

# Pemetaan profil psikologis atlet Nusantara Petanque Club Kediri sebagai dasar pengembangan program pembinaan mental

**Moch. Yunus<sup>1\*</sup>, Sapto Adi<sup>2</sup>, Abdian Asgi Sukmana<sup>3</sup>, Ulma Erdilanita<sup>4</sup>**

<sup>1</sup> Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, East Java 65145, Indonesia

<sup>2</sup> Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, East Java 65145, Indonesia

<sup>3</sup> Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Jl. KH. Achmad Dahlan No. 76, Kota Kediri, 64112, Indonesia

<sup>4</sup> Program Studi Pendidikan Olahraga, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia, Jl. Khp Hasan Mustopa No.200, Padasuka, Kec. Cibeunying Kidul, Kota Bandung, Jawa Barat, 40125, Indonesia

\*Corresponding author: [moch.yunus.fk@um.ac.id](mailto:moch.yunus.fk@um.ac.id)

## INFO ARTIKEL

Diajukan: 2025-10-26  
Direvisi: 2025-11-14  
Diterima: 2025-11-21  
Diterbitkan: 2025-11-22

### Keywords

Petanque; psychological profile; athlete; community service; mental training.

## ABSTRACT

*This community service activity was motivated by a problem faced by the Nusantara Petanque Club Kediri, namely the lack of comprehensive mapping of athletes' psychological profiles as a basis for developing mental training programs. This situation has led coaches to continue relying on general approaches that fail to address the psychological needs of individual athletes. This activity aims to map the psychological profiles of Petanque athletes, covering six main components, namely concentration, resilience, self-efficacy, mental toughness, anxiety, and decision-making, as a first step in strengthening the mental capacity of athletes. The community service was conducted on October 25, 2025, at the Nusantara Petanque Club Kediri training facility, involving 14 active athletes. The implementation method employed a survey-based community service approach, involving the stages of coordination, socialization, completion of standardized psychological instruments, and quantitative descriptive data analysis using frequency distribution. The results of the study indicate that mental toughness, self-efficacy, and resilience fall into the high category, while decision-making tends to be moderate, and concentration is relatively low. These findings confirm that Petanque athletes' mental preparedness is quite strong, but there is a need to improve their ability to focus and make decisions under pressure. This activity contributes to providing an empirical basis for coaches to develop more specific, measurable, and sustainable psychological training programs.*

### Kata Kunci

Petanque; profil psikologis; atlet; layanan masyarakat; pelatihan mental.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilatarbelakangi oleh permasalahan yang dihadapi Nusantara Petanque Club Kediri, yaitu belum adanya pemetaan komprehensif mengenai profil psikologis atlet sebagai dasar penyusunan program pembinaan mental. Kondisi tersebut menyebabkan pelatih masih mengandalkan pendekatan umum yang belum menyesuaikan kebutuhan psikologis individu atlet. Kegiatan ini bertujuan untuk memetakan profil psikologis atlet Petanque yang mencakup enam komponen utama, yaitu konsentrasi, resiliensi, self-efficacy, mental toughness, anxiety, dan decision-making, sebagai langkah awal penguatan kapasitas mental atlet. Pengabdian dilaksanakan pada tanggal 25 Oktober 2025 di lokasi latihan Nusantara Petanque Club Kediri dengan melibatkan 14 atlet aktif. Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan survey-based community service, melalui tahapan koordinasi, sosialisasi, pengisian instrumen psikologis terstandar, serta analisis data secara deskriptif kuantitatif menggunakan distribusi frekuensi. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa aspek mental toughness, self-efficacy, dan resiliensi berada pada kategori tinggi, sedangkan decision-making cenderung sedang dan konsentrasi relatif rendah. Temuan ini menegaskan bahwa kesiapan mental atlet Petanque cukup kuat, namun perlu peningkatan kemampuan fokus dan pengambilan keputusan di bawah tekanan. Kegiatan ini berkontribusi dalam memberikan dasar empiris bagi pelatih untuk menyusun program pembinaan psikologis yang lebih spesifik, terukur, dan berkelanjutan.

Copyright © 2025, Yunus et al.  
This is an open access article under the CC-BY-SA license



**Cara mengutip:** Yunus, M., Adi, S., Sukmana, A. A., & Erdilanita, U. (2025). Pemetaan profil psikologis atlet Nusantara Petanque Club Kediri sebagai dasar pengembangan program pembinaan mental. *DARMABAKTI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(1), 20-28. <https://doi.org/10.56003/darmabakti.v2i1.658>

## PENDAHULUAN

Nusantara Petanque Club Kediri merupakan salah satu komunitas olahraga yang aktif melakukan pembinaan atlet di cabang olahraga Petanque. Sebagai cabang olahraga yang menuntut presisi, keseimbangan emosi, serta kemampuan fokus tinggi, keberhasilan atlet Petanque tidak hanya bergantung pada aspek teknik dan fisik (Hanief et al., 2019; Nurfatoni & Hanief, 2020; Pratama et al., 2024), tetapi juga sangat dipengaruhi oleh faktor psikologis (Abdurrahman et al., 2024; Iskandar, 2024; Ratiyono et al., 2023; Shahabi kaseb et al., 2024; Wahyu Perdana et al., 2022). Berdasarkan pengamatan tim pengabdian dan komunikasi dengan pelatih, ditemukan bahwa sebagian atlet masih mengalami kesulitan dalam mempertahankan konsentrasi selama latihan dan pertandingan, serta menunjukkan variasi kemampuan dalam menghadapi tekanan kompetitif. Permasalahan ini menjadi penting karena aspek psikologis yang tidak optimal dapat berdampak langsung terhadap performa, konsistensi, dan kepercayaan diri atlet di lapangan (Abdurrahman et al., 2024; Iskandar, 2024; Shahabi kaseb et al., 2024).

