

Pengaruh Intimasi Pelatih-Athlet Terhadap *Mental Toughness* pada Atlet di Kota Makassar

The Influence of Coach- Athlete Intmcy on Mental Toughness of Athletes in Makassar

Annisa Sabrina B.* , Nurhikmah, Andi Muhammad Aditya
Fakultas Psikologi Universitas Bosowa
Email: sabrinanisab@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh antara intimasi pelatih-atlet terhadap *mental toughness* atlet di Kota Makassar. Sampel yang digunakan pada penelitian ini berjumlah 279 atlet yang pernah mewakili Kota Makassar pada Kejuaraan Pekan Olahraga Provinsi, dengan rentang usia 18-25 tahun. Pengumpulan data dilakukan menggunakan dua skala siap pakai yaitu Skala *Mental Toughness* yang telah diadaptasi oleh Aminuddin (2021) dengan nilai reliabilitas 0.925 dan Skala Intimasi Pelatih-Athlet yang telah diadaptasi oleh Yetisa Ika Putri (2009) dengan nilai reliabilitas 0.954. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan bantuan dari aplikasi IBM SPSS *Statistic 25*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif antara intimasi pelatih-atlet terhadap *mental toughness* pada atlet di Kota Makassar dengan nilai korelasi (r) sebesar 47,3%. Oleh karena itu, diketahui bahwa semakin tinggi intimasi pelatih-atlet maka *mental toughness* atlet juga akan semakin tinggi.

Kata Kunci: Intimasi Pelatih-Athlet, *Mental Toughness*, Atlet.

Abstract

This study aims to determine the influence between coach-athlete intimacy on mental toughness of athletes in Makassar City. The sample used in this study amounted to 279 athletes who had represented Makassar City at the Provincial Sports Week Championship, with an age range of 18-25 years. Data collection was carried out using two ready-made scales, namely the Mental Toughness Scale which has been adapted by Aminuddin (2021) with a reliability value of 0.925 and the Coach-Athlete Intimacy Scale which has been adapted by Yetisa Ika Putri (2009) with a reliability value of 0.954. The results of this study indicate that there is a positive influence between coach-athlete intimacy on mental toughness in athletes in Makassar City with a correlation value (r) of 47.3%. Therefore, it is known that the higher the coach-athlete intimacy, the higher the athlete's mental toughness will be.

Keywords: *Coach-Athlete Intimacy, Mental Toughness, Athletes.*

PENDAHULUAN

Olahraga adalah bentuk aktivitas fisik yang bersifat kompetitif dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan fisik seseorang (Nugroho, 2021). Olahraga sendiri terbagi menjadi dua kategori yaitu olahraga kesehatan dan olahraga performance, dimana olahraga kesehatan digunakan untuk meningkatkan kesehatan sehari-hari serta kebutuhan rekreasi pikiran atau mengatasi keadaan darurat, sedangkan olahraga performance cenderung membutuhkan organ tubuh untuk dapat berfungsi secara maksimal dan fungsi optimal, biasanya dilakukan oleh orang-orang tertentu seperti atlet (Gunarsa, 2004). Olahraga adalah bentuk permainan yang terorganisir dan kompetitif yang tidak hanya mencakup aspek fisik tetapi juga aspek psikologis individu (Nisa & Jannah, 2017). Individu yang dapat dikatakan atlet adalah orang yang senang berolahraga dan dapat berprestasi pada tingkat daerah, nasional maupun internasional. Atlet adalah orang yang selalu, dihadapkan kepada permasalahan, baik permasalahan mengejar prestasi, menghadapi tekanan-tekanan dari lawan, penonton maupun pelatih (Sondakh, 2009).

