

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Di masa kini perkembangan psikologi mulai menarik perhatian masyarakat. Psikologi berkembang pesat dan dapat meluaskan kajiannya di berbagai aspek kehidupan manusia. Salah satu contohnya adalah psikologi olahraga. Psikologi olahraga telah masuk ke dalam divisi ke-47 *American Psychological Association* (APA) sejak tahun 1987. Di Indonesia sendiri Ikatan Psikologi Olahraga terbentuk pada 3 Maret 1999 dibawah naungan Himpunan Psikologi Indonesia (Himpsi). Kini mulai bermunculan dan berkembang kajian-kajian atau penelitian psikologi olahraga. Pengaplikasian psikologi olahraga telah dimulai sejak 1967 oleh Gunarsa dan Wibowo ketika diminta untuk membantu menyiapkan persiapan atlet bulutangkis bertanding di Piala Thomas. Meskipun telah dilakukan pengaplikasian terkait psikologi olahraga, Maksun (2011) mengatakan belum banyak penelitian yang dilakukan secara seksama dan mendalam. Perkembangan psikologi olahraga ke depan tampaknya diarahkan pada upaya-upaya mengoptimalkan kapasitas psikis atlet (Firdaus, 2012). Dengan begitu, psikologi dapat digunakan untuk mengoptimalkan fungsi dan kemampuan manusia, bukan hanya sekedar mengatasi permasalahan-permasalahan psikis ataupun gangguan mental.

Atlet menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah olahragawan, terutama yang mengikuti perlombaan atau pertandingan yang mengandalkan kekuatan, ketangkasan, dan kecepatan. Seseorang yang disebut atlet yakni olahragawan yang menggeluti cabang olahraga tertentu dan mengikuti pertandingan serta dapat memiliki prestasi olahraga pada tingkat kabupaten, provinsi, nasional hingga internasional. Cabang olahraga tentunya bervariasi dan dapat dilombakan secara individu maupun berkelompok. Contoh cabang olahraga yang dilombakan secara berkelompok adalah basket, *baseball*, dan voli. Sedangkan cabang olahraga yang diperlombakan secara individu adalah lari, balap motor, tinju dan pencak silat.

Mengutip dari kompas.com (2021) pencak silat masuk ke dalam daftar cabang olahraga yang dilombakan pada Pekan Olahraga Nasional (PON), *SEA Games*, dan

*Asian Games*. Pencak silat termasuk cabang olahraga individu yang memiliki banyak peminat dan bahkan telah berkembang pada tingkat sekolah dasar hingga tingkat perguruan tinggi. Selain itu banyak dijumpai perguruan pencak silat di berbagai daerah yang menaungi dan melatih atlet maupun calon atlet untuk bisa diikutsertakan pada kejuaraan olahraga. Eksistensi atlet pencak silat dapat dibuktikan dari prestasi-prestasi yang membanggakan dan mengharumkan nama bangsa di kancah dunia. Berdasarkan pernyataan dari olahraga.skor.id (2022) pencak silat Indonesia menjadi juara umum the 19th *World Pencak Silat Championship 2022* dengan perolehan sebanyak 28 medali diantaranya, 11 emas, 9 perak dan 8 perunggu. Prestasi tersebut tentunya diharapkan dapat tetap konsisten dan meningkat di kemudian hari sehingga pencak silat dapat dikenal oleh dunia dan atlet pencak silat akan dikenal karena prestasinya.

Nugroho (2005) mengatakan pencak silat memiliki 4 aspek utama yaitu aspek mental spiritual, aspek seni budaya, aspek bela diri, dan aspek olahraga. Aspek olahraga tentunya aspek yang berkaitan dengan kesiapan dan kemahiran untuk melakukan teknik-teknik yang benar. Atlet dengan kemahiran teknik-teknik pencak silat tentunya dapat membawa dirinya bisa menguasai arena pertandingan. Selain kemahiran atas teknik-teknik, atlet juga memerlukan kesiapan mental untuk dapat menunjang performa atlet dalam mencapai prestasi olahraga. Atlet pencak silat memerlukan mental yang kuat karena pencak silat tergolong olahraga individu dimana olahraga individu merupakan olahraga dengan tingkat kecemasan lebih tinggi dibandingkan olahraga tim (Yohanes dkk., 2021).

