

**EFEK KEPERIBADIAN *HARDINESS* DAN *PROBLEM FOCUSED COPING*
TERHADAP STRES SEBELUM PERTANDINGAN PADA PEMAIN
SEPAK BOLA DIVISI II ASCAB PSSI KABUPATEN KULON PROGO**

TESIS



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

Oleh:

ARI KURNIAWAN

NIM 23060640016

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

2024

LEMBAR PERSETUJUAN

**EFEK KEPERIBADIAN *HARDINES* DAN *PROBLEM FOCUSED COPING*
TERHADAP STRES SEBELUM PERTANDINGAN PADA PEMAIN
SEPAK BOLA DIVISI II ASCAB PSSI KABUPATEN KULON PROGO**

TESIS

ARI KURNIAWAN

NIM 23060640016

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tesis
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal, 12 November 2024

Koordinator Program Studi



Prof. Dr. Dra. Endang Rini Sukamti, M.S

NIP 196004071986012001

Dosen Pembimbing



Prof. Dr. Dra. Endang Rini Sukamti, M.S

NIP 196004071986012001

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ari Kurniawan

NIM : 23060640016

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Judul TAS : Efek Kepribadian *Hardiness* dan *Problem focused coping*
Terhadap Stres Sebelum Pertandingan pada Pemain Sepak Bola
Divisi II Ascab PSSI Kabupaten Kulon Progo

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 12 November 2024



Ari Kurniawan

PENGESAHAN PENGUJI

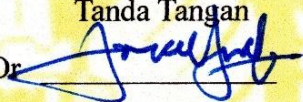



EFEK KEPERIBADIAN HARDINES DAN PROBLEM FOCUSED COPING TERHADAP STRES SEBELUM PERTANDINGAN PADA PEMAIN SEPAK BOLA DIVISI II ASCAB PSSI KABUPATEN KULON PROGO

TESIS

ARI KURNIAWAN
NIM 23060640016

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: 12 November 2024

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Danang Wicaksono, S.Pd. Kor., M.Or (Ketua Tim Penguji)		19-11-2024
Dr Ratna Budiarti, S.Pd. Kor., M.Or (Sekretaris Tim Penguji)		19-11-2024
Prof. Dr. Tomoliyus, M.S (Penguji Utama)		19-11-2024
Prof. Dr. Endang Rini Sukamti, M.S (Pembimbing)		19-11-2024

Yogyakarta, 06 Desember 2024

Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



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

MOTTO

”Dengan kuliah akan memperbesar peluangmu untuk dapat lebih bermanfaat bagi masyarakat dan negara ini.” (Penulis).

PERSEMBAHAN

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

1. Allah SWT pencipta semesta alam yang telah memberikan segala nikmat dan kebaikan. Tesis ini adalah bagian dari tanggung jawab yang harus saya selesaikan tepat waktu.
2. Kedua orang tua saya, bapak dan ibu yang selalu memberi nasihat, motivasi dukungan serta doa yang mengiringi setiap langkah saya.
3. Istriku dan anakku tercinta yang selalu memberi semangat dan dukungan dalam pengerjaan tesis ini.
4. Kepada almarhumah ibu Dra. Sriningsih, M.Si selaku mantan dosen saya di Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Ibu terima kasih telah membimbing saya dengan sabar dan mohon maaf apabila saya dahulu belum bisa menyelesaikan kuliah saat dibimbing oleh ibu.
5. Sahabat-sahabat saya yang siap sedia memberikan bantuan, semangat dukungan dan perjuangan yang kita lewati bersama sampai detik ini.

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 ” **EFEK KEPERIBADIAN *HARDINES* DAN *PROBLEM FOCUSED COPING* TERHADAP STRES SEBELUM PERTANDINGAN PADA PEMAIN SEPAK BOLA DIVISI II ASCAB PSSI KABUPATEN KULON PROGO** ” ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar sarjana Pendidikan.

Terselesaikannya Tesis ini tidak lepas dari bantuan dan peran berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahrgaan dan Kesehatan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tesis.
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 bantuandan 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. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu

Yogyakarta, 12 November 2024



Ari Kurniawan

ABSTRAK

ARI KURNIAWAN: Efek Kepribadian *Hardiness* dan *Problem Focus Coping* Terhadap Stres Sebelum Pertandingan Pada Pemain Sepak Bola Divisi II Ascab PSSI Kabupaten Kulon Progo. **Tesis. Yogyakarta: Magister Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Yogyakarta, 2024.**

Penelitian ini bertujuan: (1) Mengetahui efek kepribadian *hardiness* terhadap stres sebelum pertandingan pada pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo. (2) Mengetahui efek kepribadian *hardiness* dan *problem focus coping* terhadap stres sebelum pertandingan pada pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian *explanatory*. Populasi penelitian ini adalah pemain sepak bola remaja di divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo dengan jumlah 128 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria: (1) Pemain sepak bola; (2) Jenis kelamin laki-laki; (3) Umur 18-23 tahun; (4) Aktif berpartisipasi dalam kompetisi sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo. Berdasarkan kriteria tersebut teridentifikasi pemain yang memenuhi syarat sebagai sampel berjumlah 97 orang. Instrumen kepribadian *hardiness*, *problem focused coping* dan stres menggunakan skala Likert. Sedangkan, analisis data menggunakan *moderated regression analysis* (MRA).

Hasil penelitian menunjukkan: (1) Ada efek antara kepribadian *hardiness* terhadap stres sebelum pertandingan pada pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo. Analisis menunjukkan bahwa kepribadian *hardiness* berkontribusi signifikan terhadap pengurangan stres, nilai *R Square* sebesar 0,397 yang memproyeksikan kepribadian *hardiness* berpengaruh sekitar 39,7% terhadap stres. (2) Ada efek antara kepribadian *hardiness* dan *problem focus coping* terhadap stres sebelum pertandingan pada pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo. Hasil uji, nilai *R Square* sebesar 0,592 yang berarti kombinasi antara kepribadian *hardiness* dan *problem focused coping* berkontribusi sebesar 59,2% dalam mengurangi stres.

Kata kunci: kepribadian *hardiness*, *problem focused coping*, stres

ABSTRACT

Ari Kurniawan: The Impact of Hardiness Personality Traits and Problem-Focused Coping Strategies on Pre-Match Stress Among Division II Football Players in the Indonesian Football Association, Kulon Progo Regency. **Thesis. Yogyakarta: Master of Sports Coaching Education, Faculty of Sports and Health Sciences, Yogyakarta State University, 2024.**

This study seeks to achieve the following objectives: (1) to examine the influence of hardiness personality traits on pre-match stress among Division II football players in the Indonesian Football Association, Kulon Progo Regency; and (2) to analyze the combined effects of hardiness personality traits and problem-focused coping strategies on pre-match stress in the same population.

This study employs a quantitative research approach with an explanatory research design. The population consists of 128 adolescent football players from Division II in the Indonesian Football Association, Kulon Progo Regency. A purposive sampling technique was utilized, adhering to the following criteria of participants that must be: (1) football players; (2) male; (3) aged between 18 and 23 years; and (4) actively competing in the Division II of football league in the Indonesian Football Association, Kulon Progo Regency. Based on those criteria, 97 players were identified as eligible participants for the study. The research employed Likert-scale instruments to measure hardiness personality traits, problem-focused coping strategies, and stress levels. Data analysis was conducted using Moderated Regression Analysis (MRA) to examine the relationships among the variables.

The study revealed the following findings. (1) Hardiness personality traits have a significant effect on pre-match stress among Division II football players in the Indonesian Football Association, Kulon Progo Regency. The analysis indicates that hardiness personality accounts for approximately 39.7% of the variance in stress levels, as reflected by an R-squared value of 0.397. (2) A combined effect of hardiness personality traits and problem-focused coping strategies on pre-match stress was observed in the same population. The analysis yielded an R-squared value of 0.592, indicating that these factors collectively explain 59.2% of the variance in stress levels.

Keywords: hardiness personality, problem focused coping, stress.

Mengetahui
Wakil Dekan
Bidang Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni



Prof. Dr. Cerika Rismayanthi, M.Or.
NIP 198301272006042001

Yogyakarta, 13 Desember 2024
Disetujui
Dosen Pembimbing

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

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA.....	iii
PENGESAHAN PENGUJI.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
A. Kajian Teori	9
1. Teori Psikologi Olahraga	10
2. Teori Stres	11
3. Teori Kepribadian <i>Hardiness</i>	17
4. Teori <i>Problem focused coping</i>	20
B. Kajian Penelitian yang Relevan	26
C. Kerangka Pikir	37
D. Hipotesis	38
BAB III METODE PENELITIAN.....	40

A. Jenis Penelitian	40
B. Tempat dan Waktu Penelitian	41
C. Populasi dan Sampel	42
D. Variabel Penelitian	44
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	45
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	50
G. Teknik Analisis Data	53
BAB IV HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN.....	56
A. Hasil Penelitian	56
B. Pembahasan	65
C. Keterbatasan Penelitian.....	69
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	70
A. Kesimpulan	70
B. Saran	71
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN	77

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Skema Kerangka Pikir.....	38
-------------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penelitian Terdahulu.....	26
Tabel 2. Perbandingan Penelitian Sebelumnya, Dengan Penelitian Yang Akan Datang	36
Tabel 3. Distribusi Butir Skala Stres	48
Tabel 4. Distribusi Butir Skala <i>Problem Fokused Coping</i>	49
Tabel 5. Distribusi Butir Skala Kepribadian <i>Hardiness</i>	50
Tabel 6. Instrumen Uji Validasi.....	50
Tabel 7. koefisien Cronbach Alpha	52
Tabel 8. Deskriptif Kepribadian <i>Hardiness</i>	56
Tabel 9. Deskriptif <i>Problem focused coping</i>	57
Tabel 10/ Deskriptif Stres.....	58
Tabel 11. Hasil Uji Normalitas.....	60
Tabel 12. Hasil Uji Multikolinearitas	61
Tabel 13. Hasil Uji Heteroskedastisitas	62
Tabel 14. Analisis Regresi Variabel (X) dengan Variabel (Y).....	63
Tabel 15. Model Summary	63
Tabel 16. Coefficients ^a	64
Tabel 17. Model Summary	64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian	78
Lampiran 2. Surat <i>Expert Judgment</i>	79
Lampiran 3. Surat Pernyataan Kesanggupan <i>Expert Judgment</i>	83
Lampiran 4. Penilaian Aitem Skala oleh <i>Expert Judgment</i> (Uji Validitas).....	87
Lampiran 5. Skoring Uji Validitas	215
Lampiran 6. Data Responden (Uji Reliabilitas).....	262
Lampiran 7. Olahdata Uji Reliabilitas	264
Lampiran 8. Angket Penelitian.....	282
Lampiran 9. Data Hasil Penelitian	294
Lampiran 10. Olahdata Uji Deskriptif, Uji Normalitas, Uji Multikolinieritas, Uji Heteroskedastesitas dan Uji MRA.....	300

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepak bola dapat dijelaskan sebuah seni keahlian dalam mengendalikan bola, menampilkan semangat persaingan, gerakan yang dinamis, dan strategi taktis yang menakjubkan bagi penonton yang menyaksikannya (Mahfud dkk., 2020). Tujuan utama dalam permainan sepak bola agar mampu menjaringkan bola seoptimal yang bisa dilakukan ke gawang lawan. Di sisi lain, sepak bola merupakan jenis olahraga yang membutuhkan kerjasama yang sangat penting antara semua anggota tim (Sidik dkk., 2020). Sepak bola adalah olahraga yang memerlukan aspek ketahanan fisik, keterampilan teknik, pemahaman taktik, dan psikologis (Ikhwani, 2021).

Dalam permainan sepak bola pemain dituntut untuk selalu dapat berlari selama sembilan puluh menit sehingga diperlukan kondisi fisik yang prima. Kondisi fisik dalam konteks olahraga dapat didefinisikan sebagai kemampuan performa seorang pemain. Masing-masing pemain perlu memiliki kebugaran fisik yang optimal sebagai fondasi untuk meningkatkan keterampilan teknis dan taktisnya (Duhe dkk., 2023). Pemain harus secara aktif terlibat dalam permainan sepak bola dilapangan, untuk itu pemain diwajibkan memiliki ketrampilan teknik bermain sepak bola yang baik. Teknik sebagai salah satu fundamental dalam permainan sepak bola melibatkan semua gerakan yang dibutuhkan untuk berpartisipasi dalam

olahraga tersebut (Aljupri & Saputra, 2023). Agar dapat meraih kemenangan maka diperlukan cara untuk mewujudkannya dengan menggunakan taktik yang tepat. Taktik merujuk pada keterampilan untuk menyelaraskan keadaan sewaktu pertandingan diselenggarakan (Pramdhan dkk., 2021). Dalam sebuah kompetisi yang ketat pemain juga perlu memiliki kondisi psikologis yang stabil agar dapat mengatasi setiap tekanan yang ada dan mampu menampilkan performa terbaiknya. Psikologi dalam konteks olahraga adalah faktor yang memengaruhi prestasi seorang pemain, baik melalui faktor-faktor eksternal maupun internal yang dimiliki oleh pemain tersebut (Negara dkk., 2021).

Pemain perlu memahami betapa pentingnya psikologi dalam meningkatkan kinerja mereka di lapangan. Salah satunya adalah kemampuan untuk mengenali dan menghadapi tekanan yang ada di sekitar mereka tanpa menyebabkan dampak negatif pada diri mereka. Hal ini melibatkan penerapan prinsip-prinsip psikologi dalam konteks olahraga, termasuk faktor-faktor yang secara langsung mempengaruhi pemain serta faktor-faktor eksternal yang memengaruhi penampilan mereka (Tangkudung & Mylsidayu, 2017). Dengan memahami prinsip-prinsip psikologi yang mempengaruhi kinerja, pemain dapat lebih siap menghadapi tekanan dari internal diri pemain seperti kemarahan, frustrasi, dan putus asa serta tekanan eksternal seperti dari suporter atau induk organisasi cabang olahraga, target yang terlalu tinggi, dan tuntutan untuk selalu menang. Oleh karena itu, pemain harus mampu mengelola tekanan-tekanan di atas sebelum pertandingan dimulai dan

mengubahnya menjadi semangat agar mampu tampil dengan baik sehingga pemain bisa mencapai kemenangan yang diharapkan.

Namun, kenyataan di lapangan tidak sesuai harapan. Berdasarkan hasil pengamatan pada klub yang bermain pada divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo ditemukan fakta bahwa masih banyak pemain yang memiliki kekurangan pada kondisi fisik, teknik, taktik dan psikologis. Dari beberapa kekurangan tersebut kondisi psikologis pemain yang paling menonjol kekurangannya. Sebelum pertandingan pemain sering cenderung merasa terbebani tidak mampu menampilkan performa terbaiknya dan tidak bisa meraih kemenangan dalam pertandingan karena besarnya tuntutan dari suporter ataupun pengurus klub. Pemain menjadi terjebak dalam situasi tersebut dan menyebabkan mereka terdampak stres sebelum pertandingan. Berdasarkan data testimoni ditemukan, 62,5% pemain muda mengalami stres sebelum bertanding, yang menunjukkan bahwa para pemain cenderung tidak dapat mengatasi tekanan interinsik ataupun eksterinsik yang dijumpai.. Dampaknya, performa pemain maupun tim menjadi tidak optimal dan tim kesulitan meraih kemenangan. Hasil dari penelitian terdahulu menunjukkan lebih dari setengah keberhasilan pemain saat berkompetisi dipengaruhi oleh faktor psikologis (Liew dkk., 2019; E. Setiawan dkk., 2020).

Sesuai dari hasil wawancara pada hari Minggu, 28 April 2024 pukul 20.00-21.00 wib di Alun-Alun Wates, Kulon Progo telah dilaksanakan wawancara kepada sebelas orang pemain dari klub anggota Ascab PSSI Kulon Progo. Rentang usia subjek 18-23 tahun, jenis kelamin laki-laki dan

menggunakan teknik wawancara tidak terstruktur. Dari hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa adanya tekanan, perasaan mudah tersinggung dan susah berkonsentrasi yang tidak dapat teratasi. Kesimpulan dari pencapaian pemantauan dan dialog menghasilkan ikhtisar pemain divisi II Ascab PSSI Kulon Progo mengalami stres sebelum pertandingan. Banyak penelitian telah dilakukan untuk menggali lebih dalam tentang sumber stres atau stresor yang dihadapi oleh pemain selama situasi kompetitif (Wells, 1995; B. G. Setiawan dkk., 2020). Di perlukan penanganan yang tepat dan komprehensif terhadap *stressor* pada pemain. *Stressor* adalah segala hal yang membuat kita merasa stres (Nurhafizah dkk., 2024). Sumber stres dapat disebabkan oleh keluhan fisik, tekanan psikologis seperti rasa takut akan kegagalan, kehilangan kendali, perasaan bersalah dan faktor sosial dalam usaha mencapai kemenangan (Arbi & Ambarini, 2018).

Dalam rangka mengatasi permasalahan di atas maka diperlukan kepribadian *hardiness*. Pemain yang memiliki kepribadian yang kuat (*hardiness*) cenderung memiliki kontrol pribadi yang tinggi, komitmen yang kuat, dan kesiapan dalam menghadapi tantangan (Gustama, 2024). Pemain berkepribadian *hardiness* cenderung tak menganggap kejadian menjadi bahaya, melainkan hal tidak buruk juga dapat diatasi (Kinanthi & Jannah, 2016). Dengan menganggap setiap tekanan bukan merupakan sebuah ancaman maka pemain akan mampu keluar dari stres yang dihadapi sebelum pertandingan. Satu diantara faktor yang berimbas pada kepribadian *hardiness*, yakni *problem focused coping*. Definisi *problem focused coping* adalah

tindakan manajemen, mereduksi, serta meregulasi harapan yang melebihi kemampuan pemain, melalui respons tingkah laku dan pemikiran (Tarigan, 2022). Pemain dengan kemampuan *problem focused coping* yang baik maka akan menggunakan segala sumber daya yang ada dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya.

Pada penelitian terdahulu masih sangat jarang sekali yang melakukan penelitian secara komprehensif mengenai hubungan kepribadian *hardiness*, *problem focused coping*, dan stres secara bersamaan dalam konteks pemain sepak bola remaja sehingga menjadi *novelty* penelitian ini. Dengan alasan itu, penelitian menjadi urgensi karena dapat membuka khasanah baru dalam penanggulangan stres pada pemain sepak bola Kulon Progo. Pemecahan masalah stres di lapangan pelatih dapat menerapkan prinsip-prinsip *problem focused coping* dan kepribadian *hardiness* dalam latihan sehari-hari dengan menciptakan lingkungan yang menantang namun tetap kompetitif dan kondusif sehingga pemain terbiasa menghadapi tekanan ada dengan cara yang konstruktif. Melalui pendekatan tersebut pelatih memberikan umpan balik dan evaluasi secara berkala untuk melihat kemajuan yang terjadi pada diri pemain sehingga pelatih dapat meningkatkan tingkat tantangan yang akan diberikan selanjutnya. Pemberian tantangan yang semakin meningkat akan membentuk karakter kepribadian *hardiness* yang kuat untuk menanggulangi stres yang terjadi.

B. Identifikasi Masalah

- a. Kondisi fisik pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo baru sanggup untuk bermain selama enam puluh menit.
- b. Ketrampilan teknik para pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo masih rendah.
- c. Pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo belum memiliki pemahaman yang baik terkait penerapan taktik di lapangan.
- d. Belum diketahui efek kepribadian *hardiness* terhadap stres sebelum pertandingan pada pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo
- e. Belum diketahui efek kepribadian *hardiness* dan *problem focus coping* terhadap stres sebelum pertandingan pada pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan hasil analisa dari latar belakang masalah, identifikasi masalah dan keterbatasan kemampuan penelitian maka penelitian perlu dilakukan pembatasan masalah. Pembatasan yang akan diteliti pada penelitian ini adalah efek kepribadian *hardiness* dan *problem focus coping* terhadap stres sebelum pertandingan pada pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo.

D. Perumusan Masalah

Berlandaskan pembatasan masalah dimaksud, perumusan masalah demikian:

1. Bagaimanakah efek kepribadian *hardiness* terhadap stres sebelum pertandingan pada pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo?
2. Bagaimanakah efek kepribadian *hardiness* dan *problem focus coping* terhadap stres sebelum pertandingan pada pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo?

E. Tujuan Penelitian

Berasaskan perumusan masalah tersebut, tujuan penelitian ini yakni:

1. Mengetahui efek kepribadian *hardiness* terhadap stres sebelum pertandingan pada pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo.
2. Mengetahui efek kepribadian *hardiness* dan *problem focus coping* terhadap stres sebelum pertandingan pada pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo.

F. Manfaat Penelitian

Penjabaran uraian manfaat penelitian:

Manfaat teoritis

1. Dapat berguna guna memperdalam penelitian selanjutnya.
2. Dapat memberikan wawasan pengetahuan dalam bidang ilmu psikologi olahraga.

Manfaat praktis

1. Sebagai masukan kepada para pemain sepak bola kabupaten Kulon Progo dalam mengatasi stres sebelum pertandingan.
2. Sebagai masukan kepada klub-klub kabupaten Kulon Progo dalam mengatasi stres sebelum pertandingan.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

Tahapan awal penelitian dijelaskan tentang pondasi teoritis yang akan digunakan. Landasan ini mencakup tiga jenis teori, yaitu *grand theory*, *middle theory*, dan *applied theory*. *Grand theory* adalah jenis teori yang sangat konseptual dan mencakup gambaran luas dengan tingkat kompleksitas yang tinggi. Teori ini mencoba menjelaskan fenomena yang sangat kompleks dan abstrak, namun seringkali sulit untuk diterapkan secara langsung dalam situasi praktis dalam penelitian empiris sehari-hari. Dalam konteks penelitian ini, *grand theory* yang digunakan adalah psikologi olahraga secara umum, yang memberikan pandangan luas tentang psikologi dalam lingkup dunia olahraga.

Middle theory letaknya berada di antara *grand theory* dan *applied theory*. *Middle theory* lebih spesifik dan terkait erat dengan konteks atau permasalahan tertentu dan memberikan pemahaman yang lebih umum atau teoritis. *Middle theory* berusaha mengaitkan konsep abstrak dari *grand theory* dengan situasi nyata pada sebuah penelitian. *Middle theory* yang digunakan yaitu kesehatan mental, dalam konteks ini kesehatan mental dapat berfungsi sebagai *middle theory* yang menghubungkan konsep kepribadian *hardiness*, *problem focused coping*, dan stres sebelum pertandingan dengan fokus pada faktor-faktor *problem focused coping* dan kepribadian *hardiness* yang dapat memengaruhi stres tersebut.

Applied theory adalah teori yang dapat diterapkan langsung dalam konteks praktis, seperti dalam penelitian, pengambilan keputusan atau tindakan sehari-hari. *Applied theory* berupaya memberikan panduan atau pemahaman yang bermanfaat untuk mengatasi masalah konkret dalam mengambil tindakan tertentu. Ini adalah jenis teori yang paling relevan dalam konteks penerapan praktis dalam dunia nyata. Dalam penelitian ini, teori terapan akan difokuskan pada stres untuk dapat mengidentifikasi asal muasal stres. *Problem focused coping* merujuk pada penerapan kerangka juga prinsip teori dalam mengatasi masalah. Ketika seseorang dihadapkan pada suatu masalah, pendekatan *problem focused coping* fokus pada identifikasi masalah yang ada dan upaya konkret untuk mengatasinya. Penerapan teori kepribadian *hardiness* digunakan dalam berbagai konteks termasuk manajemen stres dengan tujuan membantu pemain mengembangkan ketahanan mental pemain untuk menghadapi perubahan dan tekanan hidup.

1. Teori Psikologi Olahraga

Pada masa sekarang ini dunia olahraga tidak dapat dipisahkan dari yang namanya *sports science*, para pelaku olahraga dituntut mampu mengintegrasikan berbagai disiplin ilmu untuk meningkatkan prestasi olahraga. Salah satu disiplin ilmu yang sering digunakan dalam dunia olahraga adalah ilmu psikologi. Sangat penting seorang pemain atau pelatih menguasai ilmu psikologi karena sangat berguna dalam menunjang kesuksesan. Psikologi berasal dari bahasa Yunani, dari kata "*psyche*", yang berarti "jiwa", dan "*logos*", yang berarti "ilmu". Secara sederhana,

kata "psikologi" dapat diartikan sebagai ilmu yang mempelajari perilaku manusia. (Henjilito dkk., 2022). Sedangkan, olahraga adalah aktivitas yang melibatkan serangkaian aktivitas fisik dan keterampilan teknis yang memprioritaskan kesehatan fisik dan mental dengan tujuan dalam meraih kemenangan dalam kompetisi (Puspitasari, 2019). Psikologi olahraga adalah hal-hal yang bersumber dari faktor eksternal maupun internal dalam diri pemain yang dapat memengaruhi bagaimana seorang pemain tampil baik (Negara dkk., 2021). Psikologi olahraga dapat membantu pemain meraih performa optimal, menanggulangi tekanan dan kekhawatiran yang berlebihan serta meningkatkan keterampilan dalam mengelola mental pemain (Putro dkk., 2024).

2. Teori Stres

a. Definisi Stres

Stres merupakan salah satu topik yang biasanya dibahas dalam bidang psikologi olahraga, terutama berkaitan dengan bagaimana pemain bertindak dalam konteks kompetisi (Ismail dkk., 2024). Secara umum stres dibagi menjadi dua (Vikoler dkk., 2024):

- 1) *Eustres*: Jenis stres ini muncul sebagai respons positif dan sehat terhadap tekanan. *Eustres* memiliki sifat membangun, dan berhubungan dengan kesejahteraan pemain dan organisasi. *Eustres* sering dikaitkan dengan peningkatan, keluwesan, pembiasaan, dan performa maksimal.

2) *Distres*: Sebaliknya, distres muncul sebagai respons negatif dan tidak sehat terhadap tekanan. Jenis stres ini bersifat merusak, dan memiliki dampak negatif pada pemain dan organisasi. *Distres* sering kali terkait dengan penyakit kardiovaskular, tingkat ketidakhadiran yang tinggi (absenteeism), serta masalah kesehatan lainnya. *Distres* dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup dan bahkan kematian.

Dalam diri pemain kadang stres juga tidak dapat dihindari mulai saat latihan, kompetisi ataupun pasca kompetisi. Stres pemain adalah respons terhadap tekanan yang berasal dari lingkungan atau dari diri sendiri, terutama dalam hal performa saat bertanding (Candra & Prasetyo, 2022). Stres pemain adalah elemen-elemen yang memengaruhi keadaan emosional dan fisik pemain, baik yang berasal dari internal maupun eksternal pemain itu sendiri (Apriyanto dkk., 2017). Dijelaskan lebih lanjut bahwa stres pemain adalah respons yang muncul pada pemain ketika pemain dihadapkan pada beragam tantangan saat berusaha mencapai prestasi. Penambahan perspektif menggambarkan bahwa respons tersebut sebagai ketegangan fisik, fisiologis, dan mental (Candra & Prasetyo, 2022).

b. Aspek-Aspek Stres

Menurut *American Psychological Association* aspek stres dapat dibagi menjadi tiga kategori (Oktapiani & Susilawati, 2024):

- 1) Aspek psikologis terjadi gejala yang mempengaruhi berbagai aspek kognitif pemain seperti sedih, merasa tertekan dan susah fokus.
- 2) Aspek fisiologis mengakibatkan penurunan kesehatan fisik seperti timbulnya sakit kepala atau nyeri otot, masalah pencernaan dan jantung berdebar lebih kencang.
- 3) Aspek perilaku mengakibatkan perubahan dalam bertindak seperti menjadi lebih sensitif, mudah tersinggung dan melakukan perbuatan tidak bertanggung jawab.

Berdasarkan aspek-aspek stres di atas maka aspek yang dikemukakan oleh (Oktapiani & Susilawati, 2024), akan digunakan untuk menjadi dasar dalam penyusunan aitem skala stres yang nantinya dipakai untuk mengukur stres pada pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo..

c. Faktor-Faktor Stres

Berikut faktor-faktor yang memengaruhi tingkat stres ini dapat dibagi menjadi dua kategori (Kuntjojo, 2016):

Faktor internal

1) Usia

Semakin bertambahnya usia akan mempengaruhi kematangan seseorang dalam menghadapi stres. Usia juga dapat memengaruhi tingkat stres karena perubahan tuntutan hidup yang terjadi seiring bertambahnya usia. Misalnya, seseorang

mungkin mengalami stres yang berbeda pada usia muda, ketika pemain mungkin menghadapi tekanan akademik atau pekerjaan yang tinggi, dibandingkan dengan usia lanjut, dimana pemain mungkin mengalami stres terkait dengan masalah kesehatan atau keuangan.

2) Jenis kelamin

Kebutuhan sosial, peran keluarga, dan tekanan budaya yang berbeda dapat memengaruhi cara pria dan wanita mengalami stres. Misalnya, perempuan mungkin lebih rentan terhadap stres yang terkait dengan peran ganda sebagai ibu dan pekerja.

