

***MENTAL TOUGHNESS* ATLET SEPAK BOLA
PEREMPUAN PERSIS SOLO**

TESIS

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat guna Memperoleh
Gelar Magister Psikologi dalam Ilmu Psikologi Pendidikan



YULIANA MARIBET

S300210026

**PROGRAM MAGISTER PSIKOLOGI
SEKOLAH PASCASARJANA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2024**



NOTA PEMBIMBING

Dr. Daliman, SU
Dl260@ums.ac.id
Program Sekolah Pascasarjana
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Nota Dinas
Hal: Tesis Saudara/i Yuliana Maribet

Kepada Yth.
Direktur Sekolah Pascasarjana
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Assalamu'alaikum wr wb.

Setelah membaca, meneliti, mengoreksi, dan mengadakan perbaikan seperlunya terhadap Tesis saudara/i :

Nama	: Yuliana Maribet
NIM	: S300210026
No HP	: 089666695866
Alamat email	: Yuliana.maribet@gmail.com
Program Studi	: Magister Psikologi
Konsentrasi	: Psikologi Pendidikan
Judul	: Mental Toughness Atlet Sepak Bola Perempuan Persis Solo

Dengan ini kami menilai tesis tersebut dapat disetujui untuk diajukan dalam Seminar Proposal/Seminar Hasil/Ujian Tesis pada Sekolah Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Wassalamu'alaikum wr wb.

Surakarta, 21 November 2023

Pembimbing I

Dr. Daliman, SU

*Nota pembimbing ini mohon dikirimkan ke email Kaprodi: mpsi@ums.ac.id

MENTAL TOUGHNESS ATLET SEPAK BOLA PEREMPUAN PERSIS SOLO

TESIS

Oleh

YULIANA MARIBET
NIM : S300210026

PEMBIMBING

Dr. Daliman, SU
NIDN : 0628115601

Telah dinyatakan memenuhi syarat untuk diujikan

Pada tanggal 15 Februari 2024

Ketua Program Studi Magister Psikologi
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta



Dr. Eny Purwandari, M.Si
NIDN : 0615077501

MENTAL TOUGHNESS ATLET SEPAK BOLA PEREMPUAN PERSIS SOLO

TESIS

Oleh

YULIANA MARIBET

NIM : S300210026

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua Penguji

Dr. Daliman, SU
NIDN : 0628115601

Anggota I

Dr. Eny Purwandari, M.Si
NIDN : 0615077501

Anggota II

Prof. Dr. Muhammad Japar, M.Si., Kons
NIDN : 0012096606

Telah dipertahankan di hadapan tim penguji dan telah memenuhi syarat kelulusan
Pada tanggal 15 Februari 2024



Ketua Sekolah Pascasarjana
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Drs. M. Farid Wajidi, M.M., Ph.D.
NIDN : 0605056501

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TESIS

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Yuliana Maribet

NIM : S300210026

Program Studi : Program Magister Psikologi

Judul Tesis : Mental Toughness Atlet Sepak Bola Perempuan Persis Solo

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tesis yang saya serahkan ini benar-benar hasil karya saya sendiri dan bebas plagiat karya orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu/dikutip dalam naskah dan sebutkan dalam daftar pustaka. Apabila dikemudian hari terbukti Tesis ini hasil plagiat, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Surakarta, 015 Maret 2024

Yang membuat pernyataan



Yuliana Maribet
S300210026

MOTTO

﴿يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ ۖ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ ۚ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ

خَيْرٌ﴾

“Allah niscaya akan mengangkat orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat. Allah Maha teliti terhadap apa yang kamu kerjakan.” (QS. Al-Mujadalah: 11)

“Ketahuilah bahwa bahwa kemenangan Bersama kesabaran, kelapangan bersama kesempitan, dan kemudahan bersama kesulitan” HR Tirmidzi

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT, yang selalu memberikan rahmat, dan setitik ilmu-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Sholawat serta salam semoga selalu tercurah pada Rasulullah Muhammad Saw teladan bagi umatnya.

