

## Table Of Content

<b>Journal Cover</b>	2
<b>Author[s] Statement</b>	3
<b>Editorial Team</b>	4
<b>Article information</b>	5
Check this article update (crossmark)	5
Check this article impact	5
Cite this article	5
<b>Title page</b>	6
Article Title	6
Author information	6
Abstract	6
<b>Article content</b>	7

**ISSN (ONLINE) 2598-9936**



**INDONESIAN JOURNAL OF INNOVATION STUDIES**  
PUBLISHED BY  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SIDOARJO

## Originality Statement

The author[s] declare that this article is their own work and to the best of their knowledge it contains no materials previously published or written by another person, or substantial proportions of material which have been accepted for the published of any other published materials, except where due acknowledgement is made in the article. Any contribution made to the research by others, with whom author[s] have work, is explicitly acknowledged in the article.

## Conflict of Interest Statement

The author[s] declare that this article was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.

## Copyright Statement

Copyright © Author(s). This article is published under the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0) licence. Anyone may reproduce, distribute, translate and create derivative works of this article (for both commercial and non-commercial purposes), subject to full attribution to the original publication and authors. The full terms of this licence may be seen at <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/legalcode>

## EDITORIAL TEAM

### Editor in Chief

Dr. Hindarto, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

### Managing Editor

Mochammad Tanzil Multazam, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

### Editors

Fika Megawati, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Mahardika Darmawan Kusuma Wardana, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Wiwit Wahyu Wijayanti, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Farkhod Abdurakhmonov, Silk Road International Tourism University, Uzbekistan

Bobur Sobirov, Samarkand Institute of Economics and Service, Uzbekistan

Evi Rinata, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

M Faisal Amir, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Dr. Hana Catur Wahyuni, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Complete list of editorial team ([link](#))

Complete list of indexing services for this journal ([link](#))

How to submit to this journal ([link](#))

## Article information

**Check this article update (crossmark)**



**Check this article impact (\*)**



**Save this article to Mendeley**



(\*) Time for indexing process is various, depends on indexing database platform

## Adversity Quotient of Jujitsu Athletes Who Have Experienced Minor Post-Competition Injuries

### *Adversity Quotient Atlet Jujitsu yang Pernah Mengalami Cedera Ringan Pasca Pertandingan*

**Maretha Lindha, lindhamaretha80@gmail.com, (0)**

*Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia*

**Dwi Nastiti, nastitidwi19@yahoo.co.id, (1)**

*Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia*

<sup>(1)</sup> Corresponding author

#### Abstract

This research is motivated by the lack of Adversity Quotient in jujitsu athletes who have experienced minor post-match injuries where there are still many jujitsu athletes at Kemala Bhayangkari 3 Porong High School, Muhammadiyah University of Sidoarjo and Wijaya Putra University who lack the fighting power to achieve the achievements they want due to the injuries they suffered. Adversity quotient is a very important thing for an athlete to have. Adversity quotient can be influenced by several aspects, one of which is control (self-control). This type of research is a descriptive quantitative research method, this method is the right method to find out the results of this study which aims to determine the effect of the adversity quotient of athletes who have experienced minor post-match injuries. The total population in this study were 60 athletes. The sampling technique used is the Purposive Sampling Technique. Collecting data using a psychological scale with a Likert scale model. Data analysis in this study used descriptive statistical analysis assisted by the SPSS 16.0 for windows program. The results of this study indicate that the adversity quotient of male and female jujitsu athletes has different levels, male athletes have a more dominant level and in terms of aspects, aspects of control (self control) are more dominant.

