

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN MENTAL RESISTANCE AND COMPETITIVENESS IN THE ATHLETES OF ADRENALINE SPORTS UKM ADRENALINE DIVISION UPI "YPTK" PADANG

This research was conducted on athletes of the Adrenaline Sports UKM, Putra Indonesia University "YPTK" football division, Padang. The purpose of this study was to determine the relationship between mental toughness and anxiety to compete in the athletes of the Adrenaline Sports UKM, Putra Indonesia University "YPTK" football division. The sample selection technique in this study used simple random sampling, which is a random sampling technique without certain considerations (Sugiyono, 2014). The sample in this study amounted to 50 people. Validity and reliability test using Alpha Cronbach. The test results show the validity coefficient on the mental toughness scale from 0.377 to 0.726, while the reliability coefficient is 0.941. The test results of the validity coefficient of the competition anxiety scale show the numbers 0.417 to 0.741 with the reliability coefficient of 0.932. Hypothesis test results show a correlation coefficient of -0.556 with a significant level of $p = 0.000$, which means that there is a significant relationship between mental toughness and competition anxiety. A positive value shows that the higher the anxiety to compete, the higher the mental toughness, and the lower the anxiety to compete, the lower the mental toughness in athletes. The effective contribution of competition anxiety to mental toughness was 31%.

Keywords: competition anxiety, mental toughness, athlete

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA KETANGGUHAN MENTAL DENGAN KECEMASAN BERTANDING PADA ATLET DIVISI SEPAKBOLA UKM OLAHRAGA ADRENALINE UPI “YPTK” PADANG

Penelitian ini dilakukan pada atlet divisi sepakbola UKM Olahraga Adrenaline Universitas Putra Indonesia “YPTK” Padang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara ketangguhan mental dengan kecemasan bertanding pada atlet divisi sepakbola UKM Olahraga Adrenaline Universitas Putra Indonesia “YPTK” Padang. Teknik pemilihan sampel dalam penelitian ini menggunakan *simple random sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel secara acak tanpa pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2014). Sampel dalam penelitian ini berjumlah 50 orang. Uji validitas dan reliabilitas menggunakan *Alpha Cronbach*. Hasil uji coba menunjukkan koefisien validitas pada skala ketangguhan mental 0,377 sampai 0,726, sedangkan koefisien reliabilitasnya sebesar 0,941. Hasil uji coba koefisien validitas skala kecemasan bertanding menunjukkan angka 0,417 sampai dengan 0,741 dengan koefisien reliabilitasnya sebesar 0,932. Hasil uji hipotesis menunjukkan koefisien korelasi sebesar -0,556 dengan taraf signifikan $p = 0,000$ yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara ketangguhan mental dengan kecemasan bertanding. Nilai negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi kecemasan bertanding maka juga semakin rendah ketangguhan mental, serta semakin rendah kecemasan bertanding maka juga semakin tinggi ketangguhan mental pada atlet. Adapun sumbangan efektif dari kecemasan bertanding terhadap ketangguhan mental sebesar 31%.

Kata kunci : kecemasan bertanding, ketangguhan mental, atlet