



Hubungan antara *emotional intelligence* dan *hardiness* terhadap daya tahan stres atlet *totally blind* (Buta Menyeluruh) di Pelatnas NPCI Tahun 2019

Muhammad Endra Sukmana¹, Agus Kristiyanto², Hanik Liskustyawati³

Magister Program ilmu keolahragaan, Universitas Sebelas Maret, Indonesia¹
Department Ilmu Keolahragaan, Program Pascasarjana, Universitas Sebelas Maret,
Indonesia^{2,3}

Email: sukmanaindra96@gmail.com¹, aguskriss@yahoo.co.id²,
honey_hany86@yahoo.com³

Abstrak

Daya tahan stres merupakan kemampuan seseorang untuk bertahan atau menghadapi tekanan dalam menjalani kehidupan. Tentu ada upaya yang harus dilakukan untuk mendapatkan suatu daya tahan stres, beberapa diantaranya adalah kemampuan mengontrol diri, optimisme dalam keinginan mencapai sesuatu, kemampuan mengidentifikasi permasalahan, dll. Daya tahan stres pada seseorang juga bisa dipengaruhi oleh aspek psikologis misalnya *emotional Intelligence* dan kepribadian *hardiness*. Penelitian ini dilakukan dalam upaya mengetahui, 1) Hubungan *Emotional Intelligence* terhadap Daya tahan stres, 2) Hubungan *Hardiness* terhadap Daya Tahan Stress, 3) Hubungan *Emotional Intelligence* dan *Hardiness* terhadap Daya tahan Stres pada Atlet *Totally Blind* di Pelatnas NPCI 2019. Penelitian ini menggunakan metode Korelasional, yakni menggunakan hubungan untuk membuat prediksi. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini ditentukan menggunakan teknik *Purposive Sampling*, yakni Atlet Disabilitas netra dengan klasifikasi *Totally Blind* yang berjumlah 22 Atlet. Instrumen yang digunakan adalah skala *Emotional Intelligence*, Skala *Hardiness*, dan Skala Daya Tahan Stres. Hasil analisis regresi berganda menghasilkan nilai F_{hitung} adalah 9.297 ($> F_{tabel}$ 3.49) dengan nilai signifikansi sebesar 0.002 ($p < 0.05$), dan nilai R^2 dalam penelitian ini adalah 4.95 atau 49.5%, dengan sumbangan efektif *Emotional Intelligence* sebesar 12.2% dan *Hardiness* sebesar 37.3%. Korelasi masing-masing variabel secara parsial, *Emotional intelligence* menunjukkan nilai signifikansi 0.086 ($p > 0.05$), dan *Hardiness* menunjukkan nilai signifikansi 0.002 ($p < 0.05$). Penelitian ini memiliki kesimpulan, antara lain: Tidak terdapat hubungan signifikan antara *Emotional intelligence* dengan Daya Tahan Stres, Terdapat hubungan positif yang signifikan antara *Hardiness* dengan Daya Tahan Stres, dan Terdapat hubungan positif yang signifikan antara *Emotional intelligence* dan *Hardiness* terhadap Daya Tahan Stres pada Atlet *Totally Blind* di Pelatnas NPCI Tahun 2019.

Kata Kunci: *Emotional Intelligence, Hardiness, Daya Tahan Stres, Totally Blind.*

Asbtrak

Stress resistance is a person's ability to withstand or face pressure in life. Of course there are efforts that must be made to get a stress resistance, some of which are the ability to control yourself, optimism in the desire to achieve something, the ability to identify problems, etc. Stress resistance in a person can also be influenced by psychological aspects such as emotional intelligence and hardiness personality. This research was conducted in an effort to determine, 1) The relationship between Emotional Intelligence and Stress Resistance, 2) The Relationship between Hardiness and Stress Resistance, 3) The Relationship between Emotional Intelligence and Hardiness on Stress Endurance in Totally Blind Athletes at the National Training Center of NPCI 2019. Correlational, namely using relationships to make predictions. The sample used in this study was determined using purposive sampling technique, namely athletes with visual disabilities with the Totally Blind classification, totaling 22 athletes. The instruments used were the Emotional Intelligence scale, the Hardiness scale, and the stress resistance scale. The results of multiple regression analysis resulted in the value of Fcount was 9,297 ($> F_{table} 3.49$) with a significance value of 0.002 ($p < 0.05$), and the R² value in this study was 4.95 or 49.5%, with an effective contribution of Emotional Intelligence of 12.2% and Hardiness of 37.3%. Correlation of each variable partially, Emotional Intelligence shows a significance value of 0.086 ($p > 0.05$), and Hardiness shows a significance value of 0.002 ($p < 0.05$). This study has conclusions, among others: There is no significant relationship between Emotional Intelligence and Stress Resistance, There is a significant positive relationship between Hardiness and Stress Resistance, and there is a significant positive relationship between Emotional Intelligence and Hardiness on Stress Endurance in Totally Athletes. Blind at the NPCI National Training Center in 2019.