Published date: 2023-01-30 00:00:00



## Pendahuluan

Atlet adalah individu yang memiliki keunikan serta bakat tersendiri yang juga memiliki kepribadian serta latar belakang kehidupan yang sangat berpengaruh pada dirinya [1] Dwiariyani, 2012. Individu yang terlibat dalam aktivitas keolahragaan dengan memiliki banyak prestasi di bidang olahraga dapat dikatakan bahwa individu itulah yang disebut dengan atlet [2] Depki, 2019. Pelatih seringkali menghadapi atlet yang sebenarnya mempunyai fisik dan daya tahan yang bagus, teknik dan kemampuan berpikir yang cepat, namun pernah mengalami cedera ringan akibat pertandingan yang pernah diikuti maupun saat latihan [3] Prisma, 2018. Kondisi kondisi seperti inilah yang kemudian bisa menyebabkan atlet memutuskan berhenti mengikuti beladiri jujitsu. Jujitsu Indonesia atau yang sering dikenal sebagai IJI (Institut Jujitsu Indonesia) merupakan salah satu cabang olahraga beladiri yang ada di negara Indonesia. Jujitsu merupakan beladiri yang berasal dari Jepang yang telah diadaptasikan berdasarkan budaya yang ada di Indonesia, sehingga beladiri ini dapat diterima oleh masyarakat Indonesia dengan mudah. Beladiri jujitsu terdiri dari berbagai macam materi yang diajarkan kepada murid - muridnya, contohnya seperti tendangan, bantingan, pukulan, kuncian, dan bahkan *self defence* (perlindungan diri) yang bisa digunakan ketika berada di jalana [4] sinaga, 2020.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa atlet adalah individu yang sudah terlatih, memiliki keunikan, serta bakat dalam cabang keolahragaan. Pelatihan jujitsu maupun pertandingannya, pasti akan ada cedera yang bisa saja dialami oleh seorang atlet, baik itu cedera ringan ataupun cedera berat, cedera di bagi menjadi 2 yaitu : cedera ringan (cedera yang tidak diikutinya kerusakan pada jaringan tubuh, misalnya kekakuan otot dan kelelahan, biasanya tidak diperlukan pengobatan yang berlebihan), dan cedera berat (cedera yang serius, dimana pada cedera ini terdapat kerusakan jaringan tubuh, misalnya seperti robeknya otot atau *ligament* maupun patah tulang, yang membutuhkan pengobatan yang serius) [5] Rima, 2019. Latihan maupun pertandingan atlet seringkali menghadapi cedera ringan seperti keseleo, lebam di area tangan dan kaki akibat saling beradu kemampuan, kadang kala juga cedera di tubuh yang diakibatkan bantingan. Kondisi kondisi seperti inilah yang kemudian bisa menyebabkan atlet memutuskan berhenti mengikuti beladiri jujitsu. *Adversity quotient* merupakan hal yang sangat penting untuk dimiliki seorang atlet [6] Utami, 2014. *Adversity quotient* (AQ) adalah suatu konsep dimana seseorang dapat bertahan dalam menghadapi kesulitan dan bagaimana seseorang merespon kesulitan dari berbagai aspek kehidupannya [7] stolz, 2000. *Adversity quotient* sendiri adalah kecerdasan yang dimiliki seseorang untuk mengatasi kesulitan dan sanggup untuk bertahan, tidak mudah menyerah dalam menghadapi setiap kesulitan. *Adversity quotient* (AQ) juga dapat pula meramalkan siapa yang akan menyerah dan siapa yang akan bertahan dalam menghadapi kesulitannya [8] Wahyu, 2018. Dengan memiliki *adversity quotient* atlet mampu berfikir secara kreatif dalam menghadapi rintangan serta menemukan cara untuk mengatasi kesulitan yang dia alami untuk mencapai keberhasilan [9] Yasinta, 2018.

## Metode Penelitian

Pada penelitian ini, menggunakan pendekatan kuantitatif dengan tipe penelitian deskriptif metode penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet jujitsu dari dojo SMA Kemala Bhayangkari 3 Porong, Universitas Wijaya Putra Surabaya dan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang berjumlah 137 atlet. Dalam penelitian ini peneliti tidak memilih semua anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel melainkan menggunakan kriteria yang telah dipilih oleh peneliti untuk digunakan sebagai sampel penelitian. Sampel penelitian ini sebanyak 60 atlet dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan menggunakan skala psikologi dengan model skala likert berupa skala *adversity quotient* yang disusun oleh peneliti sendiri. Analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif.

## Hasil dan Pembahasan

### Hasil Penelitian

Dari hasil yang didapatkan oleh peneliti mengenai skala psikologi *adversity quotient* akan dibagi menjadi 3 kategori dengan menggunakan perhitungan statistic deskriptif dengan bantuan SPSS versi 16 *for windows*. Adapun hasil dari perhitungan statistic deskriptif.

Descriptive Statistics			
	N	Mean	Std. Deviation
Adversity	60	100.80	10.634
Valid N (listwise)	60		

**Table 1.** Standar deviasi dan mean

Berdasarkan dari data pada tabel diatas, peneliti akan membagi skor dari skala psikologi *adversity*

*quotient* menjadi 3 kategori agar nantinya bisa mendapatkan gambaran dari *adversity quotient* yang sebenarnya. Adapun tabel kategori skornya.