3) Faktor genetik

Beberapa orang mungkin memiliki kerentanan genetik terhadap gangguan kecemasan atau depresi, yang dapat meningkatkan risiko stres pemain.

4) Kebudayaan

Budaya seseorang, nilai-nilai, dan norma-norma sosial dapat mempengaruhi tingkat stres. Tuntutan budaya dan sosial dapat menciptakan ekspektasi tertentu yang mungkin meningkatkan stres pemain.

5) Tingkat efikasi diri

Keyakinan pemain tentang kompetensi mengatasi tantangan dan situasi stres. Dengan efikasi tinggi lebih bisa mengatasi stres

daripada seseorang yang merasa tidak mampu mengatasi situasi yang sulit.

6) Kepribadian

Pemain dengan kepribadian yang lebih neurotik cenderung lebih rentan terhadap stres dan kecemasan, pribadi berkepribadian *hardiness* akan condong tahan terhadap tekanan stres.

Faktor eksternal:

1) Dukungan sosial

Dukungan sosial dari teman, keluarga, dan komunitas dapat berperan dalam mengurangi stres. Dukungan sosial memberikan rasa keamanan dan bantuan praktis yang dapat membantu pemain mengatasi tantangan.

2) Lingkungan

Lingkungan fisik dan sosial tempat seseorang tinggal dan bekerja dapat memengaruhi tingkat stres. Lingkungan yang berisiko, seperti lingkungan yang *toxic* atau lingkungan yang tidak aman, dapat meningkatkan stres.

3) Strategi coping

Coping pada pemain dalam menangani stres dan masalah juga dapat memengaruhi tingkat stres. Orang yang memiliki keterampilan penanganan stres yang efektif mungkin lebih baik dalam mengurangi stres daripada pemain yang kurang terampil dalam hal tersebut.

4) Interaksi sosial

Cara pemain berinteraksi dengan orang lain, termasuk konflik interpersonal, dukungan, dan hubungan interpersonal, dapat berdampak pada tingkat stres. Konflik dalam hubungan atau isolasi sosial dapat meningkatkan stres, sementara hubungan yang positif dan sehat dapat menguranginya.

Sedangkan, faktor-faktor yang menyebabkan stres pada pemain (Setyawati dkk., 2021):

1) Kinerja olahraga

Tekanan untuk mempertahankan atau meningkatkan kinerja olahraga dapat menjadi sumber stres yang signifikan bagi pemain. Pemain sering kali diharuskan mencapai atau melebihi standar kinerja tertentu dalam latihan dan pertandingan, yang dapat menambah tekanan mental dan emosional.

2) Manajemen

Pengelolaan yang buruk dalam mengatur keseimbangan antara kehidupan pribadi dan profesional sebagai seorang pemain dapat menimbulkan stres dan penurunan performa. Jika pengelolaan waktu ini tidak maka pemain bisa mengalami kelelahan, kurang tidur, dan stres emosional.

3) Pemulihan stres

Ketidakmampuan untuk segera bangkit atau pulih dari stres yang dialami selama latihan atau pertandingan dapat

menyebabkan penurunan performa dan masalah kesehatan jangka panjang.

3. Teori Kepribadian *Hardiness*

a. Definisi Kepribadian *Hardiness*

Kepribadian *hardiness* merupakan sebuah konsep kepribadian yang berupaya menyelesaikan permasalahan atau konflik dengan menggunakan penilaian kognitif untuk mengatasi masalah yang dihadapinya (Polapa dkk., 2024). Lebih lanjut, kepribadian *hardiness* yakni sekelompok ciri kepribadian yang membikin seseorang lebih kukuh dan ajeg ketika bertemu stres, juga mereduksi dampak buruk yang akan nampak. Kepribadian *hardiness* juga dapat dipahami sebagai kepribadian pantang menyerah atau tangguh dari seseorang yang dapat membantu menanggulangi situasi yang tidak kondusif dengan cara merubah permasalahan yang dihadapi menjadi sebuah kesempatan untuk tumbuh dan berkembang (Agustina & Deastuti, 2023). Pada konteks olahraga kepribadian *hardiness* membantu pemain mengubah pengalaman negatif menjadi kesempatan untuk tumbuh dengan cara menganalisa, menyelesaikan permasalahan, dan memberikan dukungan sosial (Luo dkk., 2022).

Dijelaskan bahwa komitmen, kontrol, dan tantangan adalah faktor yang dapat menjaga kesejahteraan seseorang, bahkan ketika pemain menghadapi situasi yang umumnya dianggap sangat stresor

(Hamida & Izzati, 2022). Pemain yang berkompetisi dalam olahraga individu maupun tim di tingkat profesional mempunyai taraf kepribadian *hardiness* yang unggul daripada pemain di tingkat amatir, terutama dalam hal komitmen dan kontrol. Kepribadian *hardiness* tidak hanya berperan dalam mengelola stres pada pemain, tetapi juga mempengaruhi kesehatan psikologis mereka selama menjalani latihan intensif jangka panjang (Sukmana dkk., 2020). Pemain dengan tingkat *hardiness* level atas cenderung memiliki watak yang mengakibatkan pemain lebih kukuh menjalani aktivitasnya, serta mampu mengubah pandangan bahwa ancaman dapat menjadi sebuah tantangan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kepribadian *hardiness* mengubah pengalaman negatif pemain menjadi peluang untuk tumbuh dan dapat meningkatkan kesehatan psikologis selama latihan karena pemain melihat ancaman sebagai tantangan yang dapat diatasi.

b. Aspek-Aspek Kepribadian *Hardiness*

Seseorang dengan kepribadian *hardiness* ditandai oleh tiga aspek utama (Kobasa, 1982; Gustama, 2024):

1) Kontrol

Keyakinan akan kemampuan individu dalam mengontrol dan memberikan dampak pada suatu kejadian yang timbul. Individu dapat menggiring momen sulit menjadi sebuah kesempatan yang menguntungkan bagi dirinya.

2) Komitmen

Keterlibatan secara aktif individu dalam segala aktivitas yang dihadapinya. Komitmen membuat individu tetap bertahan dalam keadaan yang sulit dan pantang putus asa dalam berbagai tekanan.

3) Tantangan

Perspektif individu terkait perubahan merupakan hal biasa, bukan hal yang membahayakan dan menjadi peluang untuk meningkatkan diri.

Berdasarkan aspek-aspek kepribadian *hardiness* di atas maka aspek yang dikemukakan oleh (Kobasa, 1982; Gustama, 2024), akan digunakan untuk menjadi dasar dalam penyusunan aitem skala kepribadian *hardiness* yang nantinya dipakai untuk mengukur kepribadian *hardiness* pada pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo.

c. **Faktor-Faktor Kepribadian *Hardiness***

Beberapa faktor yang memiliki pengaruh terhadap kepribadian *hardiness* (Zuliani dkk., 2024):

1) Disposisional

Kemampuan intelektual seseorang yang digunakan untuk mengubah hambatan menjadi sebuah tantangan.

2) Karakteristik keluarga

Memainkan peran penting di mana pola asuh yang suportif, stabilitas keluarga, dan komunikasi yang baik dapat membantu membentuk karakter seseorang.

3) Dukungan eksternal

Meliputi dukungan sosial dari teman, komunitas dan lingkungan dapat memperkuat hubungan serta meningkatkan ketahanan diri.

Faktor-faktor yang memengaruhi kepribadian *hardiness* (Herliany, 2023), meliputi:

- 1) Kemampuan untuk merencanakan dengan realistis, yang berarti individu mampu menyusun rencana secara efektif mengatasi tekanan (*coping*).
- 2) Menghindari stres dapat dicapai jika individu memiliki citra diri yang positif dan percaya diri.
- 3) Kemampuan dalam berkomunikasi dan mengelola emosi dengan kuat dan terkendali.

4. Teori *Problem focused coping*

a. Definisi *Problem focused coping*

Dua strategi *coping* yang memungkinkan diberdayakan pemain dalam menghadapi situasi stres (Tarigan, 2022):

- 1) *Emotion focused coping*: Ini adalah respons terhadap situasi stres yang melibatkan tanggapan emosional. Dalam hal ini,

pemain cenderung mengatasi stres dengan mengekspresikan perasaan pemain.

- 2) *Problem focused coping*: Strategi ini mencakup tindakan yang diambil pemain untuk mengubah atau meningkatkan situasi yang menyebabkan stres, atau untuk meningkatkan sumber daya yang pemain miliki agar lebih mampu menghadapi situasi tersebut.

Menurut Taylor *problem focused coping* adalah tindakan pemain untuk mengatur, meminimalkan, atau mengendalikan tuntutan-tuntutan yang melebihi kemampuan pemain, melalui respons tingkah laku dan pemikiran (Tarigan, 2022). *Problem focused coping* juga didefinisikan sebagai usaha menanggulangi stres melalui cara mendaur permasalahan yang muncul, baik itu dalam diri maupun lingkungan sekitar yang menjadi penyebab tekanan (Kuntjojo, 2016). Pendekatan *problem focused coping* dengan fokus utama pada pencarian solusi dan menghadapi akar permasalahan melalui pembelajaran taktik mutakhir untuk mereduksi tekanan yang dipersepsikan. Pada *problem focused coping* individu akan langsung ke sumber persoalan dalam rangka menyelesaikan permasalahan yang dihadapi (Tillaar & Hope, 2023). Pada konteks olahraga, pemain akan condong mendayagunakan *problem focused coping* menimbang pemain diharapkan mampu mengelola sumber stres yang

muncul sehingga mampu menyelesaikan permasalahan dengan baik (Ruzain dkk., 2023).

Hal ini bertujuan untuk membantu pemain keluar dari keadaan yang menyebabkan tekanan (Pitaloka & Mamahit, 2021). Pendekatan ini memiliki beberapa sub-aspek, termasuk:

- 1) Penyelesaian masalah yang terencana, yang merupakan usaha khusus yang bertujuan untuk mengubah keadaan dan direncanakan dengan rinci.
- 2) Penanganan konfrontatif, yang merupakan strategi untuk mengubah keadaan sambil mempertahankan pendirian, bahkan jika hal itu berisiko.
- 3) Mencari dukungan sosial, yang melibatkan upaya untuk mencari dukungan dari orang-orang di sekitar, baik dalam bentuk bantuan fisik maupun non-fisik, seperti informasi, tindakan, dan dukungan emosional.

Berdasarkan berbagai narasi yang teruarai, didapatkan ikhtisar *problem focused coping* yakni upaya atau strategi yang diterapkan pemain untuk mengatasi situasi yang dirasakan menekan dengan menghadapi sumber tekanan atau permasalahan tersebut secara langsung. Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk mengurangi atau bahkan menghilangkan stres yang dialami pemain.

b. Aspek-Aspek *Problem focused coping*

Terdapat dua aspek *problem focused coping* (Agustini & Rohman, 2024), diuraikan sebagai berikut:

- 1) *Confrontative* adalah metode untuk mengubah situasi melalui tindakan asertif dan berani yang dapat melibatkan pengambilan risiko. Pendekatan ini dilakukan oleh individu yang berusaha mempertahankan keinginan atau tujuan mereka.
- 2) *Planful problem solving* adalah cara berpikir yang terfokus pada perencanaan tindakan dengan mengubah dan memecahkan situasi secara hati-hati. Saat menghadapi tekanan, individu akan memahami berbagai tindakan yang mungkin dilakukan. Mereka menggunakan upaya untuk mengatasi masalah yang dihadapi..

Empat aspek yang terkait dengan *problem focused coping* (Purwati, 2019), yakni:

- 1) *Confrontive coping* adalah upaya yang agresif dan langsung untuk mengubah situasi stres. Ini melibatkan tindakan yang berani dan sering kali penuh risiko untuk menghadapi masalah secara langsung. Individu yang menggunakan strategi ini cenderung tegas dan berani mengambil tindakan konfrontatif terhadap sumber stres.
- 2) *Planful problem solving* melibatkan pendekatan yang rasional dan analitis untuk menghadapi stres. Individu merencanakan

langkah-langkah yang spesifik untuk memecahkan masalah, sering kali dengan cara mengidentifikasi solusi potensial.

- 3) *Accepting responsibility* adalah penerimaan atas peran individu dalam masalah yang terjadi. Ini melibatkan introspeksi dan pengakuan kesalahan atau tanggung jawab pribadi yang mungkin berkontribusi pada situasi stres.
- 4) *Seeking social support* adalah strategi di mana individu mencari bantuan, dukungan, atau nasihat dari orang lain untuk mengatasi situasi stres. *Seeking social support* dapat berasal dari kerabat, kawan, kolega, atau profesional. Ini membantu individu merasa didukung dan sering kali memberikan perspektif baru atau solusi yang tidak terpikirkan sebelumnya.

Berdasarkan aspek-aspek *problem focused coping* yang dipaparkan Agustini & Rohman, (2024), akan digunakan untuk menjadi dasar dalam penyusunan aitem skala *problem focused coping*.

c. Faktor-Faktor *Problem focused coping*

Dua faktor yang mempengaruhi *problem focused coping* (Rachma & Widyastuti, 2024):

- 1) Evaluasi karakteristik situasional penyebab stres

Proses evaluasi karakteristik situasional penyebab stres melibatkan beberapa langkah penting yang membantu individu untuk menganalisis situasi stres secara menyeluruh, sehingga

mereka dapat merencanakan dan mengambil tindakan yang tepat. Langkah-langkah ini mencakup identifikasi stresor, penilaian dampak, penilaian sumber daya, dan perencanaan tindakan.

2) Kepribadian optimis

Sikap mental dan pandangan positif seseorang terhadap kehidupan dan tantangan yang mereka hadapi. Orang yang memiliki kepribadian optimis cenderung memandang situasi sulit sebagai peluang untuk belajar dan berkembang, bukannya hambatan yang tidak dapat diatasi. Mereka memiliki ketrampilan mengkondisikan keadaan untuk capaian yang diinginkan melalui usaha dan tekad. Orang optimis sering menunjukkan rasa percaya diri yang tinggi dan kemampuan untuk tetap tenang di bawah tekanan. Mereka cenderung fokus pada solusi daripada masalah, dan mempunyai ketrampilan dalam menyemangati diri serta yang ada disekitarnya.

Sedangkan Smet menyebutkan bahwa terdapat berbagai faktor yang dapat memengaruhi penggunaan strategi *problem focused coping* (Tarigan, 2022), termasuk:

- 1) Faktor dalam kondisi pemain, seperti usia, eksistensi, jender, temperamen, keturunan, kepintaran, pendidikan, riwayat peradaban, penghasilan, dan kesehatan fisik.

- 2) Karakteristik kepribadian, termasuk tingkat introversi atau ekstroversi, afeksi, karakter, *hardiness*, kendali, dan tingkat ketangguhan.
- 3) Faktor sosial kognitif, seperti persepsi dukungan sosial yang diterima dan persepsi kendali pribadi.
- 4) Keterkaitan terhadap habitat sosial, termasuk dukungan sosial yang diperoleh serta tergabung dalam koneksi sosial.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Eksplorasi memiliki peran penting guna menyokong analisis teoritis dan dapat menjadi sarana untuk menguji hipotesis. Dalam kerangka ini, peneliti akan menjelaskan eksplorasi terdahulu yang sesuai dengan rencana penelitian yang akan peneliti jalankan, sebagai berikut:

Tabel 1. Penelitian Terdahulu

No	Author	Judul	Topik / Objek Kajian	Metode/Subjek/ Instrumen/Anal isis Data	Hasil Penelitian
1.	(Afiq dkk., 2020)	Tingkat stres pada pemain persatuan sepak bola UNNES sebelum menghadap i pertanding	Untuk mengetahui tingkat stres pada pemain persatuan sepak bola UNNES sebelum menghadapi pertandinga	Penelitian ini menggunakan metode survei, dengan angket diberikan kepada sampel. Populasi penelitian adalah 30, dan sampel yang digunakan adalah 18	Pemain PS.UNNE S mengalami tingkat stres sebelum pertanding an dalam kategori

		an	n	pemain dari kejuaraan nasional 2016 yang berpartisipasi. Analisis data dilakukan menggunakan SPSS 16.	"rendah" sebesar 11,1% (2 pemain), kategori "sedang" sebesar 72,2% (13 pemain), dan kategori "tinggi" sebesar 16,7% (3 pemain). Berdasarkan nilai rata-rata 66,0, tingkat stres pemain dalam kategori "sedang".
2.	(B. G. Setiawan dkk., 2020)	Gambaran koping stres pada pemain tim nasional sepak bola Indonesia	untuk mendapatkan gambaran tentang penggunaan koping stres oleh pemain	Studi ini melibatkan 22 pemain yang terpilih dari training camp tim nasional sepak bola	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pemain tim

			tim nasional sepak bola Indonesia.	Indonesia untuk kualifikasi piala dunia 2022. Sampling jenuh atau total populasi adalah dua jenis sampling yang digunakan (Etikan dkk. 2015). Kuesioner penelitian menggunakan versi Bahasa Indonesia dari Inventaris COPE oleh Carver, Scheier, dan Weintraub (1989) yang diterjemahkan oleh Djunaidi dan Rosita (2017). Alat ukur ini mengukur tiga jenis strategi koping: <i>problem focused coping</i> , <i>emotion focused</i>	nasional sepak bola Indonesia menggunakan teknik koping adaptif. Sebagian besar dari 13 partisipan (59.1%) menggunakan cara <i>problem focused coping</i> , sementara 6 partisipan (27.3%) menggunakan cara koping yang masuk ke dalam <i>emotion focused coping</i> , dan 2
--	--	--	------------------------------------	---	--

				coping, dan maladaptive coping. Alat analisis statistik SPSS digunakan untuk mengolah data yang dikumpulkan dalam penelitian ini.	partisipan cenderung menggunakan cara <i>problem focused coping</i> dan emotion focused coping. Satu partisipan lagi (4.5%) menggunakan maladaptive coping.
3.	(Donie dkk., 2023)	Gambaran kesehatan mental seorang pemain sepakbola untuk menjadi pemain berprestasi	untuk mendapatkan gambaran tentang kesehatan mental seorang pemain sepakbola yang berprestasi	Penelitian ini adalah kuantitatif dengan deskripsi. Jumlah responden dalam penelitian berjumlah 50, dengan 25 siswa dari SMP 1 Rao dan 25 siswa dari SMP 1 Rao yang dipilih	Hasil penelitian menunjukkan bahwa 15 siswa di SMP 1 Rao berada dalam kategori kecemasan, 8 dalam kategori depresi, dan 2

				secara kebetulan sesuai dengan kriteria inklusi. Scale of Depression, Anxiety, and Stress, atau DASS 21, dibagikan untuk mengumpulkan data.	dalam kategori stress. Di SMA 1 Rao, 10 siswa berada dalam kategori kecemasan, 8 dalam kategori depresi, dan 13 siswa memiliki kesehatan mental yang baik.
4.	(Bakhshalipour dkk., 2021)	Can perfectionism Reduce Football Players' Stress and Athletic Burnout?	Untuk mengetahui apakah bisa perfeksionis me mengurangi stres dan kelelahan pemainik pada pemain sepak bola?	Populasi statistik dari penelitian ini mencakup semua pemain sepak bola di tingkat pemuda di Guilan, Iran. Sebanyak 378 pemain dipilih sebagai ukuran sampel melalui metode	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara burnout pemainik dengan

				<p>pengambilan sampel acak. Hipotesis penelitian dianalisis dengan uji Kolmogorov-Smirnov, koefisien korelasi Pearson, dan regresi linier. Perangkat lunak SPSS (versi 24) digunakan untuk analisis data</p>	<p>perfeksioni sme positif (-0,622), perfeksioni sme negatif (-0,555), strategi berorientasi masalah (-0,358), dan strategi berorientasi emosi (-0,401). Berdasarkan hasil penelitian ini, pengembangan rencana yang efisien dengan berfokus pada variabel psikologis perfeksioni sme, stres, dan</p>
--	--	--	--	--	---

					burnout pemainik dapat meningkatkan kesadaran pelatih terhadap perilaku kepelatihan serta meningkatkan kinerja mental dan efisiensi pemain yang optimal.
5.	(Cherappu rath dkk., 2023)	Impact of Covid-19 outbreak on stress and depression among Indian football players	Untuk mengetahui dampak wabah Covid-19 terhadap stres dan depresi di kalangan pemain sepak bola India	Metode kuantitatif, subjek 204 pemain sepak bola dari berbagai wilayah di India. Respons peserta terhadap stres dan depresi diukur melalui Perceived Stress Scale (PSS) dan	Stres dan depresi menunjukkan korelasi yang signifikan di antara para pemain sepak bola. Pemain sepak bola yang

				<p>Patient Health Questionnaire (PHQ-9).</p> <p>Analisis data menggunakan SPSS (Versi 23; SPSS, Chicago, IL, AS), Korelasi momen-produk Pearson untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel dan regresi sederhana digunakan untuk menentukan apakah variabel yang diteliti. Uji-t digunakan untuk mengetahui perbedaan gender dalam penelitian. ANOVA satu arah dilakukan untuk mengetahui perbedaan rata-</p>	<p>mengalami stres dan depresi selama pandemi Covid-19 menunjukk an korelasi positif antara kedua konstruk tersebut. Pemain dari wilayah Selatan India merasakan tingkat stres yang lebih tinggi daripada mereka yang berasal dari wilayah Barat India.</p>
--	--	--	--	--	---

				rata variabel dengan peserta dari berbagai wilayah dan tingkat partisipasi.	
6.	(Abd dkk., 2022)	The effectiveness of an indicative training program in dealing with psychological stress among football players	Untuk mengetahui efektivitas program latihan indikatif dalam mengatasi stres psikologis pada pemain sepak bola	Metode penelitian eksperimental dengan merancang kelompok eksperimen pada Sampel pemain Klub Pemuda Liga Sepak Bola Pemuda (175) pemain, sehingga jumlah sampel utama adalah (23) pemain, dengan persentase (30,666%) dari komunitas asal mereka, yang mewakili pemain liga sepak bola di Kegubernuran Salah al-Din	Para peneliti menemukan bahwa penerapan program pelatihan psikologis membantu dalam menurunkan tingkat stres. Tekanan psikologis yang dialami pemain, yang mengarah pada peningkatan performa olahraga pemain

				untuk musim olahraga (2019/2020) dan para peneliti memproses hasil penelitian dengan program (SPSS).	sepak bola, dan mereka berkembang pada level yang sama dengan mereka yang berlatih tanpa tekanan tersebut.
--	--	--	--	--	--

Berdasarkan analisis sebelumnya yang tercatat dalam tabel di atas dan setelah dikaji lebih lanjut, terdapat variasi antara hasil penelitian satu dan lainnya. Selain itu, terdapat juga kesamaan antara penelitian-penelitian tersebut. Perbedaan ini mencakup aspek-aspek seperti topik, metode, instrumen, dan sampel yang digunakan dalam setiap penelitian. Sementara itu, persamaannya terletak pada penerapan metode penelitian kuantitatif, penelitian berfokus pada aspek psikologis, dan analisis data memanfaatkan perangkat lunak statistik seperti SPSS. Berdasarkan temuan dari penelitian sebelumnya, perbandingan dengan rancangan riset dapat dirumuskan demikian:

Tabel 2. Perbandingan Penelitian Sebelumnya, Dengan Penelitian Yang Akan Datang

Tinjauan	Penelitian Terdahulu	Penelitian Yang Dilakukan	Kebaharuan
Tujuan	Mengetahui tingkat stres pada pemain persatuan sepak bola UNNES sebelum menghadapi pertandingan.	Mengetahui efek kepribadian <i>hardiness</i> dan <i>problem focused coping</i> terhadap stres sebelum pertandingan pada pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo.	Terletak pada tujuan penelitian.
Metode	Metode penelitian ini adalah penelitian survei (non eksperimen) deskriptif. Instrumen penelitian menggunakan angket tertutup.	Metode penelitian ini adalah kuantitatif. Instrumen penelitian menggunakan tiga model skala Likert, yaitu skala kepribadian <i>hardiness</i> , skala <i>problem focused coping</i> , dan skala stres.	Terletak pada metode
Subjek	Pemain sepak bola PS.UNNES.	Pemain sepak bola divisi II Ascab	Subjek

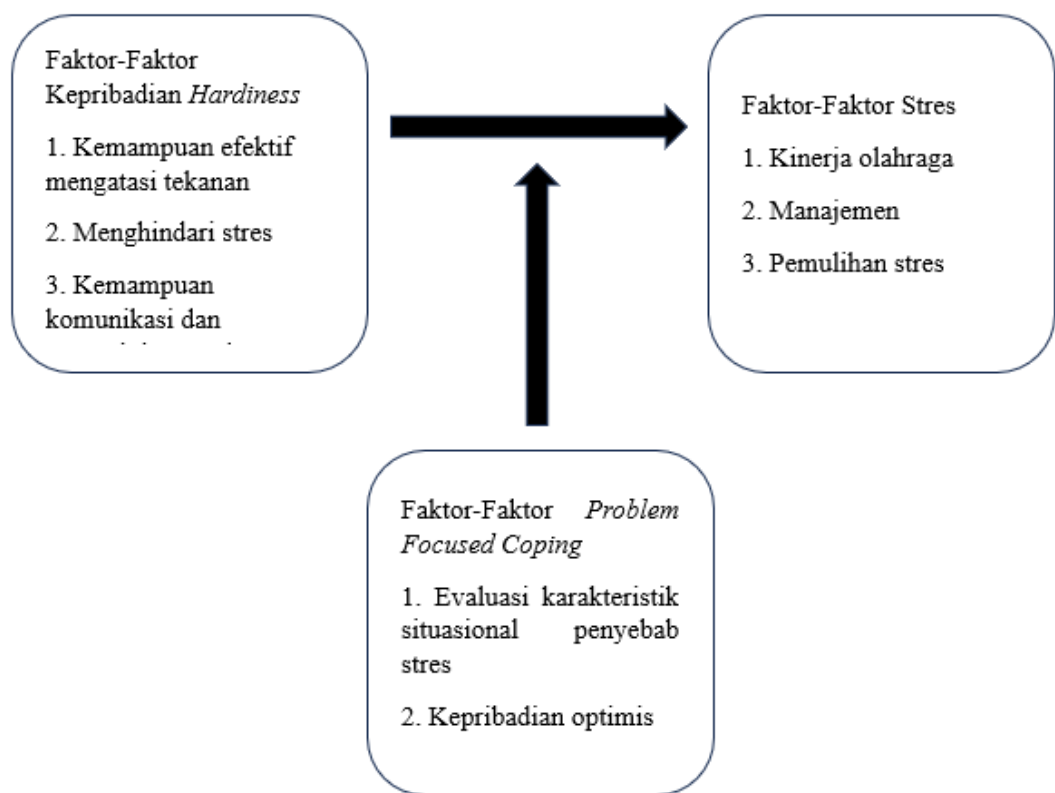
		PSSI kabupaten Kulon Progo dengan rentang usia 18-23 tahun dan berjenis kelamin pria.	
Variabel Terikat	Tingkat stres	Stres	Variabel terikat
Analisis Data	SPSS 16	<i>Moderated Regression Analysis (MRA)</i>	Analisis data

C. Kerangka Pikir

Pada penjelasan sebelumnya tentang analisis teori, dapat dirumuskan bahwa kerangka pemikiran sebagai berikut yaitu teknik, taktik, fisik, dan psikologis merupakan elemen penting yang akan berdampak pada permainan dan hasil akhir dalam olahraga sepak bola. Peranan psikologis mempengaruhi kesehatan mental para pemain. Bagi pemain yang tidak memiliki kesehatan mental yang baik maka akan rentan terkena stres sehingga diperlukan penanggulangan. Berdasarkan skema kerangka berpikir di atas dapat dilihat bahwa stres pemain dapat dikurangi atau ditanggulangi dengan memberdayakan *problem focused coping* dan kepribadian *hardiness*. *Problem focused coping* memberikan pemain untuk menggunakan cara-cara baru dalam mengatasi dan menyelesaikan setiap tekanan yang dihadapinya. Sedangkan, kepribadian *hardiness* menjadikan pemain menjadi pribadi tahan banting

sehingga bersemangat dalam menghadapi tekanan-tekanan yang ada. Bisa diambil ikhtisar kalau *problem focused coping* dan kepribadian *hardiness* mengandung hubungan signifikan dengan penanggulangan stres sebelum pertandingan pada pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo. Adapun alur uraian kerangka berpikir yakni:

Gambar 1. Skema Kerangka Pikir



D. Hipotesis

1. Ada efek antara kepribadian *hardiness* terhadap stres sebelum pertandingan pada pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo.

2. Ada efek antara kepribadian *hardiness* dan *problem focus coping* terhadap stres sebelum pertandingan pada pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Dalam riset ini metode kuantitatif yang dipilih oleh peneliti. Penggunaan metode kuantitatif ini disebabkan oleh kebutuhan untuk mengatasi permasalahan dalam penelitian terhadap kelompok populasi atau sampel tertentu. Data dikumpulkan dengan instrumen penelitian, sedangkan analisis data dilakukan dengan cara kuantitatif atau statistik untuk menguji hipotesis yang telah dibuat. (Creswell, 2019). Metode kuantitatif dalam penelitian ini memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data numerik yang dapat dianalisis secara objektif untuk melihat hubungan antar variabel.

