

**HUBUNGAN ANTARA KETANGGUHAN MENTAL DAN
DUKUNGAN SOSIAL PELATIH DENGAN PERFORMA
PUNCAK SAAT BERTANDING PADA ATLET
BULUTANGKIS PB HIQUA WIJAYA KEDIRI**

SKRIPSI

Disusun Sebagai Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)



Oleh :

HUMAIRA NURVITA DEWI

21104140

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SYEKH WASIL
KEDIRI
2026**

**HUBUNGAN ANTARA KETANGGUHAN MENTAL DAN
DUKUNGAN SOSIAL PELATIH DENGAN PERFORMA
PUNCAK SAAT BERTANDING PADA ATLET
BULUTANGKIS PB HIQUA WIJAYA KEDIRI**

SKRIPSI

Diajukan kepada;

Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan

Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)

Oleh:

Humaira Nurvita Dewi

21104140

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SYEKH WASIL
KEDIRI
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA KETANGGUHAN MENTAL DAN
DUKUNGAN SOSIAL PELATIH DENGAN PERFORMA
PUNCAK SAAT BERTANDING PADA ATLET BULUTANGKIS
PB HIQUA WIJAYA KEDIRI**

Humaira Nurvita Dewi

21104119

Disetujui oleh :

Pembimbing I



(Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si.)
NIP. 197712152005012002

Pembimbing II



(Drs. Moh. Irfan Burhani, M.Psi.)
NIP. 196612201991031002

NOTA DINAS

Nomor :
Lampiran : 4 (empat) berkas
Hal : Bimbingan Skripsi

Kediri, 12 Januari 2026

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri
Di
Jln. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Memenuhi permintaan Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Humaira Nurvita Dewi
NIM : 21104140
Judul : Hubungan Antara Ketangguhan Mental Dan Dukungan Sosial Pelatih Dengan Performa Puncak Saat Bertanding Pada Atlet Bulutangkis PB Hikua Wijaya Kediri

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsinya telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S1).

Bersama ini terlampir satu berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang telah ditentukan dapat diujikan dalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan banyak terima kasih.

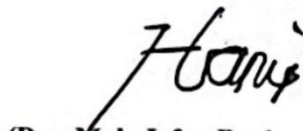
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



(Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si.)
NIP. 197712152005012002

Pembimbing II



(Drs. Moh. Irfan Burhani, M.Psi.)
NIP. 196612201991031002

NOTA PEMBIMBING

Nomor :
Lampiran : 4 (empat) berkas
Hal : Bimbingan Skripsi

Kediri, 12 Januari 2026

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri
Di
Jln. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Memenuhi permintaan Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Humaira Nurvita Dewi
NIM : 21104140
Judul : Hubungan Antara Ketangguhan Mental Dan Dukungan Sosial Pelatih Dengan Performa Puncak Saat Bertanding Pada Atlet Bulutangkis PB Hiqua Wijaya Kediri

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsinya telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S1).

Bersama ini terlampir satu berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang telah ditentukan dapat diujikan dalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan banyak terima kasih.

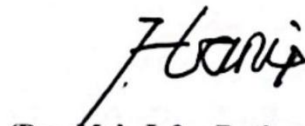
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



(Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si.)
NIP. 197712152005012002

Pembimbing II



(Drs. Moh. Irfan Burhani, M.Psi.)
NIP. 196612201991031002

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA KETANGGUHAN MENTAL DAN
DUKUNGAN SOSIAL PELATIH DENGAN PERFORMA
PUNCAK SAAT BERTANDING PADA ATLET
BULUTANGKIS PB HIQUA WIJAYA KEDIRI**

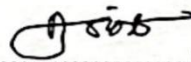
Humaira Nurvita Dewi

21104140

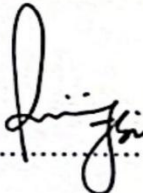
Telah diujikan di depan Sidang Munaqasah
Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri
Pada Tanggal 2026

Tim Penguji,

1. Penguji Utama
Prof. Dr. Moh. Asror Yusuf, M.Ag.
NIP. 197506132003121004

(.....)

2. Penguji I
Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si.
NIP. 197712152005012002

(.....)

3. Penguji II
Drs. Moh. Irfan Burhani, M.Psi.
NIP. 196612201991031002

(.....)

Kediri, 12 Januari 2026
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Kediri



Prof. Dr. H. Halil Thahir, M.HI
NIP. 197111212005011006

MOTTO

Aku membahayakan nyawa ibu untuk lahir ke dunia, jadi tidak mungkin aku tidak
ada artinya, dan aku membuat ayahku bekerja tiap hari hingga lelah, jadi aku
pastikan lelahnya tidak sia sia

Humaira Nurvita Dewi

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Humaira Nurvita Dewi

NIM : 21104140

Program Studi : Psikologi Islam

Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi* yang saya tulis ini benar-benar tulisan saya, dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi* ini hasil dari plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Kediri, 6 Februari 2016

Yang membuat pernyataan



. Ttd

HALAMAN ABSTRAK

Dewi, Humaira Nurvita (2026). Dosen Pembimbing Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si dan Drs. Moh. Irfan Burhani, M.Psi: *Hubungan Antara Ketangguhan Mental Dan Dukungan Sosial Pelatih Dengan Performa Puncak Saat Bertanding Pada Atlet Bulutangkis Pb Hiqua Wijaya Kediri*

Kata kunci: Performa Puncak, Ketangguhan Mental, Dukungan Sosial Pelatih, Atlet.