How To Cite : Sukmana, M. E., Kristiyanto, E & Liskustyawati. H (2020). **to APA Style** Hubungan antara *emotional intellegence* dan *hardiness* terhadap daya tahan stres atlet *totally blind* (Buta Menyeluruh) di Pelatnas NPCI Tahun 2019. **Prosiding SENFIKS (Seminar Nasional Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains), 1 (1), 80-89.**

PENDAHULUAN

Stres adalah kondisi yang terjadi akibat adanya tekanan *internal* maupun *eksternal* serta kondisi bermasalah lainnya yang dialami oleh seseorang. Menurut Richard (2010), stress adalah suatu proses yang menilai suatu peristiwa sebagai sesuatu yang mengancam ataupun membahayakan dan individu merespon peristiwa tersebut pada level fisiologis, emosional, kognitif dan perilaku.

Stres latihan pada intinya menekankan pada atlet terhadap suatu

kondisi latihan yang berat dan tidak nyaman serta bentuk ketidakharmonisan antara atlet dengan lingkungannya. Banyak gejala yang ditimbulkan akibat dari stress latihan yang dialami oleh atlet, yang paling umum adalah rasa malas dan ketidakseriusan dalam menghadapi latihan, beberapa diantaranya bahkan mencari cara agar dapat absen mengikuti latihan.

Stres dapat dialami oleh setiap atlet baik atlet dengan keterbatasan dalam pendengaran, penglihatan atau sebagainya dan baik laki-laki maupun

perempuan. Karena pada dasarnya dihadapkan dengan hal yang sama yakni rutinitas berlatih dengan intensitas ringan hingga berat. Sehingga setiap atlet memiliki kemampuan atau cara masing-masing untuk mengatasi *stressor* yang datang. Respon yang tepat ketika mengatasi *stressor* akan menyebabkan *chain reaction* kearah peningkatan performa atlet difabel selama menjalani pemusatan latihan, namun apabila tidak disikapi dengan tepat maka akan menjadi penyebab menurunnya performa atlet difabel dan mengakibatkan *degradasi*.

Oleh karenanya penting bagi atlet yang sedang menjalani pemusatan latihan terutama atlet difabel untuk mempunyai daya tahan terhadap stress latihan selama mengikuti pemusatan latihan yang persiapannya dilakukan dalam waktu yang *relative* panjang. Daya tahan menghadapi stress latihan pada atlet difabel terhadap kemampuannya mengelola jiwa, rasa dan karsanya atau lebih umum disebut mengelola emosi adalah bentuk kecerdasan emosi atau *emotional intelligence*.

Penting bagi seorang atlet terutama dengan keistimewaan tertentu, untuk juga memiliki *Emotional Intelligence* dalam upayannya untuk dapat bertahan menghadapi situasi dan kondisi yang dapat menyebabkan stress ketika menjalani pemusatan latihan. Atlet dengan *Emotional Intelligence* mampu untuk bertahan dan bangkit kembali ketika mengalami kondisi yang tidak menyenangkan atau yang membuatnya terpuruk sehingga mampu untuk tetap tenang, berkonsentrasi dan memotivasi diri kembali untuk menjalani apa yang telah menjadi kewajibannya. Sebuah penelitian oleh Laborde, Dosseville, and Allen (2016) menunjukkan adanya korelasi positif antara *Emotional Intelligence* dengan kemampuan menghadapi stress. Dalam penelitiannya, membahas faktor kemampuan untuk

menghadapi stress dari sisi aspek *Emotional Intelligence*.

