

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Hasil Penelitian

##### 1. Paparan Data

Hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan pada dua tim MLBB di Kabupaten Tulungagung yaitu tim UNIX Tulungagung dengan jumlah total 15 anggota dan tim MLBB TA *Squad* dengan jumlah total 15 anggota. Berdasarkan observasi tim ini cocok dengan kriteria yang diharapkan peneliti dengan anggota masih remaja yaitu usia 12 sampai 21 tahun serta kerap mengikuti beberapa kompetisi dan meraih juara.

**Tabel 4.1**  
**Responden Berdasarkan Usia**

No	Usia	Jumlah Anggota Tim	
		UNIX	TA <i>Squad</i>
1.	15 Tahun	3	4
2.	17 Tahun	7	6
3.	18 Tahun	3	3
4.	20 Tahun	2	2
Total		15	15

Peneliti mengambil kedua tim ini karena masih remaja dimana masa remaja menurut (Teori) Jadi, untuk menjadi atlet yang baik harus mempersiapkan segala bentuk ancaman yang datang baik fisik maupun mental. Selain itu kedua tim ini sangat terbuka menerima masukan demi tim menjadi lebih baik dan berkembang. Peneliti memberikan *pre-test* untuk mengetahui seberapa tangguh untuk mengontrol diri mereka dengan menggunakan instrumen skala resiliensi atlet *eSport*. Berikut data hasil *pre-test* yang dilakukan oleh peneliti:

**Tabel 4.2**  
**Pre-test Berdasarkan Jumlah Masing-Masing Indikator**  
**Skala Resiliensi Atlet eSport**

Responden	Regulasi Emosi	Pengendalian Implus	Optimisme	<i>Causal Analysis</i>	Empati	<i>Self-Efficacy</i>	<i>Reaching Out</i>	Jumlah	Ket.
AGN	27	14	21	12	18	12	23	127	Cukup Mampu
AGS	37	16	25	14	19	11	28	150	Cukup Mampu
AKA	42	17	23	14	25	12	31	164	Mampu
ANW	34	16	26	14	22	10	30	152	Cukup Mampu
BNW	34	14	22	12	17	10	28	137	Cukup Mampu
BS	37	15	28	13	24	10	30	157	Cukup Mampu
BSA	41	16	24	15	26	14	32	168	Mampu
BW	40	18	24	14	19	11	33	159	Cukup Mampu
DK	33	15	20	13	19	10	27	137	Cukup Mampu
DW	41	16	25	16	20	11	29	158	Cukup Mampu
FMA	41	20	32	17	23	14	32	179	Mampu
GAF	38	19	27	15	22	11	26	158	Cukup Mampu
IS	41	17	29	15	23	13	28	166	Cukup Mampu
JAD	37	15	24	13	19	10	27	145	Cukup Mampu
KDP	31	12	18	10	19	11	23	124	Cukup Mampu
KR	31	12	22	14	24	11	30	144	Cukup Mampu
MAF	39	15	24	13	19	10	27	147	Cukup Mampu
MK	31	14	22	12	22	10	29	140	Cukup Mampu
MN	42	18	27	15	24	12	30	168	Mampu
MS	29	15	22	12	19	9	25	131	Cukup Mampu
MSH	29	13	24	12	20	10	24	132	Cukup Mampu
NN	38	19	28	13	23	14	28	163	Cukup Mampu
RNHP	33	14	24	12	22	12	29	146	Cukup Mampu
SM	40	18	24	14	19	13	33	161	Cukup Mampu
SN	44	18	30	16	28	14	38	188	Mampu
SS	35	17	24	15	20	8	26	145	Cukup Mampu

TYR	34	17	23	14	20	10	30	148	Cukup Mampu
WRN	34	15	26	15	23	10	27	150	Cukup Mampu
YEB	41	17	27	14	20	10	26	155	Cukup Mampu

Berdasarkan data dalam tabel hasil pre-test diatas berdasarkan skala resiliensi atlet *eSport* di ketahui bahwa hanya terdapat satu atlet yang mampu dengan nilai skor 169. Hasil ini menunjukkan bahwa hampir semua atlet hanya cukup mampu dalam mengembangkan ketangguhan diri mereka, oleh karena itu pemberian bimbingan kelompok diberikan agar atlet dapat mengembangkan ketangguhan dirinya.

