

MENTAL TOUGHNESS DAN COMPETITIVE ANXIETY ATLET DISABILITAS

Maya Nisaul Magfiroh

Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya, Email: maya.18027@mhs.unesa.ac.id

Miftakhul Jannah

Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya. Email miftakhuljannah@unesa.ac.id

Abstrak

Atlet disabilitas memiliki kesempatan yang sama untuk mengembangkan potensi yang dimiliki dan berprestasi pada bidang olahraga. *Competitive anxiety* pada atlet disabilitas dapat mempengaruhi performa dalam bertanding sehingga diperlukan *mental toughness* yang tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *mental toughness* dengan *competitive anxiety* pada atlet disabilitas. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Teknik pengambilan sampel penelitian menggunakan *sampling* jenuh. Populasi dalam penelitian ini adalah 69 orang atlet disabilitas NPCI Jawa Timur. Untuk memperoleh data, digunakan skala *mental toughness* yang diadaptasi dari Gucciardi *et al.* (2009) yang terdiri dari 24 item dan skala *competitive anxiety* yang disusun berdasarkan CSAI-2R dari Martinent *et al.* (2010) yang terdiri dari 16 item. Teknik analisis data menggunakan uji regresi linier dan korelasi *product moment* dengan bantuan JASP 16.0 for windows. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *mental toughness* dengan *competitive anxiety* secara signifikan dengan *p value* 0,018 ($p < 0,1$) dan *r value* -0,284 ($r_{count} > 0.267$). Sehingga semakin tinggi *mental toughness* yang dimiliki atlet disabilitas dalam menghadapi pertandingan maka semakin rendah tingkat *competitive anxiety* yang dialami.

Kata Kunci: atlet disabilitas, *mental toughness*, *competitive anxiety*.

Abstract

Athletes with disabilities have the same opportunity to develop their potential and have achievement in sports. *Competitive anxiety* in athletes with disabilities can affect performance in competition so that a high *mental toughness* is needed. This study aims to determine whether there is a relationship between *mental toughness* and *competitive anxiety* in athletes. The approach used in this research is correlational quantitative. The sampling technique used in this study was saturated sampling. The population in this study were 69 athletes with disabilities from NPCI East Java. In obtaining the data, the *mental toughness* scale used was adapted from Gucciardi *et al.* (2009) which consist of 24 items and a *competitive anxiety* scale based on the CSAI-2R from Martinent *et al.* (2010) which consists of 16 items. The data analysis technique used linear regression test and *product moment* correlation with the help of JASP 16.0 for windows. The results showed that there was a significant negative relationship between *mental toughness* and *competitive anxiety* with *p-values* of 0,018 ($p < 0.1$) and -0,284 ($r_{count} > 0.267$). So the higher the *mental toughness* of the disabled athlete in facing the competition, the level of *competitive anxiety* will be decrease.

Keywords: athletes with disabilities, *mental toughness*, *competitive anxiety*.