Kerap terjadi saat ini seorang atlet yang memiliki kemampuan dan keahlian mengalami kegagalan dalam menampilkan yang baik karena mentalitas yang rendah, dan rusaknya konsentrasi atlet ketika skornya tertinggal. Sejalan dengan yang dijelaskan oleh Muckhlis (2018), seorang atlet harus memiliki mentalitas yang baik untuk berprestasi pada bidangnya, terkadang mental seorang atlet menjadi faktor penentu apakah seorang atlet bisa berprestasi atau tidak. Dalam sebuah pertandingan, jika teknik yang dimiliki sudah memenuhi, maka mental yang akan mendominasi di lapangan. Jika stamina dari atlet yang tertinggal skor cenderung menurun, hal ini mengindikasikan ketangguhan mental yang rendah pada atlet.

Peneliti melakukan wawancara terhadap beberapa atlet kemudian ditemukan bahwa ketika saat bertanding dan tertinggal skor banyak atlet yang mengaku merasa blunder, frustrasi, tertekan dan kehilangan fokus, hal ini membuat para atlet sulit untuk bangkit. Atlet tersebut juga mengaku kesal jika teman setimnya melakukan kesalahan. Dilihat dari penelitian yang dilakukan oleh Adisasminto (2007), psikologis memegang peranan yang sangat penting bagi atlet yang berprestasi, sebesar 80% kemenangan atlet profesional ditentukan oleh faktor psikologis. Temuan penelitian lainnya Liew dkk. (2019) juga menyatakan bahwa aspek psikologis memberikan kontribusi lebih dari 50% terhadap keberhasilan atlet dalam bertanding.

Berdasarkan masalah diatas seharusnya yang terjadi atlet tetap berjuang, bangkit dari tekanan dan mengejar ketertinggalan skor, karena dengan usaha dan tekad yang besar apapun bisa terjadi di dalam lapangan. Pelatih dan supporter juga berharap agar atlet tersebut tetap berjuang, dan tidak lengah serta membalikkan keadaan tertekan menjadi peluang untuk mencetak gol. Dalam situasi skor tertinggal, pelatih juga seharusnya membangun komunikasi yang baik antar pelatih dan atlet, memberikan dukungan positif kepada atlet dan memberikan kepercayaan sepenuhnya kepada semua anggota tim untuk berpartisipasi dalam lapangan, agar atlet lebih percaya diri. Penelitian yang telah dilakukan Fauzee dkk (2012), menjelaskan salah satu situasi psikologis untuk menentukan keberhasilan seorang atlet dalam hal ini mencapai target yang telah dirancang oleh pelatih dalam pelatihan *goal-setting* di arena kompetisi, salah satunya yaitu *mental toughness*. Individu yang tangguh secara mental dalam kehidupan sehari-harinya cenderung mudah berbau dan ramah karena mampu tenang dan santai dalam situasi apapun, mereka memiliki sifat kompetitif yang tinggi dalam kebanyakan situasi dan memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah.

Rosady (2020) menjelaskan bahwa ketahanan mental harus dimiliki seorang atlet, agar atlet dapat dengan percaya diri menghadapi situasi genting selama pertandingan dengan rasa percaya diri yang tinggi, dapat mengendalikan dan menguasai permainan, serta tetap tenang terutama sebelum mengalami kegagalan sehingga dapat bangkit kembali untuk bermain dengan baik. Gucciardi (2008) juga menjelaskan bahwa *mental toughness* merupakan kumpulan nilai, sikap, perilaku, dan emosi yang memungkinkan atlet dapat bertahan dan mengatasi berbagai rintangan, kesulitan atau tekanan.

Penelitian yang dilakukan Setiawan, dkk. (2020) terhadap 30 mahasiswa Universitas Suryakencana, membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *mental toughness* dan performa atlet. *Mental toughness* berkontribusi terhadap kinerja dalam olahraga, namun penelitian Cowden (2016) menjelaskan bahwa kontribusi ini tergantung pada kondisi tertentu, seperti keadaan tertekan yang biasanya menyebabkan tingkat kecemasan menjadi tinggi, misalnya saat situasi melakukan tendangan penalti, tertinggal jumlah skor, tidak dapat menghentikan serangan lawan dan gagal untuk mencetak gol, dalam situasi itu faktor psikologis seperti *mental toughness* sangat penting bagi atlet untuk menentukan tingkat keberhasilan.