Kesiapan atlet selain dari dalam dirinya sendiri tentunya memerlukan peran pelatih dalam pembinaan olahraga. Menurut Harsono (1998) ada empat aspek yang perlu dipahami dalam pembinaan olahraga, yakni aspek fisik, teknik, taktik dan mental. Pernyataan tersebut sejalan dengan Gunarsa (1996) yang menyatakan bahwa aspek mental memberikan sumbangan pada penampilan atlet sebesar 80%, sedangkan 20% sisanya adalah aspek lainnya. Dalam aspek-aspek tersebut disebutkan salah satunya adalah aspek mental yang merupakan aspek psikologis dari atlet itu sendiri. Dari hal tersebut diketahui bahwa aspek mental menjadi aspek yang memberikan pengaruh besar pada performa atlet.

Iwandana dkk, (2021) menyatakan disamping kekuatan fisik dan teknik yang dimiliki seorang atlet, faktor mental juga berperan dalam mendukung penampilan secara maksimal. Atlet dengan fisik, teknik dan taktik yang baik tidak dapat menghasilkan performa yang optimal apabila tidak memiliki mental yang baik pula. Artinya, dengan kondisi fisik yang prima dan teknik maupun taktik yang tepat maka tidak akan mendapatkan hasil yang maksimal apabila tidak diimbangi dengan mental yang baik. Maka dari itu tidak dapat dipungkiri keberhasilan atlet selain ditentukan oleh keterampilan dan kemampuan fisik, juga dipengaruhi oleh kesiapan psikologis.

Pada saat berlatih maupun bertanding terdapat banyak faktor yang mempengaruhi performa atlet dan akan mempengaruhi prestasinya. Sebagian besar atlet pencak silat mengatakan bahwa hal-hal yang mempengaruhi performanya adalah ketidakmampuan dirinya mengontrol emosi dan kecemasan baik sebelum maupun disaat bertanding. Atlet merasa cemas dan takut ketika dihadapkan dengan lawan yang dirasa lebih unggul darinya. Atlet juga merasa memiliki beban tersendiri ketika dipercaya mampu menjadi juara, sehingga menjadikannya takut akan kegagalan dan merasa tidak memiliki mental juara. Selain itu atlet menunjukkan gejala-gejala fisik atas kecemasan yang dirasakan, yakni tremor dan badan lemas. Hal-hal tersebut mengindikasikan bahwa atlet kurang memiliki kesiapan mental sehingga memiliki perasaan yang kurang percaya diri, cemas yang kemudian dapat mempengaruhi kondisi fisiknya.

Atlet pencak silat perlu memperhatikan kondisi mentalnya dikarenakan pencak silat memuat sentuhan fisik (*body contact*) secara langsung yang dapat membuat atlet merasa cemas dan hal tersebut memerlukan ketahanan mental yang baik. Dengan ketahanan mental yang baik akan menjadikan atlet mampu mengendalikan aspek emosional yang dimilikinya. Pengendalian aspek emosional tentunya berdampak positif terhadap performa yang ditampilkan. Atlet akan mampu mengendalikan perasaan cemas dan mempertahankan kepercayaan diri. Dengan begitu kesiapan mental adalah hal yang diperlukan atlet untuk dapat tampil secara maksimal dan menguasai pertandingan untuk kesuksesan olahraga. Faktor yang sangat menentukan kesiapan psikologis atlet ketika latihan maupun pertandingan adalah *Mental toughness* (Maulidya & Jannah, 2021).

Menurut Gucciardi dkk, (2008) *mental toughness* adalah istilah umum yang digunakan sebagian besar atlet, pelatih, dan media untuk menggambarkan karakteristik mental superior dari para atlet yang unggul dalam latihan dan situasi kompetitif. *Mental toughness* dapat diartikan sebagai ketangguhan mental yang sangat diperlukan oleh seorang atlet dalam sebuah pertandingan yang akan mendorong mereka tidak akan mudah menyerah. Atlet tentunya menghadapi banyak tekanan internal maupun eksternal baik ketika berlatih maupun bertanding. *Mental toughness* yang menjadikan atlet lebih mampu mengontrol pikiran maupun perasaannya dalam menghadapi tantangan ketika berlatih maupun bertanding. *Mental toughness* menjadi hal krusial yang berdampak pada performa atlet dalam mencapai keberhasilan serta prestasi olahraga. Atlet dengan *mental toughness* yang baik akan menunjukkan kesiapan psikologis selama berlatih maupun bertanding yang menjadikannya lebih mampu mengatasi tekanan dan memiliki performa yang optimal serta menjadikannya mampu mencapai prestasi olahraga.

