PERAN PELATIH PENCAK SILAT DALAM MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI BERBASIS NILAI – NILAI SPIRITUAL ISLAM PADA ATLET

(Studi Pada Atlet Pencak Silat PPLP/PPLPD Aceh)

SKRIPSI

Diajukan Oleh :

ULEN SANABILLA

NIM. 200402038

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

UNVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY

BANDA ACEH 2025 M / 1445 H

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh
Sebagai Salah satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana S-1 dalam Ilmu Dakwah
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Oleh :

ULEN SANABILLA
NIM. 200402069

Disetujui Oleh :

Pembimbing I	Pembimbing II
Dr. Zalikha, M.Ag	**Azhari Zulkifli , M. A**
NIP. 197302202008012012	**NIP. 198907132023211025**

SKRIPSI

Telah Dinilai Oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry dan Dinyatakan Lulus serta Disahkan sebagai Tugas Akhir Untuk Memperoleh Gelar Sarjana S-1 Ilmu Dakwah

Prodi Bimbingan Dan Konseling Islam

Diajukan Oleh:
ULEN SANABILLA
NIM. 200402069
Pada Hari/Tanggal

Senin, 24 Maret 2024

15 Sha'ban 1445

di
Darussalam-Banda aceh
Panitia Sidang Munaqasyah

Ketua	Sekretaris
Dr. Zalikha, M.Ag	**Azhari Zulkifli , M. A**
NIP. 197302202008012012	**NIP. 198907132023211025**
Penguji I	**Penguji II**
Juli Andriyani, M. Si	**M. Yusuf, MY, Sos.I.MA**
NIP. 197407222007102001	**NIDN : 2106048401**

Mengetahui
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Ar-Raniry

Prof. Dr. Kusmawati Hatta, M.Pd
NIP. 196412201984122001

PERNYATAAN KEASLIAN DATA

Dengan ini saya :

Nama : Ulen Sanabilla

NIM : 200402069

Jenjang : Strata Satu (S1)

Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika di kemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.

Banda Aceh, 03 Maret 2025

Yang Menyatakan,

Ulen Sanabilla

NIM. 200402069

ABSTRAK

Kepercayaan diri merupakan faktor yang sangat penting bagi seorang atlet baik dalam latihan maupun pertandingan, Namun dalam kenyataannya, dari pengamatan peneliti masih ditemukan atlet yang memiliki permasalahan berkaitan dengan rasa percaya diri. Oleh karena itu, sangat diperlukan peran pelatih untuk meningkatkan kepercayaan diri atlet dan memastikan atlet tetap berpegang pada nilai-nilai spiritual Islam. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana aktivitas keagamaan dan untuk mengetahui hambatan pelatih dalam meningkatkan kepercayaan diri berbasis nilai-nilai spiritual pada atlet, serta untuk mengetahui peran pelatih dalam meningkatkan kepercayaan diri berbasis nilai – nilai spiritual Islam. Jenis penelitian ini kualitatif menggunakan metode deskriptif analisis. Subjek penelitiain ini adalah 3 pelatih pencak silat dan 8 atlet. Adapun pengumpulan data dengan observasi, wawancara dan dokumentasi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan yaitu Hambatan dalam meningkatkan kepercayaan diri atlet yaitu, 1) Perasaan takut gagal, 2) Cemas, 3) Sulit untuk mengaplikasikan nilai-nilai spiritual seperti tawaqal, sabar, dan ikhlas terutama bagi atlet yang belum memiliki pengalaman bertanding. Hambatan bagi pelatih adalah tantangan dalam meningkatkan kepercayaan diri secara merata karena kondisi mental atlet yang berbeda-beda. Peran pelatih dalam meningkatkan kepercayaan diri berbasis nilai-nilai spiritual islam yaitu sebagai motivator , dukungan, bimbimgan, pembimbing spiritual yang berupa nilai-nilai spiritual melalui, sholat berjamaah, pengajian rutin setiap jumat, nasehat dan evaluasi setelah latihan, dan membaca doa saat memulai latihan dan selesai latihan serta menanamkan kepada atlet seperti sabar,tawakal dan ikhlas.

Kata Kunci: Kepercayaan Diri, Nilai-Nilai Spiritual Islam.