Desain penelitian ini adalah *explanatory* dengan mempergunakan analisis moderasi untuk mengevaluasi dampak dari variabel bebas, yaitu kepribadian *hardiness* atas variabel terikat, yaitu tingkat stres sebelum pertandingan dengan *problem focused coping* sebagai variabel moderator. Tujuan riset guna mendeskripsikan efek kepribadian *hardiness* terhadap taraf stres sebelum permainan dimulai pada pemain sepak bola Divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo, serta untuk menentukan apakah *problem focused coping* memperkuat atau melemahkan pengaruh tersebut. Desain *explanatory* dipilih karena penelitian ini tidak hanya ingin mengidentifikasi hubungan antar variabel, tetapi juga memahami bagaimana interaksi antara kepribadian *hardiness* dan *problem focused coping* memengaruhi tingkat stres sebelum pertandingan.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di klub-klub sepak bola yang tergabung dalam Divisi II Ascab PSSI Kabupaten Kulon Progo, dengan periode pengumpulan data berlangsung dari 1 Mei hingga 20 Agustus 2024. Pemilihan lokasi didasarkan pada Divisi II merupakan level kompetisi yang menjadi ajang pengembangan bakat para pemain muda. Pada tingkat ini, mayoritas pemain adalah atlet muda yang sedang dalam proses transisi untuk meningkatkan kemampuan fisik, teknik, taktik, dan psikologis guna bersaing di tingkat yang lebih tinggi. Selain alasan pengembangan bakat, Divisi II juga dipilih karena di lokasi ini ditemukan fenomena menarik yang relevan dengan tujuan penelitian, yaitu banyaknya pemain muda yang terindikasi mengalami stres sebelum pertandingan.

Fenomena stres yang dialami pemain muda ini menjadi perhatian penting karena berkaitan langsung dengan performa individu dan keberhasilan tim secara keseluruhan. Pada level kompetisi seperti Divisi II, tekanan yang dialami pemain sering kali berasal dari berbagai faktor, baik intrinsik seperti rasa tidak percaya diri maupun ekstrinsik seperti tuntutan meraih kemenangan dari berbagai pihak. Jika tidak diatasi, tekanan ini dapat berujung pada gangguan psikologis yang lebih serius dan berdampak negatif pada perkembangan karier mereka di dunia sepak bola. Oleh karena itu, penelitian ini tidak hanya bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat stres pada pemain muda di Divisi II Ascab PSSI Kabupaten Kulon Progo, tetapi juga untuk memahami faktor-faktor penyebabnya. Harapannya, hasil penelitian ini

dapat memberikan rekomendasi yang bermanfaat bagi pelatih, pengurus klub, maupun organisasi sepak bola di Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo dalam merancang program pembinaan yang lebih holistik, termasuk aspek psikologis, agar para pemain muda dapat berkembang secara optimal di masa mendatang.

C. Populasi dan Sampel

Peneliti dapat menggunakan istilah "populasi" untuk menggambarkan suatu kelompok umum dari objek atau subjek yang memiliki kualitas dan ciri-ciri tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk menjadi subjek penelitian mereka dan dari kelompok ini, peneliti dapat membuat ikhtisar (Sugiyono, 2017). Populasi penelitian ini adalah pemain sepak bola remaja divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo dengan jumlah 128 orang. Sebagaimana dijelaskan oleh Kusumawati (2015), di mana data penelitian terdiri dari sample populasi. Dengan kata lain, tanpa populasi, tidak mungkin ada sampel. Sampel dalam penelitian ini merujuk pada pemain sepak bola yang bermain untuk klub anggota ascab PSSI Kulon Progo.

Tidak semua unit populasi memiliki peluang yang sama untuk dipilih sebagai sampel penelitian, karena metode *non probability* yang digunakan (Bungin, 2017). *Purposive sampling* adalah teknik *non probabilitas* yang digunakan., di mana pemilihan sampel dilakukan dengan mempertimbangkan tujuan penelitian. Pemilihan sampel dilakukan dengan tujuan dan maksud tertentu untuk memenuhi kebutuhan informasi yang diinginkan oleh peneliti. Kriteria responden yang diinginkan adalah pemain sepak bola jender laki-

laki, umur 18-23 tahun, dan aktif berpartisipasi dalam kompetisi sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo.

Pada penelitian ini jumlah populasi sebesar 128 orang. Mempergunakan rumus Slovin peneliti dapat menghitung jumlah sampel yang akan diambil (Sugiyono, 2017):

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

$$n = \frac{128}{1+128(0,05)^2}$$

$$n = \frac{128}{1+128 \times 0,0025}$$

$$n = \frac{128}{1+0,32}$$

$$n = \frac{128}{1,32}$$

$$n = 97 \text{ orang}$$

Keterangan:

n : Jumlah sampel

N : Jumlah populasi

e : Persentase kesalahan yang masih dapat ditolerir pada pengambilan sampel

Nilai e pada penelitian ini sebesar : 5 %

Dalam penelitian ini, jumlah populasi yang ada adalah 128 orang, dan peneliti ingin menentukan jumlah sampel yang tepat untuk diambil. Untuk itu, peneliti menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, yang berarti peneliti menginginkan tingkat kepercayaan 95% dalam hasil penelitian. Pertama, peneliti menghitung kuadrat dari tingkat kesalahan yang

ditetapkan, yaitu 0,05, yang hasilnya adalah 0,0025. Kemudian, angka ini dikalikan dengan jumlah populasi, yaitu 128, yang menghasilkan angka 0,32. Selanjutnya, angka 0,32 ini ditambahkan dengan 1, sehingga menghasilkan angka 1,32. Setelah itu, jumlah populasi dibagi dengan angka 1,32, dan hasilnya adalah 97. Dengan demikian, berdasarkan perhitungan ini, jumlah sampel yang perlu diambil dari populasi 128 orang adalah 97 orang. Ini berarti, peneliti hanya perlu mengumpulkan data dari 97 orang untuk mendapatkan hasil yang representatif dengan tingkat kesalahan 5%. Pendekatan ini memastikan bahwa penelitian tetap efisien dan hasilnya dapat digeneralisasi untuk seluruh populasi dengan tingkat akurasi yang tinggi.

D. Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini, terdapat tiga jenis variabel yang diamati.

1. Variabel bebas, yaitu *problem focused coping* yang merujuk pada upaya untuk mengurangi stres dengan cara mengelola atau merespons problematika yang nampak, baik yang berasal dari dalam diri pemain maupun lingkungan sekitarnya.
2. Variabel moderator, yaitu kepribadian *hardiness* yang merupakan karakteristik kepribadian yang meningkatkan ketahanan, kekuatan, dan stabilitas seseorang ketika menghadapi stres, sambil mengurangi potensi dampak negatif yang mungkin timbul.
3. Variabel terikat, yaitu stres yang mencakup elemen-elemen yang memengaruhi kondisi emosional dan fisik pemain, termasuk faktor dari internal maupun eksternal pemain tersebut.

Penjelasan tentang ketiga variabel ini memberikan gambaran lebih lanjut mengenai dinamika efek *problem focused coping*, kepribadian *hardiness*, dan tataran stres yang dirasakan pemain pada konteks penelitian ini.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Penghimpunan data merupakan tahapan di mana periset menggunakan teknik atau metode tertentu untuk mengumpulkan informasi (Sugiyono, 2015). Ini berarti bahwa pengumpulan data memerlukan pendekatan yang terencana dan terstruktur guna memastikan validitas dan relevansi data yang dihasilkan. Dalam konteks eksplorasi ini, teknik penghimpunan data menggunakan kuisisioner. Responden yang terlibat pada eksplorasi ini adalah pemain sepak bola laki-laki yang tergabung dalam klub sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo, umur 18-23 tahun.

2. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen dalam penelitian merupakan suatu perangkat pengukur yang dipergunakan untuk mengukur variabel yang diamati (Sugiyono, 2015:146). Dalam konteks penelitian ini, digunakan instrumen berupa skala Likert yang telah dimodifikasi (Hadi, 2000). Modifikasi tersebut mencakup pengurangan jumlah alternatif jawaban dari lima menjadi empat, yaitu TP (Tidak Pernah), K (Kadang-Kadang), S (Sering), dan SS

(Sering Sekali). Reduksi ini dimaksudkan untuk menghindari respons yang ambigu (tidak pernah dan sering sekali), karena jawaban netral dapat mempengaruhi penilaian terhadap suatu pernyataan yang menggambarkan aspek-aspek tertentu (Azwar, 2007). Pemilihan jawaban yang lebih tegas, mengarah pada kesesuaian atau ketidaksesuaian subjek dengan pernyataan. Jawaban subjek mencerminkan kondisi sebenarnya dari subjek tersebut. Penggunaan skala dalam penelitian ini didasarkan pada karakteristik skala sebagai alat ukur psikologis (Azwar, 2007). Jenis skala yang diterapkan adalah skala tertutup, memungkinkan subjek memilih satu dari beberapa alternatif jawaban yang telah disediakan.

3. Penyusunan Instrumen Pengumpulan Data

a. Skala Stres

Skala yang digunakan disusun berdasarkan aspek stres yang dikemukakan oleh Oktapiani & Susilawati, (2024), dengan tujuan untuk mengukur tingkat stres pemain sebelum pertandingan. Skala ini, terdiri dari 26 pernyataan yang terdiri menjadi 16 pernyataan yang bersifat *favorable* dan 10 pernyataan yang bersifat *unfavorable*. Pernyataan yang bersifat *favorable* memiliki rentang skor dari Sangat Sesuai (skor 5) hingga Sangat Tidak Sesuai (skor 1). Sebaliknya, pernyataan yang bersifat *unfavorable* memiliki rentang skor dari Sangat Tidak Sesuai (skor 5) hingga Sangat Sesuai (skor 1). Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka tingkat stres pemain

semakin tinggi dan semakin rendah skor yang diperoleh, maka tingkat stres pemain akan semakin rendah.

Tabel 3. Distribusi Butir Skala Stres

Aspek	Butir <i>Favorable</i>		Butir <i>Unfavorable</i>	
	Nomor Aitem	Σ	Nomor Aitem	Σ
Psikologis	3, 4, 7, 8, 10, 11	6	1, 2, 5, 6, 9	5
Fisiologis	12, 13, 15, 16	4	14	1
Perilaku	17, 18, 21, 22, 25, 26	6	19, 20, 23, 24	4
Jumlah		16		10

b. Skala *Problem focused coping*

Skala yang digunakan disusun berdasarkan aspek *problem focused coping* yang dikemukakan oleh Agustini & Rohman, (2024), dengan tujuan untuk mengukur tingkat *problem focused coping* pemain sebelum pertandingan. Skala ini, terdiri dari 24 pernyataan yang terdiri menjadi 12 pernyataan yang bersifat *favorable* dan 12 pernyataan yang bersifat *unfavorable*. Pernyataan yang bersifat *favorable* memiliki rentang skor dari Sangat Sesuai (skor 5) hingga Sangat Tidak Sesuai (skor 1). Sebaliknya, pernyataan yang bersifat *unfavorable* memiliki rentang skor dari Sangat Tidak Sesuai (skor 5) hingga Sangat Sesuai (skor 1). Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka kemampuan penanganan masalah menggunakan *problem focused coping* akan semakin tinggi, sementara semakin rendah skor yang diperoleh, maka kemampuan penanganan masalah menggunakan *problem focused coping* akan semakin rendah.

Tabel 4. Distribusi Butir Skala *Problem Fokused Coping*

Aspek	Butir <i>Favorable</i>		Butir <i>Unfavorable</i>	
	Nomor Aitem	Σ	Nomor Aitem	Σ
<i>Confrontative</i>	1, 2, 5, 6, 8	5	3, 4, 7, 9, 10	5
<i>Planful problem solving</i>	11, 12, 14, 17, 18, 21, 22	7	13, 15, 16, 19, 20, 23, 24	7
Jumlah		12		12

c. **Skala Kepribadian *Hardiness***

Skala yang digunakan disusun berdasarkan aspek kepribadian *hardiness* yang dikemukakan oleh Kobasa (1982), dalam (Gustama, 2024), dengan tujuan untuk mengukur tingkat kepribadian *hardiness* pemain. Skala ini, terdiri dari 27 pernyataan yang terdiri menjadi 13 pernyataan yang bersifat *favorable* dan 14 pernyataan yang bersifat *unfavorable*. Pernyataan yang bersifat *favorable* memiliki rentang skor dari Sangat Sesuai (skor 5) hingga Sangat Tidak Sesuai (skor 1). Sebaliknya, pernyataan yang bersifat *unfavorable* memiliki rentang skor dari Sangat Tidak Sesuai (skor 5) hingga Sangat Sesuai (skor 1). Peningkatan skor mengindikasikan tingkat kepribadian *hardiness* yang tinggi, sementara penurunan skor menandakan tingkat kepribadian *hardiness* yang rendah.

Tabel 5. Distribusi Butir Skala Kepribadian *Hardiness*

Aspek	Butir <i>Favorable</i>		Butir <i>Unfavorable</i>	
	Nomor Aitem	Σ	Nomor Aitem	Σ
Kontrol	1, 2, 5, 8	4	3, 4, 6, 7	4
Komitmen	9, 12, 13, 16, 17, 20	6	10, 11, 14, 15, 18, 19	6
Tantangan	21, 24, 25	3	22, 23, 26, 27	3
Jumlah		13		14

F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

1. Uji Validitas

Validitas isi digunakan dalam penelitian ini. Validitas isi mengacu pada sejauh mana instrumen tersebut mencerminkan isi materi yang ingin diukur. Validasi keputusan ahli digunakan untuk melakukan evaluasi eksternal terhadap validitas isi.. Hasil penilaian dari *expert judgement* dilanjutkan dengan perhitungan CVI pada masing-masing instrumen skala kepribadian *hardiness*, *problem focused coping* dan stres dengan menggunakan rumus $\frac{\Sigma CVR}{K}$ didapatkan nilai sebagai berikut:

Tabel 6. Instrumen Uji Validasi

No	Instrumen	CVI	Keterangan
1.	Kepribadian <i>Hardiness</i>	0,98	Sangat Tinggi
2.	<i>Problem focused coping</i>	0,79	Tinggi
3.	Stres	0,72	Tinggi

Dari perhitungan ini, diperoleh nilai CVI di atas untuk instrumen kepribadian *hardiness* sebesar 0,98, yang menunjukkan bahwa skala ini memiliki tingkat validitas yang sangat tinggi dan dianggap sangat sesuai untuk mengukur aspek kepribadian *hardiness*. Nilai CVI untuk instrumen *problem focused coping* adalah 0,79, tingkat validitas tergolong dalam kategori tinggi, menunjukkan bahwa skala ini valid dalam mengukur cara responden mengatasi masalah dengan pendekatan *problem focused coping*. Sementara itu, instrumen stres memiliki nilai CVI sebesar 0,72, tingkat validitas tergolong masih dalam kategori tinggi, meskipun nilainya lebih rendah dibandingkan dua instrumen lainnya. Secara keseluruhan, ketiga instrumen tersebut menunjukkan tingkat validitas yang baik, dengan skala kepribadian *hardiness* memperoleh nilai tertinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa masing-masing instrumen memiliki tingkat kesesuaian yang cukup memadai untuk mengukur variabel yang dituju.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas yang dipergunakan yakni reliabilitas konsistensi internal untuk menilai sejauh mana item-item dalam instrumen saling berkorelasi satu sama lain, dengan menggunakan metode estimasi konsistensi internal, terutama melalui pendekatan kongenerik. Sementara itu, pengujian reliabilitas konsistensi internal menggunakan koefisien Cronbach Alpha:

Tabel 7. koefisien Cronbach Alpha

No	Instrumen	Cronbach Alpha	Keterangan
1.	Kepribadian <i>Hardiness</i>	0,946	Sangat Baik
2.	<i>Problem focused coping</i>	0,944	Sangat Baik
3.	Stres	0,916	Sangat Baik

Hasil di atas menunjukkan bahwa instrumen untuk mengukur kepribadian *hardiness* memiliki nilai koefisien sangat tinggi dengan Cronbach Alpha 0,946.. Hal ini menunjukkan instrumen ini sangat andal dalam mengukur kepribadian *hardiness* pada responden. Selanjutnya, untuk variabel *problem focused coping*, koefisien Cronbach Alpha yaitu 0,944.. Nilai tersebut memperlihatkan instrumen mengandung konsistensi sangat baik dalam mengukur cara responden menghadapi masalah dengan pendekatan yang berfokus pada masalah. Terakhir, instrumen untuk variabel stres memiliki nilai koefisien sebesar 0,916. Meskipun sedikit lebih rendah dibandingkan dua variabel lainnya, angka ini tetap berada dalam rentang yang sangat baik, menandakan bahwa instrumen tersebut andal untuk mengukur tingkat stres pada responden. Secara keseluruhan, ketiga instrumen menunjukkan tingkat reliabilitas yang sangat baik, karena semua koefisien Cronbach Alpha memiliki nilai di atas 0,7 yang merupakan batas minimum yang disarankan.

G. Teknik Analisis Data

1. Analisis Deskriptif

Analisis statistik deskriptif dimanfaatkan guna menghasilkan proyeksi menyeluruh tentang kekhasan dasar dari data yang dikumpulkan. Pendekatan ini membantu peneliti dalam mengorganisasikan, merangkum, serta memvisualisasikan data melalui teknik seperti ukuran pemusatan (mean, median, modus) dan ukuran penyebaran (rentang, deviasi standar). Tujuan utamanya adalah untuk memahami distribusi, pola, dan variasi data dalam dataset tanpa menarik kesimpulan sebab-akibat antara variabel. Data diproses menggunakan program SPSS 20.

2. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji ini bertujuan untuk mengecek apakah data memiliki distribusi normal, yang merupakan prasyarat untuk pengujian hipotesis. Pengujian dilakukan dengan *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Ketentuan uji normalitas adalah jika nilai signifikansi $> 0,05$, data berdistribusi normal.

b. Uji Multikolinearitas

Uji multikorelasional dilakukan untuk menilai kekuatan dan arah hubungan antara sejumlah variabel independen dengan satu variabel dependen secara bersamaan. Ketentuan uji multikolinieritas adalah tidak ada multikolinearitas jika nilai tolerabilitas lebih besar dari 0,1.

atau jika nilai $VIF < 10$ menunjukkan bahwa multikolinearitas tidak terjadi.

c. Uji Heteroskedastisitas

Pengujian ini bertujuan untuk mendeteksi adanya ketidakseragaman varians pada residual atau kesalahan prediksi dalam suatu model regresi. Tidak ada gejala heteroskedastisitas jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05.

3. Uji *Moderated Regression Analysis* (MRA)

Metode Analisis Regresi Moderat (MRA) yang digunakan untuk melakukan analisis data. MRA adalah teknik analisis data yang digunakan untuk menjaga integritas sampel dan mengontrol dampak variabel moderator. (Ghozali, 2018:227). MRA adalah teknik analisis data yang populer karena banyak keunggulannya dalam penelitian ilmiah. MRA memungkinkan peneliti untuk mempertimbangkan pengaruh variabel moderator, yang merupakan faktor yang memoderasi hubungan antara variabel independen dan dependen. Hal ini memungkinkan peneliti untuk mendapatkan pemahaman dengan lebih baik bagaimana variabel moderator dapat mempengaruhi hubungan antara variabel yang relevan. MRA membuat peneliti mendapatkan wawasan secara holistik mengenai kompleksitas keterkaitan di antara variabel-variabel tersebut.

Dengan memasukkan variabel moderator ke dalam analisis, peneliti dapat mengidentifikasi bagaimana keterkaitan variabel independen dan variabel dependen dapat berubah tergantung pada nilai

dari variabel moderator. Selain itu, *moderated regression analysis* juga memungkinkan untuk memperhitungkan interaksi antara variabel bebas dan moderator. Dengan demikian, *moderated regression analysis* memberikan wawasan yang lebih lengkap dan lebih akurat tentang hubungan antarvariabel dalam konteks yang lebih realistis. Keseluruhan, *moderated regression analysis* adalah alat yang kuat untuk memahami dan menganalisis hubungan antarvariabel dalam penelitian ilmiah, mampu memperbanyak pengertian dan akurat mengenai fenomena yang diteliti.

BAB IV

HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Hasil Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dari variabel kepribadian *hardiness*, *problem focused coping*, dan stres sebagai berikut:

a. Kepribadian *Hardiness* (X)

Tabel 8. Deskriptif Kepribadian *Hardiness*

No	Kategori	Hasil
1	N	97
2	<i>Mean</i>	113,28
3	<i>Median</i>	114
4	<i>Mode</i>	116
5	<i>Std. Deviation</i>	8,462
6	<i>Minimum</i>	75
7	<i>Maximum</i>	132

Data ini terdiri dari 97 sampel ($N = 97$), yang menunjukkan jumlah total responden atau nilai dalam dataset. Nilai rata-rata atau mean dari data ini adalah 113,28, yang mengindikasikan bahwa secara umum, nilai-nilai dalam data ini cenderung mendekati angka tersebut. Nilai median, atau nilai tengah setelah data diurutkan, adalah 114. Karena nilai median dan mean berdekatan, hal ini mengisyaratkan bahwa distribusi data cenderung simetris atau mendekati distribusi normal. Selain itu, nilai modus dari data ini adalah 116, yang berarti nilai tersebut paling sering muncul dalam

dataset, memberikan gambaran bahwa sebagian besar responden memiliki nilai yang berkisar di sekitar angka ini. Standar deviasi atau simpangan baku sebesar 8,462 menunjukkan variasi nilai yang cukup kecil di sekitar rata-rata, yang mengindikasikan bahwa data tidak tersebar terlalu jauh dari rata-rata dan relatif homogen. Dalam hal rentang nilai, data ini mengandung nilai terendah 75 dan tertinggi 132. Ini menunjukkan rentang penyebaran data dari yang terendah hingga tertinggi, dengan mayoritas nilai berada di sekitar rata-rata yang telah disebutkan sebelumnya. Secara keseluruhan, data ini menunjukkan distribusi yang stabil dan konsisten di sekitar angka rata-rata tanpa penyimpangan yang signifikan.

b. *Problem focused coping* (Moderator)

Tabel 9. Deskriptif *Problem focused coping*

No	Kategori	Hasil
1	N	97
2	<i>Mean</i>	102,93
3	<i>Median</i>	104
4	<i>Mode</i>	106
5	<i>Std. Deviation</i>	5,993
6	<i>Minimum</i>	67
7	<i>Maximum</i>	114

Jumlah responden terdiri dari 97 sampel (N = 97), yang menunjukkan jumlah total responden atau nilai dalam dataset. Nilai rata-rata (mean) dari data ini adalah 102,93, yang mencerminkan kecenderungan umum dari nilai-nilai dalam dataset ini berada di

sekitar angka tersebut. Nilai median atau titik tengah data adalah 104, yang dekat dengan nilai mean, menunjukkan bahwa data ini kemungkinan memiliki distribusi yang mendekati simetris atau normal. Nilai modus dalam dataset ini adalah 106, yang menunjukkan bahwa angka tersebut adalah nilai yang paling sering muncul di antara responden. Standar deviasi sebesar 5,993 mengindikasikan bahwa variasi nilai-nilai dalam data ini relatif kecil dan sebagian besar nilai berada di sekitar rata-rata. Standar deviasi yang tidak terlalu tinggi ini menunjukkan bahwa data tidak terlalu menyebar luas dan lebih terpusat. Nilai minimum dalam dataset ini adalah 67, sementara nilai maksimum mencapai 114. Rentang antara nilai minimum dan maksimum ini memperlihatkan sebaran nilai yang cukup luas, tetapi mayoritas data tetap berkumpul di sekitar mean dan median. Secara keseluruhan, data ini menunjukkan distribusi yang stabil dan tidak terlalu tersebar jauh dari nilai rata-rata, dengan sebagian besar nilai berkisar di sekitar 102,93 hingga 104.

c. Stres (Y)

Tabel 10/ Deskriptif Stres

No	Kategori	Hasil
1	N	97
2	<i>Mean</i>	59,12
3	<i>Median</i>	54,00
4	<i>Mode</i>	52

5	<i>Std. Deviation</i>	12,712
6	<i>Minimum</i>	43
7	<i>Maximum</i>	94

Berdasarkan data di atas terdiri dari 97 sampel ($N = 97$), yang menunjukkan jumlah total responden atau nilai dalam dataset. Rata-rata (mean) dari data ini adalah 59,12, yang menunjukkan kecenderungan umum dari nilai-nilai dalam dataset berada di sekitar angka ini. Median atau nilai tengah dari data adalah 54,00, yang lebih rendah daripada rata-rata, menunjukkan kemungkinan adanya beberapa nilai tinggi yang menaikkan rata-rata dan sedikit menarik distribusi ke arah yang lebih tinggi. Modus dalam dataset ini adalah 52, yang berarti bahwa nilai ini paling sering muncul di antara data responden. Standar deviasi sebesar 12,712 menunjukkan tingkat variasi yang cukup besar di sekitar rata-rata, menandakan bahwa data memiliki sebaran yang lebih luas, dengan beberapa nilai yang cukup jauh dari nilai rata-rata. Nilai minimum dalam dataset ini adalah 43, sedangkan nilai maksimum mencapai 94. Rentang yang cukup luas ini menunjukkan bahwa data tersebar dari nilai yang rendah hingga tinggi. Secara keseluruhan, distribusi data ini cenderung sedikit condong ke arah nilai yang lebih tinggi, terlihat dari rata-rata yang lebih tinggi dibanding median. Dengan variasi yang cukup besar, dataset ini memiliki penyebaran yang lebih

beragam di sekitar rata-rata, dengan sebagian besar nilai berkisar antara 43 dan 94.

2. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Penelitian ini menggunakan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov. Kriteria yang digunakan adalah bahwa data berdistribusi normal jika nilai Asymp. Sig. (2-tailed) lebih besar dari 0,05. Hasil pengujian normalitas yakni:

Tabel 11. Hasil Uji Normalitas

		Unstandardized Residual
N		97
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	0E-7
	Std. Deviation	5.61082894
	Absolute	.059
Most Extreme Differences	Positive	.052
	Negative	-.059
Kolmogorov-Smirnov Z		.582
Asymp. Sig. (2-tailed)		.888

Berdasarkan hasil perhitungan di atas menunjukkan nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,888 adalah lebih besar dari 0,05, yang menunjukkan bahwa data berdistribusi normal.

b. Uji Multikolinearitas

Tujuan uji multikorelasional adalah untuk mengevaluasi kekuatan dan arah hubungan antara beberapa variabel independen dan satu variabel dependen secara bersamaan.

Tabel 12. Hasil Uji Multikolinearitas

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
(Constant)	67.650	12.214		5.539	.000		
1 Kepribadian <i>Hardiness</i>	-.306	.049	-.460	-6.210	.000	.851	1.175
<i>Problem focused coping</i>	.619	.105	.439	5.917	.000	.851	1.175

Berdasarkan hasil perhitungan di atas menunjukkan bahwa tidak ada multikolinearitas karena nilai toleransi sebesar 0,851 lebih besar dari 0,1. Kesimpulan ini diperkuat oleh nilai VIF sebesar 1,175 lebih kecil dari 10, yang menunjukkan bahwa tidak ada multikolinearitas.

c. Uji Heteroskedastisitas

Pengujian ini tujuan untuk mendeteksi adanya ketidakkonsistenan varians dari residual atau kesalahan prediksi dalam sebuah model regresi.

Tabel 13. Hasil Uji Heteroskedastisitas

Model	Unstandardized Coefficients		Standard ized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	4.304	7.989		.539	.591
1 Kepribadian <i>Hardiness</i>	.012	.032	.042	.380	.705
<i>Problem focused coping</i>	-.008	.068	-.013	-.115	.909

Dari hasil perhitungan di atas menunjukkan bahwa tidak ada gejala heteroskedastisitas dengan nilai Sig. kepribadian ketegangan sebesar 0,705 lebih besar dari 0,05, dan nilai Sig. masalah pengendalian fokus sebesar 0,909 lebih besar dari 0,05.

3. Uji *Moderated Regression Analysis* (MRA)

Metode analisis regresi yang digunakan untuk mengevaluasi bagaimana variabel moderator mempengaruhi hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Hasil uji MRA yang dilakukan ditunjukkan di sini:

a. Analisis Regresi Kepribadian *Hardiness* (X) dengan Stres (Y)

Tabel 14. Analisis Regresi Kepribadian *Hardiness* dengan Stres

Model	Unstandardized Coefficients		Standard ized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	138.061	3.208		43.041	.000
1 Kepribadian <i>Hardiness</i>	-.419	.053	-.630	-7.901	.000

Ada kemungkinan bahwa variabel kepribadian *hardiness* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel stres, seperti yang ditunjukkan oleh hasil perhitungan, di mana nilai Sig. variabel kepribadian ketegangan adalah $0.000 < 0,05$.