Kategori	Norma	Skor
Tinggi	$X \geq (\text{Mean} + 1\text{SD})$	$\geq 111$
Sedang	$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \geq X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$	$90 \leq X < 111$
Rendah	$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	$< 90$

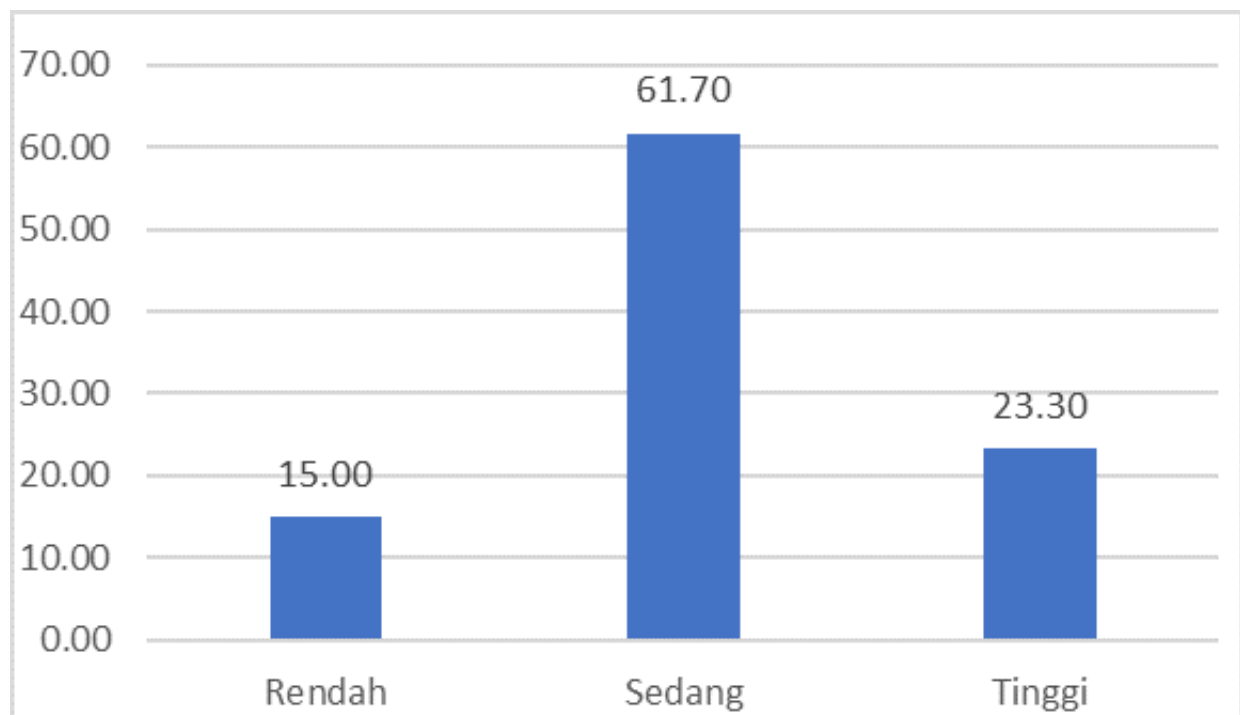
**Table 2.** Kategori skor Adversity Quotient

Perhitungan tabel diatas, maka dapat diketahui bahwa tingkat *adversity quotient* dari atlet jujitsu yang pernah mengalami cedera ringan pasca pertandingan di Sma Kemala Bhayangkari 3 Porong, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo (UMSIDA) dan Universitas Wijaya Putra Surabaya adalah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	9	15.0	15.0	15.0
	Sedang	37	61.7	61.7	76.7
	Tinggi	14	23.3	23.3	100.0
	Total	60	100.0	100.0	

**Table 3.** Frekuensi Tingkat Adversity Quotient

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat diketahui atlet jujitsu yang pernah mengalami cedera ringan pasca pertandingan yang memiliki nilai *adversity quotient* rendah yaitu dengan skor  $< 90$  ada sebanyak 9 atlet dengan nilai frekuensi 15%, sedangkan untuk atlet jujitsu yang pernah mengalami cedera ringan pasca pertandingan yang memiliki nilai *adversity quotient* sedang yaitu skor  $90 \leq X < 111$  ada sebanyak 37 atlet dengan nilai frekuensi 61,7%, dan untuk atlet jujitsu yang pernah mengalami cedera ringan pasca pertandingan yang memiliki nilai *adversity quotient* tinggi yaitu dengan skor  $\geq 111$  ada sebanyak 14 atlet dengan nilai frekuensi 23,3%. Disimpulkan bahwa atlet jujitsu yang pernah mengalami cedera ringan pasca pertandingan memiliki tingkat *adversity quotient* yang sedang adapun diagram batang hasil perolehan presentase tingkatan *adversity quotient* pada atlet yang pernah mengalami cedera ringan pasca pertandingan adalah sebagai berikut.

