

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sepak bola merupakan olahraga yang sangat diminati di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Berdasarkan survei Ipsos pada tahun 2022 menunjukkan bahwa 69% responden di negara Indonesia menyukai sepak bola tertinggi dibandingkan 34 negara lainnya yang telah disurvei.¹ Dalam sepak bola, pemain harus memiliki ketangguhan karena mereka sering menghadapi tekanan tinggi, baik dari lawan maupun harapan dari penggemar. Sebelum menjalani kompetisi, mereka harus berlatih secara intensif dan konsisten. Dalam kondisi cuaca apapun, mereka harus tetap berjuang agar dapat meningkatkan keterampilan serta mereka bisa memenangkan kompetisi tersebut. Latihan yang disiplin dan komitmen yang kuat akan membentuk karakter pemain, membuat mereka lebih siap menghadapi berbagai situasi di lapangan. Melalui pengalaman yang didapat dari latihan intensif, pemain akan mempelajari cara menghadapi tekanan dan tantangan yang muncul selama pertandingan. Oleh karena itu, memiliki mental yang tangguh sangat penting bagi setiap pemain.

Dalam sepak bola, tantangan yang dihadapi oleh atlet sangat beragam, mulai dari cedera hingga kekalahan yang mempengaruhi kepercayaan diri. Pemain yang mampu mengatasi tantangan ini biasanya memiliki keunggulan tersendiri dalam performa mereka. Selain keterampilan teknis, ketahanan mental

¹ Cindy Mutia Annur, "Survei Tentang Minat Terhadap Sepak Bola Di 34 Negara," <https://Databoks.Katadata.Co.Id/En/Sport/Statistics/522de0f585f0915/Ipsos-Survey-Indonesia-Has-the-Worlds-Largest-Football-Fan-Base, 2022.>, 08 Desember 2022, diakses tanggal 5 Juli 2025

juga menjadi faktor yang tidak kalah penting dalam mencapai kesuksesan di lapangan. Menurut Ari Wibowo, Atlet yang memiliki daya juang yang kuat cenderung untuk terus berlatih dan berusaha meskipun mengalami kegagalan.² Keseimbangan antara keterampilan fisik dan mental menjadi kunci keberhasilan seorang atlet.

Salah satu konsep penting yang berkaitan dengan ketahanan mental adalah *grit*. *Grit* didefinisikan sebagai ketekunan dan semangat juang dalam mengejar tujuan jangka panjang, meskipun dihadapkan pada berbagai rintangan. Menurut Duckworth, individu yang memiliki *grit* cenderung lebih berkomitmen untuk terus berusaha dan tidak mudah menyerah.³ Dalam dunia sepak bola, atlet yang memiliki *grit* berarti dia mampu tetap fokus dan semangat meskipun menghadapi berbagai kesulitan, seperti cedera atau tekanan dalam pertandingan. Hal ini menunjukkan bahwa *grit* merupakan faktor penting yang harus dimiliki oleh setiap atlet untuk meraih kesuksesan.

Menurut Duckworth, Individu yang memiliki *grit* yang tinggi cenderung lebih mampu mengatasi kegagalan dengan lebih baik.⁴ *Grit* bukan hanya sekadar kualitas yang membuat seseorang bertahan, tetapi juga dapat meningkatkan semangat dan motivasi individu dalam berlatih. Mereka tidak hanya fokus pada hasil akhir, tetapi juga menghargai proses yang dilalui untuk mencapai tujuan. Oleh karena itu, penelitian tentang *grit* sangat penting untuk memberikan wawasan bagi individu yang ingin meningkatkan performa mereka dalam sepak bola.

² Dr. Ari Wibowo Kurniawan. et al., *Psikologi Olahraga*, ed. Dr. Mu'arifin. M.Pd, 2021.