Banyak faktor yang dapat memengaruhi *mental toughness* salah satunya adalah Intimasi pelatih-atlet. Pragger (1995) mendefinisikan intimasi sebagai salah satu tingkah laku penyesuaian seseorang yang mengungkapkan kebutuhannya kepada orang lain. Shadily dan Echols (1990) mendefinisikan intimasi sebagai ketertarikan yang kuat yang didasarkan oleh saling percaya dan keterlibatan. Jowett (2003) menjelaskan bahwa semakin seorang atlet membutuhkan pelatih atau sebaliknya untuk aktivitas yang sama (misalnya pada saat pertandingan) maka semakin tinggi pula *mental toughness* atlet tersebut. Mengabaikan hubungan pelatih-atlet dapat mempengaruhi kondisi diluar permainan dan di dalam lapangan. William (1994) menjelaskan bahwa interaksi yang efektif antara pelatih dan atlet didasarkan pada proses berbagi dan saling pengertian. Saling berbagi melibatkan proses yang timbal balik dalam mengungkapkan pikiran, perasaan atau informasi yang bersifat pribadi. Dengan berdasarkan penjelasan di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui Pengaruh Intimasi Pelatih-Athlet terhadap *Mental Toughness* pada atlet di Kota Makassar.

Mental Toughness

Gucciardi dkk (2008) menjelaskan bahwa *mental toughness* merupakan kumpulan nilai-nilai, sikap, perilaku, dan emosi yang memungkinkan seseorang untuk mampu mengatasi kesulitan atau tekanan yang dialami, namun tetap menjaga konsentrasi dan motivasi agar konsisten dalam mencapai suatu tujuan. Nicholls dkk., (2009) mengatakan bahwa atlet yang tangguh secara mental memiliki rasa kepercayaan diri yang tinggi dan keyakinan yang tak tergoyahkan bahwa mereka dapat mengondalikan situasi, seperti tetap fokus, tidak pantang menyerah dan mampu menyelesaikan pertandingan dengan baik meskipun pada saat pertandingan berlangsung mereka mengalami kesulitan.

Gucciardi dkk. (2015) menjelaskan bahwa *mental toughness* sebagai suatu kapasitas dari personal yang mampu untuk menghasilkan tingkat mental yang subjektif (misalnya pencapaian tujuan pribadi) atau obyektif (misalnya, waktu pertandingan) meskipun tantangan dan stress dalam kehidupan sehari-hari merupakan peristiwa yang tidak disengaja. Jones (2010) menjelaskan bahwa *mental toughness* dapat menjadikan seorang atlet untuk tetap merasa rileks, tenang, dan bersemangat, karena dapat mengembangkan dua keterampilan yaitu mengalirkan energi positif seperti berpersepsi menghilangkan kesulitan dan berfikir untuk bersikap atau menghiraukan masalah, tekanan, kesalahan, dan persaingan dalam suatu pertandingan. Loehr (1982) dengan ketangguhan mental atlet dapat meningkatkan kemampuan dalam menangani berbagai tekanan seperti stres, fisik, mental maupun emosional, agar seorang atlet dapat berada dalam performa ideal berbagai keterampilan harus dicapai seperti, percaya diri, tenang pada saat bertanding, memiliki emosi positif, dan tetap fokus meskipun mengalami kesulitan pada saat bertanding.

Intimasi Pelatih-Atlet

Atwater (1983) mengemukakan bahwa intimasi mengarah pada suatu hubungan yang bersifat informal, hubungan kehangatan antara dua orang yang diakibatkan oleh persatuan yang lama. Intimasi mengarah pada keterbukaan pribadi dengan orang lain, saling berbagi pikiran dan perasaan mereka yang terdalam. Gunarsa (1996) menjelaskan bahwa kedekatan pelatih-atlet sebagai suatu hubungan persaudaraan yang harus ada jarak karena pelatih juga seorang pendidik atau guru. Jarak di sini maksudnya adalah bahwa kedekatan hubungan pelatih-atlet sebatas untuk perkembangan atlet bukan berdasarkan adanya perasaan kasih sayang satu sama lain.