Tabel 15. Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.630 ^a	.397	.390	6.608

Dengan nilai *R Square* sebesar 0,397, dapat disimpulkan bahwa kontribusi pengaruh kepribadian terhadap stres adalah 39,7%.

b. Analisis Regresi Kepribadian *Hardiness* (X), *Problem focused coping* (Moderator) dan Variabel Interaksi (Kepribadian *Hardiness* x *Problem focused coping*) dengan Stres (Y)

Tabel 16. Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standar dized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	222.440	59.236		3.755	.000
Kepribadian <i>Hardiness</i>	-2.634	.874	-3.958	-3.013	.003
<i>Problem focused coping</i>	-.882	.572	-.625	-1.542	.127
Kepribadian <i>Hardiness</i> * <i>Problem focused coping</i>	.023	.009	3.244	2.667	.009

Diketahui nilai Sig. variabel interaksi antara kepribadian *hardiness* dengan *problem focused coping* sebesar $0.009 < 0,05$ mampu dimaknai variabel *problem focused coping* mampu memoderasi variabel kepribadian *hardiness* dengan variabel stres.

Tabel 17. Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.769 ^a	.592	.578	5.494

Diketahui nilai *R Square* sebesar 0,592 maka memiliki makna variabel kepribadian *hardiness* lebih signifikan

mempengaruhi variabel stres setelah adanya variabel moderasi (*problem focused coping*) sebesar 59,2 %. Maka dapat disimpulkan bahwa dengan adanya *problem focused coping* mampu memperkuat efek kepribadian *hardiness* terhadap stres.

B. Pembahasan

Dari hasil perhitungan dan analisis yang telah dilaksanakan, berikut penjelasannya:

1. Efek antara kepribadian *hardiness* terhadap stres pada pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo

Pemain dengan kepribadian *hardiness* yang tinggi memiliki kecenderungan yang lebih baik untuk mengatasi stres daripada pemain yang memiliki tingkat *hardiness* yang rendah. Pemain lebih mampu memproses situasi stres secara positif, mengubahnya menjadi motivasi, dan mengambil tindakan yang tepat. Dalam konteks olahraga, ini dapat mengarah pada peningkatan performa atlet dan kemampuan pemain untuk mempertahankan ketenangan pikiran dan fokus bahkan dalam situasi yang sulit. Selain itu, kepribadian *hardiness* juga dapat membantu atlet mengatasi cedera atau kegagalan dalam karir pemain. Pemain mungkin lebih mampu mengadaptasi diri, memandang belum berhasilnya pencapaian untuk berbenah, dan terus maju dalam mencapai tujuan pemain. Dari hasil uji *moderated regression analysis* (MRA), terlihat bahwa kepribadian *hardiness* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap stres. Berdasarkan perhitungan, nilai signifikansi (Sig.) untuk kepribadian *hardiness* adalah 0,000, yang lebih kecil dari batas

signifikansi 0,05. Artinya, terdapat hubungan yang kuat antara peningkatan atau penurunan kepribadian *hardiness* dengan tingkat stres yang dirasakan individu. Nilai R Square yang didapatkan adalah 0,397, mendeskripsikan dampak kepribadian *hardiness* terhadap stres adalah sebesar 39,7%. Sisanya, 60,3%, dipengaruhi oleh variabel eksternal yang tidak termasuk dalam model ini, seperti faktor lingkungan, kondisi fisik, dan variabel psikologis lain yang mungkin berperan dalam mempengaruhi stres seseorang.

Interpretasi ini memperkuat pentingnya peran kepribadian *hardiness* dalam mereduksi atau memodulasi stres. Pemain dengan kepribadian *hardiness* akan mampu menjaga ketenangan dan keseimbangan emosionalnya bahkan dalam situasi yang sulit (Agustina & Deastuti, 2023). Individu dengan kepribadian *hardiness* tinggi cenderung lebih tahan terhadap tekanan dan mampu menghadapi situasi stres dengan baik. Hal ini terkait dengan sifat-sifat utama dari kepribadian *hardiness* seperti komitmen, kontrol, dan tantangan, yang membantu individu melihat tekanan sebagai tantangan yang dapat diatasi, bukan ancaman. Sikap positif terhadap tantangan dan tingkat ketahanan yang tinggi terhadap stres menjadi elemen kunci dalam memfasilitasi pemain untuk menghadapi masalah dengan cara yang produktif dan berhasil menemukan solusi (Tillaar & Hope, 2023). Hasil ini memberikan implikasi praktis bagi upaya pengelolaan stres, terutama dalam konteks intervensi psikologis atau pelatihan yang bertujuan memperkuat kepribadian *hardiness*. Strategi peningkatan *hardiness* dapat melibatkan pelatihan coping,

peningkatan rasa kontrol diri, dan pemberian tantangan yang terkelola baik sehingga individu dapat lebih siap menghadapi stres.

- 2) Efek antara kepribadian *hardiness* dan *problem focused coping* terhadap stres pada pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo

Kepribadian *hardiness* mencerminkan tingkat ketahanan seseorang terhadap stres dan kemampuan pemain dalam menghadapi situasi yang menantang dengan keteguhan, kendali, dan tantangan (Luo dkk., 2022). Pemain melihat tantangan kesempatan untuk tumbuh, bukan sebagai hambatan yang tidak dapat diatasi. Kepribadian *hardiness* juga dapat berperan penting dalam hal ini, karena pemain dengan *hardiness* yang tinggi lebih cenderung memiliki kemampuan untuk merencanakan dan mengimplementasikan strategi *problem focused coping*.

Di sisi lain, *problem focused coping* merupakan aspek penting dalam memahami bagaimana pemain menghadapi tekanan dan tantangan dalam dunia olahraga. *Problem focused coping* adalah cara pemain untuk menghadapi situasi stres dengan berfokus pada solusi dan tindakan konkret untuk mengatasi masalah (Pitaloka & Mamahit, 2021). Pemain yang menerapkan strategi *problem focused coping* cenderung lebih efektif menggunakan kepribadian *hardiness* dalam mengatasi stres karena pemain cenderung lebih terfokus pada pemecahan masalah daripada terjebak dalam reaksi emosional yang merugikan. Pemain akan mencari solusi konkret untuk mengatasi hambatan yang pemain hadapi dalam olahraga. Kombinasi

problem focused coping yang memoderasi kepribadian *hardiness* bisa menjadi kunci dalam membantu pemain mengelola stres dengan efektif.

Lebih lanjut, hasil uji MRA menunjukkan bahwa *problem focused coping* secara signifikan mampu memoderasi hubungan antara kepribadian *hardiness* dan stres. Nilai signifikansi (Sig.) untuk interaksi antara kepribadian *hardiness* dan *problem focused coping* adalah 0,009, yang lebih kecil dari 0,05, menunjukkan dampak kepribadian *hardiness* terhadap stres mengalami perubahan signifikan dengan moderasi *problem focused coping*. Efek kepribadian *hardiness* dalam mengurangi stres meningkat ketika individu juga menggunakan *problem focused coping*. Nilai R Square sebesar 0,592 mengindikasikan variabel moderasi *problem focused coping* memperkuat pengaruh kepribadian *hardiness* terhadap stres hingga 59,2%. Ini berarti kombinasi kepribadian *hardiness* dan *problem focused coping* berkontribusi lebih besar dalam penurunan stres sehingga individu yang tidak hanya memiliki kepribadian *hardiness* tinggi tetapi juga menerapkan *problem focused coping* cenderung lebih tangguh menghadapi stres.

Hasil ini meningkatkan pemahaman tentang pentingnya pendekatan *problem focused coping* dalam memoderasi hubungan kepribadian *hardiness* dengan stres. Strategi *problem focused coping* melibatkan upaya konkret untuk mengatasi sumber stres, seperti mencari informasi, merencanakan tindakan, atau mencari solusi. Ketika individu dengan kepribadian *hardiness* tinggi menggunakan *problem focused coping* maka mereka lebih mampu mengatasi sumber stres secara langsung sehingga tingkat stres akan berkurang

secara signifikan. Secara praktis, hasil ini menekankan pentingnya tidak hanya mengembangkan kepribadian *hardiness* tetapi juga membekali individu dengan keterampilan *problem focused coping*. Keterampilan ini membantu individu menjadi lebih proaktif dalam menghadapi stres, memanfaatkan kekuatan *hardiness* mereka lebih optimal, dan meningkatkan kesejahteraan psikologis dalam situasi penuh tekanan.

C. Keterbatasan Penelitian

Peneliti memiliki beberapa keterbatasan dalam penelitian ini. Keterbatasan tersebut sebagai berikut:

1. Penelitian ini menggunakan kuisioner kepribadian *hardiness*, *problem focused coping* dan stres sehingga dimungkinkan responden kurang bersungguh-sungguh dalam mengisi kuisioner tersebut.
2. Peneliti mengalami hambatan dalam pengambilan data responden dikarenakan kesibukan masing-masing responden.
3. Peneliti harus menempuh perjalanan yang jauh dengan tipe geografi yang berbeda-beda.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian mengarah pada kesimpulan berikut:

1. Ada efek antara kepribadian *hardiness* terhadap stres sebelum pertandingan pada pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo

Pemain dengan kepribadian *hardiness* yang tinggi bisa mengatasi stres dengan lebih baik. Hal ini disebabkan oleh kemampuan mereka untuk memproses situasi stres secara positif, mengubahnya menjadi motivasi, dan mengambil tindakan yang efektif. Analisis menunjukkan bahwa kepribadian *hardiness* berkontribusi signifikan terhadap pengurangan stres, nilai *R Square* sebesar 0,397 yang memproyeksikan kepribadian *hardiness* berpengaruh sekitar 39,7% terhadap stres. Oleh karena itu, kepribadian *hardiness* berperan besar dalam menurunkan stres pada pemain sepak bola.

2. Ada efek antara kepribadian *hardiness* dan *problem focus coping* terhadap stres sebelum pertandingan pada pemain sepak bola divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo

Problem focused coping mampu memoderasi hubungan antara kepribadian *hardiness* dan stres, di mana pengaruh kepribadian *hardiness* terhadap penurunan stres meningkat dengan adanya *problem focused coping*. Hasil uji, nilai *R Square* sebesar 0,592 yang berarti kombinasi

antara kepribadian *hardiness* dan *problem focused coping* berkontribusi sebesar 59,2% dalam mengurangi stres. Kombinasi ini membuat pemain lebih tangguh dalam menghadapi tekanan sebelum pertandingan, dengan memanfaatkan kekuatan kepribadian *hardiness* mereka secara optimal. Hasil ini mempertegas pentingnya kombinasi kepribadian *hardiness* dan *problem focused coping* dalam mengurangi tingkat stres.

B. Saran

Berikut beberapa saran berdasarkan hasil penelitian ini:

1. Memberikan program pelatihan bagi atlet untuk mengembangkan aspek kepribadian *hardiness* untuk meningkatkan daya tahan mental mereka terhadap stres yang muncul sebelum pertandingan.
2. Para pemain perlu dilatih untuk menggunakan strategi *problem focused coping*, yang mencakup keterampilan pemecahan masalah, perencanaan tindakan, dan penyelesaian konflik.
3. Mengkombinasikan pelatihan kepribadian *hardiness* dan *problem focused coping* ke dalam program latihan. Dengan integrasi ini, atlet diharapkan mampu mengoptimalkan kekuatan mentalnya sehingga lebih siap menghadapi tekanan kompetitif.
4. Implementasi program pelatihan kepribadian *hardiness* dan *problem focused coping* sebaiknya dilakukan secara berkelanjutan serta diperlukan evaluasi secara berkala sehingga bisa diketahui peningkatan yang dicapai oleh setiap pemain.

DAFTAR PUSTAKA

- Abd, M. H., Muhammad, A. Y., & Ahmed, A. W. (2022). The effectiveness of an indicative training program in dealing with psychological stress among football players. *Journal Sports Culture*, 13(2), 132–143. <https://doi.org/10.25130/sc.22.2.9>
- Afiq, M., Soegiyanto, & Setyawati, H. (2020). Tingkat stres pada pemain persatuan sepak bola UNNES sebelum menghadapi pertandingan. *Journal of Sport Sciences and Fitness*, 6(1), 35–40. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jssf>
- Agustina, M. W., & Deastuti, P. W. P. (2023). *Hardiness* dan stres akademik pada mahasiswa rantau. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 7(1), 34–45. <https://doi.org/10.32492/idea.v7i1.7104>
- Agustini, & Rohman, M. A. (2024). Coping stress penderita HIV pada lelaki suka lelaki (LSL). *Journal of Scientech Research and Development*, 6(1), 65–77. <https://idm.or.id/JSCR/index.php/JSCR>
- Aljupri, S. M., & Saputra, A. (2023). Keterampilan teknik dasar passing peserta ekstrakurikuler sepakbola pada sekolah menengah pertama. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*, 12(1), 13–21. <https://doi.org/10.22437/csp.v12i1.22394>
- Apriyanto, T., Tahki, K., Dahlan, I., Setyawati, H., Komaruddin, Utomo, G. C., Widowati, A., Kanca, I. N., Mangolo, E. W., Priambodo, A., Hariadi, Jannah, M., Mutmainnah, Widohardhono, R., Sukendro, Juriana, & Lengkong, J. (2017). *Student handbook psikologi olahraga*. PT Edukasi Pratama Madani (Edu Tama).
- Arbi, D. K. A., & Ambarini, T. K. (2018). Terapi brief mindfulness-based body scan untuk menurunkan stres atlet bola basket wanita profesional. *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v3i12018.1-12>
- Bakhshalipour, V., Khodaparst, S., Toubia, N., & Rezvani, M. (2021). Can perfectionism reduce football players' stress and athletic burnout? *Journal of New Studies in Sport Management*, 2(4), 328–335. <https://doi.org/10.22103/JNSSM.2021.18056.1031>
- Candra, O., & Prasetyo, T. (2022). *Psikologi olahraga*. Eureka Media Aksara.
- Cherappurath, N., Ahmed, Md. D., Sánchez, G. F. L., Begum, S., Sreelekha, N., Elayaraja, M., Rathnayaka, A., & Kabeer, D. A. (2023). Impact of Covid-19 outbreak on stress and depression among Indian football players. *SPORT TK-Euro American Journal of Sport Sciences*, 12(2), 1–21. <https://revistas.um.es/sportk>

- Dahriyanto, L. F., & Fitriyanto, A. H. (2018). Hubungan strategi koping dan kecemasan pada pemain sepakbola. *Jurnal Psikologi Ilmiah*, 10(3), 299–307. <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/INTUISI>
- Donie, Aida, A. N., Purnomo, E., Marheni, E., & Yendrizar. (2023). Gambaran kesehatan mental seorang atlet sepakbola untuk menjadi atlet berprestasi. *Jurnal Patriot*, 5(2), 147–154. <https://doi.org/10.24036/patriot.v5i2.971>
- Duhe, E. D. P., Kadir, S., & Makadada, F. A. (2023). Kesiapan fisik atlet jelang pekan olahraga mahasiswa nasional XVII. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 5(1), 23–28.
- Gustama, D. (2024). Hubungan *hardiness* dan optimisme dengan stress akademik mahasiswa UIN Sumatera Utara Medan. *KHIDMAT: Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial*, 2(1), 28–39.
- Hamida, C. S., & Izzati, U. A. (2022). Hubungan antara kepribadian *hardiness* dengan psychological well-being pada karyawan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(5), 14–25.
- Henjilito, R., Safitri, R. E., Yani, A., Zikri, I., & Yolanda, Y. (2022). Peran psikologi dalam konsep teknik dasar bola tangan. *Communnity Development Journal*, 3(3), 2061–2065.
- Herliany, K. (2023). *Hardiness* pada mahasiswa yang berwirausaha. *Journal of Creative Student Research (JCSR)*, 1(2), 240–264.
- Ikhwani, Y. (2021). Evaluasi keterampilan dasar sepakbola pada klub PSG (Persatuan sepakbola Gayo Lues) kabupaten Gayo Lues. *Serambi Konstruktivis*, 3(2), 15–25.
- Ismail, M., Kamarudin, & Sukrawan, N. (2024). Menonton stand up comedy: Pengaruhnya terhadap penurunan stres atlet bola voli Untad. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 6(1), 16–23.
- Kinanthi, G. W., & Jannah, M. (2016). Gambaran kepribadian *hardiness* atlet paralympic atletik lari cepat. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 6(2), 91–101.
- Kuntjojo. (2016). Psikologi abnormal. *JPUD-Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 10(2).
- Luo, K., Barnicle, S., Zizzi, S., & Follmer, D. J. (2022). The moderating effect of *hardiness* on the relationship between trait anxiety and performance in collegiate baseball players. *Journal for Advancing Sport Psychology in Research*, 2(2), 4–15. <https://doi.org/10.55743/000014>

- Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2020). Model latihan dribbling sepakbola untuk pemula usia SMA. *Sport Science & Education Journal*, 1(2), 1–9. <https://ejurnal.teknokrat.ac.id/index.php/sport/issue/archive>
- Negara, F. B., Yarmani, & Nopiyanto, Y. E. (2021). Pengetahuan psikologi olahraga pada pelatih renang dengan prestasi atlet renang di Rejang Lebong. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(2), 228–239. <https://doi.org/10.33369/gymnastics>
- Nurhafizah, Putri, S., Hasri, S., & Sohiron. (2024). Manajemen stress dalam perspektif Islam. *Khazanah Pendidikan*, 18(1), 45–52. <https://doi.org/10.30595/jkp.v18i1.20673>
- Oktapiani, F. D., & Susilawati. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres kerja pada karyawan di industri manufaktur. *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 2(6), 716–719. <https://doi.org/10.59435/gjmi.v2i6.646>
- Pitaloka, L. C. T., & Mamahit, H. C. (2021). Problem-focused coping pada mahasiswa aktif fakultas pendidikan dan bahasa universitas Katolik Indonesia Atma Jaya Jakarta. *Jurnal Konseling Indonesia*, 6(2), 41–49. <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/JKI>
- Polapa, F. S., Yahya, I. M., & Riu, S. D. M. (2024). Hubungan kepribadian *hardiness* dengan burnout pada perawat gawat darurat di RSUD GMIM Pancaran Kasih Manado. *Jurnal Ilmu Kesehatan Umum*, 2(1), 98–106. <https://doi.org/10.61132/vitamin.v2i1.69>
- Pramdhan, K., Tarmizi, T. A., & Yusnial, P. (2021). Tingkat pemahaman taktik dan strategi pemain sepakbola. *Journal of Physical and Outdoor Education*, 2(1), 97–108.
- Purwati, I. (2019). Regulasi diri dan bentuk strategi coping atlet wanita yang berprofesi pegawai negeri sipil (PNS). *Psikoborneo*, 7(1), 67–75.
- Puspitasari, N. (2019). Faktor kondisi fisik terhadap resiko cedera olahraga pada permainan sepakbola. *Jurnal Fisioterapi dan Rehabilitasi (JFR)*, 3(1), 54–71.
- Putro, W. A. S., Sugiono, Istiyono, & Widiyaningsih, W. R. (2024). Literasi sport science dalam bidang olahraga pada mahasiswa pendidikan guru sekolah dasar. *Jurnal Basicedu*, 8(1), 477–483. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v8i1.7073>
- Rachma, R. A., & Widyastuti. (2024). The relationship between *problem focused coping* and subjective well-being in employees of CV. *Psikologia : Jurnal Psikologi*, 11(1), 90–102. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v11i1.1812>

- Ruzain, R. B., Abella, R. T., Ramadhani, S., & Rosyida. (2023). Effect of problem-focused coping and emotion-focused coping in reducing match-related stress among futsal athletes at SMAN 5 Pekanbaru. *International Journal of Education, Psychology and Counseling*, 8(52), 636–642. <https://doi.org/10.35631/ijepc.852048>
- Setiawan, B. G., Abidin, Z., & Sodjakusumah, T. I. (2020). Gambaran koping stres pada atlet tim nasional sepak bola Indonesia. *Jurnal Psikologi Sains dan Profesi*, 4(3), 182–188.
- Setiawan, E., Patah, I. A., Baptista, C., Winarno, M. E., Sabino, B., & Amalia, E. F. (2020). Self-efficacy dan mental toughness: Apakah faktor psikologis berkorelasi dengan performa atlet? *Jurnal Keolahragaan*, 8(2), 158–165. <https://doi.org/10.21831/jk.v8i2.33551>
- Setyawati, H., Rahayu, T., Khalid, N. H. B. M., & Sumekto, D. R. (2021). An empirical examination of elite athletes' stress factors during joining in the training center program. *Pedagogika*, 142(12), 242–260. <https://doi.org/10.15823/p.2021.142.13>
- Sidik, N. M., Kurniawan, F., & Effendi, R. (2020). Pengaruh latihan sepakbola empat gawang terhadap kemampuan passing stopping sepakbola ekstrakurikuler di SMP Islam Karawang. *Jurnal Literasi Olahraga*, 2(1), 60–67. <https://journal.unsika.ac.id/index.php/JLO>
- Sukmana, M. E., Kristiyanto, A., & Liskustyawati, H. (2020). Relationship between emotional intelligence and *hardiness* on stress resistance in athletes with disabilities in Indonesian national Paralympic committee. *International journal of health & medical sciences*, 4(1), 23–37. <https://doi.org/10.31295/ijhms.v4n1.450>
- Tangkudung, J., & Mylsidayu, A. (2017). *Mental training aspek-aspek psikologi dalam olahraga*. Cakrawala Cendekia.
- Tarigan, Y. B. R. (2022). *Hubungan hardiness dengan problem focused coping pada pedagang di pasar Berastagi selama masa pandemi*. Universitas Medan Area.
- Tillaar, R. V. D., & Hope, C. (2023). Effect of difficulty of task on throwing performance and coping strategies in team handball. *Frontiers in Sports and Active Living*, 5, 1–7. <https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1107861>
- Vikoler, T., Dániel, K., & Traut-Mattausch, E. (2024). The di-eu-stress state scale (DESS Scale): Development and validation of a scale measuring state distress and eustress. *European Journal of Psychological Assessment*, 1–20. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000829>

Zuliani, S., Huda, M., & Adah, S. (2024). Hubungan entreperneur self-efficacy dengan *hardiness* dalam kewirausahaan di masa pandemi. *Jurnal Psikologi dan Konseling West Science*, 2(1), 68–76.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN 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/1176/UN34.16/PT.01.04/2024
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Izin Penelitian

25 Juli 2024

Yth. Wakil Ketua Umum PSSI Kulon Progo
Karangsari, Pengasih, Kulon Progo, Yogyakarta.

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

Nama : Ari Kurniawan
NIM : 23060640016
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S2
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tesis
Judul Tugas Akhir : EFEK KEPERIBADIAN HARDINES DAN PROBLEM FOCUS COPING
TERHADAP STRES SEBELUM PERTANDINGAN PADA PEMAIN
SEPAK BOLA DIVISI II ASCAB PSSI KABUPATEN KULON PROGO
Waktu Penelitian : 1 Mei - 20 Agustus 2024

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 :

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

1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 2. Surat *Expert Judgment*



**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/551/UN34.16/LT/2024
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian

25 Juli 2024

Yth. **Kumala Windya R., M.Psi, Psikolog**
Dept. Psikologi FIPP UNY

Kami sampaikan dengan hormat kepada Bapak/Ibu, bahwa mahasiswa kami berikut ini:

Nama : Ari Kurniawan
NIM : 23060640016
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S2
Judul Tugas Akhir : EFEK KEPERIBADIAN HARDINES DAN PROBLEM FOCUS COPING
TERHADAP STRES SEBELUM PERTANDINGAN PADA PEMAIN
SEPAK BOLA DIVISI II ASCAB PSSI KABUPATEN KULON PROGO
Waktu Uji Instrumen : 25 Juli - 8 Agustus 2024

bermaksud melaksanakan uji instrumen untuk keperluan penulisan Tesis. Untuk itu kami mohon dengan hormat Ibu/Bapak berkenan memberikan izin dan bantuan seperlunya.
Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.



Tembusan :

1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.



**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/551/UN34.16/LT/2024
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian

25 Juli 2024

Yth. **Muhammad Hidayat, S.Psi., M.Psi., Psikolog**
Fakultas Psikologi UAD

Kami sampaikan dengan hormat kepada Bapak/Ibu, bahwa mahasiswa kami berikut ini:

Nama : Ari Kurniawan
NIM : 23060640016
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S2
Judul Tugas Akhir : EFEK KEPERIBADIAN HARDINES DAN PROBLEM FOCUS COPING
TERHADAP STRES SEBELUM PERTANDINGAN PADA PEMAIN
SEPAK BOLA DIVISI II ASCAB PSSI KABUPATEN KULON PROGO
Waktu Uji Instrumen : 25 Juli - 8 Agustus 2024

bermaksud melaksanakan uji instrumen untuk keperluan penulisan Tesis. Untuk itu kami mohon dengan hormat Ibu/Bapak berkenan memberikan izin dan bantuan seperlunya.
Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.



Dekan,
Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd.,
M.Or.

Tembusan :

1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.



**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/551/UN34.16/LT/2024
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian

25 Juli 2024

Yth. **Ixan Fajar Pranoto**
Graha sedayu sejahtera blok LL no 07 RT 71 Dusun Gunung Polo, Argorejo, Sedayu, Bantul,
Yogyakarta

Kami sampaikan dengan hormat kepada Bapak/Ibu, bahwa mahasiswa kami berikut ini:

Nama : Ari Kurniawan
NIM : 23060640016
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S2
Judul Tugas Akhir : EFEK KEPERIBADIAN HARDINES DAN PROBLEM FOCUS COPING
TERHADAP STRES SEBELUM PERTANDINGAN PADA PEMAIN
SEPAK BOLA DIVISI II ASCAB PSSI KABUPATEN KULON PROGO
Waktu Uji Instrumen : 25 Juli - 8 Agustus 2024

bermaksud melaksanakan uji instrumen untuk keperluan penulisan Tesis. Untuk itu kami mohon dengan hormat Ibu/Bapak berkenan memberikan izin dan bantuan seperlunya.
Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.



**Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd.,
M.Or.**

Tembusan :

1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.



**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/551/UN34.16/LT/2024
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian

25 Juli 2024

Yth . Nopendi
Bangunjiwo, Kasihan, Bantul, Yogyakarta.

Kami sampaikan dengan hormat kepada Bapak/Ibu, bahwa mahasiswa kami berikut ini:

Nama : Ari Kurniawan
NIM : 23060640016
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S2
Judul Tugas Akhir : EFEK KEPERIBADIAN HARDINES DAN PROBLEM FOCUS COPING
TERHADAP STRES SEBELUM PERTANDINGAN PADA PEMAIN
SEPAK BOLA DIVISI II ASCAB PSSI KABUPATEN KULON PROGO
Waktu Uji Instrumen : 25 Juli - 8 Agustus 2024

bermaksud melaksanakan uji instrumen untuk keperluan penulisan Tesis. Untuk itu kami mohon dengan hormat Ibu/Bapak berkenan memberikan izin dan bantuan seperlunya.

Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.