Nusantara Petanque Club Kediri memiliki rekam jejak prestasi yang konsisten dan membanggakan di tingkat regional maupun nasional. Merujuk pada hasil studi Wahyu et al. (2020) diketahui Nusantara Petanque Club Kediri memiliki segudang prestasi yang membanggakan. Pada ajang POMNAS Makassar 2017, klub ini berhasil meraih medali perunggu pada nomor Triple Mix melalui atlet Rendi, Widodo, dan Mudhalifah. Pada KEJURDA Banyuwangi 2017, para atletnya memperlihatkan dominasi yang kuat dengan torehan medali emas di nomor *Shooting Man* (Agus) dan *Single Woman* (Mudhalifah), medali perak di *Shooting Woman*, serta perunggu pada Double Woman. Prestasi tersebut berlanjut pada KEJURPROV Probolinggo 2018 dengan raihan emas di nomor Double Mix, perak pada Double Woman, dan perunggu Double Man. Klub ini juga menunjukkan kualitas pembinaan atlet muda melalui kemenangan emas di nomor Double Man Junior pada KEJURNAS Junior Jakarta 2018. Pada PORPROV Jawa Timur 2019, atlet-atlet Nusantara Petanque Club Kediri kembali menegaskan kapasitas kompetitif mereka dengan meraih dua emas pada nomor *Shooting Man* dan Double Woman, serta dua medali perak pada *Shooting Woman* dan Double Man. Prestasi tersebut dilengkapi dengan perolehan medali perak pada Triple Mix dan perunggu pada Triple Man di POMNAS 2019. Rangkaian pencapaian ini menunjukkan bahwa klub memiliki fondasi pembinaan yang kuat, baik dari segi teknik maupun kesiapan mental, sehingga mampu bersaing dan tampil konsisten di berbagai level kompetisi.

Permasalahan utama yang dihadapi oleh klub adalah belum adanya pemetaan yang jelas mengenai profil psikologis para atlet. Pelatih selama ini lebih menitikberatkan pada pembinaan fisik dan teknik lempar, tanpa data objektif mengenai kondisi mental, seperti tingkat konsentrasi, resiliensi, atau kecemasan atlet. Kondisi ini menyebabkan pendekatan pembinaan yang digunakan masih bersifat umum dan belum berbasis kebutuhan psikologis masing-masing atlet. Padahal, Petanque sebagai olahraga berbasis ketepatan dan strategi sangat membutuhkan ketenangan dan stabilitas psikologis yang tinggi dalam setiap situasi kompetisi.

Urgensi permasalahan ini semakin tinggi mengingat minimnya referensi ilmiah maupun kegiatan pengabdian yang mengkaji aspek psikologis atlet Petanque di Indonesia. Beberapa studi tentang aspek psikologis telah dilakukan seperti kecemasan (Iskandar, 2024; Ratiyono et al., 2023), maupun kepercayaan diri (Widya Putri et al., 2024). Namun, belum ada studi yang melaporkan aspek konsentrasi, resiliensi, *mental toughness*, dan pengambilan keputusan (*decision-making*). Akibatnya, komunitas Petanque belum memiliki panduan empiris untuk mengidentifikasi dan mengembangkan potensi psikologis atlet secara sistematis. Kesenjangan data ini menjadi tantangan bagi klub-klub daerah seperti Nusantara Petanque Club Kediri, yang sedang berupaya meningkatkan performa atlet menuju level kompetisi nasional.

Sebagai solusi atas permasalahan tersebut, tim pengabdian dari perguruan tinggi melakukan kegiatan pemetaan profil psikologis atlet Nusantara Petanque Club Kediri melalui pendekatan survei terstruktur. Kegiatan ini berfokus pada enam komponen psikologis yang berperan penting dalam performa olahraga, yaitu konsentrasi, resiliensi, *self-efficacy*, *mental toughness*, *anxiety*, dan *decision-making*. Data diperoleh melalui pengisian instrumen psikologis yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya, dan hasilnya dianalisis secara deskriptif untuk memberikan gambaran menyeluruh tentang kekuatan dan kelemahan psikologis para atlet.

Pendekatan yang dilakukan dalam kegiatan ini memiliki unsur kebaruan (*novelty*) dibandingkan kegiatan pengabdian serupa yang telah terpublikasi di berbagai jurnal (Nurhidayat et al., 2021; Panjiantariksa et al., 2025; Permadi & Lubis, 2021; Triprayogo et al., 2022). Sebagian besar kegiatan pengabdian bidang olahraga selama ini berfokus pada pelatihan teknik, kebugaran jasmani, atau manajemen klub. Kegiatan ini berbeda karena menempatkan aspek psikologis sebagai titik sentral penguatan kapasitas atlet, sekaligus mengintegrasikan hasil survei ilmiah sebagai dasar perencanaan

pembinaan mental yang lebih terukur. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya bersifat edukatif, tetapi juga berkontribusi pada pengembangan model evidence-based mental profiling dalam konteks pengabdian olahraga.