Berdasarkan paparan mengenai *mental toughness* tersebut dan berdasarkan penelitian terdahulu, sesuai dengan fenomena yang sedang terjadi pada atlet pencak silat dari beberapa perguruan silat di Gresik dalam naungan Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI) Kabupaten Gresik. Hasil wawancara dengan beberapa atlet pencak silat, antara lain:

Tabel 1. 1 Hasil Wawancara *Mental Toughness* Atlet Pencak Silat

No	Subjek	Asal	Hasil Wawancara	Kesimpulan
1	MPD	Tapak Suci	Menurut MPD, persiapan fisik, teknik bermain, dan kekuatan mental perlu dipersiapkan untuk bisa tampil secara maksimal dalam pertandingan. Akan tetapi MPD pernah mengalami cedera pada kaki dan terlihat adanya cekungan di bagian tulang kering. Ia mengatakan jika cedera tersebut mengakibatkan rasa nyeri sehingga mengganggu latihannya.	Memenuhi aspek sikap tangguh.
2	KA	PSHT	KA merasa dirinya memiliki sikap tangguh dan tidak mudah	Memenuhi aspek kesadaran olahraga

terkalahkan. Akan tetapi ia akan kehilangan motivasi dan tidak memiliki gairah untuk bertanding jika perasaannya sedang kacau yang mengakibatkan dirinya tidak dapat menampilkan performa terbaiknya.

3	DPA	Pagar Nusa	DPA merasa terdapat banyak tantangan berat dalam pertandingan. Tantangan paling berat baginya adalah berkaitan dengan pengendalian diri dan kontrol emosi. Ada pula faktor dari luar dirinya yang menjadi tantangan baginya, yakni kepercayaan orang lain terhadap dirinya. Kepercayaan tersebut ia rasakan sebagai beban di tengah tuntutan sebagai mahasiswa pula. Hal tersebut menjadikan dirinya merasa tidak lagi menjadi atlet yang memiliki sikap tangguh.	Memenuhi aspek berkembang melalui tantangan.
4	MRA	Pamur	MRA merasa bahwa dirinya bukanlah seorang atlet yang memiliki sikap tangguh dan tak mudah terkalahkan. Dia menyatakan bahwa tantangan saat bertanding yang ia rasakan adalah badan terasa lemas dan tremor.	Memenuhi aspek berkembang melalui tantangan
5	KAA	Pagar Nusa	KAA melatih fisik, mental, kesehatan, maupun kekompakan tim untuk menghadapi pertandingan. Namun, ia memiliki rasa khawatir dan tidak percaya diri ketika bertemu dengan lawan yang memiliki kekompakan tim maupun <i>power</i> yang lebih baik darinya. Selain itu, hati dan pikirannya tidak cukup tenang namun ia masih mencoba mengendalikan dirinya karena tetap harus bersikap sopan dan sportif.	Memenuhi aspek berkembang melalui tantangan
6	VC	Tapak Suci	VC berlatih secara konsisten bersama pasangan ganda sebelum menghadapi pertandingan. Akan tetapi ketika bertanding, dirinya didiskualifikasi karena menjatuhkan senjata ketika	Memenuhi aspek menginginkan kesuksesan.

kompetisi pencak silat seni ganda berlangsung. Kejadian itu menjadikan VC gagal meraih prestasi di pencak silat seni dan dirinya memilih menjadi atlet pencak silat bertarung.

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa atlet pencak silat didapatkan hasil bahwa keenam subjek memenuhi aspek-aspek *mental toughness*. Namun, mereka mengalami kesulitan atau hambatan yang paling dominan berasal dari faktor internal, yakni kesulitan dalam mengontrol perasaan dan emosi ketika menemui tantangan dalam pertandingan. Berdasarkan hasil wawancara tentang permasalahan *mental toughness* pada atlet pencak silat, menunjukkan hasil yang sesuai dengan aspek *mental toughness* menurut Gucciardi (2009), yakni sebagai berikut:

1. Berkembang melalui tantangan

Berkembang melalui tantangan digambarkan sebagai sikap dan perilaku dalam menghadapi tekanan dari internal maupun eksternal. DPA, MRA, KAA merasakan tekanan internal berasal dari dalam diri sendiri ketika bertanding. Tekanan internal tersebut dapat dilihat dari DPA yang kurang bisa mengontrol emosinya, MRA yang merasa badannya lemas dan tremor ketika memasuki gelanggang, dan KAA yang merasa tidak percaya diri saat dihadapkan dengan lawan yang menurutnya lebih unggul darinya.