Tembusan :

1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 3. Surat Pernyataan Kesanggupan *Expert Judgment*

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Kumala Windya R., M.Psi, Psikolog

Instansi : Universitas Negeri Yogyakarta

Jabatan : Dosen

Dengan ini menyatakan kesanggupan menjadi *expert judgment* dalam proses penilaian instrumen penelitian pada skala kepribadian *hardiness*, skala *problem focused coping*, dan skala stres. Penilaian ini dilakukan guna menguji kelayakan instrumen yang akan digunakan dalam penelitian tesis yang berjudul Efek Kepribadian Hardiness Dan Problem Focus Coping Terhadap Stres Sebelum Pertandingan Pada Pemain Sepak Bola Divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo, yang disusun oleh saudara Ari Kumiawan, NIM 23060640016, mahasiswa Program Magister Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Negeri Yogyakarta. Demikian surat kesanggupan ini dibuat dengan sebenar-benarnya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Hormat saya,



Kumala Windya R., M.Psi, Psikolog

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Hidayat, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Instansi : Universitas Ahmad Dahlan

Jabatan : Dosen

Dengan ini menyatakan kesanggupan menjadi *expert judgment* dalam proses penilaian instrumen penelitian pada skala kepribadian *hardiness*, skala *problem focused coping*, dan skala stres. Penilaian ini dilakukan guna menguji kelayakan instrumen yang akan digunakan dalam penelitian tesis yang berjudul Efek Kepribadian Hardiness Dan Problem Focus Coping Terhadap Stres Sebelum Pertandingan Pada Pemain Sepak Bola Divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo, yang disusun oleh saudara Ari Kurniawan, NIM 23060640016, mahasiswa program magister pendidikan kepelatihan olahraga, Universitas Negeri Yogyakarta. Demikian surat kesanggupan ini dibuat dengan sebenar-benarnya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Hormat saya,



Muhammad Hidayat, S.Psi., M.Psi., Psikolog

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ixsan Fajar Pranoto, S.Pd

Instansi : PSSI

Jabatan : Instruktur Kepelatihan

Dengan ini menyatakan kesanggupan menjadi *expert judgment* dalam proses penilaian instrumen penelitian pada skala kepribadian *hardiness*, skala *problem focused coping*, dan skala stres. Penilaian ini dilakukan guna menguji kelayakan instrumen yang akan digunakan dalam penelitian tesis yang berjudul Efek Kepribadian Hardiness Dan Problem Focus Coping Terhadap Stres Sebelum Pertandingan Pada Pemain Sepak Bola Divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo, yang disusun oleh saudara Ari Kurniawan, NIM 23060640016, mahasiswa program magister pendidikan kepelatihan olahraga, Universitas Negeri Yogyakarta. Demikian surat kesanggupan ini dibuat dengan sebenar-benarnya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Hormat saya,



Ixsan Fajar Pranoto, S.Pd

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nopendi

Instansi : PS. HW Yogyakarta

Jabatan : Pelatih

Dengan ini menyatakan kesanggupan menjadi *expert judgment* dalam proses penilaian instrumen penelitian pada skala kepribadian *hardiness*, skala *problem focused coping*, dan skala stres. Penilaian ini dilakukan guna menguji kelayakan instrumen yang akan digunakan dalam penelitian tesis yang berjudul Efek Kepribadian Hardiness Dan Problem Focus Coping Terhadap Stres Sebelum Pertandingan Pada Pemain Sepak Bola Divisi II Ascab PSSI kabupaten Kulon Progo, yang disusun oleh saudara Ari Kurniawan, NIM 23060640016, mahasiswa program magister pendidikan kepelatihan olahraga, Universitas Negeri Yogyakarta. Demikian surat kesanggupan ini dibuat dengan sebenar-benarnya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Hormat saya,



Nopendi

Lampiran 4. Penilaian Aitem Skala oleh *Expert Judgment* (Uji Validitas)

1. Muhammad Hidayat, S.Psi., M.Psi, Psikolog

A. Identitas *Expert Judgment*

Nama : Muhammad Hidayat, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Universitas : Universitas Ahmad Dahlan

1. Skala Stres

Blueprint

No	Aspek	Aitem	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1.	Psikologis	3, 4, 7, 8, 11, 12	1, 2, 5, 6, 9, 10
2.	Fisiologis	15, 16, 19, 20, 23, 24	13, 14, 17, 18, 21, 22
3.	Perilaku	27, 28, 31, 32, 35, 36	25, 26, 29, 30, 33, 34

Petunjuk Penilaian

Untuk mengisi form hasil penilaian, *expert judgment* diminta untuk membuat penilaian per aitem, dengan indikator Esensial (E) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku, Berguna Tapi Tidak Esensial (BT) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku tetapi tidak begitu

penting, dan Tidak Diperlukan (TD) untuk aitem yang tidak sesuai dengan indikator perilaku. Untuk itu, mohon diberikan **tanda X** pada kolom yang sesuai dengan penilaian bapak/ibu. Mohon juga memberikan masukan kepada kami pada kolom keterangan, agar menjadi bahan perbaikan kami ke depannya. Berikut form penilaiannya:

No	Aspek	Definisi	Indikator Perilaku	Aitem		Penilaian <i>Expert Judgment</i>			Keterangan
				<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	E	BT	TD	
1.	Psikologis	Gejala yang mempengaruhi berbagai aspek kognitif pemain seperti sedih, merasa tertekan dan susah fokus.	Sedih		1. Saya merasa kesedihan tidak mempengaruhi kondisi saya sebelum bertanding	X			
					2. Sebagai pemain profesional saya bisa mengesampingkan rasa duka	X			

2.	Fisiologis	Mengakibatkan penurunan kesehatan fisik seperti timbulnya sakit kepala atau nyeri otot, masalah pencernaan dan jantung berdebar lebih kencang.	Sakit kepala atau nyeri otot						
				13. Saya merasa sakit kepala bukan menjadi hambatan untuk terpilih menjadi pemain ini pada pertandingan ini	X				
				14. Saya merasa siap bermain meski betis saya terasa kaku.	X				
				15. Saya merasa nyeri otot disekitar leher mengganggu pergerakan saya	X				Bisa diperbaiki menjadi "Saya sering mengalami nyeri otot disekitar leher ketika akan bertanding"

				mendekati pertandingan.					
				22. Saya merasa pemasan meningkatkan denyut jantung secara signifikan		X		Kurang sesuai dengan indikator	
				23. Saya merasa dada kiri saya berdegub lebih kuat saat akan melakoni partai final ini.		X		Partai final dapat diganti partai penting	
				24. Saya merasa rime jantung yang terlalu cepat membuat saya			X	Kurang relevan dengan indikator	

3.	Perilaku	Mengakibatkan perubahan dalam bertindak seperti menjadi lebih sensitif, mudah tersinggung dan melakukan perbuatan tidak bertanggung jawab.	Menjadi lebih sensitif	kesulitan untuk bernafas berlari	25. Saya bisa merasakan dukungan yang tulus dari supporter yang rela antri membeli tiket berjam-jam.				X	Tidak sesuai dengan indikator
					26. Saya menjadi lebih peka terhadap motivasi yang diberikan				X	Tidak sesuai dengan indikator
				27. Saya ketika akan menjadi lebih			X			

2. Skala Problem Focused Coping

Blueprint

No	Aspek	Aitem	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1.	<i>Confrontative</i>	1, 2, 5, 6, 9, 10	3, 4, 7, 8, 11, 12
2.	<i>Playful problem solving</i>	13, 14, 17, 18, 21, 22, 25, 26	15, 16, 19, 20, 23, 24, 27, 28

Petunjuk Penilaian

Untuk mengisi form hasil penilaian, *expert judgement* diminta untuk membuat penilaian per aitem, dengan indikator Esensial (E) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku, Berguna Tapi Tidak Esensial (BT) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku tetapi tidak begitu penting, dan Tidak Diperlukan (TD) untuk aitem yang tidak sesuai dengan indikator perilaku. Untuk itu, mohon diberikan **tanda X** pada kolom yang sesuai dengan penilaian bapak/ibu. Mohon juga memberikan masukan kepada kami pada kolom keterangan, agar menjadi bahan perbaikan kami ke depannya. Berikut form penilaiannya:

No	Aspek	Definisi	Indikator Perilaku	Aitem		Penilaian Expert Judgment			Keterangan
				Favourable	Unfavourable	E	BT	TD	
1.	<i>Confrontative</i>	Mengubah situasi melalui tindakan asertif dan berani yang dapat melibatkan pengambilan risiko. Pendekatan ini dilakukan oleh individu yang berusaha	Mengubah situasi melalui tindakan asertif dan berani	1. Saya akan berbicara dengan pelatih untuk memperjuangkan posisi saya		X			
				2. Saya menemui kapten tim untuk berdiskusi tentang apa yang harus saya lakukan di lapangan		X			
					3. Saya memutus komunikasi dengan rekan setim saya	X			

3. Skala Kepribadian Hardiness

Blueprint

No	Aspek	Aitem	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1.	Kontrol	1, 2, 5, 6	3, 4, 7, 8
2.	Komitmen	9, 10, 13, 14, 17, 18	11, 12, 15, 16, 19, 20
3.	Tantangan	21, 22, 25, 26	23, 24, 27, 28

Petunjuk Penilaian

Untuk mengisi form hasil penilaian, *expert judgement* diminta untuk membuat penilaian per aitem, dengan indikator Esensial (**E**) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku, Berguna Tapi Tidak Esensial (**BT**) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku tetapi tidak begitu penting, dan Tidak Diperlukan (**TD**) untuk aitem yang tidak sesuai dengan indikator perilaku. Untuk itu, mohon diberikan **tanda X** pada kolom yang sesuai dengan penilaian bapak/ ibu. Mohon juga memberikan masukan kepada kami pada kolom keterangan, agar menjadi bahan perbaikan kami ke depannya. Berikut form penilaiannya:

No	Aspek	Definisi	Indikator Perilaku	Aitem		Penilaian <i>Expert Judgment</i>			Keterangan
				<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	E	BT	TD	
1.	Kontrol	Keyakinan akan kemampuan individu dalam mengontrol dan memberikan dampak pada suatu kejadian yang timbul.	Kemampuan individu dalam mengontrol dan memberikan dampak pada suatu kejadian yang timbul	1.Saya mampu mengarahkan rekan-rekan saya agar nanti bermain dengan semangat		X			
				2. Saya akan berusaha mempengaruhi pelatih supaya percaya dengan saya		X			

2.	Komitmen	Keterlibatan secara aktif individu dalam segala aktivitas yang dihadapinya. Komitmen membuat individu tetap bertahan dalam keadaan yang sulit dan pantang putus asa dalam berbagai tekanan.	Keterlibatan secara aktif individu dalam segala aktivitas	9. Saya mengikuti sesi latihan taktik setiap hari		X			
				10. Saya tidak pernah absen saat manajemen tim memberikan pengarahan		X			
					11. Saya sering tidak mengikuti sesi latihan fisik	X			
					12. Saya memilih tidak hadir pada pertandingan yang sudah tidak menentukan	X			
			Individu tetap bertahan	13. Saya akan selalu bersaing		X			

3.	Tantangan	Perspektif individu terkait perubahan merupakan hal biasa, bukan hal yang membahayakan	Perubahan merupakan hal biasa, bukan hal yang membahayakan	21. Pergantian pelatih merupakan hal yang lumrah	X				
				22. Saya tidak masalah apabila sebelum pertandingan pelatih menggeser posisi bermain saya	X				
				23. Saya merasa pemain baru akan membawa dampak buruk bagi tim	X				
				24. Saya merasa perubahan taktik secara mendadak akan membuat	X				

2. Kumala Windya R, S.Psi, M.Psi, Psikolog

penting, dan Tidak Diperlukan (TD) untuk aitem yang tidak sesuai dengan indikator perilaku. Untuk itu, mohon diberikan **tanda X** pada kolom yang sesuai dengan penilaian bapak/ibu. Mohon juga memberikan masukan kepada kami pada kolom keterangan, agar menjadi bahan perbaikan kami ke depannya. Berikut form penilaiannya:

No	Aspek	Definisi	Indikator Perilaku	Aitem		Penilaian Expert Judgment			Keterangan
				Favourable	Unfavourable	E	BT	TD	
1.	Psikologis	Gejala yang mempengaruhi berbagai aspek kognitif pemain seperti sedih, merasa tertekan dan susah fokus.	Sedih		1. Saya merasa kesedihan tidak mempengaruhi kondisi saya sebelum bertanding	X			
					2. Sebagai pemain profesional saya bisa mengesampingkan rasa duka	X			
				3. Saya merasa nestapa melihat kerusuhan supporter		X			Kata nestapa perlu diganti kata lain yang

[illegible]

[illegible]

					pencernaan menjelang pertandingan			X	
					18. Saya tidak pernah mengalami gangguan perut selama ini			X	
					19. Saya tidak diibatkan pada partai tandang karena masalah diare			X	Kata 'partai' lebih baik diganti dengan kata pertandingan
					20. Sebelum pertandingan biasanya saya buang air besar lebih dari lima kali			X	
					Jantung berdebar lebih kencang			X	
					21. Saya merasa jantung berdetak lebih cepat sehingga dapat			X	

[illegible]

2. Skala Problem Focused Coping

Blueprint

No	Aspek	Aitem	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1.	<i>Confrontative</i>	1, 2, 5, 6, 9, 10	3, 4, 7, 8, 11, 12
2.	<i>Planful problem solving</i>	13, 14, 17, 18, 21, 22, 25, 26	15, 16, 19, 20, 23, 24, 27, 28

Petunjuk Penilaian

Untuk mengisi form hasil penilaian, *expert judgement* diminta untuk membuat penilaian per aitem, dengan indikator Esensial (**E**) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku, Berguna Tapi Tidak Esensial (**BT**) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku tetapi tidak begitu penting, dan Tidak Diperlukan (**TD**) untuk aitem yang tidak sesuai dengan indikator perilaku. Untuk itu, mohon diberikan **tanda X** pada kolom yang sesuai dengan penilaian bapak/ibu. Mohon juga memberikan masukan kepada kami pada kolom keterangan, agar menjadi bahan perbaikan kami ke depannya. Berikut form penilaiannya:

No	Aspek	Definisi	Indikator Perilaku	Aitem		Penilaian Expert Judgment			Keterangan
				<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	E	BT	TD	
p1.	<i>Confrontative</i>	Mengubah situasi melalui tindakan asertif dan berani yang dapat melibatkan pengambilan risiko. Pendekatan ini dilakukan oleh individu yang berusaha mempertahankan keinginan	Mengubah situasi melalui tindakan asertif dan berani	1. Saya akan berbicara dengan pelatih untuk memperjuangkan posisi saya		X			
				2. Saya menemui kapten tim untuk berdiskusi tentang apa yang harus saya lakukan di lapangan		X			
					3. Saya memutuskan komunikasi dengan rekan setim saya	X			
					4. Saya menghindari bertemu dengan para penggemar	X			

2.	<i>Planful problem solving</i>	Cara berpikir yang terfokus pada perencanaan tindakan dengan mengubah dan memecahkan situasi secara hati-hati. Saat menghadapi tekanan, individu akan memahami berbagai tindakan yang mungkin dilakukan. Mereka mengandaka	Terfokus pada perencanaan tindakan	13. Saya siap melakukan tugas yang diberikan oleh pelatih					
				14. Saya akan melakukan pergerakan sesuai arahan dari tim analisis pertandingan.					
					15. Saya akan melakukan apa yang saya kehendaki ketika nanti masuk ke lapangan				
					16. Saya biasanya melakukan tindakan di luar taktik yang telah disepakati tim				

3. Skala Kepribadian Hardiness

Blueprint

No	Aspek	Aitem	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1.	Kontrol	1, 2, 5, 6	3, 4, 7, 8
2.	Komitmen	9, 10, 13, 14, 17, 18	11, 12, 15, 16, 19, 20
3.	Tantangan	21, 22, 25, 26	23, 24, 27, 28

Petunjuk Penilaian

Untuk mengisi form hasil penilaian, *expert judgement* diminta untuk membuat penilaian per aitem, dengan indikator Esensial (**E**) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku, Berguna Tapi Tidak Esensial (**BT**) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku tetapi tidak begitu penting, dan Tidak Diperlukan (**TD**) untuk aitem yang tidak sesuai dengan indikator perilaku. Untuk itu, mohon diberikan **tanda X** pada kolom yang sesuai dengan penilaian bapak/ibu. Mohon juga memberikan masukan kepada kami pada kolom keterangan, agar menjadi bahan perbaikan kami ke depannya. Berikut form penilaiannya:

No	Aspek	Definisi	Indikator Perilaku	Aitem		Penilaian Expert Judgment			Keterangan
				Favourable	Unfavourable	E	BT	TD	
1.	Kontrol	Keyakinan akan kemampuan individu dalam mengontrol dan memberikan dampak pada suatu kejadian yang timbul. Individu dapat mengubah momen sulit menjadi	Kemampuan individu dalam mengontrol dan memberikan dampak pada suatu kejadian yang timbul	1.Saya mampu mengarahkan rekan-rekan saya agar nanti bermain dengan semangat		X			
				2. Saya akan berusaha mempengaruhi pelatih supaya percaya dengan saya		X			
					3. Saya terpancing emosi sehingga melakukan penganiayaan kepada penonton lawan	X			

[illegible]

[illegible]

Individu tetap
bertahan
dalam
keadaan yang
sulit

13. Saya akan selalu bersaing dengan pemain baru untuk mendapatkan kepercayaan pelatih

14. Saya akan berusaha memperbaiki penampilan saya setelah tampil mengecewakan

15. Saya tidak ingin bermain pada pertandingan ini karena kemarin

X

X

X

3.	Tantangan	Perspektif individu terkait perubahan merupakan hal biasa, bukan hal yang membahayakan	Perubahan merupakan hal biasa, hal bukan yang membahayakan	21. Pergantian pelatih merupakan hal yang lumrah				
				22. Saya tidak masalah apabila sebelum pertandingan pelatih menggeser posisi bermain saya				
				23. Saya merasa pemain baru akan membawa dampak buruk bagi tim				
				24. Saya merasa perubahan taktik secara mendadak akan membuat kacau tim saat bermain				

ada
semenjak pemain baru

3. Ixsan Fajar Pranoto

A. Identitas *Expert Judgement*

Nama : Ixsan Fajar Pranoto, S.Pd

Jabatan : Instruktur Pelatih Sepak Bola PSSI

1. Skala Stres

Blueprint

No	Aspek	Aitem	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1.	Psikologis	3, 4, 7, 8, 11, 12	1, 2, 5, 6, 9, 10
2.	Fisiologis	15, 16, 19, 20, 23, 24	13, 14, 17, 18, 21, 22
3.	Perilaku	27, 28, 31, 32, 35, 36	25, 26, 29, 30, 33, 34

Petunjuk Penilaian

Untuk mengisi form hasil penilaian, *expert judgement* diminta untuk membuat penilaian per aitem, dengan indikator Esensial (E) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku, Berguna Tapi Tidak Esensial (BT) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku tetapi tidak begitu

penting, dan Tidak Diperlukan (TD) untuk aitem yang tidak sesuai dengan indikator perilaku. Untuk itu, mohon diberikan **tanda X** pada kolom yang sesuai dengan penilaian bapak/ibu. Mohon juga memberikan masukan kepada kami pada kolom keterangan, agar menjadi bahan perbaikan kami ke depannya. Berikut form penilaiannya:

No	Aspek	Definisi	Indikator Perilaku	Aitem		Penilaian <i>Expert Judgment</i>			Keterangan
				<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	E	BT	TD	
1.	Psikologis	Gejala yang mempengaruhi berbagai aspek kognitif pemain seperti sedih, merasa tertekan dan susah fokus.	Sedih		1. Saya merasa kesedihan tidak mempengaruhi kondisi saya sebelum bertanding	X			
					2. Sebagai pemain profesional saya bisa mengesampingkan rasa duka	X			

[illegible]

saya agar dia tidak bisa bermain

2. Skala *Problem Focused Coping*

Blueprint

No	Aspek	Aitem	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1.	<i>Confrontative</i>	1, 2, 5, 6, 9, 10	3, 4, 7, 8, 11, 12
2.	<i>Planful problem solving</i>	13, 14, 17, 18, 21, 22, 25, 26	15, 16, 19, 20, 23, 24, 27, 28

Petunjuk Penilaian

Untuk mengisi form hasil penilaian, *expert judgement* diminta untuk membuat penilaian per aitem, dengan indikator Esensial (E) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku, Berguna Tapi Tidak Esensial (BT) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku tetapi tidak begitu penting, dan Tidak Diperlukan (TD) untuk aitem yang tidak sesuai dengan indikator perilaku. Untuk itu, mohon diberikan **tanda X** pada kolom yang sesuai dengan penilaian bapak/ibu. Mohon juga memberikan masukan kepada kami pada kolom keterangan, agar menjadi bahan perbaikan kami ke depannya. Berikut form penilaiannya:

No	Aspek	Definisi	Indikator Perilaku	Altem		Penilaian Expert Judgment			Keterangan
				Favourable	Unfavourable	E	BT	TD	
1.	<i>Confrontative</i>	Mengubah situasi melalui tindakan asertif dan berani yang dapat melibatkan pengambilan risiko. Pendekatan ini dilakukan oleh individu yang berusaha	Mengubah situasi melalui tindakan asertif dan berani	1. Saya akan berbicara dengan pelatih untuk memperjuangkan posisi saya		X			
				2. Saya menemui kapten tim untuk berdiskusi tentang apa yang harus saya lakukan di lapangan		X			
					3. Saya memutus komunikasi dengan rekan setim saya	X			

3. Skala Kepribadian Hardiness

Blueprint

No	Aspek	Aitem	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1.	Kontrol	1, 2, 5, 6	3, 4, 7, 8
2.	Komitmen	9, 10, 13, 14, 17, 18	11, 12, 15, 16, 19, 20
3.	Tantangan	21, 22, 25, 26	23, 24, 27, 28

Petunjuk Penilaian

Untuk mengisi form hasil penilaian, *expert judgement* diminta untuk membuat penilaian per aitem, dengan indikator Esensial (E) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku, Berguna Tapi Tidak Esensial (BT) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku tetapi tidak begitu penting, dan Tidak Diperlukan (TD) untuk aitem yang tidak sesuai dengan indikator perilaku. Untuk itu, mohon diberikan **tanda X** pada kolom yang sesuai dengan penilaian bapak/ibu. Mohon juga memberikan masukan kepada kami pada kolom keterangan, agar menjadi bahan perbaikan kami ke depannya. Berikut form penilaiannya:

No	Aspek	Definisi	Indikator Perilaku	Aitem		Penilaian Expert Judgment			Keterangan
				<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	E	BT	TD	
1.	Kontrol	Keyakinan akan kemampuan individu dalam mengontrol dan memberikan dampak pada suatu kejadian yang timbul.	Kemampuan individu dalam mengontrol dan memberikan dampak pada suatu kejadian yang timbul	1.Saya mampu mengarahkan rekan-rekan saya agar nanti bermain dengan semangat		X			
				2. Saya akan berusaha mempengaruhi pelatih supaya percaya dengan saya		X			

2.	Komitmen	Keterlibatan secara aktif individu dalam segala aktivitas yang dihadapinya. Komitmen membuat individu tetap bertahan dalam keadaan yang sulit dan pantang putus asa dalam berbagai tekanan.	Keterlibatan secara aktif individu dalam segala aktivitas	9. Saya mengikuti sesi latihan taktik setiap hari	X			
				10. Saya tidak pernah absen saat manajemen tim memberikan pengarahan	X			
					11. Saya sering tidak mengikuti sesi latihan fisik	X		
					12. Saya memilih tidak hadir pada pertandingan yang sudah tidak menentukan	X		
			Individu tetap bertahan	13. Saya akan selalu bersaing	X			

3.	Tantangan	Perspektif individu terkait perubahan merupakan hal biasa, bukan hal yang membahayakan	Perubahan merupakan hal biasa, bukan hal yang membahayakan	21. Pergantian pelatih merupakan hal yang lumrah	X			
				22. Saya tidak masalah apabila sebelum pertandingan pelatih menggeser posisi bermain saya	X			
				23. Saya merasa pemain baru akan membawa dampak buruk bagi tim	X			
				24. Saya merasa perubahan taktik secara mendadak akan membuat	X			

A. Identitas Expert Judgement

Nama : Nopendi

Jabatan : Pelatih HW UMY (Liga 3)

1. Skala Stres**Blueprint**

No	Aspek	Aitem	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1.	Psikologis	3, 4, 7, 8, 11, 12	1, 2, 5, 6, 9, 10
2.	Fisiologis	15, 16, 19, 20, 23, 24	13, 14, 17, 18, 21, 22
3.	Perilaku	27, 28, 31, 32, 35, 36	25, 26, 29, 30, 33, 34

Petunjuk Penilaian

Untuk mengisi form hasil penilaian, *expert judgement* diminta untuk membuat penilaian per aitem, dengan indikator Esensial (E) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku, Berguna Tapi Tidak Esensial (BT) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku tetapi tidak begitu

penting, dan Tidak Diperlukan (TD) untuk aitem yang tidak sesuai dengan indikator perilaku. Untuk itu, mohon diberikan **tanda X** pada kolom yang sesuai dengan penilaian bapak/ibu. Mohon juga memberikan masukan kepada kami pada kolom keterangan, agar menjadi bahan perbaikan kami ke depannya. Berikut form penilaiannya:

No	Aspek	Definisi	Indikator Perilaku	Aitem		Penilaian <i>Expert Judgment</i>			Keterangan
				<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	E	BT	TD	
1.	Psikologis	Gejala yang mempengaruhi berbagai aspek kognitif pemain seperti sedih, merasa tertekan dan susah fokus.	Sedih		1. Saya merasa kesedihan tidak mempengaruhi kondisi saya sebelum bertanding	X			
					2. Sebagai pemain profesional saya bisa mengesampingkan rasa duka	X			

saya agar dia tidak bisa bermain

2. Skala Problem Focused Coping

Blueprint

No	Aspek	Aitem	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1.	<i>Confrontative</i>	1, 2, 5, 6, 9, 10	3, 4, 7, 8, 11, 12
2.	<i>Planful problem solving</i>	13, 14, 17, 18, 21, 22, 25, 26	15, 16, 19, 20, 23, 24, 27, 28

Petunjuk Penilaian

Untuk mengisi form hasil penilaian, *expert judgement* diminta untuk membuat penilaian per aitem, dengan indikator Esensial (E) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku, Berguna Tapi Tidak Esensial (BT) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku tetapi tidak begitu penting, dan Tidak Diperlukan (TD) untuk aitem yang tidak sesuai dengan indikator perilaku. Untuk itu, mohon diberikan **tanda X** pada kolom yang sesuai dengan penilaian bapak/ibu. Mohon juga memberikan masukan kepada kami pada kolom keterangan, agar menjadi bahan perbaikan kami ke depannya. Berikut form penilaiannya:

No	Aspek	Definisi	Indikator Perilaku	Aitem		Penilaian <i>Expert Judgment</i>			Keterangan
				<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	E	BT	TD	
1.	<i>Confrontative</i>	Mengubah situasi melalui tindakan asertif dan berani yang dapat melibatkan pengambilan risiko. Pendekatan ini dilakukan oleh individu yang berusaha	Mengubah situasi melalui tindakan asertif dan berani	1. Saya akan berbicara dengan pelatih untuk memperjuangkan posisi saya		X			
				2. Saya menemui kapten tim untuk berdiskusi tentang apa yang harus saya lakukan di lapangan		X			
					3. Saya menutus komunikasi dengan rekan setim saya	X			

3. Skala Kepribadian Hardiness

Blueprint

No	Aspek	Aitem	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1.	Kontrol	1, 2, 5, 6	3, 4, 7, 8
2.	Komitmen	9, 10, 13, 14, 17, 18	11, 12, 15, 16, 19, 20
3.	Tantangan	21, 22, 25, 26	23, 24, 27, 28

Petunjuk Penilaian

Untuk mengisi form hasil penilaian, *expert judgement* diminta untuk membuat penilaian per aitem, dengan indikator Esensial (E) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku, Berguna Tapi Tidak Esensial (BT) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku tetapi tidak begitu penting, dan Tidak Diperlukan (TD) untuk aitem yang tidak sesuai dengan indikator perilaku. Untuk itu, mohon diberikan **tanda X** pada kolom yang sesuai dengan penilaian bapak/ibu. Mohon juga memberikan masukan kepada kami pada kolom keterangan, agar menjadi bahan perbaikan kami ke depannya. Berikut form penilaiannya:

No	Aspek	Definisi	Indikator Perilaku	Aitem		Penilaian Expert Judgment			Keterangan
				<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	E	BT	TD	
1.	Kontrol	Keyakinan akan kemampuan individu dalam mengontrol dan memberikan dampak pada suatu kejadian yang timbul.	Kemampuan individu dalam mengontrol dan memberikan dampak pada suatu kejadian yang timbul	1.Saya mampu mengarahkan rekan-rekan saya agar nanti bermain dengan semangat		X			
				2. Saya akan berusaha mempengaruhi pelatih supaya percaya dengan saya		X			

2.	Komitmen	Keterlibatan secara aktif individu dalam segala aktivitas yang dihadapinya. Komitmen membuat individu tetap bertahan dalam keadaan yang sulit dan pantang putus asa dalam berbagai tekanan.	Keterlibatan secara aktif individu dalam segala aktivitas	9. Saya mengikuti sesi latihan taktik setiap hari		X			
				10. Saya tidak pernah absen saat manajemen tim memberikan pengarahan		X			
					11. Saya sering tidak mengikuti sesi latihan fisik	X			
					12. Saya memilih tidak hadir pada pertandingan yang sudah tidak menentukan	X			
			Individu tetap bertahan	13. Saya akan selalu bersaing		X			

3.	Tantangan	Perspektif individu terkait perubahan merupakan hal biasa, bukan hal yang membahayakan dan menjadi peluang untuk meningkatkan diri.	Perubahan merupakan hal biasa, bukan hal yang membahayakan	21. Pergantian pelatih merupakan hal yang lumrah		X			
				22. Saya tidak masalah apabila sebelum pertandingan pelatih menggeser posisi bermain saya		X			
				23. Saya merasa pemain baru akan membawa dampak buruk bagi tim		X			
				24. Saya merasa perubahan taktik secara mendadak akan membuat		X			

Lampiran 5. Skoring Uji Validitas

1. HARDINES

A. Identitas Expert Judgement

No	Nama	Instansi
1	Kumala Windya R., S.Psi., M.Psi, Psikolog	UNY
2	Muhammad Hidayat, S.Psi., M.Psi., Psikolog	UAD
3	Ixsan Fajar Pranoto, S.Pd	PSSI
4	Nopendi	HW Kota

1. Skala Kepribadian Hardiness

Blueprint

No	Aspek	Aitem	
		Favourable	Unfavourable
1.	Kontrol	1, 2, 5, 6	3, 4, 7, 8
2.	Komitmen	9, 10, 13, 14, 17, 18	11, 12, 15, 16, 19, 20
3.	Tantangan	21, 22, 25, 26	23, 24, 27, 28