³ Duckworth, *Grit : The Power of Passion and Pers. Scribner* 2016

⁴ Duckworth, *Grit : The Power of Passion and Pers. Scribner* 2016

Dalam dunia sepak bola, pemahaman mengenai *grit* dapat membantu atlet untuk tetap bersemangat dalam menghadapi berbagai tantangan. Atlet yang memiliki semangat juang yang tinggi cenderung lebih mampu menyesuaikan diri dengan situasi sulit dan terus berusaha meskipun mengalami kegagalan. Menurut Carol Dweck, *grit* tidak hanya membantu mereka untuk tetap fokus saja, tetapi juga mendorong mereka untuk melihat setiap rintangan sebagai peluang untuk tumbuh dan belajar.⁵

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti ditemukan pola penting dalam pengembangan *grit* di kalangan pemain sepak bola di Pacul Guwang F.C. Diantaranya ditemukan banyak atlet tidak hanya menunjukkan ketahanan saat menghadapi cedera dan kekalahan, tetapi juga menunjukkan semangat juang yang luar biasa ketika berlatih dalam kondisi yang kurang ideal. Banyak di antara mereka yang menambah jam latihan secara mandiri di rumah, serta terus bangkit meskipun sering mengalami kekalahan di turnamen. Hal ini memperlihatkan bahwa *grit* tidak hanya sekadar bertahan, tetapi juga melibatkan kemampuan untuk beradaptasi dan mencari cara untuk terus maju meskipun ada rintangan.⁶

Observasi menunjukkan bahwa interaksi sosial dalam tim berperan penting dalam membentuk *grit*. Ketika menghadapi kesulitan, dukungan rekan-rekan setim menciptakan suasana positif yang memperkuat semangat juang. Dalam situasi sulit, mereka saling memotivasi dan memberikan dorongan untuk

⁵ Ph.D. Carol S. Dweck, *Mindset The New Psychology of Success How We Can Learn To Fulfill Our Potential* (New York, 2006).

⁶ Observasi lapangan dilakukan pada Sabtu 4 Oktober 2025 pada atlet sekolah sepak bola Pacul Guwang f.c di Kabupaten Kediri.

tetap berfokus pada tujuan bersama, yang membantu mereka menghargai proses latihan yang telah dijalani. Setiap sesi latihan dan pertandingan bukan hanya sekadar aktivitas rutin, tetapi juga menjadi peluang untuk belajar dan berkembang.⁷

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap tiga anggota sekolah sepak bola pacul guwang f.c, yang berusia 20 tahun berinisial MI, MNW, dan ENT, ditemukan pola penting dukungan sosial yang berhubungan dengan grit. Jawaban dari MI menjelaskan bahwa dukungan dari pelatihnya sangat berpengaruh pada semangat juangnya. Ketika pelatih memberinya motivasi saat latihan, ia merasa lebih bertekad untuk mengatasi cedera yang dialaminya. Kemudian MNW mengungkapkan pentingnya dukungan dari rekan-rekan setim. Ia merasa lebih mampu bangkit dari kegagalan karena saling memberi semangat di antara mereka. Suasana tim yang positif membuatnya tidak mudah menyerah. Selanjutnya jawaban dari ENT yang mana mengharapkan dukungan keluarganya yang selalu hadir di setiap pertandingan. Kehadiran keluarga memberinya rasa percaya diri dan motivasi untuk memberikan yang terbaik di lapangan.⁸

Selain itu berdasarkan kondisi dilapangan juga ditemukan bahwa berdasarkan hasil wawancara kepada tiga anggota lain yang berusia 18 tahun mereka mengatakan bahwa selain dukungan sosial, *self-efficacy* juga penting bisa menumbuhkan daya juang. MA menjelaskan bahwa keyakinan terhadap

⁷ Observasi lapangan dilakukan pada sabtu 4 Oktober 2025 pada atlet sekolah sepak bola pacul guwang f.c di kabupaten kediri.

⁸ Wawancara tidak terstruktur dengan MI, MNW, dan ENT pemain pacul guwang f.c di kabupaten kediri, 1 juli 2025

kemampuannya sangat memengaruhi semangat juangnya. Ia merasa lebih termotivasi menghadapi tantangan saat berlatih, bahkan dalam kondisi sulit. Ketika lelah, MA justru semakin bertekad meningkatkan performa dan mencapai tujuan yang lebih tinggi. AF juga mengungkapkan betapa pentingnya keyakinan diri dalam menghadapi kegagalan. Dengan percaya pada kemampuannya, ia mampu bangkit setelah kalah dan terus berusaha memperbaiki teknik bermain. Menurut AF, setiap rintangan menjadi kesempatan untuk belajar dan mengembangkan mental yang lebih kuat. AN menambahkan bahwa keyakinan terhadap kemampuannya mendorongnya untuk melakukan latihan tambahan, yang diyakininya akan membantunya tampil lebih baik. AN juga merasa setiap kemajuan, sekecil apapun, membuktikan bahwa ia dapat mencapai tujuannya, semakin memperkuat rasa percaya dirinya.⁹