Olahraga, yang berasal dari kata "olah" (gerak) dan "raga" (tubuh), adalah aktivitas fisik terencana untuk mencapai tujuan kesehatan, rekreasi, dan prestasi. Olahraga memberikan manfaat signifikan, seperti peningkatan kesehatan dan keseimbangan mental melalui hormon endorfin. Bulutangkis, sebagai salah satu cabang olahraga populer di Indonesia, sangat bergantung pada pembinaan yang terencana serta pengembangan mental dan fisik atlet. Performa puncak menggambarkan kekuatan luar biasa yang muncul ketika seorang atlet mampu mengerahkan seluruh kapasitas mental dan fisiknya secara maksimal, bahkan melampaui batas performa yang biasa ia tunjukkan di arena pertandingan. Ketangguhan mental merupakan ketetapan hati pada tingkat tinggi, menolak tekanan namun tetap mampu fokus dalam situasi yang menegangkan, serta kapasitas untuk bertahan sepanjang pertandingan. Dukungan sosial pelatih adalah interaksi interpersonal yang berfungsi sebagai pendorong energi agar semua aspek dapat berjalan dan berfungsi secara optimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara ketangguhan mental terhadap performa puncak pada atlet bulutangkis remaja di PB Hiqua Wijaya Kediri, mengetahui hubungan dukungan sosial pelatih dengan performa puncak pada atlet bulutangkis remaja di PB Hiqua Wijaya Kediri, dan untuk mengetahui hubungan simultan performa puncak dan ketangguhan mental dengan performa puncak pada atlet bulutangkis remaja di PB Hiqua Wijaya Kediri.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Populasi penelitian ini mencakup seluruh atlet di PB Hiqua Wijaya Kediri, dan sampel yang diambil terdiri dari 40 atlet, yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui instrumen performa puncak dari Garfied dan Bennet, instrumen ketangguhan mental dari Sheard, serta instrumen dukungan sosial pelatih dari Sarafino. Teknik analisis data yang digunakan adalah regresi linier berganda.

Berdasarkan analisis data penelitian menunjukkan adanya pertama hubungan positif antara ketangguhan mental dan performa puncak atlet bulutangkis di PB Hiqua Wijaya Kediri, dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan koefisien korelasi 0,693. Kedua, terdapat hubungan positif antara dukungan sosial pelatih dengan performa puncak, dibuktikan dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan koefisien korelasi 0,652. Ketiga secara simultan, ketangguhan mental dan dukungan sosial pelatih terdapat hubungan positif terhadap performa puncak atlet, dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan koefisien korelasi sebesar 0,893.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT. Atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga skripsi ini diselesaikan dengan baik. Skripsi ini mengungkapkan mengenai *hubungan antara ketangguhan mental dan dukungan sosial pelatih dengan performa puncak saat bertanding pada atlet bulutangkis PB Hiqua Wijaya Kediri*.

Penulis menyampaikan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. H. Wahidul Anam, M.Ag., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri.
2. Prof. Dr. KH. A.Halil Thahir, M.HI., selaku Dekan fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri.
3. Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si., selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Syekh Wasil.
4. Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si, dan Drs. Moh. Irfan Burhani, M.Psi selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan serta bimbingan selama masa penyusunan skripsi ini.
5. Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri yang telah menjadi tempat berproses selama menempuh pendidikan di Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri.

6. Kedua orang tua tercinta, Bapak Nur Salim dan Ibu Evie Herny, serta keluarga besar yang selalu memberikan dukungan dan perhatian penuh selama penulis menempuh masa-masa berproses di Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri.
7. Kepada kepala PB Hiqua Kediri Fergus Soeprapto, beserta teman-teman seluruh anggota PB Hiqua Kediri yang telah mambantu dan memberikan dukungan selama periode penelitian.
8. Kepada teman-teman mahasiswa Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri angkatan 2021 yang telah berjuang bersama demi meraih cita-cita dan gelar sarjana.
9. Kepada diri sendiri yang telah berjuang dalam proses menempuh pendidikan di Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	vii
HALAMAN ABSTRAK.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian	9
E. Penelitian Terdahulu.....	10
BAB II LANDASAN TEORI	16
A. Performa Puncak	16
1. Definisi Performa Puncak	16
2. Aspek-aspek Performa Puncak	18
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Performa Puncak	20
4. Intervensi Psikologis Untuk Meningkatkan Performa Puncak	23
B. Ketangguhan Mental	25
1. Definisi Ketangguhan Mental	25

