

Hubungan antara dukungan motivasi orang tua dengan *mental toughness* atlet sepak bola

Gelvin Adzani Khairin¹, Muhamad Tafaqur², Mona Fiametta Febrianty³

¹Kepelatihan Fisik Olahraga, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia

²Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia

³Kepelatihan Fisik Olahraga, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia

*Corresponding author: monafiametta@upi.edu

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan motivasi orang tua dengan *mental toughness* atlet Sekolah Sepak Bola Trio Jatinangor. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi yang digunakan merupakan 30 atlet sepakbola SSB Trio Jatinangor, teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampling. Sampel dalam penelitian ini adalah atlet SSB Trio Jatinangor sebanyak 30 orang. Instrument yang digunakan adalah *Mental Toughness Questionnaire* (MTQ) dengan indikator meliputi kepercayaan diri, komitmen, kecemasan, dan tantangan dan *Parental Involvement in Sport Questionnaire* (PISQ) yang mencakup empat indikator, yaitu pemberian arahan teknis, pemberian dukungan dan penguatan positif, pemberian dukungan emosional, serta keterlibatan orang tua dalam aktivitas olahraga anak. Berdasarkan hasil penelitian dukungan motivasi orang tua memiliki hubungan yang signifikan sebesar 0,000 dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,618 yang dapat dinyatakan pada kategori hubungan yang kuat, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan motivasi orang tua dengan *mental toughness* atlet Sekolah Sepak Bola Trio Jatinangor.

Kata Kunci: : Dukungan motivasi orang tua, *mental toughness*, sepak bola.

Abstract

This study aims to investigate the relationship between parental motivational support and mental resilience amongst athletes at the Trio Jatinangor Football School. This study is a quantitative study with a correlational design. The population of this study consists of 30 football athletes from the Trio Jatinangor Football School; the sampling technique used in this study is total sampling. The sample in this study comprised 30 athletes from the Trio Jatinangor Football School. The instrument used was the Mental Toughness Questionnaire (MTQ), with indicators including self-confidence, commitment, anxiety and challenges, as well as the Parental Involvement in Sport Questionnaire (PISQ), which covers four indicators, namely the provision of technical guidance, the provision of support and positive reinforcement, the provision of emotional support, and parental involvement in. Based on the research findings, parental motivational support showed a significant relationship with a p-value of 0.000 and a correlation coefficient of 0.618, which falls within the category of a strong relationship; therefore, it can be concluded that there is a significant relationship between parental motivational support and the mental toughness of athletes at the Trio Jatinangor Football School.

Keywords: Parental motivational support, *mental toughness*, football

Copyright © 2026 Author(s)



Received: 09 08 2026

Revised: 07 09 2026

Accepted: 16 09 2026

PENDAHULUAN

Aspek psikologis salah satu aspek yang sangat membantu dalam menunjang prestasi atlet. Namun dalam proses pelaksanaan suatu program latihan, bagian psikologis seringkali dilupakan oleh sebagian besar pelatih. Aspek ini sering kali masih sedikit diperhatikan oleh beberapa pelatih atau pembina olahraga (Johan et al., 2018). Pada penelitian lain pun berpendapat bahwa terkait psikologi atau mentalitas, hingga saat ini sebagian besar pelatih belum menyertakannya dalam program pelatihan khusus (Febrianty et al., 2024). Penggunaan

Psikologi olahraga menjadi tuntutan mutlak untuk mengatasi masalah-masalah psikologis atlet, dan cara penanganan aspek psikologis yang berpengaruh untuk mendorong prestasi atlet. Psikologi olahraga adalah ilmu tentang bagaimana perilaku manusia dalam konteks mendorong prestasi olahraga. Beberapa pelatih dan atlet memiliki pendapat keberhasilan meraih prestasi dalam bidang olahraga minimal 40% didukung oleh aspek psikologis (Henjilito et al., 2022). Salah satu aspek psikologi yang penting adalah *mental toughness*, *mental toughness* merupakan kemampuan psikologis yang memungkinkan atlet mengatasi berbagai tuntutan atau rintangan dalam hidup dengan lebih baik dan tetap tenang, fokus, percaya diri, dan terkendali saat berada di bawah tekanan dibandingkan dengan lawan bertanding (Crawford et al., 2021).