Cogan dan Vidmar (2000) menjelaskan bahwa seorang atlet tidak akan bisa sukses tanpa pelatih yang berpengalaman, sehingga penting untuk menciptakan suatu hubungan yang baik antara pelatih dengan masing-masing atletnya. Idealnya hubungan antara pelatih dengan atlet disertai dengan saling menghormati, saling pengertian, saling mempercayai dan adanya percakapan yang bersifat terbuka dan bersifat dua arah antara pelatih dan atlet serta pengungkapan perasaan dan permasalahan pribadi.

Berdasarkan beberapa pengertian intimasi di atas, dapat disimpulkan bahwa intimasi adalah suatu hubungan interpersonal berkembang dari hubungan timbal balik antara dua individu, yang terwujud melalui saling berbagi perasaan dan pikiran yang terdalam, saling membuka diri, serta saling menerima dan menghormati satu sama lain. Pengertian intimasi ini akan dijadikan sebagai dasar dalam merumuskan suatu pengertian intimasi pelatih-atlet.

METODE PENELITIAN

Responden

Populasi dalam penelitian ini Atlet yang pernah mewakili Kota Makassar diajang Porprov dimana sejumlah 552 atlet. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini akan diputuskan berdasarkan tabel Michael dan Isaac dengan taraf kesalahan 5% sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 213 atlet di Kota Makassar. Peneliti melakukan teknik pengambilan sampel dengan menggunakan metode *probability sampling*. Adapun jumlah sampel yang berhasil dikumpulkan oleh peneliti adalah sebanyak 279 responden.

Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan dua skala yakni skala Mental Toughness yang diadaptasi oleh Suwandi (2021) dengan jumlah aitem sebanyak 19 butir dan memiliki reliabilitas sebesar 0,925. Sedangkan untuk Intimasi Pelatih-Atlet menggunakan skala siap pakai yang telah diadaptasi oleh Yetisa Ika Putri (2009) dengan jumlah item sebanyak 42 butir dan memiliki reliabilitas 0,954 dimana skala tersebut

berbentuk skala likert dengan 5 respon jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis regresi sederhana karena peneliti ingin mengetahui pengaruh variabel X terhadap variabel Y. Teknik analisis data yang digunakan oleh peneliti yaitu analisis deskriptif dan uji asumsi. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan frekuensi demografi dari intimasi pelatih-athlet dan *mental toughness* pada Atlet di Kota Makassar. Sedangkan uji asumsi terbagi menjadi dua yaitu uji normalitas dan linearitas. Ghazali (2018), menjelaskan bahwa pengujian normalitas digunakan untuk memeriksa apakah data dalam persamaan regresi mengikuti distribusi normal atau tidak. Sugiyono (2013), mengemukakan bahwa uji linearitas adalah salah satu prasyarat dalam analisis regresi, dimana fokusnya adalah apakah hubungan antara variabel X dan Y membentuk garis yang linear atau tidak. Apabila hubungan tersebut tidak bersifat linear, maka proses analisis regresi tidak dapat dilanjutkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Data

Pada penelitian ini terdapat 279 responden dengan 3 jenis demografi, yakni usia, jenis kelamin dan cabang olahraga. Hasil analisis demografi dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 1. Demografi Responden

	Demografi	Frekuensi
Usia	18 – 20 Tahun	115
	21 – 23 Tahun	123
	24 – 25 Tahun	41
Jenis	Laki-Laki	183
Kelamin	Perempuan	96
Cabang Olahraga	Futsal	20
	Bulutangkis	20
	Dayung	17
	Sepakbola	27
	Ski Air	9
	Layar	7
	Basket	22
	Panahan	4
	Tenis Lapangan	16
	Tenis Meja	2
	Tinju	11
	Anggar	9
	Atletik	39
	Renang	21
	Polo Air	20
Softball	25	
Karate	9	

Berikut adalah hasil kategori skor pada alat ukur variabel *mental toughness* yang terbagi atas lima kategori, yakni sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah:

Tabel 2. Kategorisasi Mental Toughness

Kategori	Frekuensi
Sangat Tinggi	4
Tinggi	89
Sedang	119
Rendah	52
Sangat Rendah	16

Berdasarkan data deskriptif yang diperoleh terkait kategorisasi variabel *mental toughness*, terdapat 4 orang responden berada pada kategori sangat tinggi, 89 orang responden berada pada kategori tinggi,

119 orang responden berada pada kategori sedang, 52 orang responden pada kategori rendah dan 16 orang responden pada kategori sangat rendah.