Penelitian lain menemukan aspek lain pada jenis kepribadian yang membuat individu memiliki ketahanan dalam menyikapi stress. Jenis kepribadian individu tersebut adalah *Hardiness*. *Hardiness* merupakan suatu variabel kepribadian yang dapat menjelaskan perbedaan individual dalam kerentanan stress (Brown and Schutte 2006). Individu dengan kepribadian *hardiness* yang tinggi mempunyai perilaku-perilaku yang membuat mereka lebih kuat dalam menghadapi pekerjaan dan aktivitas-aktivitas lain yang mereka senangi serta mengubah *stressor negative* menjadi sebuah tantangan artinya menjadi hal yang positif.

Hardiness tidak hanya berperan dalam pengelolaan ketahanan stress pada atlet, tetapi juga memiliki dampak pada kesehatan psikis atlet yang sedang menjalani pemusatan latihan jangka panjang. Pallabi Mund (2016) menjelaskan bahwa salah satu aspek *Hardiness* yang paling penting adalah komitmen. Komitmen merupakan ukuran dimana seseorang menunjukkan keterlibatan individu pada keseriusannya menjalani sesuatu.

Komitmen sangat memungkinkan seorang atlet memiliki suatu pemahaman tentang apa yang menjadi tanggung jawab perihal apa yang menjadi kewajibannya ketika masuk dalam pemusatan latihan. Terlebih berskala nasional misalnya yakni membawa nama negara pada tanggung jawabnya sehingga wajib untuk menunjukkan performa yang optimal baik dalam latihan atau nantinya ketika menjalani suatu pertandingan.

Berdasarkan apa yang telah dijabarkan terkait dengan resiko-resiko yang dialami oleh atlet disabilitas netra ketika menjalani pemusatan latihan, faktor pembentuk daya tahan stres,

aspek psikologis dan jenis kepribadian yang mempengaruhi, sehingga peneliti bergagas untuk meneliti hubungan antara *Emotional Intelligence* dan *Hardiness* terhadap daya tahan stres pada atlet disabilitas netra dengan kecenderungan *Totally Blind (Buta Menyeluruh)*.

METODE PENELITIAN

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan setelah proposal penelitian sepenuhnya disetujui oleh dosen pembimbing. Untuk pelaksanaannya adalah dimulai pada minggu pertama di bulan maret 2020 dan berakhir di minggu ketiga di bulan maret 2020, sehingga penelitian dilakukan selama dua minggu di Pemusatan Latihan Nasional NPCI 2019, bertempat di Kota Surakarta.

Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan Penelitian Korelasional yakni penelitian yang dilakukan untuk mengetahui hubungan dan tingkat hubungan antara dua variable atau lebih tanpa ada upaya untuk mempengaruhi variable tersebut sehingga tidak ada manipulasi variable, kemudian menggunakan pendekatan kuantitatif, karena pengumpulan datanya menggunakan instrumen-instrumen yang telah disesuaikan dengan variabel-variabel penelitian.

Instrumen Penelitian

Peneliti menggunakan beberapa instrumen dalam penelitian ini, diantaranya Skala *Emotional Intelligence*, Skala *Hardiness* dan Skala Daya Tahan Stres dan menggunakan model skala Likert dengan empat kemungkinan pilihan jawaban yakni Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS).

1. Skala *Emotional Intelligence*

Skala *Emotional Intelligence* yang peneliti gunakan adalah skala adaptasi dari SSEIT (*Schutte Self Report Emotional Intelligence Test*) yang

dikembangkan oleh Schutte et al. (1998). Skala ini dipilih dan diadaptasi karena isi yang dapat menggambarkan kondisi subjek penelitian. Skala terdiri atas 30 aitem tes valid dan koefisien reliabilitas (α) = 0.903.

2. Skala *Hardiness*

Skala *Hardiness* yang peneliti gunakan adalah *Kobasa Hardiness Scale* yang dikembangkan oleh Pallabi Mund (2016), dengan 15 aitem tes valid dan koefisien reliabilitas (α) = 0.962. Skala ini dipilih dan diadaptasi karena isi yang dapat menggambarkan kondisi subjek penelitian.