Kegiatan pemetaan profil psikologis atlet Nusantara Petanque Club Kediri selaras dengan Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs), khususnya SDG 3 *Good Health and Well-being* melalui upaya peningkatan kesehatan mental serta kesejahteraan psikologis atlet, dan SDG 4 *Quality Education* karena kegiatan ini menyediakan proses pembelajaran berbasis data yang mendorong praktik pembinaan yang lebih ilmiah dan tepat sasaran. Melalui pemetaan aspek konsentrasi, resiliensi, *self-efficacy*, *mental toughness*, kecemasan, dan pengambilan keputusan, mitra memperoleh manfaat konkret berupa dasar empiris untuk merancang program latihan mental yang lebih terukur, efektif, dan berkelanjutan. Data ini membantu pelatih mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan psikologis atlet secara objektif sehingga program pembinaan dapat disesuaikan dengan kebutuhan individu, meningkatkan fokus, ketenangan, serta konsistensi performa, yang pada akhirnya memperkuat kesiapan kompetitif klub secara keseluruhan.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 25 Oktober 2025 di lokasi latihan Atlet Nusantara Petanque Club Kediri. Peserta kegiatan berjumlah 14 atlet aktif yang tergabung dalam Nusantara Petanque Club Kediri dengan jumlah laki-laki 5 atlet dan perempuan 9 atlet (usia  $17,7 \pm 15,5$ ) dengan rata-rata pengalaman berlatih selama 5,71 tahun. Kegiatan ini dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan *survey-based community service*, yaitu pengabdian berbasis survei yang bertujuan untuk memetakan profil psikologis atlet sebagai dasar pengembangan program pembinaan mental olahraga.

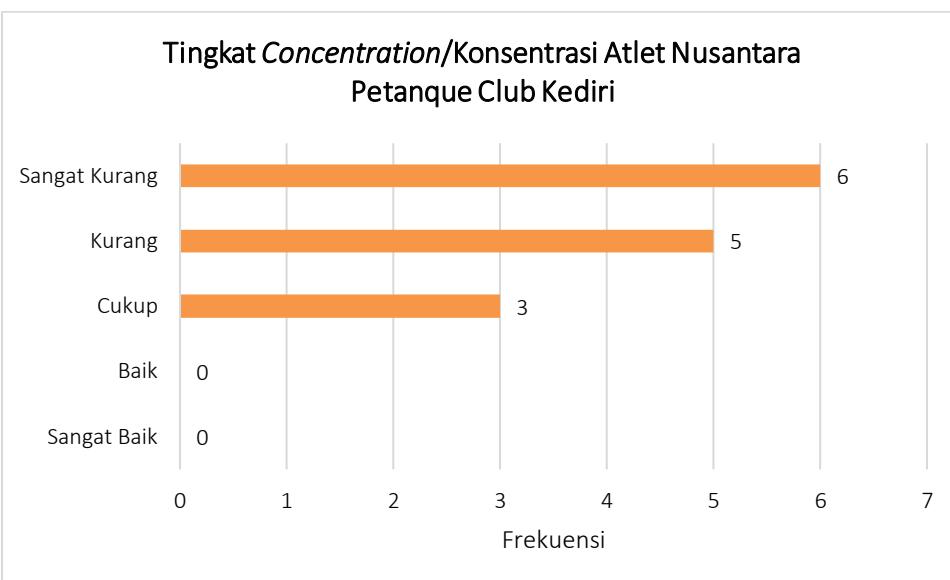
Tahapan pelaksanaan kegiatan meliputi empat tahap utama. Pertama, dilakukan koordinasi dan perizinan dengan pengurus klub serta penyusunan jadwal kegiatan. Kedua, tahap sosialisasi tujuan dan manfaat kegiatan kepada para atlet untuk memastikan partisipasi yang sadar dan sukarela. Ketiga, tahap pengisian instrumen psikologis, di mana seluruh atlet diminta untuk mengisi sejumlah kuesioner yang mengukur enam komponen variabel psikologis, yaitu konsentrasi, resiliensi, *self-efficacy*, *mental toughness*, *anxiety*, dan *decision-making*. Keempat, tahap analisis dan penyampaian hasil, di mana data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif dan hasilnya dikomunikasikan kembali kepada pengurus klub sebagai bahan refleksi dan pengembangan pembinaan atlet.

Instrumen yang digunakan dalam kegiatan ini terdiri atas beberapa alat ukur psikologis yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Konsentrasi diukur menggunakan *Concentration Grid Test (CGT)*. Resiliensi diukur menggunakan *Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)* yang disusun oleh [Connor & Davidson \(2003\)](#) dan diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia merujuk pada studi [Listyandini & Akmal \(2015\)](#). *Self-Efficacy* diukur menggunakan instrumen adaptasi dari *General Self-Efficacy Scale* yang telah disesuaikan ke dalam konteks Bahasa Indonesia. *Mental Toughness* diukur dengan *Sport Mental Toughness Questionnaire (SMTQ)* yang dikembangkan oleh [Sheard et al. \(2009\)](#). *Anxiety* diukur menggunakan *Sport Anxiety Scale-2 (SAS-2)* versi Bahasa Indonesia yang diadaptasi oleh [Lestari \(2022\)](#). Sementara itu, *Decision-making* diukur menggunakan instrumen adaptasi Bahasa Indonesia yang dikembangkan dalam penelitian [Shalih \(2019\)](#), dengan nilai reliabilitas *Cronbach's Alpha*  $\geq 0,80$  yang menunjukkan kategori sangat reliabel.