## 2. Uji Validitas Data

Uji validitas dipakai sebagai sebuah uji ketepatan dan kecermatan skala dalam fungsi ukurnya yang digunakan peneliti. Uji coba instrumen skala ketangguhan diri (resiliensi) atlet *eSport* dengan jumlah sebanyak 30 responden pada tanggal 30 April 2019 pada tim Unix dan TA *Squad* Tulunagung. Uji validitas berdasarkan indikator instrumen skala ketangguhan diri (resiliensi) atlet *eSport* yang telah dinyatakan valid dengan cara menggunakan aplikasi SPSS (*Statistical Package for Social Science*) 25 *for Windows* untuk dapat digunakan pada penelitian yang sebenarnya. Hasil uji validitas skala resiliensi atlet *eSport*, sebagai berikut:

**Tabel 4.3**  
**Hasil Hitung Uji Validitas Skala Resiliensi Atlet eSport**  
**Menggunakan Produk Moment**

<b>No Item</b>	<b>Correlation Pearson</b>	<b>rtabel (Sig.0,05)</b>	<b>Keterangan</b>
1.	0,740	0,000	Valid
2.	0,280	0,134	Tidak Valid
3.	0,469	0,009	Valid
4.	0,212	0,260	Tidak Valid
5.	0,735	0,000	Valid
6.	0,567	0,001	Valid
7.	0,383	0,037	Valid
8.	0,538	0,002	Valid
9.	0,710	0,000	Valid
10.	-0,139	0,462	Tidak Valid
11.	0,529	0,003	Valid
12.	0,398	0,030	Valid
13.	0,600	0,000	Valid
14.	0,277	0,139	Tidak Valid
15.	0,526	0,003	Valid
16.	0,471	0,009	Valid
17.	0,580	0,001	Valid
18.	0,456	0,011	Valid
19.	0,473	0,008	Valid
20.	0,249	0,184	Tidak Valid
21.	0,600	0,000	Valid
22.	0,485	0,007	Valid
23.	0,083	0,661	Tidak Valid
24.	0,677	0,000	Valid
25.	0,539	0,002	Valid
26.	0,323	0,082	Valid
27.	0,710	0,000	Valid
28.	0,497	0,005	Valid
29.	0,030	0,875	Tidak Valid
30.	0,525	0,003	Valid
31.	0,507	0,004	Valid
32.	0,666	0,000	Valid

33.	0,672	0,000	Valid
34.	0,503	0,005	Valid
35.	0,427	0,019	Valid
36.	0,402	0,028	Valid
37.	0,190	0,314	Tidak Valid
38.	0,566	0,001	Valid
39.	0,391	0,033	Valid
40.	0,336	0,069	Valid
41.	0,396	0,030	Valid
42.	0,438	0,015	Valid
43.	0,005	0,979	Tidak Valid
44.	0,396	0,030	Valid
45.	0,740	0,000	Valid
46.	0,564	0,001	Valid
47.	0,529	0,003	Valid
48.	0,494	0,005	Valid
49.	0,377	0,040	Valid
50.	0,453	0,012	Valid
51.	0,274	0,143	Tidak Valid
52.	0,382	0,037	Valid
53.	0,521	0,003	Valid
54.	0,253	0,177	Tidak Valid
55.	0,504	0,005	Valid

Sebuah item dapat dinyatakan valid jika *correlation pearson* >  $r_{\text{tabel}}$  (sig. 0,05). Untuk menentukan nilai dari  $r_{\text{tabel}}$  (sig. 0,05) dapat dilihat pada tabel *r product moment* dengan jumlah data (N) = 55 sebesar 0.279 sehingga item dari skala resiliensi atlet *eSport* yang terdiri dari 55 item pernyataan, terdapat 44 item yang dinyatakan valid dan 11 item yang dinyatakan tidak valid sehingga tidak dapat digunakan untuk penelitian. Hasil dari uji validitas skala resiliensi atlet *eSport* yaitu, sebagai berikut:

**Tabel 4.4**  
**Hasil Pernyataan Skala Resiliensi Atlet eSport dengan SPSS**

Variabel	Indikator	Deskriptor	<i>Item</i>		Total	
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
Ketangguhan diri (Resiliensi)	Regulasi Emosi	Mampu untuk mengatur emosi	3	47	5	
				48		
				53		
			Menekan atensi dan prilaku diri	39	24	4
					36	
			Tetap tenang dalam keadaan yang menekan.	1	6	2
	Pengendalian Implus	Mampu untuk mengendalikan keinginan/kesukaan	21	11	6	
				17		
				45		
				46		
	Optimisme	Memandang keadaan secara positif	9	27	4	
			33			
			35			
		Berfikir optimis	26	7	5	
			40			
		34				
<i>Causal Analysis</i>	Mampu untuk mengidentifikasi penyebab permasalahan.	12	8	5		
		15				
		19				
		44				
Empati	Mampu menempatkan diri pada posisi orang lain		30	4		
			31			
			50			
	Ikut merasakan apa yang orang lain rasakan.	5	38	4		
		18				
		51				
<i>Self-Efficacy</i>	Yakin untuk memecahkan masalah.	23	13	4		
		29				
<i>Reaching Out</i>	Mampu meningkatkan aspek-aspek positif dalam kehidupan	42	22	4		
		49	32			
	Berani mengatasi ketakutan yang mengancam.	41	16	6		
		28	45			
			55			
Jumlah					44	

### 3. Uji Homogenitas

Uji homogenitas menurut Prayitino digunakan sebagai ukuran untuk mengetahui populasi yang diteliti itu sama atau tidak. Kriteria pengujiannya jika nilai sig.  $> 0.05$  maka dapat disimpulkan bahwa populasi dari kelompok yang diteliti sama (homogen), begitupun sebaliknya.<sup>1</sup> Penelitian ini penghitungan uji homogenitas menggunakan *one way anova* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Sosial Science*) versi 25. Hasil uji homognitas *pre-test* dan *post-test* sebagai berikut:

**Tabel 4.5**  
**Hasil Uji Homogenitas *Pre-test* dan *Post-test***  
**Menggunakan *One Way Anova***

Test of Homogeneity of Variances				
	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Based on Mean	2,293	1	58	0,135
Based on Median	2,299	1	58	0,135
Based on Median and with adjusted df	2,299	1	55,256	0,135
Based on trimmed mean	2,174	1	58	0,146

Tabel diatas menunjukkan bahwa nilai hasil uji homogenitas diperoleh hasil dengan nilai sig. skor resiliensi atlet *eSport* yaitu  $0,146 > 0,05$  sehingga hasil ini dapat disimpulkan bahwa skor dari hasil *pre-test* dan *post-test* memiliki varian yang sama (homogen).

#### B. Uji Hipotesis

Uji yang dilakukan peneliti merupakan uji *Paired Sampel T Test*. Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan sebelumnya, maka

<sup>1</sup> Dwi Priyatno, *Mandiri Belajar SPSS Untuk Analisis ...*, hal. 31

peneliti membuat Hipotesis Alternatif ( $H_a$ ). Dalam penelitian hipotesis alternatif ( $H_a$ ) menyatakan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi berpengaruh dalam pengembangan ketangguhan diri (resiliensi) atlet *eSport*.

Untuk mengetahui hipotesis tersebut diterima atau ditolak maka perlu diketahui perbedaan antara *pre-test* dan *post-test* dari kelompok eksperimen. Uji beda pada instrumen skala resiliensi atlet *eSport pre-test* dan *post-test* menggunakan *Paired Simple T Test* sebagai alat ukur statistik dengan dasar pengambilan keputusan jika nilai sig. (2-tailed) < 0,05 maka terdapat perbedaan yang signifikan, dan juga sebaliknya jika asymp sig. (2-tailed) > 0,05 maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan.<sup>2</sup> Peneliti menggunakan uji *Paired Simple T Test* untuk mengetahui apakah hasil tersebut mengalami adanya perbedaan rata-rata dua sampel *pre-test* dan *post-test*. Hasil dari uji beda *pre-test* dan *post-test*, sebagai berikut:

**Tabel 4.6**  
**Hasil Uji Normalitas *Pre-test* dan *Post-test***  
**Paired Samples Correlations *T Test***

Levene's Test for Equality of Variances		Independent Samples Test						
		t-test for Equality of Means						
F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
							Lower	Upper
2,293	,135	2,331	58	,023	7,83333	3,36072	1,10612	14,56055

Dasar pertimbangan dalam uji t melalui perbandingan nilai sig. yaitu jika sig. < 0,05 maka dikatakan signifikan (berpengaruh), sebaliknya jika

<sup>2</sup> Husaini Usman dan Purnomo, *Pengantar Statistik*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2000), h. 322



sig.t > 0,05 maka dikatakan tidak signifikan (tidak berpengaruh). Mengacu tabel diatas dari hasil uji t sig. sebesar  $0,023 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini  $H_a$  diterima, yaitu bimbingan kelompok teknik permainan simulasi berpengaruh dalam engembangan ketangguhan diri (resiliensi) atlet *eSport*.

## C. Pembahasan

### 1. Ketangguhan Diri (Resiliensi) Atlet *eSport*

Ketangguhan diri yang dimiliki atlet *eSport* seperti kemampuan dasar yang diungkapkan oleh Reivich & Shatte ada tujuh faktor pembentuk resiliensi individu meliputi *emotion regulation, impuls control, optimism, causal analysis, emphaty, selfefficacy* dan *reaching out*.<sup>3</sup> Ketangguhan diri ini sebenarnya sudah dimiliki oleh setiap individu namun kadang belum dapat tergali dengan maksimal dalam kata lain harus ada yang memicu untuk dapat mengembangkan ketangguhan yang dimiliki. Ketangguhan diri dikembangkan melalui latihan dan bimbingan dari pelatih maupun konselor supaya atlet dapat memahami kelebihan dan kelemahan mereka, mencari startegi yang pas untuk tim dan mampu berkoordinasi antar rekan satu tim.

Berikut ini adalah ketangguhan diri yang dimiliki atlet *eSport* yaitu sebagai berikut:

- a. Dapat menentukan cara yang paling efektif untuk menghindari lawan dan jebakan yang dibuat oleh lawan.

---

<sup>3</sup> Wien Hendriani, *Resiliensi Psikologis: Sebuah Pengantar*, (Jakarta: Prenada Media, 2018) h. 51-56

- b. Menekankan koordinasi yang tepat dari proses visual dan motorik untuk mendeteksi dan bereaksi terhadap lawan ataupun tim
- c. Mengetahui kemampuan karakter untuk secara strategis memilih rencana pertandingan yang sesuai dengan kondisi pertandingan.
- d. Mengetahui pola pergerakan yang sangat terkoordinasi yang memungkinkan mereka mempertahankan kontrol karakter mereka yang sangat tepat saat mereka bergerak di dunia virtual.
- e. Dapat melakukan banyak tugas, termasuk menyerang dan bertahan melawan musuh.
- f. Kemampuan dalam berpikir strategis, dan sistematis berdampak pada umpan balik yang motivasi diri.

## 2. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Simulasi dalam Mengembangkan Ketangguhan Diri (Resiliensi) Atlet *eSport*

Berdasarkan uji hipotesis hasil uji t layanan bimbingan kelompok teknik simulasi berpengaruh dalam pengembangan ketangguhan diri (resiliensi) atlet *eSport* dengan sig. sebesar  $0,023 < 0,05$ . Berdasarkan rekapitulasi hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik simulasi memberikan suatu pengaruh yang signifikan dalam pengembangan ketangguhan diri (resiliensi) atlet *eSport* dengan melihat perbedaan hasil *post-test* dan *pre-test*.

