

LOCUS OF CONTROL SEBAGAI BENTUK KETAHANAN MENTAL TERHADAP PRESTASI OLAHRAGA MAHASISWA

Mohammad Hasan Basri^{1*}, Moh Syaffruddin Kuryanto², Faizal Adam Rahman³

¹ Universitas Negeri Semarang

² Universitas Negeri Semarang

³ Universitas Negeri Semarang

*Corresponding author: moh_hasan_basri@stkipgrisumenep.ic.id

Abstract: Students are required to develop their potential both in academic and non-academic fields. Academic abilities relate to the lecture process, a highly satisfactory Grade Point Average (GPA), as well as research and community service. Non-academic abilities include skills in arts and sports. STKIP PGRI Sumenep, under the auspices of PGRI, has a routine agenda to enhance students' capabilities in non-academic fields, particularly in arts and sports, through an event known as the National Student Sports and Arts Week (PORSENASMA). This routine event, held every three years, greatly supports students in improving their achievements, especially in sports and arts.

The purpose of this study is to determine the role of Locus of Control and its influence on the sports achievements of STKIP PGRI Sumenep students. The research method used is descriptive quantitative, utilizing an IPC questionnaire distributed to and completed by students who excel in sports at regional and national levels. The questionnaire results were analyzed using SPSS 22.0 to examine the role of Locus of Control (Internality, Powerful Others, Chance) in the sports achievements of STKIP PGRI Sumenep students.

Based on the research data, it can be concluded that there is a significant positive (+) relationship between Locus of Control (X) and the sports achievements (Y) of STKIP PGRI Sumenep students. In the volleyball achievements attained by STKIP PGRI Sumenep athletes, the performance was categorized as moderate, while their Locus of Control was categorized as high. The improvement in sports achievements among STKIP PGRI Sumenep students is influenced by the role of Locus of Control. Enhancing student achievements in sports can be balanced with how athletes learn to evaluate themselves and collaborate effectively with teammates and coaches. For future research, it is recommended to explore other factors related to athlete performance, such as the role of coaches, parental support, or peer support.

Keywords: Locus of Control, Sports Achievements, and Students of STKIP PGRI Sumenep

Abstrak: Mahasiswa dituntut untuk mengembangkan potensi dirinya baik di bidang akademik maupun non akademik. Kemampuan di bidang akademik terkait dengan proses perkuliahan, Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) yang sangat memuaskan termasuk juga penelitian dan pengabdian kepada masyarakat. Kemampuan di bidang non akademik termasuk keahlian di bidang seni dan bidang olahraga. STKIP PGRI Sumenep yang berada di bawah naungan PGRI mempunyai agenda rutin untuk peningkatan kemampuan mahasiswa di bidang non akademik yakni di bidang seni dan olahraga yang lebih dikenal dengan Pekan Olahraga dan Seni Nasional Mahasiswa (PORSENASMA). Dengan agenda rutin yang diselenggarakan setiap tiga tahun sekali sangat membantu mahasiswa dalam hal peningkatan prestasi khususnya di bidang olahraga dan seni.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui peran *Locus of Control* dan pengaruhnya terhadap prestasi olahraga yang dicapai oleh mahasiswa STKIP PGRI Sumenep. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif, dengan menggunakan angket IPC yang dibagikan dan diisi oleh mahasiswa berprestasi di bidang olahraga baik tingkat regional maupun nasional. Hasil dari pengisian angket dianalisis menggunakan SPSS 22.0 untuk mengetahui peran *Locus of Control* (*Internality, Powerfull Others, Chance*) terhadap prestasi olahraga mahasiswa STKIP PGRI Sumenep.

Berdasarkan dari data hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan (+) antara locus of control (X) dengan prestasi olahraga mahasiswa STKIP PGRI Sumenep (Y). Dalam Prestasi bolavoli yang diraih oleh atlet STKIP PGRI Sumenep berada pada kategori sedang, dan locus of control berada pada kategori tinggi. Meningkatnya prestasi olahraga bagi mahasiswa STKIP PGRI Sumenep, karena adanya peran dari locus of control. Peningkatan prestasi mahasiswa di bidang olahraga dapat diimbangi dengan bagaimana seorang atlet belajar mengevaluasi diri dan melakukan kerja sama yang baik dengan rekan-rekan tim maupun dengan pelatih. Bagi penelitian selanjutnya, dapat melakukan pengembangan penelitian dengan mengkaji faktor-faktor lain yang berkaitan dengan prestasi atlet, seperti peran pelatih, dukungan orang tua atau teman sebaya.