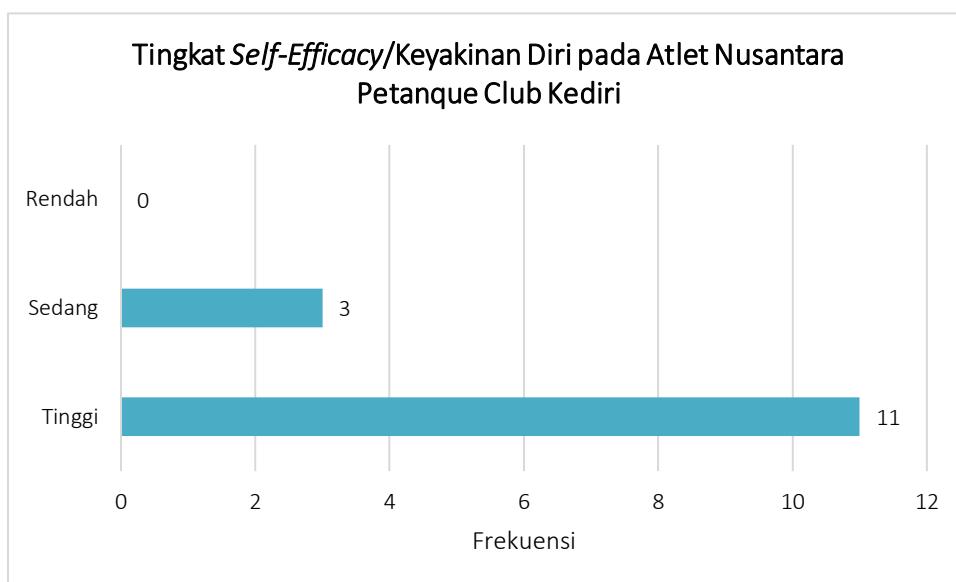
Data yang diperoleh dari hasil pengisian instrumen kemudian dianalisis secara deskriptif kuantitatif menggunakan analisis distribusi frekuensi. Hasil analisis disajikan dalam bentuk persentase dan kategori skor (rendah, sedang, tinggi) untuk setiap variabel psikologis. Pendekatan ini memungkinkan peneliti dan pihak klub memperoleh gambaran umum tentang profil psikologis atlet Nusantara Petanque Club Kediri, yang selanjutnya dapat menjadi dasar penyusunan program penguatan mental dan peningkatan performa kompetitif atlet.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil survei terhadap 14 atlet Nusantara Petanque Club Kediri ([Gambar 7](#)), diperoleh gambaran umum mengenai profil psikologis yang mencakup enam komponen utama, yaitu konsentrasi, resiliensi, *self-efficacy*, *mental toughness*, *anxiety*, dan *decision-making*. Pada aspek konsentrasi ([Gambar 1](#)), hasil menunjukkan bahwa sebagian besar atlet berada pada kategori sangat kurang (6 orang) dan kurang (5 orang), sementara hanya 3 atlet berada pada kategori cukup. Tidak terdapat atlet yang mencapai kategori baik maupun sangat baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa tingkat kemampuan fokus dan perhatian selama aktivitas atau kompetisi masih relatif rendah di antara sebagian besar atlet.



Gambar 1. Hasil Pengukuran *Concentration*/Konsentrasi pada Nusantara Petanque Club Kediri

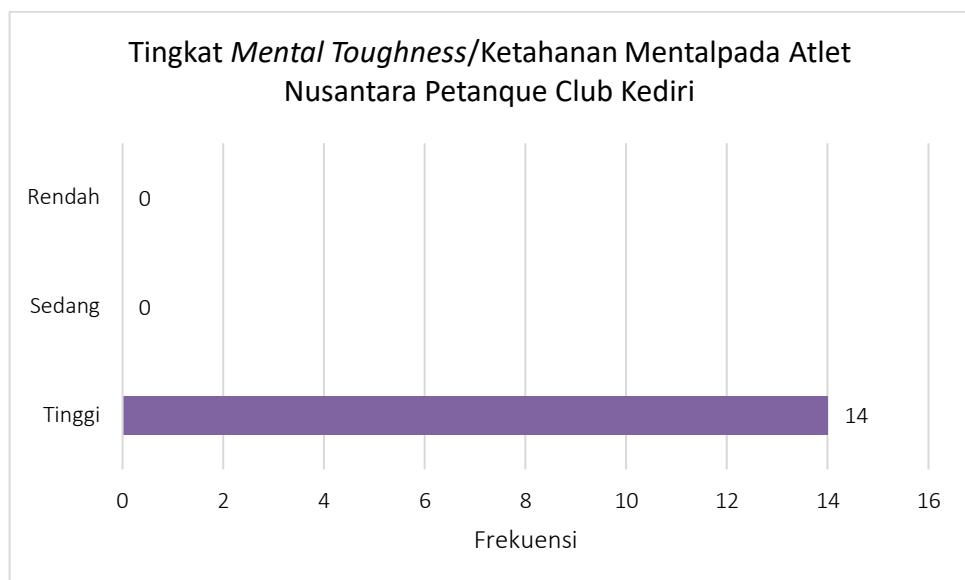


Gambar 2. Hasil Pengukuran *Self-Efficacy*/Keyakinan Diri pada Nusantara Petanque Club Kediri

