepakbola Bhayangkara <i>Elite Pro Academy</i>
Variabel	kepemimpinan pelatih, kerja tim, dan motivasi berprestasi terhadap kinerja atlet	tipe kepemimpinan pelatih, hubungan pelatih-atlet, ketangguhan mental
Analisis	Regresi	Regresi linier berganda

### C. Kerangka Pikir

Ciri perilaku seorang pelatih terdiri atas: 1) aktif dalam proses pengambilan keputusan, 2) memberikan umpan balik (baik positif atau negatif) sebagai tanggapan atas performa atlet, 3) menggunakan teknik motivasi tertentu dan 4) memiliki hubungan dengan atlet. Perilaku kepemimpinan yang ditampilkan seorang pelatih akan memiliki dampak yang signifikan terhadap performa atlet dan/atau kualitas psikologis atlet. Seorang

pelatih memiliki tanggung jawab untuk mempersiapkan mentalitas atlet agar tangguh dalam menghadapi kompetisi, secara khusus hal ini dilakukan sebelum kompetisi berlangsung. Persiapan mentalitas atlet merupakan kunci kesuksesan dalam mencapai performa yang luar biasa. Perilaku *training and instruction* pelatih menjadi kurang efektif dalam membentuk ketangguhan mental atlet pada atlet yang sarat pengalaman. Sebaliknya pada atlet yang kurang pengalaman bertanding, perilaku *training and instruction* akan memiliki pengaruh yang signifikan.

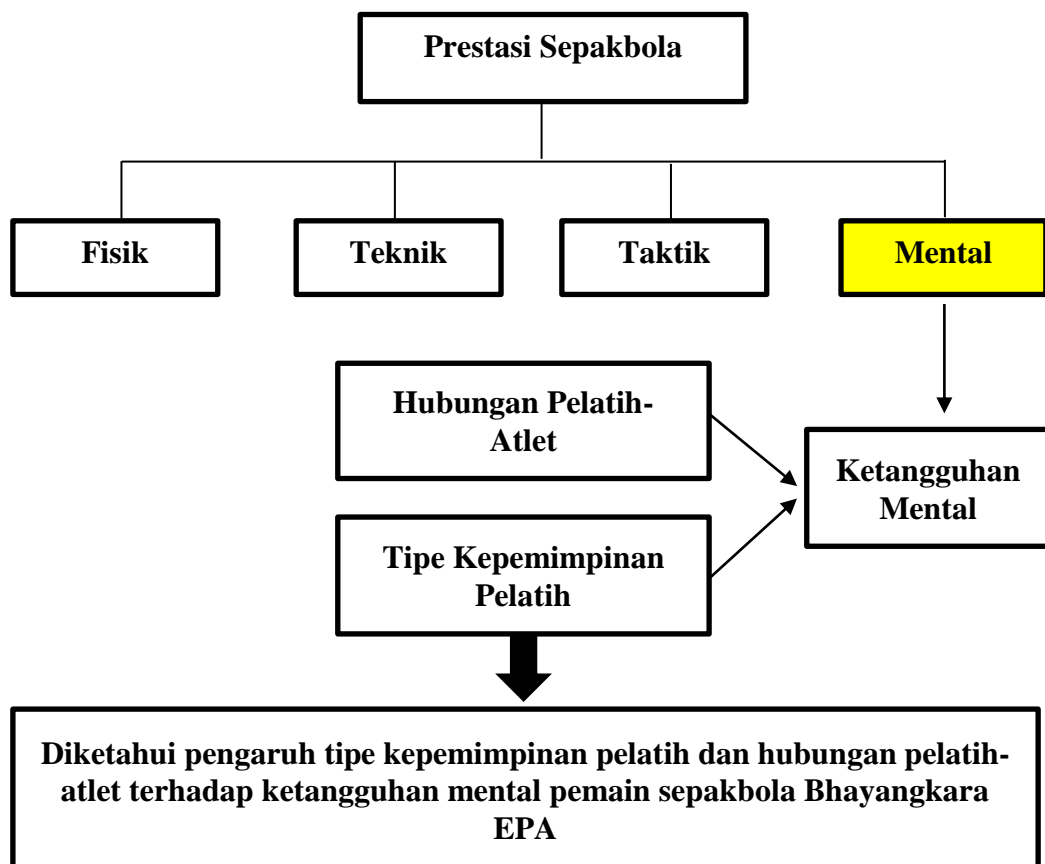
Perilaku *training and instruction* pelatih memiliki pengaruh yang signifikan terhadap ketangguhan mental atlet. Hal ini dapat merefleksikan bahwa perilaku *training and instruction* erat kaitannya dengan usaha peningkatan performa atlet. Dukungan sosial cukup penting dalam perkembangan ketangguhan mental. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas atlet mempersepsikan pelatih sebagai pemberi pengaruh positif dalam perkembangan atlet. Atlet mempersepsikan pelatih sebagai orang yang membantu memiliki kontribusi dalam mencapai performa optimal. Meski demikian, atlet tidak selalu setuju dengan keputusan dan gaya kepemimpinan pelatih dalam melatih.

Komitmen merupakan salah satu elemen kunci dalam melatih. Hubungan pelatih-atlet mempengaruhi performa dan motivasi atlet. Secara khusus, hubungan pelatih-atlet merupakan determinan yang sangat penting dalam mempersiapkan ketangguhan mental atlet. Hubungan pelatih-atlet (komunikasi yang terbuka dengan atlet) mempengaruhi ketangguhan mental.

Pelatih dapat menggunakan pendekatan individual terhadap atlet dalam mempersiapkan mentalitas atlet. Meski minim penelitian terdahulu, namun dengan gagasan bahwa pelatih memiliki hubungan yang intens dan personal yang memiliki tujuan yang sama, maka peneliti berasumsi bahwa hubungan pelatih-atlet memiliki pengaruh terhadap ketangguhan mental atlet.

Berdasarkan hasil studi pustaka tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengaruh tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA. Selanjutnya, bentuk kerangka adalah sebagai berikut:

**Gambar 1. Kerangka Berpikir**



#### **D. Hipotesis Penelitian**

Berdasarkan tinjauan teori dan kerangka berpikir di atas, maka dapat diajukan hipotesis penelitian yaitu:

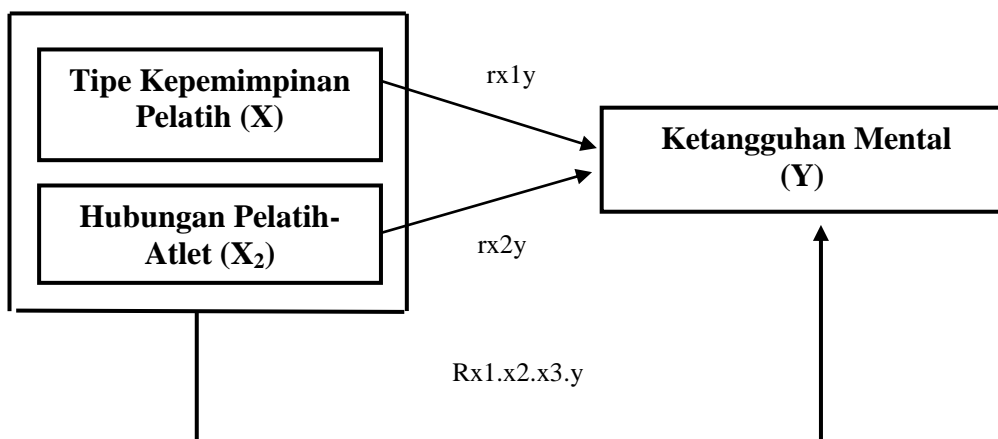
1. Terdapat pengaruh yang signifikan antara tipe kepemimpinan pelatih terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA.
2. Terdapat pengaruh yang signifikan antara hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA.
3. Terdapat kontribusi yang signifikan antara tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA.

### BAB III METODE PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yaitu deskriptif kuantitatif dengan korelasional. Arikunto (2019, p. 87) menyatakan penelitian korelasi adalah penelitian yang bertujuan untuk menemukan ada atau tidak hubungan dan apabila ada, berapa eratnya hubungan tersebut, serta berarti atau tidak hubungan itu. Selanjutnya data-data angka yang telah diperoleh tersebut kemudian diolah menggunakan analisis statistik. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei. Lebih mudah memahami, maka desain penelitian dapat dilihat dalam gambar di bawah ini:

**Gambar 2. Desain Penelitian**



#### B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian yaitu di Bhayangkara *Elite Pro Academy* (EPA) yang beralamat di Jalan Ahmad Yani 116, Surabaya, Jawa Timur. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September-Desember 2023.

## **C. Populasi dan Sampel Penelitian**

### **1. Populasi Penelitian**

Secara *universal* populasi ialah totalitas objek riset yang berbentuk barang, hewan, tanaman, indikasi klinis, indikasi instan, nilai hasil uji, manusia, informan, kejadian yang terjaln serta area yang digunakan selaku sumber informasi primer serta mempunyai ciri tertentu dalam sesuatu riset (Ibrahim, dkk., 2018, p. 105). Pendapat Sugiyono (2019, p. 90) bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian adalah pemain sepakbola Bhayangkara *Elite Pro Academy* yang berjumlah 128 pemain.

### **2. Sampel Penelitian**

Sampel merupakan sebagian objek yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mampu mewakili seluruh populasi (Nurdin & Hartati, 2019, p. 104). Darwin, dkk., (2020, p. 106) menyatakan bahwa sampel merupakan sebagian objek yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mampu mewakili seluruh populasi. Pendapat Arikunto (2019, p. 81) bahwa sampel adalah bagian populasi atau sejumlah anggota populasi yang mewakili karakteristik populasi. Teknik *sampling* dilakukan dengan *purposive sampling*.

Darwin, dkk., (2020, p. 115) menyatakan bahwa *purposive Sampling* merupakan teknik pengambilan sampel penelitian

menggunakan pertimbangan, ukuran dan kriteria tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti sebelum dilaksanakannya proses penelitian. Ciri utama dari penggunaan teknik ini yakni sampel harus mampu merepresentasikan hasil penelitian yang telah diharapkan oleh peneliti. Kriterianya yaitu (1) bersedia menjadi sampel, (2) berusia minimal 16 tahun, (3) pernah mengikuti pertandingan, (4) masih aktif berlatih. Berdasarkan kriteria tersebut yang memenuhi berjumlah 62 pemain.

#### **D. Definisi Operasional Variabel**

##### **1. Variabel Bebas**

Hardani, dkk., (2020, p. 207) menyatakan bahwa variabel bebas (*independent variable*), adalah variabel yang menjadi penyebab atau memiliki kemungkinan teoritis berdampak pada variabel lain. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet, definisi operasionalnya sebagai berikut:

- a. Tipe kepemimpinan pelatih adalah perilaku pelatih yang secara konsisten ditampilkan di dalam dan di luar lapangan sebagai usaha mempengaruhi anggota untuk meraih tujuan bersama. Pengukuran perilaku kepemimpinan pelatih dalam penelitian ini menggunakan *Leadership Scale for Sports (LSS)*. LSS mengukur model konstruk kepemimpinan multidimensional. Skala tersebut terdiri atas 40 item yang mengukur lima dimensi perilaku pelatih, p. *training and instruction* (13 item), perilaku demokratis (9 item), perilaku

otokratis (5 item), dukungan sosial (8 item), dan umpan balik positif (5 item).

- b. Hubungan pelatih-atlet adalah hubungan yang saling terkait antara pelatih dan atlet secara emosi, pikiran dan perilaku positif sebagai usaha untuk mencapai tujuan bersama. Pengukuran hubungan pelatih-atlet dalam penelitian ini menggunakan *The Coach–Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q)* oleh Jowett & Ntoumanis, (2002). *CART-Q* mengukur model konstruk hubungan pelatih-atlet. Skala tersebut terdiri atas 11 item yang mengukur tiga dimensi hubungan pelatih-atlet, p. kedekatan emosional (4 item), komitmen (3 item), dan perilaku komplementer (4 item)

## **2. Variabel Terikat (Ketangguhan Mental (Y))**

Hardani, dkk., (2020, p. 209) menyatakan bahwa variabel dependen disebut juga sebagai variabel terikat, endogen atau kosekuen. Variabel ini adalah variabel yang menjadi pusat perhatian peneliti atau menjadi perhatian utama dalam sebuah penelitian. Variabel terikat dalam penelitian ini yaitu ketangguhan mental. Ketangguhan mental adalah suatu sikap atau penilaian diri terhadap reaksi emosi positif khususnya atlet untuk mengatasi kendala, kesulitan, bahkan tekanan, agar tetap menjaga konsentrasi dan motivasi yang merupakan ketetapan hati dari energi positif untuk mencapai suatu tujuan dalam bertahan di sepanjang pertandingan. Penelitian ini menggunakan pengukuran yang diadaptasi dari penelitian Gucciardi, et al., (2009). Skala ini bernama AfMTI



(*Australian Football Mental Toughness Inventory*). Skala ini terdiri atas 24 item yang mengukur empat faktor ketangguhan mental, p. *thrive through challenge*, *sport awareness*, *tough attitude*, dan *desire success*. Reabilitas internal dari alat ukur AfMTI termasuk dalam kategori dapat diterima dengan koefisien *alpha cronbach* 0,70-0,81, dengan nilai minimum reliabilitas *alpha cronbach* adalah 0,70.

## E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

### 1. Instrumen Penelitian

Instrumen atau alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket tertutup. Arikunto (2019, p. 168), menyatakan bahwa angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa, sehingga responden tinggal memberikan tanda *check list* (✓) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat. Pernyataan-pernyataan yang disusun terdiri dari dua komponen item, yaitu *favourable* (pernyataan positif) dan *unfavourable* (pernyataan negatif). Skor pernyataan kuesioner dalam penelitian ini disajikan pada tabel 3 sebagai berikut.

**Tabel 3. Skor Pernyataan Kuesioner**

Pernyataan	Sangat Setuju (SS)	Setuju (S)	Tidak Setuju (TS)	Sangat Tidak Setuju (STS)
<i>Favorable</i>	4	3	2	1
<i>Unfavorable</i>	1	2	3	4

**a. Instrumen Tipe Kepemimpinan Pelatih**

Alat ukur tipe kepemimpinan pelatih yang digunakan peneliti mengacu dari alat ukur *Leadership Scale for Sports (LSS)*, yang terdiri dari 40 item yang mengukur lima dimensi perilaku pelatih: *training and instruction* (13 item), perilaku demokratis (9 item), perilaku autokratis (5 item), dukungan sosial (8 item), dan umpan balik positif (5 item). Kisi-kisi instrumen tipe kepemimpinan pelatih sebagai berikut.

**Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Tipe Kepemimpinan Pelatih**

Variabel	Dimensi	No Item	
		+	-
Tipe Kepemimpinan Pelatih	<i>Training and Instruction</i>	1, 2, 3, 4, 5, 8, 9, 13	6, 7, 10, 11, 12
	Perilaku Demokratis	15, 17, 18, 19, 21	14, 16, 20, 22
	Perilaku Autokratis	25, 26	23, 24, 27
	Dukungan Sosial	28, 30, 33, 35	29, 32, 34
	Umpan Balik Positif	36, 38, 40	37, 39
Jumlah		40	

**b. Instrumen Hubungan Pelatih-Athlet**

Alat ukur hubungan pelatih-atlet yang peneliti gunakan dalam penelitian ini mengadaptasi kepada alat ukur yang dikembangkan oleh Jowett & Ntoumanis (2002) yaitu *Coach–Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q)*. Kisi-kisi instrumen tipe kepemimpinan pelatih disajikan pada Tabel 5 sebagai berikut.

**Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Hubungan Pelatih-Athlet**

Variabel	Dimensi	No Item	
		+	-
<b>Hubungan Pelatih-Athlet</b>	Kedekatan Emosional	1, 3, 6, 7	2, 4, 5, 8
	Komitmen	9, 11, 14	10, 12, 13
	Perilaku Komplementer	17, 18, 19, 21	15, 16, 20, 22
<b>Jumlah</b>		<b>22</b>	

**c. Instrumen Ketangguhan Mental**

Alat ukur ketangguhan mental yang peneliti gunakan dalam penelitian ini merupakan adaptasi dari alat ukur yang dikembangkan oleh Gucciardi, et al., (2009) yaitu *Australian football Mental Toughness Inventory* (AfMTI). Kisi-kisi instrumen disajikan pada Tabel 6 sebagai berikut.