Masalah pada penelitian ini pada hasil observasi di lapangan pemberian instruksi yang bersifat negatif oleh orang tua kepada anaknya saat latihan maupun pertandingan, yang menyebabkan sang anak selalu takut untuk mengambil keputusan yang tepat saat berlatih dan bertanding serta tidak fokus dan selalu melihat kepada orang tuanya. Hasil wawancara kepada beberapa anak pun menyebutkan bahwa kadang saat melihat orang tua mereka ia menjadi tidak percaya diri. Oleh karena itu saat ini peneliti merasakan bahwa atlet SSB Trio Jatinangor terindikasi menunjukkan *mental toughness* yang rendah. Dalam psikologi olahraga dijelaskan bahwa aspek psikologis memiliki peran penting dalam menunjang prestasi atlet serta membantu atlet mencapai performa optimal (Henjilito et al., 2022). Salah satu aspek psikologis penting dalam olahraga adalah *mental toughness*, yaitu kemampuan psikologis atlet untuk tetap tenang, fokus, percaya diri, dan terkendali saat berada di bawah tekanan dibandingkan lawan bertanding (Gucciardi, 2016). kemampuan ini mencakup pengelolaan pengalaman emosional negatif yang muncul dalam situasi kompetitif, seperti kecemasan atau tekanan pertandingan (Whitton et al., 2020). Selain itu, *mental toughness* juga ditunjukkan melalui kemampuan atlet dalam mengendalikan emosi negatif seperti kecemasan, stres, dan frustrasi saat berada dalam tekanan kompetitif (Cowden, 2017).

Berdasarkan pengamatan peneliti juga dilapangan pada pertandingan yang telah dilalui yaitu saat piala Soeratin Kab. Sumedang 2025, pada pertandingan Trio Jatinangor melawan Arofa banyak atlet di tengah pertandingan seperti tidak ada semangat juang setelah tertinggal beberapa *goal*, atlet tidak bermain dengan baik mulai dari *passing* yang tidak akurat, mudah kehilangan penguasaan bola, *control* bola yang selalu tidak tepat dan *first touch* yang selalu tidak bagus dan jauh dari kaki sehingga bola menjauh dan diambil lawan. Ataupun setelah melihat lawan memiliki postur fisik lawan yang lebih dominan yang membuat kepercayaan dirinya menurun, serta kecemasan yang dialami dikarenakan *pressure* dari *supporter* lawan

saat pertandingan. Tidak hanya pertandingan melawan Arofa saja, saat melawan SSB lain hal yang sama terjadi, baik saat melawan SSB Lingga Buana, Japar Sidik dan SSB lainnya. Kondisi ini menunjukkan adanya kesulitan atlet dalam mempertahankan konsentrasi dan pengendalian diri ketika berada dalam situasi tertekan, yang merupakan bagian dari karakteristik mental toughness (Crawford et al., 2021).

Faktor lain yang diduga berperan dukungan orang tua. dalam konteks perkembangan atlet usia remaja, orang tua merupakan sumber dukungan sosial utama yang dapat memengaruhi motivasi, kepercayaan diri, dan kondisi psikologis anak dalam olahraga (Weinberg et al., 2019). Dukungan motivasional dari orang tua seperti dorongan, perhatian, komunikasi positif, serta keterlibatan dalam kegiatan latihan dan pertandingan dapat membantu atlet memiliki motivasi lebih tinggi serta kesiapan mental yang lebih baik (Weinberg et al., 2018). Namun pada hasil wawancara kepada atlet SSB Trio Jatinangor, peran orang tua terlihat belum merata. Tidak banyak orang tua yang hadir saat latihan maupun pertandingan, serta kurangnya pemberian motivasi kepada anak diduga berdampak pada rendahnya semangat dan motivasi atlet dalam berlatih dan bertanding. Pada wawancara pun atlet menyebutkan bahwa pressure dari orang tua dapat membuat dirinya tidak fokus dan percaya diri, saat mendengarkan teriakan orang tua baik saat latihan dan bertanding atlet tidak dapat fokus dan takut dimarahi jikalau membuat kesalahan oleh orang tuanya. Kondisi ini memungkinkan kurang optimalnya perkembangan aspek psikologis atlet, termasuk mental toughness mereka dalam menghadapi tekanan kompetisi (Li et al., 2019). Berdasarkan kondisi tersebut, peneliti belum melihat adanya dukungan orang tua yang optimal yang dapat membantu atlet dalam menghadapi tekanan pertandingan, membangun kepercayaan diri, serta meningkatkan *mental toughness*. Oleh sebab itu, hal ini memiliki urgensi untuk diteliti guna mengetahui hubungan antara dukungan motivasi orang tua dengan mental toughness atlet SSB Trio Jatinangor.