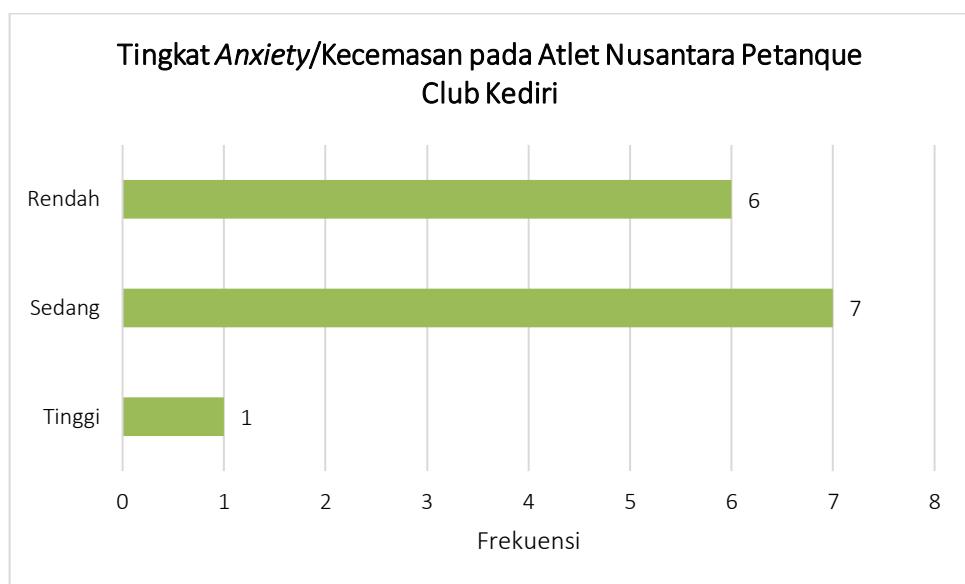
Aspek *self-efficacy* atau keyakinan diri (Gambar 2) menunjukkan kecenderungan yang positif. Sebanyak 11 atlet (78,6%) berada pada kategori tinggi dan 3 atlet (21,4%) berada pada kategori sedang, sementara tidak ada yang termasuk dalam kategori rendah. Hal ini menandakan bahwa mayoritas atlet memiliki kepercayaan diri yang baik terhadap kemampuan mereka dalam menghadapi tantangan olahraga.

Hasil pada *mental toughness* atau ketahanan mental (Gambar 3) juga memperlihatkan pola yang sangat kuat. Seluruh atlet (100%) berada pada kategori tinggi, yang berarti bahwa para atlet Petanque Nusantara cenderung memiliki kemampuan menghadapi tekanan dan tantangan kompetitif dengan stabilitas emosi dan keteguhan mental yang baik.

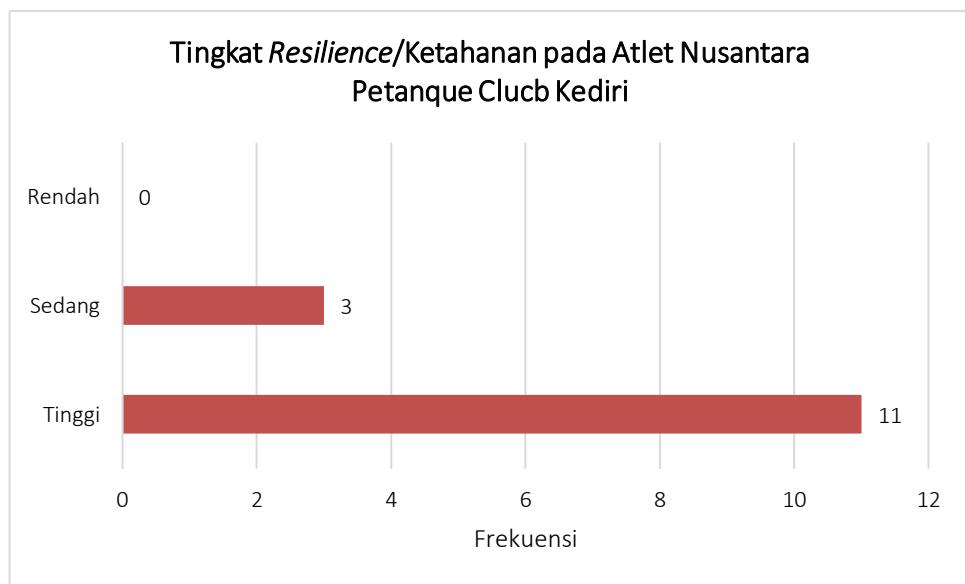
Untuk aspek *anxiety* atau kecemasan (Gambar 4), sebagian besar atlet menunjukkan tingkat kecemasan yang berada pada kategori sedang (7 orang) dan rendah (6 orang), sedangkan hanya 1 atlet yang menunjukkan tingkat kecemasan tinggi. Secara umum, hal ini menggambarkan bahwa tingkat kecemasan atlet berada pada batas yang masih dapat dikendalikan. Pada aspek resiliensi (Gambar 5), sebagian besar atlet (11 orang) tergolong dalam kategori tinggi, dan 3 atlet berada pada kategori sedang, tanpa ada yang termasuk dalam kategori rendah. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar atlet memiliki kemampuan adaptasi dan ketahanan yang baik dalam menghadapi situasi sulit atau tekanan kompetitif.