Selain ketekunan, dalam meraih sebuah kesuksesan tentunya individu membutuhkan dukungan dari lingkungan sekitar untuk menghadapi berbagai tantangan dan rintangan yang muncul. Dukungan sosial atau *social support* merupakan jenis bantuan, dorongan, atau perhatian yang diberikan kepada individu oleh orang-orang di sekitarnya, termasuk keluarga, teman, rekan kerja, atau komunitas. Dukungan ini bisa berupa dukungan emosional, informasi, atau bantuan praktis, dan memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan kesejahteraan mental dan fisik seseorang. Menurut Sarafino, Dukungan sosial adalah semua bentuk bantuan yang diterima individu dari orang lain, yang dapat membantu mereka mengatasi stres, meningkatkan kesejahteraan, dan

⁹ Wawancara tidak terstruktur dengan MA, AF, dan AN pemain pacul guwang f.c di kabupaten Kediri, 5 Oktober 2025

memperkuat rasa keterhubungan. Dukungan ini mencakup dukungan emosional, dukungan informasional, dan dukungan praktis, yang semuanya berkontribusi terhadap kesehatan mental dan fisik.¹⁰

Dukungan sosial atau *social support* pada atlet mempunyai peran penting dalam mengembangkan *grit*, karena dapat memberikan motivasi yang diperlukan untuk menghadapi tantangan dan rintangan dalam perjalanan mereka. Ketika atlet merasa didukung oleh pelatih, keluarga, dan teman, mereka akan lebih percaya diri dalam menghadapi tekanan yang ada di lapangan.¹¹ Dukungan tersebut menciptakan suasana yang positif, di mana atlet merasa dihargai dan termotivasi untuk terus berusaha meskipun menghadapi kegagalan. Selain itu, dukungan emosional dari orang-orang terdekat membantu mereka mengatasi stres dan kecemasan yang sering muncul saat berkompetisi. Dengan *social support* yang kuat, atlet dapat melihat setiap kegagalan sebagai peluang untuk belajar dan berkembang, yang pada gilirannya memperkuat *grit* mereka. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial bukan hanya pelengkap, tetapi merupakan dasar yang sangat penting dalam membangun ketahanan mental dan semangat juang yang diperlukan untuk mencapai keberhasilan dalam sepak bola.

Selain membutuhkan dukungan dari lingkungan sosial, individu juga membutuhkan dorongan dari dalam diri, seperti rasa yakin akan kemampuan sehingga bisa mencapai tujuannya. Keyakinan terhadap kemampuan diri disebut *Self-efficacy*, yang mempunyai peran penting dalam pengembangan *grit*. Keyakinan ini memungkinkan atlet untuk merasa lebih percaya diri dalam

¹⁰ E.P. Sarafino and T.W. Smith, *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. John Wiley & Sons, 2017.

¹¹ Dr. Ari Wibowo Kurniawan. et al., *Psikologi Olahraga*, ed. Dr. Mu'arifin. M.Pd, 2021.

menghadapi tantangan dan rintangan. Ketika atlet yakin akan kemampuannya, mereka lebih cenderung untuk mengambil risiko dan berusaha lebih keras, meskipun menghadapi kesulitan. Dalam konteks sepak bola, *self-efficacy* membantu atlet untuk melihat setiap kegagalan sebagai bagian dari proses belajar, yang pada gilirannya memperkuat grit mereka. Dengan demikian, *self-efficacy* berfungsi sebagai pendorong utama yang mendukung pengembangan grit di kalangan atlet. Menurut Bandura, individu yang memiliki *self-efficacy* tinggi cenderung lebih berkomitmen terhadap tujuan mereka dan tidak mudah menyerah ketika menghadapi rintangan.¹²