**Tabel 6. Kisi-kisi Instrumen Ketangguhan Mental**

Variabel	Dimensi	No Item	
		+	-
<b>Ketangguhan Mental</b>	<i>Thrive through challenge</i>	1, 2, 3, 5, 7, 9, 11, 12, 13, 15	4, 6, 8, 10, 14
	<i>Sport awareness</i>	16, 18, 19, 20, 22, 23, 25, 26	17, 21, 25, 27
	<i>Tough attitude</i>	27, 31, 32, 34, 37	28, 30, 33, 35, 36
	<i>Desire success</i>	39, 41, 42, 44, 45, 46, 48	38, 40, 43, 47
<b>Jumlah</b>		<b>48</b>	

**2. Teknik Pengumpulan Data**

Mengumpulkan data dukungan orang tua dan kecemasan menghadapi pertandingan menggunakan angket. Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut: (a) Mencari data pemain sepakbola. (b) Menyebarkan angket kepada responden. (c) Selanjutnya peneliti mengumpulkan angket dan melakukan transkrip atas hasil pengisian

angket. (d) Setelah memperoleh data, data diolah menggunakan analisis statistik kemudian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

## **F. Validitas dan Reliabilitas**

### **1. Uji Validitas**

Validitas sudah menjadi bagian penting yang harus dilewati untuk mendapatkan skala yang valid. Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen” (Arikunto, 2019, p. 96). Validitas yang digunakan yaitu validitas konstruksi. Sugiyono (2019, p. 128) menyatakan bahwa validitas konstruk (*construct validity*) menunjuk pada sejauh mana suatu instrumen mampu mengukur pengertian-pengertian yang terkandung dalam materi yang akan diukur. Jadi tujuan pengujian validitas konstruk adalah untuk mendapatkan bukti tentang sejauhmana hasil pengukuran memerikan konstruk variabel yang diukur. Untuk menguji validitas konstruksi, dapat digunakan pendapat dari ahli (*Expert Judgment*).

Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau lewat *professional judgement* (Azwar, 2018, p. 45). Data hasil penilaian validator ahli dari lembar validasi instrumen penilaian dianalisis untuk mengetahui validitas isi dari produk yang dikembangkan. Pada penelitian ini, validitas isi dianalisis menggunakan *Validitas Aiken*. Azwar (2018, p. 85) menyatakan formula yang diajukan oleh Aiken adalah sebagai berikut:

$$V = \sum s / [n(C-1)]$$

S = r – lo

Lo = angka penilaian terendah (misalnya 1)

C = angka penilaian tertinggi (misalnya 4)

r = angka yang diberikan oleh penilai

Hasil analisis validitas isi menghasilkan saran/masukan terhadap beberapa butir baik mengenai penulisan, bentuk instrumen, maupun isi instrumen. Adapun dosen validasi dalam penelitian ini yaitu Prof. Dr. Komarudin, M.A., Dr. Ch. Fajar Sriwahyuniati, M.Or., Dr. Nawan Primasoni, M.Or., Dr. Ratna Budiarti, M.Or., Dr. Abdul Alim, M.Or., Coach Dwi Prio Utomo., Coach Yusuf Eko Dono. Hasil uji analisis Aiken selengkapny disajikan pada Tabel 7 sebagai berikut:

**Tabel 7. Hasil Analisis Indeks Aiken Instrumen**

No	Instrumen	V Aiken	Keterangan
1	Tipe Kepemimpinan Pelatih (X1)	0,907	Valid
2	Hubungan Pelatih-Athlet (X2)	0,905	Valid
3	Ketangguhan Mental (Y)	0,919	Valid

(Sumber: Lampiran 5 halaman 134)

Nilai koefisien validitas isi 7 orang penilai (*rater*) dengan empat (4) kategori jawaban dikatakan baik jika diperoleh koefisien validitas minimal sebesar 0,76, hasil perhitungan menunjukkan semua validitas isi masing-masing butir instrumen diperoleh lebih dari 0,87 dengan demikian semua butir instrumen telah memenuhi kriteria.

## 2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2019, p.

86). Kuesioner dikatakan reliabel atau handal jika jawaban seseorang terhadap pernyataan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu. Untuk memperoleh reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* (Arikunto, 2019, p. 47). Uji reliabilitas dilakukan dengan 20 pemain. Hasil analisis uji reliabilitas disajikan pada Tabel 8 di bawah ini:

**Tabel 8. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen**

No	Variabel	<i>Cronbach's Alpha</i>	Keterangan
1	Tipe Kepemimpinan Pelatih (X1)	0,975	Reliabel
2	Hubungan Pelatih-Athlet (X2)	0,985	Reliabel
3	Ketangguhan Mental (Y)	0,951	Reliabel

(Sumber: Lampiran 6 halaman 140)

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 8 di atas, menunjukkan bahwa instrumen tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-athlet terhadap ketangguhan mental memiliki *Coefisient Alpha Cronbach*  $\geq 0,7$ , sehingga instrumen dinyatakan memiliki reliabilitas yang baik.

## G. Teknik Analisis Data

### 1. Statistik Deskriptif

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase (Sugiyono, 2019, p. 112). Azwar (2019, p. 43) menyatakan bahwa untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan norma penilaian pada Tabel 9 sebagai berikut:

**Tabel 9. Norma Mean Aritmatik**

No	Interval	Kriteria
1	3,25-4,00	Sangat Baik
2	2,50-3,24	Baik
3	1,75-2,49	Kurang
4	1,00-1,74	Sangat Kurang

## 2. Statistik Inferensial

### a. Uji Prasyarat

#### 1) Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi, variabel pengganggu atau residual memiliki distribusi normal. Seperti diketahui bahwa uji t dan uji F mengasumsikan bahwa nilai residual mengikuti distribusi normal. Kalau asumsi ini dilanggar, maka uji statistik menjadi tidak valid untuk jumlah sampel kecil (Ghozali, 2018, p. 40). Uji normalitas dilakukan dengan uji *Kolmogorov Smirnov*, dengan kriteria pengujian sebagai berikut:

- a) Jika  $p\text{-value} > 0,05$  berarti data yang akan diuji mempunyai perbedaan yang signifikan dengan data normal baku, berarti data tersebut tidak normal
- b) Jika  $p\text{-value} < 0,05$  maka berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara data yang akan diuji dengan data normal baku, berarti data tersebut normal (Ghozali, 2018, p. 42).

#### 2) Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah variabel independen dan variabel dependen dalam penelitian ini mempunyai hubungan yang linear jika kenaikan skor variabel independen diikuti kenaikan skor variabel dependen (Ghozali,

2018, p. 47). Uji linearitas dengan menggunakan uji Anova (uji F). Perhitungan ini akan dibantu dengan SPSS versi 23. Dasar pengambilan keputusan dalam uji linearitas adalah, p.

- a) Jika  $p\text{-value} \geq 0,05$ , maka hubungan antara variabel X dengan Y adalah linear.
- b) Jika  $p\text{-value} \leq 0,05$ , maka hubungan antara variabel X dengan Y adalah tidak linear.

#### **b. Analisis Linear Regresi Berganda**

Analisis linier berganda didasari pada hubungan fungsional maupun hubungan kausal dari dua variabel atau lebih independen dengan satu variabel dependen. Analisis regresi berganda ini akan dilakukan bila jumlah variabel independennya minimal dua (Sugiyono, 2019, p. 98). Adapun persamaan garis regresi sebagai berikut:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + e$$

Keterangan:

a	= Konstanta
$b_1, b_2$	= Koefisien regresi
Y	= Variabel Terikat
X	= Variabel Bebas
e	= Standar error

#### **c. Uji Hipotesis**

##### **1) Uji F Hitung (Uji Simultan)**

Uji statistik F pada dasarnya menunjukkan apakah semua variabel independen atau bebas yang dimasukkan dalam model



berpengaruh secara bersama-sama terhadap variabel dependen atau terikat (Ghozali, 2018, p. 28).  $F_{hitung} \geq F_{tabel}$  pada  $\alpha = 5\%$ , maka  $H_0$  ditolak,  $H_a$  diterima atau variabel bebas secara bersama-sama berpengaruh terhadap variabel terikat.  $F_{hitung} < F_{tabel}$  pada  $\alpha = 5\%$ , maka  $H_0$  diterima,  $H_a$  ditolak atau variabel bebas secara bersama-sama tidak berpengaruh terhadap variabel terikat.

## **2) Uji t Hitung (Uji Parsial)**

Uji Statistik t pada dasarnya menunjukkan seberapa jauh pengaruh variabel penjelas atau independen secara individual dalam menerangkan variasi variabel dependen (Ghozali, 2018, p. 34). Pengujian ini menggunakan tingkat signifikansi 5% dan melakukan perbandingan antara  $t_{hitung}$  dengan  $t_{tabel}$ . Jika nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  maka setiap variabel bebas yang diteliti berpengaruh signifikan terhadap variabel terikat. Sebaliknya jika nilai  $t_{hitung} < t_{tabel}$  maka setiap variabel bebas yang diteliti tidak berpengaruh signifikan terhadap variabel terikat.

## **3) Koefisien Determinasi ( $R^2$ )**

Pada model regresi linier berganda, kontribusi variabel independen secara bersama-sama terhadap variabel dependen dapat diketahui dengan melihat besaran koefisien determinasi totalnya ( $R^2$ ). Jika nilai ( $R^2$ ) yang diperoleh mendekati 1 maka hubungan variabel independen terhadap variabel dependen

semakin kuat. Sebaliknya jika nilai ( $R^2$ ) yang diperoleh mendekati 0, maka hubungan variabel independen terhadap variabel dependen lemah. Nilai ( $R^2$ ) dapat naik atau turun apabila satu variabel independen ditambahkan ke dalam model.

## **BAB IV**

### **HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

Data yang digunakan merupakan data hasil pengukuran kepada pemain sepakbola Bhayangkara EPA berjumlah 62 atlet. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 10-15 Desember 2023 yang dilakukan di Bhayangkara EPA. Hasil analisis dijelaskan sebagai berikut:

##### **1. Karakteristik Atlet**

Hasil karakteristik pemain sepakbola Bhayangkara EPA dijelaskan sebagai berikut.

###### **a. Usia**

Data pemain sepakbola Bhayangkara EPA berdasarkan usia sebagai berikut:

**Tabel 10. Karakteristik Atlet berdasarkan Usia**

<b>No</b>	<b>Usia</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
1	19 Tahun	2	11,29%
2	18 Tahun	2	19,35%
3	17 Tahun	18	46,77%
4	16 Tahun	33	22,58%
<b>Jumlah</b>		<b>62</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Tabel 10 di atas, menunjukkan bahwa pemain sepakbola Bhayangkara EPA paling banyak berada pada rentang usia 17 tahun dengan besaran persentase 46,77%.

b. Lama Latihan

Data pemain sepakbola Bhayangkara EPA berdasarkan lama latihan sebagai berikut:

**Tabel 11. Karakteristik Atlet berdasarkan Lama Latihan**

No	Lama Latihan	Frekuensi	Persentase
1	7 Tahun $\leq$	11	24,19%
2	4-6 Tahun	16	56,45%
3	$\leq 3$ Tahun	26	19,35%
Jumlah		62	100

Berdasarkan Tabel 11 di atas, menunjukkan bahwa pemain sepakbola Bhayangkara EPA berdasarkan 'Lamanya Latihan' paling banyak 4-6 Tahun dengan besaran persentase 56,45%.

**2. Hasil Analisis Deskriptif**

Hasil analisis deskriptif tipe kepemimpinan pelatih, hubungan pelatih-atlet, dan ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA dijelaskan sebagai berikut.

**a. Tipe kepemimpinan Pelatih ( $X_1$ )**

Deskriptif statistik data tipe kepemimpinan pelatih pemain sepakbola Bhayangkara EPA selengkapnya pada Tabel 12 berikut.

**Tabel 12. Deskriptif Statistik Tipe Kepemimpinan Pelatih**

Statistik	
<i>N</i>	62
<i>Mean</i>	2,44
<i>Median</i>	2,38
<i>Mode</i>	2,18 <sup>a</sup>
<i>Std. Deviation</i>	0,29
<i>Minimum</i>	2,00
<i>Maximum</i>	3,00

(Sumber: Lampiran 10 Halaman 147)

Norma Penilaian tipe kepemimpinan pelatih pemain sepakbola Bhayangkara EPA disajikan pada Tabel 13 berikut.

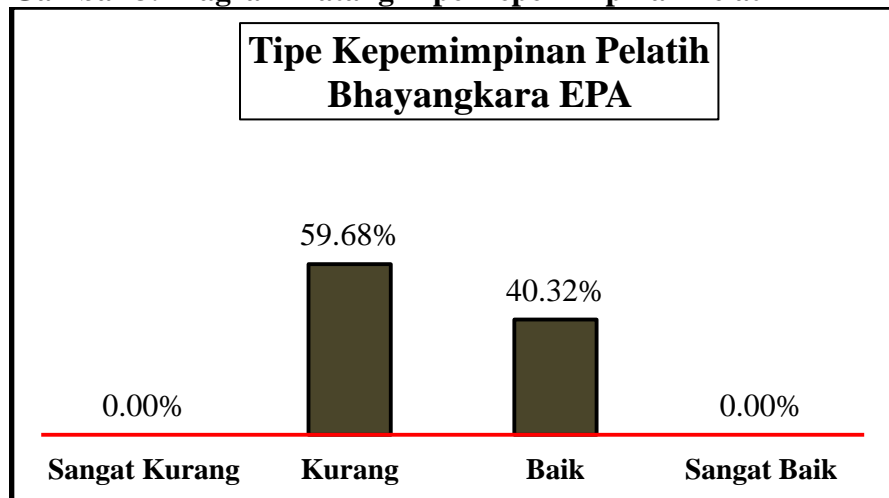
**Tabel 13. Norma Penilaian Tipe Kepemimpinan Pelatih**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	3,25-4,00	Sangat Baik	0	0,00%
2	2,50-3,24	Baik	25	40,32%
3	1,75-2,49	Kurang	37	59,68%
4	1,00-1,74	Sangat Kurang	0	0,00%
<b>Jumlah</b>			<b>62</b>	<b>100%</b>

(Sumber: Lampiran 10 Halaman 147)

Berdasarkan Norma Penilaian pada Tabel 13 tersebut di atas, tipe kepemimpinan pelatih pemain sepakbola Bhayangkara EPA dapat disajikan pada Gambar 3 sebagai berikut.

**Gambar 3. Diagram Batang Tipe Kepemimpinan Pelatih**



Berdasarkan Tabel 13 dan Gambar 3 di atas menunjukkan bahwa tipe kepemimpinan pelatih pemain sepakbola Bhayangkara EPA berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0,00% (0 atlet), “kurang” sebesar 59,68% (37 atlet), “baik” sebesar 40,32% (25 atlet), dan “sangat baik” sebesar 0,00% (0 atlet).

**b. Hubungan Pelatih-Athlet ( $X_2$ )**

Deskriptif statistik data hubungan pelatih-atlet pemain sepakbola Bhayangkara EPA selengkapnya disajikan pada Tabel 14 berikut.

**Tabel 14. Deskriptif Statistik Hubungan Pelatih-Athlet**

Statistik	
<i>N</i>	62
<i>Mean</i>	2,51
<i>Median</i>	2,53
<i>Mode</i>	2,55
<i>Std. Deviation</i>	0,25
<i>Minimum</i>	1,91
<i>Maximum</i>	3,00

(Sumber: Lampiran 11 Halaman 148)

Berdasarkan Tabel 14 di atas, apabila disajikan Norma Penilaian hubungan pelatih-atlet pemain sepakbola Bhayangkara EPA disajikan pada Tabel 15 berikut.

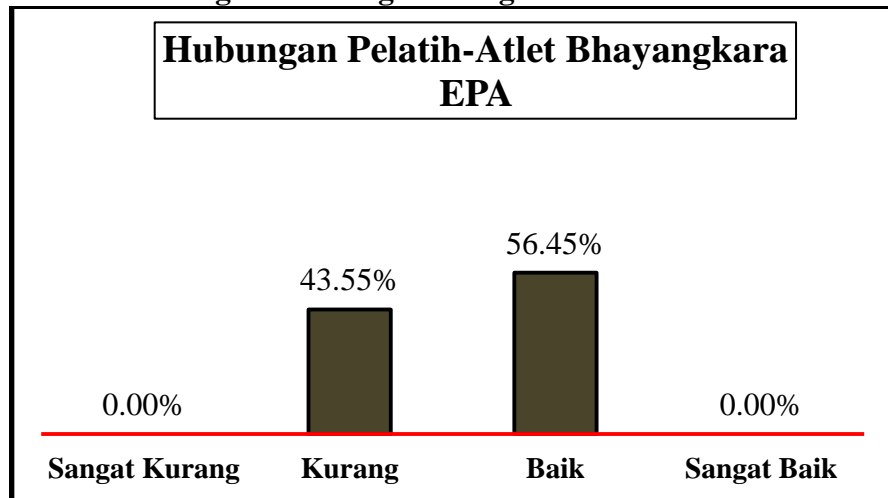
**Tabel 15. Norma Penilaian Hubungan Pelatih-Athlet**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	3,25-4,00	Sangat Baik	0	0,00%
2	2,50-3,24	Baik	35	56,45%
3	1,75-2,49	Kurang	27	43,55%
4	1,00-1,74	Sangat Kurang	0	0,00%
Jumlah			62	100%

(Sumber: Lampiran 11 Halaman 148)

Berdasarkan Norma Penilaian pada Tabel 15 tersebut di atas, hubungan pelatih-atlet pemain sepakbola Bhayangkara EPA disajikan pada Gambar 4 sebagai berikut.

**Gambar 4. Diagram Batang Hubungan Pelatih-Athlet**



Berdasarkan Tabel 15 dan Gambar 4 di atas menunjukkan bahwa hubungan pelatih-atlet pemain sepakbola Bhayangkara EPA berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0,00% (0 atlet), “kurang” sebesar 43,55% (27 atlet), “baik” sebesar 56,45% (35 atlet), dan “sangat baik” sebesar 0,00% (0 atlet).