**Tabel 4.7**

**Tabel Skor *Pretest* dan *Post Test***

Responden	Skor <i>Pre Test</i>	Skor <i>Post Test</i>	Keterangan
AGN	127	150	Berkembang
AGS	150	162	Berkembang

AKA	164	166	Berkembang
ANW	152	151	Turun
BNW	137	161	Berkembang
BS	157	157	Tetap
BSA	168	170	Berkembang
BW	159	160	Berkembang
DK	137	144	Berkembang
DW	158	158	Berkembang
FMA	179	179	Tetap
GAF	158	164	Berkembang
IS	166	172	Berkembang
JAD	145	145	Tetap
KDP	124	141	Berkembang
KR	144	161	Berkembang
MAF	147	163	Berkembang
MK	140	164	Berkembang
MN	168	178	Berkembang
MS	131	150	Berkembang
MSH	132	164	Berkembang
NN	163	163	Berkembang
RNHP	146	146	Tetap
SM	161	161	Tetap
SN	188	188	Tetap
SS	145	155	Berkembang
TYR	148	145	Berkembang
WRN	150	161	Berkembang
YEB	155	155	Tetap

Berdasarkan tabel di atas serta analisis proses pelaksanaan eksperimen membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi program secara efektif dapat meningkatkan resiliensi atlet eSport. Indikasi keberhasilan proses pelaksanaan layanan dapat dilihat dari peran yang dilaksanakan oleh peneliti (pemberi layanan) dan atlet eSport sebagai anggota kelompok pada setiap tahapan. Pada setiap tahapan tersebut peneliti dan atlet eSport telah mengoptimalkan peranannya di dalam kegiatan kelompok. Secara kuantitatif (hasil) pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik permainan peran dibuktikan dari hasil skala resiliensi yang menunjukkan adanya

perkembangan dari hasil *pre test* ke *post test* pada skor total resiliensi. Pada skor awal (*pretest*) dan skor akhir (*post test*) terdapat 1 atlet yang masuk dalam kategori penurunan perkembangan, 7 atlet masuk kategori tetap, dan 22 atlet masuk kategori berkembang. Dengan hasil diatas membuktikan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik permainan simulasi berpengaruh dalam mengembangkan ketangguhan diri atlet eSport.

Selama proses bimbingan kelompok teknik permainan simulasi berlangsung, ada beberapa hal yang bisa peneliti amati secara langsung dilihat dari aspek resiliensi, yaitu pada pertemuan pertama, masing-masing anggota kelompok belum saling memahami dengan anggota kelompoknya dan masih belum dapat mengungkapkan kegelisahannya, walaupun telah diberitahu pemimpin kelompok bahwa layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi ini bersifat rahasia dan tidak akan ada orang yang tahu kecuali teman kelompok tersebut. Hal ini menandai bahwa mereka belum memiliki *reaching out* dalam dirinya, yaitu belum bersedia berbagi cerita dengan teman lain, menjalin hubungan baik dengan anggota kelompok lain, dan meminta bantuan teman lain untuk menyelesaikan permasalahannya. Menurut Hendriani, individu yang memiliki kemampuan *reaching out*, maka tidak akan ragu untuk meminta dukungan dan bantuan dari orang lain.<sup>4</sup> Atlet yang memiliki resiliensi tinggi adalah atlet yang memiliki dukungan sosial yang tinggi

---

<sup>4</sup> Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologis: Sebuah Pengantar*, (Jakarta: Prenada Media, 2018) h. 35-35

pula. Begitupun sebaliknya, atlet yang memiliki resiliensi rendah mendapatkan dukungan sosial rendah.

Anggota kelompok sebagian besar masih belum dapat mengendalikan regulasi emosi mereka. Atlet belum bisa mengendalikan perasaan sedih atau kecewa dalam proses mereka melaksanakan permainan simulasi. Beberapa anggota kelompok masih belum dapat mengontrol emosi sehingga raut muka gelisah, kecewa, sedih, cemas dan khawatir sangat terlihat dari pengamatan pemimpin kelompok. Ketidakmampuan tersebut mengindikasikan bahwa anggota kelompok belum sepenuhnya dapat meregulasi emosi dengan baik. Siabert menjelaskan bahwa individu yang resilien, saat mengalami gangguan hidup atau permasalahan dalam kehidupan sehari-hari datang, mereka menangani perasaan mereka dengan sehat.<sup>5</sup> Rasa marah, sedih, terluka, kehilangan dan kebingungan saat terluka mereka membiarkan rasa itu, tetapi tidak membiarkannya untuk jadi perasaan yang permanen. Hasil yang tidak terduga, bahwa mereka tidak hanya bisa menyembuhkan, tetapi mereka bisa bangkit kembali setelah mengalami kesulitan. Widuri dalam penelitiannya menjelaskan bahwa adanya hubungan yang positif antara regulasi emosi dan resiliensi. Semakin tinggi regulasi emosi, maka akan semakin tinggi resiliensi, begitupun sebaliknya.<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup> Novi Rizani Khomsah, Heru Mugiarto, Kusnarto Kurniawan, Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa, *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application* Vol. 07 No. 02 Tahun 2018, h. 51