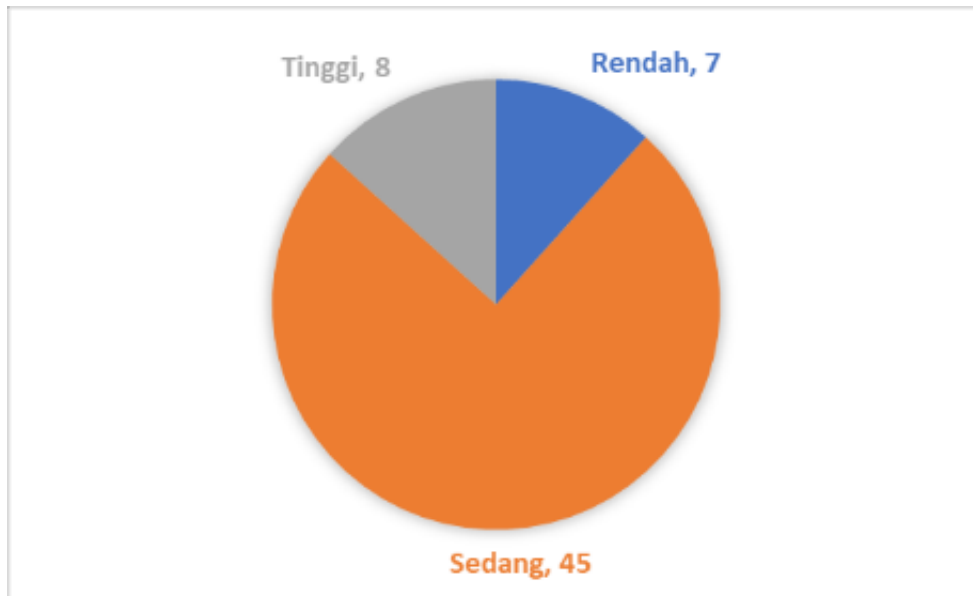


**Figure 1.** Diagram Batang Tingkat Adversity Quotient

*Adversity quotient* pada 60 atlet jujitsu yang pernah mengalami cedera ringan pasca pertandingan memiliki aspek *control* dengan kategori tinggi sebanyak 8 atlet dan memperoleh presentase sebesar 13%, lalu untuk kategori