2. Kesadaran olahraga

Kesadaran olahraga menggambarkan sikap dan perilaku yang berkaitan dengan penampilan individu maupun tim. KA menyatakan perasaan dan emosi berpengaruh terhadap performa bertandingnya. Ketika dirinya sedang dalam perasaan dan emosi yang buruk maka dirinya memiliki motivasi dan gairah yang menurun untuk menampilkan performa yang terbaik. Sikap tersebut mengindikasikan dirinya kurang mampu bertanggungjawab dan kurang memiliki sikap yang profesional terhadap tugas dan perannya sebagai atlet.

3. Sikap tangguh

Sikap tangguh menggambarkan sikap dalam menghadapi tekanan dan tantangan yang ditafsirkan positif maupun negatif. MPD yang pernah mengalami cedera di

kaki berdampak terhadap kegiatan berlatih karena ia dirinya merasakan nyeri yang mengganggu.

#### 4. Menginginkan kesuksesan

Menginginkan kesuksesan berkaitan dengan prestasi olahraga. VC mengikuti perlombaan dalam kategori pencak silat seni ganda didiskualifikasi karena menurunkan senjata, kemudian setelahnya memutuskan untuk memilih fokus di pencak silat bertarung. Kejadian tersebut mengindikasikan dirinya tidak memiliki sikap yang kuat untuk mempertahankan kesuksesan di pencak silat seni, akan tetapi memilih untuk fokus pada pencak silat bertarung

Berdasarkan pernyataan dan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada atlet pencak silat mendapatkan hasil yang memenuhi aspek *mental toughness* sesuai Gucciardi (2009) yang meliputi berkembang melalui tantangan, kesadaran olahraga, sikap tangguh, dan menginginkan kesuksesan. *Mental toughness* yang dimiliki oleh atlet berdampak terhadap kemampuan mengontrol emosi, perasaan dan perilaku ketika latihan maupun bertanding, serta pencapaian prestasi olahraga oleh atlet itu sendiri. *Mental toughness* yang tidak begitu baik akan mendatangkan hasil yang kurang optimal ketika berlatih maupun bertanding.

### 1.2 Identifikasi Masalah

*Mental toughness* merupakan faktor penting yang perlu dimiliki oleh atlet dalam latihan maupun bertanding. Studi mengenai *mental toughness* pada atlet menggambarkan atlet dengan *mental toughness* yang baik dapat menampilkan kinerja atau performa optimal, baik ketika sedang latihan maupun bertanding. Seorang atlet dengan mental yang tangguh dapat memperlihatkan kemampuannya secara optimal dengan mengendalikan emosi, sikap, perilaku (Maulidya & Jannah, 2021).

*Mental toughness* dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal. Faktor internal yang dapat mempengaruhi *mental toughness* yakni, tekanan internal, persiapan diri, menyeimbangkan komitmen (Gucciardi, 2008), harga diri (Zeiger & Zeiger, 2018), kepercayaan diri (Jones, 2007;248), konsep diri (Meggs dkk., 2014), narsistik (Manley dkk., 2019), kesadaran diri (Cowden, 2017), persiapan mental (Aryanto & Larasati, 2020), dan *psychological capital* (Maulidya & Jannah, 2021). Sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi *mental toughness* yakni, kondisi

lingkungan dan arena bertanding, variasi pertandingan, cedera dan rehabilitasi, rekan dan tekanan sosial (Gucciardi, 2008), latihan fisik (Marshall, 2017), dan pelatihan atribusi (Parkes & Mallett, 2011).