<sup>6</sup> *Ibid.*

Selain dari regulasi emosi, para anggota kelompok juga belum bisa melakukan analisis sebab akibat dalam menyelesaikan masalah. Dalam proses bimbingan kelompok memang dituntut untuk memberikan solusi alternatif pada konseli atau anggota kelompok yang masalahnya sedang dibahas, sehingga permasalahannya bisa teratasi. Tetapi dalam hal ini berbeda, ketika salah satu anggota kelompok menyampaikan permasalahannya, ada beberapa anggota lain yang langsung menawarkan solusi alternatif dan tidak mencari tahu apa yang menyebabkan permasalahannya itu muncul. Hal ini juga tidak sesuai dengan proses layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi, dimana masing-masing anggota kelompok sebaiknya mencari tahu dahulu apa yang menjadi penyebab terjadinya masalah, faktor apa saja yang mempengaruhi, dan kemudian baru dicarikan penyelesaian atau solusi alternatif yang bisa dipakai oleh konseli. Reivich menjelaskan bahwa individu yang resilien memandang masalah secara positif dengan cara yang sehat dan produktif sehingga memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi penyebab masalah secara akurat, tidak langsung mencari solusi dalam setiap permasalahan.<sup>7</sup>

Fenomena lain yang peneliti temukan selama proses bimbingan kelompok bahwa kebanyakan atlet merasa dirinya tidak bisa memenangkan pertandingan tanpa adanya arahan dari rekan satu tim. Arahan dari rekan satu tim memang dibutuhkan namun bila terus dilakukan itu akan menjadikan beban tim tersebut sehingga akan merasa

---

<sup>7</sup> Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologis...* h. 25

direpotkan. Belum lagi banyak atlet yang mudah patah semangat ketika kekalahan menimpa, sehingga membuat permainan akan cenderung tidak terkontrol. Inilah yang menjadi penghalang sehingga atlet menggantungkan dirinya pada orang lain untuk menyelesaikan masalah yang dimilikinya, membuat dirinya menjadi pribadi yang bergantung pada orang lain, dan tidak memiliki keyakinan akan kemampuan yang dimilikinya. Dalam Hendriani menjelaskan bahwa seseorang mempresentasikan keyakinan bahwa dirinya dapat memecahkan masalah yang dialami dengan efektif dan memiliki keyakinan akan kemampuan untuk mencapai kesuksesan. Efikasi diri merupakan hal yang sangat penting untuk mencapai resiliensi.<sup>8</sup>

Berdasarkan d'Haenas, dkk atlet yang resilien mampu menghadapi pengalaman negatif dalam aktivitas *online*.<sup>9</sup> Lingkungan juga berpengaruh terhadap resiliensi, suasana tim kondusif akan membantu atlet dapat bermain dengan sungguh-sungguh, sehingga dapat menyelesaikan pertandingan dengan baik. Hal ini akan membuat atlet mampu untuk megembangkan resiliensinya dengan baik. Dalam penelitian ini bertujuan untuk melihat seberapa efektif bimbingan kelompok teknik permainan simulasi dalam mengembangkan resiliensi atlet. Sehingga atlet belum berkembang resiliensi dalam dirinya, agar dapat mengembangkan resiliensi yang telah dimiliki. Sedangkan atlet yang sudah memiliki kemampuan resiliensi yang baik dapat

---

<sup>8</sup> *Ibid.*, h. 55

<sup>9</sup> *Ibid.*, h. 73

mempertahankan atau lebih mengerti dan lebih berkembang lagi, dan atlet yang masih memiliki resiliensi sedang, dapat dikembangkan menjadi lebih baik lagi.