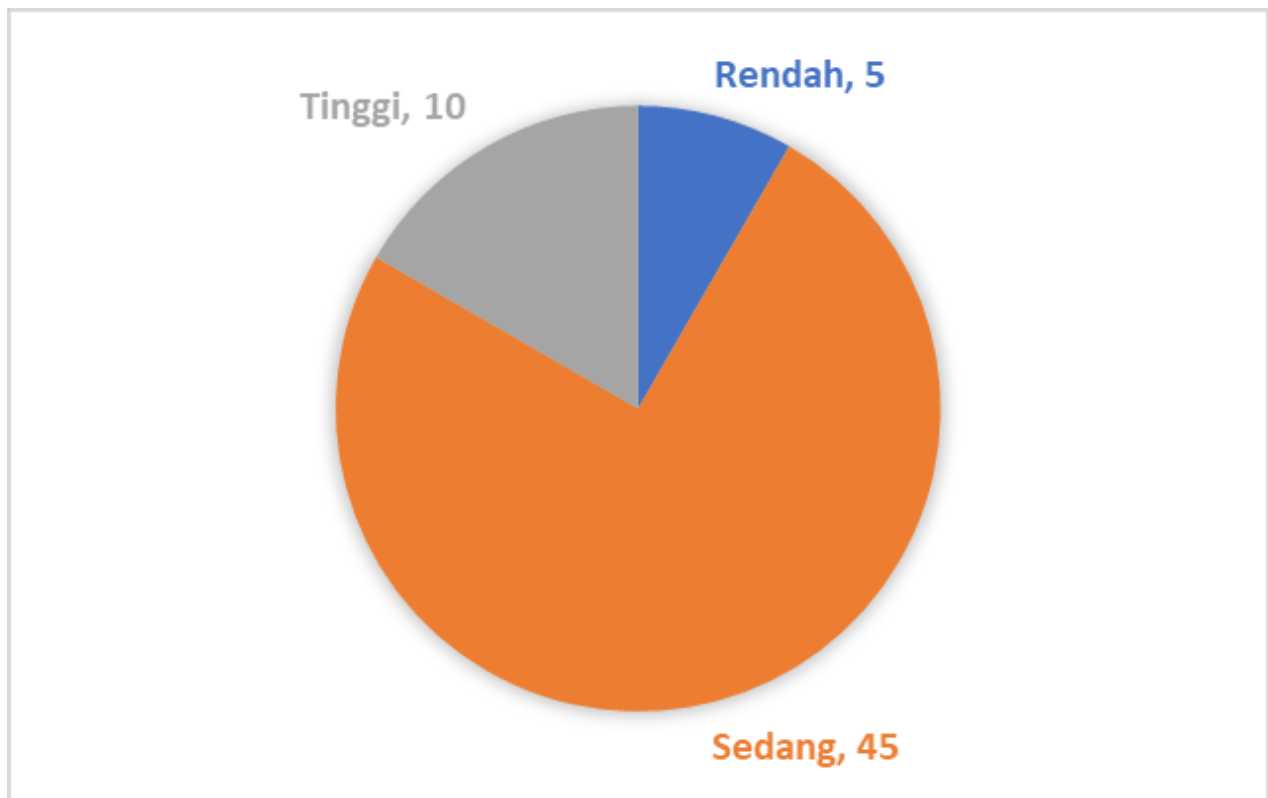


sedang sebanyak 45 atlet dan memperoleh prosentase sebesar 75%, kemudian untuk kategori rendah sebanyak 7 atlet dan memperoleh prosentase sebesar 12%, berikut di bawah ini diagram aspek *control*.



**Figure 2.** Diagram Aspek Control

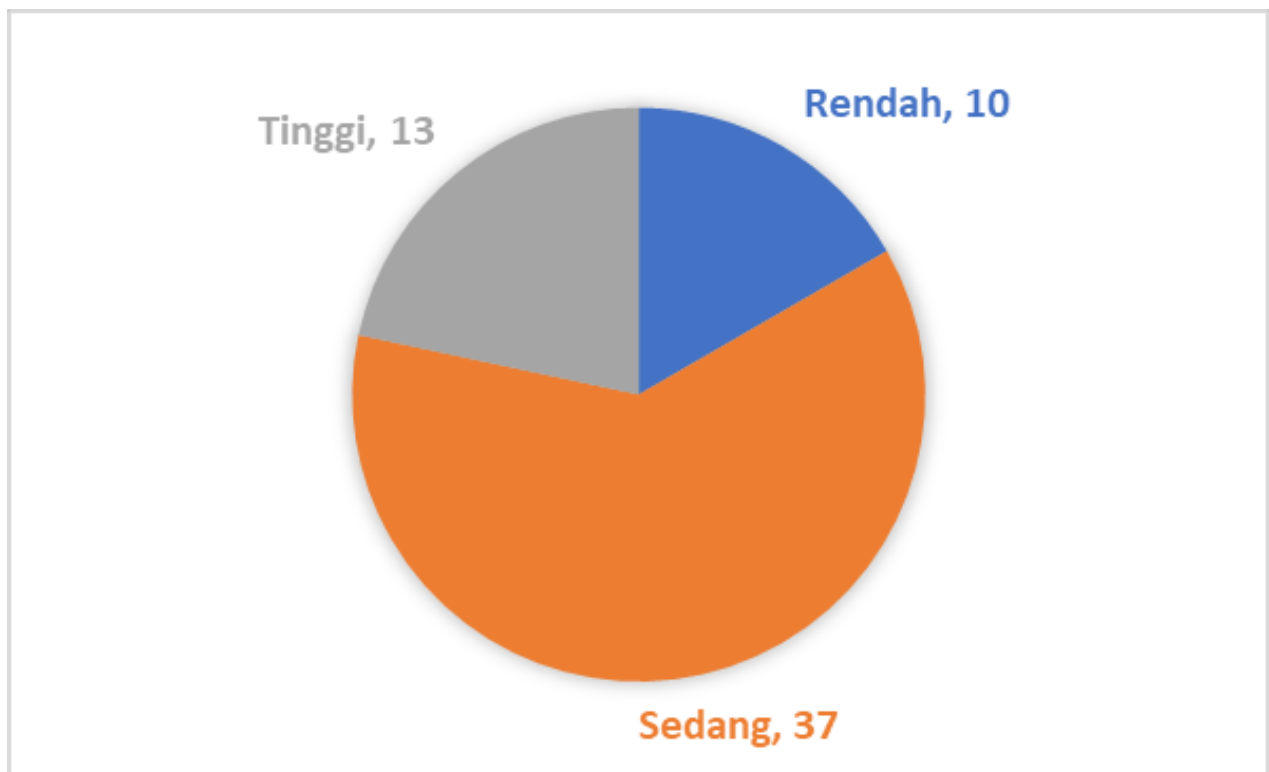
*Adversity quotient* pada 60 atlet jujitsu yang pernah mengalami cedera ringan pasca pertandingan. Memiliki aspek *origin and ownership* dengan kategori tinggi sebanyak 10 atlet dan memperoleh prosentase sebesar 17%, lalu untuk kategori sedang sebanyak 45 atlet dan memperoleh prosentase sebesar 75%, kemudian untuk kategori rendah sebanyak 5 atlet dan memperoleh prosentase sebesar 8%. Berikut di bawah ini diagram aspek *origin and ownership*.