جامعة الرانري
AR-RANIRY

KATA PENGANTAR

بسم الله الرحمن الرحيم

Alhamdulillah, segala puji dan Syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan hidayahnya kepada kita, beserta rezeki dan nikmat, baik itu nikmat iman mauoun Islam dan nikmat Ilmu, Sholawat dan salam tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW. Beliau yang telah membawa kita umatnya dari zaman jahiliyyah hingga dunia yang penuh ilmu pengetahuan.

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kepada Allah SWT atas izn-Nya penulis dapat menyelesaikan dan menyempurnakan skripsi ini yang berjudul *"Peran Pelatih dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Berbasis Nilai-Nilai Spiritual Islam pada Atlet (Studi Pada Atlet Pencak Silat PPLP/PPLPD Aceh)"*. Yang merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi.

Penulis menyadari akan berbagai kekurangan atau ketidak sempurnaan dari skripsi, yang disebabkan keterbatasan pengetahuan penulis, untuk itu berbagai kritik dan saran yang bersifat membangun demi penyempurnaan skripsi ini akan sangat penulis harapkan. Dengan adanya bantuan, dan dorongan dari beberapa pihak, maka skripsi ini dapat terselesaikan.

Maka dari itu, penulis ingin mengungkapkan rasa terima kasih yang sebesar besarnya kepada pihak yang telah membantu penulis dalam proses penelitian ini,yaitu:

1. Kepada yang teristimewa kedua orang tua tercinta, ayahanda Suhada dan ibunda Radiah, terima kasih yang tak terhingga atas segala doa,

dukungan, dan kasih sayang yang selalu kalian berikan, terutama dalam perjuangan menyelesaikan skripsi ini. Setiap doa yang kalian panjatkan, setiap kata semangat yang kalian ucapkan, menjadi energi positif yang sangat berarti bagi saya.

2. Untuk kakak dan adik tercinta, terima kasih dari lubuk hati yang paling dalam atas segala dukungan, doa, dan kasih sayang yang selalu kalian berikan. Kalian adalah dua sosok yang tak pernah berhenti memberi semangat dan kekuatan, baik dalam suka maupun duka.
3. Kepada dosen pembimbing I saya Ibu Dr. Zalikha,M.Ag serta bapak Azhari Zulkifli S.Sos,I.M.A selaku pembimbing II yang telah banyak membantu, mengarahkan, dan memberikan kontribusi yang sangat luar biasa dalam penyusunan dan penyempurnaan karya ilmiah ini hingga terselesaikan.
4. Kepada ibu Prof, Dr Kusumawati Hatta selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh
5. Dr. Ismiati, S. Ag., M. Si., Ph. D, selaku Ketua Prodi Bimbingan Konseling Islam.
6. Kepada seluruh Dosen Prodi Bimbingan Konseling Islam atas ilmu yang telah diberikan
7. Dengan penuh rasa bangga dan kasih sayang tidak lupa saya ucapkan terimakasih kepada diri sendiri. Terima kasih telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk menyelesaikan skripsi ini.

جامعة الرانري
AR-RANIRY

Penulis juga mengucapkan banyak terima kasih kepada pihak-pihak yang telah banyak membantu dalam proses pengerjaan skripsi yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Akhir kata penulis mengharapkan agar skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi para pembaca.

Banda Aceh, 10 Februari 2025

Yang Menyatakan,

Ulen Sanabilla

NIM. 200402069

DAFTAR ISI

ABSTRAK ..... **i**
KATA PENGANTAR ..... **ii**
DAFTAR ISI ..... **v**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **vii**
DAFTAR TABEL ..... **viii**
BAB I **1**
PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah 9
C. Tujuan Penelitian 9
D. Manfaat Penelitian 9
E. Manfaat Penelitian 10
F. Definisi Istilah Penelitian 11
BAB II **14**
KAJIAN TEORITIS **14**
A. Penelitian Sebelumnya Yang Relavan 14
B. Peran pelatih 23
1. Pengertian peran 23
2. Pengertian Pelatih 23
3. Peran Pelatih 24
C. Atlet Pencak Silat 26
1. Atlet 26
2. Pencak Silat 27
D. Kepercayaan Diri ..... **Error! Bookmark not defined.**
1. Pengertian Kepercayaan Diri ..... **Error! Bookmark not defined.**
2. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri ..... **Error! Bookmark not defined.**
3. Ciri-Ciri Kepercayaan Diri ..... **Error! Bookmark not defined.**
E. Nilai Spiritual Islam 29

جامعة الرانري
AR-RANIRY

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I: Surat Keputusan Pembimbing/SK

