

ABSTRAK

Nahdiansyah Kurnia. 2024 **“Psikologi Dasar Atlet Sepakbola Saat Persiapan Pra PON di Kabupaten Batanghari”**. Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, FKIP Universitas Jambi, Pembimbing (I) Dr. Ugi Nugraha, S.Pd., M.Pd (II) Anggrawan Janur Putra, S.Pd., M.Pd

Kata kunci: *Psikologi dasar, sepakbola, persiapan Pra PON*

Faktor psikologis merupakan faktor yang mempengaruhi keterampilan dalam permainan olahraga. Para pakar olahraga mulai sadar bahwa prestasi olahraga yang tinggi tidak hanya bergantung pada penguasaan teknik dan taktik saja, tetapi perlu kematangan jiwa dalam melakukan latihan dan pertandingan ternyata juga ikut berpengaruh. Begitu juga dengan permainan sepakbola bukan hanya faktor fisik Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia (PSSI) menggunakan psikolog secara aktif membina atlet untuk meningkatkan prestasi atlet. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui psikologi dasar atlet yang terdiri dari motivasi, percaya diri, konsentrasi, dan emosi pada atlet sepakbola Provinsi Jambi saat persiapan Pra PON Tahun 2023.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan datanya menggunakan tes dan pengukuran. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh atlet sepakbola Provinsi Jambi saat persiapan Pra-PON Tahun 2023 yang berjumlah 21 orang. peneliti menggunakan keseluruhan pada atlet sepakbola Provinsi Jambi saat persiapan Pra-PON Tahun 2023 yaitu 21 atlet sebagai sampel (*total sampling*). Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil pengukuran psikologi dasar atlet sepakbola Provinsi Jambi tergolong baik dengan persentase skor secara keseluruhan sebesar 78,17%. Motivasi, kepercayaan diri, konsentrasi, dan emosi atlet sepakbola Provinsi Jambi saat persiapan Pra-PON Tahun 2023 tergolong baik. Skor yang perlu ditingkatkan terdapat pada aspek kepercayaan diri yang berkaitan dengan latihan dan keterampilan fisik dengan persentase skor sebesar 64,76% dan dalam kategori cukup. Sementara itu pada aspek kepercayaan diri yang berkaitan dengan efisiensi kognitif dalam kategori baik dengan persentase skor sebesar 71,05%, dan kepercayaan diri yang berkaitan dengan keuletan dalam kategori baik dengan persentase sebesar 82,62%.

Berdasarkan hasil penelitian ini disarankan supaya meningkatkan aspek psikologi dasar atlet terutama pada faktor kepercayaan diri yang berkaitan dengan latihan dan keterampilan fisik melalui peningkatan intensitas latihan.