Penelitian Crawford et al., (2021) dengan judul “*The influence of mental toughness and self-regulation on post-season perceptions in varsity athletes*” menunjukkan bahwa *mental toughness* berperan penting dalam performa atlet, terutama dalam menghadapi tekanan kompetisi dan menjaga konsistensi performa. Pada penelitian yang berjudul “*Mental toughness as a moderator of the intention-behaviour gap in the rehabilitation of knee pain*” (Gucciardi, 2016) berpendapat bahwa *Mental toughness* pun memiliki peran yang sangat penting dalam kesehatan mental dan kesejahteraan atlet (Gucciardi, 2016). Pada penelitian dengan judul “*Relationships between talent development environments and mental toughness: The role of basic psychological need satisfaction*” (Li et al., 2019) *Mental toughness* juga dipengaruhi oleh

berbagai faktor psikologis dan lingkungan yang mendukung perkembangan kesiapan mental atlet dalam olahraga.

Di sisi lain, pada penelitian Fathurrohman et al., (2023) dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Orang Tua dengan Motivasi Berprestasi Atlet Futsal Putri” berpendapat dukungan sosial termasuk dari orang tua, diketahui berperan dalam membentuk motivasi, kepercayaan diri, dan kondisi psikologis atlet muda. Dukungan yang positif dari orang tua dapat membantu atlet lebih siap secara mental dalam menghadapi tuntutan latihan maupun pertandingan. Weinberg et al., (2019) dengan judul penelitian “*Foundations of sport and exercise psychology*” mengungkapkan motivasi juga merupakan komponen yang mempengaruhi kinerja atlet, maka dari itu suatu motivasi yang diberikan dari orang tua, guru, dan pelatih sangat berpengaruh kepada motivasi dan semua aspek psikologi yang sangat penting. Namun dari penelitian-penelitian tersebut, belum ditemukan kajian yang secara khusus meneliti hubungan antara dukungan motivasi orang tua dengan *mental toughness* pada atlet sepakbola usia remaja di lingkungan Sekolah Sepak Bola. Oleh sebab itu, penelitian ini dilakukan untuk mengisi kekosongan tersebut.

Penelitian dengan tema *mental toughness* sudah banyak ditemukan, tetapi penelitian yang lebih spesifik mengkaji peran dukungan orang tua terhadap *mental toughness* pada atlet sepak bola usia remaja di Indonesia terbilang cukup terbatas. Banyaknya penelitian yang telah ada menyinggung dukungan sosial cenderung menggabungkan dukungan orang tua dengan faktor dukungan lain seperti pelatih dan teman sebaya, oleh sebab itu spesifik pengaruh dukungan orang tua terhadap *mental toughness* tidak begitu jelas. Penelitian yang berada di ranah olahraga di Indonesia yang secara spesifik menguji hubungan dukungan orang tua dengan *mental toughness* atlet, terutama pada cabang olahraga sepak bola usia remaja, juga cukup terbatas. Oleh sebab itu, penelitian ini penting dilakukan untuk menjadi acuan serta memberikan kontribusi empiris dalam pengembangan psikologi olahraga dan pembinaan atlet usia muda.

Kebaruan penelitian ini terletak pada konteks subjek, yaitu atlet sepak bola tahap LTAD train to train di lingkungan SSB daerah. Serta fokus spesifik pada dukungan motivasional orang tua bukan dukungan sosial umum. Oleh sebab itu peneliti ingin mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan motivasi orang tua dengan *mental toughness* atlet.

METODE

Metode penelitian pada penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan desain korelasi. Penelitian kuantitatif memiliki tujuan mengukur data yang dihasilkan dari sampel

penelitian dari berbagai pandangan. Populasi pada penelitian ini adalah atlet SSB Trio Jatinangor kelompok umur sebanyak 30 orang, Peneliti memilih *nonprobability* jenis total sampling dengan jumlah 30 orang, dikarenakan peneliti ingin mengetahui *mental toughness* semua siswa di SSB Trio Jatinangor yang berada pada populasi Penentuan populasi tersebut didasarkan pada karakteristik subjek penelitian yang mengacu pada definisi atlet, yaitu individu yang secara teratur mengikuti program latihan untuk meningkatkan kemampuan dan prestasi olahraga. Berdasarkan data dari pihak SSB, jumlah pemain yang memenuhi kriteria tersebut sebanyak 30 orang. Oleh karena itu, seluruh populasi dijadikan sampel penelitian dengan menggunakan teknik total sampling.