(Cambria 12).

Kata kunci: *locus of control*, prestasi olahraga dan Mahasiswa STKIP PGRI Sumenep

PENDAHULUAN

Peran pendidikan tinggi sangatlah penting untuk menentukan kualitas hidup seseorang. Melalui pendidikan tinggi diharapkan seseorang mampu memperoleh dan mengaplikasikan ilmu pengetahuan melalui penelitian dan pengabdian kepada masyarakat. STKIP PGRI Sumenep merupakan lembaga pendidikan tinggi di Kabupaten Sumenep yang berkonsentrasi di bidang ilmu pendidikan. STKIP PGRI Sumenep memiliki enam program studi yaitu Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Pendidikan Pancasila dan

kewarganegaraan, Pendidikan Matematika, Bimbingan Konseling, Pendidikan Guru sekolah Dasar dan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.

Dalam lembaga pendidikan tinggi ini, mahasiswa dituntut untuk mengembangkan potensi dirinya baik di bidang akademik maupun non akademik. Kemampuan di bidang akademik terkait dengan proses perkuliahan, Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) yang sangat memuaskan termasuk juga penelitian dan pengabdian kepada masyarakat. Kemampuan di bidang non akademik termasuk keahlian di bidang seni dan bidang olahraga. STKIP PGRI Sumenep yang berada di bawah naungan PGRI mempunyai agenda rutin untuk peningkatan kemampuan mahasiswa di bidang non akademik yakni di bidang seni dan olahraga yang lebih dikenal dengan Pekan Olahraga dan Seni Nasional Mahasiswa (PORSENASMA). Dengan agenda rutin yang diselenggarakan setiap tiga tahun sekali sangat membantu mahasiswa dalam hal peningkatan prestasi khususnya di bidang olahraga dan seni.

Sebagai lembaga pendidikan tinggi yang berada di bawah naungan PGRI, STKIP PGRI Sumenep selalu berpartisipasi dalam even tiga tahunan tersebut. PORSENASMA I diselenggarakan di Universitas PGRI Adibuana Surabaya (UNIPA) pada tahun 2011. Pada pelaksanaan PORSENASMA I di UNIPA tersebut STKIP PGRI Sumenep bisa meraih prestasi dengan mendapatkan medali emas pada cabang olahraga catur dan menempati juara IV bolavoli puteri. PORSENASMA II diselenggarakan di Universitas PGRI Semarang. Pada pelaksanaan PORSENASMA II di Universitas PGRI Semarang, STKIP PGRI Sumenep mampu meraih prestasi lebih baik dibandingkan dengan PORSENASMA I. prestasi yang diraih diantaranya medali emas pencak silat putera, medali perak bolavoli putera dan puteri dan medali perunggu penulisan cerpen dan STKIP PGRI Sumenep bisa menempati peringkat 11 dari keseluruhan peserta yang mengikuti PORSENASMA II. Dengan prestasi yang sangat membanggakan tersebut, besar kemungkinan untuk pelaksanaan PORSENASMA III di Palembang, STKIP PGRI Sumenep akan ikut andil dalam even tiga tahunan tersebut dan bisa kembali mengukir prestasi yang lebih baik dari sebelumnya.

Selain mengikuti even tiga tahunan tersebut, terutama tim bola voli STKIP PGRI Sumenep baik putera maupun puteri juga sering ikut ambil bagian

dalam kejuaraan baik tingkat regional maupun nasional. Pada tahun 2015 tim bolavoli STKIP PGRI Sumenep meraih prestasi di tingkat nasional dalam Airlangga National Volleyball Competition (ANVC 2015), di bagian putera meraih sebagai juara III dan bagian puteri lolos sampai babak perempat final. Kemudian, tim bolavoli putera masih bisa berprestasi di tingkat Jawa Timur dalam kejuaraan bolavoli antar PTN/PTS se Jawa Timur keluar sebagai juara I. Pada tahun 2016, tim bolavoli putera STKIP PGRI Sumenep meraih juara 1 dan Juara 3 pada Turnamen antar Perguruan Tinggi se Madura yang diadakan oleh Pondok Pesantren Al Amien Prenduan Sumenep, begitu pun tim bola tangan yang meraih Juara harapan 1 pada Kejuaraan Bola Tangan antar Universitas di Universitas Negeri Surabaya dan tim futsal juga meraih juara 2 pada Persefak *East Java Futsal Competition* di Universitas Trunojoyo Madura. Pada tahun 2017, tim bolavoli putera STKIP PGRI Sumenep meraih juara 3 pada *Airlangga National Volleyball Competition* (ANVC 2017) yang diselenggarakan oleh Universitas Airlangga Surabaya dan Juara 2 pada tahun 2018.