Berdasarkan paparan dari beberapa faktor internal yang menyebutkan bahwa *psychological capital* mempengaruhi *mental toughness* ditinjau dari penelitian terdahulu sesuai dengan fenomena yang terjadi pada atlet pencak silat dari beberapa perguruan pencak silat di Kota Gresik, antara lain:

Tabel 1. 2 Hasil Wawancara *Psychological Capital* pada Atlet Pencak Silat

No	Subjek	Asal	Hasil Wawancara	Kesimpulan
1	MPD	Tapak Suci	Menurut MPD, persiapan fisik, teknik bermain, dan kekuatan mental perlu dipersiapkan untuk bisa tampil secara maksimal dalam pertandingan. Akan tetapi MPD merasa dirinya grogi dan memiliki tantangan tersendiri ketika bertemu dengan lawan yang dirasa lebih unggul.	Memenuhi aspek kepercayaan diri ( <i>self efficacy</i> )
2	KA	PSHT	Ketika KA kesulitan mengontrol dirinya dan sedang dalam perasaan kacau, ia tidak memiliki motivasi menjadi juara karena tidak mampu menampilkan performa terbaiknya.	Memenuhi aspek optimisme ( <i>optimism</i> )
3	DPA	Pagar Nusa	DPA menyatakan bahwa tantangan selama pertandingan cukup banyak, salah satunya pengendalian diri, teknik, dan taktik menyerang lawan. Meskipun telah mengetahui kendala yang dimiliki, ia tetap melakukan kesalahan yang sama yang berkaitan dengan pengendalian tubuh.	Memenuhi aspek ketahanan ( <i>resiliency</i> )
4	MRA	Pamur	MRA berusaha untuk tetap tenang dan sabar saat ia menghadapi tantangan dalam pertandingan. Apabila lawan lebih unggul maka ia mendahului untuk menyerang demi menambah poin dan ia berusaha siap menerima serangan balasan dari lawan sebagai upaya pertahanan.	Memenuhi aspek harapan ( <i>hope</i> )
5	KAA	Pagar Nusa	KAA menganggap dirinya adalah seorang atlet pencak silat yang memiliki sikap tangguh, yakni ia berusaha mencapai tujuan yang tinggi dengan usahanya. Ia juga mengatakan bahwa	Memenuhi aspek optimisme ( <i>optimism</i> )

			harus tetap tenang, fokus, dan percaya diri sendiri dan tim untuk bisa bertahan dalam menghadapi tantangan dalam pertandingan.	
6	VC	Tapak Suci	VC merasa belum memiliki sikap yang tangguh karena ia menyadari masih memiliki banyak kesalahan yang seharusnya tidak ia lakukan. Kesalahan yang dilakukan selama berada di pencak silat menjadikan dirinya menyerah karena kehilangan motivasi dan justru memilih beralih ke pencak silat bertarung	Memenuhi aspek harapan ( <i>hope</i> )

Berdasarkan hasil wawancara di atas diketahui bahwa aspek-aspek yang ada dalam *psychological capital* dapat berdampak pada performa yang ditampilkan. *Psychological capital* membantu atlet untuk bisa memiliki keyakinan dan mampu bertahan dalam tekanan maupun hambatan yang ada selama pertandingan. Atlet pencak silat merasa cemas dan khawatir dan kehilangan kepercayaan diri akibat bertemu lawan yang dirasa lebih unggul menandakan atlet tidak memiliki rasa percaya diri (*self efficacy*) ketika menemui tantangan. Atlet mengalami perasaan yang kacau menyebabkan dirinya tidak memiliki kontrol diri yang baik dan menjadikan dirinya kehilangan motivasi menjadi juara menunjukkan atlet tidak memiliki sikap optimis (*optimism*). Selain itu atlet tidak mengevaluasi kegagalan yang pernah dialami menyebabkan dirinya mengalami kesalahan yang sama dan tidak mampu bangkit dari keterpurukan menunjukkan atlet tidak memiliki ketahanan (*resiliency*). Kesalahan yang pernah terjadi dalam pertandingan menyebabkan atlet kehilangan motivasi berkembang lebih baik dan justru menyerah pada keadaan menandakan atlet tidak memiliki harapan (*hope*) dalam mempertahankan tujuan.

*Mental toughness* merupakan suatu indikasi seorang atlet memiliki kondisi psikologis yang bersifat positif. Sedangkan *psychological capital* merupakan modal psikologis individu untuk bisa berkembang ke arah positif guna memaksimalkan potensi yang dimiliki. *Psychological capital* yang dimiliki oleh atlet akan membantu atlet tampil maksimal selama berlatih maupun bertanding. *Psychological capital* adalah kondisi psikologis positif yang ditandai dengan kepercayaan diri untuk mampu mengatasi tantangan (*self efficacy*), optimisme (*optimism*), harapan positif atas yang akan terjadi (*hope*), dan ketahanan dalam proses mencapai kesuksesan (*resiliency*)

(Luthans dkk., 2007). Keempat aspek *psychological capital* tersebut adalah sifat positif yang yang dapat membantu atlet dalam meningkatkan potensi dan performanya.