Berikut adalah hasil kategori skor pada alat ukur variabel intimasi pelatih-atlet yang terbagi atas lima kategori, yakni sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah:

Tabel 3. Kategorisasi Intimasi Pelatih-Atlet

Kategori	Frekuensi
Sangat Tinggi	1
Tinggi	104
Sedang	110
Rendah	43
Sangat Rendah	21

Berdasarkan data deskriptif yang diperoleh terkait kategorisasi variabel intimasi pelatih-atlet, terdapat 1 orang responden berada pada kategori sangat tinggi, 104 orang responden berada pada kategori tinggi, 110 orang responden berada pada kategori sedang, 43 orang responden pada kategori rendah dan 21 orang responden pada kategori sangat rendah.

Peneliti melakukan uji linearitas untuk menilai apakah terdapat keterkaitan linear antara variabel independen dan variabel dependen dimana uji linearitas menggunakan bantuan *software IBM SPSS Statistic 25*.

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas

Variabel	Linearity	Keterangan
Intimasi Pelatih-Atlet & <i>Mental Toughness</i>	0.394	Linear

Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa terdapat tingkat signifikansi linear sebesar 0.274 antara intimasi pelatih-atlet dan *mental toughness*. Apabila nilai signifikansinya >0.05 , dapat dianggap bahwa data memiliki hubungan linear antara variabel x dan y .

Peneliti melakukan uji hipotesis terhadap variabel *mental toughness* dan intimasi pelatih-atlet dengan metode analisis regresi linear sederhana dengan bantuan *software IBM SPSS Statistic 25*. Adapun hipotesis penelitian yang diuji adalah ada pengaruh intimasi pelatih-atlet terhadap *mental toughness* pada Atlet di Kota Makassar.

Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	R Square	F	Sig.	Ket.
Intimasi pelatih-atlet terhadap <i>mental toughness</i>	0.473	47.3%	0.000	Signifikan

Ket: *R Square* = koefisien determinan
 F = Nilai Uji Koefisien regresi secara Simultan
 Sig. = Nilai Signifikansi, $p < 0.05$.

Berdasarkan hasil analisis regresi sederhana yang telah dilakukan, peneliti memperoleh nilai R-Square sebesar 0.473. Hasil tersebut berarti bahwa intimasi pelatih-atlet memberikan sumbangsih sebesar 47,3% terhadap *mental toughness* pada Atlet di Kota Makassar. Selain itu, masih terdapat 52,7% faktor lain diluar variabel penelitian yang diteliti yang memberikan sumbangsih terhadap *mental toughness* pada atlet di Kota Makassar.

PEMBAHASAN

Berdasarkan uji hipotesis yang telah dilakukan, peneliti memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,688 dalam hal ini lebih besar dari 0.05, sehingga H1 yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh intimasi pelatih-atlet terhadap *mental toughness* pada atlet diterima. Intimasi Pelatih-Atlet menjadi salah satu faktor yang dapat menyebabkan *mental toughness* atlet di Kota Makassar dengan nilai kontribusi sebesar 47,3%, sementara 52,7% berasal dari faktor lain diluar penelitian ini seperti situasi komepetitif, cedera, tekanan sosial, kepribadian, dan lain-lain.