Lampiran II: Surat Izin Penelitian

Lampiran III: Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian

Lampiran IV: Pedoman Wawancara Penelitian

Lampiran V: Dokumentasi Hasil Wawancara

Lampiran VI: Daftar Riwayat Hidup

جامعة الرانري
AR-RANIRY

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Nama Pelatih Pencak Silat PPLP/PPLPD Aceh

Tabel 4. 2 Nama Atlet Pencak Silat PPLP/PPLPD Aceh

Tabel 4. 3 Jadwal Harian Atlet Pencak Silat PPLP/PPLPD Aceh

Tabel 4. 4 Jadwal Mingguan Atlet Pencak Silat PPLP/PPLPD Aceh

جامعة الرانري
AR-RANIRY

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan aktifitas fisik untuk menjaga kebugaran tubuh manusia, meningkatkan Kesehatan dan memberikan hiburan dan rekreasi. Olahraga tidak hanya bermanfaat bagi Kesehatan fisik atau tubuh melaikan memiliki dampak yang positif terhadap mental seperti kepercayaan diri, dan mengurangi stress. Dalam olahraga terdapat empat katagori dasar yang menjadi tujuan manusia untuk melakukan olahraga. Pertama adalah orang yang melakukan olahraga untuk rekreasi seperti mengisi waktu saat senggang. Kedua mereka bertujuan pendidikan, seperti olahraga di sekolah-sekolah yang diasuh oleh paraguru olah raga. Ketiga adalah mereka yang melakukan kegiatan olah raga dengan tujuan mencapai tingkat kesegaran jasmani tertentu. Keempat adalah mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk mencapai prestasi.[1]

Upaya pemerintah dalam meningkatkan prestasi atlet yang berkondisi fisik dan mental yang baik, pemerintah membentuk Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP), sehingga mampu mencetak atlet dan memberikan sebuah prestasi yang membanggakan dengan dibentuknya Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP). PPLP merupakan sebuah penempatan sekaligus menjadi wadah utama para olahragawan berprestasi di

[1] Faridz Ravsamjani, "Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Motif Berprestasi pada Atlet Sumatera Utara di PON XIX Jawa Barat Tahun 2016", *(Journal of Sport Science and Coaching* Volume 03, Nomor 01, Tahun 2021).

berbagai daerah. PPLP adalah suatu wadah pembinaan atlet yang memiliki tujuan untuk mengembangkan kemampuan para atlet muda dan sebagai pembentuk atlet dalam mempersiapkan pertandingan daerah maupun provinsi di tingkat pelajar[2]. Pada tahun 2017 pembinaan PPLP tersebar pada 33 provinsi dengan total 1561 atlet dan 23 cabang olahraga yang dibina yaitu Anggar, Angkat Besi, Atletik, Balap Sepeda, Bola Voli Indoor, Voli Pantai, Bulutangkis, Dayung, Gulat, Judo, Karate, Loncat Indah, Panahan, Pencak Silat, Senam, Sepakbola, Sepak Takraw, Taekwondo, Tenis Meja, Tinju, Bola Basket, Renang, Tenis Lapangan.[3]. Salah satunya adalah Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP) yang terletak di Aceh. Dari beberapa cabang olahraga yang ada PPLP/PPLPD Aceh salah satunya adalah pencak silat. Pencak Silat bertujuan untuk membela, mempertahankan bangsa serta bertujuan untuk menanamkan nilai-nilai spiritual dan karakter positif serta bertujuan untuk mempersiapkan kesiapan mental yang kuat terlebih dalam menghadapi pertandingan pada atlet.[4]

جامعة الرانري
AR-RANIRY

[2] Cucu Sundara, "Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat PPLP Jawa Barat", *(Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*19 (1), 2020)

[3]BPPLOP Provinsi Jawa Tengah"Sejarah Singkat Balai PPLOP DISPORAPAR Jateng "*http://simdisporapar.jatengprov.go.id/databasepora/bpplop/publik/sejarah*, diakses pada 5 juni 2024.