**c. Ketangguhan Mental (Y)**

Deskriptif statistik data ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA selengkapnya pada Tabel 16 sebagai berikut.

**Tabel 16. Deskriptif Statistik Ketangguhan Mental**

Statistik	
<i>N</i>	62
<i>Mean</i>	2,46
<i>Median</i>	2,42
<i>Mode</i>	2,40
<i>Std. Deviation</i>	0,20
<i>Minimum</i>	2,06
<i>Maximum</i>	2,92

(Sumber: Lampiran 12 Halaman 149)

Norma Penilaian ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA disajikan pada Tabel 17 berikut.

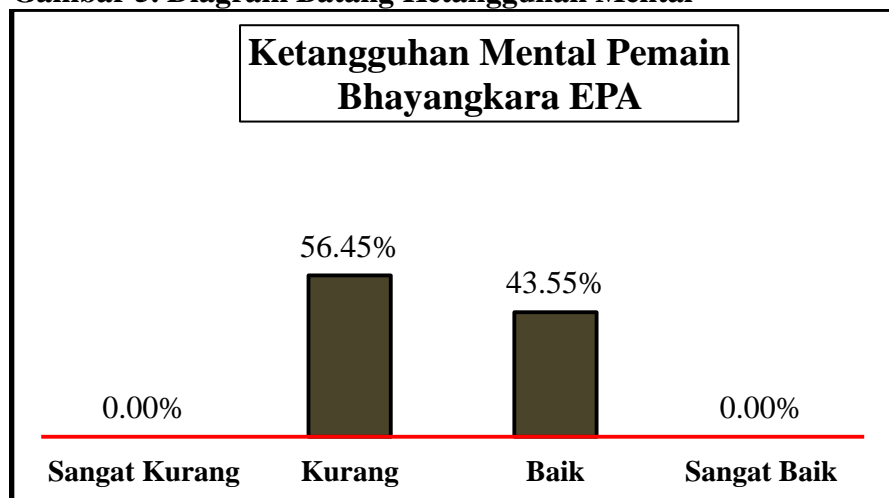
**Tabel 17. Norma Penilaian Ketangguhan Mental**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	3,25-4,00	Sangat Baik	0	0,00%
2	2,50-3,24	Baik	27	43,55%
3	1,75-2,49	Kurang	35	56,45%
4	1,00-1,74	Sangat Kurang	0	0,00%
<b>Jumlah</b>			<b>62</b>	<b>100%</b>

(Sumber: Lampiran 12 Halaman 149)

Berdasarkan Norma Penilaian pada Tabel 17 tersebut di atas, ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA dapat disajikan pada Gambar 5 sebagai berikut.

**Gambar 5. Diagram Batang Ketangguhan Mental**



Berdasarkan Tabel 17 dan Gambar 5 di atas menunjukkan bahwa ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0,00% (0 atlet), “kurang” sebesar 56,45% (35 atlet), “baik” sebesar 43,55% (27 atlet), dan “sangat baik” sebesar 0,00% (0 atlet).



### 3. Hasil Uji Prasyarat

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* yaitu dengan melihat nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* variabel residual apabila nilainya berada di atas 0,05, maka dapat dikatakan data berdistribusi normal. Hasil uji normalitas dilakukan dengan program *software SPSS version 20.0 for windows* dengan *p-value* 5% atau 0,05. Rangkuman hasil uji normalitas disajikan pada Tabel 18 sebagai berikut.

**Tabel 18. Hasil Uji Normalitas**

Variabel	<i>p-value</i>	sig	Keterangan
Tipe kepemimpinan pelatih (X <sub>1</sub> )	0,347	0,05	Normal
Hubungan pelatih-atlet (X <sub>2</sub> )	0,501	0,05	Normal
Ketangguhan mental (Y)	0,626	0,05	Normal

(Sumber: Lampiran 13 Halaman 150)

Berdasarkan analisis menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* pada Tabel 18 menunjukkan data tipe kepemimpinan pelatih (*p-value* 0,347 > 0,05), hubungan pelatih-atlet (*p-value* 0,501 > 0,05), dan ketangguhan mental (*p-value* 0,626 > 0,05), yang berarti data berdistribusi normal.

#### b. Uji Linieritas

Pengujian linieritas dilakukan melalui uji F. Hubungan antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y) dinyatakan linier apabila *p-value* > 0,05. Hasil uji linieritas dapat dilihat dalam Tabel 19 sebagai berikut:

**Tabel 19. Hasil Uji Linieritas**

Variabel	<i>p-value</i>	sig	Keterangan
Tipe kepemimpinan pelatih (X <sub>1</sub> )* Ketangguhan mental (Y)	0,433	0,05	<b>Linear</b>
Hubungan pelatih-atlet (X <sub>2</sub> )* Ketangguhan mental (Y)	0,638	0,05	<b>Linear</b>

(Sumber: Lampiran 14 Halaman 151)

Berdasarkan Tabel 19 di atas, menunjukkan bahwa hubungan tipe kepemimpinan pelatih (X<sub>1</sub>) terhadap ketangguhan mental (Y) (*p-value* 0,433 > 0,05) dan hubungan hubungan pelatih-atlet (X<sub>2</sub>) terhadap ketangguhan mental (Y) (*p-value* 0,638 > 0,05). Jadi, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikatnya dinyatakan linear.

#### 4. Hasil Analisis Regresi Linier Berganda

Analisis regresi adalah teknik statistika yang berguna untuk memeriksa dan memodelkan hubungan diantara variabel-variabel. Hasil analisis linear berganda hubungan tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA disajikan pada Tabel 20 sebagai berikut:

**Tabel 20. Hasil Analisis Regresi Linear Berganda**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients
	<i>B</i>	<i>Std. Error</i>	<i>Beta</i>
(Constant)	0,532	0,109	
Tipe kepemimpinan pelatih (X <sub>1</sub> )	0,475	0,036	0,703
Hubungan pelatih-atlet (X <sub>2</sub> )	0,306	0,042	0,392

(Sumber: Lampiran 15 Halaman 153)

Berdasarkan Tabel 20, maka dapat ditentukan persamaan regresi linier berganda yang dihasilkan dari penelitian ini, sebagai berikut:

$$\text{Ketangguhan mental (Y)} = 0,532 + 0,475 \text{ Tipe kepemimpinan pelatih (X}_1\text{)} + 0,306 \text{ Hubungan pelatih-atlet (X}_2\text{)}$$

Hasil persamaan linear berganda menunjukkan bahwa konstanta sebesar 0,532, yang berarti jika variabel tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet dianggap nol, maka kenaikan variabel ketangguhan mental pada pemain sepakbola Bhayangkara EPA sebesar 0,532.

## 5. Hasil Uji Hipotesis

Teknik analisis yang digunakan untuk menguji hipotesis menggunakan teknik analisis uji r, uji F, dan uji determinasi. Hasil uji hipotesis dipaparkan sebagai berikut:

### a. Hasil Analisis Uji Korelasi (Parsial)

Analisis korelasi dilakukan untuk mengetahui hubungan masing-masing variabel bebas yaitu tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola di Bhayangkara EPA. Hasil analisis uji r disajikan pada Tabel 21 berikut.

**Tabel 21. Hasil Analisis Uji Korelasi**

Variabel	<i>r</i> <sub>hitung</sub>	<i>r</i> <sub>tabel</sub>	<i>sig</i>
Tipe kepemimpinan pelatih (X <sub>1</sub> )	0,850	0,246	0,000
Hubungan pelatih-atlet (X <sub>2</sub> )	0,655	0,246	0,000

(Sumber: Lampiran 15 Halaman 152)

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 21, juga dapat ditentukan untuk menjawab hipotesis parsial dengan langkah-langkah sebagai berikut.

- 1) Variabel tipe kepemimpinan pelatih terhadap ketangguhan mental didapatkan nilai  $r_{hitung} 0,850 > r_{tabel} 0,246$ ,  $p-value 0,000 < 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak, artinya  $H_1$  yang berbunyi “Terdapat hubungan yang signifikan antara tipe kepemimpinan pelatih terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola di Bhayangkara EPA” **diterima**. Koefisien korelasi bernilai positif, artinya jika tipe kepemimpinan pelatih semakin baik, maka ketangguhan mental pada pemain sepakbola Bhayangkara EPA akan semakin baik.
- 2) Variabel hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental didapatkan nilai  $r_{hitung} 0,655 > r_{tabel} 0,246$ ,  $p-value 0,000 < 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak, artinya  $H_1$  yang berbunyi “Terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola di Bhayangkara EPA” **diterima**. Koefisien korelasi bernilai positif, artinya jika yang signifikan semakin baik, maka ketangguhan mental pada pemain sepakbola Bhayangkara EPA akan semakin baik.

#### **b. Hasil Uji F (Simultan)**

Uji F (Simultan) bertujuan untuk mengetahui hubungan tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap

ketangguhan mental pemain sepakbola di Bhayangkara EPA. Analisis menggunakan uji ANOVA. Kaidah analisis apabila  $p\text{-value} < 0,05$ , maka hipotesis alternatif diterima dan sebaliknya. Hasil analisis dijelaskan pada Tabel 22 sebagai berikut:

**Tabel 22. Hasil Analisis Uji F (Simultan)**

<i>ANOVA<sup>b</sup></i>					
<i>Model</i>	<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
Regression	2,047	2	1,024	173,316	0,000 <sup>a</sup>
Residual	0,348	59	0,006		
Total	2,396	61			

(Sumber: Lampiran 15 Halaman 153)

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 22, didapatkan nilai  $F_{\text{hitung}} 173,316 > F_{\text{tabel}} (df 2;59) 3,15$  serta  $p\text{-value} 0,000 < 0,05$ , maka terdapat pengaruh yang signifikan. Dengan demikian hipotesis yang berbunyi “Terdapat hubungan yang signifikan antara tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola di Bhayangkara EPA, **diterima**. Dapat disimpulkan bahwa model regresi yang dipilih layak untuk menguji data dan model regresi dapat digunakan untuk memprediksi bahwa tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet bersama-sama berhubungan terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola di Bhayangkara EPA.

## 6. Hasil Analisis Koefisien Determinasi

Koefisien Determinasi ( $R^2$ ) pada intinya digunakan untuk mengukur seberapa jauh kemampuan model regresi dalam menerangkan variasi variabel dependen. Hasil analisis Koefisien Determinasi ( $R^2$ ) tipe

kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA disajikan pada Tabel 23 sebagai berikut:

**Tabel 23. Hasil Analisis Koefisien Determinasi**

<i>Model Summary</i>			
<i>R</i>	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>	<i>Std. Error of the Estimate</i>
0,924 <sup>a</sup>	,855	,850	,07685

(Sumber: Lampiran 15 Halaman 152)

Berdasarkan Koefisien Determinasi ( $R^2$ ) pada Tabel 23, diketahui bahwa nilai koefisien determinasi *R Square* sebesar 0,855. Hal ini berarti sumbangan variabel tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA sebesar 85,50%, sedangkan sisanya sebesar 14,50% dipengaruhi faktor lain di luar penelitian ini.

Sumbangan efektif (SE) dan sumbangan relatif (SR) tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA disajikan pada Tabel 24 sebagai berikut:

**Tabel 24. Hasil Analisis Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif**

<b>Variabel</b>	<b>SE</b>	<b>SR</b>
Tipe kepemimpinan pelatih ( $X_1$ )	59,82%	69,96%
Hubungan pelatih-atlet ( $X_2$ )	25,68%	30,04%
<b>Jumlah</b>	<b>85,50%</b>	<b>100,00%</b>

(Sumber: Lampiran 16 Halaman 154)

Berdasarkan Tabel 24, sumbangan efektif (SE) dan sumbangan relatif (SR), menunjukkan bahwa variabel tipe kepemimpinan pelatih ( $X_1$ ) memberikan sumbangan paling besar terhadap ketangguhan mental

pemain sepakbola di Bhayangkara EPA, yaitu sebesar 59,82%, sedangkan sumbangan efektif (SE) variabel hubungan pelatih-atlet (X2) hanya sebesar 25,68%.

## **B. Pembahasan**

### **1. Hubungan Tipe Kepemimpinan Pelatih terhadap Ketangguhan Mental**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tipe kepemimpinan pelatih terhadap ketangguhan mental pada pemain sepakbola di Bhayangkara EPA, dengan sumbangan sebesar 59,82%. Koefisien korelasi bernilai positif, artinya jika tipe kepemimpinan pelatih semakin baik, maka ketangguhan mental pada pemain sepakbola Bhayangkara EPA akan semakin baik.

Hasil penelitian didukung dari penelitian terdahulu yang dilakukan Abdillah, dkk., (2021) yang menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tipe kepemimpinan pelatih terhadap ketangguhan mental pada pemain sepakbola. Korelasi yang signifikan ditemukan antara dua faktor termasuk keterikatan pelatih-atlet, dukungan pelatih yang dirasakan, harga diri, dan kesejahteraan subjektif. Kesejahteraan subjektif adalah evaluasi subjektif atas kebahagiaan, dan terdiri dari kepuasan hidup, serta pengalaman pengaruh positif dan negatif (Diener, et al., 2018; Geng, 2018).

Dalam kehidupan sosial atlet, hubungan dengan pelatih merupakan struktur interpersonal yang penting (Xie, 2018), yang

memerlukan interaksi dua arah (Fan, et al., 2023). Di sisi lain, keterikatan dengan pelatih sangatlah penting (Kim & Park, 2020). Pelatih memberikan *platform* pertumbuhan kepada atlet, dan mendorong mereka untuk menghadapi tantangan dan mengembangkan keterampilan baru. Keterikatan pelatih-atlet yang tidak aman dapat menghalangi atlet untuk menerima dukungan dari pelatih. Misalnya, penghindaran keterikatan dapat mengakibatkan penurunan kemungkinan atlet memperoleh dukungan sosial dari pelatih, dan kecemasan keterikatan dapat mengakibatkan penurunan persepsi subjektif dan kepuasan terhadap dukungan atlet dari pelatih (Barnum & Perrone-McGovern, 2017).

Gufron (2020, p. 73) mendefinisikan kepemimpinan sebagai sebuah proses perilaku mempengaruhi individu dan kelompok untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Nugroho, et al., (2023, p. 172) menjelaskan terdapat lima gaya kepemimpinan seorang pelatih, yaitu (a) *Builder*, pelatih mengembangkan sesuatu dari nihil pada tahap awal pengembangan klub; (b) *Revitalizer*, pelatih mengembalikan energi yang hilang ketika klub kehilangan momentum; (c) *Accelerator*, pelatih melanjutkan dan menambah momentum pada proses perubahan yang dimulai oleh orang lain; (d) *Turn-arounder*, pelatih terlibat dalam sebuah perubahan besar pada beberapa bagian klub yang mengalami kemunduran; dan (e) *Inheritor*, pelatih mewarisi kesuksesan pada suatu klub dan mencoba melanjutkan kesuksesan tersebut dengan gayanya sendiri.



Pelatih olahraga memiliki peran sebagai guru, bapak, dan teman. Sebagai seorang guru, pelatih disegani karena ilmunya, sebagai bapak dia dicintai, dan sebagai teman dia dapat dipercaya untuk tempat mencurahkan keluh kesah dalam hal pribadi sekalipun (Navkaria & Wijaya, 2021, p. 94). Selain adanya komunikasi antara pelatih dan atletnya, perlu adanya etika dalam proses berlatih dan melatih. Etika tersebut meliputi: (a) menghargai bakat atlet. (b) mengembangkan potensi yang dimiliki atlet, (c) memahami atlet secara individu, (d) mendalami olahraga untuk menyempurnakan atlet, (e) jujur, (f) terbuka, (g) penuh perhatian, (h) mampu menerapkan sistem kontrol (Irianto, 2018, p. 26).

Seorang pelatih adalah salah satu sumber daya manusia dalam keolahragaan yang berperan sangat penting dalam pencapaian prestasi atlet yang dilatihnya. Fungsi utama pelatih adalah sebagai wahana untuk berkomunikasi, mendidik, mengasuh, dan mensosialisasikan atlet, mengembangkan kemampuan seluruh anak didiknya agar dapat menjalankan fungsinya di lingkup olahraga dengan baik. Keberadaan pelatih akan dirasakan sebagai sesuatu yang positif. Sering dikatakan bahwa hubungan pelatih dan atlet adalah jantung pengelolaan yang efektif. Beban yang harus dipikul akan terasa lebih ringan jika seorang pelatih hadir sebagai sumber inspirasi maupun sumber kekuatan dalam suatu pertandingan. Sebaliknya, apabila tidak mendapat dukungan dalam

keputusannya, kemungkinan atlet tersebut akan menurun kualitas kemampuannya dan berpengaruh pada performa bertanding.

Sebagai sosok sentral dalam pengembangan ketangguhan mental, pelatih memberikan bimbingan, latihan dan aktivitas yang disesuaikan dengan kondisi atlet. Setiap program yang disusun oleh pelatih diharapkan memberikan perubahan positif terhadap karakter, sikap dan pemikiran atlet. Seorang pelatih perlu menyadari aspek kepemimpinan untuk dapat mengarahkan atlet mencapai tujuan (Darisman, dkk., 2021, p. 14). Kepemimpinan seorang pelatih merupakan sebuah proses perilaku yang mempengaruhi atlet agar memiliki kinerja yang optimal. Seorang pelatih bertanggung jawab untuk melatih dan memberikan instruksi kepada atlet dalam usahanya membantu atlet mencapai potensi fisik maksimum (Atrizka & Pratama, 2022, p. 88).

