

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA *MENTAL TOUGHNESS* DENGAN *PEAK PERFORMANCE* PADA ATLET ATLETIK PASI KOTA PADANG

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara mental toughness dengan peak performance pada atlet Atletik PASI Kota Padang. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah mental toughness sedangkan variabel terikat adalah peak performance. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala mental toughness dan peak performance. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh. Sampel dalam penelitian ini adalah 42 atlet Atletik PASI Kota Padang. Uji validitas dan reliabilitas pada penelitian ini menggunakan teknik Alpha Cronbach. Hasil koefisien validitas pada skala mental toughness bergerak dari $r_{ix} = 0,349$ sampai dengan $r_{ix} = 0,765$ dengan koefisien reliabilitas $\alpha = 0,896$ sedangkan hasil koefisien determinan adalah 53% koefisien validitas pada skala peak performance bergerak dari $r_{ix} = 0,323$ sampai dengan $r_{ix} = 0,822$ dengan koefisien reliabilitas $\alpha = 0,931$. Berdasarkan analisis data, diperoleh nilai korelasi sebesar 0,729 dengan taraf signifikansi 0,000 yang berarti hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang kuat dan signifikan antara mental toughness dengan peak performance pada atlet Atletik PASI Kota Padang

Kata Kunci: *mental toughness, peak performance, atlet, atletik*

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN MENTAL TOUGHNESS AND PEAK PERFORMANCE IN ATHLETIC ATHLETES PASI IN PADANG CITY

This study aims to determine the relationship between mental toughness and peak performance in Padang Athletic athletes PASI. The independent variable in this study is mental toughness while the dependent variable is peak performance. The measurement tools used in this study are the mental toughness and peak performance scales. The sampling technique in this study used a saturated sampling technique. The sample in this study were 42 Padang Athletics athletes PASI. Test the validity and reliability in this study using Alpha Cronbach technique. The results of the validity coefficient on the mental toughness scale moved from $r_{ix} = 0.349$ to $r_{ix} = 0.765$ with a reliability coefficient of $\alpha = 0.896$ while the results of the validity coefficient on the peak performance scale moved from $r_{ix} = 0.323$ to $r_{ix} = 0.822$ with a reliability coefficient of $\alpha = 0.931$. Based on data analysis, a correlation value of 0.729 was obtained with a significance level of 0.000, which means that the hypothesis is accepted. This shows that there is a significant relationship between mental toughness and peak performance in Padang Athletic athletes PASI.

Keywords: mental toughness, peak performance, athletes, athletics.