Petunjuk Penilaian

Untuk mengisi form hasil penilaian, *expert judgement* diminta untuk membuat penilaian per aitem, dengan indikator Esensial (E) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku, Berguna Tapi Tidak Esensial (BT) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku tetapi tidak begitu penting, dan Tidak Diperlukan (TD) untuk aitem yang tidak sesuai dengan indikator perilaku. Untuk itu, mohon diberikan **tanda X** pada kolom yang sesuai dengan penilaian bapak/ ibu. Mohon juga memberikan masukan kepada kami pada kolom keterangan, agar menjadi bahan perbaikan kami ke depannya. Berikut form penilaiannya:

No	Aspek	Definisi	Indikator Perilaku	Aitem		Penilaian Expert Judgment			
				Favourable	Unfavourable	1	2	3	4
1.	Kontrol	Keyakinan akan kemampuan individu dalam	Kemampuan individu dalam mengontrol dan	1.Saya mampu mengarahkan rekan-rekan saya agar nanti bermain dengan semangat		E	E	E	E

			kesalahan yang merugikan tim	E	E	E	E
			16. Saya tidak ingin datang ke stadion setelah saya mendapatkan teror	E	E	E	E
	Pantang putus asa dalam berbagai tekanan	17. Saya pantang menyerah mendapatkan simpati suporter		E	E	E	E
		18. Saya merasa tidak akan pernah mundur sebelum saya berhasil meraih prestasi		E	E	E	E
			19. Saya sering merasa kalah sebelum bertanding	E	E	E	E

					20. Saya merasa pesimis dengan kualitas tim ini	E	E	E	E
3.	Tantangan	Perspektif individu terkait perubahan merupakan hal biasa, bukan hal yang membahayakan	Perubahan merupakan hal biasa, bukan hal yang membahayakan	21. Pergantian pelatih merupakan hal yang lumrah		E	E	E	E
				22. Saya tidak masalah apabila sebelum pertandingan pelatih menggeser posisi bermain saya		E	E	E	E
					23. Saya merasa pemain baru akan membawa dampak buruk bagi tim	E	E	E	E

				24. Saya merasa perubahan taktik secara mendadak akan membuat kacau tim saat bermain	E	E	E	E
				25. Saya merasa dengan adanya pemain baru dapat membantu meningkatkan kemampuan saya	E	E	E	E
	Peluang untuk meningkatkan diri			26. Saya merasa dengan makan bersama dapat memupuk solidaritas antar anggota tim	E	E	E	E
				27. Saya merasa terhambat	E	E	E	E

					kemampuan saya apabila harus bermain dengan pemain senior				
					28. Saya merasa jumlah gol saya turun drastis ada semenjak ada pemain baru	E	E	E	E

B. Rekap Perhitungan Validitas

3. Skala Kepribadian *Hardiness*

No	Aspek	Indikator Perilaku	Nomor Aitem	CVR
1.	Kontrol	Kemampuan individu dalam mengontrol dan memberikan dampak pada suatu kejadian yang timbul	1	1
			2	1
			3	1

			4	1
		Individu dapat mengubah momen sulit menjadi sebuah kesempatan yang menguntungkan	5	0,5
			6	1
			7	1
			8	1
			9	1
2.	Komitmen	Keterlibatan secara aktif individu dalam segala aktivitas	10	1
			11	1
			12	1
			13	1
			14	1
		Individu tetap bertahan dalam keadaan yang sulit	15	1

3.				16	1
		Pantang putus asa dalam berbagai tekanan		17	1
				18	1
				19	1
				20	1
	Tantangan	Perubahan merupakan hal biasa, bukan hal yang membahayakan		21	1
				22	1
				23	1
				24	1
				25	1
		Peluang untuk meningkatkan diri		26	1
				27	1

		28	1
--	--	----	---

Hasil perhitungan CVR:

1. Apabila satu diantara empat orang *expert judgment* memberikan penilaian E, maka perhitungan CVR sebagai berikut:

$$\frac{2ne}{n} - 1 = \frac{2 \times 1}{4} - 1 = \frac{2}{4} - 1 = -0,5$$

2. Apabila dua diantara empat orang *expert judgment* memberikan penilaian E, maka perhitungan CVR sebagai berikut:

$$\frac{2ne}{n} - 1 = \frac{2 \times 2}{4} - 1 = \frac{4}{4} - 1 = 0$$

3. Apabila tiga diantara empat orang *expert judgment* memberikan penilaian E, maka perhitungan CVR sebagai berikut:

$$\frac{2ne}{n} - 1 = \frac{2 \times 3}{4} - 1 = \frac{6}{4} - 1 = 0,5$$

4. Apabila empat orang *expert judgment* memberikan penilaian E, maka perhitungan CVR sebagai berikut:

$$\frac{2ne}{n} - 1 = \frac{2 \times 4}{4} - 1 = \frac{8}{4} - 1 = 1$$

5. Apabila empat orang *expert judgment* tidak ada yang memberikan penilaian E, maka perhitungan CVR sebagai berikut:

$$\frac{2ne}{n} - 1 = \frac{2 \times 0}{4} - 1 = 0 - 1 = -1$$

$$\text{Hasil perhitungan CVI: } \frac{\sum CVR}{K} = \frac{27,5}{28} = 0,98$$

C. Hasil Uji Validitas

3. Skala Kepribadian *Hardiness*

Skala stres terdiri dari 28 aitem terdapat 27 aitem memenuhi kriteria dan 1 aitem tidak memenuhi kriteria. Adapun 27 aitem yang memenuhi kriteria sebagai berikut: 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28. Aitem yang memenuhi kriteria pada data di atas mendapatkan penilaian E dari tiga atau empat *expert judgment*. Sedangkan, 1 aitem tidak memenuhi kriteria adalah 5. Aitem yang tidak memenuhi kriteria pada data di atas mendapatkan penilaian E dari satu atau dua *expert judgment* atau bahkan tidak mendapatkan penilaian E dari keempat *expert judgment*.

Blueprint Skala Kepribadian Hardiness

No	Aspek	Aitem	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1.	Kontrol	1, 2, 5	3, 4, 6, 7
2.	Komitmen	8, 9, 12, 13, 16, 17	10, 11, 14, 15, 18, 19
3.	Tantangan	20, 21, 24, 25	22, 23, 26, 27

2. PROBLEM FOCUS COPING

A. Identitas Expert Judgement

No	Nama	Instansi
1	Kumala Windya R., S.Psi., M.Psi, Psikolog	UNY
2	Muhammad Hidayat, S.Psi., M.Psi., Psikolog	UAD
3	Ixsan Fajar Pranoto, S.Pd	PSSI
4	Nopendi	HW Kota

1. Skala Problem Focused Coping

Blueprint

No	Aspek	Aitem	
		Favourable	Unfavourable
1.	Confrontative	1, 2, 5, 6, 9, 10	3, 4, 7, 8, 11, 12
2.	Planful problem solving	13, 14, 17, 18, 21, 22, 25, 26	15, 16, 19, 20, 23, 24, 27, 28

Petunjuk Penilaian

Untuk mengisi form hasil penilaian, *expert judgement* diminta untuk membuat penilaian per aitem, dengan indikator Esensial (E) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku, Berguna Tapi Tidak Esensial (BT) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku tetapi tidak begitu penting, dan Tidak Diperlukan (TD) untuk aitem yang tidak sesuai dengan indikator perilaku. Untuk itu, mohon diberikan **tanda X** pada kolom yang sesuai dengan penilaian bapak/ibu. Mohon juga memberikan masukan kepada kami pada kolom keterangan, agar menjadi bahan perbaikan kami ke depannya. Berikut form penilaiannya:

No	Aspek	Definisi	Indikator Perilaku	Aitem		Penilaian Expert Judgment			
				Favourable	Unfavourable	1	2	3	4
1.	Confrontative	Mengubah situasi melalui tindakan asertif dan	Mengubah situasi melalui tindakan	1. Saya akan berbicara dengan pelatih untuk memperjuangkan posisi saya		E	E	E	E

		berani yang dapat melibatkan pengambilan risiko. Pendekatan ini dilakukan oleh individu yang berusaha mempertahankan keinginan atau tujuan mereka.	asertif dan berani	2. Saya menemui kapten tim untuk berdiskusi tentang apa yang harus saya lakukan di lapangan		E	E	E	E
					3. Saya memutuskan komunikasi dengan rekan setim saya	E	E	E	E
					4. Saya menghindari bertemu dengan para penggemar	E	E	E	E
			Melibatkan pengambilan risiko	5. Saya siap dipangkas honornya apabila tidak berkontribusi		E	E	E	E

berbagai tindakan yang mungkin dilakukan. Mereka menggandakan upaya untuk mengatasi masalah yang dihadapi.	Mengubah dan memecahkan situasi secara hati-hati			nanti masuk ke lapangan	E	E	E	E	E
		17. Saya menganalisa pertandingan secara cermat		16. Saya biasanya melakukan tindakan di luar taktik yang telah disepakati tim	E	BT	TD	TD	E
		18. Saya dengan teliti membantu tim menemukan solusi ketika di ruang ganti			E	E	E	E	E
				19. Saya mencoba menyelesaikan	E	E	E	E	E

							permainannya hanya biasa saja.				
--	--	--	--	--	--	--	-----------------------------------	--	--	--	--

B. Rekap Perhitungan Validitas

1. Skala Problem Focused Coping

No	Aspek	Indikator Perilaku	Nomor Aitem	CVR
1.	<i>Confrontative</i>	Mengubah situasi melalui tindakan asertif dan berani	1	1
			2	1
			3	1
			4	1

2.	Planful problem solving	Melibatkan pengambilan risiko	5	1
			6	1
			7	1
			8	-0,5
		Berusaha mempertahankan keinginan atau tujuan mereka.	9	1
			10	-0,5
			11	1
			12	1
		Terfokus pada perencanaan tindakan	13	1
			14	1
			15	-0,5

		16	1
Mengubah dan memecahkan situasi secara hati-hati		17	-0,5
		18	1
		19	1
		20	1
		21	1
Saat menghadapi tekanan, individu akan memahami berbagai tindakan yang mungkin dilakukan		22	1
		23	1
		24	1
		25	1
Menggandakan upaya untuk mengatasi masalah yang dihadapi		26	1
		27	1

		28	1
--	--	----	---

Hasil perhitungan CVR:

1. Apabila satu diantara empat orang *expert judgment* memberikan penilaian E, maka perhitungan CVR sebagai berikut:

$$\frac{2ne}{n} - 1 = \frac{2 \times 1}{4} - 1 = -0,5$$

2. Apabila dua diantara empat orang *expert judgment* memberikan penilaian E, maka perhitungan CVR sebagai berikut:

$$\frac{2ne}{n} - 1 = \frac{2 \times 2}{4} - 1 = 0$$

3. Apabila tiga diantara empat orang *expert judgment* memberikan penilaian E, maka perhitungan CVR sebagai berikut:

$$\frac{2ne}{n} - 1 = \frac{2 \times 3}{4} - 1 = 0,5$$

4. Apabila empat orang *expert judgment* memberikan penilaian E, maka perhitungan CVR sebagai berikut:

$$\frac{2ne}{n} - 1 = \frac{2 \times 4}{4} - 1 = 1$$

5. Apabila empat orang *expert judgment* tidak ada yang memberikan penilaian E, maka perhitungan CVR sebagai berikut:

$$\frac{2ne}{n} - 1 = \frac{2 \times 0}{4} - 1 = -1$$

$$\text{Hasil perhitungan CVI: } \frac{\sum CVR}{K} = \frac{22}{28} = 0,79$$

C. Hasil Uji Validitas

1. Skala *Problem Focused Coping*

Skala stres terdiri dari 28 aitem terdapat 24 aitem memenuhi kriteria dan 4 aitem tidak memenuhi kriteria. Adapun 24 aitem yang memenuhi kriteria sebagai berikut: 1, 2, 3, 5, 4, 6, 7, 9, 11, 12, 13, 14, 16, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28. Aitem yang memenuhi kriteria pada data di atas mendapatkan penilaian E dari tiga atau empat *expert judgment*. Sedangkan, 4 aitem tidak memenuhi kriteria sebagai berikut: 8, 10, 15, 17. Aitem yang tidak memenuhi kriteria pada data di atas mendapatkan penilaian E dari satu atau dua *expert judgment* atau bahkan tidak mendapatkan penilaian E dari keempat *expert judgment*.

Blueprint Skala *Problem Focused Coping*

No	Aspek	Aitem	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1.	<i>Confrontative</i>	1, 2, 5, 6, 8	3, 4, 7, 9, 10
2.	<i>Planful problem solving</i>	11, 12, 14, 17, 18, 21, 22	13, 15, 16, 19, 20, 23, 24

3. STRES

A. Identitas Expert Judgement

No	Nama	Instansi
1	Kumala Windya R., S.Psi., M.Psi, Psikolog	UNY
2	Muhammad Hidayat, S.Psi., M.Psi., Psikolog	UAD
3	Ixsan Fajar Pranoto, S.Pd	PSSI
4	Nopendi	HW Kota

1. Skala Stres

Blueprint

No	Aspek	Aitem	
		Favourable	Unfavourable
1.	Psikologis	3, 4, 7, 8, 11, 12	1, 2, 5, 6, 9, 10
2.	Fisiologis	15, 16, 19, 20, 23, 24	13, 14, 17, 18, 21, 22
3.	Perilaku	27, 28, 31, 32, 35, 36	25, 26, 29, 30, 33, 34

Petunjuk Penilaian

Untuk mengisi form hasil penilaian, *expert judgement* diminta untuk membuat penilaian per aitem, dengan indikator Esensial (E) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku, Berguna Tapi Tidak Esensial (BT) untuk aitem yang sesuai dengan indikator perilaku tetapi tidak begitu penting, dan Tidak Diperlukan (TD) untuk aitem yang tidak sesuai dengan indikator perilaku. Untuk itu, mohon diberikan **tanda X** pada kolom yang sesuai dengan penilaian bapak/ ibu. Mohon juga memberikan masukan kepada kami pada kolom keterangan, agar menjadi bahan perbaikan kami ke depannya. Berikut form penilaiannya:

No	Aspek	Definisi	Indikator Perilaku	Aitem		Penilaian Expert Judgment			
				Favourable	Unfavourable	1	2	3	4
1.	Psikologis	Gejala yang mempengaruhi berbagai aspek kognitif pemain seperti sedih, merasa	Sedih		1. Saya merasa kesedihan tidak mempengaruhi kondisi saya sebelum bertanding	E	E	E	E
					2. Sebagai pemain profesional saya bisa	E	E	E	E

tertekan dan susah fokus.			mengesampingkan rasa duka	E	E	E
		3. Saya merasa sedih melihat kerusuhan suporter ketika melakukan pemanasan	E	E	E	E
		4. Saya merasa putus asa sebelum menjalani laga	E	E	E	E
	Merasa tertekan		5. Saya merasa menjadi lebih kuat setelah sering mendapatkan tekanan selama ini	E	E	E
			6. Saya selalu berhasil keluar dari tekanan yang saya	E	E	E

[illegible]

2.	Fisiologis	Mengakibatkan penurunan kesehatan fisik seperti timbulnya sakit kepala atau nyeri otot, masalah pencernaan dan jantung berdebar lebih kencang.	Sakit kepala atau nyeri otot		13. Saya merasa sakit kepala bukan menjadi hambatan untuk terpilih menjadi pemain inti pada pertandingan ini	E	E	TD	TD
					14. Saya merasa siap bermain meski betis saya terasa kaku.	E	E	TD	TD
				15. Saya sering mengalami nyeri otot disekitar leher ketika akan bertanding		E	E	E	E
				16. Saya merasakan ketegangan otot		E	E	E	E

		32. Saya ingin berkelahi dengan orang yang merendahkan tim saya			E	E	E	E
	Melakukan perbuatan tidak bertanggung jawab.		33. Saya tidak minum alkohol agar tubuh saya selalu bugar		E	E	E	E
			34. Saya selalu istirahat dengan cukup setiap hari		E	E	E	E
		35. Ketika saya kesal saya sering melakukan pelanggaran ke pemain lawan sebagai bentuk pelampiasan			E	E	E	E

				6	1
				7	1
				8	1
	Susah fokus			9	0
				10	1
				11	1
				12	1
	Sakit kepala atau nyeri otot			13	0
				14	0
				15	1
				16	1
2.	Fisiologis				

		Masalah pencernaan	17	0
			18	1
			19	0
			20	1
		Jantung berdebar lebih kencang	21	0
			22	0
			23	1
			24	0
3.	Perilaku	Menjadi lebih sensitif	25	0
			26	0
			27	1
			28	1

		Mudah tersinggung	29	1
			30	1
			31	1
			32	1
		Melakukan perbuatan tidak bertanggung jawab.	33	1
			34	1
			35	1
			36	1

Hasil perhitungan CVR:

1. Apabila satu diantara empat orang *expert judgment* memberikan penilaian E, maka perhitungan CVR sebagai berikut:

$$\frac{2ne}{n} - 1 = \frac{2 \times 1}{4} - 1 = \frac{2}{4} - 1 = -0,5$$

2. Apabila dua diantara empat orang *expert judgment* memberikan penilaian E, maka perhitungan CVR sebagai berikut:

$$\frac{2ne}{n} - 1 = \frac{2 \times 2}{4} - 1 = \frac{4}{4} - 1 = 0$$

3. Apabila tiga diantara empat orang *expert judgment* memberikan penilaian E, maka perhitungan CVR sebagai berikut:

$$\frac{2ne}{n} - 1 = \frac{2 \times 3}{4} - 1 = \frac{6}{4} - 1 = 0,5$$

4. Apabila empat orang *expert judgment* memberikan penilaian E, maka perhitungan CVR sebagai berikut:

$$\frac{2ne}{n} - 1 = \frac{2 \times 4}{4} - 1 = \frac{8}{4} - 1 = 1$$

5. Apabila empat orang *expert judgment* tidak ada yang memberikan penilaian E, maka perhitungan CVR sebagai berikut:

$$\frac{2ne}{n} - 1 = \frac{2 \times 0}{4} - 1 = 0 - 1 = -1$$

$$\text{Hasil perhitungan CVI: } \frac{\sum CVR}{K} = \frac{26}{36} = 0,72$$

C. Hasil Uji Validitas

1. Skala Stres

Skala stres terdiri dari 36 aitem terdapat 26 aitem memenuhi kriteria dan 10 aitem tidak memenuhi kriteria. Adapun 26 aitem yang memenuhi kriteria sebagai berikut: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 15, 16, 18, 20, 23, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36. Aitem yang memenuhi kriteria pada data di atas mendapatkan penilaian E dari tiga atau empat *expert judgment*. Sedangkan, 10 aitem tidak memenuhi kriteria sebagai berikut: 9, 13, 14, 17, 19, 21, 22, 24, 25, 26. Aitem yang tidak memenuhi kriteria pada data di atas mendapatkan penilaian E dari satu atau dua *expert judgment* atau bahkan tidak mendapatkan penilaian E dari keempat *expert judgment*.

Blueprint Skala Stres

No	Aspek	Aitem	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1.	Psikologis	3, 4, 7, 8, 10, 11	1, 2, 5, 6, 9
2.	Fisiologis	12, 13, 15, 16	14
3.	Perilaku	17, 18, 21, 22, 25, 26	19, 20, 23, 24

Lampiran 6. Data Responden (Uji Reliabilitas)

Data Responden Skala Stres

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	Skor Total
1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	1	1	2	2	5	1	1	1	1	5	5	1	1	1	1	1	1	60
2	5	5	1	1	1	5	5	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	1	1	1	1	1	1	62
3	5	5	1	1	5	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	66
4	1	1	4	1	5	1	1	2	1	1	1	1	1	4	1	1	3	3	1	4	2	4	2	4	3	1	54
5	2	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	1	1	1	86
6	3	3	4	1	4	4	2	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	79
7	4	5	4	1	4	4	2	3	4	2	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	82
8	5	5	1	1	5	5	1	1	5	1	1	2	2	5	1	2	1	1	5	5	5	1	1	1	1	1	65
9	5	5	1	1	5	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	66
10	4	4	2	2	5	4	2	2	5	2	1	2	2	4	2	2	2	2	4	4	2	2	5	5	1	2	74
11	5	5	5	1	5	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	5	5	5	5	5	1	1	78
12	5	5	1	1	5	5	1	1	5	1	1	1	1	5	2	1	2	2	5	5	4	4	4	4	1	1	73
13	5	5	1	1	5	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	66
14	1	5	3	1	5	5	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	60
15	4	4	3	1	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	64
16	1	5	5	1	5	5	1	1	5	1	1	2	2	4	2	1	1	1	4	4	4	4	5	5	1	1	72
17	2	2	4	2	3	3	4	4	2	3	3	2	2	2	4	4	3	4	3	2	3	3	4	3	2	2	76
18	4	1	4	1	3	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	3	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	51
19	5	5	1	1	5	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	66
20	5	5	5	1	5	5	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	66
21	4	4	4	2	3	4	2	2	4	2	2	2	2	4	2	4	3	4	4	4	4	2	4	2	3	2	79
22	2	2	5	1	5	4	3	2	4	2	2	2	2	2	2	4	3	2	4	2	5	2	4	4	2	1	73
23	1	5	5	1	5	5	1	1	5	1	1	1	1	2	4	2	1	1	5	5	5	3	5	4	1	1	72
24	5	5	3	1	3	5	1	1	5	3	1	1	1	5	5	1	1	1	5	5	1	1	1	1	1	1	64
25	1	4	4	1	4	4	1	1	4	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	1	50
26	4	5	4	1	5	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	5	1	1	1	1	1	1	60
27	4	4	5	4	5	4	2	2	4	2	2	2	2	2	4	3	2	4	4	3	2	2	2	2	2	2	76
28	3	2	4	2	4	4	1	1	4	3	2	1	1	3	1	2	3	2	4	3	3	2	3	1	1	1	61
29	3	3	4	3	4	4	1	3	3	3	3	1	1	3	1	1	1	1	4	3	1	1	1	1	1	1	56
30	2	2	5	2	4	4	2	2	3	2	2	1	1	2	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	62
31	4	4	5	1	4	4	2	2	4	2	2	2	2	3	2	3	2	2	4	3	5	2	4	2	2	2	74
32	2	2	5	2	5	4	2	1	2	2	4	1	1	2	2	4	5	5	5	5	5	1	5	1	1	1	75
33	4	2	5	1	4	5	1	1	5	1	1	1	1	3	2	3	2	2	4	3	1	1	1	1	3	1	59
34	5	5	1	1	5	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	1	5	5	1	1	62

Data Responden Skala *Problem focused coping*

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	Skor Total	
1	5	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	68	
2	5	5	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	72	
3	5	5	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	72	
4	5	5	1	1	4	3	1	5	1	1	5	5	1	4	1	2	5	4	4	3	5	5	1	1	73	
5	3	3	3	1	5	4	1	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	85	
6	2	3	2	3	3	4	3	5	2	2	4	3	3	3	2	2	4	3	3	2	4	3	2	3	70	
7	4	4	3	2	3	3	3	4	2	2	3	4	3	4	2	2	4	4	2	3	4	3	3	2	73	
8	5	5	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	68	
9	5	5	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	72	
10	5	4	2	1	4	5	2	5	1	2	4	4	2	4	1	1	4	5	2	1	4	4	1	2	70	
11	5	5	5	5	5	5	1	5	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	80	
12	5	5	1	1	4	4	1	5	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	70	
13	5	5	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	72	
14	3	5	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	70	
15	3	3	4	4	3	2	4	2	4	4	2	2	4	2	4	4	2	2	4	4	2	2	4	4	75	
16	5	4	1	1	2	5	2	5	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	2	1	5	5	1	1	70	
17	4	4	2	2	2	4	4	4	3	2	4	4	3	3	2	1	4	4	2	2	4	2	2	2	69	
18	4	1	5	1	3	5	3	5	1	1	5	2	1	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	68	
19	5	5	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	72	
20	3	3	1	1	2	2	2	5	2	1	4	4	2	4	3	3	3	2	2	2	4	4	2	2	63	
21	4	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	4	3	4	2	2	3	4	2	2	5	3	2	2	70	
22	2	3	2	3	2	5	2	5	2	1	5	4	2	4	2	2	4	4	2	2	4	4	1	1	68	
23	1	3	5	1	3	3	3	5	1	1	5	5	2	5	1	1	5	3	1	3	5	5	1	2	70	
24	3	5	1	1	5	5	5	5	1	1	5	3	3	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	74	
25	1	4	1	1	1	5	1	5	1	1	5	5	1	4	1	1	4	4	1	1	4	2	1	1	56	
26	1	1	1	1	4	5	1	5	1	1	5	5	1	4	1	1	4	5	1	1	5	5	1	1	61	
27	3	4	4	3	3	4	2	4	2	2	4	4	2	4	2	2	5	5	2	3	4	4	2	2	76	
28	1	4	1	3	4	4	1	3	2	2	4	4	2	4	1	1	4	4	1	1	3	4	3	2	1	63
29	1	2	1	1	3	3	3	5	1	1	5	4	1	3	1	1	1	3	3	3	4	3	1	1	55	
30	3	2	4	2	3	4	2	4	2	2	5	4	2	3	2	2	4	4	2	3	4	4	2	2	71	
31	2	4	2	2	3	3	2	5	2	2	5	4	3	4	2	2	4	4	2	2	4	4	2	2	71	
32	1	4	1	1	1	3	1	5	1	1	5	5	1	4	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	60	
33	3	4	1	1	5	5	2	5	1	1	5	5	3	3	1	1	4	4	2	2	5	5	1	1	70	
34	5	5	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	1	5	1	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	72

Data Responden Skala Kepribadian *Hardiness*

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	Skor Total
1	5	5	1	1	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	79
2	5	5	1	1	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	5	1	5	5	1	1	83
3	5	5	1	1	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	75
4	5	2	1	3	5	1	1	4	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	3	5	1	3	5	5	1	2	78
5	4	4	4	1	4	4	4	4	1	1	1	4	4	1	1	1	4	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	78
6	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	82
7	4	3	2	2	4	1	1	4	4	2	2	3	4	2	3	4	5	2	2	3	3	3	3	3	4	2	2	77
8	5	5	1	1	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	5	83
9	5	5	2	2	4	2	1	4	1	2	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	2	2	5	5	2	2	81
10	4	4	1	1	5	2	1	5	5	1	2	5	5	2	1	5	5	1	1	5	4	2	4	4	5	2	2	84
11	5	5	1	1	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	79
12	5	5	1	1	5	1	2	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	76
13	5	5	1	1	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	79
14	5	1	1	1	3	1	5	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	3	5	1	1	5	5	1	1	67
15	4	3	4	4	2	4	4	2	2	4	4	2	2	4	4	3	2	4	4	2	2	4	4	2	2	4	4	86
16	5	5	1	1	5	1	1	5	5	1	1	5	5	5	2	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	84
17	5	3	5	4	3	3	4	3	5	2	5	5	5	3	4	4	5	5	5	3	4	3	5	4	5	3	3	108
18	4	1	1	1	5	3	2	4	5	1	1	4	1	1	1	3	5	1	1	3	5	1	3	4	5	1	1	68
19	5	5	1	1	5	2	1	5	5	1	1	5	5	5	1	5	5	1	1	5	5	1	2	5	5	1	1	85
20	3	3	2	2	2	2	3	4	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	3	2	2	2	4	5	2	2	71
21	4	3	2	2	4	3	4	4	4	3	2	4	4	2	2	5	4	2	2	3	3	3	2	4	4	3	3	85
22	4	2	1	2	4	2	2	2	4	2	2	4	4	2	2	4	5	1	1	4	4	2	2	4	5	1	1	73
23	5	1	1	1	3	2	3	4	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	3	4	1	3	3	4	3	5	77
24	5	3	1	1	1	1	3	3	3	3	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	3	3	3	3	3	1	73
25	4	1	1	1	4	1	4	3	4	1	1	1	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	62
26	5	2	1	1	5	1	1	5	5	1	1	1	5	2	1	2	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	70
27	4	2	2	2	4	2	4	4	4	2	2	4	4	2	2	3	4	1	1	4	3	1	3	3	5	1	1	74
28	3	2	1	1	3	1	4	2	3	3	3	3	3	4	2	2	2	3	2	2	4	4	1	1	4	4	2	69
29	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	81
30	4	3	2	4	4	2	2	4	4	2	2	4	4	2	2	4	5	1	1	4	4	2	3	4	5	1	2	81
31	4	2	1	2	4	2	4	2	3	2	2	4	4	2	2	3	4	2	3	4	5	2	2	4	4	2	2	77
32	4	1	1	1	5	1	5	3	2	1	1	5	5	1	1	4	5	1	1	3	4	1	1	3	4	2	1	67
33	5	2	1	1	4	2	4	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	3	3	5	1	1	79
34	5	5	1	1	5	5	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	83

Lampiran 7. Olahdata Uji Reliabilitas

Reliability

Notes		
Output Created		24-SEP-2024 02:55:30
Comments		
	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
Input	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	34
	File	
	Matrix Input	
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
Missing Value Handling		Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
	Cases Used	RELIABILITY
		/VARIABLES=aitem1
		aitem2 aitem3 aitem4 aitem5
		aitem6 aitem7 aitem8 aitem9
		aitem10 aitem11 aitem12
		aitem13 aitem14 aitem15
		aitem16 aitem17 aitem18
		aitem19 aitem20 aitem21
		aitem22 aitem23 aitem24
		aitem25 aitem26 aitem27
Syntax		/SCALE('Skala
		Kepribadian Hardiness') ALL
		/MODEL=ALPHA
		/SUMMARY=TOTAL.
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.01

[DataSet0]

Scale: Skala Kepribadian Hardiness

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	34	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	34	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.943	27

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem1	108.38	319.334	.645	.941
aitem2	109.62	313.758	.366	.945
aitem3	108.38	307.395	.742	.939
aitem4	108.47	311.408	.653	.941
aitem5	108.76	308.004	.687	.940
aitem6	108.71	315.002	.498	.942
aitem7	109.26	303.291	.601	.941
aitem8	108.82	307.180	.730	.940
aitem9	108.74	310.079	.548	.942
aitem10	108.44	311.042	.772	.940
aitem11	108.41	308.371	.765	.939
aitem12	108.88	319.561	.271	.946
aitem13	108.41	314.674	.593	.941
aitem14	108.59	321.886	.301	.945

aitem15	108.41	309.340	.793	.939
aitem16	108.85	310.008	.524	.942
aitem17	108.35	318.599	.451	.943
aitem18	108.29	308.032	.772	.939
aitem19	108.32	307.377	.765	.939
aitem20	108.85	305.099	.756	.939
aitem21	108.56	308.557	.782	.939
aitem22	108.65	312.720	.534	.942
aitem23	108.97	309.302	.598	.941
aitem24	108.71	311.729	.724	.940
aitem25	108.32	314.286	.719	.940
aitem26	108.50	307.712	.796	.939
aitem27	108.74	311.958	.502	.942

```

RELIABILITY
/VARIABLES=aitem1 aitem2 aitem3 aitem4 aitem5 aitem6 aitem7 aitem8 aitem9
aitem10 aitem11 aitem13 aitem14 aitem15 aitem16 aitem17 aitem18 aitem19 aitem20
aitem21 aitem22 aitem23 aitem24 aitem25 aitem26 aitem27
/SCALE('Skala Kepribadian Hardiness') ALL
/MODEL=ALPHA
/SUMMARY=TOTAL.