Social support, *self-efficacy*, dan *grit* bekerja sama secara dinamis untuk membentuk ketahanan dan semangat juang individu dalam mencapai tujuan. *Social support* yang kuat dari orang-orang di sekitar, seperti keluarga, teman, dan rekan kerja, menciptakan lingkungan yang mendukung dan memotivasi, sehingga individu merasa dihargai dan lebih percaya diri.¹³ Pada saat yang sama, *self-efficacy* yang tinggi memungkinkan individu untuk percaya pada kemampuan diri mereka, mendorong mereka untuk mengambil langkah yang diperlukan meskipun menghadapi rintangan. Kombinasi dari kedua faktor ini berkontribusi signifikan terhadap pengembangan *grit*, yang merupakan ketahanan dan ketekunan untuk terus berusaha meskipun mengalami kegagalan. Ketika individu memiliki dukungan emosional dan keyakinan terhadap kemampuan diri, mereka lebih mampu melihat setiap tantangan sebagai kesempatan untuk belajar dan berkembang. Dengan demikian, hubungan antara

¹² A Bandura, *Self Efficacy Mechanism in Psychological and Health-Promoting Behavior* (Prentice Hall, New Jersey., 1991).

¹³ E.P. Sarafino and T.W. Smith, *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. John Wiley & Sons, 2017.

social support, *self-efficacy*, dan *grit* sangat penting untuk membangun ketahanan mental yang diperlukan dalam menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan.

Penelitian ini dilakukan, bahwa pentingnya adanya keterkaitan antara *sosial support*, *self-efficacy*, dengan *grit* mendorong terjadinya penelitian terutama dalam konteks sepak bola dimana dibutuhkan daya juang yang tinggi agar lebih optimal meraih prestasi. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami bagaimana ketiga variabel ini saling berhubungan dan berkontribusi terhadap performa atlet di lapangan. Hal ini diharapkan tidak hanya meningkatkan kemampuan teknis mereka saja, tetapi juga membekali mereka agar mempunyai kekuatan mental untuk menghadapi tantangan di dunia olahraga. Berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan maka judul penelitian ini adalah **“Hubungan Antara *Social Support* dan *Self-efficacy* dengan *Grit* pada Atlet Sekolah Sepak Bola Pacul Guwang F.C di Kabupaten Kediri”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan diatas, maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan antara *social support* dengan *grit* pada atlet sekolah sepak bola Pacul Guwang F.C di Kabupaten Kediri ?
2. Apakah terdapat hubungan antara *self-efficacy* dengan *grit* pada atlet sekolah sepak bola Pacul Guwang F.C di Kabupaten Kediri ?
3. Apakah terdapat hubungan antara *social support* dan *self-efficacy* dengan *grit* pada atlet sekolah sepak bola Pacul Guwang F.C di Kabupaten Kediri ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan diatas, tujuan dari penelitian yang ingin dicapai yaitu :

1. Untuk mengetahui adanya hubungan antara *social support* dengan *grit* pada atlet sekolah sepak bola Pacul Guwang F.C di Kabupaten Kediri.
2. Untuk mengetahui adanya hubungan antara *self-efficacy* dengan *grit* pada atlet sekolah sepak bola Pacul Guwang F.C di Kabupaten Kediri.
3. Untuk mengetahui adanya hubungan antara *social support* dan *self-efficacy* dengan *grit* pada atlet sekolah sepak bola Pacul Guwang F.C di Kabupaten Kediri.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan teori mengenai hubungan antara *social support* dan *self-efficacy*, dengan *grit*, serta memperkaya literatur yang ada mengenai faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi kinerja atlet. Selain itu, penelitian ini diharapkan menjadi referensi untuk penelitian-penelitian di masa mendatang.

2. Secara praktis

- a. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat berfungsi memperkaya keilmuan, pengetahuan, dan pemahaman terutama dibidang psikologi, serta berfungsi sebagai sumber pembelajaran untuk menghasilkan penelitian ilmiah.

b. Bagi Lembaga

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh pengelola Sekolah Sepak Bola Pacul Guwang F.C untuk menyusun program latihan yang lebih efisien, dengan fokus pada penguatan *social support*, *self-efficacy*, dan pengembangan *grit* bagi atletnya.

c. Bagi Subjek

Penelitian ini memberikan manfaat langsung kepada atlet dengan meningkatkan pemahaman mereka tentang pentingnya *social support*, *self-efficacy*, dan *grit* dalam mencapai tujuan olahraga, serta membantu atlet dalam mengembangkan strategi untuk memperkuat ketiga aspek tersebut.