Berangkat dari prestasi inilah, peneliti tertarik untuk mengetahui peran *Locus of Control* yang merupakan kepribadian seseorang terhadap prestasi olahraga mahasiswa di bidang olahraga. Karena dalam suatu pertandingan disamping harus memiliki kondisi fisik yang bagus, teknik, taktik dan strategi yang tepat, tidak kalah pentingnya faktor psikologis juga sangat menentukan. Faktor psikologis yang dimaksud adalah kepribadian, dalam hal ini difokuskan pada *Locus of Control*. *Locus of control* merupakan sikap seseorang dalam mengartikan sebab dari suatu peristiwa. Tiap orang memiliki pandangan yang berbeda terhadap kesuksesan yang dicapai, seseorang beranggapan bahwa kesuksesan yang dicapai berawal dari usaha sendiri (*internal locus of control*), dan ada juga yang beranggapan bahwa kesuksesan yang dicapai disebabkan karena faktor kekuatan lain di luar kekuasaanya atau faktor nasib atau keberuntungan (*external locus of control*).

Dari penjelasan di atas, peneliti ingin meneliti tentang peran kepribadian (*locus of control*) dan pengaruhnya terhadap prestasi olahraga mahasiswa STKIP PGRI Sumenep yang sudah berprestasi baik di tingkat regional maupun nasional.

METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif non-eksperimen (*ex post facto*) dengan pendekatan survei, dimana peneliti hanya meneliti gejala yang sudah terjadi dengan menggunakan kuesioner sebagai alat untuk mengumpulkan data.

Variabel-variabel dalam penelitian ini yaitu:

1. Variabel bebas (*independent variable*) : *Locus of Control*
2. Variabel terikat (*dependent variable*) : prestasi olahraga

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa berprestasi STKIP PGRI Sumenep. Sampel adalah bagian dari anggota populasi yang diambil dengan menggunakan teknik sampling tertentu yang dianggap mempresentasikan populasi, artinya sampel memiliki karakteristik atau sifat seperti yang dimiliki oleh populasi (Erman, 2009: 51). Dalam pemilihan sampel, peneliti menggunakan *purposif sampling* yaitu pemilihan sampel berdasarkan pertimbangan peneliti atau pemilihan sampel dengan tujuan tertentu dan sesuai dengan karakteristik yang diinginkan oleh peneliti (Erman, 2009: 60). Tujuan dan karakteristik sampel tersebut sesuai dengan tujuan penelitian yaitu mahasiswa STKIP PGRI Sumenep yang berprestasi di bidang olahraga baik di tingkat regional maupun nasional cabang olahraga bolavoli, futsal dan bola tangan pada tahun 2020- 2024.

Data penelitian tentang locus of control diukur dengan menggunakan skala IE LOC dari Rotter (1996), yang kemudian dimodifikasi sesuai dengan karakteristik partisipan yakni atlet olahraga bola basket. Skala IE LOC memiliki tiga dimensi yaitu, I (internality), P (powerful others) dan C (chance) LOC (locus of control). Internality digunakan untuk mengukur internal locus of control, sedangkan powerful others dan chance digunakan untuk mengukur external locus of control.

HASIL

Dari hasil penelitian yang dilakukan dapat di peroleh untuk uji normalitas sebagai berikut

Indikator	Locus of Control	Prestasi Olahraga	KET
KolmogorovSmirnov Z	.889	.615	Sig
Asymp. Sig. (2-tailed)	.283	.868	Sig

Dari hasil uji normalitas pada Tabel 1, diperoleh nilai K-S-Z variabel locus of control sebesar 0.889 dengan nilai signifikan 0.283 ($p > .05$). Sedangkan pada variabel prestasi olahraga, nilai K-S-Z sebesar 0.615 dan signifikan 0.868. Dengan demikian, variabel locus of control dan prestasi atlet berdistribusi normal.

