

**DINAMIKA PSIKOLOGIS RESILIENSI ATLET GULAT PASCA  
MENGALAMI KEKALAHAN DALAM BERTANDING**

**SKRIPSI**

**Oleh :**

**Raffie Tresnu Rivanri**

**202010515013**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS BHAYAKARA JAKARTA RAYA**

**2024**

## LEMBAR PERSETUJUAN

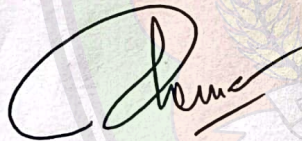
Judul Skripsi : Dinamika Psikologis Resiliensi Atlet Gulat  
Pasca Mengalami Kekalahan Dalam Bertanding  
Nama Mahasiswa : Rafli Tresnu Rivanri  
Nomor Pokok Mahasiswa : 202010515013  
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi  
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 22 Januari 2024

Jakarta, 02 Februari 2024

MENYETUJUL,

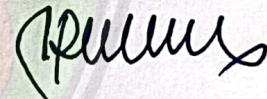
Pembimbing I

Pembimbing II



Hema Dayita, M.Psi., Psikolog.

NIDN: 0325128603



Rijal Abdillah, S.Psi., M.A.

NIDN: 0320048501

## LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : **Dinamika Psikologis Resiliensi Atlet Gulat  
Pasca Mengalami Kekalahan Dalam Bertanding**  
Nama Mahasiswa : **Rafie Tresnu Rivanri**  
Nomor Pokok Mahasiswa : **202010515013**  
Program Studi/Fakultas : **Psikologi/Psikologi**  
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : **22 Januari 2024**

Jakarta, 02 Februari 2024

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : **Timorora Sandha Perdhana, S.Psi., M.Si.**

NIDN: 0324048801

Penguji I : **Hema Dayita, M.Psi., Psikolog.**

NIDN: 0325128603


Penguji II : **Rijal Abdillah, S.Psi., M.A.**

NIDN: 0320048501

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi

  
**Yulia Fitriani, S.Psi., M.A**

NIDN: 0314078503

  
**Prof. Adi Fahrudin, Ph.D**

NIDN: 0012016608

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi ini berjudul “Dinamika Psikologis Resiliensi Atlet Gulat Pasca Mengalami Kekalahan Dalam Bertanding” ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Jakarta, 29 Januari 2024

Yang membuat pernyataan



Rafie Tresnu Rivanri

202010515013

## ABSTRAK

Pada penelitian ini membahas mengenai Resiliensi pada tiga atlet gulat kota Bekasi pasca mengalami kekalahan dalam bertanding. Kekalahan dalam bertanding mungkin dianggap hal yang biasa terjadi pada atlet dan juga bukan merupakan suatu masalah yang serius. Akan tetapi seorang atlet juga merupakan manusia biasa yang memiliki perasaan, emosi dan juga pemikiran, yang dimana kekalahan yang dialami pada pertandingan juga akan memberikan dampak pada psikologisnya, seperti atlet melakukan pensiun dini karena kekalahan yang dialami dalam bertanding. Adapun ketiga subjek penelitian atlet gulat kota Bekasi tersebut yaitu RQ, CB dan SQ. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dan menggunakan teknik sampling yaitu snowball sampling. Teknik analisis data yang digunakan peneliti yaitu reduksi data, penyajian data, dan kesimpulan. Hasil pada penelitian berdasarkan temuan data pada saat wawancara yaitu tiga atlet gulat kota Bekasi merupakan pribadi yang resilien atau resiliensinya bisa dikategorikan baik, selain itu peneliti memiliki temuan yang mejadi tema utama pada penelitian ini. Adanya dinamika psikologis atau kekuatan yang berasal dari dalam diri dan juga luar diri yang mempengaruhi dan meningkatkan resiliensi dari ketiga subjek atlet gulat kota Bekasi. Adapun faktor dalam diri yang meningkatkan kemampuan resiliensi pada subjek RQ yaitu Religius, Motivasi, Kepercayaan Diri, Konsep Diri, Kontrol Diri, Self-Compassion dan faktor luar diri yaitu dukungan sosial. Faktor dalam diri pada subjek CB yaitu religius, motivasi, kontrol diri, kepercayaan diri, konsep diri dan faktor luar diri yaitu dukungan sosial. Sedangkan faktor dalam diri Subjek SQ yaitu motivasi, religius, kepercayaan diri, konsep diri, kontrol diri dan faktor luar diri yaitu dukungan sosial.