E. Ruang Lingkup/ Batasan Penelitian

Penelitian ini dibatasi hanya pada tiga variabel utama, yaitu variabel bebas berupa *social support* dan *self-efficacy*, serta variabel terikat berupa *grit*. Faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi *grit* seperti kecerdasan emosional, pengalaman sebelumnya dalam bermain sepak bola, dan kondisi fisik atlet. Subjek pada penelitian ini terbatas hanya pada atlet sekolah sepak bola Pacul Guwang f.c di Kabupaten Kediri.

F. Penelitian Terdahulu

Penelitian ini didukung temuan dari penelitian-penelitian sebelumnya yang dijadikan sebagai bahan kajian dan perbandingan. Hasil penelitian terdahulu tersebut masih memiliki keterkaitan dengan topik *Social support*, *Self-efficacy* dan *Grit*:

1. Penelitian oleh Devi Ulfa sari, dan Fitri Andriani pada tahun 2024 dengan judul “Peran *Self-Efficacy*, Dukungan Sosial dan Optimisme terhadap *Grit* pada Anggota Tamtama”.¹⁴ Penelitian ini untuk menguji pengaruh *self-efficacy*, dukungan sosial, dan optimisme terhadap *grit* pada anggota Tamtama TNI-AD yang mengikuti tes alih golongan Sekolah Calon Bintara (Secaba) regular. Metode yang diterapkan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional, dengan melibatkan 50 anggota Tamtama yang terpilih secara acak. Hasil analisis regresi linier berganda menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.000 yang menunjukkan bahwa *self-efficacy*, dukungan sosial, dan optimisme memiliki pengaruh signifikan terhadap *grit*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi terbesar terhadap peningkatan *grit*, diikuti oleh optimisme dan *self-efficacy*. Secara keseluruhan, ketiga variabel tersebut berkontribusi sebesar 75,4% terhadap tingkat *grit* anggota Tamtama TNI-AD. Terdapat persamaan dan perbedaan antara penelitian Devi dan Fitri dengan penelitian ini. **Persamaan** kedua penelitian yaitu menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional. Sedangkan **perbedaan** kedua penelitian terletak pada subjek penelitian, penelitian Devi dan Fitri berfokus pada anggota Tamtama TNI-AD yang mengikuti tes alih golongan Sekolah Calon Bintara (Secaba) regular, sementara penelitian ini berfokus pada atlet sepak bola. Selain itu penelitian Devi dan Fitri memasukkan variabel optimisme, yang tidak ada dalam penelitian ini.

¹⁴ Devi Ulfa Sari and Fitri Andriani, “Peran Self Efficacy, Dukungan Sosial Dan Optimisme Terhadap Grit Pada Anggota Tamtama,” *Mutiara: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia* 2, no. 4 (2023): 266–80, doi:10.61404/jimi.v2i4.339.

2. Penelitian oleh Yuliati Septamia Putri dan Wisnu Sri Hertinjung pada tahun 2024 dengan judul “Hubungan antara dukungan sosial dan *grit* dengan kesejahteraan siswa disekolah asrama”.¹⁵ Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dan *grit* dengan kesejahteraan psikologis siswa di boarding school. Metode yang diterapkan kuantitatif dengan desain korelasional, dengan melibatkan 247 siswa MAN 1 Surakarta. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan siswa di sekolah asrama, yang ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi $r_{xy} = 5,971$ dan tingkat signifikansinya $0,00 < 0,05$, serta terdapat hubungan positif dan signifikan antara *grit* dengan kesejahteraan siswa di sekolah asrama dengan nilai koefisien korelasi $r_{xy} = 4,1931$ dan tingkat signifikansinya $0,00 < 0,05$. Temuan ini menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dan *grit* dengan kesejahteraan siswa, artinya semakin tinggi dukungan sosial seorang siswa, maka tingkat kesejahteraan yang dimiliki siswa juga akan tinggi dan sebaliknya. Semakin tinggi *grit* seorang siswa, maka tingkat kesejahteraan yang dimiliki siswa juga semakin tinggi, dan sebaliknya. Terdapat persamaan dan perbedaan antara penelitian Yuliati dan Wisnu dengan penelitian ini. **Persamaan** kedua penelitian yaitu menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional dan bertujuan untuk mengkaji hubungan antara dukungan sosial dan *grit*. Sedangkan **perbedaan** kedua penelitian terletak pada subjek penelitian. Penelitian Yuliati dan Wisnu berfokus pada siswa