Setelah diuji normalitas baru diuji korelasinya dengan hasil sebagai berikut, Dari hasil uji korelasi Karl Pearson pada Tabel 3, diperoleh nilai r sebesar 0.874 dan $\text{sig.} = 0,000$ ($p < .01$), yang menunjukkan bahwa ada hubungan positif signifikan antara locus of control (X) dengan prestasi olahraga (Y). Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa locus of control memberikan sumbangan efektif terhadap prestasi olahraga atlet bola basket sebesar (r^2) 76,4%. Dari hasil pengujian pada Tabel uji f, diperoleh rerata skor locus of control berada pada kategori tinggi dengan persentase 50%. Untuk skor prestasi olahraga, rerata partisipan berada pada kategori sedang dengan persentase 46.7%. Skor yang tinggi pada locus of control, mengindikasikan bahwa meningkatnya prestasi pada atlet karena adanya pengendalian dari diri sendiri dan kontrol dari orang sekitar seperti pelatih dan rekan tim. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Skala	f	%	Katagori
Locus of Control	16	50%	tinggi
Prestasi Olahraga	15	46,8 %	sedang

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara prestasi olahraga dengan locus of control pada mahasiswa STKIP PGRI Sumenep yang mengembangkan potensinya di bidang olahraga . Selain itu, locus of control memberikan sumbangan efektif terhadap peningkatnya prestasi olahraga bagi mahasiswa, yang mengindikasikan bahwa atlet tim STKIP PGRI Sumenep dalam mencapai prestasi memiliki locus of control yang baik sebagai bentuk ketahanan mental. Peningkatan prestasi atlet, menunjukkan adanya pengendalian dari diri sendiri, dan karena adanya kontrol dari orang sekitar seperti pelatih, manajemen, serta rekan tim, sehingga locus of control sangat tampak dalam

diri atlet. Rotters (1996), mengungkapkan bahwa individu yang memiliki locus of control, lebih cenderung percaya pada kemampuan diri, memiliki usaha, dan mengalami peningkatan keterampilan. Dalam setiap pertandingan, atlet perlu mengontrol diri dengan tepat, agar tidak menimbulkan permasalahan selama bertanding. Hal yang sama juga ketika adanya kontrol dari luar seperti peran pelatih dapat membantu untuk meningkatkan kekompakan guna mencapai hasil yang maksimal.

Seorang mahasiswa yang terjun dalam dunia olahraga sebagai peningkatan potensi dirinya dalam mencapai prestasi memiliki keyakinan yang tinggi terhadap apa yang diupayakan dalam kegiatan olahraga seperti latihan yang rutin, percaya terhadap kemampuan yang dimiliki, serta pengendalian dari diri yang cukup baik tentu sangat berpengaruh terhadap prestasi yang dicapai. Putra (2016) mengungkapkan bahwa locus of control mengacu pada keyakinan seseorang tentang bagaimana setiap individu mencapai hasil dalam mengupayakan apa yang mereka inginkan. Begitu juga dengan setiap atlet pada tim olahraga STKIP PGRI Sumenep dalam mengupayakan prestasi, memiliki locus of control sebagai bentuk ketahanan mental, agar apa yang mereka upayakan dapat memperoleh hasil yang maksimal sesuai apa yang diharapkan. Dengan demikian, locus of control seorang atlet dapat digunakan sebagai bentuk ketahanan mental karena berpengaruh terhadap peningkatan prestasi olahraga.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian diatas dapat kita simpulan terdapat hubungan yang positif signifikan antara locus of control (X) dengan prestasi olahraga bagi mahasiswa STKIP PGRI Sumenep (Y). Prestasi olahraga mahasiswa STKIP PGRI Sumenep berada pada kategori sedang, dan locus of control berada pada kategori tinggi. Meningkatnya prestasi olahraga atlet, karena adanya peran dari locus of control. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sarana informasi dan rujukan bagi setiap atlet bola basket dalam mengembangkan karir di bidang olahraga melalui peningkatan locus of control secara optimal. Peningkatan prestasi atlet dapat diimbangi dengan bagaimana seorang atlet belajar mengevaluasi diri dan melakukan kerja sama yang baik dengan rekan-rekan tim maupun dengan pelatih. Bagi penelitian selanjutnya, dapat melakukan pengembangan penelitian dengan mengkaji faktor-faktor lain yang berkaitan dengan prestasi atlet, seperti peran pelatih, dukungan orang tua atau teman sebaya