## **2. Hubungan Hubungan Pelatih-Athlet terhadap Ketangguhan Mental**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pada pemain sepakbola di Bhayangkara EPA, dengan sumbangan sebesar 25,68%. Koefisien korelasi bernilai positif, artinya jika hubungan pelatih-atlet semakin baik, maka ketangguhan mental pada pemain sepakbola Bhayangkara EPA akan semakin baik. Hubungan pelatih-atlet yang berkualitas tinggi menunjukkan bahwa pelatih dan atlet mempertahankan mode interaktif yang efisien, di mana atlet menerima pengetahuan, bimbingan, dan dukungan sosial,

emosional, dan informasi yang cukup dari pelatih mereka. Faktor-faktor ini secara signifikan meningkatkan rasa aman, kepemilikan, dan dorongan atlet, sehingga membantu mereka berpartisipasi dalam pelatihan dan kompetisi dengan penuh antusiasme dan vitalitas (Guo, et al., p. 3; Ye, et al., 2016).

Hasil penelitian didukung dari penelitian terdahulu yang dilakukan Abdillah, dkk., (2021) yang menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pada pemain sepakbola. Hubungan pelatih-atlet yang positif diakui dapat meningkatkan partisipasi, kepuasan atlet, harga diri, dan peningkatan kinerja (Peng, et al., 2020). Temuan penelitian Foulds, et al., (2019) mendukung hubungan yang bersifat diadik. Para atlet lebih memilih pelatih yang memiliki pandangan positif dan pola pikir yang berpusat pada atlet, dengan pendengaran aktif dan penetapan tujuan individual yang dianggap sebagai ciri utama dalam mengembangkan hubungan positif.

Saat mengeksplorasi hubungan antara kohesi dan keterlibatan atlet, Song (2022) menekankan bahwa pelatih, sebagai pemimpin, bertanggung jawab menerapkan strategi untuk meningkatkan lingkungan tim. Sebagai sosok yang paling berpengaruh dalam sebuah tim, pengaruh pelatih terhadap atlet berkaitan langsung dengan performa dan perkembangan kariernya (Jowett, et al., 2017; Davis, et al., 2019; Phillips, et al., 2023; Murray, et al., 2021). Pengaruh ini terutama

meliputi perilaku kepemimpinan (Gao, et al., 2021; Subijana, et al., 2021; González-García, et al., 2022), gaya kepemimpinan (Keatlholetswe & Malete, 2019; Jin, et al., 2022), kemampuan pembinaan (Duan & Zhang, 2019), dan hubungan pelatih-atlet (Choi, et al., 2020). Secara khusus hubungan pelatih-atlet, merupakan hubungan interpersonal yang penting sepanjang karier atlet, merupakan sumber dukungan sosial yang penting bagi atlet (Woolliams, et al., 2021). Ini mencerminkan interaksi emosional, mental, dan perilaku antara pelatih dan atlet.

Sebagai pemimpin langsung tim olahraga, perilaku pelatih merupakan faktor eksternal utama yang memotivasi atlet untuk berpartisipasi aktif dalam latihan dan kompetisi serta meningkatkan kemampuan bersaingnya. Selain itu, pelatih merupakan sumber dukungan sosial, emosional, dan informasi yang penting bagi atlet, dan pengaruhnya terhadap keterlibatan atlet tidak dapat diabaikan. Hubungan pelatih-atlet adalah proses interaktif dua arah. Kualitas interaksi antara pelatih dan atlet menyesuaikan persepsi mereka mengenai biaya dan manfaat hubungan. Keterlibatan atlet mencakup komponen kognitif dan emosional. Dari komponen-komponen tersebut, keterlibatan atlet tentu akan dipengaruhi oleh kualitas hubungan pelatih-atlet (Gu, et al., 2023, p. 2).

Seorang pelatih akan senantiasa berinteraksi dengan atletnya dalam latihan atau kompetisi. Interaksi yang berlangsung merupakan bagian dari usaha pelatih dalam melaksanakan tugas. Kegelaers &

Wylleman (2019, p. 239) menjelaskan tugas pelatih yang meliputi persiapan teknis, taktis dan strategis, serta tugas mengorganisir, mengevaluasi dan mengarahkan atlet akan sangat bergantung pada hubungan antara pelatih-atlet. Wachsmuth, et al., (2018, p. 1955) mendefinisikan hubungan pelatih-atlet sebagai situasi emosi, pikiran dan perilaku antara pelatih dan atlet yang saling berhubungan. Ketika pelatih dan atlet berada dalam satu harmoni, maka akan berdampak pada pencapaian yang luar biasa bagi tim.

Hubungan pelatih-atlet yang dibangun tidak selalu berhasil dan efektif. Pendekatan negatif yang dilakukan saat melatih turut mempengaruhi perkembangan hubungan pelatih dengan atlet. Pendekatan negatif berupa latihan yang keras, penuh aturan dan militeristik merupakan usaha pelatih dalam mencapai ambisi pribadi melalui atlet yang dilatih tanpa memperhatikan kondisi cedera, kelelahan atau depresi yang mungkin dialami atlet. Pendekatan negatif yang dilakukan pelatih merupakan perilaku *negative coaching*. Perilaku *negative coaching* merupakan bentuk pengabaian dan pengkhianatan atas kepercayaan yang merupakan bagian dari hubungan antara pelatih-atlet. Pengabaian hubungan antara pelatih-atlet dapat berpengaruh pada keadaan di luar olahraga (Jowett, 2017, p. 154).

### **3. Hubungan Tipe Kepemimpinan Pelatih dan Hubungan Pelatih-Athlet terhadap Ketangguhan Mental**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA dengan sumbangan sebesar 85,50%. Hasil penelitian didukung dari penelitian terdahulu yang dilakukan Abdillah, dkk., (2021) yang menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pada pemain sepakbola.

Ketangguhan mental merupakan faktor psikologis yang harus dimiliki atlet untuk dapat memberikan performa yang baik sehingga mampu memenangkan suatu pertandingan. Reaksi yang muncul atas beragam situasi yang penuh tekanan cenderung bersifat positif seperti memiliki tingkat motivasi yang lebih karena tensi pertandingan yang meningkat, tetap mampu fokus meskipun tertinggal point pada saat pertandingan tetap berusaha melakukan hasil yang terbaik. Pendapat lain diungkapkan Liew, et al., (2019, p. 381) bahwa ketangguhan mental merupakan kumpulan nilai, sikap, perilaku dan emosi yang membuat atlet mampu bertahan dan melalui beragam hambatan, kesusahan, atau tekanan yang dialami. Atlet turut mampu untuk tetap mempertahankan konsentrasi dan motivasi saat situasi normal. Sebagai salah satu aspek yang krusial dalam menunjang performa atlet, sejatinya ketangguhan

mental dikembangkan melalui persiapan yang terstruktur bukan melalui banyaknya frekuensi kompetisi.

Hubungan pelatih-atlet merupakan komunikasi yang intensif antara atlet dan pelatih. Efektivitas seorang pelatih dalam melakukan persiapan teknis, taktis dan strategis, serta mengorganisir, mengevaluasi dan mengarahkan atlet, akan bergantung pada hubungan yang dibangun antara pelatih-atlet (Gullu, et al., 2020, p. 9). Weinberg, et al., (2021, p. 490) menjelaskan bahwa untuk membentuk hubungan yang nyaman dan penuh kepercayaan antara pelatih dan atlet adalah tugas yang berat. Hal ini disebabkan oleh sikap, perasaan dan motivasi yang terlibat sulit untuk dikendalikan, misalnya pada sepakbola wanita terdapat ketertarikan pada pelatih yang berjenis kelamin berbeda.

Perilaku kepemimpinan pelatih merupakan bentuk perilaku kepemimpinan yang ditampilkan pelatih yang secara konsisten muncul di dalam dan di luar lapangan. Dalam olahraga, penelitian kepemimpinan berfokus pada hubungan pelatih-atlet (Jowett, 2017, p. 154). Terdapat lima dimensi dalam perilaku kepemimpinan pelatih yaitu: (1) *Training and instruction*, merupakan fungsi utama seorang pelatih. Pelatih bertanggung jawab untuk melatih dan memberikan instruksi kepada atlet dalam usahanya membantu atlet mencapai potensi fisik maksimum. (2) Perilaku demokratis, merefleksikan kebebasan pelatih untuk melibatkan atlet dalam proses pengambilan keputusan. (3) Perilaku autokratis, merefleksikan sejauh mana seorang pelatih harus terpisah dari atlet dan

menekankan kekuasaannya sebagai seorang pelatih, hal ini diharapkan akan menimbulkan kepatuhan atas setiap keputusan yang diambil pelatih.

(4) Dukungan sosial, merefleksikan sejauh mana keterlibatan pelatih dalam pemenuhan kebutuhan interpersonal atlet. (5) Umpan balik positif, merefleksikan umpan balik berupa pujian dan penghargaan pelatih atas kontribusi dan performa atlet.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Secara keseluruhan, peneliti sangat menyadari bahwa penelitian masih memiliki banyak kelemahan terutama dalam pelaksanaannya. Penelitian dilakukan sebaik mungkin, namun tidak terlepas dari keterbatasan yang ada. Keterbatasan selama penelitian yaitu:

1. Pengumpulan data dalam penelitian hanya didasarkan pada hasil kuesioner, sehingga dimungkinkan adanya unsur kurang objektif dalam pengisian kuesioner.
2. Saat pengambilan data penelitian yaitu saat penyebaran kuesioner kepada responden, tidak dapat dipantau secara langsung dan cermat apakah jawaban yang diberikan oleh responden benar-benar sesuai dengan pendapatnya sendiri atau tidak.
3. Keterbatasan variabel penelitian dan jumlah sampel penelitian.
4. Peneliti tidak melakukan triangulasi pada penelitian.



## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara tipe kepemimpinan pelatih terhadap ketangguhan mental pada pemain sepakbola di Bhayangkara EPA, dengan  $r_{hitung}$  0,850 dan sumbangan sebesar 59,82%.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pada pemain sepakbola di Bhayangkara EPA, dengan  $r_{hitung}$  0,655 dan sumbangan sebesar 25,68%.
3. Terdapat kontribusi yang signifikan antara tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA, dengan  $F_{hitung}$  173,316 >  $F_{tabel}$  (df 2;59) 3,15 serta  $p-value$  0,000 < 0,05 dan sumbangan sebesar 85,50%.

#### **B. Implikasi**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan telah disimpulkan menunjukkan bukti ilmiah bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tipe kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola Bhayangkara EPA, akan berimplikasi yaitu:

1. Perilaku kepemimpinan pelatih sebaiknya digunakan dalam setiap latihan dan pertandingan guna membentuk ketangguhan mental atlet yang tinggi.

2. Interaksi pelatih-atlet harus terjalin dengan baik pada setiap latihan dan pertandingan guna membentuk komunikasi yang baik pada saat di lapangan dan di luar lapangan.

### **C. Saran**

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Saran kepada Atlet
  - a. Bagi atlet disarankan untuk lebih banyak melakukan pelatihan serta menambah jam terbang dengan ikut bertanding serta juga bisa menjalin ikatan positif dengan pelatih untuk menanggulangi permasalahan yang dihadapi di lapangan ketika sedang berlatih ataupun saat melakukan pertandingan.
  - b. Bagi atlet, selalu mengembangkan diri untuk menjadi yang terbaik, tidak mudah menyerah serta putus asa baik dalam latihan dan pertandingan agar terpelihara ketangguhan mentalnya.
2. Saran kepada Pelatih
  - a. Disarankan untuk mengembangkan kepemimpinan sebagai pelatih dan mengembangkan kemampuan interaksi dalam membangun hubungan dengan atlet.
  - b. Disarankan bagi pelatih agar dapat memberikan semangat dan dorongan bagi para atlet agar terus berjuang dan tidak pernah menyerah dalam menghadapi setiap pertandingan yang dihadapi guna meraih prestasi dan hasil yang maksimal.

### 3. Saran kepada Peneliti Selanjutnya

- a. Diharapkan bisa memperoleh data riset sebelum atlet melakukan pertandingan serta sesudah melakukan pertandingan. Kemudian memperbanyak variabel penelitian dan jumlah sampel pada riset berikutnya, serta bisa memantau pengaruh yang terjadi ketika atlet hendak dan sebelum bertanding..
- b. Bagi peneliti selanjutnya agar melakukan pengawasan lebih ketat pada saat pengambilan data agar hasilnya lebih objektif.
- c. Bagi peneliti selanjutnya agar melakukan uji triangulasi misalnya melakukan wawancara.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, H., Fathoni, A., & Amboningtyas, D. (2021). Pengaruh perilaku kepemimpinan pelatih, hubungan pelatih pemain dan pengembangan bakat oleh klub terhadap ketangguhan mental pemain sepakbola (Studi Kasus Pada Klub PSIS Semarang). *Journal of Management*, 7(1).
- Ananda, R., & Fadhli, M. (2018). *Statistik pendidikan teori dan praktik dalam pendidikan*. Medan: CV. Widya Puspita.
- Anggrain, F. S., & Widodo, A. (2021). Analisis kapasitas aerobik maksimal (VO2Max) pada atlet sepak bola UNESA. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9(4), 103-106.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian; suatu pendekatan praktik. (Edisi revisi)* Jakarta: Rineka Cipta.
- Aryanto, D. B., & Larasati, A. (2020, January). Factors influencing mental toughness. In *5th ASEAN Conference on Psychology, Counselling, and Humanities (ACPCH 2019)* (pp. 307-309). Atlantis Press.
- Atiq, A., Simanjuntak, V. G., Yunitaningrum, W., & Ali, M. (2021). The effect of ball feeling training on dribbling skills in amateur football sportsmen. *Спортивни изпу*, (4 (22)), 91-97.
- Atrizka, D., & Pratama, I. (2022). The influence of organizational leadership and coaches on Indonesian athletes' adversity quotient (intelligence). *Revista de Psicología del Deporte (Journal of Sport Psychology)*, 31(1), 88-97.
- Azwar, S. (2019). *Penyusunan skala psikologi. Edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Barnum, E. L., & Perrone-McGovern, K. M. (2017). Attachment, self-esteem and subjective well-being among survivors of childhood sexual trauma. *Journal of mental health counseling*, 39(1), 39-55.
- Caro, O., Zubillaga, A., Fradua, L., & Fernandez-Navarro, J. (2021). Analysis of playing area dimensions in Spanish professional soccer: extrapolation to the design of small-sided games with tactical applications. *Journal of strength and conditioning research*, 35(10), 2795-2801.
- Choi, H., Jeong, Y., & Kim, S. K. (2020). The Relationship between coaching behavior and athlete burnout: mediating effects of communication and the

coach–athlete relationship. *International journal of environmental research and public health*, 17(22), 8618.

Clemente, F. M., & Sarmiento, H. (2020). The effects of small-sided soccer games on technical actions and skills: A systematic review. *Hum. Mov*, 21, 100-119.

Corluka, M., Bjelica, D., Vasiljevic, I., Bubanja, M., Georgiev, G., & Zeljko, I. (2018). Differences in the morphological characteristics and body composition of football players of HSC Zrinjski Mostar and FC Siroki Brijeg in Bosnia and Herzegovina. *Sport Mont*, 16(2), 77-81.

Darisman, E. K., Prasetyo, R., & Bayu, W. I. (2021). *Belajar psikologi olahraga sebuah teori dan aplikasi dalam olahraga*. Surabaya: Jakad Media Publishing.

Darwin, M., Mamondol, M. R., Sormin, S. A., Nurhayati, H., Sylvia, D. (2020). *Metode penelitian pendekatan kuantitatif*. Bandung: CV. Media Sains Indonesia.

Davis, L., Jowett, S., & Tafvelin, S. (2019). Communication strategies: The fuel for quality coach-athlete relationships and athlete satisfaction. *Frontiers in psychology*, 10, 2156.

Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253-260.

Duan, L., & Zhang, S. (2019). Cultivation of Coaching Ability of Chinese Youth Football Coaches. *Journal of Shenyang Sport University*, 38(2), 86-91.

Fahmi, M. (2019). The effect of coach leadership, team cooperation, and achievement motivation on the performance of the Depok City Atlet. *Prosiding SNITek*, 2, 1-12.

Fan, F., Chen, J., Chen, Y., Li, B., Guo, L., Shi, Y., ... & Shi, H. (2023). How relationship-maintenance strategies influence athlete burnout: Mediating roles of coach–athlete relationship and basic psychological needs satisfaction. *Frontiers in Psychology*, 13, 1104143.

Felton, L., & Jowett, S. (2013). “What do coaches do” and “how do they relate”: Their effects on athletes' psychological needs and functioning. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 23(2), e130-e139.

Foulds, S. J., Hoffmann, S. M., Hinck, K., & Carson, F. (2019). The coach–athlete relationship in strength and conditioning: High performance athletes' perceptions. *Sports*, 7(12), 244.