3. Skala Daya Tahan Stres

Sakala yang peneliti gunakan untuk mengukur daya tahan stres adalah *Connor Davidson-Resilience Scale (CD-RISC)* yang dikembangkan oleh Connor and Davidson (2003), dengan 20 aitem tes valid dan koefisien reliabilitas (α) = 0.870. Skala ini dipilih dan diadaptasi karena isi yang dapat menggambarkan kondisi subjek penelitian.

Kemudian analisis data yang peneliti lakukan adalah menggunakan regresi berganda, dengan sebelumnya dilakukan uji asumsi dasar dan uji asumsi klasik dengan menggunakan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 22 for windows release 16.0*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pengujian Asumsi Dasar dan Asumsi Klasik

Dalam pengujian Asumsi dasar, meliputi Uji Normalitas dan uji linearitas. Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan metode *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*, menunjukkan hasil pada skala *Emotional Intelligence* memiliki nilai signifikansi 0.169, pada skala *Hardiness* memiliki nilai signifikansi 0.068 dan pada skala Daya Tahan Stres memiliki nilai signifikansi 0.200 dengan nilai $p > 0.05$, maka disimpulkan bahwa ketiga

data penelitian memiliki distribusi normal.

Tabel 1
 One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

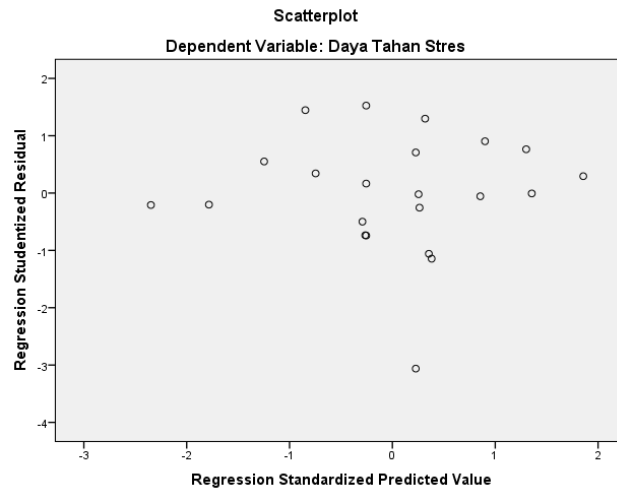
		Emotional Intelligence	Hardiness	Daya Tahan Stres
N		22	22	22
Normal Parameters a,b	Mean	89.59	47.45	79.18
	Std. Deviation	6.412	1.896	5.603
Most Extreme Differences	Absolute	.157	.178	.102
	Positive	.157	.159	.081
	Negative	-.073	-.178	-.102
Test Statistic		.157	.178	.102
Asymp. Sig. (2-tailed)		.169 ^c	.068 ^c	.200 ^{c,d}

Hasil uji linearitas, kedua variabel Independent, yakni *Emotional Intelligence* dan *Hardiness* terhadap variabel Dependent yakni Daya Tahan Stres menunjukkan hasil nilai signifikansi 1.000 ($p > 0.05$), sehingga berkesimpulan bahwa variabel-variabel penelitian memiliki hubungan yang linier.

Uji Asumsi klasik, meliputi tiga tahapan yakni Uji Multikolinearitas, uji Heterokedastisitas dan uji Autokorelasi. Hasil Uji Multikolinearitas menggunakan metode tolerance dan nilai VIF (*Variance Inflation Factor*), menunjukkan hasil bahwa nilai tolerance dan nilai VIF dari variabel *Emotional*

Intelligence masing-masing adalah 0.681 ($p > 0.100$) dan 1.468 ($p < 10.00$), pada variabel *Hardiness* masing-masing adalah 0.681 ($p > 0.100$) dan 1.468 ($p < 10.00$), sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel tidak memiliki gejala multikolinearitas.

Hasil uji Heteroskedastisitas menggunakan *Scatterplots*, menunjukkan bahwa hasil tidak membentuk pola bergelombang, melebar kemudian menyempit, dengan titik-titik menyebar diatas dan juga dibawah angka 0 pada sumbu Y. Sehingga disimpulkan bahwa variabel tidak ada gejala heterokedastisitas.