Penulisan teisi ini memerlukan waktu, tenaga, perjuangan, proses yang panjang. Tidak lupa dalam penyusunannya penulis mendapatkan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis ucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Prof. Taufik Kasturi, PhD, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta sekaligus dosen yang telah memberikan banyak ilmu dan pengetahuan kepada penulis.
2. Dr. Eny Purwandari, S.Psi., M.Si, selaku ketua program studi Magister Psikologi atas bantuan, bimbingan, dan dorongan sehingga penulis sampai pada tahap ini.
3. Dr. Daliman SU, selaku dosen pembimbing tesis atas bimbingan, masukan, dan semangatnya sehingga penulis mampu menyelesaikan tesis ini.
4. Terimakasih Prof. Japar selaku reviewer dalam memberikan masukan guna perbaikan tesis penulis.
5. Orang tua penulis, atas sumbangsih dalam pendidikan sehingga penulis sampai dan mampu menuntaskan sekolah sampai dengan jenjang ini.

6. Terima kasih yang tak terhingga kepada enam informan yang telah bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini.
7. Teman-teman di angkatan 2021/2022, terima kasih sudah menjadi sahabat yang menemani di perkuliahan Magister Psikologi UMS
8. Sahabat, penyemangat, dan semua kolega penulis yang membantu dan menyelesaikan tugas akhir tesis ini.

Penulis

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam tentang dinamika mental toughness yang terjadi pada atlet sepak bola perempuan di Persis Women. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus *intrinsic case study*. Subjek penelitian ini sebanyak enam orang yang terdiri dari empat atlet, satu pelatih dan satu manajemen. Subjek dipilih atas penilaian dari pihak tim Persis Women yang memiliki kendala dalam hal mental toughness. Metode pengumpulan data menggunakan observasi dan wawancara. Analisis data penelitian ini menggunakan analisis deskriptif. Hasil dari penelitian ini menemukan bahwa diperoleh kendala mental toughness yang terjadi pada atlet sepak bola perempuan di Persis Women terdiri dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kurangnya kepercayaan diri kurangnya komunikasi antar pemain dan kurangnya motivasi berprestasi dalam diri para pemain. Hal ini membuat performa atlet kurang optimal saat bertanding di lapangan. Kemudian terdapat faktor eksternal yang terdiri dari pola latihan dan tidak adanya kompetisi profesional yang diadakan oleh federasi sepak bola perempuan di tanah air. Pemain membutuhkan kompetisi resmi untuk meningkatkan kompetisi dan meningkatkan motivasi berprestasi.

Kata kunci: atlet, mental toughness, perempuan, sepak bola

ABSTRACT

This research aims to analyze in-depth the dynamics of mental toughness among female soccer athletes at Persis Women. The study employs a qualitative research method with an intrinsic case study approach. The research subjects consist of six individuals, including four athletes, one coach, and one manager. The selection of subjects was based on assessments from the Persis Women team, which identified constraints related to mental toughness. Data collection methods include observation and interviews. The data analysis for this research uses descriptive analysis. The findings of this research reveal that mental toughness constraints among female soccer athletes at Persis Women involve both internal and external factors. Internal factors include a lack of self-confidence, insufficient communication among players, and a lack of achievement motivation among the players, leading to suboptimal performance on the field. Additionally, external factors include training patterns and the absence of professional competitions organized by the national women's soccer federation. Players require official competitions to enhance their skills and boost achievement motivation.

Keywords: athletes, mental toughness, women, soccer

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
NOTA PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK.....	ix
ABSTRAC	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BABI PENDAHULUAN	1
BAB II Tinjauan Pustaka	9
A. <i>Mental Toughness</i>	9
1. Pengertian <i>Mental Toughness</i>	9
2. Dimensi-Dimensi <i>Mental Toughness</i>	10
3. Model Mental Thougness.....	13
B. Kerangka Berpikir.....	14
C. Pertanyaan Penelitian	17
BAB III METODE	18
A. Desain Penelitian	18
B. Informan Penelitian	18

C. Metode Pengumpulan Data.....	18
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	23
A. Hasil Observasi.....	23
B. Hasil Wawancara	24
C. Pembahasan	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	51
A. Kesimpulan	51
B. Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN.....	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Faktor Internal.....	42
Gambar 4.2 Faktor Eksternal.....	43

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Subjek Penelitian.....	23
----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.Panduan WawancaraAtlet	59
Lampiran 2.Panduan Wawancara Manajemen	61
Lampiran 3.CODING Subjek 1	62
Lampiran 3.CODING Subjek 2	75
Lampiran 4.CODING Subjek 3	84
Lampiran 5.CODING Subjek 4	92
Lampiran 6. CODING Subjek 5	97
Lampiran 7.CODING Subjek 6.....	103
Lampiran 8. Daftar Nama pemain Persis Women.....	111