- Fransen, K., Mertens, N., Cotterill, S. T., Vande Broek, G., & Boen, F. (2020). From autocracy to empowerment: Teams with shared leadership perceive their coaches to be better leaders. *Journal of Applied Sport Psychology*, 32(1), 5-27.
- Gao, Y., LI, Y., Cao, D., & Cao, L. (2021). Influence of coach leadership behavior on athlete engagement: mediating role of coach-athlete relationship. *Journal of Shenyang Sport University*, 40(5), 98-106.
- Gardasevic, J., Bjelica, D., Vasiljevic, I., & Corluka, M. (2019). Differences in body composition of football players of two top football clubs. *Journal of Anthropology of Sport and Physical Education*, 3(4), 15-19.
- Geng, Y. (2018). Gratitude mediates the effect of emotional intelligence on subjective well-being: A structural equation modeling analysis. *Journal of health psychology*, 23(10), 1378-1386.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghufron, G. (2020). Teori-teori kepemimpinan: Leadership Theories. *Fenomena*, 19(1), 73-79.
- González-García, H., Martinent, G., & Nicolas, M. (2022). Relationships between coach's leadership, group cohesion, affective states, sport satisfaction and goal attainment in competitive settings. *International journal of sports science & coaching*, 17(2), 244-253.
- Gu, S., Peng, W., Du, F., Fang, X., Guan, Z., He, X., & Jiang, X. (2023). Association between coach-athlete relationship and athlete engagement in Chinese team sports: The mediating effect of thriving. *Plos one*, 18(8), e0289979.
- Gucciardi, D. F. (2017). Mental toughness: progress and prospects. *Current Opinion in Psychology*, 16, 17-23.
- Gullu, S., Keskin, B., Ates, O., & Hanbay, E. (2020). Coach-athlete relationship and sport passion in individual sports. *Acta Kinesiologica*, 14(1), 9-15.
- Guo, Z., Yang, J., Wu, M., Xu, Y., Chen, S., & Li, S. (2022). The associations among athlete gratitude, athlete engagement, athlete burnout: A cross-lagged study in China. *Frontiers in Psychology*, 13, 996144.
- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *Metode penelitian kualitatif & kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu.

- Harsono. (2017). *Kepelatihan olahraga. (teori dan metodologi)*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Hattu, M. (2023). Manajemen pembinaan prestasi sepak bola Nusaina Fc. U-17 Tulehu Kecamatan Salahutu Kabupaten Maluku Tengah. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(3), 707-717.
- Ibrahim, A., Alang, A. H., Madi, Baharudin, Ahmad, M. A., & Darmawati. (2018). *Metodologi penelitian*. Makasar: Gunadarma Ilmu.
- Irianto, D. P. (2018). *Dasar-dasar latihan olahraga untuk menjadi atlet juara*. Bantul: Pohon Cahaya (Anggota IKAPI).
- Jamil, M., & Kerruish, S. (2020). At what age are English Premier League players at their most productive? A case study investigating the peak performance years of elite professional footballers. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 20(6), 1120-1133.
- Jin, H., Kim, S., Love, A., Jin, Y., & Zhao, J. (2022). Effects of leadership style on coach-athlete relationship, athletes' motivations, and athlete satisfaction. *Frontiers in Psychology*, 13, 1012953.
- Jowett, S. (2017). Coaching effectiveness: The coach–athlete relationship at its heart. *Current opinion in psychology*, 16, 154-158.
- Jowett, S., Adie, J. W., Bartholomew, K. J., Yang, S. X., Gustafsson, H., & Lopez-Jiménez, A. (2017). Motivational processes in the coach-athlete relationship: A multi-cultural self-determination approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 32, 143-152.
- Juriana, J., Tahki, K., & Zulfitrianto, G. (2018). Pengetahuan psikologi olahraga pada pelatih renang Indonesia. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 2(1), 31-38.
- Keatthoetswe, L., & Malete, L. (2019). Coaching efficacy, player perceptions of coaches' leadership styles, and team performance in premier league soccer. *Research quarterly for exercise and sport*, 90(1), 71-79.
- Kegelaers, J., & Wylleman, P. (2019). Exploring the coach's role in fostering resilience in elite athletes. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 8(3), 239.
- Kim, Y., & Park, I. (2020). "Coach Really Knew What I Needed and Understood Me Well as a Person": Effective Communication Acts in Coach–Athlete Interactions among Korean Olympic Archers. *International journal of environmental research and public health*, 17(9), 3101.

- Komarudin, K., & Risqi, F. (2020). Tingkat kepercayaan diri, kohesivitas, dan kecerdasan emosi siswa Kelas Khusus Olahraga cabang olahraga sepakbola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(1), 1-8.
- Kuncoro, B., TW, R. A., & Santosa, T. (2021). The different effects of massed and distributed practice method on soccer players' dribbling skill. *International Journal of Multicultural and Multireligious Understanding*, 8(5), 109-113.
- Liew, G. C., Kuan, G., Chin, N. S., & Hashim, H. A. (2019). Mental toughness in sport. *German Journal of Exercise and Sport Research*, 49(4), 381-394.
- Lisinskiene, A. (2018). The effect of a 6-month coach educational program on strengthening coach-athlete interpersonal relationships in individual youth sport. *Sports*, 6(3), 74.
- Mohd Kassim, A. F., Wan Abdullah, W. F. I., Md Japilus, S. J., & Azanuar Yusri, A. S. (2020). Coach-Athlete Relationship and Coaching Effectiveness in Team Sports Athletes. In *Enhancing Health and Sports Performance by Design: Proceedings of the 2019 Movement, Health & Exercise (MoHE) and International Sports Science Conference (ISSC)* (pp. 451-462). Springer Singapore.
- Murray, R. M., Dugdale, J. H., Habeeb, C. M., & Arthur, C. A. (2021). Transformational parenting and coaching on mental toughness and physical performance in adolescent soccer players: The moderating effect of athlete age. *European Journal of Sport Science*, 21(4), 580-589.
- Mylsidayu, A., & Kurniawan, F. (2018). *Ilmu kepelatihan dasar*. Bandung: Alfabeta.
- Nicholls, A., & Sintonen, K. (2018). Developing a football training product. *Netherland: University of Applied Science*.
- Nugroho, S., Nasrulloh, A., & Apriyanto, K. D. (2023, January). Comparison of coach leadership, parental involvement, and athletes' enjoyment in Indonesian and Malaysian Youth Training. In *Unima International Conference on Social Sciences and Humanities (UNICSSH 2022)* (pp. 172-179). Atlantis Press.
- Nurdin, I., & Hartati, S. (2019). *Metodologi penelitian sosial*. Surabaya: Penerbit Media Sahabat Cendekia.
- Pedersen, P. M., Laucella, P., Geurin, A., & Kian, E. (2020). *Strategic sport communication*. Human Kinetics Publishers.



- Peng, J., Zhang, J., Zhao, L., Fang, P., & Shao, Y. (2020). Coach–athlete attachment and the subjective well-being of athletes: A multiple-mediation model analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(13), 4675.
- Perera, H. (2019). Does the coach leadership behavior mediates the influence of factors affecting coach leadership behavioral styles on team success. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 7(3), 51-57.
- Permadi, A. A. (2020, February). The development of physical and psychological training models to improve football performance. In *1st South Borneo International Conference on Sport Science and Education (SBICSSE 2019)* (pp. 5-7). Atlantis Press.
- Pertiwi, N., & Aulia, P. (2021). Hubungan intimasi pelatih-atlet dengan kecemasan bertanding atlet tinju. *Jurnal Riset Psikologi*, 2021(1).
- Phillips, K., Jowett, S., Krukowska-Burke, A., & Rhind, D. J. (2023). The New Regulation of Telework and Remote Work in Portugal: Considerations and Prospects. *International Journal Of Sport Psychology*, 54(1), 32-47.
- Sabilla, J. I., & Jannah, M. (2017). Intimasi pelatih-atlet dan kecemasan bertanding pada atlet bola voli putri. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 7(2), 123-129.
- Sandström, E., Linnér, L., & Stambulova, N. (2018). Career profiles of athlete–coach relationships: Descriptions and interpretations. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 11(3), 395-409.
- Sigmundsson, H., Dybendal, B. H., Loftesnes, J. M., Ólafsson, B., & Grassini, S. (2022). Passion a key for success: Exploring motivational factors in football players. *New Ideas in Psychology*, 65, 100932.
- Slaidiņš, K., & Fernāte, A. (2021, May). Analysis on classification of football technique. In *SOCIETY. Integration. Education. Proceedings of the International Scientific Conference* (Vol. 4, pp. 456-467).
- Subijana, C. L. D., Martin, L. J., Tejón, O., & Côté, J. (2021). Adolescent athletes' perceptions of both their coaches' leadership and their personal motivation. *Perceptual and Motor Skills*, 128(2), 813-830.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian pendidikan: pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.

- Tenenbaum, G., Eklund, R. C., & Kamata, A. (2012). Introduction to measurement in sport and exercise psychology. *Measurement in sport and exercise psychology*.
- Wachsmuth, S., Jowett, S., & Harwood, C. G. (2018). On understanding the nature of interpersonal conflict between coaches and athletes. *Journal of sports sciences*, 36(17), 1955-1962.
- Weinberg, R., Freysinger, V., & Mellano, K. (2018). How can coaches build mental toughness? Views from sport psychologists. *Journal of Sport Psychology in Action*, 9(1), 1-10.
- Wekesser, M. M., Harris, B. S., Langdon, J., & Wilson Jr, C. H. (2021). Coaches' impact on youth athletes' intentions to continue sport participation: The mediational influence of the coach-athlete relationship. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 16(3), 490-499.
- Woolliams, D., Spencer, K., Walters, S., & Krägeloh, C. (2021). Resolving uncertainties of the factor structures of the Coach-Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q). *Australian Journal of Psychology*, 73(2), 212-222.
- Xie, X. (2018). Structural change and reconstruction of coach-athlete relationship. *J. Wuhan Sports Univ.* 6, 90-100.
- Ye, L., Wang, B., Liu, Z., Wu, Y., & Dong, L. (2016). The effect of coach-athlete relationship on sport performance satisfaction—serial multiple mediating effects of hope and athlete engagement. *China Sport Sci*, 7, 40-48.
- Yusoff, M. R. F., & Muhamad, T. A. (2018). The leadership approaches by football coaches that are favored by the profesional football players in Malaysia. *Creative Education*, 9(14), 2341-2349.

# LAMPIRAN

## Lampiran 1. Surat Keterangan Validasi



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 513092, 586168 Fax. (0274) 513092  
Laman: fikk.uny.ac.id Email: humas\_fikk@uny.ac.id

Nomor: B/27.616/UN34.16/KM.07/2023

8 Desember 2023

Lamp. : -

Hal : Permohonan Validasi

Yth. Bapak/Ibu/Sdr:

**Dr. Ch. Fajar Sriwahyuniati, M.Or.**  
di tempat

Dengan hormat, kami mohon Bapak/Ibu/Sdr bersedia menjadi Validator bagi mahasiswa:

Nama : Muhamad Sahrul Kurniawan

NIM : 20732251027

Prodi : S-2 Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Pembimbing : Dr. Fauzi, M.Si.

Judul : PENGARUH TIPE KEPEMIMPINAN PELATIH DAN HUBUNGAN  
PELATIH ATLIT TERHADAP KETANGGUHAN MENTAL PEMAIN  
SEPAK BOLA BHAYANGKARA EPA U20

Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu/Sdr dapat mengembalikan hasil validasi paling lambat  
2 (dua) minggu. Atas perkenan dan kerja samanya kami ucapkan terimakasih.



Dekan  
Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, M.Or.  
NIP. 19830626 200812 1 002

## Lanjutan Lampiran



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN

Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 513092, 586168 Fax. (0274) 513092  
Laman: fikk.uny.ac.id Email: humas\_fikk@uny.ac.id

Nomor: B/27.617/UN34.16/KM.07/2023

8 Desember 2023

Lamp. : -

Hal : Permohonan Validasi

Yth. Bapak/Ibu/Sdr:

**Dr. Nawan Primasoni, M.Or.**  
di tempat

Dengan hormat, kami mohon Bapak/Ibu/Sdr bersedia menjadi Validator bagi mahasiswa:

Nama : Muhamad Sahrul Kurniawan

NIM : 20732251027

Prodi : S-2 Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Pembimbing : Dr. Fauzi, M.Si.

Judul : PENGARUH TIPE KEPEMIMPINAN PELATIH DAN HUBUNGAN  
PELATIH ATLIT TERHADAP KETANGGUHAN MENTAL PEMAIN  
SEPAK BOLA BHAYANGKARA EPA U20

Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu/Sdr dapat mengembalikan hasil validasi paling lambat  
2 (dua) minggu. Atas perkenan dan kerja samanya kami ucapkan terimakasih.



Dekan  
Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, M.Or.  
NIP. 19830626 200812 1 002

## Lanjutan Lampiran



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 513092, 586168 Fax. (0274) 513092  
Laman: fikk.uny.ac.id Email: humas\_fikk@uny.ac.id

Nomor: B/27.618/UN34.16/KM.07/2023

8 Desember 2023

Lamp. : -

Hal : Permohonan Validasi

Yth. Bapak/Ibu/Sdr:

**Prof. Dr. Komarudin, M.A.**  
di tempat

Dengan hormat, kami mohon Bapak/Ibu/Sdr bersedia menjadi Validator bagi mahasiswa:

Nama : Muhamad Sahrul Kurniawan

NIM : 20732251027

Prodi : S-2 Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Pembimbing : Dr. Fauzi, M.Si.

Judul : PENGARUH TIPE KEPEMIMPINAN PELATIH DAN HUBUNGAN  
PELATIH ATLIT TERHADAP KETANGGUHAN MENTAL PEMAIN  
SEPAK BOLA BHAYANGKARA EPA U20

Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu/Sdr dapat mengembalikan hasil validasi paling lambat  
2 (dua) minggu. Atas perkenan dan kerja samanya kami ucapkan terimakasih.



Dekan  
Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, M.Or.  
NIP. 19830626 200812 1 002

## Lanjutan Lampiran



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN

Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 513092, 586168 Fax. (0274) 513092  
Laman: fikk.uny.ac.id Email: humas\_fikk@uny.ac.id

Nomor: B/27.619/UN34.16/KM.07/2023

8 Desember 2023

Lamp. : -

Hal : Permohonan Validasi

Yth. Bapak/Ibu/Sdr:

**Dr. Ratna Budiarti, M.Or.**

di tempat

Dengan hormat, kami mohon Bapak/Ibu/Sdr bersedia menjadi Validator bagi mahasiswa:

Nama : Muhamad Sahrul Kurniawan

NIM : 20732251027

Prodi : S-2 Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Pembimbing : Dr. Fauzi, M.Si.

Judul : PENGARUH TIPE KEPEMIMPINAN PELATIH DAN HUBUNGAN  
PELATIH ATLIT TERHADAP KETANGGUHAN MENTAL PEMAIN  
SEPAK BOLA BHAYANGKARA EPA U20

Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu/Sdr dapat mengembalikan hasil validasi paling lambat  
2 (dua) minggu. Atas perkenan dan kerja samanya kami ucapkan terimakasih.



Dekan  
Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, M.Or.  
NIP. 19830626 200812 1 002

## Lanjutan Lampiran



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN

Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 513092, 586168 Fax. (0274) 513092  
Laman: fikk.uny.ac.id Email: humas\_fikk@uny.ac.id

Nomor: B/27.620/UN34.16/KM.07/2023

8 Desember 2023

Lamp. : -

Hal : Permohonan Validasi

Yth. Bapak/Ibu/Sdr:

**Dr. Abdul Alim, M.Or.**

di tempat

Dengan hormat, kami mohon Bapak/Ibu/Sdr bersedia menjadi Validator bagi mahasiswa:

Nama : Muhamad Sahrul Kurniawan

NIM : 20732251027

Prodi : S-2 Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Pembimbing : Dr. Fauzi, M.Si.

Judul : PENGARUH TIPE KEPEMIMPINAN PELATIH DAN HUBUNGAN  
PELATIH ATLIT TERHADAP KETANGGUHAN MENTAL PEMAIN  
SEPAK BOLA BHAYANGKARA EPA U20

Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu/Sdr dapat mengembalikan hasil validasi paling lambat  
2 (dua) minggu. Atas perkenan dan kerja samanya kami ucapkan terimakasih.



Dekan  
Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, M.Or.  
NIP. 19830626 200812 1 002



## Lanjutan Lampiran



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN

Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 513092, 586168 Fax. (0274) 513092  
Laman: fikk.uny.ac.id Email: humas\_fikk@uny.ac.id

Nomor: B/27.621/UN34.16/KM.07/2023

8 Desember 2023

Lamp. : -

Hal : Permohonan Validasi

Yth. Bapak/Ibu/Sdr:

**Coach Dwi Prio Utomo**  
di tempat

Dengan hormat, kami mohon Bapak/Ibu/Sdr bersedia menjadi Validator bagi mahasiswa:

Nama : Muhamad Sahrul Kurniawan

NIM : 20732251027

Prodi : S-2 Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Pembimbing : Dr. Fauzi, M.Si.

Judul : PENGARUH TIPE KEPEMIMPINAN PELATIH DAN HUBUNGAN  
PELATIH ATLIT TERHADAP KETANGGUHAN MENTAL PEMAIN  
SEPAK BOLA BHAYANGKARA EPA U20

Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu/Sdr dapat mengembalikan hasil validasi paling lambat  
2 (dua) minggu. Atas perkenan dan kerja samanya kami ucapkan terimakasih.