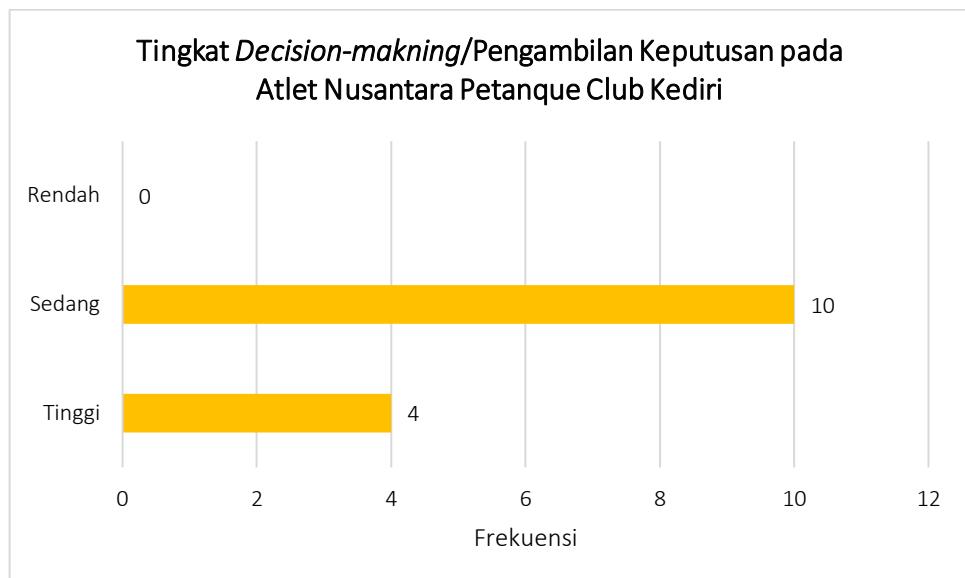
Gambar 3. Hasil Pengukuran Mental Toughness/Ketahanan Mental pada Nusantara Petanque Club Kediri



Gambar 4. Hasil Pengukuran Anxiety/Kecemasan pada Nusantara Petanque Club Kediri



Gambar 5. Hasil Pengukuran Resilience/Ketahanan pada Nusantara Petanque Club Kediri



Gambar 6. Hasil Pengukuran *Decision-making*/Pengambilan Keputusan pada Nusantara Petanque Club Kediri



Gambar 7. Pengambilan Data Aspek Psikologis pada Nusantara Petanque Club Kediri

Sementara itu, pada aspek *decision-making* atau kemampuan pengambilan keputusan (Gambar 6), sebagian besar atlet (10 orang) berada pada kategori sedang, sedangkan 4 atlet lainnya berada pada kategori tinggi. Tidak ada atlet yang tergolong dalam kategori rendah. Kondisi ini menunjukkan bahwa kemampuan pengambilan keputusan atlet secara umum berada pada tingkat cukup baik, meskipun masih terdapat ruang peningkatan terutama dalam pengambilan keputusan yang cepat dan akurat di bawah tekanan.

Secara keseluruhan, hasil survei menunjukkan bahwa profil psikologis atlet Nusantara Petanque cenderung kuat pada aspek *mental toughness*, resiliensi, dan *self-efficacy*, namun masih perlu penguatan pada aspek konsentrasi dan sebagian pada *decision-making*.

Hasil kegiatan pengabdian ini berupa peta profil psikologis atlet Petanque. Kegiatan pengabdian ini memberi manfaat bagi Nusantara Petanque Club Kediri untuk memberikan pelatihan yang tepat guna menunjang peningkatan performa atlet petanque, utamanya pada aspek psikologis. Beberapa hasil studi melaporkan bahwa latihan *imagery* dan *self-talk* juga dapat digunakan untuk meningkatkan (Wahyu Perdana et al., 2022). Nurhasan et al. 2024 dalam studi sistematisk reviunya juga melaporkan bahwa perkembangan riset pada Petanque cukup produktif, namun untuk peningkatan aspek psikologis masih minim sehingga penelitian di masa yang akan datang diharapkan banyak penelitian eksperimen yang bertujuan untuk meningkatkan konsentrasi sebab olahraga akurasi (*pointing* dan *shooting*) sangat memerlukan konsentrasi.