Dengan perkembangan resiliensi yang telah dicapai oleh atlet, maka sesuai dengan salah satu tujuan dari bimbingan kelompok yang dikemukakan Tatiek Romlah bimbingan kelompok yang lain yaitu memberikan konseli kesempatan untuk belajar hal-hal baru yang berkaitan dengan pendidikan, karier, pemahaman pribadi dan sosial, memberikan konseli layanan sebagai sarana penyembuhan melalui dinamika kelompok, bimbingan kelompok lebih ekonomis dan hemat waktu.<sup>10</sup> Winkel & Hastuti berpendapat bahwa bimbingan kelompok dapat menunjang perkembangan pribadi dan perkembangan sosial masing-masing individu dalam kelompok, serta meningkatkan mutu kerja sama dalam kelompok dengan tujuan yang bermakna bagi para partisipan untuk meningkatkan resiliensi seseorang.<sup>11</sup>

Dari ketujuh indikator resiliensi indikator yang memiliki peningkatan tertinggi yaitu pengendalian impuls dan termasuk dalam kategori tinggi. Sedangkan indikator yang mengalami peningkatan terendah yaitu empati dan termasuk dalam kategori sangat tinggi. Dari setiap anggota kelompok mengalami peningkatan resiliensi setelah diberi layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi, walaupun tidak terlalu tinggi. Hal ini disebabkan bahwa adanya faktor yang

---

<sup>10</sup> Tatiek Romlah, *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*, (Malang: Universitas Negeri Malang, 2001) h. 14

<sup>11</sup> Akhmad Rizkhi Ridhani, *Bimbingan Kelompok Religius: Pendekatan Alternatif Membentuk Karakter Anak Islami*, (Kalimantan: LP2M Uniska MAAB 2017) h. 28



mempengaruhi resiliensi. Faktor yang mempengaruhi resiliensi tidak hanya dari dalam diri individu, tetapi dari luar individu juga. Gotberg menjelaskan faktor yang mempengaruhi resiliensi seseorang, yaitu *I have* (faktor bantuan dan sumber dari luar individu), *I am* (faktor kekuatan yang berasal dari dalam diri individu), dan *I can* (faktor yang berasal dari kompensasi dan interpersonal seseorang).<sup>12</sup> Berdasarkan hal tersebut, memang tidak hanya dari dalam diri individu untuk mengembangkan resiliensi, tetapi memang ada faktor lain yang mampu mengembangkan resiliensi seseorang.

Resiliensi atlet sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok termasuk dalam kategori rendah. Setelah diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik permainan simulasi rata-rata ada perkembangan resiliensi dalam diri atlet. Dari hasil tersebut dapat dilihat bahwa setelah diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik permainan simulasi skornya lebih tinggi dari pada sebelum diberikan perlakuan. Pemberian layanan bimbingan secara kelompok dengan teknik permainan simulasi kepada atlet efektif untuk mengembangkan resiliensi atlet *eSport*. Pada tabel 4.7 terlihat bahwa adanya pengaruh dari layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi untuk mengembangkan resiliensi atlet *eSport*. Dengan demikian membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi dapat mempengaruhi resiliensi seseorang untuk dapat merintis karir atlet ke depan. Atlet yang resilien saat mengalami permasalahan dalam

---

<sup>12</sup> Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologis*,... h. 46-47

kehidupan baik saat ini atau mendatang, mereka mampu menangani perasaan dengan sehat dan mampu memecahkannya dengan sehat.

#### **D. Keterbatasan Penelitian**

Pelaksanaan penelitian telah diupayakan dan dilaksanakan sesuai dengan prosedur ilmiah, namun masih terdapat keterbatasan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Teknik yang digunakan untuk mengembangkan resiliensi atlet *eSport* dalam penelitian ini hanya menggunakan bimbingan kelompok teknik permainan sedangkan masih banyak teknik lain yang digunakan untuk mengembangkan resiliensi atlet *eSport*
2. Adanya keterbatasan penelitian dengan menggunakan kuesioner yaitu terkadang jawaban yang diberikan oleh sampel belum dapat menunjukkan keadaan yang sesungguhnya.
3. Buku pedoman eksperimen yang menjadi acuan untuk pemberian *treatment* untuk mengembangkan resiliensi atlet *eSport* masih perlu adanya perubahan-perubahan agar dapat digunakan untuk mengembangkan resiliensi yang lebih optimal.