

**HUBUNGAN ANTARA HARAPAN DENGAN RESILIENSI
PADA ATLET SEPAK BOLA YANG MENGALAMI CIDERA**

Skripsi

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus Untuk Memenuhi

Sebagian Dari Syarat-Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



UNIVERSITAS MURIA KUDUS

KUDUS

2023

**HUBUNGAN ANTARA HARAPAN DENGAN RESILIENSI
PADA ATLET SEPAK BOLA YANG MENGALAMI CIDERA**

Skripsi

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus Untuk Memenuhi

Sebagian Dari Syarat-Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



UNIVERSITAS MURIA KUDUS

KUDUS

2023

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus
Dan diterima Untuk Memenuhi Syarat-Syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Pada tanggal... 14 Maret 2023

Mengesahkan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus

Dekan


Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi, M.Psi

Dewan Penguji :

Tanda Tangan

1. Ridwan Budi Pramono, S.Psi., M.A.

2. Dr. Trubus Raharjo, S.Psi., M.Si

3. Latifah Nur Ahyani, S.Psi., M.A

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA HARAPAN DENGAN RESILIENSI PADA ATLET
SEPAK BOLA YANG MENGALAMI CIDERA**

Yang diajukan oleh :

ETIKA AMANDA KHARISMA

2016-60-045

Telah disetujui untuk dipertahankan Dewan Penguji

Telah di setujui oleh :

Dosen Pembimbing Utama


Ridwan Budi Pramono, S.Psi, M.A

tanggal... 19 Maret 2023

MOTTO

Tidak mustahil bagi orang biasa untuk memutuskan menjadi luar biasa.”

(Elon Musk)



PERSEMBAHAN

Kupersembahkan karya kecil ini dengan segenap cinta dan kasih serta do'a,
persembahkan kecil ini saya persembahkan kepada:

Kedua orang tua saya yang telah senantiasa memberikan dukungan, semangat,
serta do'a kepada anaknya.

Bapak Ibu dosen Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.

Diri sendiri dan teman-teman yang selalu memberi dukungan dan motivasi.



PRAKATA

Alhamdulillahirobil'alamin, saya panjatkan Puji Syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat, Taufiq serta Hidayah-Nya dan tak lupa Shalawat serta salam semuga tercurahkan kepada sang Baginda Nabi Muhammad SAW, semoga ilmu yang saya dapatkan di Universitas Muria Kudus bisabermanfaat di dunia maupun diakhirat kelak aminn Allahuma amin.

Berkat limpahan kasih sayang dan hidayah Allah SWT kepada penulis, pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Harapan dengan Resiliensi Pada Atlet Sepak Bola yang Mengalami Cidera” untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh derajat Sarjana Psikologi.

Dalam menyelesaikan pembuatan skripsi ini, penulis menyadari dan mengapresiasi sedalam-dalamnya kepada semua pihak yang telah ikut memberikan dukungan baik secara langsung atau tidak langsung. Oleh karena hal itu penulis mengucapkan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Ibu Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi, M.Psi selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian dan membantu menjelaskan hasil pengolahan data.
2. Bapak Ridwan Budi Pramono, S.Psi, M.A selaku Dosen Pembimbing Utama yang telah membimbing dengan penuh kedisiplinan, kesabaran dan

memberikan masukan dan saran-saran yang bermanfaat dalam penulisan skripsi ini.

3. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang telah memberikan ilmu, tauladan serta motivasi kepada penulis selama menempuh perkuliahan di Fakultas Psikologi Muria Kudus.
4. Seluruh staff dan elemen di lingkungan Universitas Muria Kudus, khususnya di Fakultas Psikologi yang telah memberikan berbagai bantuan kepada penulis selama menempuh di Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.
5. Bapak Dr. Trubus Raharjo, S.Psi., M.Si., Psikolog, dan Bapak Muji Syukur, S.Psi, yang telah membantu peneliti dalam melakukan pengolahan data beserta berkas-berkas penunjang Skripsi lainnya.
6. Kedua orang tuaku tercinta yang senantiasa memberi kasih sayang, dukungan baik moril maupun materil, nasehat, motivasi dan do'a sehingga perkuliahan dan penyusunan skripsi ini dapat terlaksana dengan baik.
7. Teruntuk Faruq terimakasih banyak sudah meluangkan waktu untuk selalu mendukung apapun yang penulis inginkan, nasihatmu bahkan sangat bermanfaat, semoga kita tetap selalu mensupport satu samalain sampai kapanpun.
8. Teman-temanku tercinta Nila, Mei, Ayu, Ainun, Dessy, dan Dinda yang selalu memberikan dukungan, doa dan selalu menjadi pendengar keluh kesah bagi peneliti.

9. Keluarga besar angkatan 2016 Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus. Terimakasih banyak untuk kalian yang menghiasi hari-hariku selama menuntut ilmu dan melewati berbagai hal unik telah kita lalui bersama semoga kita sukses untuk kedepannya.

10. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan pada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga semua pihak mendapatkan balasan dan lindungan dari Allah SWT. Penulis menyadari tiada satupun karya manusia yang sempurna, sehingga kritik dan saran agar karya ini menjadi lebih baik lagi sangat penulis harapkan. Meski demikian, penulis berharap semoga ini dapat bermanfaat bagi peneliti khususnya dan pembaca pada umumnya.