Pelatih dapat menyusun program latihan khusus psikologis, baik konsentrasi, resiliensi, *self-efficacy*, *mental toughness*, *anxiety*, maupun *decision-making*. Komponen itu penting bagi atlet Petanque, sebab olahraga Petanque merupakan cabang olahraga presisi yang menuntut ketepatan, konsistensi, serta pengambilan keputusan cepat dalam kondisi tekanan tinggi (Abdurrahman et al., 2024; Iskandar, 2024; Ratiyono et al., 2023; Wahyu Perdana et al., 2022). Karena karakteristik permainannya tidak bergantung pada kekuatan fisik atau kecepatan, maka faktor psikologis menjadi penentu utama performa. Sebagai tindak lanjut, contoh bentuk latihan dapat ditambahkan untuk memperjelas bagaimana setiap aspek psikologis dapat dikembangkan dalam konteks olahraga Petanque. Latihan konsentrasi dapat dilakukan melalui *concentration grid*, latihan fokus pada target lempar, atau *mindfulness breathing* sebelum sesi latihan. Resiliensi dapat diperkuat dengan *pressure training*, yaitu simulasi pertandingan dengan skenario menantang untuk melatih adaptasi terhadap tekanan. *Self-efficacy* dapat ditingkatkan melalui teknik *mastery experience* dan *positive feedback*, di mana atlet diberi target bertahap yang realistik untuk meningkatkan keyakinan diri. *Mental toughness* dapat dikembangkan dengan *visualization training* dan *controlled adversity drills* yang mengajarkan atlet tetap stabil dalam situasi sulit. Untuk mengelola *anxiety*, pelatih dapat menerapkan *relaxation techniques* seperti pernapasan diafragma, *progressive muscle relaxation*, atau praktik *self-talk* positif. Sementara itu, kemampuan *decision-making* dapat ditingkatkan melalui latihan simulasi strategi permainan, *scenario-based drills*, dan permainan situasional yang menuntut atlet memilih opsi terbaik dalam waktu singkat. Integrasi contoh-contoh latihan ini membantu memperjelas keterhubungan antara hasil pemetaan psikologis dan rekomendasi program pembinaan.

Aspek psikologis memiliki kontribusi langsung terhadap peningkatan prestasi pada olahraga Petanque (Batucan et al., 2025; Guszkowska & Wojcik, 2021; Iwuagwu et al., 2021), karena performa dalam cabang olahraga presisi sangat ditentukan oleh kemampuan atlet mengendalikan respons mentalnya selama bertanding. Konsentrasi yang baik memungkinkan atlet menjaga fokus pada target dan mengurangi kesalahan teknis saat melakukan *pointing* maupun *shooting*. Resiliensi membantu atlet tetap tenang dan cepat pulih ketika menghadapi situasi tertinggal atau kesalahan lempar. *Self-efficacy* meningkatkan keyakinan diri sehingga atlet lebih berani mengambil keputusan strategis dan mengeksekusi teknik dengan lebih stabil. *Mental toughness* memungkinkan atlet bertahan dalam kondisi tekanan tinggi, tetap konsisten, serta tidak mudah terdistraksi oleh kompetitor maupun situasi pertandingan. Pengelolaan *anxiety* sangat penting karena kecemasan yang terkontrol membuat atlet mampu mempertahankan koordinasi motorik halus yang menjadi kunci dalam olahraga akurasi. Sementara itu, kemampuan *decision-making* menentukan kualitas strategi—misalnya memilih bola, menentukan titik jatuh, atau memutuskan bermain *pointing* atau *shooting* dalam waktu cepat dan akurat. Dengan demikian, penguatan aspek-aspek psikologis ini secara langsung mendukung peningkatan ketepatan, konsistensi, dan kualitas strategi yang menjadi penentu utama prestasi atlet Petanque.

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini berhasil memetakan profil psikologis atlet Nusantara Petanque Club Kediri berdasarkan enam aspek utama, yaitu konsentrasi, resiliensi, *self-efficacy*, *mental toughness*, *anxiety*, dan *decision-making*. Hasil analisis menunjukkan bahwa kekuatan utama atlet terletak pada aspek *mental toughness*, resiliensi, dan *self-efficacy*, sedangkan aspek konsentrasi dan *decision-making* masih perlu ditingkatkan melalui latihan mental terarah. Kegiatan ini memberikan manfaat nyata bagi klub dan pelatih dalam mengenali kebutuhan psikologis atlet secara objektif, sekaligus menjadi dasar bagi perancangan program pembinaan mental yang lebih efektif. Dengan adanya data empiris ini, diharapkan pelatih dapat menyusun latihan khusus psikologis untuk meningkatkan fokus, kepercayaan diri, dan

kemampuan pengambilan keputusan, sehingga performa atlet Petanque dapat berkembang secara optimal dan berkelanjutan.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Tim pengabdi menyampaikan terima kasih kepada Universitas Negeri Malang atas dukungan dan pendanaannya sehingga pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Tidak lupa kami sampaikan terima kasih kepada mitra Nusantara Petanque Club Kediri, atas kerja sama dan masukan yang diberikan sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik.