Dekan  
Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, M.Or.  
NIP. 19830626 200812 1 002

## Lanjutan Lampiran



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN

Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 513092, 586168 Fax. (0274) 513092  
Laman: fikk.uny.ac.id Email: humas\_fikk@uny.ac.id

Nomor: B/27.622/UN34.16/KM.07/2023

8 Desember 2023

Lamp. : -

Hal : Permohonan Validasi

Yth. Bapak/Ibu/Sdr:

**Coach Yusuf Eko Dono**  
di tempat

Dengan hormat, kami mohon Bapak/Ibu/Sdr bersedia menjadi Validator bagi mahasiswa:

Nama : Muhamad Sahrul Kurniawan

NIM : 20732251027

Prodi : S-2 Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Pembimbing : Dr. Fauzi, M.Si.

Judul : PENGARUH TIPE KEPEMIMPINAN PELATIH DAN HUBUNGAN  
PELATIH ATLIT TERHADAP KETANGGUHAN MENTAL PEMAIN  
SEPAK BOLA BHAYANGKARA EPA U20

Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu/Sdr dapat mengembalikan hasil validasi paling lambat  
2 (dua) minggu. Atas perkenan dan kerja samanya kami ucapkan terimakasih.



Dekan  
Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, M.Or.  
NIP. 19830626 200812 1 002

## Lampiran 2. Surat Izin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian>



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN**

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092  
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas\_fik@uny.ac.id

Nomor : B/520/UN34.16/PT.01.04/2023

6 Desember 2023

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth. **BHAYANGKARA FC YOUTH**  
Stadion polda jatim , jln A YANI no 116 , surabaya, jawa timur

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Muhamad Sahrul Kurniawan  
NIM : 20732251027  
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S2  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tesis  
Judul Tugas Akhir : PENGARUH TIPE KEPEMIMPINAN DAN HUBUNGAN PELATIH -  
ATLIT TERHADAP KETANGGUHAN MENTAL PEMAIN SEPAK  
BOLA BHAYANGKARA EPA (u20)  
Waktu Penelitian : 1 Oktober - 30 Desember 2023

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Tembusan :  
1. Kepala Layanan Administrasi;  
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or.  
NIP 19830626 200812 1 002

### Lampiran 3. Instrumen Penelitian

#### Bagian I

Baca dan pahami dengan seksama setiap pernyataan yang diberikan. Saudara diminta untuk mengemukakan apakah pernyataan tersebut sesuai dengan diri saudara, dengan memberikan Checklist (✓) pada salah satu kolom pilihan jawaban yang tersedia.

Adapun kolom pilihan jawaban yang tersedia sebagai berikut:

**SS** = Bila saudara **Sangat Sesuai** dengan pernyataan tersebut.

**S** = Bila saudara **Sesuai** dengan pernyataan tersebut.

**TS** = Bila saudara **Tidak Sesuai** dengan pernyataan tersebut.

**STS** = Bila saudara **Sangat Tidak Sesuai** dengan pernyataan tersebut.

#### Contoh:

No.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya senang bermain sepakbola	✓			

#### Skala Tipe Kepemimpinan Pelatih

No.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
	<i>Training and Instruction</i>				
1	Pelatih mengamati setiap pemain sesuai dengan kemampuan yang dimiliki.				
2	Pelatih menjelaskan teknik dan taktik dalam sepakbola kepada setiap setiap pemain.				
3	Pelatih memberikan perhatian khusus dalam memperbaiki kesalahan pemain.				
4	Pelatih memastikan fungsi seorang pelatih dipahami oleh semua pemain.				
5	Satu per satu pemain diberikan instruksi penguasaan <i>skill</i> bermain bola.				
6	Pelatih tidak mencari tahu apa yang harus dilakukan dalam berbagai situasi.				
7	Pelatih tidak menjelaskan apa yang harus dan tidak boleh dilakukan oleh pemain.				
8	Pelatih mengharapkan pemain berlatih dengan memperhatikan <i>step by step</i> .				
9	Pelatih menunjukkan kelebihan dan kekurangan masing-masing pemain.				
10	Setiap pemain tidak diberikan instruksi khusus dalam menghadapi berbagai situasi dalam pertandingan.				

11	Pelatih tidak memastikan setiap usaha pemain terkoordinasi dengan baik.				
12	Pelatih tidak menjelaskan secara mendetail apa yang diharapkan dari setiap pemain.				
13	Pelatih menjelaskan kontribusi setiap pemain agar sesuai dengan skema permainan.				
<b>Perilaku Demokratis</b>					
14	Pelatih tidak meminta pendapat pemain tentang strategi permainan dalam kompetisi.				
15	Untuk hal yang penting, pelatih selalu meminta persetujuan pemain.				
16	Dalam mengambil keputusan, pemain tidak diberi kesempatan untuk memberikan pendapat.				
17	Pemain didorong untuk memberikan saran bagaimana kegiatan latihan dilaksanakan.				
18	Setiap pemain dibebaskan untuk menentukan tujuan pribadi.				
19	Meski telah melakukan kesalahan, setiap pemain tetap dibebaskan untuk berlatih dengan caranya sendiri.				
20	Ketika memberikan arahan yang penting, pelatih tidak meminta pendapat pemain.				
21	Pelatih membiarkan pemain berlatih sesuai dengan kemampuan yang dimiliki				
22	Pemain tidak dibebaskan menentukan taktik permainan yang akan digunakan dalam pertandingan.				
<b>Perilaku Autokratis</b>					
23	Setiap rencana latihan sebisa mungkin disusun pelatih tanpa melibatkan pemain.				
24	Pelatih tidak menjelaskan tujuan dari setiap tindakannya.				
25	Pada situasi tertentu, pelatih menolak untuk berkompromi.				
26	Pelatih tidak menjaga jarak dari pemain.				
27	Perkataan pelatih mengecilkan hati pemain.				
<b>Dukungan Sosial</b>					
28	Pelatih turut membantu menyelesaikan masalah pribadi pemain.				
29	Pelatih tidak membantu penyelesaian konflik antar-pemain.				
30	Pelatih memperhatikan kesejahteraan pemain.				
31	Secara pribadi, pelatih memberikan dukungan kepada pemain.				
32	Pelatih tidak menunjukkan empati kepada pemain.				

33	Pemain didorong untuk mempercayakan berbagai hal pada pelatih.				
34	Pelatih tidak mendorong hubungan yang akrab dengan pemain.				
35	Pemain diundang ke rumah pelatih untuk bersilaturahmi.				
<b>Umpan Balik Positif</b>					
36	Dihadapan pemain lain, pelatih memuji salah seorang pemain ketika bermain baik.				
37	Pelatih tidak memberitahu pemain ketika ia bermain baik.				
38	Penghargaan diberikan kepada pemain yang menampilkan permainan bagus.				
39	Pelatih tidak menunjukkan apresiasi ketika pemain tampil baik.				
40	Pelatih memberikan pujian kepada pemain ketika layak diberikan.				

#### Skala Hubungan Pelatih-Athlet

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
<b>Kedekatan Emosional</b>					
1	Saya senang dengan pelatih saat ini.				
2	Saya tidak mempercayai pelatih.				
3	Saya menghormati pelatih.				
4	Saya tidak menghargai pengorbanan yang dilakukan pelatih untuk meningkatkan <i>performance</i> tim.				
5	Pelatih tidak menghormati saya.				
6	Pelatih senang karena saya berada di dalam tim.				
7	Pelatih menghargai pengorbanan yang saya lakukan dalam meningkatkan <i>performance</i> .				
8	Pelatih tidak mempercayai saya.				
<b>Komitmen</b>					
9	Saya memiliki komitmen terhadap program latihan dari pelatih.				
10	Saya tidak akrab dengan pelatih.				
11	Saya berpikir bahwa karir saya sebagai pemain cukup menjanjikan dengan pelatih saat ini.				
12	Pelatih tidak memiliki komitmen terhadap pengembangan kemampuan saya.				
13	Pelatih tidak akrab dengan saya.				
14	Pelatih percaya bahwa karirnya sebagai pelatih cukup menjanjikan bersama saya.				
<b>Perilaku Komplementer</b>					
15	Saya tidak merasa nyaman dengan pelatih saat ini.				
16	Saya tidak mendukung setiap usaha pelatih dalam				

	meningkatkan kemampuan pemain.				
17	Saya bersikap ramah kepada pelatih.				
18	Saya siap melakukan yang terbaik.				
19	Pelatih siap melakukan yang terbaik.				
20	Pelatih tidak bersikap ramah kepada saya.				
21	Pelatih merupakan orang yang menyenangkan.				
22	Pelatih tidak mendukung setiap usaha saya untuk menjadi lebih baik.				

### Skala Ketangguhan Mental

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
	<b><i>Thrive through challenge</i></b>				
1	Saya percaya pada kemampuan fisik yang saya miliki.				
2	Saya dapat bertahan dalam situasi apapun.				
3	Bagi saya, tekanan dan hambatan merupakan tantangan yang harus dihadapi.				
4	Menurut saya, setiap atlet tidak penting untuk memiliki daya saing.				
5	Menyerah bukan pilihan bagi saya.				
6	Saya tidak mampu mempertahankan konsentrasi dalam sebuah pertandingan.				
7	Saya berlatih dengan jadwal yang teratur demi kesuksesan karir saya.				
8	Kemampuan fisik saya membuat saya tidak percaya diri.				
9	Saya yakin dapat tetap kuat dalam situasi tertekan.				
10	Saya tidak mampu menampilkan <i>skill</i> yang saya miliki dalam situasi sulit.				
11	Setiap tekanan yang saya alami merupakan ujian atas kemampuan saya.				
12	Saya bersaing untuk tetap menjadi yang terbaik.				
13	Kesulitan seperti apapun tidak membuat saya patah semangat.				
14	Saya tidak menjadi pilihan utama pelatih karena kemampuan konsentrasi saya kurang baik.				
15	Dengan <i>skill</i> yang saya miliki, berlatih sendiri sudah cukup untuk menjadi pemain inti.				
	<b><i>Sport awereness</i></b>				
16	Saya menyadari peranan saya dalam tim.				
17	Saya tidak mampu memahami tekanan.				
18	Saya memahami tanggung jawab saya dalam tim.				
19	Sebagai pemain, penting bagi saya untuk berpegang teguh pada prinsip.				

20	Saya mengorbankan banyak hal untuk kesuksesan pribadi dan tim.				
21	Saya tidak bertanggung jawab atas setiap perbuatan saya.				
22	Bila saya mengabaikan tanggung jawab dalam pertandingan, maka akan berpengaruh terhadap tim.				
23	Berhadapan dengan fans merupakan tekanan yang harus saya hadapi sehari-hari.				
24	Meraih gelar juara bersama tim lebih utama dari sekadar mengejar ambisi pribadi seperti menjadi top scorer.				
25	Saya tidak memiliki prinsip hidup positif.				
26	Pengorbanan saya sepadan dengan hasil yang akan saya capai.				
27	Ketika gagal, saya tidak mengakui kesalahan dan mencari alasan.				
	<b><i>Tough attitude</i></b>				
28	Saat bertanding, saya mudah kehilangan fokus.				
29	Disiplin merupakan kunci dalam mencapai keberhasilan.				
30	Saat menghadapi suatu tantangan kadang saya mudah menyerah.				
31	Meski kelelahan, saya tetap berusaha menampilkan yang terbaik dalam berlatih dan bertanding.				
32	Saya tetap berusaha memberikan yang terbaik meskipun dalam keadaan cedera.				
33	Keputusan wasit membuat saya bereaksi negatif.				
34	Penting bagi saya untuk memiliki disiplin dalam keseharian.				
35	Saya memilih pasrah ketika mengalami kegagalan.				
36	Kelelahan mengganggu performa saya di atas lapangan.				
37	Meskipun cedera saya tetap berusaha melanjutkan latihan/pertandingan.				
	<b><i>Desire success</i></b>				
38	Saya tidak memahami peraturan pertandingan secara utuh.				
39	Pengorbanan merupakan sesuatu yang harus dilakukan untuk mencapai kesuksesan.				
40	Semakin tertekan, saya semakin tidak mampu menampilkan kemampuan terbaik saya.				
41	Saya ingin berkontribusi untuk kesuksesan tim.				
42	Sebagai seorang atlet, penting bagi saya untuk memiliki visi yang jelas.				
43	Skor pertandingan yang sama kuat membuat saya				



	frustasi.				
44	Memahami aturan pertandingan membuat saya lebih berhati-hati ketika bertanding.				
45	Saya rela berkorban apapun demi mencapai kesuksesan.				
46	Saya bangga menjadi bagian dari kesuksesan tim.				
47	Saya tidak mampu menerapkan visi saya ke dalam tindakan nyata.				
48	Saat pertandingan berlangsung seimbang, saya berusaha untuk tetap enjoy.				

## Lampiran 4. Data Uji Coba

### TIPE KEPEMIMPINAN PELATIH

N o	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1 0	1 1	1 2	1 3	1 4	1 5	1 6	1 7	1 8	1 9	2 0	2 1	2 2	2 3	2 4	2 5	2 6	2 7	2 8	2 9	3 0	3 1	3 2	3 3	3 4	3 5	3 6	3 7	3 8	3 9	4 0			
1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2			
2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2		
3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	
6	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	
7	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2		
8	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	
9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
10	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
12	1	1	1	1	3	2	1	1	2	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	3	3	1	3	3	1	3	3	
13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	4	4	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	4	4	
14	3	2	3	3	4	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	
15	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3
16	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	4
17	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	4	
18	3	2	2	2	3	3	3	3	2	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	2	4	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	4	3	3	4	4	3	3	4	4	
19	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	
20	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2

## Lanjutan Lampiran

### HUBUNGAN PELATIH-ATLET

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2
2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2
3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2
6	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3
7	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3
8	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3
9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
10	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
12	1	1	1	1	3	2	1	1	2	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3
13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	4	4	4	3	2	3	2
14	3	2	3	3	4	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	2	3
15	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2
16	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	3	2	2	3	2
17	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	2	3
18	3	2	2	2	3	3	3	3	2	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	2	4
19	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4
20	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3

## Lanjutan Lampiran

### KETANGGUHAN MENTAL

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48		
1	2	2	2	4	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	4	2	2	1	1	1	2	2	2	2	4	2	1	2	2	2	2	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2		
2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2		
3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3			
4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	
5	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	
6	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	1	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2
7	2	2	2	4	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	4	2	2	1	1	1	2	2	2	2	4	2	1	2	2	2	2	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	
8	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
9	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	
10	4	4	4	2	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	3	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4
11	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	4	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	3	1	1	4	2	2	2	2	1	2	2	2	
12	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	1	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2
13	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	
14	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3
15	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	
16	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2
17	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	1	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	1	2	2	2
18	2	2	2	4	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	4	2	2	1	1	1	2	2	2	2	4	2	1	2	2	2	2	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2
19	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	
20	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	

## Lampiran 5. Analisis Validitas Aiken

### Skala Tipe Kepemimpinan Pelatih

#### *Training and Instruction*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13													
A	4	3	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3		
B	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3
C	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3	3	2	3	2
D	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	2	4	3	3	2
E	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	2	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
F	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3
G	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	2	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
	27	20	27	20	27	20	26	19	27	20	25	18	25	18	26	19	27	20	27	20	25	18	27	20	26	19
V		0,95		0,95		0,95		0,90		0,95		0,86		0,86		0,90		0,95		0,95		0,86		0,95		0,90
	Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid	

### Perilaku Demokratis

	14	15	16	17	18	19	20	21	22	
A	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
B	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
C	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2
D	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
E	3	2	3	2	4	3	3	2	3	2
F	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
G	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2
	27	20	26	19	27	20	26	19	26	19
V		0,95		0,90		0,95		0,90		0,90
	Valid		Valid		Valid		Valid		Valid	

## Lanjutan Lampiran

### Perilaku Autokratis

	23		24		25		26		27	
A	3	2	4	3	3	2	4	3	3	2
B	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
C	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2
D	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
E	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2
F	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
G	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
	27	20	26	19	25	18	26	19	25	18
V		0,95		0,90		0,86		0,90		0,86
	Valid		Valid		Valid		Valid		Valid	

### Dukungan Sosial

	28		29		30		31		32		33		34		35	
A	3	2	4	3	3	2	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3
B	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
C	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2
D	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
E	3	2	3	2	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2
F	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
G	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2
	26	19	26	19	26	19	26	19	25	18	26	19	26	19	25	18
V		0,90		0,90		0,90		0,90		0,86		0,90		0,90		0,86
	Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid	

## Lanjutan Lampiran

### Umpan Balik Positif

	36		37		38		39		40	
A	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
B	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
C	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2
D	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
E	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3
F	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
G	3	2	3	2	4	3	3	2	3	2
	27	20	5	18		20	26	19	26	19
V		0,95		0,86		0,95		0,90		0,90
	Valid		Valid		Valid		Valid		Valid	

### Skala Hubungan Pelatih-Athlet

#### Kedekatan Emosional

	1		2		3		4		5		6		7		8	
A	3	2	4	3	3	2	3	2	4	3	4	3	3	2	4	3
B	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
C	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2
D	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
E	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	2	4	3
F	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
G	3	2	3	2	4	3	3	2	3	2	3	2	4	3	3	2
	26	19	26	19	26	19	25	18	26	19	25	18	25	18	26	19
V		0,90		0,90		0,90		0,86		0,90		0,86		0,86		0,90
	Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid	