Kata kunci : Dinamika Psikologis, Resiliensi, atlet, gulat, kekalahan dalam bertanding

## **ABSTRACT**

*This research discusses the resilience of three Bekasi city wrestling athletes after experiencing defeat in a match. Losing in a competition may be considered something that usually happens to athletes and is not a serious problem. However, an athlete is also an ordinary human being who has feelings, emotions and thoughts, where a defeat experienced in a match will also have an impact on his psychology, such as an athlete retiring early because of a defeat experienced in a competition. The three research subjects for Bekasi city wrestling athletes are RQ, CB and SQ. This research uses a qualitative method with a phenomenological approach and uses a sampling technique, namely snowball sampling. The data analysis techniques used by researchers are data reduction, data presentation and conclusions. The results of the research are based on data findings during interviews, namely that three Bekasi city wrestling athletes are individuals who are resilient or whose resilience can be categorized as good. Apart from that, the researcher has findings which are the main theme of this research. There are psychological dynamics or forces originating from within and outside the self that influence and increase the resilience of the three Bekasi city wrestling athlete subjects. The internal factors that increase resilience abilities in the RQ subject are Religion, Motivation, Self-Confidence, Self-Concept, Self-Control, Self-Compassion and external factors, namely social support. Internal factors in CB subjects are religion, motivation, self-control, self-confidence, self-concept and external factors, namely social support. Meanwhile, the SQ Subject's internal factors are motivation, religion, self-confidence, self-concept, self-control and external factors, namely social support.*

**Keywords:** *Psychological Dynamics, Resilience, athlete, wrestling, defeat in a match*

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT atau limpahan rahmat, hidayah dan pertolongan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Dinamika Psikologis Resiliensi Atlet Gulat Pasca Mengalami Kekalahan Dalam Bertanding” Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini mengingat keterbatasan waktu, pengetahuan, dan kemampuan penulis. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis menerima kritik dan saran yang membangun dari pembaca.

Penulis sangat menyadari bahwa dalam proses pengerjaan skripsi ini penulis mendapat banyak dukungan, bimbingan, serta doa dalam menyelesaikannya. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan dan ketulusan hati, penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta petunjuknya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini.
2. Bapak Irjen Pol. (Purn.) Dr. Drs. Bambang Karsono, S.H.,M.M. Selaku Rektor Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
3. Prof. Adi Fahrudin, Ph.D, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Kampus II: Bekasi.
4. Yulia Fitriani, S.Psi., M.A selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Kampus II: Bekasi.
5. Hema Dayita, M.Psi., Psikolog Selaku dosen pembimbing I skripsi yang telah sabar membimbing, mengarahkan penulis pada saat proses penyusunan skripsi dan berbagi ilmu serta kebaikan yang luar biasa sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi.
6. Dr. Netty Merdiaty, MM., M.Si selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan dan juga arahan selama penulis menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