## **REFERENSI**

- Abdurrahman, E., Nasuka, Sulaiman, Raharjo, H. P., & Setyawati, H. (2024). Analysing the Mental Imagery Training to Improve the Ability of Petanque Sport Shooting Game: Literature Review. *Physical Education Theory and Methodology*, 24(3), 474–479. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2024.3.17>
- Batucan, H. J. S., Panganiban, T. D., Rojales, F. H., Hanief, Y. N., Gabunilas, J. M. C. M., Cruz, L. A. D., ... & Lalog, R. C. N. (2025). Mediating role of sports emotions in implicit beliefs and mental toughness among athletes. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotoricity*, 11(3), 1-22. <https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.3.11863>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Guszkowska, M., & Wójcik, K. (2021). Effect of mental toughness on sporting performance: Review of studies. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 13(7), 1-12. <https://doi.org/10.29359/BJHPA.2021.Suppl.2.01>
- Hanief, Y. N., Purnomo, A., & Mardiyanto, I. (2019). Menuju Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) Jawa Timur Tahun 2019: Analisis Kondisi Fisik Cabang Olahraga Petanque. *Seminar Nasional IPTEK Olahraga "Optimalisasi Olahraga Sebagai Daya Tarik Pariwisata Yang Berkelanjutan Dan Berdaya Saing*, 1–4.
- Iskandar, T. (2024). Anxiety Analysis of Petanque Athletes from West Java. *Paradigma*, 21(1), 203–211. <https://doi.org/10.33558/paradigma.v21i1.9354>
- Iwuagwu, T. E., Umeifekwem, J. E., Igwe, S. N., Oforka, O. K., & Udeh, O. P. (2021). Profile of sport competition anxiety trait and psychological coping skills among secondary school athletes in Enugu State, South East Nigeria. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 13(7), 75-97. <https://doi.org/10.29359/BJHPA.2021.Suppl.2.08>
- Lestari, O. R. (2022). *Hubungan antara Mental Thoughtness dan Gaya Kepemimpinan Pelatih Dengan Competitive Anxiety Pada Atlet Pencak Silat*. UIN Raden Intan Lampung.
- Listyandini, R. A., & Akmal, S. A. (2015). *Hubungan antara kekuatan karakter dan resiliensi pada mahasiswa*. Prosiding Temu Ilmiah Nasional Psikologi. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Pancasila, 1–17.
- Nurfatoni, A., & Hanief, Y. N. (2020). Petanque: dapatkah koordinasi mata tangan, fleksibilitas pergelangan tangan, fleksibilitas togok dan keseimbangan memberi sumbangan pada shooting shot on the iron? *Journal of Physical Activity (JPA)*, 1(1), 10–20.
- Nurhasan, N., Al Ardha, M. A., Putra, N. S. R. P., Sukmana, A. A., Yang, C. B., Putra, K. P., Bikalawan, S. S., Bakri, M. F. A., Putro, A. B., & Irani, R. (2024). Petanque research trends and developments in the last decade: a systematic review. *Retos*, 61, 567–577. <https://doi.org/10.47197/retos.v61.109211>
- Nurhidayat, N., Sudarmanto, E., Rispratama, R., & Fathoni, G. (2021). Pelatihan dan Pendampingan Olahraga Petanque di SLBN Sukoharjo. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(6), 1135–1142. <https://doi.org/10.533625/jabdi.v1i6.536>
- Panjantariksa, Y., Setyadi, F., Irfan, M., & Wili, N. S. (2025). Strategi Manajemen Pelatihan Atlet Petanque Dalam Persiapan Untuk Minggu Olahraga Provinsi Tahun 2025. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 7(2), 233–239. <https://doi.org/10.37311/jjsc.v7i2.32818>
- Permadi, A. G., & Lubis, M. R. (2021). Pelatihan Teknik Dasar dan Sosialisasi Peraturan Permainan Olahraga Petanque Pada Pengcab Petanque Kab. Lombok Utara. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Cahaya Mandalika (Abdimandalika)*, 2(2), 301–307. <https://doi.org/10.36312/abdimandalika.v2i2.567>
- Pratama, R. S., Nurhasan, N., Hafidz, A., Wahadi, W., Kriswantoro, K., Santosa, T., Ashadi, K., Utami, T. S., Muharram, N. A., Sunanto, S., Maesaroh, S., Handayani, H. Y., & Purwoto, S. P. (2024). Analysis of the main physical condition factors in petanque. *Retos*, 60, 103–109. <https://doi.org/10.47197/retos.v60.102677>
- Ratiyono, Wenly, A. P., Pelana, R., Nasution, H. S., Akbar, Muh. A., & Ratiyono. (2023). Analysis of Anxiety Factors in Petanque UNJ Athletes in Facing the Match. *Gladi: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 14(03), 264–270. <https://doi.org/10.21009/GJIK.143.02>

- Shahabi kaseb, M., Mehranian, A., Zeidabadi, R., & Manouchehri, J. (2024). Evaluation of Mental Skills and Temperament of Skilled Petanque Athletes of Iran. *Indian Journal of YOGA Exercise & Sport Science and Physical Education*, 44–49. <https://doi.org/10.58914/ijyesspe.2024-9.1.7>
- Shalih, R. R. (2019). *Hubungan mental thoughness dengan pengambilan keputusan tendangan pinalti pada pemain sepak bola Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang*. Universitas Negeri Malang.
- Sheard, M., Golby, J., & Van Wersch, A. (2009). Progress toward construct validation of the Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ). *European Journal of Psychological Assessment*, 25(3), 186–193.
- Triprayogo, R., Zubaida, I., & Aqobah, Q. J. (2022). Sosialisasi Cabang Olahraga Petanque Pada Guru SMA Di Kota Serang. *Jurnal Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 1(2), 70–75. <https://jurnalmpci.com/index.php/jppmi/article/view/26>
- Wahyu Perdana, S., Rahayuni, K., Taufik, T., & Supriyatna, S. (2022). Development Of Imagery And Self-Talk Exercises To Improve The Shooting Game Ability Of Nusantara Petanque Club Athletes. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 8(3), 86–99. [https://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v8i3.18810](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v8i3.18810)
- Widya Putri, M., Panggraita, G. N., Proboyeekti, D., Shidiq, A. A. P., Wahyu Utomo, A., Rozi, F., Agafian Dhuha, A., Sembaba Tarigan, B., & Setiawan, E. (2024). The Relationship Between Self-Confidence and Anxiety of Petanque Athletes in Facing Matches in Central Java. *International Journal of Disabilities Sports and Health Sciences*, 7(6), 1313–1321. <https://doi.org/10.33438/ijdshs.1525377>