[4] Anting Dien Gristyutawati dkk, "Persepsi Pelajar Terhadap Pencak Silat Sebagai Warisan Budaya Bangsa Sekota Semarang Tahun 2012, (*Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation,* Vol. 1, No.3, (2012)

Berdasarkan observasi awal peneliti melihat bahwa beberapa atlet menunjukkan tanda-tanda keraguan terhadap kemampuan mereka. seorang atlet yang mengalami kegagalan berulang dalam teknik dasar tampak cemas dan lebih sering melihat ke arah pelatih, seolah menunggu validasi atau konfirmasi. Namun, pelatih tidak banyak memberikan peneguhan atau dorongan positif untuk membangun rasa percaya diri mereka. Sebaliknya, beberapa atlet yang berhasil melakukan teknik dengan baik tampak lebih percaya diri, namun hanya sedikit atau bahkan tidak ada ucapan motivasi dari pelatih untuk memberi penguatan positif. Kemudian pada saat pertandingan Sebagian besar atlet tampak lebih tertekan dan gugup dibandingkan saat latihan. Ada atlet yang memiliki teknik bagus namun kehilangan percaya diri begitu pertandingan dimulai.

Oleh karena itu peran pelatih sangat dibutuhkan bagi seorang atlet, Pelatih adalah seorang yang harus tahu tentang semua kebutuhan yang menjadi dasar bagi terpenuhinya kondisi dimana atlet memiliki peluang untuk mencapai prestasi.[5] Seorang pelatih harus mencerminkan contoh dari sportifitas yang baik, Sikap sportif atlet dapat kita lihat baik melalui pergaulan sehari-hari maupun pada waktu melakukan latihan dan pertandingan. Kemenangan bukanlah tujuan mutlak dalam olahraga tetapi masih ada tujuan lain yang lebih terhormat yaitu dalam rangka membentuk mental dan karakter serta kepribadian yang sempurna bagi atlet. Kemenangan dan kekalahan

[5] Sabaruddin Yunis Bangun, "Peran Pelatih Olahraga Ekstrakulikuler dalam Meningkatkan Bakat dan Minat Olahraga pada Peserta didik", (*Jurnal Prestasi* Vol. 2 No. 4, Desember 2018),hal.30.

dalam olahraga adalah hal biasa oleh sebab itu seorang pelatih atau atlet harus dapat menerimanya dengan rasa syukur bahwa semua yang terjadi memang sudah kehendak Tuhan, sehingga pada waktu memperoleh kemenangan tidak perlu menyombongkan diri dan pada waktu menderita kekalahan dapat menerima dengan ikhlas dan lapang dada tidak menyalahkan pada orang lain.[6] Seorang pelatih dalam menjalankan profesinya memerlukan falsafah, agar mampu membina dan membentuk karakter dan mental atlet yang diharapkan: 1) Sportif, tekun dan disiplin. 2) Memiliki stabilisasi emosi dalam situasi apapun, 3) Percaya diri, 4) Hidup sehat, moralis dan serasi.[7] Pelatih yaitu sebutan yang menggambarkan rasa hormat, respek, status, tanggung jawab. Seorang pelatih harus memiliki contoh yang baik, Untuk membangkitkan kepercayaan diri dalam pertandingan maupun selama latihan.[8]

kepercayaan diri sangat penting bagi seorang atlet sebagaimana yang dikemukakan Zufri & Tyoso atlet adalah seorang yang berprofesi atau menekuni suatu cabang olahraga tertentu dan berprestasi pada cabang olahraga tersebut. Dalam menghadapi pertandingan atlet dituntut untuk dapat memiliki kepercayaan padadirinya, sebab faktor penting yang mempengaruhi prestasi atlet adalah kepercayaan diri.[9]Untuk meraih prestasi di bidang olahraga, selain

---

[6] Rubianto Hadi, "Peran Pelatih dalam Membentuk Karakter Atlet" (*Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia* , Volume 1. No 1.2011), hal.81.

[7]Rubianto Hadi, "Peran Pelatih dalam Meningkatkan Karakter Atlet", 2011, hal.93.

[8]Rubianto Hadi, "Peran Pelatih dalam Meningkatkan Karakter Atlet", 2011, hal.89.