Instrumen yang digunakan oleh peneliti untuk variabel terikat adalah adopsi *Mental Toughness Questionnaire* (MTQ) dari artikel jurnal yang berjudul “Efektivitas Hubungan Pelatih Dan Atlet Dalam Pembentukan Ketangguhan Mental Ukm Futsal Universitas Pendidikan Indonesia” (Utama et al., 2024). Instrumen terdiri atas 14 item dengan skala likert lima tingkat. Indikator yang digunakan meliputi kepercayaan diri, komitmen, kecemasan, dan tantangan.

Instrumen yang digunakan oleh peneliti untuk variabel bebas yaitu adaptasi *Parental Involvement in Sport Questionnaire* (PISQ) dari artikel jurnal *Sources of Parental Pressure Among Age Group Swimmers* (1997), dimana *questionnaire* ini akan mengidentifikasi dukungan orang tua yang dapat meningkatkan motivasi atlet. PISQ mencakup empat indikator, yaitu pemberian arahan teknis, pemberian dukungan dan penguatan positif, pemberian dukungan emosional, serta keterlibatan orang tua dalam aktivitas olahraga anak.

Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi Product Moment Pearson. Hasil pengujian menunjukkan bahwa seluruh 14 item MTQ memiliki nilai r hitung lebih besar daripada r tabel sebesar 0,361 sehingga seluruh item dinyatakan valid. Pada instrumen PISQ, dari 19 item yang diuji terdapat 17 item valid dan dua item tidak valid, yaitu item nomor 9 dan 10, sehingga kedua item tersebut tidak digunakan dalam penelitian. Uji reliabilitas memiliki hasil perhitungan diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,779. Menurut kriteria yang menyatakan bahwa instrumen dikatakan reliabel apabila nilai Cronbach's Alpha $\geq 0,60$, maka instrumen *mental toughness* dalam penelitian ini dinyatakan reliabel. Dengan demikian, instrumen *Mental Toughness* (MTQ) yang digunakan dalam penelitian ini telah memenuhi syarat valid dan reliabel, sehingga dapat digunakan untuk pengumpulan data penelitian.

HASIL

Penelitian telah dilakukan kepada 30 atlet sepak bola yang tergabung dalam SSB Trio Jatinangor, penelitian dilakukan pada hari Jumat, 6 Maret 2026 dengan tujuan untuk memperoleh data mengenai dukungan motivasi orang tua dan mental toughness atlet. Pengambilan data dilakukan secara langsung melalui instrument penelitian yang sudah ditentukan.

Hasil data yang diperoleh dari pengukuran tes pengisian *Questionnaire* merupakan data yang tidak baku, maka diperlukan pengolahan data untuk menjadi data yang baku. Tujuannya agar mendapatkan gambaran umum terkait data yang telah diperoleh dari hasil pengisian *Questionnaire*, maka data tersebut diolah dan dianalisis. Proses pengolahan data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak IBM SPSS 2021 dan Microsoft excel. Adapun hasil penelitian sebagai berikut:

Tabel 1. Statistik Deskriptif Data

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Dukungan Motivasi Orang Tua	30	43	78	64,700	8,545
<i>Mental Toughness Atlet</i>	30	46	64	54,733	4,479

Berdasarkan tabel 1. Statistik Deskriptif data dijelaskan pada variabel dukungan motivasi orang tua memiliki hasil data minimum sebesar 43 dan hasil data maksimum sebesar 78 dengan hasil data rata-rata sebesar 64,700 serta standar deviasi sebesar 8,545. Dan untuk variabel *mental toughness* atlet memiliki hasil data minimum sebesar 46 dan hasil data maksimum sebesar 64 dengan hasil data rata-rata sebesar 54,733 serta standar deviasi sebesar 4,479. Data tersebut menunjukkan gambaran umum mengenai Tingkat dukungan motivasi orang tua dan mental toughness atlet Sekolah Sepak Bola Trio Jatinangor.

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif, didapatkan hasil data rata-rata *mental toughness* atlet dengan hasil 54,733, hasil tersebut kemudian dibandingkan dengan interval kategori yang telah ditentukan. Penentuan kategori skor dilakukan dengan teknik interval kelas, yaitu dengan membagi rentang skor menjadi beberapa kategori berdasarkan konsep distribusi frekuensi (Sugiyono, 2023). Rentang skor diperoleh dari selisih antara skor maksimum dan minimum, kemudian dibagi menjadi lima kelas interval dengan panjang kelas yang sama.