```

Reliability

Notes		
Output Created		24-SEP-2024 02:57:07
Comments		
	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
Input	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	34
	File	
	Matrix Input	
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
Missing Value Handling		Statistics are based on all
	Cases Used	cases with valid data for all variables in the procedure.

Syntax		RELIABILITY
		/VARIABLES=aitem1 aitem2 aitem3 aitem4 aitem5 aitem6 aitem7 aitem8 aitem9 aitem10 aitem11 aitem13 aitem14 aitem15 aitem16 aitem17 aitem18 aitem19 aitem20 aitem21 aitem22 aitem23 aitem24 aitem25 aitem26 aitem27 /SCALE('Skala Kepribadian Hardiness') ALL /MODEL=ALPHA /SUMMARY=TOTAL.
Resources	Processor Time	00:00:00.02
	Elapsed Time	00:00:00.02

[DataSet0]

Scale: Skala Kepribadian Hardiness

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	34	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	34	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.946	26

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem1	104.44	304.557	.632	.945
aitem2	105.68	299.862	.344	.949
aitem3	104.44	292.254	.753	.943
aitem4	104.53	296.196	.663	.944
aitem5	104.82	293.422	.681	.943
aitem6	104.76	299.398	.516	.945
aitem7	105.32	288.953	.593	.945
aitem8	104.88	292.289	.733	.943
aitem9	104.79	294.956	.554	.945
aitem10	104.50	296.076	.775	.943
aitem11	104.47	293.348	.772	.943
aitem13	104.47	300.075	.581	.945
aitem14	104.65	306.599	.304	.948
aitem15	104.47	294.378	.797	.943
aitem16	104.91	296.750	.486	.946
aitem17	104.41	303.765	.444	.946
aitem18	104.35	293.023	.779	.943
aitem19	104.38	292.365	.772	.943
aitem20	104.91	290.507	.752	.943
aitem21	104.62	294.001	.773	.943
aitem22	104.71	297.305	.547	.945
aitem23	105.03	293.423	.625	.944
aitem24	104.76	296.549	.734	.943
aitem25	104.38	299.334	.719	.944
aitem26	104.56	292.496	.810	.942
aitem27	104.79	296.411	.518	.946

Reliability

Notes		
Output Created		24-SEP-2024 02:39:46
Comments		
	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
Input	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	34
	File	
	Matrix Input	
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
Missing Value Handling	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
		RELIABILITY
		/VARIABLES=aitem1
		aitem2 aitem3 aitem4 aitem5
		aitem6 aitem7 aitem8 aitem9
		aitem10 aitem11 aitem12
		aitem13 aitem14 aitem15
Syntax		aitem16 aitem17 aitem18
		aitem19 aitem20 aitem21
		aitem22 aitem23 aitem24
		/SCALE('Skala Problem Focused Coping') ALL
		/MODEL=ALPHA
		/SUMMARY=TOTAL.
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.01

[DataSet0]

Scale: Skala Problem Focused Coping

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	34	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	34	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.944	24

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aiitem1	99.47	220.135	.391	.948
aiitem2	99.00	221.455	.498	.944
aiitem3	98.82	221.180	.423	.946
aiitem4	98.50	224.561	.475	.944
aiitem5	99.38	225.031	.325	.948
aiitem6	98.68	220.165	.670	.941
aiitem7	98.76	222.004	.527	.943
aiitem8	98.24	224.852	.720	.941
aiitem9	98.41	219.037	.833	.939
aiitem10	98.26	225.049	.754	.941
aiitem11	98.29	223.426	.776	.941
aiitem12	98.56	221.951	.689	.941
aiitem13	98.71	217.305	.757	.940
aiitem14	98.68	220.165	.792	.940

aitem15	98.38	219.516	.813	.940
aitem16	98.38	220.728	.762	.940
aitem17	98.59	219.947	.687	.941
aitem18	98.59	219.159	.775	.940
aitem19	98.62	220.243	.681	.941
aitem20	98.71	216.214	.797	.939
aitem21	98.50	226.015	.495	.943
aitem22	98.68	216.892	.740	.940
aitem23	98.38	219.334	.821	.940
aitem24	98.38	220.365	.777	.940

Reliability

Notes		
Output Created		24-SEP-2024 02:09:35
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	34
Missing Value Handling	File	
	Matrix Input	
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
Syntax	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
		RELIABILITY
		/VARIABLES=aitem1 aitem2 aitem3 aitem4 aitem5 aitem6 aitem7 aitem8 aitem9 aitem10 aitem11 aitem12 aitem13 aitem14 aitem15 aitem16 aitem17 aitem18 aitem19 aitem20 aitem21 aitem22 aitem23 aitem24 aitem25 aitem26 /SCALE('Skala Stres') ALL /MODEL=ALPHA /SUMMARY=TOTAL.
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.01

[DataSet0]

Scale: Skala Stres

Case Processing Summary

	N	%
Valid	34	100.0
Cases Excluded ^a	0	.0
Total	34	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.902	26

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aiitem1	48.21	239.259	.450	.900
aiitem2	48.59	235.340	.599	.896
aiitem3	47.32	232.771	.551	.898
aiitem4	49.35	253.872	.356	.901
aiitem5	48.97	249.120	.379	.901
aiitem6	49.09	244.628	.654	.897
aiitem7	49.15	247.038	.486	.899
aiitem8	49.09	241.053	.732	.895
aiitem9	48.94	237.936	.710	.895
aiitem10	49.03	243.666	.669	.896
aiitem11	49.09	240.931	.736	.895
aiitem12	49.21	250.532	.495	.899
aiitem13	49.21	250.532	.495	.899
aiitem14	48.18	240.877	.444	.900

aitem15	48.85	244.857	.459	.899
aitem16	48.68	233.559	.752	.893
aitem17	48.82	236.210	.747	.894
aitem18	48.85	235.341	.747	.894
aitem19	48.76	248.973	.320	.902
aitem20	48.85	240.432	.716	.895
aitem21	48.15	239.644	.396	.902
aitem22	48.74	248.928	.317	.902
aitem23	47.94	252.057	.136	.910
aitem24	47.56	240.678	.346	.904
aitem25	49.06	245.330	.512	.898
aitem26	49.24	251.640	.357	.901

Reliability

Notes		
Output Created		24-SEP-2024 02:16:37
Comments		
	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
Input	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	34
	File	
	Matrix Input	
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
Missing Value Handling		Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
	Cases Used	

		RELIABILITY
		/VARIABLES=aitem1
		aitem2 aitem3 aitem4 aitem5
		aitem6 aitem7 aitem8 aitem9
		aitem10 aitem11 aitem12
		aitem13 aitem14 aitem15
		aitem16 aitem17 aitem18
		aitem19 aitem20 aitem21
		aitem22 aitem24 aitem25
		aitem26
		/SCALE('Skala Stres') ALL
		/MODEL=ALPHA
		/SUMMARY=TOTAL.
Resources	Processor Time	00:00:00.02
	Elapsed Time	00:00:00.02

[DataSet0]

Scale: Skala Stres

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	34	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	34	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items

.910	25
------	----

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aiitem1	45.47	229.045	.464	.908
aiitem2	45.85	226.675	.576	.905
aiitem3	44.59	222.977	.558	.906
aiitem4	46.62	244.183	.346	.909
aiitem5	46.24	240.670	.334	.910
aiitem6	46.35	234.963	.653	.905
aiitem7	46.41	237.340	.484	.907
aiitem8	46.35	231.084	.744	.903
aiitem9	46.21	228.350	.710	.903
aiitem10	46.29	233.850	.674	.904
aiitem11	46.35	230.720	.758	.903
aiitem12	46.47	240.317	.513	.907
aiitem13	46.47	240.317	.513	.907
aiitem14	45.44	230.739	.456	.908
aiitem15	46.12	234.652	.474	.907
aiitem16	45.94	223.451	.771	.901
aiitem17	46.09	225.719	.778	.901
aiitem18	46.12	224.774	.780	.901
aiitem19	46.03	239.484	.311	.910
aiitem20	46.12	230.895	.713	.903
aiitem21	45.41	227.886	.441	.909
aiitem22	46.00	237.758	.355	.910
aiitem24	44.82	235.180	.264	.915
aiitem25	46.32	236.165	.493	.907
aiitem26	46.50	242.015	.348	.909

RELIABILITY

```

/VARIABLES=aiitem1 aiitem2 aiitem3 aiitem4 aiitem5 aiitem6 aiitem7 aiitem8 aiitem9
aiitem10 aiitem11 aiitem12 aiitem13 aiitem14 aiitem15 aiitem16 aiitem17 aiitem18 aiitem19
aiitem20 aiitem21 aiitem22 aiitem25 aiitem26
/SCALE('Skala Stres') ALL
/MODEL=ALPHA
/SUMMARY=TOTAL.

```

Reliability

Notes		
Output Created		24-SEP-2024 02:18:10
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	34
Missing Value Handling	File	
	Matrix Input	
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
Syntax	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
		RELIABILITY
		/VARIABLES=aitem1
		aitem2 aitem3 aitem4 aitem5
		aitem6 aitem7 aitem8 aitem9
Resources		aitem10 aitem11 aitem12
		aitem13 aitem14 aitem15
		aitem16 aitem17 aitem18
		aitem19 aitem20 aitem21
		aitem22 aitem25 aitem26
		/SCALE('Skala Stres') ALL
		/MODEL=ALPHA
		/SUMMARY=TOTAL.
	Processor Time	00:00:00.02
	Elapsed Time	00:00:00.01

[DataSet0]

Scale: Skala Stres

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	34	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	34	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.915	24

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem1	42.35	212.357	.478	.914
aitem2	42.74	211.291	.559	.911
aitem3	41.47	207.287	.553	.912
aitem4	43.50	227.833	.333	.915
aitem5	43.12	225.501	.289	.916
aitem6	43.24	218.307	.668	.910
aitem7	43.29	220.820	.489	.913
aitem8	43.24	214.549	.759	.908
aitem9	43.09	212.143	.715	.908
aitem10	43.18	218.029	.656	.910

aitem11	43.24	214.913	.745	.909
aitem12	43.35	223.811	.514	.913
aitem13	43.35	223.811	.514	.913
aitem14	42.32	214.225	.464	.914
aitem15	43.00	218.242	.477	.913
aitem16	42.82	207.847	.762	.907
aitem17	42.97	209.605	.783	.907
aitem18	43.00	208.667	.785	.907
aitem19	42.91	222.628	.322	.916
aitem20	43.00	214.606	.718	.909
aitem21	42.29	211.062	.457	.915
aitem22	42.88	219.804	.400	.914
aitem25	43.21	219.926	.489	.912
aitem26	43.38	225.637	.341	.915

```

RELIABILITY
/VARIABLES=aitem1 aitem2 aitem3 aitem4 aitem6 aitem7 aitem8 aitem9 aitem10
aitem11 aitem12 aitem13 aitem14 aitem15 aitem16 aitem17 aitem18 aitem19 aitem20
aitem21 aitem22 aitem25 aitem26
/SCALE('Skala Stres') ALL
/MODEL=ALPHA
/SUMMARY=TOTAL.

```

Reliability

Notes		
Output Created		24-SEP-2024 02:18:47
Comments		
	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
Input	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	
	File	34
	Matrix Input	

	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
Missing Value Handling	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
		RELIABILITY
		/VARIABLES=aitem1
		aitem2 aitem3 aitem4 aitem6
		aitem7 aitem8 aitem9
		aitem10 aitem11 aitem12
		aitem13 aitem14 aitem15
		aitem16 aitem17 aitem18
		aitem19 aitem20 aitem21
		aitem22 aitem25 aitem26
		/SCALE('Skala Stres') ALL
		/MODEL=ALPHA
		/SUMMARY=TOTAL.
	Processor Time	00:00:00.00
Resources	Elapsed Time	00:00:00.08

[DataSet0]

Scale: Skala Stres

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	34	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	34	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.916	23

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem1	40.65	202.478	.494	.914
aitem2	41.03	202.151	.558	.912
aitem3	39.76	197.701	.564	.913
aitem4	41.79	218.168	.340	.916
aitem6	41.53	208.802	.676	.911
aitem7	41.59	212.250	.458	.914
aitem8	41.53	205.348	.758	.909
aitem9	41.38	202.728	.722	.909
aitem10	41.47	208.923	.646	.911
aitem11	41.53	205.590	.748	.909
aitem12	41.65	214.296	.518	.913
aitem13	41.65	214.296	.518	.913
aitem14	40.62	205.395	.453	.915
aitem15	41.29	209.123	.470	.914
aitem16	41.12	198.652	.765	.908
aitem17	41.26	200.079	.796	.907
aitem18	41.29	199.365	.791	.907
aitem19	41.21	213.320	.318	.917
aitem20	41.29	205.426	.715	.910
aitem21	40.59	200.916	.479	.916
aitem22	41.18	209.907	.416	.915
aitem25	41.50	211.470	.456	.914
aitem26	41.68	217.074	.304	.916

Lampiran 8. Angket Penelitian

1. Skala Stres

Pilihan jawaban:

TP : Tidak pernah

K : Kadang-kadang

S : Sering

SS : Sangat sering

Tabel Skala Stres

No	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1.	Saya merasa kesedihan tidak mempengaruhi kondisi saya sebelum bertanding.					
2.	Sebagai pemain profesional saya bisa mengesampingkan rasa duka.					
3.	Saya merasa nestapa melihat kerusuhan suporter ketika melakukan pemanasan.					
4.	Saya merasa putus asa sebelum menjalani laga.					

5.	Saya merasa menjadi lebih kuat setelah sering mendapatkan tekanan selama ini.					
6.	Saya selalu berhasil keluar dari tekanan yang saya hadapi menjelang <i>kick off</i> .					
7.	Saya merasa tertekan dengan sorakan para supporter yang ada.					
8.	Saya merasa tertekan tanpa ada alasan yang jelas setiap akan menghadapi pertandingan fase gugur.					
9.	Saya merasa perhatian saya tidak mudah goyah.					
10.	Saya merasa susah fokus saat mendengar penjelasan strategi yang akan digunakan.					
11.	Saya selalu kesulitan memusatkan konsentrasi menjelang bermain.					

12.	Saya sering mengalami nyeri otot disekitar leher ketika akan bertanding.					
13.	Saya merasakan ketegangan otot yang mengakibatkan nyeri kepala.					
14.	Saya tidak pernah mengalami gangguan perut selama ini.					
15.	Sebelum pertandingan biasanya saya buang air besar lebih sering.					
16.	Saya merasa dada kiri saya berdegub lebih kuat saat akan melakoni pertandingan penting ini.					
17.	Saya ketika akan bermain menjadi lebih sensitif terhadap provokasi.					
18.	Saya lebih mudah marah ketika tekanan mulai meningkat saat pertandingan akan dimulai.					
19.	Saya merasa mampu mengendalikan emosi agar tidak mudah tersinggung ketika akan bertanding.					

20.	Saya menanggapi dengan bijak ejekan yang menyinggung harga diri saya.					
21.	Saya akan tersinggung apabila ada yang meragukan saya untuk tampil.					
22.	Saya ingin berkelahi dengan orang yang merendahkan tim saya.					
23.	Saya akan tersinggung apabila ada yang meragukan saya untuk tampil.					
24.	Saya ingin berkelahi dengan orang yang merendahkan tim saya.					
25.	Ketika saya kesal saya sering melakukan pelanggaran ke pemain lawan sebagai bentuk pelampiasan.					
26.	Saya sengaja mencederai pemain lawan saya agar dia tidak bisa bermain.					

2. Skala *Problem Focused Coping*

Pilihan jawaban:

STS : Sangat Tidak Setuju

TS : Tidak Setuju

N : Netral

S : Setuju

SS : Sangat Setuju

Tabel Skala *Problem Focused Coping*

No	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1.	Saya akan berbicara dengan pelatih untuk memperjuangkan posisi saya.					
2.	Saya menemui kapten tim untuk berdiskusi tentang apa yang harus saya lakukan di lapangan.					
3.	Saya memutuskan komunikasi dengan rekan setim saya.					
4.	Saya menghindari bertemu dengan para penggemar.					

5.	Saya siap dipangkas honornya apabila tidak berkontribusi pada pertandingan berikutnya.					
6.	Saya siap dicadangkan apabila permainan saya tidak sesuai ekspektasi.					
7.	Saya tidak peduli dipecat oleh pengurus tim karena sering bersitegang dengan mereka sebelum pertandingan.					
8.	Saya berusaha berlatih dengan keras agar bisa meraih kemenangan.					
9.	Saya tidak termotivasi untuk memenuhi target yang telah ditentukan sebelum laga.					
10.	Saya menyerah dalam mewujudkan ambisi tim ini.					
11.	Saya siap melakukan tugas yang diberikan oleh pelatih.					

12.	Saya akan melakukan pergerakan sesuai arahan dari tim analisis pertandingan.					
13.	Saya biasanya melakukan tindakan di luar taktik yang telah disepakati tim.					
14.	Saya dengan teliti membantu tim menemukan solusi ketika di ruang ganti.					
15.	Saya mencoba menyelesaikan masalah tim secara sembarangan.					
16.	Saya secara gegabah memberikan saran kepada tim tanpa melakukan analisa.					
17.	Saya menggunakan pengalaman saya untuk menghadapi tuntutan agar meraih hasil terbaik.					
18.	Saya akan mencari alternatif dalam mengatasi ketegangan yang saya hadapi.					

19.	Ketika saya tertekan saya tidak tahu apa yang harus diperbuat.					
20.	Saya tidak melakukan tindakan apapun ketika menghadapi situasi yang membuat tidak nyaman.					
21.	Saya mencari nasihat tambahan dari para pemain senior untuk memperbaiki kelemahan saya.					
22.	Saya melakukan pemanasan ekstra agar lebih siap menghadapi pertandingan.					
23.	Saya mengabaikan latihan tambahan karena merasa sudah cukup siap.					
24.	Saya tidak menganalisis strategi lawan karena permainannya hanya biasa saja.					

3. Skala Kepribadian Hardiness

Pilihan jawaban:

STS : Sangat Tidak Setuju

TS : Tidak Setuju

N : Netral

S : Setuju

SS : Sangat Setuju

Tabel Skala Kepribadian Hardiness

No	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1.	Saya mampu mengarahkan rekan-rekan saya agar nanti bermain dengan semangat.					
2.	Saya akan berusaha mempengaruhi pelatih supaya percaya dengan saya.					
3.	Saya terpancing emosi sehingga melakukan penganiayaan kepada penonton lawan.					
4.	Saya menghardik pemain lawan ketika mereka melecehkan saya.					

5.	Saya selama cedera banyak melakukan latihan mental agar menjadi lebih kuat.					
6.	Saya membiarkan kekhawatiran menjelang pertandingan mengganggu persiapan saya.					
7.	Saya merasa dengan minimnya pengalaman akan membatasi kesempatan saya dalam bermain.					
8.	Saya mengikuti sesi latihan taktik setiap hari.					
9.	Saya tidak pernah absen saat manajemen tim memberikan pengarahan.					
10.	Saya sering tidak mengikuti sesi latihan fisik.					
11.	Saya memilih tidak hadir pada pertandingan yang sudah tidak menentukan.					

12.	Saya akan selalu bersaing dengan pemain baru untuk mendapatkan kepercayaan pelatih.					
13.	Saya akan berusaha memperbaiki penampilan saya setelah tampil mengecewakan.					
14.	Saya tidak ingin bermain pada pertandingan ini karena kemarin melakukan kesalahan yang merugikan tim.					
15.	Saya tidak ingin datang ke stadion setelah saya mendapatkan teror.					
16.	Saya pantang menyerah mendapatkan simpati suporter.					
17.	Saya merasa tidak akan pernah mundur sebelum saya berhasil meraih prestasi.					
18.	Saya sering merasa kalah sebelum bertanding.					
19.	Saya merasa pesimis dengan kualitas tim ini.					

20.	Pergantian pelatih merupakan hal yang lumrah.					
21.	Saya tidak masalah apabila sebelum pertandingan pelatih menggeser posisi bermain saya.					
22.	Saya merasa pemain baru akan membawa dampak buruk bagi tim.					
23.	Saya merasa perubahan taktik secara mendadak akan membuat kacau tim saat bermain.					
24.	Saya merasa dengan adanya pemain baru dapat membantu meningkatkan kemampuan saya.					
25.	Saya merasa dengan makan bersama dapat memupuk soliditas antar anggota tim.					
26.	Saya merasa terhambat kemampuan saya apabila harus bermain dengan pemain senior.					
27.	Saya merasa jumlah gol saya turun drastis semenjak ada pemain baru.					

Lampiran 9. Data Hasil Penelitian

1. Skala Stres

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	Skor Total
1	2	2	4	1	1	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	43
2	2	2	4	2	2	1	2	4	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	1	2	60
3	2	1	5	2	4	1	4	2	2	4	4	2	2	2	4	4	2	2	4	4	2	2	1	1	1	1	65
4	1	3	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	4	2	2	3	1	2	2	1	1	1	1	3	1	47
5	2	2	2	2	4	2	4	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	47
6	1	1	5	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	4	2	5	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	45
7	2	2	5	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	4	2	4	2	2	1	4	4	1	1	1	2	2	55
8	2	1	4	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	5	1	4	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	51
9	1	1	5	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	5	1	4	2	2	2	4	2	1	2	1	1	52
10	1	2	5	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	4	1	2	2	4	4	1	1	1	2	2	53
11	1	1	5	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	4	1	5	2	2	2	5	4	2	2	2	2	2	56
12	4	2	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	2	2	5	5	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	88
13	5	2	4	1	4	4	5	1	2	4	4	2	2	2	5	5	4	4	2	2	2	2	2	1	1	2	74
14	5	2	4	1	5	4	5	1	4	2	4	4	4	4	5	4	4	4	2	2	2	2	2	2	4	2	84
15	1	1	5	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	5	1	4	2	2	2	4	2	1	1	2	1	53
16	4	4	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	5	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	73
17	2	2	4	1	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	5	1	2	1	5	1	2	1	2	2	2	51
18	2	2	5	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	4	1	1	1	4	2	1	2	1	1	1	45
19	2	2	4	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	4	3	4	2	2	2	4	3	1	1	2	2	2	61
20	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	54
21	2	1	4	2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	52
22	2	2	3	1	1	2	2	2	1	4	2	2	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	53
23	5	4	2	3	3	3	2	1	2	2	1	4	3	4	3	2	3	3	4	1	3	1	5	2	3	2	71
24	2	2	4	2	1	1	1	1	1	2	2	3	3	3	3	5	3	4	2	4	4	1	1	1	1	1	58
25	1	1	5	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	5	1	5	2	2	2	4	4	1	2	2	1	1	56
26	2	1	5	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	5	1	4	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	55
27	1	1	5	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	5	1	4	2	2	1	5	1	2	1	2	1	1	47
28	1	2	5	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	4	2	5	2	2	2	3	3	2	1	1	1	1	53
29	2	1	4	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	4	4	2	2	1	4	2	1	2	1	1	1	50
30	2	2	4	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	3	1	5	2	1	1	4	4	4	1	1	2	2	55
31	5	2	4	2	4	4	5	1	2	4	4	2	2	2	5	5	4	4	2	2	2	2	1	1	1	1	73
32	1	1	5	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	5	1	2	2	4	2	1	1	2	2	2	47
33	2	2	5	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	5	1	1	1	4	2	1	1	2	2	2	52
34	5	2	4	1	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	2	2	1	1	90
35	1	1	5	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	5	2	5	1	1	2	4	2	2	1	2	2	1	53
36	1	1	5	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	5	2	1	1	5	1	2	1	2	1	1	47
37	2	2	4	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	4	2	5	1	2	1	5	2	2	2	2	2	2	51
38	2	2	2	2	4	2	4	2	2	4	4	2	4	4	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	68
39	1	1	5	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	4	1	2	2	4	2	1	1	2	1	1	48
40	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	51
41	2	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	54
42	1	1	5	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	4	4	4	2	2	2	4	1	2	2	1	52
43	1	1	5	2	4	1	4	2	2	2	1	2	2	2	2	4	2	2	1	2	2	2	1	4	2	2	57
44	1	1	4	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	1	2	4	4	1	1	2	1	1	55
45	5	5	5	5	5	5	1	1	5	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	2	4	4	2	1	1	1	94
46	2	1	2	2	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	59
47	1	2	5	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	5	1	4	2	2	2	4	2	1	1	2	1	1	53
48	1	1	5	1	2	2	4	1	2	2	2	2	2	5	1	4	2	2	2	4	2	1	1	1	1	1	54
49	2	1	4	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	4	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	52
50	5	2	4	1	4	4	5	2	2	4	4	4	4	4	2	5	5	4	4	4	4	5	1	1	1	1	86
51	5	2	4	1	5	4	5	2	2	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	88
52	5	2	4	1	4	4	4	1	2	4	4	2	2	2	5	5	2	4	4	4	4	4	2	2	2	2	81
53	1	2	5	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	5	1	1	1	4	2	1	1	1	2	2	49
54	2	2	4	1	2	2	4	1	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	1	2	4	1	1	74
55	5	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	4	2	4	4	4	2	4	4	2	2	2	2	2	4	2	75
56	2	2	4	2	2	2	4	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	49
57	2	1	5	1	1	1	4	2	2	1	2	4	1	2	2	2	4	2	1	2	2	4	1	2	1	1	53
58	5	5	5	1	5	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	4	3	3	2	4	3	3	5	2	2	2	79
59	2	1	2	1	2	1	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	1	2	2	2	58
60	2	1	5	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	4	2	4	2	2	2	2	4	2	1	2	1	1	54
61	2	2	5	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	4	1	4	2	2	2	4	4	1	2	2	1	1	52
62	1	1	5	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	4	1	5	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	50
63	1	1	5	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	5	1	4	2	2	2	4	2	2	1	1	1	1	48
64	1	1	5	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	1	4	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	51
65	1	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	4	3	4	2	2	2	4	4	1	2	1	2	2	60