## Lanjutan Lampiran

### Komitmen

	9		10		11		12		13		14	
A	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
B	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
C	3	2	3	2	3	2	3	2	4	3	4	3
D	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
E	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2
F	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2	4	3
G	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
	27	20	26	19	26	19	26	19	27	20	27	20
V		0,95		0,90		0,90		0,90		0,95		0,95
	Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid	

### Perilaku Komplementer

	15		16		17		18		19		20		21		22	
A	3	2	4	3	3	2	4	3	3	2	3	2	3	2	4	3
B	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	2	3	2
C	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	2
D	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
E	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
F	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2	4	3	4	3	4	3
G	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2
	27	20	27	20	26	19	27	20	26	19	26	19	25	18	25	18
V		0,95		0,95		0,90		0,95		0,90		0,90		0,86		0,86
	Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid	



## Lanjutan Lampiran

### Skala Ketangguhan Mental

#### *Thrive through challenge*

	1		2		3		4		5		6		7		8		9		10		11		12		13		14		15	
A	3	2	4	3	3	2	4	3	3	2	3	2	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
B	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3	3	2
C	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	2	3	2	4	3	4	3	3	2	3	2	4	3	4	3
D	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	2	4	3	3	2	3	2	3	2
E	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
F	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2	4	3	4	3	4	3	3	2	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3	3	2
G	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
	27	20	27	20	26	19	27	20	26	19	26	19	25	18	25	18	25	18	27	20	25	18	27	20	26	19	27	20	25	18
V	0,95		0,95		0,90		0,95		0,90		0,90		0,86		0,86		0,86		0,95		0,86		0,95		0,90		0,95		0,86	
	Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid	

#### *Sport awereness*

	16		17		18		19		20		21		22		23		24		25		26		27	
A	4	3	4	3	3	2	4	3	3	2	3	2	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
B	3	2	3	2	4	3	3	2	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	4	3
C	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	2	3	2	4	3	4	3	3	2
D	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
E	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
F	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	4	3
G	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3
	27	20	26	19	27	20	27	20	27	20	26	19	25	18	25	18	26	19	27	20	26	19	27	20
V	0,95			0,90		0,95		0,95		0,95		0,90		0,86		0,86		0,90		0,95		0,90		0,95
	Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid	

## Lanjutan Lampiran

### *Tough attitude*

	28		29		30		31		32		33		34		35		36		37	
A	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3
B	4	3	4	3	4	3	3	2	4	3	3	2	4	3	3	2	3	2	3	2
C	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
D	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
E	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
F	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
G	4	3	3	2	3	2	4	3	3	2	4	3	3	2	3	2	4	3	3	2
	28	21	26	19	27	20	27	20	26	19	27	20	26	19	26	19	27	20	26	19
V		1,00		0,90		0,95		0,95		0,90		0,95		0,90		0,90		0,95		0,90
	Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid	

### *Desire success*

	38		39		40		41		42		43		44		45		46		47		48	
A	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3
B	4	3	4	3	4	3	3	2	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2
C	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
D	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
E	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
F	3	2	3	2	3	2	4	3	3	2	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3	3	2
G	4	3	3	2	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	4	3	3	2	3	2
	27	20	26	19	26	19	27	20	26	19	27	20	26	19	27	20	28	21	27	20	25	18
V		0,95		0,90		0,90		0,95		0,90		0,95		0,90		0,95		1,00		0,95		0,86
	Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid		Valid	

## Lampiran 6. Hasil Analisis Uji Reliabilitas

### Skala Tipe Kepemimpinan Pelatih

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.975	40

### Skala Hubungan Pelatih-Athlet

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.951	22

### Skala Ketangguhan Mental

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.985	48

## Lampiran 7. Data Tipe Kepemimpinan Pelatih

### DATA TIPE KEPEMIMPINAN PELATIH

N O	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1 0	1 1	1 2	1 3	1 4	1 5	1 6	1 7	1 8	1 9	2 0	2 1	2 2	2 3	2 4	2 5	2 6	2 7	2 8	2 9	3 0	3 1	3 2	3 3	3 4	3 5	3 6	3 7	3 8	3 9	4 0	Σ	Mean	
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	120	3,00		
2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	84	2,10
3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	94	2,35
4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	80	2,00
5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	120	3,00	
6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	86	2,15
7	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	94	2,35	
8	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	96	2,40	
9	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	87	2,18	
10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	116	2,90	
11	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	82	2,05		
12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	119	2,98		
13	1	1	1	1	3	2	1	1	2	3	3	1	3	3	1	3	3	3	1	1	1	1	3	2	1	1	2	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	2	82	2,05
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	118	2,95
15	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	4	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	115	2,88
16	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	86	2,15
17	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	89	2,23	
18	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	117	2,93	
19	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	4	4	4	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	101	2,53	
20	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	112	2,80	
21	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	112	2,80	
22	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	93	2,33	
23	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	90	2,25	
24	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	1	1	91	2,28	
25	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	105	2,63		
26	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	87	2,18		

27	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	84	2,10				
28	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	93	2,33			
29	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	83	2,08				
30	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	110	2,75				
31	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	87	2,18		
32	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	90	2,25		
33	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	96	2,40		
34	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	85	2,13		
35	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	115	2,88	
36	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	83	2,08		
37	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	105	2,63	
38	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	1	1	1	1	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	98	2,45	
39	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	99	2,48		
40	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	109	2,73		
41	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	83	2,08		
42	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	103	2,58		
43	1	1	1	1	3	2	1	1	2	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	98	2,45	
44	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	4	4	4	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	109	2,73	
45	3	2	3	3	4	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	107	2,68	
46	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	101	2,53		
47	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	94	2,35
48	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	105	2,63		
49	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	2	2	87	2,18		
50	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	115	2,88		
51	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	103	2,58	
52	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	4	2	3	2	3	3	4	2	3	3	2	2	3	2	3	100	2,50	
53	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	83	2,08		
54	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	97	2,43	
55	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	101	2,53		
56	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	4	2	4	4	4	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	105	2,63	
57	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	87	2,18	
58	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	4	2	1	2	1	3	1	2	3	3	2	1	3	2	2	1	88	2,20
59	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	85	2,13	
60	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	94	2,35		
61	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	89	2,23		
62	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	4	4	2	3	3	2	2	2	2	94	2,35	

## Lampiran 8. Data Hubungan Pelatih-Athlet

### DATA HUBUNGAN PELATIH-ATHLET

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	Σ	Mean
1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	52	2,36
2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	52	2,36
3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	56	2,55
4	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	55	2,50
5	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	2	62	2,82
6	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	52	2,36
7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	1	1	1	3	57	2,59
8	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	50	2,27
9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	61	2,77
10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	65	2,95
11	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	58	2,64
12	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	62	2,82
13	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	50	2,27
14	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	54	2,45
15	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	63	2,86
16	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	60	2,73
17	3	4	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	58	2,64
18	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	65	2,95
19	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	48	2,18
20	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	56	2,55
21	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	55	2,50
22	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	63	2,86
23	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	3	1	1	3	3	46	2,09
24	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	56	2,55
25	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	56	2,55
26	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	51	2,32
27	2	2	3	3	3	3	3	3	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	48	2,18
28	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	50	2,27
29	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	48	2,18
30	2	2	2	3	3	3	2	2	3	4	4	3	2	4	4	4	3	3	3	3	4	3	66	3,00
31	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	45	2,05
32	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	2	59	2,68
33	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	50	2,27
34	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	56	2,55
35	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60	2,73
36	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	51	2,32
37	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	65	2,95
38	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	42	1,91
39	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	61	2,77

40	1	3	2	1	1	2	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	2	52	2,36
41	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	56	2,55
42	3	4	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	60	2,73
43	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	51	2,32
44	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	55	2,50
45	3	4	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	62	2,82
46	2	3	3	3	3	2	4	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	57	2,59
47	3	4	2	3	3	3	4	4	3	4	3	3	2	3	3	2	2	2	1	2	2	60	2,73
48	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	59	2,68
49	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	55	2,50
50	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	49	2,23
51	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	57	2,59
52	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	62	2,82
53	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	4	2	4	3	3	3	2	2	1	2	2	53	2,41
54	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	48	2,18
55	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	53	2,41
56	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	49	2,23
57	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	59	2,68
58	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	3	3	2	3	49	2,23
59	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	1	2	49	2,23
60	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	1	2	2	2	2	51	2,32
61	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	52	2,36
62	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	1	1	57	2,59

### Lampiran 9. Data Ketangguhan Mental

## DATA KETANGGUHAN MENTAL

[illegible]



42	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	123	2,56					
43	1	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	1	3	2	1	1	2	3	3	2	2	2	1	113	2,35					
44	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	126	2,63		
45	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4	2	2	3	3	3	4	3	4	2	3	133	2,77		
46	1	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	1	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	3	3	115	2,40	
47	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	2	3	120	2,50		
48	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	4	3	3	2	3	126	2,63	
49	2	2	3	3	2	1	3	3	3	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	4	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	108	2,25	
50	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	2	3	3	3	4	4	2	2	2	2	125	2,60	
51	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	123	2,56		
52	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	125	2,60	
53	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	115	2,40	
54	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	116	2,42	
55	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	121	2,52	
56	2	1	3	3	1	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	4	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	115	2,40
57	2	3	2	2	2	1	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	113	2,35		
58	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	113	2,35	
59	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	109	2,27	
60	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	113	2,35	
61	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	112	2,33	
62	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	1	3	1	1	3	3	3	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	116	2,42

## Lampiran 10. Hasil Deskriptif Statistik Tipe Kepemimpinan Pelatih

Statistics		
Tipe Kepemimpinan Pelatih (X1)		
N	Valid	62
	Missing	0
Mean		2,44
Median		2,38
Mode		2,18 <sup>a</sup>
Std. Deviation		0,29
Minimum		2,00
Maximum		3,00
Sum		151,20
a. Multiple modes exist. The smallest value is shown		

Tipe Kepemimpinan Pelatih (X1)					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	1	1,6	1,6	1,6
	2,05	2	3,2	3,2	4,8
	2,08	4	6,5	6,5	11,3
	2,1	2	3,2	3,2	14,5
	2,13	2	3,2	3,2	17,7
	2,15	2	3,2	3,2	21,0
	2,18	5	8,1	8,1	29,0
	2,2	1	1,6	1,6	30,6
	2,23	2	3,2	3,2	33,9
	2,25	2	3,2	3,2	37,1
	2,28	1	1,6	1,6	38,7
	2,33	2	3,2	3,2	41,9
	2,35	5	8,1	8,1	50,0
	2,4	2	3,2	3,2	53,2
	2,43	1	1,6	1,6	54,8
	2,45	2	3,2	3,2	58,1
	2,48	1	1,6	1,6	59,7
	2,5	1	1,6	1,6	61,3
	2,53	3	4,8	4,8	66,1
	2,58	2	3,2	3,2	69,4
	2,63	4	6,5	6,5	75,8
	2,68	1	1,6	1,6	77,4
	2,73	2	3,2	3,2	80,6
	2,75	1	1,6	1,6	82,3
	2,8	2	3,2	3,2	85,5
	2,88	3	4,8	4,8	90,3
	2,9	1	1,6	1,6	91,9
	2,93	1	1,6	1,6	93,5
	2,95	1	1,6	1,6	95,2
	2,98	1	1,6	1,6	96,8
	3	2	3,2	3,2	100,0
	Total	62	100,0	100,0	

### Lampiran 11. Hasil Deskriptif Statistik Hubungan Pelatih-Athlet

Statistics		
Hubungan Pelatih-Athlet (X2)		
N	Valid	62
	Missing	0
Mean		2,51
Median		2,53
Mode		2,55
Std. Deviation		0,25
Minimum		1,91
Maximum		3,00
Sum		155,41

Hubungan Pelatih-Athlet (X2)					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1,91	1	1,6	1,6	1,6
	2,05	1	1,6	1,6	3,2
	2,09	1	1,6	1,6	4,8
	2,18	4	6,5	6,5	11,3
	2,23	4	6,5	6,5	17,7
	2,27	4	6,5	6,5	24,2
	2,32	4	6,5	6,5	30,6
	2,36	5	8,1	8,1	38,7
	2,41	2	3,2	3,2	41,9
	2,45	1	1,6	1,6	43,5
	2,5	4	6,5	6,5	50,0
	2,55	6	9,7	9,7	59,7
	2,59	4	6,5	6,5	66,1
	2,64	2	3,2	3,2	69,4
	2,68	3	4,8	4,8	74,2
	2,73	4	6,5	6,5	80,6
	2,77	2	3,2	3,2	83,9
	2,82	4	6,5	6,5	90,3
	2,86	2	3,2	3,2	93,5
	2,95	3	4,8	4,8	98,4
	3	1	1,6	1,6	100,0
Total		62	100,0	100,0	

## Lampiran 12. Hasil Deskriptif Statistik Ketangguhan Mental

Statistics		
Ketangguhan Mental (Y)		
N	Valid	62
	Missing	0
Mean		2,46
Median		2,42
Mode		2,40
Std. Deviation		0,20
Minimum		2,06
Maximum		2,92
Sum		152,28

Ketangguhan Mental (Y)					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2,06	1	1,6	1,6	1,6
	2,17	3	4,8	4,8	6,5
	2,19	1	1,6	1,6	8,1
	2,21	2	3,2	3,2	11,3
	2,23	1	1,6	1,6	12,9
	2,25	3	4,8	4,8	17,7
	2,27	3	4,8	4,8	22,6
	2,29	2	3,2	3,2	25,8
	2,31	1	1,6	1,6	27,4
	2,33	2	3,2	3,2	30,6
	2,35	4	6,5	6,5	37,1
	2,38	2	3,2	3,2	40,3
	2,4	5	8,1	8,1	48,4
	2,42	2	3,2	3,2	51,6
	2,44	1	1,6	1,6	53,2
	2,46	1	1,6	1,6	54,8
	2,48	1	1,6	1,6	56,5
	2,5	3	4,8	4,8	61,3
	2,52	3	4,8	4,8	66,1
	2,56	3	4,8	4,8	71,0
	2,58	1	1,6	1,6	72,6
	2,6	2	3,2	3,2	75,8
	2,63	4	6,5	6,5	82,3
	2,65	3	4,8	4,8	87,1
	2,69	1	1,6	1,6	88,7
	2,73	2	3,2	3,2	91,9
	2,77	2	3,2	3,2	95,2
	2,88	1	1,6	1,6	96,8
	2,9	1	1,6	1,6	98,4
	2,92	1	1,6	1,6	100,0
	Total	62	100,0	100,0	

### Lampiran 13. Hasil Analisis Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Tipe Kepemimpinan Pelatih (X1)	Hubungan Pelatih-Athlet (X2)	Ketangguhan Mental (Y)
N		62	62	62
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	2.4387	2.5066	2.4561
	Std. Deviation	.29374	.25423	.19817
Most Extreme Differences	Absolute	.119	.105	.095
	Positive	.119	.105	.095
	Negative	-.079	-.068	-.058
Kolmogorov-Smirnov Z		.934	.827	.751
Asymp. Sig. (2-tailed)		.347	.501	.626
a. Test distribution is Normal.				