[9] Zufri, M., & Tyoso, J. S. P. "Peningkatan kualitas atlet pada KONI Kota Semarang dikaji dengan analisis value for money (studi kasus pada program pembinaan atlet)". (*Jurnal Serat Acitya*, volume 6, no, (1). 2018) hal.69.

fisik, mental juga menjadi modal utama, kondisi mental atlet adalah hal yang menjadi kunci penting dalam keberhasilan menjalani suatu pertandingan. Berbagai kondisi mental yang sering menjadi permasalahan para atlet adalah kepercayaan diri.[10] Kepercayaan diri adalah kondisi mental atau psikologis seseorang, dimana individu dapat mengevaluasi keseluruhan dari dirinya sehingga memberi keyakinan kuat pada kemampuan dirinya untuk melakukan tindakan dalam mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya.[11] Kepercaya diri dapat diartikan sebagai suatu keyakinan seseorang untuk mampu berperilaku sesuai dengan harapan atau keinginannya. Pengertian secara sederhananya dapat diuraikan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap gejala aspek kelebihan yang dimiliki oleh individu dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan hidupnya.[12] Cabang olahraga pencak silat pada kategori tanding maupun kategori seni, membutuhkan Kepercayaan diri yang sangat tinggi untuk mencapai prestasi yang maksimal, atlet yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi akan mampu tetap bersikap fokus, dan tenang pada setiap pertandingan, atlet yang selalu dihadapkan pada kondisi yang menegangkan untuk mengatasinya maka dibutuhkan kepercayaan diri.[13] Kepercayaan diri dapat dikatakan menjadi

[10] Faridz Ravsamjani, "Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Motif Berprestasi pada Atlet Sumatera Utara di PON XIX Jawa Barat Tahun 2016", *(Journal of Sport Science and Coaching* Volume 03, Nomor 01, Tahun 2021), hal. 3.

[11] Pongky Setiawan, *Siapa Takut Percaya Diri*, (Yogyakarta: Parasmu, 2014), hal. 14.

[12] Thursan Hakim, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri,* (Jakarta Puspa Swara, 2002), hal. 72.

[13] Rachmi dkk," Analisis Tingkat Kepercayaan Diri Saat Bertanding Atlet Pencak Silat Perguruan Satria Sejati", (*Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga,* Vol 12, No 2, 2020)

salah satu modal untuk meraih keberhasilan dan merupakan modal utama bagi atlet guna mewujudkan potensi yang dimilikinya tanpa ada kecemasan yang berlebihan, semakin baik kepercayaan diri atlet maka akan mendorong atlet untuk melampaui batas kemampuannya, makin baik pula emosinya yang akan menimbulkan rasa aman dimana ini akan terlihat dalam atlet bersikap dan bertingkah tenang, tidak mudah bimbang atau ragu-ragu, tidak mudah gugup, dan tegas.[14] Namun rasa kepercayaan diri atlet tidak berkembang dengan sendirnya melainkan berkembang melalui Latihan yang konsisten, pengalaman menghadapi berbagai situasi kompetensi, dari lingkungan keluarga, dan yang paling utama dari peran seorang pelatih. Rasa percaya diri bukan merupakan sifat yang diturunkan (bawaan) melainkan diperoleh dari pengalaman hidup, serta dapat diajarkan dan ditanamkan melalui pendidikan, sehingga upaya-upaya tertentu dapat dilakukan guna membentuk dan meningkatkan rasa percaya diri. Dengan demikian kepercayaaan diri terbentuk dan berkembang melalui proses belajar di dalam interaksi seseorang dengan lingkungannya.[15]

Salah satu Upaya-upaya yang dapat dilakukan guna untuk membentuk dan meningkatkan kepercayaan diri adalah dengan pendekatan spiritual. Dalam *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (KBBI) spiritual adalah hal yang

[14] Eva Meizara Puspita Dewi dkk, 2017, "Psikologi Olahraga Mental Training", Makassar: Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar, hal. 24.

[15] Siska, Sudardjo & Esti Hayu Purnamaningsih. Kepercayaan Diri & Kecemasan Interpersonal Pada Mahasiswa. (*Jurnal Psikologi. Universitas Gadjah Mada.* Vol 2. Hal.68.

berhubungan dengan kejiwaan, Rohani, batin.[16] Spiritual mendorong seorang muslim untuk dapat memperkuat iman dan ketakwaannya kepada Allah SWT dengan mengingat kebesaranNya, bersyukur, serta berdoa selama berolahraga. Spiritual bermanfaat memberikan ketenangan batin, membantu mengendalikan emosi serta menjaga stabilitas mental. Oleh karena itu, olahraga tidak hanya aktifitas fisik semata melainkam untuk meningkatkan kualitas keimanan dan ketakwaan dalam kehidupan sehari-hari.[17] Piedmont memandang spiritual adalah sebagai rangkaian karakteristik motivasi, kekuatan emosional umum yang mendorong, mengarahkan dan memilih beragam tingkah laku Individu.[18]