Tabel 2. Interval Kategori MTQ

Interval Skor	Kategori
14 – 25	Sangat Rendah
26 – 36	Rendah
37 – 47	Sedang
48 – 58	Tinggi
59 – 70	Sangat Tinggi

Sumber: Diolah berdasarkan rumus interval menurut sugiyono (2023).

Berdasarkan interval kategori tersebut, tingkat *mental toughness* atlet SSB Trio Jatinangor berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum atlet memiliki kemampuan cukup ketika menghadapi tekanan latihan maupun pertandingan serta mampu mempertahankan fokus dalam situasi kompetitif.

Tabel 3. Interval Kategori PISQ

Interval Skor	Kategori
17 – 30	Sangat Rendah
31 – 44	Rendah
45 – 58	Sedang
59 – 72	Tinggi
73 – 85	Sangat Tinggi

Sumber: Diolah berdasarkan rumus interval menurut sugiyono (2023).

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif, diperoleh nilai rata-rata dukungan motivasi orang tua sebesar 64,700, nilai tersebut kemudian dibandingkan dengan interval kategori yang telah ditentukan. Penentuan kategori skor dilakukan dengan teknik interval kelas, yaitu dengan membagi rentang skor menjadi beberapa kategori berdasarkan konsep distribusi frekuensi (Sugiyono, 2023). Rentang skor diperoleh dari selisih antara skor maksimum dan minimum, kemudian dibagi menjadi lima kelas interval dengan panjang kelas yang sama. Berdasarkan interval kategori tersebut, tingkat dukungan motivasi orang tua SSB Trio Jatinangor berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan sebagian besar orang tua memberikan dukungan yang positif terhadap aktivitas olahraga yang dijalani oleh anak.

Tabel 4. Hasil Uji Prasyarat

Uji	Variabel	Sig.	Keterangan
Normalitas	Dukungan motivasi orang tua	0,235	Normal
Normalitas	Mental toughness	0,847	Normal
Linearitas	<i>Deviation from Linearity</i>	0,184	Linear

Analisis data diawali dengan uji prasyarat yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui distribusi data pada masing-masing variabel, sedangkan uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan linear antara

dukungan motivasi orang tua dan mental toughness. Setelah uji prasyarat terpenuhi, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan korelasi Pearson Product Moment dengan bantuan program IBM SPSS. Hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,235 untuk dukungan motivasi orang tua dan 0,847 untuk mental toughness. Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05 sehingga data dinyatakan berdistribusi normal. Uji linearitas menunjukkan nilai signifikansi Deviation from Linearity sebesar 0,184 ($>0,05$), sehingga hubungan antara kedua variabel dinyatakan linear.

Tabel 5. Uji Korelasi

Variabel	R	sig	N	Keterangan
Dukungan Motivasi Orang Tua – Mental Toughnes atlet	0,618	0,000	30	Hubungan Kuat

Berdasarkan tabel 5. uji korelasi diperoleh nilai Sig. (0,000) $< 0,05$ maka H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan motivasi orang tua dengan *mental toughness* atlet Sekolah Sepak bola Trio Jatinangor. Untuk mengetahui tingkat kekuatan hubungan antara variabel dukungan motivasi orang tua dengan *mental toughness* atlet, maka nilai koefisien korelasi diinterpretasikan menggunakan pedoman interpretasi koefisien korelasi .

Tabel 6. Pedoman Interpretasi Korelasi

Nilai r	Kategori
0,00 – 0,199	Sangat rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,00	Sangat kuat

Sumber: (Sugiyono, 2023)

Berdasarkan pedoman interpretasi korelasi, dengan hasil sebesar 0,618 menunjukkan hasil hubungan antara kedua variabel termasuk kedalam kategori kuat dan bersifat positif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan motivasi yang diberikan oleh orang tua, maka semakin tinggi pula *mental toughness* yang dimiliki oleh seorang atlet.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment*, hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan motivasi orang tua dengan *mental toughness* atlet. Nilai korelasi tersebut menunjukkan bahwa hubungan