## Lampiran 14. Hasil Analisis Uji Linearitas

### Ketangguhan Mental (Y) \* Tipe Kepemimpinan Pelatih (X1)

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig,
Ketangguhan Mental (Y) * Tipe Kepemimpinan Pelatih (X1)	Between Groups	(Combined)	2,062	30	,069	6,380	,000
		Linearity	1,730	1	1,730	160,588	,000
		Deviation from Linearity	,332	29	,011	1,062	,433
	Within Groups		,334	31	,011		
	Total		2,396	61			

### Ketangguhan Mental (Y) \* Hubungan Pelatih-Athlet (X2)

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig,
Ketangguhan Mental (Y) * Hubungan Pelatih-Athlet (X2)	Between Groups	(Combined)	1,414	20	,071	2,955	,002
		Linearity	1,027	1	1,027	42,910	,000
		Deviation from Linearity	,387	19	,020	,852	,638
	Within Groups		,981	41	,024		
	Total		2,396	61			

## Lampiran 15. Hasil Analisis Uji Hipotesis

### Correlations

		Tipe Kepemimpinan Pelatih (X1)	Hubungan Pelatih-Athlet (X2)	Ketangguhan Mental (Y)
Tipe Kepemimpinan Pelatih (X1)	Pearson Correlation	1	,373**	,850**
	Sig, (2-tailed)		,003	,000
	Sum of Squares and Cross-products	5,263	1,700	3,017
	Covariance	,086	,028	,049
	N	62	62	62
Hubungan Pelatih-Athlet (X2)	Pearson Correlation	,373**	1	,655**
	Sig, (2-tailed)	,003		,000
	Sum of Squares and Cross-products	1,700	3,943	2,012
	Covariance	,028	,065	,033
	N	62	62	62
Ketangguhan Mental (Y)	Pearson Correlation	,850**	,655**	1
	Sig, (2-tailed)	,000	,000	
	Sum of Squares and Cross-products	3,017	2,012	2,396
	Covariance	,049	,033	,039
	N	62	62	62

\*\*, Correlation is significant at the 0,01 level (2-tailed),

### Variables Entered/Removed<sup>b</sup>

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Hubungan Pelatih-Athlet (X2), Tipe Kepemimpinan Pelatih (X1) <sup>a</sup>		, Enter

a, All requested variables entered,

b, Dependent Variable: Ketangguhan Mental (Y)

### Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,924 <sup>a</sup>	,855	,850	,07685

a, Predictors: (Constant), Hubungan Pelatih-Athlet (X2), Tipe Kepemimpinan Pelatih (X1)

## Lanjutan Lampiran Hasil Analisis Uji Hipotesis

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2,047	2	1,024	173,316	,000 <sup>a</sup>
	Residual	,348	59	,006		
	Total	2,396	61			

a, Predictors: (Constant), Hubungan Pelatih-Athlet (X2), Tipe Kepemimpinan Pelatih (X1)

b, Dependent Variable: Ketangguhan Mental (Y)

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	,532	,109		4,878	,000
	Tipe Kepemimpinan Pelatih (X1)	,475	,036	,703	13,143	,000
	Hubungan Pelatih-Athlet (X2)	,306	,042	,392	7,330	,000

a, Dependent Variable: Ketangguhan Mental (Y)



### Lampiran 16. Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif

Variabel	<i>b</i>	<i>cross product</i>	<i>Regression</i>	<i>R<sup>2</sup></i>
Tipe Kepemimpinan Pelatih (X1)	,475	3,017	2,047	85,50
Hubungan Pelatih-Athlet (X2)	,306	2,012	2,047	85,50

#### HITUNGAN MENCARI SUMBANGAN EFEKTIF

$$SE_{X_i} = \left| \frac{b_{X_i} \cdot \text{cross product} \cdot R^2}{\text{Regression}} \right|$$

#### HITUNGAN MENCARI SUMBANGAN RELATIF

$$SR_{X_i} = \frac{SE}{R^2} \times 100\%$$

Variabel	SE (%)	SR (%)
Tipe Kepemimpinan Pelatih (X1)	59,82	69,96
Hubungan Pelatih-Athlet (X2)	25,68	30,04
<b>Jumlah</b>	<b>85,50</b>	<b>100</b>

# Lampiran 17. Tabel Validitas Aiken

No. of Items ( <i>m</i> ) or Raters ( <i>n</i> )	Number of Rating Categories ( <i>c</i> )											
	2		3		4		5		6		7	
	V	p	V	p	V	p	V	p	V	p	V	p
2							1.00	.040	1.00	.028	1.00	.020
3							1.00	.008	1.00	.005	1.00	.003
3			1.00	.037	1.00	.016	.92	.032	.87	.046	.89	.029
4					1.00	.004	.94	.008	.95	.004	.92	.006
4			1.00	.012	.92	.020	.88	.024	.85	.027	.83	.029
5			1.00	.004	.93	.006	.90	.007	.88	.007	.87	.007
5	1.00	.031	.90	.025	.87	.021	.80	.040	.80	.032	.77	.047
6			.92	.010	.89	.007	.88	.005	.83	.010	.83	.008
6	1.00	.016	.83	.038	.78	.050	.79	.029	.77	.036	.75	.041
7			.93	.004	.86	.007	.82	.010	.83	.006	.81	.008
7	1.00	.008	.86	.016	.76	.045	.75	.041	.74	.038	.74	.036
8	1.00	.004	.88	.007	.83	.007	.81	.008	.80	.007	.79	.007
8	.88	.035	.81	.024	.75	.040	.75	.030	.72	.039	.71	.047
9	1.00	.002	.89	.003	.81	.007	.81	.006	.78	.009	.78	.007
9	.89	.020	.78	.032	.74	.036	.72	.038	.71	.039	.70	.040
10	1.00	.001	.85	.005	.80	.007	.78	.008	.76	.009	.75	.010
10	.90	.001	.75	.040	.73	.032	.70	.047	.70	.039	.68	.048
11	.91	.006	.82	.007	.79	.007	.77	.006	.75	.010	.74	.009
11	.82	.033	.73	.048	.73	.029	.70	.035	.69	.038	.68	.041
12	.92	.003	.79	.010	.78	.006	.75	.009	.73	.010	.74	.008
12	.83	.019	.75	.025	.69	.046	.69	.041	.68	.038	.67	.049
13	.92	.002	.81	.005	.77	.006	.75	.006	.74	.007	.72	.010
13	.77	.046	.73	.030	.69	.041	.67	.048	.68	.037	.67	.041
14	.86	.006	.79	.006	.76	.005	.73	.008	.73	.007	.71	.009
14	.79	.029	.71	.035	.69	.036	.68	.036	.66	.050	.66	.047
15	.87	.004	.77	.008	.73	.010	.73	.006	.72	.007	.71	.008
15	.80	.018	.70	.040	.69	.032	.67	.041	.65	.048	.66	.041
16	.88	.002	.75	.010	.73	.009	.72	.008	.71	.007	.70	.010
16	.75	.038	.69	.046	.67	.047	.66	.046	.65	.046	.65	.046
17	.82	.006	.76	.005	.73	.008	.71	.010	.71	.007	.70	.009
17	.76	.025	.71	.026	.67	.041	.66	.036	.65	.044	.65	.039
18	.83	.004	.75	.006	.72	.007	.71	.007	.70	.007	.69	.010
18	.72	.048	.69	.030	.67	.036	.65	.040	.64	.042	.64	.044
19	.79	.010	.74	.008	.72	.006	.70	.009	.70	.007	.68	.009
19	.74	.032	.68	.033	.65	.050	.64	.044	.64	.040	.63	.048
20	.80	.006	.72	.009	.70	.010	.69	.010	.68	.010	.68	.008
20	.75	.021	.68	.037	.65	.044	.64	.048	.64	.038	.63	.041
21	.81	.004	.74	.005	.70	.010	.69	.008	.68	.010	.68	.009
21	.71	.039	.67	.041	.65	.039	.64	.038	.63	.048	.63	.045
22	.77	.008	.73	.006	.70	.008	.68	.009	.67	.010	.67	.008
22	.73	.026	.66	.044	.65	.035	.64	.041	.63	.046	.62	.049
23	.78	.005	.72	.007	.70	.007	.68	.007	.67	.010	.67	.009
23	.70	.047	.65	.048	.64	.046	.63	.045	.63	.044	.62	.043
24	.79	.003	.71	.008	.69	.006	.68	.008	.67	.010	.66	.010
24	.71	.032	.67	.030	.64	.041	.64	.035	.62	.041	.62	.046
25	.76	.007	.70	.009	.68	.010	.67	.009	.66	.009	.66	.009
25	.72	.022	.66	.033	.64	.037	.63	.038	.62	.039	.61	.049

Lampiran 18. Tabel r

Tabel r <i>Product Moment</i>											
Pada Sig.0,05 ( <i>Two Tail</i> )											
N	r	N	r	N	r	N	r	N	r	N	r
1	0.997	41	0.301	81	0.216	121	0.177	161	0.154	201	0.138
2	0.95	42	0.297	82	0.215	122	0.176	162	0.153	202	0.137
3	0.878	43	0.294	83	0.213	123	0.176	163	0.153	203	0.137
4	0.811	44	0.291	84	0.212	124	0.175	164	0.152	204	0.137
5	0.754	45	0.288	85	0.211	125	0.174	165	0.152	205	0.136
6	0.707	46	0.285	86	0.21	126	0.174	166	0.151	206	0.136
7	0.666	47	0.282	87	0.208	127	0.173	167	0.151	207	0.136
8	0.632	48	0.279	88	0.207	128	0.172	168	0.151	208	0.135
9	0.602	49	0.276	89	0.206	129	0.172	169	0.15	209	0.135
10	0.576	50	0.273	90	0.205	130	0.171	170	0.15	210	0.135
11	0.553	51	0.271	91	0.204	131	0.17	171	0.149	211	0.134
12	0.532	52	0.268	92	0.203	132	0.17	172	0.149	212	0.134
13	0.514	53	0.266	93	0.202	133	0.169	173	0.148	213	0.134
14	0.497	54	0.263	94	0.201	134	0.168	174	0.148	214	0.134
15	0.482	55	0.261	95	0.2	135	0.168	175	0.148	215	0.133
16	0.468	56	0.259	96	0.199	136	0.167	176	0.147	216	0.133
17	0.456	57	0.256	97	0.198	137	0.167	177	0.147	217	0.133
18	0.444	58	0.254	98	0.197	138	0.166	178	0.146	218	0.132
19	0.433	59	0.252	99	0.196	139	0.165	179	0.146	219	0.132
20	0.423	60	0.25	100	0.195	140	0.165	180	0.146	220	0.132
21	0.413	61	0.248	101	0.194	141	0.164	181	0.145	221	0.131
22	0.404	62	0.246	102	0.193	142	0.164	182	0.145	222	0.131
23	0.396	63	0.244	103	0.192	143	0.163	183	0.144	223	0.131
24	0.388	64	0.242	104	0.191	144	0.163	184	0.144	224	0.131
25	0.381	65	0.24	105	0.19	145	0.162	185	0.144	225	0.13
26	0.374	66	0.239	106	0.189	146	0.161	186	0.143	226	0.13
27	0.367	67	0.237	107	0.188	147	0.161	187	0.143	227	0.13
28	0.361	68	0.235	108	0.187	148	0.16	188	0.142	228	0.129
29	0.355	69	0.234	109	0.187	149	0.16	189	0.142	229	0.129
30	0.349	70	0.232	110	0.186	150	0.159	190	0.142	230	0.129
31	0.344	71	0.23	111	0.185	151	0.159	191	0.141	231	0.129
32	0.339	72	0.229	112	0.184	152	0.158	192	0.141	232	0.128
33	0.334	73	0.227	113	0.183	153	0.158	193	0.141	233	0.128
34	0.329	74	0.226	114	0.182	154	0.157	194	0.14	234	0.128
35	0.325	75	0.224	115	0.182	155	0.157	195	0.14	235	0.127
36	0.32	76	0.223	116	0.181	156	0.156	196	0.139	236	0.127
37	0.316	77	0.221	117	0.18	157	0.156	197	0.139	237	0.127
38	0.312	78	0.22	118	0.179	158	0.155	198	0.139	238	0.127
39	0.308	79	0.219	119	0.179	159	0.155	199	0.138	239	0.126
40	0.304	80	0.217	120	0.178	160	0.154	200	0.138	240	0.126

## Lampiran 19. Tabel Distribusi F

df untuk penyebut (N2)	df untuk pembilang (N1)														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
46	4.05	3.20	2.81	2.57	2.42	2.30	2.22	2.15	2.09	2.04	2.00	1.97	1.94	1.91	1.89
47	4.05	3.20	2.80	2.57	2.41	2.30	2.21	2.14	2.09	2.04	2.00	1.96	1.93	1.91	1.88
48	4.04	3.19	2.80	2.57	2.41	2.29	2.21	2.14	2.08	2.03	1.99	1.96	1.93	1.90	1.88
49	4.04	3.19	2.79	2.56	2.40	2.29	2.20	2.13	2.08	2.03	1.99	1.96	1.93	1.90	1.88
50	4.03	3.18	2.79	2.56	2.40	2.29	2.20	2.13	2.07	2.03	1.99	1.95	1.92	1.89	1.87
51	4.03	3.18	2.79	2.55	2.40	2.28	2.20	2.13	2.07	2.02	1.98	1.95	1.92	1.89	1.87
52	4.03	3.18	2.78	2.55	2.39	2.28	2.19	2.12	2.07	2.02	1.98	1.94	1.91	1.89	1.86
53	4.02	3.17	2.78	2.55	2.39	2.28	2.19	2.12	2.06	2.01	1.97	1.94	1.91	1.88	1.86
54	4.02	3.17	2.78	2.54	2.39	2.27	2.18	2.12	2.06	2.01	1.97	1.94	1.91	1.88	1.86
55	4.02	3.16	2.77	2.54	2.38	2.27	2.18	2.11	2.06	2.01	1.97	1.93	1.90	1.88	1.85
56	4.01	3.16	2.77	2.54	2.38	2.27	2.18	2.11	2.05	2.00	1.96	1.93	1.90	1.87	1.85
57	4.01	3.16	2.77	2.53	2.38	2.26	2.18	2.11	2.05	2.00	1.96	1.93	1.90	1.87	1.85
58	4.01	3.16	2.76	2.53	2.37	2.26	2.17	2.10	2.05	2.00	1.96	1.92	1.89	1.87	1.84
59	4.00	3.15	2.76	2.53	2.37	2.26	2.17	2.10	2.04	2.00	1.96	1.92	1.89	1.86	1.84
60	4.00	3.15	2.76	2.53	2.37	2.25	2.17	2.10	2.04	1.99	1.95	1.92	1.89	1.86	1.84
61	4.00	3.15	2.76	2.52	2.37	2.25	2.16	2.09	2.04	1.99	1.95	1.91	1.88	1.86	1.83
62	4.00	3.15	2.75	2.52	2.36	2.25	2.16	2.09	2.03	1.99	1.95	1.91	1.88	1.85	1.83
63	3.99	3.14	2.75	2.52	2.36	2.25	2.16	2.09	2.03	1.98	1.94	1.91	1.88	1.85	1.83
64	3.99	3.14	2.75	2.52	2.36	2.24	2.16	2.09	2.03	1.98	1.94	1.91	1.88	1.85	1.83
65	3.99	3.14	2.75	2.51	2.36	2.24	2.15	2.08	2.03	1.98	1.94	1.90	1.87	1.85	1.82
66	3.99	3.14	2.74	2.51	2.35	2.24	2.15	2.08	2.03	1.98	1.94	1.90	1.87	1.84	1.82
67	3.98	3.13	2.74	2.51	2.35	2.24	2.15	2.08	2.02	1.98	1.93	1.90	1.87	1.84	1.82
68	3.98	3.13	2.74	2.51	2.35	2.24	2.15	2.08	2.02	1.97	1.93	1.90	1.87	1.84	1.82
69	3.98	3.13	2.74	2.50	2.35	2.23	2.15	2.08	2.02	1.97	1.93	1.90	1.86	1.84	1.81
70	3.98	3.13	2.74	2.50	2.35	2.23	2.14	2.07	2.02	1.97	1.93	1.89	1.86	1.84	1.81
71	3.98	3.13	2.73	2.50	2.34	2.23	2.14	2.07	2.01	1.97	1.93	1.89	1.86	1.83	1.81
72	3.97	3.12	2.73	2.50	2.34	2.23	2.14	2.07	2.01	1.96	1.92	1.89	1.86	1.83	1.81
73	3.97	3.12	2.73	2.50	2.34	2.23	2.14	2.07	2.01	1.96	1.92	1.89	1.86	1.83	1.81
74	3.97	3.12	2.73	2.50	2.34	2.22	2.14	2.07	2.01	1.96	1.92	1.89	1.85	1.83	1.80
75	3.97	3.12	2.73	2.49	2.34	2.22	2.13	2.06	2.01	1.96	1.92	1.88	1.85	1.83	1.80
76	3.97	3.12	2.72	2.49	2.33	2.22	2.13	2.06	2.01	1.96	1.92	1.88	1.85	1.82	1.80
77	3.97	3.12	2.72	2.49	2.33	2.22	2.13	2.06	2.00	1.96	1.92	1.88	1.85	1.82	1.80
78	3.96	3.11	2.72	2.49	2.33	2.22	2.13	2.06	2.00	1.95	1.91	1.88	1.85	1.82	1.80
79	3.96	3.11	2.72	2.49	2.33	2.22	2.13	2.06	2.00	1.95	1.91	1.88	1.85	1.82	1.79
80	3.96	3.11	2.72	2.49	2.33	2.21	2.13	2.06	2.00	1.95	1.91	1.88	1.84	1.82	1.79
81	3.96	3.11	2.72	2.48	2.33	2.21	2.12	2.05	2.00	1.95	1.91	1.87	1.84	1.82	1.79
82	3.96	3.11	2.72	2.48	2.33	2.21	2.12	2.05	2.00	1.95	1.91	1.87	1.84	1.81	1.79
83	3.96	3.11	2.71	2.48	2.32	2.21	2.12	2.05	1.99	1.95	1.91	1.87	1.84	1.81	1.79
84	3.95	3.11	2.71	2.48	2.32	2.21	2.12	2.05	1.99	1.95	1.90	1.87	1.84	1.81	1.79
85	3.95	3.10	2.71	2.48	2.32	2.21	2.12	2.05	1.99	1.94	1.90	1.87	1.84	1.81	1.79
86	3.95	3.10	2.71	2.48	2.32	2.21	2.12	2.05	1.99	1.94	1.90	1.87	1.84	1.81	1.78
87	3.95	3.10	2.71	2.48	2.32	2.20	2.12	2.05	1.99	1.94	1.90	1.87	1.83	1.81	1.78
88	3.95	3.10	2.71	2.48	2.32	2.20	2.12	2.05	1.99	1.94	1.90	1.86	1.83	1.81	1.78
89	3.95	3.10	2.71	2.47	2.32	2.20	2.11	2.04	1.99	1.94	1.90	1.86	1.83	1.80	1.78
90	3.95	3.10	2.71	2.47	2.32	2.20	2.11	2.04	1.99	1.94	1.90	1.86	1.83	1.80	1.78

## Lampiran 20. Dokumentasi Penelitian