7. Rijal Abdillah, S.Psi., MA Selaku dosen pembimbing II, yang telah sabar memimbing penulis dan berbagi ilmu serta melakukan yang terbaik sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi
8. Orang sangat berjasa dalam hidup penulis yaitu, Mama Tres Priawati. serta abang dan adik penulis, Ananada Tresnu Yuvandrie dan Aditya Meylano Jovanri. Terima kasih atas kepercayaan yang telah diberikan serta pengorbanan, cinta, doa dan perhatian dan tanpa lelah mendukung segala keputusan saya dalam hidup sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Kepada Alda Putri Nabila yaitu pacar penulis yang sangat disayangi, yang selalu menemani penulis selama proses penyusunan dan pengerjaan skripsi dalam keadaan suka maupun duka, yang selalu mendengarkan keluh kesah penulis, dan selalu memberikan dukungan terhadap penulis. Terima kasih karena sudah bersedia menemani dan mendukung penulis hingga saat ini.
10. Kepada teman-teman seperjuangan saya, khususnya yaitu Muhammad Nur Rizaldi yang selalu menemani, membantu dan mendukung penulis dalam menjalani perkuliahan dan menyusun skripsi
11. Terima Kasih kepada para partisipan penelitian yaitu pihak-pihak dari Gulat Kota Bekasi seperti pelatih Gulat Kota Bekasi, para Atlet Gulat Kota Bekasi dan Kerabat dari Atlet Gulat Kota Bekasi. Semoga Gulat Kota Bekasi dapat memperoleh banyak medali di kejuaraan Gulat Nasional.

Penulis menyadari masih banyaknya kesalahan dan kekuarangan dalam skripsi ini, oleh sebab itu penulis menerima saran dan kritik yang membangun agar bisa lebih baik lagi. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan semua pihak yang membaca.

Jakarta, 20 Januari 2024



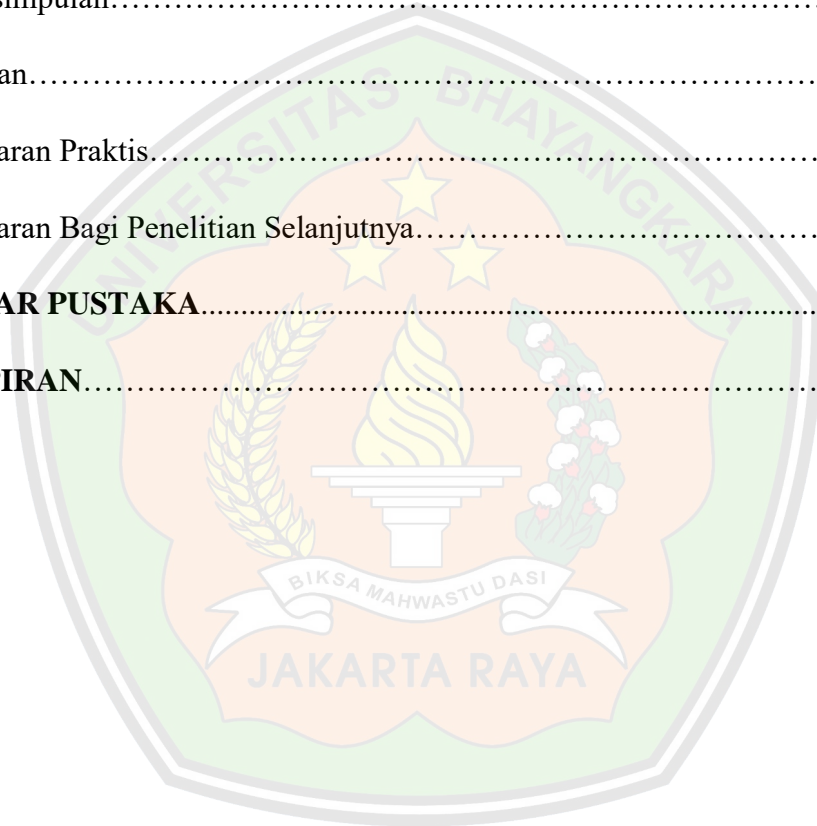
Rafli Tresnu Rivanri

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	iv
<b>ABSTRAK</b> .....	v
<b>ABSTRACT</b> .....	vi
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ix
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	8
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	8
1.4.2 Manfaat Praktis.....	8
1.5 Uraian Keaslian Penelitian.....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	11
2.1 Resiliensi.....	11
2.1.1 Definisi Resiliensi.....	11