Gambar 1. ScatterPlots

Hasil Uji Autokorelasi menggunakan metode *Durbin Watson*. yakni jika nilai terletak antara dua sampai (4-du). Nilai dua berdasarkan tabel *Durbin Watson*, dengan melihat jumlah variabel independen (K) dan melihat jumlah data sampel dari tiap variabel (N) dengan taraf signifikansi 0.05. Dari tabel distribusi *Durbin Watson*, didapatkan nilai dua adalah 1.541, nilai hitung *Durbin Watson* adalah 2.583 dan nilai 4-du=2.459. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak ada gejala autokorelasi.

2. Pengujian Hipotesis

Menggunakan Uji *t* parsial analisis regresi linier berganda berdasarkan nilai signifikansi < 0.05 , hasil yang didapatkan adalah untuk variabel *Emotional Intelligence* adalah

0.086, variabel *Hardiness* adalah 0.002. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *Emotional Intelligence* tidak berpengaruh terhadap Daya Tahan stres, dan *Hardiness* berpengaruh terhadap Daya Tahan Stres. Dapat juga dilakukan dengan cara perbandingan t_{hitung} dan t_{tabel} , jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka variabel bebas secara parsial berpengaruh terhadap variabel terikat. Untuk t_{hitung} variabel *Emotional Intelligence* adalah 1.810 dan t_{hitung} variabel *Hardiness* adalah 3.525. Sedangkan, t_{tabel} nya adalah 2.093. Sehingga, untuk pengambilan kesimpulan *Emotional Intelligence* tidak berpengaruh terhadap Daya Tahan stres, dan *Hardiness* berpengaruh terhadap Daya Tahan Stres.

Tabel 2

Coefficients		
Model	t	Sig.
1 (Constant)	-.817	.424
Emotional Intelligence	1.810	.086
Hardiness	3.525	.002

Uji F simultan dalam regresi linier berganda berdasarkan nilai signifikansi, jika nilai signifikansi < 0.05 maka variabel independent memiliki pengaruh terhadap variabel dependent. Berdasarkan hasil SPSS menunjukkan nilai signifikansi 0.002, sehingga dapat

disimpulkan bahwa *Emotional Intelligence* dan *Hardiness* secara simultan atau bersama-sama berpengaruh terhadap Daya Tahan Stres pada Atlet Disabilitas Netra *Totally Blind*.

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	214.590	2	107.295	9.297	.002 ^b
Residual	219.273	19	11.541		
Total	433.864	21			

a. Dependent Variable: Daya Tahan Stres

b. Predictors: (Constant), Hardiness, Emotional Intelligence

Dapat juga dilakukan dengan cara perbandingan F_{hitung} dan F_{tabel} , jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka variabel bebas secara simultan berpengaruh terhadap variabel terikat. Untuk F_{hitung} adalah 9.297. Sedangkan, F_{tabel} nya adalah 3.49. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *Emotional Intelligence* dan *Hardiness* secara simultan atau bersama-sama berpengaruh terhadap Daya Tahan Stres pada Atlet Disabilitas Netra *Totally Blind*.

3. Kontribusi *Emotional Intelligence* dan *Hardiness* terhadap Daya Tahan Stres.

Kontribusi variabel *Emotional Intelligence* dan *Hardiness* terhadap Daya tahan stres, masing-masing adalah 12.2 persen dan 37.3 persen, kemudian secara bersama-sama berkontribusi terhadap Daya tahan stres adalah sebesar 49.5 persen.

PEMBAHASAN

Berdasarkan Analisis data yang telah dilakukan dalam penelitian ini

menunjukkan bahwa hipotesis pertama yakni, Hubungan *Emotional Intelligence* dengan Daya Tahan stress pada Atlet *Totally Blind* di Pemusatan Latihan Nasional NPCI Tahun 2019 tidak diterima. Korelasi antara *Emotional Intelligence* terhadap Daya Tahan stress menunjukkan nilai sebesar 0.086 atau lebih besar dari 0.05, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan antara tingkat *Emotional Intelligence* terhadap Daya Tahan stress. Hasil penelitian ini tidak sama dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya, yakni Laborde, et.al (2013), yang menunjukkan adanya korelasi positif antara *Emotional Intelligence* dengan kemampuan menghadapi stress.

