

ABSTRAK

PROFIL *MENTAL TOUGHNESS* DAN PRESTASI ATLET PENCAK SILAT PADA KEJUARAAN PENCAK SILAT BANDUNG OPEN 2016

SitiKhoironnisa*

1003334

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *mental toughness* dan prestasi atlet pencak silat pada Kejuaraan Pencak Silat Bandung Open 2016. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet kategori tanding pra-remaja pada Kejuaraan Pencak Silat Bandung Open 2016 dan sampel yang diambil sebanyak 38 atlet. Teknik penarikan sampel diambil secara *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan untuk melihat gambaran ketangguhan mental atlet yaitu dengan menggunakan *Mental Toughness Questionnaire (MTQ) Sports*, untuk mengetahui prestasi atlet dengan melihat hasil pertandingan. Teknik analisis data menggunakan persentase. Data yang diperoleh diolah dengan software SPSS versi 23. Hasil penelitian menggambarkan bahwa profil *mental toughness* dan prestasi atlet pencak silat Bandung Open 2016 dalam kategori rendah dengan persentase 28,9% sebanyak 11 atlet, sedangkan kategori sedang dengan persentase 52,6% sebanyak 20 atlet, dan kategori tinggi dengan persentase 18,4% sebanyak 7 atlet. Saran untuk meningkatkan ketangguhan mental dan prestasi atlet sebaiknya diterapkan latihan *Mental Toughness* secara optimal.

Kata kunci: Profil, *Mental Toughness*, Prestasi, Pencak Silat.

* Mahasiswa Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Angkatan 2010.

ABSTRACT

THE PROFILE OF MENTAL TOUGHNESS AND THE ATHLETE'S PERFORMANCE IN THE CHAMPIONSHIP MARTIAL ARTS BANDUNG OPEN IN 2016

SitiKhoironnisa*

1003334

The purpose of this study is to describe the mental toughness and the martial arts athlete achievement in Bandung Open PencakSilat Championship 2016. The method used in this study is descriptive method. The population in this study is a pre-teen athlete sparring category at the championships open martial arts in 2016 and samples taken as many as 38 athletes. The sampling technique with purposive sampling. The instrument used to see the picture of mental toughness of athletes by using a Mental Toughness Questionnaire (MTQ) Sports, to determine the athlete's performance by seeing at the game. Data were analyzed using percentages. The data obtained were processed with SPSS software version 23. The study result shows that the profile mental toughness and the athlete's performance martial art Bandung Open 2016 in the low category with a percentage of 28,9% by 11 athletes, whereas the medium category with a percentage of 52,6% by 20 athletes, and high category with a percentage 18,4% by 7 athletes. Suggestions for improving the mental toughness and the athlete's performance should be applied optimally mental toughness training.

Keywords: Profile, Mental Toughness, Achievement, PencakSilat.

* Student Sports Coaching Education Program Forces in 2010.