antara kedua variabel berada pada kategori kuat dan bersifat positif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan motivasi yang diberikan oleh orang tua, maka semakin tinggi pula tingkat ketahanan mental yang dimiliki oleh atlet yang didukung oleh penelitian terdahulu, dukungan motivasi orang tua berupa pemberian semangat, perhatian, komunikasi positif, kepercayaan terhadap kemampuan anak, serta sikap positif saat anak mengalami kegagalan, dapat membantu atlet membangun kepercayaan diri, ketahanan emosi, serta keberanian menghadapi tekanan (Weinberg et al, 2019). Dukungan yang diberikan orang tua dapat membantu karakteristik seperti kepercayaan diri, kontrol emosi, ketekunan, serta kemampuan menghadapi tekanan merupakan komponen utama dalam *mental toughness* (Crawford et al., 2021). Atlet juga menganggap orang tua sebagai sumber pengaruh penting dalam perkembangan mental mereka, termasuk dalam pembentukan ketangguhan mental (Weinberg et al., 2018). Atlet yang memperoleh dukungan motivasi dari orang tua cenderung lebih mampu mengelola stres, tidak mudah menyerah, dan tetap fokus saat bertanding (Jin et al, 2018).

Hubungan positif antara dukungan motivasi orang tua dan *mental toughness* dapat dijelaskan melalui peran orang tua sebagai sumber dukungan sosial utama dalam perkembangan psikologis atlet usia remaja. Atlet pada usia remaja masih berada pada tahap perkembangan emosional dan psikologis sehingga membutuhkan dukungan dari lingkungan terdekat terutama keluarga. Dukungan yang diberikan orang tua berupa dorongan motivasi, perhatian, komunikasi positif, serta keterlibatan dalam kegiatan olahraga anak dapat membantu atlet membangun rasa percaya diri, meningkatkan motivasi berlatih serta memperkuat kemampuan menghadapi tekanan dalam pertandingan (Knight et al., 2017).

Temuan penelitian ini sejalan dengan pendapat Gerber yang menyatakan bahwa *mental toughness* merupakan kemampuan psikologis yang membantu atlet dalam menghadapi tekanan, mengatasi stress serta mempertahankan performa dalam situasi kompetitif. Atlet yang memiliki *mental toughness* yang baik cenderung lebih mampu mengendalikan emosi, tetap fokus pada tujuan serta tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan selama latihan maupun pertandingan (Gerber et al., 2018). Pada penelitian Crawford et al., (2021) menunjukkan juga bahwa *mental toughness* berperan penting dalam performa atlet, terutama dalam menghadapi tekanan kompetisi dan menjaga konsistensi performa. Pada penelitian Haugen et al (2016), menjelaskan juga bahwa *mental toughness* sangat diperlukan agar tetap bisa bekerja sama tanpa mengurangi usaha yang dilakukan pada cabang olahraga beregu. Penelitian ini menunjukkan jika seorang atlet tidak memiliki *mental toughness* yang baik dan ia tidak memberikan usaha terbaiknya maka dapat merugikan tim saat pertandingan. Penelitian Ling et al (2018) juga menunjukkan bahwa *mental toughness* harus dapat ditingkatkan guna

mengurangi gangguan psikologis dan siap menghadapi pertandingan apapun. Sama halnya dengan penelitian Li (2019) menunjukkan pentingnya pengembangan *mental toughness*, lingkungan pengembangan bakat sangat berpengaruh kepada *mental toughness* atlet.

Penelitian ini sejalan juga dengan penelitian Weinberg et al., (2019) yang mengungkapkan motivasi juga merupakan komponen yang mempengaruhi kinerja atlet, maka dari itu suatu motivasi yang diberikan dari orang tua, guru, dan pelatih sangat berpengaruh kepada motivasi dan semua aspek psikologi yang sangat penting. Penelitian Bonavolonta et al juga menunjukkan bahwa keterlibatan dan dukungan orang tua dapat memberikan dampak positif terhadap perkembangan psikologis atlet muda, termasuk meningkatkan motivasi, rasa percaya diri serta pengalaman positif dalam olahraga (Bonavolontà et al., 2021). Dukungan tersebut dapat membantu atlet dalam membangun sikap pantang menyerah dan kesiapan mental yang diperlukan dalam menghadapi berbagai tantangan dalam olahraga. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua dalam olahraga dapat meningkatkan motivasi olahraga serta mampu membantu perkembangan psikologis atlet muda (Zheng et al., 2025). Penelitian tersebut menjelaskan bahwa keterlibatan orang tua dalam kegiatan atlet dapat meningkatkan minat serta partisipasi atlet dalam berlatih dan bertanding. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa perilaku orang tua yang mendukung dapat meningkatkan perkembangan psikologis atlet serta membantu atlet dalam menghadapi tuntutan kompetisi (Harwood et al., 2019).