2.	Dimensi-Dimensi Ketangguhan Mental	27
3.	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Ketangguhan Mental	29
C.	Dukungan Sosial Pelatih	31
1.	Definisi Dukungan Sosial Pelatih	31
2.	Sumber-Sumber Dukungan Sosial	32
3.	Aspek-Aspek Dukungan Sosial Pelatih	32
D.	Hubungan Antar Variabel	33
1.	Hubungan Ketangguhan Mental Dengan Performa Puncak	33
2.	Hubungan Dukungan Sosial Pelatih Dengan Performa Puncak	39
3.	Hubungan Ketangguhan Mental dan Dukungan Sosial Pelatih dengan Performa Puncak	45
E.	Hipotesis Penelitian	51
F.	Kerangka Teoritik	52
BAB III METODE PENELITIAN		54
A.	Rancangan Penelitian	54
B.	Variabel Penelitian	54
C.	Populasi dan Sampel	55
1.	Populasi	55
2.	Sampel dan Teknik Sampling	55
3.	Jenis Data	56
4.	Metode Pengumpulan Data	57
D.	Instrumen Penelitian	58
1.	Skala Pengukuran Performa Puncak	58
2.	Skala Pengukuran Ketangguhan Mental	60
3.	Skala Pengukuran Dukungan Sosial Pelatih	61
E.	Teknik Analisa Data	62

1.	Uji Instrumen	63
2.	Uji Asumsi	65
3.	Uji Hipotesis	66
BAB IV HASIL PENELITIAN		68
A.	Gambaran Umum	68
B.	Deskripsi Data	69
1.	Uji Instrumen	69
2.	Uji Asumsi Klasik.....	75
3.	Uji Hipotesis	79
BAB V PEMBAHASAN		85
A.	Hubungan Antara Ketangguhan Mental Dengan Performa Puncak Pada Atlet Bulutangkis Remaja PB Hiqua Wijaya Kediri	85
B.	Hubungan Antara Dukungan Sosial Pelatih Dengan Performa Puncak Saat Bertanding Pada Atlet Remaja Bulutangkis PB Hiqua Wijaya Kediri.....	88
C.	Hubungan Antara Ketangguhan Mental Dan Dukungan Sosial Pelatih Dengan Performa Puncak Saat Bertanding Pada Atlet Remaja Bulutangkis PB Hiqua Wijaya Kediri Secara Simultan	90
BAB VI PENUTUP		94
A.	Kesimpulan	94
B.	Saran.....	95
DAFTAR PUSTAKA.....		96
LAMPIRAN		101

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1: Kriteria Jawaban Skala Likert Variabel.....	48
Tabel 3.2: Blueprint Skala Performa puncak	49
Tabel 3.3: Blue Print Skala Ketangguhan mental	51
Tabel 3.4: Blue Print Skala Dukungan sosial pelatih.....	52
Tabel 3.5: Interpretasi Uji Reabilitas	55
Tabel 3.6: Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi	57
Tabel 4.1: Uji korelasi item dengan item total skala performa puncak.....	60
Tabel 4.2: Blueprint skala performa puncak setelah uji korelasi	61
Tabel 4.3: Uji korelasi item dengan item total skala ketangguhan mental.....	62
Tabel 4.4: Blueprint skala ketangguhan mental setelah uji korelasi	62
Tabel 4.5: Uji korelasi item dengan item total skala dukungan sosial pelatih	63
Tabel 4.6: Blueprint skala dukungan sosial pelatih setelah uji korelasi.....	64
Tabel 4.7: Uji Reabilitas Skala Performa Puncak	64
Tabel 4.8: Uji Reabilitas Skala Ketangguhan Mental	65
Tabel 4.9: Uji Reabilitas Variabel Dukungan sosial pelatih.....	65
Tabel 4.10: Uji Normalitas	66
Tabel 4.11: Uji Linieritas Skala Ketangguhan Mental	67
Tabel 4.12: Uji Linieritas Skala Dukungan sosial pelatih.....	67
Tabel 4.13: Uji Multikolinieritas	68
Tabel 4.14: Tabel Hubungan variabel Ketangguhan Mental (X1) Terhadap Performa Puncak (Y)	70
Tabel 4.15: Tabel Hubungan variabel Dukungan sosial pelatih (X2) Terhadap Performa Puncak (Y)	71
Tabel 4.16: Hasil Uji Regresi Linier Berganda antara Ketangguhan Mental (X1) dan Dukungan sosial pelatih (X2) terhadap Performa Puncak (Y)	73

Tabel 4.17: Koeffisien Regresi Linier Berganda antara Ketangguhan Mental (X1)
dan Dukungan sosial pelatih (X2) terhadap Performa Puncak (Y) ..74

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1: Kerangka teoritik hubungan antara ketangguhan mental dan dukungan sosial pelatih dengan performa puncak saat bertanding pada atlet bulutangkis PB Hiqua Wijaya Kediri.....	43
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I Kuisisioner Penelitian	90
Lampiran II Tabulasi data	96
Lampiran III Hasil Uji Instrumen	103
Lampiran IV Hasil Uji Asumsi Klasik	131
Lampiran V Hasil Uji Analisis Data	134
Lampiran VI Dokumentasi Penelitian.....	146
Lampiran VII Daftar Riwayat Hidup	147