Hasil lainnya berdasarkan uji analisis data, hipotesis kedua dari penelitian ini yakni Hubungan *Hardiness* terhadap Daya Tahan Stres pada Atlet *Totally Blind* di Pemusatan Latihan Nasional NPCI Tahun 2019 diterima. Korelasi antara *Hardiness* terhadap Daya Tahan stress menunjukkan nilai sebesar

0.002 atau lebih kecil dari 0.05, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara tingkat *Emotional Intelligence* terhadap Daya Tahan stress. Artinya, apabila tingkat *Hardiness* pada Atlet *Totally Blind* tinggi, maka semakin tinggi juga Daya tahan Stres begitu juga sebaliknya.

Hasil Penelitian ini menambah referensi dari penelitian terdahulu, misalnya penelitian yang dilakukan oleh Schultz (2006) mengatakan bahwa *hardiness* merupakan suatu variabel kepribadian yang dapat menjelaskan perbedaan individual dalam kerentanan stress. Individu dengan kepribadian *hardiness* yang tinggi mempunyai perilaku-perilaku yang membuat mereka lebih kuat dalam menghadapi pekerjaan dan aktivitas-aktivitas lain yang mereka senangi serta mengubah *stressor negative* menjadi sebuah tantangan artinya menjadi hal yang positif. Kobasa (dalam Kreitner dan Kinicki, 2005) salah satu aspek *Hardiness* yang paling penting adalah komitmen. Komitmen merupakan ukuran dimana seseorang menunjukkan keterlibatan individu pada keseriusannya menjalani sesuatu. Komitmen sangat memungkinkan seorang atlet memiliki suatu pemahaman tentang apa yang menjadi tanggung jawab perihal apa yang menjadi kewajibannya ketika masuk dalam pemusatan latihan.

Pengujian hipotesis ketiga yakni ubungan antara *Emotional Intelligence* dan *Hardiness* terhadap Daya Tahan Stres pada Atlet *Totally Blind* di Pemusatan Latihan Nasional NPCI Tahun 2019 menunjukkan hasil bahwa adanya hubungan sehingga hipotesis diterima dan membuktikan bahwa terdapat hubungan antara *Emotional Intelligence* dan *Hardiness* terhadap Daya Tahan Stres pada Atlet *Totally Blind* di Pemusatan Latihan Nasional NPCI Tahun 2019. Berdasarkan hasil perhitungan menunjukkan F_{hitung} (9.297) lebih besar daripada F_{tabel} (3.49).

koefisien regresi linier berganda (R^2) menunjukkan nilai sebesar 49.5. Semakin Atlet *Totally Blind* memiliki *Emotional Intelligence* dan *Hardiness* yang tinggi maka akan berpengaruh terhadap Daya Tahan dalam menghadapi stres ketika menjalani Pemusatan Latihan Nasional.

Sumbangan dari variabel *Emotional Intelligence* dan *Hardiness* terhadap Daya Tahan Stres, masing-masing adalah sebesar 12.2 persen dan 37.3 persen. Dari hasil yang ditunjukkan, sumbangan efektif *Hardiness* memiliki sumbangsih yang lebih besar daripada *Emotional Intelligence* dalam mempengaruhi Daya tahan stres.

Data penelitian ini setelah dihitung menggunakan Product SPSS mendapatkan hasil, koefisien determinasi (R^2) sebesar 49.5 atau menunjukkan bahwa sumbangan efisien pengaruh dari variabel *Emotional Intelligence* dan *Hardiness* terhadap daya tahan stres adalah sebesar 49.5 %, sisanya yakni 50.5 % merupakan pengaruh faktor-faktor lain yang belum dikemukakan dalam penelitian ini.

Dalam pelaksanaannya, terdapat beberapa batasan-batasan yang peneliti temui, diantaranya waktu latihan yang padat dan tempat latihan yang tersebar di berbagai tempat membuat pengaturan jadwal yang menjadi fleksibel sehingga sering berubah-ubah. Kondisi yang tidak menentu dari atlet-atlet yang menjadi sampel sampai tingkat keterbukaan pelatih yang berbeda-beda.

Penelitian - penelitian yang nantinya akan dilakukan dengan sampel yang lebih besar, perlu adanya penambahan pada variabel-variabel yang belum pernah digunakan.

PENUTUP

Beberapa hal yang didapatkan dari penelitian ini, antara lain:

1. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *Emotional Intelligence* terhadap Daya Tahan

Stres pada Atlet *Totally Blind* di Pemusatan Latihan Nasional NPCI Tahun 2019.

2. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara *Hardiness* terhadap Daya Tahan Stres pada Atlet *Totally Blind* di Pemusatan Latihan Nasional NPCI Tahun 2019.
3. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara *Emotional Intelligence* dan *Hardiness* terhadap Daya Tahan Stres pada Atlet *Totally Blind* di Pemusatan Latihan Nasional NPCI Tahun 2019.
4. Persentase sumbangan dari variabel *Emotional Intelligence* dan *Hardiness* terhadap Daya Tahan Stres, yakni masing-masing sebesar 12.2 % dan 37.3 %, kemudian 50.5 % sisanya adalah dipengaruhi oleh faktor-faktor yang belum terungkap di dalam penelitian ini.

Hasil-hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan, maka beberapa saran yang dapat diberikan, antara lain:

1. Bagi Organisasi

Pengoptimalan pada beberapa bidang utama yang berkaitan dengan pengembangan prestasi atlet, bisa untuk menambahkan peran psikolog untuk atlet berdasarkan jenis keterbatasannya, karena besar kemungkinan apabila treatment psikologis yang diberikan benar akan mampu untuk mendorong semangat dari atlet. Terutama Atlet Disabilitas Netra dengan kecenderungan *Totally Blind*, karena umumnya mereka sangat sulit untuk percaya pada seseorang yang belum dikenalnya cukup lama.

2. Bagi Atlet *Totally Blind*

Setiap Atlet kemungkinan besar memiliki kesadaran akan kewajibannya ketika menjalani pemusatan latihan, oleh karenanya perlu untuk selalu bisa mengontrol diri dari segala sesuatu yang dapat merusak mood atau suasana hati

ketika sedang menjalani pemusatan latihan jangka panjang. Diharapkan mampu untuk mengembangkan skill dan juga menjaga kondisi daripada psikologisnya masing-masing. Sadar akan kewajiban, apa yang harus dan tidak harus dilakukan.

3. Bagi Pelatih

Perlu adanya peningkatan materi, bukan hanya terkait teknik maupun taktik, pelatih juga harus menguasai materi psikologis. Penting bagi pelatih untuk bisa dekat secara interpersonal maupun personal dengan atlet yang ditangani, sehingga ada kedekatan yang lebih dari segi psikologisnya. Karena adanya sinergi atlet dan pelatih yang selaras akan dapat membuat tujuan yang diharapkan bisa tercapai.

4. Bagi Peneliti-Peneliti Berikutnya

Hasil yang ada dalam penelitian ini tidak sepenuhnya memuaskan, karena mungkin hanya mencakup beberapa aspek dan indikator. Penelitian selanjutnya harus lebih dapat mengungkap apa yang belum ada dalam penelitian ini. Sehingga penelitian selanjutnya diharapkan jauh lebih baik dari penelitian sebelumnya. Membedah faktor-faktor yang dapat berpengaruh terhadap Daya Tahan Stres utamanya pada Atlet disabilitas Netra dengan kecenderungan *Totally Blind*. Pemilihan skala yang jauh lebih spesifik dalam menggambarkan kondisi sampel, sehingga hasil yang didapatkan akan sangat mendekati kesempurnaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustian, A.G. 2001. *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ*. Jakarta: Arga
- Azwar, S. 2007. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

- Brown, Rhonda F., and Nicola S. Schutte. 2006. "Direct and Indirect Relationships between Emotional Intelligence and Subjective Fatigue in University Students." *Journal of Psychosomatic Research* 60(6): 585–93.
- Connor, KM, and JR Davidson. 2003. "Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) © Manual." 2(18): 76–82.
- Laborde, S., F. Dosseville, and M. S. Allen. 2016. "Emotional Intelligence in Sport and Exercise: A Systematic Review." *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports* 26(8): 862–74.
- Mund, Pallabi. 2016. "Kobasa Concept of Hardiness (A Study with Reference to the 3Cs)." *International Research Journal of Engineering, IT & Scientific Research* 2(1): 34–40.
- Schutte, Nicola S. et al. 1998. "Development and Validation of a Measure of Emotional Intelligence." *Personality and Individual Differences* 25(2): 167–77.