Semua yang telah mendukung perjalanan pembuatan skripsi saya, penulis menghaturkan terima kasih dan penghargaan sebesar-besarnya. Semoga kita mendapat Ridho Allah SWT. Aamiin

Kudus, 21 Januari 2023

Penulis

Etika Amanda Kharisma

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN	vi
PRAKATA.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK.....	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	8
C. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II LANDASAN TEORI.....	9
A. Resiliensi.....	9
1. Pengertian Resiliensi.....	9
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiliensi.....	9
3. Aspek-aspek Resiliensi.....	12
B. Harapan	16
1. Pengertian Harapan	16
C. Aspek-aspek Harapan.....	16
D. Hubungan Antara Harapan Dengan Resiliensi.....	18
E. Hipotesa.....	21
BAB III METODE PENELITIAN.....	22
A. Identifikasi Variabel Penelitian	22
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	22

1. Resiliensi	22
2. Harapan	23
C. Populasi dan Sampel Penelitian	23
1. Populasi	23
2. Sampel.....	24
D. Metode PengumpulannData	24
1. Skala Resiliensi	25
2. Skala Harapan	25
E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	26
1. Validitas	26
2. Reliabilitas.....	27
F. Metode Analisis Data	28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASANn	29
A. Orientasi Kancah Penelitiann	29
B. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian.....	29
1. Persiapan Penelitian	29
2. Pelaksanaan Penelitian	32
C. Perhitungan Uji Validitas dan Reliabilitas	33
D. Analisis Data	41
1. Uji Normalitas Sebaran	41
2. Uji Linieritas Hubungan.....	42
3. Uji Hipotesis.....	43
E. Pembahasan.....	44
BAB V PENUTUP	48
A. Kesimpulan.....	48
B. Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA	49

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	<i>Blue Print</i> Resiliensi (Rahmawati, 2020).....	25
Tabel 3.2	<i>Blue Print</i> Skala Harapan.....	26
Tabel 3.3	Uji Validitas	26
Tabel 4.1	<i>Blue Print</i> Skala Resiliensi.....	31
Tabel 4.2	<i>Blue Print</i> Skala Harapan.....	32
Tabel 4.3	Sebaran Item Skala Resiliensi yang Valid Maupun yang Gugur pada Seleksi Tahap 1.....	34
Tabel 4.4	Sebaran Item Skala Resiliensi yang Valid Maupun yang Gugur pada Seleksi Tahap 2.....	35
Tabel 4.5	Sebaran Item Skala Resiliensi yang Valid Maupun yang Gugur pada Seleksi Tahap 3.....	36
Tabel 4.6	Sebaran Item Skala Resiliensi yang Valid Maupun yang Gugur pada Seleksi Tahap 4.....	37
Tabel 4.7	Sebaran Item Skala Resiliensi yang Valid Maupun yang Gugur pada Seleksi Tahap 5 Fix.....	38
Tabel 4.8	Sebaran Item Skala Harapan yang Valid Maupun yang Gugur pada	39
Tabel 4.9	Sebaran Item Skala Harapan yang Valid Maupun yang Gugur pada	40
Tabel 4.10	Sebaran Item Skala Harapan yang Valid Maupun yang Gugur pada	41
Tabel 4.11	Hasil Analisis Uji Normalitas	42
Tabel 4.12	Hasil Analisis Uji Linieritas Resiliensi dengan Harapan.....	43
Tabel 4.13	Hasil Analisis Korelasi Harapan dengan Resiliensi.....	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A BLUE PRINT

A-1 Blue Print Resiliensi

A-2 Blue Print Harapan

Lampiran B SKALA

B-1 Skala Resiliensi

B-2 Skala Harapan

Lampiran C DATA KASAR

C-1 Data Kasar Resiliensi

C-2 Data Kasar Harapan

Lampiran D UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

D-1 Validitas dan Reliabilitas Resiliensi

D-2 Validitas dan Reliabilitas Harapan

Lampiran E DATA KASAR PENELITIAN

E-1 Data Kasar Penelitian Resiliensi

E-2 Data Kasar Penelitian Harapan

E-3 Data Analisis Hubungan

E-4 Data Analisis Hubungan Pasca *Out Liner*

Lampiran F UJI ASUMSI

F-1 Uji Normalitas

F-2 Uji Linieritas

F-3 Analisis *Product Moment*

Lampiran G KATEGORISASI

G-1 Kategorisasi Standar Deviasi Resiliensi

G-2 Kategorisasi Standar Deviasi Harapan

Lampiran H Screening Judul

Form A & Form B



HUBUNGAN ANTARA HARAPAN DENGAN RESILIENSI PADA ATLET SEPAK BOLA YANG MENGALAMI CIDERA

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empirik hubungan antara harapan dengan resiliensi pada atlet sepak bola yang mengalami cedera. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet sepak bola yang mengalami cedera. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik kuota sampling, dengan sampel penelitian adalah 100 responden. Alat ukur yang digunakan untuk memperoleh data adalah skala harapan, dan skala resiliensi. Hasil analisis data dengan menggunakan Analisis Regresi program SPSS 15.0 *for windows* diperoleh hasil koefisien korelasi dari kedua variabel r_{xy} sebesar - 0,099 dengan nilai p sebesar 0,203 atau ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara harapan dengan resiliensi. Hasil uji hipotesis penelitian ini ditolak.

Kata kunci: Resiliensi, Harapan



THE RELATIONSHIP BETWEEN HOPE AND RESILIENCE IN INJURED FOOTBALL ATHLETEES

ABSTRACT

This study aims to empirically determine the relationship between hope and resilience in injured soccer athletes. The population in this study were injured soccer athletes. The sampling technique in this study used a quota sampling technique, with a sample of 100 respondents. Measuring tools used to obtain data are the scale of expectations, and the scale of resilience. The results of data analysis using Regression Analysis program SPSS 15.0 for windows obtained the results of the correlation coefficient of the two variables r_{xy} of -0.099 with a p-value of 0.203 or ($p > 0.05$). This shows that there is no relationship between expectations and resilience. The results of the research hypothesis test were rejected.

Kata kunci: Resilience, Hope