Dari uraian dan observasi awal di atas maka, dapat disimpulkan bahwa pelatih memiliki peran yang sangat penting untuk meningkatkan kepercayaan diri tidak hanya dalam aspek fisik, tetapi juga dalam pembentukan mental dan spiritual atlet. Dalam latihan maupun pertandingan pencak silat tidak luput dari ketidak percayaan diri, untuk mengontrol itu maka dibutuhkan kecerdasan spiritual. Hal ini sejalan dengan pendapat yang di ungkapkan oleh Sharma, ia menyatakan individu yang memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi akan dapat menyelesaikan persoalan di dalam dirinya dan individu yang memiliki

---

[16] KBBI Daring, Diakses 1 oktober 2024, dari https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/spiritual.

[17] Muhammad Nicolas Aulia Ramadan dkk, "Harmoni Tubuh dan Roh : Eksplorasi Dimensi spiritual Dalam Olahraga ", (*Journal Islamic Education* Volume 3, Nomor 2,Tahun 2024).

[18] Piedmont, R.L. "Does Spirituality Represent the Sixth Factor of Personality? Spiritual Transcendence and the Five-Factor Model". (*Journal of Personality,(December,Oxford:Blackwell Publishers.*1999). Hlm.1

kematangan spiritual yang tinggi akan cendrung berperilaku optimis, bertanggung jawab dan memiliki kepercayaan diri.[19]

Namun, meskipun nilai-nilai spiritual Islam ini sangat relevan dan dapat membantu atlet dalam mengatasi kesenjangan kepercayaan diri, kenyataannya masih banyak atlet yang belum sepenuhnya menyadari atau mengaplikasikan ajaran Islam dalam kehidupan olahraga mereka. Oleh karena itu, salah satu cara dalam meningkatkan spiritual untuk menumbuhkan kepercayaan diri apada atlet adalah dengan membina atlet dalam menjaga hubungan baik dengan Allah SWT dengan ibadah, berdoa, sabar, tawakal dll. Ini tidak terlepas dari peran serta seorang pelatih karena pelatih sebagai contoh yang ideal bagi atletnya, terutama dalam hal spiritual yang dapat meningkatkan motivasi keagamaan para atlet bertujuan untuk penguatan spiritual terhadap kepercayaan diri atlet sehingga dapat membawa atlet kepada keberhasilan dalam menghadapi situasi yang kritis baik dalam latihan maupun pertandingan.

Dari uraian di atas maka penulis tertari untuk melakukan penelitian yang berjudul **"Peran Pelatih Pencak Silat Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Berbasis Nilai Nilai Spiritual Atlet (Studi di PPLP/PPLPD Pencak Silat Aceh) ".**

[19] Sharma, Hubungan antara Kecerdasan Spiritual dengan Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri Remaja, (*Jurnal Psikologi Ilmiah*, Vol.3,No.9< 2017), hal.232.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis merumuskan pokok permasalahan yang dianggap perlu untuk diteliti lebih lanjut sebagai berikut :

1. Adakah hambatan pelatih dalam meningkatkan kepercayaan diri berbasis nilai-nilai spiritual pada atlet pencak silat PPLP/PPLPD Aceh?
2. Bagaimana peran pelatih dalam meningkatkan kepercayaan diri berbasis nilai nilai spiritual islam pada atlet PPLP/PPLPD Aceh

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah di atas maka tujuan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui hambatan pelatih dalam meningkatkan kepercayaan diri berbasis nilai-nilai spiritual pada atlet pencak silat PPLP/PPLPD Aceh.
2. Untuk mengetahui peran pelatih dalam meningkatkan kepercayaan diri berbasis nilai – nilai spiritual islam pada atlet PPLP/PPLPD Aceh.

D. Manfaat Penelitian

Kegunaan penelitian ini terutama untuk pribadi peneliti, dapat mengasah kemampuan dalam membuat skripsi, menambah wawasan dan ilmu

جامعة الرانري
AR-RANIRY

pengetahuaan serta, sebagai rujukan dan dapat menjadi tambahan karya ilmiah di bagian Pustaka Manfaat penelituian ini terbagi menjadi dua, yaitu manfaat :

1. Manfaat teoritis: yakni penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang positif bagi perkembangan ilmu pengetahuan terutama mengenai kepercayaan diri dan kemudian bisa dijadikan sumbangan untuk penelitian selanjutnya.
2. Manfaat praktis: yakni digunakan untuk memberikan Pelajaran bagi pembaca dan untuk memberikan masukan kepada penulis dan atlet atlet pencak silat tentang kepercayaan diri berbasis nilai nilai spiritual islam pada atlet, serta bagi penelti ini merupakan salah satu bentuk pengaplikasian ilmu pengetahuan.