Berdasarkan hasil koefien regresi bernilai positif yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat intimasi pelatih-atlet maka semakin tinggi pula *mental toughness* yang dimiliki atlet. Intimasi antara

pelatih dan atlet yang semakin tinggi dapat memberikan pengaruh yang signifikan pada mental toughness atlet ketika bertanding. Atlet dengan *mental toughness* yang tinggi dapat mengatasi segala tekanan di dalam lapangan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Darisman & Mulyani (2020) mengatakan bahwa semakin tinggi Intimasi Pelatih- Atlet maka semakin tinggi *mental toughness* atlet UKM Softball.

Yusuf dan Aulia (2020), mengatakan bahwa atlet yang memiliki *mental toughness* dapat mengatasi suatu tekanan terutama selama kompetisi. *Mental toughness* dapat membuat merasa rileks, tenang, dan berenergi, karena mereka dapat mengembangkan dua keterampilan yaitu transmisi energi positif seperti berpersepsi menghilangkan kesulitan dan berfikir untuk bertindak atau mengabaikan masalah, tekanan, kesalahan, dan persaingan dalam permainan.

Adapun faktor yang memengaruhi *mental toughness* adalah intimasi pelatih-atlet. Sejalan dengan hal tersebut berdasarkan hasil temuan literasi Gucciardi dkk, (2008) mengemukakan terdapat dua faktor utama yang dapat mempengaruhi *mental toughness* yaitu situasi umum dan situasi kompetitif. Salah satu faktor situasi umum adalah intimasi pelatih-atlet. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Abdillah, Fathoni dan Amboningtya (2020) yang mengatakan bahwa hubungan antara pelatih dan atlet adalah suatu keadaan perasaan, kontemplasi dan tingkah laku, ketika intimasi pelatih-atlet baik maka akan menambah *mental toughness* yang dimiliki atlet sehingga akan membuat pencapaian yang luar biasa.

Cox (2002) menjelaskan bahwa hubungan pelatih dan atlet merupakan hal yang amat penting dan menentukan berhasil tidaknya pelatih meningkatkan prestasi atletnya. Lee (1993) menambahkan bahwa atlet yang memiliki intimasi yang buruk dengan pelatihnya, maka dia tidak mendapatkan dukungan sosial dari pelatih padahal pelatih adalah orang yang penting dalam menentukan kesuksesan atlet dalam meraih prestasi. Atlet yang memiliki intimasi yang baik dengan pelatihnya memiliki ketangguhan mental yang tinggi karena atlet tersebut mampu mengungkapkan kecemasan yang dirasakan.

Clough, dkk. (2002) menjelaskan bahwa jika *mental toughness* seorang atlet tergolong dalam taraf rendah, maka ketika menghadapi situasi yang cenderung menekan maka atlet akan memunculkan reaksi negatif yakni seperti rasa gugup saat bertanding, emosi kurang stabil, kehilangan konsentrasi serta perilaku diluar kendali internal atlet. Anggapan lain, Yanti & Jannah (2017) menjelaskan bahwa jika *mental toughness* atlet tergolong dalam taraf tinggi, atlet akan memunculkan reaksi positif yakni seperti tenang walaupun mendapat tekanan dari supporter, mampu menjaga titik fokus walaupun skor yang didapat tertinggal jauh dari lawan, serta motivasi meningkat karena tensi pertandingan juga meningkat.