¹⁵ Putri and Wisnu Sri Hertinjung, “Hubungan Antara Dukungan Dan Grit Dengan Kesejahteraan Siswa Di Sekolah Asrama,” *Psychology*, 2024, 1–12.

di sekolah asrama, sementara penelitian ini berfokus pada atlet sepak bola. Selain itu Selain itu, penelitian Yuliati dan Wisnu juga membahas kesejahteraan psikologis, yang merupakan aspek berbeda dibandingkan fokus penelitian ini.

3. Penelitian oleh Dimas Arif dan Meita Santi pada tahun 2023, dengan judul “Hubungan *Psychological Capital* dan Dukungan Sosial dengan *Grit* pada Mahasiswa yang Kuliah Sambil Bekerja”.¹⁶ Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *Psychological Capital* dan dukungan sosial dengan *grit* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Metode yang diterapkan kuantitatif dengan desain korelasional, dengan melibatkan 138 mahasiswa FIP UNESA yang masih aktif dan melakukan kuliah sambil kerja. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa terdapat hubungan positif *psychological capital* dan dukungan sosial dengan *grit*, yang ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi $r_{xy} = 0,627$ dan tingkat signifikansi $0,000 < 0,05$ Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat skor *psychological capital* dan dukungan sosial, maka semakin tinggi *grit* yang dimiliki, dan sebaliknya. Terdapat persamaan dan perbedaan antara penelitian Dimas dan Meita dengan penelitian ini. **Persamaan** kedua penelitian yaitu menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional dan bertujuan untuk mengkaji hubungan antara dukungan sosial dan *grit*. Sedangkan **perbedaan** kedua penelitian terletak pada subjek penelitian. Penelitian Dimas dan Meita berfokus pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja,

¹⁶ Dimas Arif Susanto Sugardhana and Meita Santi Budiani, “Hubungan Psychological Capital Dan Dukungan Sosial Dengan Grit Pada Mahasiswa Yang Kuliah Sambil Bekerja,” *Jurnal Penelitian Psikologi* 10, no. 3 (2023): 233–50.

sedangkan penelitian ini berfokus pada atlet sepak bola. Selain itu, penelitian Dimas dan Meita mencakup *psychological capital* sebagai variabel tambahan. Pada penelitian Dimas dan Meita juga menambahkan variabel *psychological capital*, yang tidak terdapat dalam penelitian ini.

4. Penelitian oleh Nila Kencana dan Lisa Imelia pada tahun 2021 dengan judul “Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua dan *Grit* pada Siswa TNI di Lembaga ‘X’ Kota Bandung”.¹⁷ Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan *grit* siswa TNI di Lembaga ‘X’ Kota Bandung. Metode yang diterapkan kuantitatif dengan desain korelasional, dengan melibatkan 96 siswa TNI di Lembaga ‘X’ Kota Bandung. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan *grit* pada siswa TNI di Lembaga ‘X’ Kota Bandung, yang ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi $r_{xy} = 0,597$ dan tingkat signifikansi nya $0,00 < 0,05$. Temuan ini menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan *grit*, artinya semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan kepada siswa, semakin tinggi pula *grit* siswa, dan sebaliknya. Terdapat persamaan dan perbedaan antara penelitian Nila dan Lisa dengan penelitian ini. **Persamaan** kedua penelitian yaitu menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional dan bertujuan untuk mengkaji hubungan antara dukungan sosial dan *grit*. Sedangkan **perbedaan** kedua penelitian terletak pada subjek penelitian.

¹⁷ Nila Kencana Tanjung and Lisa Imelia Satyawan, “Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dan *Grit* Pada Siswa TNI Di Lembaga ‘X’ Kota Bandung,” *Humanitas (Jurnal Psikologi)* 5, no. 1 (2021): 61–75, doi:10.28932/humanitas.v5i1.3338.