E. Manfaat Penelitian

Kegunaan penelitian ini terutama untuk pribadi peneliti, dapat mengasah kemampuan dalam membuat skripsi, menambah wawasan dan ilmu pengetahuaan serta, sebagai rujukan dan dapat menjadi tambahan karya ilmiah di bagian Pustaka Manfaat penelituian ini terbagi menjadi dua, yaitu manfaat :

1. Manfaat teoritis: yani penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang positif bagi perkembangan ilmu pengetahuan terutama mengenai kepercayaan diri dan kemudian bisa dijadikan sumbangan untuk penelitian selanjutnya.
2. Manfaat praktis: yakni digunakan untuk memberikan Pelajaran bagi pembaca dan untuk memberikan masukan kepada penulis dan atlet atlet pencak silat tentang kepercayaan diri berbasis nilai nilai spiritual islam

pada atlet, serta bagi penelti ini merupakan salah satu bentuk pengaplikasian ilmu pengetahuan.

F. Definisi Istilah Penelitian

Untuk menghindari kesalah pahaman dan kekeliruan dalam memahami maksud dari istilah yang terdapat pada judul skripsi ini, maka penulis perlu memberikan penjelasan sebagai berikut:

1. Peran

Dalam *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)* peran perangkat tingkah yang diharapkan dimiliki oleh orang yang berkedudukan di Masyarakat[20]. Peran dalam buku "Ensiklodia menejemen" sebagai bagian suatu fungsi dalam kelompok maupun pranata.

2. Pelatih

Dalam *Kamus Besar Bahasa Indinesia (KBBI)* pelatih adalah orang yang melatih dalam olahraga dan sebainya[21]. Pelatih merupakan seseorang yang memberi materi yang bertugas untuk mempersiapkan atlet baik dari segi fisik maupun mental guna untuk mencapai prestasi optimal pada atlet.

3. Pencak Silat

Pencak silat ialah hasil budaya Indonesia membela dan mempertahankan eksistensi (kemandirian) dan integritasnya

[20]Kamus, KBBI *(online)*, diakses pada tanggal 6 juni 2024, dari https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/nul

[21]Kamus, KBBI (online), diakses pada tanggal 6 juni 2024, https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/pelatih

(manunggalnya) terhadap lingkungan hidup atau alam sekitarnya untuk mencapai keselarasan hidup guna meningkatkan iman dan takwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, juga untuk membentuk manusia seutuhnya yang Pancasilais, sehat, kuat, terampil, trengginas, tangkas, tenang, sabar, bersifat ksatria, percaya pada diri sendiri. [22]

4. Kepercayaan diri

Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. percaya diri yaitu suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya. Kepercayaan diri seorang atlet menjadi salah satu faktor kunci keberhasilan atlet dalam menampilkan performa bertanding yang maksimal. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek psikologis yang membantu meningkatkan mental bertanding.[23]

[22] Suryo Ediyono dkk, "Memahami Makna Seni dalam Pencak Silat*", (Jurnal Panggung*, Vol. 29 No. 3, 2019)

[23] Dwi Marta Citra Intan Pandini, " Literatur Diri Atlet " ,(*Jurnal Sport Athleticism in Teaching and Recreation on Interdisciplinary Analysis,* Vol 2, No. 4 , 2021).

5. Nilai-nilai spiritual islam

Spiritualitas adalah dasar tumbuhnya harga diri, nilai-nilai, moral, dan rasa memiliki dan memberi arah dan arti pada kehidupan, suatu kesadaran yang menghubungkan seseorang dengan Tuhan, atau apapun yang disebut dengan sumber keberadaan dan hakikat kehidupan[24]. Nilai-nilai spiritual dalam Islam meliputi kepatuhan kepada Allah, ketulusan dalam beribadah, ketekunan dalam berdoa, kesabaran dalam menghadapi cobaan, pengampunan terhadap sesama, rasasyukur, dan pengabdian kepada Tuhan serta kemanusiaan.

[24] Mimi Doe dan Marsha Walch, 10 Prinsip Spiritual parenting…, hal. 20.