

## **DETERMINASI DIRI SEBAGAI PREDIKTOR KETANGGUHAN MENTAL PADA ATLET MAHASISWA**

Ersaliya Arezah & Haryanta

Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

### **ABSTRACT**

*The purpose of this research is to determine the contribution of self-determination on the mental toughness of student athletes. The hypothesis proposed in this research is self-determination has a contribution on mental toughness of student athletes. The higher level of self determination they had, the higher the level of mental toughness. The respondents of this research were student athletes ( $N = 130$ ) who participate on sport and have experience on competition. The scale used in this research were Mental Toughness Scale by Cherry and adapted by Haryanta (2016) and Self Determination Scale which consist of the three scales: Sport Motivation Scale by Pelletier, et al, (1995), Sport Motivation Scale- II by Pelletier, et al, (2013), and Sport Motivation Scale-6 by Mallett, et al, (2007); and adapted into Indonesian by author. The method used in data analysis was One Predictor Regression Techniques. Based on the analysis above, the  $F$  was 17.650 ( $p = 0.000$ ) and  $R^2$  was 0.12 and shows that the self-determination contribute on mental toughness as much as 12.1% ( $p = 0.000$ ). Thus the hypothesis of this research is **accepted**.*

**Keywords:** *mental toughness, self-determination, collegiate athletes*

*Contact person:* [ersaliyaarezah@gmail.com](mailto:ersaliyaarezah@gmail.com), [hary\\_psiko@ugm.ac.id](mailto:hary_psiko@ugm.ac.id)

## **DETERMINASI DIRI SEBAGAI PREDIKTOR KETANGGUHAN MENTAL PADA ATLET MAHASISWA**

Ersaliya Arezah & Haryanta

Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

### **INTISARI**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peranan determinasi diri pada ketangguhan atlet mahasiswa. Hipotesis yang diajukan adalah determinasi diri berperan pada ketangguhan mental atlet mahasiswa. Semakin tinggi tingkat determinasi diri maka semakin tinggi pula tingkat ketangguhan mental. Responden penelitian (N = 130) merupakan atlet mahasiswa yang menekuni sebuah olahraga dan pernah mengikuti kompetisi. Skala yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas Skala Ketangguhan Mental yang disusun oleh Cherry dan diadaptasi oleh Haryanta (2016) dan Skala Determinasi Diri yang merupakan kompilasi dari tiga skala, yaitu *Sport Motivation Scale* oleh Pelletier, dkk, (1995), *Sport Motivation Scale-II* oleh Pelletier, dkk, (2013), dan *Sport Motivation Scale-6* oleh Mallett, dkk, (2007) dan diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia. Metode analisis data menggunakan teknik analisis regresi linear satu prediktor. Hasilnya diperoleh nilai  $F = 17.650$  ( $p = 0.000$ ) dan nilai  $R^2$  sebesar 0.12 menunjukkan determinasi diri berperan sebanyak 12.1% pada ketangguhan mental ( $p = 0.000$ ). Dengan demikian hipotesis penelitian **diterima**.

**Kata kunci:** *ketangguhan mental, determinasi diri, atlet mahasiswa.*

Narahubung: [ersaliyaarezah@gmail.com](mailto:ersaliyaarezah@gmail.com), [hary\\_psiko@ugm.ac.id](mailto:hary_psiko@ugm.ac.id)