Faktor pembentuk *psychological capital* cukup selaras dengan *mental toughness* yang mana menurut Cowden dkk, (2014) seseorang dikatakan memiliki *mental toughness* ketika seseorang tersebut memiliki kemampuan untuk tetap dalam kondisi stabil secara emosional, percaya diri, dan optimisme, serta kemampuan untuk berkembang dalam kondisi stress. Selain itu, *psychological capital* memungkinkan individu mencapai tujuan bahkan disaat mereka sedang memiliki masalah maupun sedang stress (Maldonado & Salanova, 2017). Keterkaitan *psychological capital* dengan *mental toughness* diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Maulidya dan Jannah (2021) yang menyatakan terdapat hubungan positif antara *psychological capital* dengan *mental toughness*.

Berdasarkan pernyataan-pernyataan dapat diketahui bahwa adanya keterkaitan antara *psychological capital* dengan *mental toughness* atlet. Tidak banyaknya studi yang membahas *psychological capital* dengan *mental toughness* menjadikan peneliti tertarik untuk melakukan penelitian serupa. Melihat penelitian terdahulu yang menyatakan adanya hubungan antara *psychological capital* dengan *mental toughness*, maka peneliti ingin mengkaji lebih lanjut terkait pengaruh *psychological capital* terhadap *mental toughness* pada atlet. Kebaruan dalam penelitian ini adalah teknik analisis data yang berbeda dimana peneliti sebelumnya menggunakan uji korelasi untuk melihat hubungan sedangkan penelitian ini menggunakan uji regresi untuk melihat pengaruh *psychological capital* terhadap *mental toughness*. Selain itu peneliti juga melakukan analisis mengenai demografis jenis kelamin terhadap *mental toughness*. Sehingga peneliti mengangkat judul penelitian “Pengaruh *Psychological Capital* terhadap *Mental Toughness* pada Atlet Pencak Silat di Kabupaten Gresik”.

### **1.3 Batasan Masalah**

Batasan masalah digunakan untuk memberikan limitasi terhadap penelitian agar penelitian lebih terarah dan memudahkan pembahasan penelitian. Adapun batasan masalah dalam penelitian ini, yakni:

### 1. *Mental toughness*

Gucciardi dkk, (2009) menyatakan *mental toughness* adalah gabungan dari emosi, sikap, perilaku, serta nilai yang membuat individu mampu untuk menyelesaikan kendala dan tekanan yang dialami dengan tetap konsisten dalam menjaga motivasi dan konsentrasi secara penuh tujuan yang telah ditetapkan dapat terwujud.

### 2. *Psychological capital*

Luthans dkk, (2007) menyatakan *psychological capital* adalah kondisi psikologis positif yang ditandai dengan kepercayaan diri untuk mampu mengatasi tantangan (*efficacy*), optimisme (*optimism*), harapan positif atas yang akan terjadi (*hope*), dan ketahanan dalam proses mencapai kesuksesan (*resiliency*).

### 3. Atlet

Atlet sebagai subjek penelitian ini adalah atlet yang diikutsertakan dalam pertandingan yang berasal dari beberapa perguruan pencak silat dalam naungan Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI) Kabupaten Gresik.

## 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah terdapat pengaruh antara *psychological capital* terhadap *mental toughness* pada atlet pencak silat Kabupaten Gresik?”

## 1.5 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *psychological capital* terhadap *mental toughness* pada atlet pencak silat Kabupaten Gresik.

## 1.6 Manfaat Penelitian

Berdasarkan uraian tujuan penelitian di atas, maka dapat diketahui manfaat penelitian ini adalah:

### 1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi dan menjadi referensi penelitian sejenis terkait *psychological capital* dan *mental toughness*.

## 2. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memiliki manfaat diantaranya:

a. Manfaat Bagi Atlet Pencak Silat Kabupaten Gresik

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi atlet pencak silat Kabupaten Gresik untuk meningkatkan *mental toughness*.

b. Manfaat Bagi Pelatih Atlet Pencak Silat Kabupaten Gresik

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi pelatih atlet pencak silat Kabupaten Gresik dalam membina atlet, khususnya untuk membantu meningkatkan *mental toughness*.