Secara lebih mendalam hubungan yang kuat antara dukungan motivasi orang tua dengan *mental toughness* atlet dalam penelitian ini dapat dijelaskan melalui beberapa aspek. lingkungan pengembangan yang efektif juga berperan dalam memfasilitasi terbentuknya *mental toughness* (Li et al., 2019). Dukungan orang tua seperti pemberian semangat, perhatian serta penghargaan terhadap usaha anak dapat meningkatkan rasa percaya diri atlet. Selain itu keterlibatan orang tua dalam aktivitas anak seperti menghadiri pertandingan atau memberikan dorongan positif, dapat menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan mental yang optimal. Atlet yang merasa didukung cenderung lebih mampu mengelola stres, menghadapi tekanan kompetisi serta bangkit dari kegagalan.

Implikasi dari penelitian ini secara teoritis memperkuat konsep bahwa dukungan sosial khususnya dari orang tua memiliki peran penting dalam perkembangan psikologis atlet, termasuk dalam pembentukan *mental toughness*. Dukungan yang diberikan oleh orang tua dapat membantu atlet dalam menghadapi tekanan yang muncul dalam proses latihan maupun pertandingan. Secara praktis hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua dalam mendukung aktivitas olahraga anak memiliki kontribusi yang positif terhadap

perkembangan mental atlet. Oleh karena itu, peran orang tua perlu terus ditingkatkan dalam memberikan dukungan yang bersifat positif, konstruktif serta mampu mendorong perkembangan psikologis atlet secara optimal. Pelatih pun dapat melibatkan orang tua dalam proses pembinaan atlet agar tercipta sinergi yang baik antara lingkungan keluarga dan lingkungan keluarga dan lingkungan olahraga.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan motivasi orang tua dengan mental toughness atlet Sekolah Sepak Bola Trio Jatinangor. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut: Bagi atlet diharapkan dapat terus mengembangkan mental toughness melalui latihan yang konsisten, meningkatkan kepercayaan diri serta belajar untuk mengelola tekanan yang muncul dalam situasi latihan maupun pertandingan. Bagi orang tua diharapkan terus memberikan dukungan motivasi kepada anak yang berperan sebagai atlet baik dalam bentuk perhatian, dorongan semangat, maupun keterlibatan dalam kegiatan olahraga anak. Dukungan tersebut dapat membantu meningkatkan motivasi, kepercayaan diri serta ketahanan mental atlet dalam menghadapi tantangan olahraga. Bagi pelatih diharapkan dapat bekerja sama dengan orang tua dalam mendukung perkembangan atlet secara menyeluruh, tidak hanya pada aspek fisik dan teknik tetapi juga pada aspek psikologis seperti mental toughness, motivasi dan kepercayaan diri atlet. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan jumlah sampel yang lebih besar, dikarenakan sampel pada penelitian ini hanya 30 sehingga terdapat keterbatasan pada penelitian ini. Bagi Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengkaji faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi mental toughness atlet seperti motivasi intrinsik, pengalaman bertanding, gaya kepemimpinan pelatih serta dukungan sosial dari teman sebaya sehingga diperoleh pemahaman yang lebih mengenai faktor-faktor yang berperan dalam pembentukan mental toughness dalam olahraga.

DAFTAR PUSTAKA

- Bonavolontà, V., Cataldi, S., Latino, F., Carvutto, R., De Candia, M., Mastroilli, G., Messina, G., Patti, A., Fischetti, F., Tchounwou, P. B., Carmelo, J., & Sala, A. (2021). *The Role of Parental Involvement in Youth Sport Experience: Perceived and Desired Behavior by Male Soccer Players*. <https://doi.org/10.3390/ijerph>
- Cowden, R. G. (2017). Mental Toughness and Success in Sport: A Review and Prospect. *The Open Sports Sciences Journal*, 10(1), 1–14. <https://doi.org/10.2174/1875399x01710010001>