66	2	2	4	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	4	1	4	3	1	2	4	2	2	2	2	1	1	55
67	2	1	5	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	4	1	2	1	4	2	1	1	2	2	2	49
68	1	1	5	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	5	1	2	1	4	2	1	1	1	1	1	47
69	2	2	5	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	5	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	50
70	1	1	5	1	2	2	2	4	2	2	2	2	2	3	3	4	3	2	2	4	4	1	1	1	1	1	58
71	2	2	4	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	51
72	2	2	4	1	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	3	4	2	2	2	4	4	1	2	2	1	1	61
73	1	1	5	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	3	4	1	2	2	4	3	1	1	2	1	1	58
74	1	2	5	2	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	4	4	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	46
75	4	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	58
76	2	2	4	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	5	1	5	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	54
77	2	2	5	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	4	2	4	2	2	2	4	4	1	1	1	2	2	57
78	2	2	5	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	4	1	1	1	3	4	2	2	1	1	1	52
79	1	2	5	2	2	2	1	2	1	1	2	4	4	4	1	4	2	1	1	4	4	1	2	2	2	2	59
80	1	1	5	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	3	4	4	2	1	2	4	4	2	2	1	1	56
81	1	1	5	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	5	2	4	2	1	2	4	2	1	1	2	2	2	50
82	5	2	4	1	4	4	4	4	2	4	4	2	2	2	5	5	5	4	4	4	4	4	1	1	2	1	84
83	1	1	4	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	1	5	1	2	1	4	2	1	2	1	1	1	51
84	5	2	4	2	2	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	2	87
85	2	2	5	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	4	2	2	2	4	2	2	1	2	2	2	52
86	2	1	5	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	52
87	2	2	4	2	1	2	2	4	2	1	2	2	2	2	4	3	4	2	2	2	4	4	2	2	2	2	63
88	1	1	5	2	4	4	4	2	2	4	4	2	2	2	4	4	4	4	2	2	2	2	1	1	1	1	67
89	3	4	3	2	2	4	2	2	3	3	2	3	4	5	2	3	3	3	4	4	1	3	4	3	2	3	77
90	1	1	5	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	52
91	2	2	4	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	4	1	5	2	2	1	4	2	2	2	2	2	2	56
92	4	1	4	2	5	1	1	5	2	5	2	2	2	2	1	5	3	2	1	2	4	4	1	1	5	5	72
93	1	2	5	1	2	1	1	2	3	2	1	2	2	5	3	3	2	2	3	2	2	1	1	2	2	2	55
94	1	1	5	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	1	2	2	1	1	51
95	1	1	5	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	4	1	2	1	4	2	2	2	2	1	1	51
96	5	2	4	1	4	4	5	2	4	4	4	4	2	4	5	5	4	4	4	4	4	4	2	2	1	2	90
97	2	2	4	1	4	4	5	1	2	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	2	2	5	2	90

2. Skala PFC

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	Skor Total
1	5	5	5	5	2	5	5	5	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	109
2	2	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	5	105
3	4	4	5	4	2	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	109
4	3	4	4	5	2	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	3	4	5	5	5	5	5	106
5	4	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	2	2	4	4	5	4	5	5	105
6	4	5	4	4	4	4	5	4	5	5	2	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	105
7	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	4	100
8	5	5	5	5	4	4	5	5	4	4	4	4	4	2	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	106
9	4	4	4	5	2	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	101
10	2	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	111
11	1	5	5	5	4	5	5	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	5	4	5	4	5	5	105
12	5	5	5	5	1	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	4	1	1	4	4	5	5	101
13	4	5	5	4	2	4	4	4	1	5	2	4	5	4	5	5	4	4	1	1	4	4	4	5	90
14	5	5	5	5	1	4	5	4	5	4	4	4	5	4	5	5	5	5	2	2	4	2	4	4	98
15	4	4	5	5	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	4	106
16	5	4	4	4	2	5	4	4	4	4	5	4	4	4	5	5	4	4	2	4	4	2	4	2	93
17	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	101
18	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	5	5	104
19	2	4	5	4	2	4	4	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	4	3	4	4	5	4	4	98
20	4	4	4	4	2	4	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	4	4	4	102
21	4	4	4	4	2	4	5	5	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	100
22	4	4	5	4	4	4	5	5	4	5	5	5	4	5	4	4	5	4	2	4	4	4	2	5	101
23	3	3	4	5	1	4	5	4	2	4	4	4	5	3	4	4	3	3	4	2	5	4	5	5	90
24	4	4	5	4	3	4	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	5	4	4	106
25	4	4	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	107
26	2	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	5	4	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	105
27	5	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	4	5	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	106
28	4	4	5	5	4	4	5	4	4	4	5	4	5	4	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	108
29	1	5	4	5	4	5	5	5	4	5	4	4	4	2	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	105
30	3	5	4	4	1	3	5	4	4	4	5	5	4	5	4	5	5	5	5	4	4	5	5	4	102
31	5	5	5	5	1	5	4	5	5	5	4	4	5	5	4	5	4	5	2	1	4	5	5	4	102
32	4	5	5	5	3	5	5	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	108
33	2	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	100
34	5	5	5	5	1	5	5	5	4	4	5	5	5	4	5	5	4	4	2	2	4	4	4	4	101
35	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	105
36	4	4	4	4	3	4	5	4	5	5	4	4	5	4	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	106
37	4	5	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	5	5	4	4	5	5	106
38	5	4	4	4	1	4	5	4	4	5	5	4	5	4	5	5	4	5	2	4	4	2	2	4	95
39	4	5	5	5	4	4	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	4	4	4	4	5	4	107
40	4	4	5	5	4	4	5	5	4	4	4	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	2	4	106
41	4	4	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	114
42	5	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	113
43	4	4	4	4	1	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	4	5	5	4	4	5	106
44	2	4	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	4	5	4	4	5	5	5	5	4	5	5	5	110
45	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	1	1	5	4	5	5	105
46	5	5	5	4	4	4	2	4	5	5	5	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5	4	4	4	106
47	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	105
48	5	5	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	1	4	2	5	4	5	5	5	96
49	4	4	5	5	4	4	5	5	4	4	2	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	102
50	4	5	4	5	1	5	4	4	2	5	5	5	5	5	5	5	4	4	1	1	4	4	5	5	97

51	5	5	5	5	1	4	5	5	4	5	4	4	5	4	5	5	4	4	2	2	4	5	4	4	100
52	5	5	5	5	1	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	2	4	4	4	4	104
53	5	5	5	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	113
54	5	5	5	2	1	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	4	2	4	4	2	2	4	98
55	5	4	5	5	1	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	2	2	4	2	4	4	100
56	4	4	4	5	4	4	5	5	5	5	4	4	4	5	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	106
57	5	5	5	4	1	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	4	5	5	4	4	5	109
58	4	4	4	4	2	4	5	5	5	5	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	2	4	5	4	95
59	5	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	104
60	4	4	5	5	2	4	5	4	4	4	2	4	5	4	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	103
61	2	4	4	4	4	4	4	5	4	4	2	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	4	96
62	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	4	101
63	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	109
64	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	106
65	2	4	5	5	2	4	5	5	5	5	2	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	106
66	2	4	5	5	3	5	5	5	4	4	4	4	4	2	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	104
67	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	4	4	101
68	4	4	4	4	3	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5	4	4	102
69	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	4	101
70	2	4	5	4	2	2	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	5	5	5	102
71	4	4	4	4	2	4	5	5	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	106
72	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	4	4	95
73	2	4	5	4	2	4	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	5	5	5	104
74	5	5	5	5	1	5	2	5	5	5	5	4	4	4	4	4	5	5	4	4	5	4	5	5	105
75	4	4	5	5	5	5	2	1	5	5	5	5	4	2	4	4	5	5	3	4	5	5	4	4	100
76	2	4	5	5	2	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	103
77	2	4	5	5	5	5	4	4	4	4	2	5	4	5	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	101
78	2	5	5	5	4	4	4	5	4	4	2	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	4	99
79	2	4	4	5	2	4	5	4	4	4	2	5	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	97
80	2	4	5	5	2	2	4	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	97
81	4	4	5	5	3	5	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	5	4	5	100
82	5	4	5	4	2	4	4	5	5	4	5	4	5	5	5	5	4	5	4	4	5	5	4	4	106
83	4	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	113
84	5	5	5	5	1	5	5	4	4	5	5	4	5	4	5	5	4	4	2	2	4	4	4	4	100
85	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	5	104
86	5	5	5	5	2	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	113
87	2	4	4	4	2	4	5	5	5	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	5	5	5	101
88	4	4	5	4	1	5	5	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	105
89	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	4	3	3	2	2	3	3	3	4	3	67
90	4	4	4	5	5	5	2	5	5	5	4	5	5	4	2	5	4	5	5	5	5	4	4	4	105
91	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	5	5	5	4	4	4	1	5	5	5	5	5	5	5	105
92	4	5	4	4	2	4	4	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	2	4	5	5	4	4	103
93	4	4	5	4	3	4	5	5	4	4	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	110
94	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	4	101
95	4	4	5	5	3	4	4	5	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	4	103
96	5	5	5	5	1	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	2	2	4	4	4	4	104
97	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	4	2	2	4	4	4	4	102

3. Skala Skala Kepribadian *Hardiness*

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	Skor Total	
1	4	4	4	5	5	4	5	5	5	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	5	4	2	4	4	4	4	116	
2	4	1	5	5	5	4	1	4	4	4	4	5	5	4	4	5	5	5	4	5	5	4	4	5	4	4	5	114	
3	4	4	5	5	2	5	1	5	5	5	5	4	5	4	4	5	4	5	4	4	5	4	2	5	5	5	5	116	
4	4	3	5	4	3	4	4	5	2	5	1	2	5	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	2	4	97	
5	5	4	4	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	4	4	5	5	5	5	4	4	5	4	1	4	5	4	119	
6	4	2	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	4	2	4	5	4	4	4	4	5	4	4	5	5	5	114	
7	5	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	5	5	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	118	
8	5	2	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	5	4	4	5	120	
9	5	2	5	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	2	5	5	5	114	
10	4	2	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	113	
11	5	2	5	5	4	4	5	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	4	5	119	
12	5	5	5	5	5	5	2	4	4	4	4	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	121	
13	4	5	5	4	4	4	1	2	2	2	1	5	4	4	5	5	4	4	5	4	5	4	5	4	1	4	4	100	
14	5	5	5	2	4	4	2	2	4	2	1	4	5	2	4	5	5	5	4	4	4	5	2	4	4	4	5	102	
15	5	2	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	4	4	4	4	117	
16	4	4	4	4	5	4	2	2	4	2	2	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	2	4	5	4	102	
17	4	2	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	113	
18	5	2	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	4	4	113	
19	5	2	5	5	4	4	2	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	5	5	5	4	4	5	4	5	5	4	117	
20	4	4	4	4	4	5	4	4	2	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	2	4	4	5	5	113	
21	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	2	4	4	5	109	
22	2	2	5	5	5	2	4	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	4	4	4	3	3	4	5	4	4	113	
23	4	3	5	4	4	4	3	4	2	4	3	1	5	2	5	4	4	4	3	2	4	4	4	4	5	4	5	100	
24	5	2	5	5	5	4	1	2	4	4	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	3	5	4	5	5	5	116	
25	5	2	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5	4	4	5	4	5	5	4	4	118	
26	5	2	4	4	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	125	
27	5	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	125	
28	4	2	5	5	5	5	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	118	
29	4	2	4	5	5	5	1	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	5	5	114	
30	5	1	4	5	5	5	1	4	5	5	4	4	5	5	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	5	5	4	117	
31	5	5	5	5	4	4	1	2	2	1	1	5	5	2	5	5	5	5	5	5	4	5	4	2	4	4	2	102	
32	5	2	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	4	4	5	5	4	4	4	5	4	5	5	5	4	5	120	
33	5	2	4	4	4	5	4	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	124	
34	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	1	4	5	2	4	4	5	4	4	4	4	4	5	1	4	4	2	94	
35	4	1	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	114	
36	5	2	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5	4	114	
37	5	2	4	4	4	5	5	4	4	5	5	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	5	121	
38	5	4	4	5	5	4	2	4	4	4	2	5	5	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	1	4	4	5	110	
39	5	2	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	4	5	2	5	5	5	5	4	4	4	5	5	1	5	4	117	
40	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	1	4	4	116	
41	5	5	5	5	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	132	
42	5	4	5	4	3	4	2	4	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	119	
43	4	4	4	5	2	5	4	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	1	5	5	5	5	121	
44	5	1	4	4	5	4	1	5	4	5	5	5	5	1	4	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	4	114	
45	5	5	5	4	5	5	2	2	2	2	1	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	1	4	4	5	5	111	
46	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	108	
47	5	2	5	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	119	
48	5	2	5	5	4	4	5	4	4	4	4	5	5	5	5	2	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	122	
49	4	2	4	4	4	4	1	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	113	
50	4	5	5	4	5	5	1	1	1	1	1	5	5	4	5	5	4	5	5	4	5	4	5	1	4	5	2	5	101
51	4	4	5	5	4	5	1	2	2	2	1	4	5	2	4	5	5	5	5	4	4	5	5	1	4	4	5	102	
52	5	5	5	5	4	4	1	2	2	2	2	5	5	4	4	5	5	5	4	4	5	5	5	1	5	5	5	110	
53	4	1	5	5	4	5	4	4	4	5	5	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	4	116
54	4	4	4	5	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5	1	4	4	4	109	
55	4	4	4	4	4	5	2	2	2	2	4	2	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	5	5	1	4	5	102	
56	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	1	5	5	5	121	
57	5	4	4	5	4	4	4	5	5	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	4	4	123	
58	3	2	5	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	1	102	
59	4	5	4	4	4	5	4	4	5</																				

66	4	1	4	4	4	4	2	4	4	5	5	4	4	4	2	4	4	4	4	4	5	5	5	4	5	4	107
67	4	2	5	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	110
68	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	5	5	5	116
69	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	116
70	4	2	5	5	5	4	2	2	4	4	5	5	5	4	4	4	5	4	4	4	4	5	2	5	5	5	112
71	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	2	4	4	5	112
72	4	2	5	5	4	4	2	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	5	4	5	4	4	5	112
73	4	2	5	5	5	4	2	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	5	4	4	5	4	5	5	4	116
74	4	4	4	5	2	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	2	4	5	118
75	5	2	4	1	4	4	2	5	5	4	4	3	5	4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	5	5	3	105
76	5	2	5	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	1	4	4	5	5	116
77	4	2	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	110
78	4	2	5	5	4	4	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	117
79	4	1	5	5	4	4	1	4	4	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	4	117
80	4	2	4	4	4	4	2	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5	5	4	4	115
81	5	1	4	4	5	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	5	4	5	5	5	4	5	4	5	4	5	119
82	5	4	5	4	4	5	1	2	2	1	1	5	5	2	5	5	4	5	4	5	4	5	1	4	4	4	101
83	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	4	5	4	5	124
84	5	4	4	4	5	5	2	2	2	2	2	5	5	4	5	5	4	5	4	5	5	5	1	4	4	2	104
85	5	1	5	5	4	4	5	5	5	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	122
86	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	125
87	4	2	4	4	4	4	2	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	111
88	4	4	5	4	2	4	4	4	5	4	5	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	2	5	5	4	118
89	2	3	4	2	2	3	4	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	4	4	1	3	3	2	2	3	75
90	4	4	4	4	5	4	2	4	4	4	4	5	5	4	2	5	5	5	4	5	5	4	1	4	5	4	110
91	5	2	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	121
92	3	2	4	4	5	2	2	5	4	4	4	5	5	4	4	5	5	1	4	5	5	4	2	4	5	4	105
93	4	1	5	4	5	5	1	4	5	5	4	4	5	5	4	4	5	5	4	1	4	5	4	4	5	5	111
94	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	5	5	113
95	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	4	114
96	5	4	4	2	5	5	2	2	2	2	1	4	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	4	2	101
97	5	5	4	4	5	5	2	2	2	2	2	4	4	2	4	5	5	5	2	4	5	5	1	4	4	2	96

Lampiran 10. Olahdata Uji Deskriptif, Uji Normalitas, Uji Multikolinieritas, Uji Heteroskedastesitas dan Uji MRA

```
FREQUENCIES VARIABLES=X Mo Y
/STATISTICS=STDDEV MINIMUM MAXIMUM MEAN MEDIAN MODE
/ORDER=ANALYSIS.
```

Frequencies

Notes		
Output Created		28-OCT-2024 14:09:30
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	97
Missing Value Handling	File	
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.
Syntax		FREQUENCIES VARIABLES=X Mo Y /STATISTICS=STDDEV MINIMUM MAXIMUM MEAN MEDIAN MODE /ORDER=ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.01

[DataSet0]

Statistics				
		Kepribadian Hardiness	Problem Focused Coping	Stres
N	Valid	97	97	97
	Missing	0	0	0
Mean		113.28	102.93	59.12
Median		114.00	104.00	54.00
Mode		116	106	52
Std. Deviation		8.462	5.993	12.712
Minimum		75	67	43
Maximum		132	114	94

Frequency Table

Kepribadian Hardiness				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
75	1	1.0	1.0	1.0
94	1	1.0	1.0	2.1
96	1	1.0	1.0	3.1
97	1	1.0	1.0	4.1
100	2	2.1	2.1	6.2
101	3	3.1	3.1	9.3
Valid 102	6	6.2	6.2	15.5
104	1	1.0	1.0	16.5
105	2	2.1	2.1	18.6
107	1	1.0	1.0	19.6
108	2	2.1	2.1	21.6
109	2	2.1	2.1	23.7
110	5	5.2	5.2	28.9

111	3	3.1	3.1	32.0
112	3	3.1	3.1	35.1
113	7	7.2	7.2	42.3
114	8	8.2	8.2	50.5
115	2	2.1	2.1	52.6
116	10	10.3	10.3	62.9
117	6	6.2	6.2	69.1
118	6	6.2	6.2	75.3
119	6	6.2	6.2	81.4
120	2	2.1	2.1	83.5
121	5	5.2	5.2	88.7
122	2	2.1	2.1	90.7
123	1	1.0	1.0	91.8
124	2	2.1	2.1	93.8
125	3	3.1	3.1	96.9
126	1	1.0	1.0	97.9
127	1	1.0	1.0	99.0
132	1	1.0	1.0	100.0
Total	97	100.0	100.0	

Problem Focused Coping				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
67	1	1.0	1.0	1.0
90	2	2.1	2.1	3.1
93	1	1.0	1.0	4.1
95	3	3.1	3.1	7.2
96	2	2.1	2.1	9.3
97	3	3.1	3.1	12.4
98	3	3.1	3.1	15.5
99	1	1.0	1.0	16.5

100	8	8.2	8.2	24.7
101	11	11.3	11.3	36.1
102	7	7.2	7.2	43.3
103	4	4.1	4.1	47.4
104	7	7.2	7.2	54.6
105	13	13.4	13.4	68.0
106	15	15.5	15.5	83.5
107	2	2.1	2.1	85.6
108	2	2.1	2.1	87.6
109	4	4.1	4.1	91.8
110	2	2.1	2.1	93.8
111	1	1.0	1.0	94.8
113	4	4.1	4.1	99.0
114	1	1.0	1.0	100.0
Total	97	100.0	100.0	

Stres				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
43	1	1.0	1.0	1.0
45	2	2.1	2.1	3.1
46	1	1.0	1.0	4.1
47	6	6.2	6.2	10.3
48	2	2.1	2.1	12.4
49	3	3.1	3.1	15.5
50	4	4.1	4.1	19.6
51	9	9.3	9.3	28.9
52	10	10.3	10.3	39.2
53	7	7.2	7.2	46.4
54	5	5.2	5.2	51.5
55	6	6.2	6.2	57.7

56	4	4.1	4.1	61.9
57	2	2.1	2.1	63.9
58	5	5.2	5.2	69.1
59	2	2.1	2.1	71.1
60	2	2.1	2.1	73.2
61	2	2.1	2.1	75.3
63	1	1.0	1.0	76.3
65	1	1.0	1.0	77.3
67	1	1.0	1.0	78.4
68	1	1.0	1.0	79.4
71	1	1.0	1.0	80.4
72	1	1.0	1.0	81.4
73	2	2.1	2.1	83.5
74	2	2.1	2.1	85.6
75	1	1.0	1.0	86.6
77	1	1.0	1.0	87.6
79	1	1.0	1.0	88.7
81	1	1.0	1.0	89.7
84	2	2.1	2.1	91.8
86	1	1.0	1.0	92.8

Stres				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 87	1	1.0	1.0	93.8
88	2	2.1	2.1	95.9
90	3	3.1	3.1	99.0
94	1	1.0	1.0	100.0
Total	97	100.0	100.0	

```
REGRESSION
/MISSING LISTWISE
/STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA COLLIN TOL
/CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10)
/NOORIGIN
/DEPENDENT Y
/METHOD=ENTER X Mo
/SAVE RESID.
```

Regression

Notes		
Output Created		20-OCT-2024 13:13:31
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	97
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on cases with no missing values for any variable used.
		REGRESSION /MISSING LISTWISE /STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA COLLIN TOL /CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10) /NOORIGIN /DEPENDENT Y /METHOD=ENTER X Mo /SAVE RESID.
Syntax		
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.02
	Memory Required	1644 bytes

	Additional Memory Required for Residual Plots	0 bytes
Variables Created or Modified	RES_1	Unstandardized Residual

[DataSet0]

Variables Entered/Removed ^a			
Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Problem Focused Coping, Kepribadian Hardiness ^b		Enter

- a. Dependent Variable: Stres
b. All requested variables entered.

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.749 ^a	.560	.551	5.670

- a. Predictors: (Constant), Problem Focused Coping, Kepribadian
Hardiness
b. Dependent Variable: Stres

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3851.270	2	1925.635	59.893	.000 ^b
	Residual	3022.215	94	32.151		
	Total	6873.485	96			

a. Dependent Variable: Stres

b. Predictors: (Constant), Problem Focused Coping, Kepribadian Hardiness

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	67.650	12.214		5.539	.000
1 Kepribadian Hardiness	-.306	.049	-.460	-6.210	.000
Problem Focused Coping	.619	.105	.439	5.917	.000

Coefficients ^a			
Model		Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
(Constant)			
1 Kepribadian Hardiness		.851	1.175
Problem Focused Coping		.851	1.175

a. Dependent Variable: Stres

Collinearity Diagnostics ^a						
Model	Dimension	Eigenvalue	Condition Index	Variance Proportions		
				(Constant)	Kepribadian Hardiness	Problem Focused Coping
1	1	2.965	1.000	.00	.00	.00
	2	.034	9.406	.01	.73	.02
	3	.001	48.647	.99	.26	.98

a. Dependent Variable: Stres

Residuals Statistics ^a					
	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	85.55	122.62	113.28	6.334	97
Residual	-21.896	17.765	.000	5.611	97
Std. Predicted Value	-4.378	1.475	.000	1.000	97
Std. Residual	-3.862	3.133	.000	.990	97

a. Dependent Variable: Stres

NPAR TESTS
/K-S(NORMAL)=RES_1
/MISSING ANALYSIS.

NPar Tests

Notes		
Output Created		20-OCT-2024 13:18:01
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	97
Missing Value Handling	File	
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each test are based on all cases with valid data for the variable(s) used in that test.
Syntax		NPAR TESTS /K-S(NORMAL)=RES_1 /MISSING ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.01

Number of Cases Allowed ^a	196608
--------------------------------------	--------

a. Based on availability of workspace memory.

[DataSet0]

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		97
Normal Parameters ^{a, b}	Mean	0E-7
	Std. Deviation	5.61082894
	Absolute	.059
Most Extreme Differences	Positive	.052
	Negative	-.059
Kolmogorov-Smirnov Z		.582
Asymp. Sig. (2-tailed)		.888

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

```

COMPUTE ABS_RES1=ABS(RES_1).
EXECUTE.
REGRESSION
  /MISSING LISTWISE
  /STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA
  /CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10)
  /NOORIGIN
  /DEPENDENT ABS_RES1
  /METHOD=ENTER X Mo.

```

Regression

Notes		
Output Created		20-OCT-2024 13:25:32
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0

	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	97
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on cases with no missing values for any variable used.
Syntax		REGRESSION
		/MISSING LISTWISE
		/STATISTICS COEFF
		OUTS R ANOVA
		/CRITERIA=PIN(.05)
		POUT(.10)
		/NOORIGIN
		/DEPENDENT ABS_RES1
		/METHOD=ENTER X Mo.
Resources	Processor Time	00:00:00.06
	Elapsed Time	00:00:00.05
	Memory Required	1676 bytes
	Additional Memory Required for Residual Plots	0 bytes

[DataSet0]

Variables Entered/Removed ^a			
Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Problem Focused Coping, Kepribadian Hardiness ^b		Enter

a. Dependent Variable: ABS_RES1

b. All requested variables entered.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.049 ^a	.002	-.019	3.70907

a. Predictors: (Constant), Problem Focused Coping, Kepribadian Hardiness

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3.095	2	1.548	.112	.894 ^b
	Residual	1293.174	94	13.757		
	Total	1296.269	96			

a. Dependent Variable: ABS_RES1

b. Predictors: (Constant), Problem Focused Coping, Kepribadian Hardiness

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	4.304	7.989		.539	.591
	Kepribadian Hardiness	.012	.032	.042	.380	.705
	Problem Focused Coping	-.008	.068	-.013	-.115	.909

a. Dependent Variable: ABS_RES1

```

REGRESSION
/MISSING LISTWISE
/STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA
/CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10)
/NOORIGIN
/DEPENDENT Y
/METHOD=ENTER X.

```

Regression

Notes		
Output Created		20-OCT-2024 13:35:49
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	97
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on cases with no missing values for any variable used.
		REGRESSION /MISSING LISTWISE /STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA /CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10) /NOORIGIN /DEPENDENT Y /METHOD=ENTER X.
Syntax	Processor Time	00:00:00.03
	Elapsed Time	00:00:00.03
	Memory Required	1420 bytes
	Additional Memory Required for Residual Plots	0 bytes
Resources		

[DataSet0]

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Kepribadian Hardiness ^b		Enter

a. Dependent Variable: Stres

b. All requested variables entered.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.630 ^a	.397	.390	6.608

a. Predictors: (Constant), Kepribadian Hardiness

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2725.569	1	2725.569	62.424	.000 ^b
	Residual	4147.916	95	43.662		
	Total	6873.485	96			

a. Dependent Variable: Stres

b. Predictors: (Constant), Kepribadian Hardiness

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	138.061	3.208		43.041	.000
	Kepribadian Hardiness	-.419	.053	-.630	-7.901	.000

a. Dependent Variable: Stres

```
COMPUTE XMo=X * Mo.  
EXECUTE.  
REGRESSION  
  /MISSING LISTWISE  
  /STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA  
  /CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10)  
  /NOORIGIN  
  /DEPENDENT Y  
  /METHOD=ENTER X Mo XMo.
```

Regression

Notes		
Output Created	20-OCT-2024 13:53:31	
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	97
Missing Value Handling	File	
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on cases with no missing values for any variable used.
Syntax	REGRESSION /MISSING LISTWISE /STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA /CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10) /NOORIGIN /DEPENDENT Y /METHOD=ENTER X Mo XMo.	
Resources	Processor Time	00:00:00.02

Elapsed Time	00:00:00.01
Memory Required	1988 bytes
Additional Memory Required for Residual Plots	0 bytes

[DataSet0]

Variables Entered/Removed ^a			
Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Kepribadian Hardiness*Probl em Focused Coping, Problem Focused Coping, Kepribadian Hardiness ^b		Enter

a. Dependent Variable: Stres

b. All requested variables entered.

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.769 ^a	.592	.578	5.494

a. Predictors: (Constant), Kepribadian Hardiness*Problem Focused

Coping, Problem Focused Coping, Kepribadian Hardiness

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	4065.975	3	1355.325	44.896	.000 ^b
	Residual	2807.509	93	30.188		

Total	6873.485	96			
-------	----------	----	--	--	--

a. Dependent Variable: Stres

b. Predictors: (Constant), Kepribadian Hardiness*Problem Focused Coping, Problem Focused Coping, Kepribadian Hardiness

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	222.440	59.236		3.755	.000
Kepribadian Hardiness	-2.634	.874	-.3.958	-3.013	.003
Problem Focused Coping	-.882	.572	-.625	-1.542	.127
Kepribadian Hardiness*Problem Focused Coping	.023	.009	3.244	2.667	.009

a. Dependent Variable: Stres

```
GET
FILE='C:\Users\LENOVO\Documents\KULIAH S2 AYAH\S2 PKO UNY\Smester 3
PKO UNY\Tesis\Pengambilan Data Penelitian\Untitled1.sav'.
DATASET NAME DataSet1 WINDOW=FRONT.
GET
FILE='C:\Users\LENOVO\Documents\KULIAH S2 AYAH\S2 PKO UNY\Smester 3
PKO UNY\Tesis\Pengambilan Data Penelitian\Untitled1.sav'.

Warning # 67. Command name: GET FILE
The document is already in use by another user or process. If you make
changes to the document they may overwrite changes made by others or your
changes may be overwritten by others.
File opened C:\Users\LENOVO\Documents\KULIAH S2 AYAH\S2 PKO UNY\Smester
3 PKO UNY\Tesis\Pengambilan Data Penelitian\Untitled1.sav
DATASET NAME DataSet2 WINDOW=FRONT.
DATASET ACTIVATE DataSet0.
DATASET CLOSE DataSet2.
DATASET CLOSE DataSet1.

SAVE OUTFILE='C:\Users\LENOVO\Documents\KULIAH S2 AYAH\S2 PKO
UNY\Smester 3 PKO '+
'UNY\Tesis\Pengambilan Data Penelitian\Untitled1.sav'
/COMPRESSED.
```