DAFTAR PUSTAKA

- Adibah, P. 2009. *Hubungan Antara Motivasi Berprestasi dengan Fear Success pada Wanita Bekerja Dewasa Muda*. http://www.gunadarma.ac.id/library/articles_graduate/psychology/009/Artikel_10504136.pdf [diunduh 13 Januari 2011]
- Alim, M. B. 2009. *Pengertian Kepribadian menurut Awam dan Psikologi*. <http://www.psikologizone.com/pengertian-kepribadian-menurut-awam-dan-psikologi>, [diunduh 23 Januari 2011]
- Alwisol. 2001. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Brotosumarto, S. 2010. *Locus of Control dalam Menyikapi Sukses dan Gagal*. <http://www.portalhr.com/kolom/2id47.html>, [diunduh 25 Agustus 2010]
- Erman. 2009. *Metodologi Penelitian Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press
- Granito, V.J & Carlton, E. B. 1993. "Relationship between locus of control and satisfaction with intercollegiate volleyball teams at different levels of competition". *Journal of Sport Behavior*. http://findarticles.com/p/articles/mi_hb6401/is_n4_v16/ai_n28632563/ [diunduh 27 Juni 2011]
- Gunarsa, S. D. 2004. *Psikologi Olahraga Prestasi*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia
- Hans, T. A. 2000. "A Meta-Analysis of the Effects of Adventure Programming on Locus of Control". *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 30(1), 33-60. http://www.wilderdom.com/pdf/Hans_2000_Adventure_Therapy_LOC_Metaanalysis.pdf, [diunduh 6 Februari 2011]
- Iskandarsyah, A. 2006. *Hubungan antara Health Locus of Control dan Tingkat Depresi pada Pasien Gagal Ginjal Kronis di RS. Ny. R.A. Habibie Bandung*. http://resources.unpad.ac.id/unpad-content/uploads/publikasi_dosen/Penelitian%20Aulia-2.pdf [diunduh 9 Oktober 2010]
- Jurnal Psikologi Kepribadian. 2011. *Olahraga dan Kepribadian dalam Jurnal Psikologi Kepribadian*. <http://pendidikan.anekaneews.com/2011/04/olahraga-dan-kepribadian-dalam-jurnal.html>, [diunduh 24 Mei 2011]
- Kustini. 2003. *Pengaruh Locus of Control Orientasi Tujuan dan Karakteristik Lingkungan Kerja terhadap Self Efficacy dan Transfer Pelatihan*. <http://www.damandiri.or.id/file/kustiniunairbab2.pdf> [9 Oktober 2010]
- Maksum, A. 2008. *Psikologi Olahraga Teori dan Aplikasi*. Surabaya: Unesa University Press
- Maksum, A. 2009. *Metodologi Penelitian*. Surabaya: Unesa University Press

- Menezes, M. A. 2008. *Analisis Dampak Locus of Control terhadap Kinerja dan Kepuasan Kerja Internal Auditor*. [http://eprints.undip.ac.id/16409/1/Alvaro Amarel Menezes.pdf](http://eprints.undip.ac.id/16409/1/Alvaro_Amaral_Menezes.pdf) [diunduh 9 Oktober 2010]
- Neill, J. 2006. *What is Locus of Control?*. [http://wilderdom.com/psychology/loc/Locus Of Control WhatIs.html](http://wilderdom.com/psychology/loc/LocusOfControlWhatIs.html), [diunduh 25 Agustus 2010]
- Panggabean, H. 2010. *Behaviorisme*. [http://rumah belajar psikologi.com/index.php/behaviorisme.html](http://rumahbelajarpsikologi.com/index.php/behaviorisme.html) [diunduh 6 November 2010]
- Rachmahana, S. R. 2008. *Psikologi Humanistik dan Aplikasinya dalam Pendidikan*. [http://pdfcast.org/pdf/psikologi – humanistik - dan -aplikasinya-dalam-pendidikan](http://pdfcast.org/pdf/psikologi-humanistik-dan-aplikasinya-dalam-pendidikan) [diunduh 6 November 2010]
- Robinson, Shaver, & Wrightsman. 1991. *Measurement of Personality and Social Psychological Attitudes*. California: Academic Press, Inc.
- Samm. 2009. *Teori Behaviorisme*. [http:// jurusan komunikasi.blogspot.com/2009/03/teori-behaviorisme.html](http://jurusan.komunikasi.blogspot.com/2009/03/teori-behaviorisme.html) [diunduh 6 November 2010]
- Satiadarma, P. M. 2000. *Dasar-Dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta: PT Primacon Jaya Dinamika
- Setyobroto, S. 1989. *Psikologi Olahraga*. Jakarta: PT. Anem Kosong Anem
- Sugiyono. 2007. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: CV Alfabeta
- Tierney, H. (Eds). 2002. *Locus of Control*. [http:// gem. greenwood. com/ wse/ wsePrint.jsp? Id = id404](http://gem.greenwood.com/wse/wsePrint.jsp?Id=id404) [23 Juni 2011]
- Wijaya, T. 2010. *Analisis Multivariat*. Yogyakarta: Universitas Atma Jaya Yogyakarta