- Crawford, A., Tripp, D. A., Gierc, M., & Scott, S. (2021). The influence of mental toughness and self-regulation on post-season perceptions in varsity athletes. *Journal of American College Health*, 71(4), 1036–1044. <https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1920596>
- Fathurrohman, R., Fitri, M., Studi Ilmu Keolahragaan, P., & Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, F. (2023). *Hubungan Antara Dukungan Orang Tua Dengan Motivasi Berprestasi Atlet Futsal Putri* (Vol. 4, Number 3). <https://doi.org/10.31004/cdj.v3i3.10037>
- Fiametta Febrianty, M., Hidayat, Y., & Rohmat Nurjaya, D. (2024). Bibliometric Computation Mapping Publication Analysis in Sports Psychology using VOSview-er. *Journal of Physical Education, Health*, 11(1), 42–49. <https://journal.unnes.ac.id/journals/jpehs>
- Gerber, M., Best, S., Meerstetter, F., Walter, M., Ludyga, S., Brand, S., Bianchi, R., Madigan, D. J., Isoard-Gautheur, S., & Gustafsson, H. (2018). Effects of stress and mental toughness on burnout and depressive symptoms: A prospective study with young elite athletes. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 21(12), 1200–1205. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2018.05.018>
- Gucciardi, D. F. (2016). Mental toughness as a moderator of the intention-behaviour gap in the rehabilitation of knee pain. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 19(6), 454–458. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2015.06.010>
- Harwood, C. G., Knight, C. J., Thrower, S. N., & Berrow, S. R. (2019). Advancing the study of parental involvement to optimise the psychosocial development and experiences of young athletes. In *Psychology of Sport and Exercise* (Vol. 42, pp. 66–73). Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.01.007>
- Haugen, T., Reinboth, M., Hetlelid, K. J., Peters, D. M., & Høigaard, R. (2016). Mental Toughness Moderates Social Loafing in Cycle Time-Trial Performance. In *Research Quarterly for Exercise and Sport* (Vol. 87, Number 3, pp. 305–310). Routledge. <https://doi.org/10.1080/02701367.2016.1149144>
- Henjilito, R., Safitri, R. E., Yani, A., Zikri, I., Yolanda, Y., Universitas,), & Riau, I. (2022). Peran Psikologi Dalam Konsep Teknik Dasar Bola Tangan. *Communnity Development Journal*, 3(3). <https://doi.org/10.31004/cdj.v3i3.10037>
- Irmansyah Johan, Lubis Muhammad Ridwan, & Permadi Andi Gilang. (2018). Model Latihan Imagery Terhadap Ketepatan Floating Service Atlet Voli Pantai NTB. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 100–107. <https://doi.org/10.36312/jime.v4i2.418>
- Jin, L., & Wang, C. D. C. (2018). International students' attachment and psychological well-being: the mediation role of mental toughness. *Counselling Psychology Quarterly*, 31(1), 59–78. <https://doi.org/10.1080/09515070.2016.1211510>
- Knight, C. J., Berrow, S. R., & Harwood, C. G. (2017). Parenting in sport. In *Current Opinion in Psychology* (Vol. 16, pp. 93–97). Elsevier B.V. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.03.011>
- Lee, M., & MacLean, S. (1997). Sources of Parental Pressure Among Age Group Swimmers. *European Journal of Physical Education*, 2(2), 167–177. <https://doi.org/10.1080/1740898970020204>
- Li, C., Martindale, R., & Sun, Y. (2019). Relationships between talent development environments and mental toughness: The role of basic psychological need satisfaction.

Journal of Sports Sciences, 37(18), 2057–2065.
<https://doi.org/10.1080/02640414.2019.1620979>

- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. www.cvalfabeta.com
- Utama, T. P. N., Kusmaedi, N., & Hamidi, A. (2024). Efektivitas Hubungan Pelatih Dan Atlet Dalam Pembentukan Ketangguhan Mental Ukm Futsal Universitas Pendidikan Indonesia. *Jurnal Kejaora: Jurnal Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga*.
<https://doi.org/10.36526/kejaora.v9i1.3510>
- Weinberg, R., Freysinger, V., & Mellano, K. (2018). How can coaches build mental toughness? Views from sport psychologists. *Journal of Sport Psychology in Action*, 9(1), 1–10.
<https://doi.org/10.1080/21520704.2016.1263981>
- Weinberg, R. S. ., & Gould, Daniel. (2019). *Foundations of sport and exercise psychology*. Human Kinetics.
- Whitton, O. M., Bowtell, J., & Jones, M. (2020). A critical consideration of the role of mental toughness and pain in the acute pain experiences of athletes. In *International Review of Sport and Exercise Psychology* (Vol. 16, Number 1, pp. 210–230). Routledge.
<https://doi.org/10.1080/1750984X.2020.1836672>
- Zheng, H., Xiang, Z., & Yang, W. (2025). How parental involvement in youth sports impacts on school adjustment: a dual mediation pathway via sports interest and extracurricular sports participation. *Frontiers in Public Health*, 13.
<https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1621980>