Intimasi pelatih-atlet adalah kunci untuk mengembangkan karakteristik *mental toughness*, tidak hanya terkait proses pengembangan *mental toughness* tetapi pelatih juga dapat mengembangkan mekanisme yang tertanam dalam perkembangan mental, misalnya dengan melibatkan atlet dalam situasi yang merugikan atau sulit. Atwater (1983) menjelaskan bahwa intimasi mengarah pada suatu hubungan yang bersifat informal, hubungan yang mengarah pada keterbukaan pribadi dengan orang lain, saling berbagi pikiran dan perasaan terdalam mereka. Pada umumnya atlet dewasa awal yang memiliki intimasi baik dengan pelatih akan memandang pelatih sebagai orang yang dapat dipercaya.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh intimasi pelatih-atlet terhadap *mental toughness* pada Atlet di Kota Makassar maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh intimasi pelatih-atlet terhadap *mental toughness* pada atlet di Kota Makassar dimana besar pengaruh intimasi pelatih-atlet terhadap *mental toughness* pada atlet di Kota Makassar adalah sebesar 47,3% dengan arah pengaruh yang positif.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, H., Fathoni, A., & Amboningtyas, D. (2021). Pengaruh Perilaku Kepemimpinan Pelatih, Hubungan Pelatih Pemain dan Pengembangan Bakat Oleh Klub Terhadap Ketangguhan Mental Pemain Sepakbola (Studi Kasus Pada Klub PSIS Semarang). *Journal of Management*, 7(1).
- Adisasmitho, L. (2007). *Mental Juara Modal Atlet Berprestasi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Atwater, E. (1993). *Psychology of Adjustment*. (2ndEd.). New Jersey: Prentice Hall, Inc.
- Clough, P.J., Earlie, K., & Sewell, D.2002. *Mental Toughness: The Concept and its Measurement*. In Cockerill, I. (Ed). *Solutions in sport psychology* (pp. 32-43). 1 Edition. London, UK: Thompspon.
- Cowden, R. G. (2016). Competitive performance correlates of mental toughness in tennis. *Perceptual and Motor Skills*, 123(1), 341–360.

- Cox, H.R. (2012). *Sport psychology: concepts and applications*. New York: McGraw-Hill.
- Darisman, E. K., & Muhyi, M. (2020). Pengaruh percaya diri terhadap menurunnya tingkat kecemasan menghadapi pertandingan tim bolabasket putri unipa surabaya. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani dan Olah Raga)*, 5(1), 20-24.
- Fauzee, M. S., Saputra, Y. H., Samad, N., Gheimi, Z., Asmuni, M. N., & Johar, M. (2012).
- Gucciardi, D. F., Gordon, S., & Dimmock, J. A. (2008). Towards an understanding of mental toughness in Australian football. *Journal of Applied Sport Psychology*, 20(3), 261– 281.
- Gucciardi, D. F., Hanton, S., Gordon, S., Mallett, C. J., & Temby, P. (2015). The concept of mental toughness: Tests of dimensionality, nomological network, and traitness. *Journal of personality*, 83(1), 26-44.
- Gunarsa, S.D. (1996). *Psikologi Olah Raga dan Praktek*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Jones, G. (2010). *Journal of Applied Sport Psychology What Is This Thing Called Mental Toughness? An Investigation of Elite Sport Performers What Is This Thing Called Mental Toughness? An Investigation of Elite Sport Performers*. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 205–218.
- Liew, G. C., Kuan, G., Chin, N. S., & Hashim, H. A. (2019). Mental toughness in sport. *German Journal of Exercise and Sport Research*, 49(4), 381–394.
- Loehr, J. (1982). *Mental toughness training for sports: Achieving athletic excellence*. Plume Nicholls, A. R., Polman, R. C., Levy, A. R., & Backhouse, S. H. (2008). Mental toughness, optimism, pessimism, and coping among athletes. *Personality and individual differences*, 44(5), 1182-1192.
- Mental toughness among footballers: A case study. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 2(1), 639.
- Nisa, K., & Jannah, M. (2021). Pengaruh kepercayaan diri terhadap ketangguhan mental atlet bela diri. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3), 36-45.
- Nugroho, S. W. (2012). *Statistik pemuda indonesia*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Setiawan, E., Patah, I. A., Baptista, C., Winarno, M. E., Sabino, B., & Amalia, E. F. (2020). Self-efficacy dan mental toughness: Apakah faktor psikologis berkorelasi dengan performa atlet? *Jurnal Keolahragaan*, 8(2), 158-165.
- Shadily, H., & Echols, S. M. (1990). *Kamus Inggris Indonesia*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Sondakh. (2009). *Psikologi olahraga*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Yusuf, L., & Aulia, P. (2020). Hubungan Mental Toughness dan Competitive Anxiety terhadap Peak Performance Atlet Basket Sumbar. *JFACE: Journal of Family, Adult, and Early Childhood Education*, 2(3), 277-283.