- Penelitian Nila dan Lisa berfokus pada siswa TNI, sementara penelitian ini berfokus pada atlet sepak bola. Selain itu fokus pada penelitian Nila dan Lisa adalah dukungan sosial orang tua, sementara penelitian ini menggunakan dukungan sosial yang mana mencakup aspek yang lebih luas.
5. Penelitian oleh Respiani Putri, dkk pada tahun 2021 dengan judul “Pengaruh *Self-efficacy* dan *Self-compassion* terhadap *Grit* pada Komunitas Kepul”.¹⁸ Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *self-efficacy* terhadap *grit*, apakah terdapat pengaruh *self-compassion* terhadap *grit*, apakah terdapat pengaruh *self-efficacy* dan *self-compassion* terhadap *grit* pada orang komunitas Kepul. Metode yang diterapkan kuantitatif dengan analisis regresi linear berganda, dengan melibatkan 119 orang komunitas Kepul. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa: Pertama, Variabel *self-efficacy* (X1) secara parsial, menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap variabel *grit* (Y) dengan sumbangan sebesar 44,95%. Kedua, Variabel *self-compassion* (X2) secara parsial, menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap variabel *grit* (Y) dengan sumbangan sebesar 28,95%. Ketiga, Variabel *Self-efficacy* (X1) dan variabel *self-compassion* (X2) secara simultan, menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen yaitu *grit* (Y) dengan sumbangan sebesar 73,9%. Selisihnya sebesar 26,1% (100% - 73,9%) dijelaskan oleh variabel lain dan tidak termasuk dalam analisis regresi ini. Terdapat persamaan dan perbedaan

¹⁸ Respiani Putri, Pismawenzi, and Widia Sri Ardias, “Pengaruh Self Efficacy Dan Self Compassion Terhadap Grit Pada Komunitas Kepul,” *Jurnal Psikologi Islam Al-Qalb* 12, no. 2 (2021): 210, <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/alqalb/article/view/3206>.

antara penelitian Respiani putri, dkk dengan penelitian ini **Persamaan** kedua penelitian yaitu menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional, Keduanya berfokus pada hubungan antara variabel-variabel psikologis dengan grit sebagai variabel dependen. Sedangkan **perbedaan** kedua penelitian terletak pada subjek penelitian. Penelitian Respiani meneliti komunitas Kepul, sedangkan penelitian ini berfokus pada atlet sekolah sepak bola Pacul Guwang F.C di Kabupaten Kediri. Selain itu, dalam penelitian ini, terdapat penekanan pada dukungan sosial sebagai faktor yang berkontribusi terhadap *grit*, sementara penelitian Respiani lebih menyoroti *dampak self-efficacy* dan *self-compassion*. Dengan demikian, penelitian ini menawarkan perspektif yang berbeda dalam memahami faktor-faktor yang berpengaruh terhadap *grit* dalam konteks yang lebih spesifik pada atlet sepak bola.

G. Definisi Operasional

1. *Social Support*

Dalam penelitian ini, *social support* merupakan dukungan yang diberikan oleh pelatih, rekan tim, dan keluarga kepada atlet selama proses latihan dan kompetisi. Dukungan ini mencakup aspek emosional, seperti perhatian dan peduli, dukungan penghargaan seperti pengakuan dan pujian, dukungan instrumental seperti bantuan fisik dan sumberdaya, dukungan informasional seperti memberikan informasi dan saran, serta dukungan jaringan sosial seperti keberadaan komunitas dan rasa keterhubungan.

2. *Self-efficacy*

Self-efficacy dalam penelitian ini merupakan persepsi atau keyakinan individu terhadap kemampuan diri mereka untuk menjangkau dan mencapai tujuan tertentu dalam sepak bola. Ini mencakup kemampuan atlet untuk mengatasi tantangan, menghadapi tekanan selama pertandingan, dan beradaptasi dengan situasi yang sulit.

3. *Grit*

Dalam penelitian ini *grit* merupakan ketekunan dan semangat juang yang ditunjukkan oleh atlet dalam menghadapi rintangan dan tantangan dalam perjalanan olahraga mereka. *Grit* mencerminkan komitmen jangka panjang untuk berlatih dan berusaha meskipun mengalami kegagalan, serta kemampuan untuk tetap fokus pada tujuan mereka di lapangan.