2.1.2 Aspek-Aspek Resiliensi.....	12
2.1.3 Sumber Resiliensi.....	14
2.1.4 Fungsi Resiliensi.....	15
2.2 Gulat.....	16
2.2.1 Definisi, Sejarah dan Aturan Gulat.....	16
2.3 Pertanyaan Penelitian.....	19
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>21</b>
3.1 Desain Penelitian.....	21
3.2 Subjek Penelitian.....	22
3.3 Lokasi Penelitian.....	24
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	24
3.5 Teknik Analisis Data.....	27
3.6 Kredibilitas Penelitian.....	28
3.7 Etika Penelitian.....	31
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN dan PEMBAHASAN.....</b>	<b>34</b>
4.1 Persiapan Penelitian.....	34
4.2 Pelaksanaan Penelitian.....	35
4.3 Setting Penelitian.....	36
4.4 Hasil Penelitian.....	37
4.4.1 Deskripsi Penemuan.....	37
4.4.1.1 Deskripsi Penemuan Subjek RQ.....	40
4.4.1.2 Deskripsi Penemuan Subjek CB.....	53
4.4.1.3 Deskripsi Penemuan Subjek SQ.....	70

4.4.2 Tema Penelitian.....	85
4.5 Pembahasan.....	85
4.5.1 Interpretasi Teoritis.....	86
4.5.2 Limitasi Penelitian.....	102
4.5.3 Refleksi Penelitian.....	102
<b>BAB V KESIMPULAN dan SARAN.....</b>	<b>104</b>
5.1 Kesimpulan.....	104
5.2 Saran.....	104
5.2.1 Saran Praktis.....	104
5.2.2 Saran Bagi Penelitian Selanjutnya.....	105
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>106</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>107</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 1.5 Uraian Keaslian Penelitian.....	10
Tabel 3.2 Subjek Penelitian.....	23
Tabel 3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	27
Tabel 4.5.1 Perbandingan Dinamika Psikologis Subjek.....	101



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.4.1.1 Bagan Subjek RQ.....	40
Gambar 4.4.1.2 Bagan Subjek CB.....	53
Gambar 4.4.1.3 Bagan Subjek SQ.....	70



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Surat Izin Penelitian.....	107
Lampiran Informed Consent Subjek RQ.....	107
Lampiran Informed Consent Informan NS.....	107
Lampiran Informed Consent Informan FB.....	107
Lampiran Informed Consent Subjek CB.....	107
Lampiran Informed Consent Informan SR.....	107
Lampiran Informed Consent Informan BS.....	107
Lampiran Informed Consent Subjek SQ.....	107
Lampiran Informed Consent Informan RL.....	107
Lampiran Informed Consent Informan NP.....	107
Lampiran Verbatim Subjek RQ.....	107
Lampiran Verbatim Informan NS.....	107
Lampiran Verbatim Informan FB.....	107
Lampiran Verbatim Subjek CB.....	107
Lampiran Verbatim Informan SR.....	107
Lampiran Verbatim Informan BS.....	107
Lampiran Verbatim Subjek SQ.....	107
Lampiran Verbatim Informan RL.....	107
Lampiran Verbatim Informan NP.....	107
Lampiran Koding.....	107
Lampiran Dokumentasi Subjek RQ.....	107
Lampiran Dokumentasi Informan NS.....	107
Lampiran Dokumentasi Informan FB.....	107
Lampiran Dokumentasi Subjek CB.....	107
Lampiran Dokumentasi Informan SR.....	107
Lampiran Dokumentasi Informan BS.....	107
Lampiran Dokumentasi Subjek SQ.....	107

Lampiran Dokumentasi Informan RL.....	107
Lampiran Dokumentasi Informan NP.....	107
Lampiran Kartu Bimbingan Skripsi.....	107
Lampiran Cek Plagiat File Skripsi.....	107