**Figure 3.** Diagram aspek origin and ownership

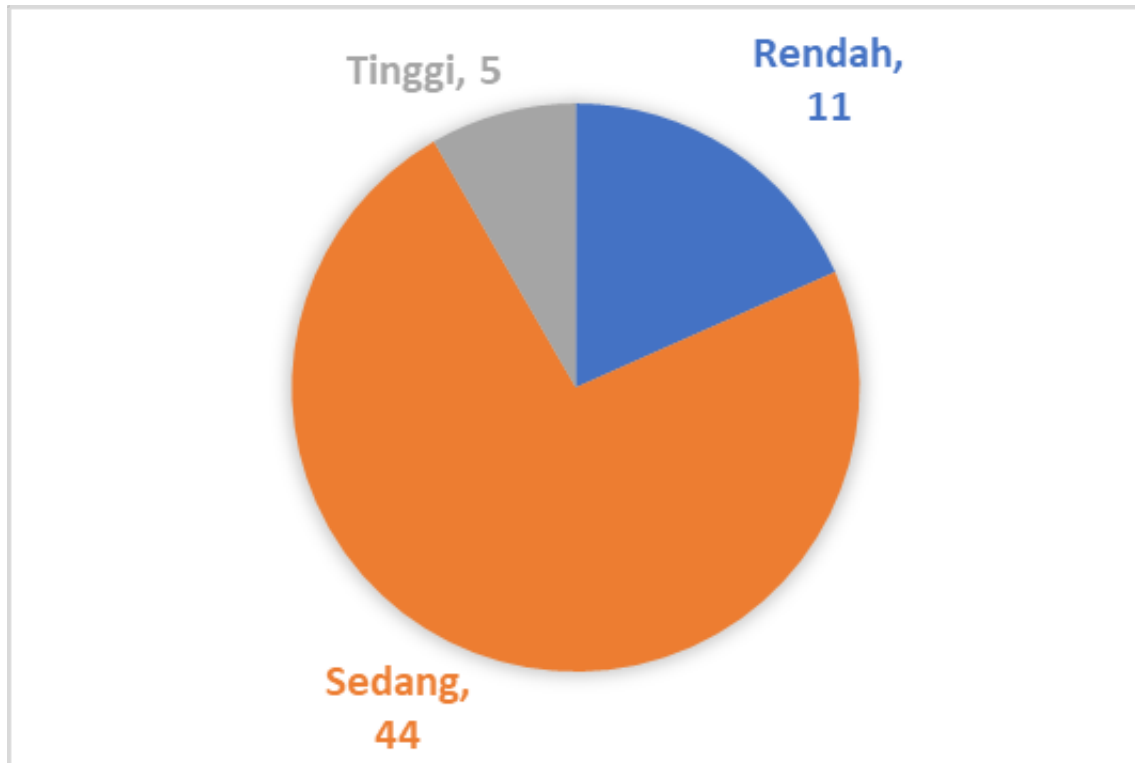
*Adversity quotient* pada 60 atlet jujitsu yang pernah mengalami cedera ringan pasca pertandingan. Memiliki

aspek *reach* dengan kategori tinggi sebanyak 13 atlet dan memperoleh prosentase sebesar 22%, lalu untuk kategori sedang sebanyak 37 atlet dan memperoleh prosentase sebesar 62%, kemudian untuk kategori rendah sebanyak 10 atlet dan memperoleh prosentase sebesar 16%. Berikut di bawah ini diagram aspek *reach*.



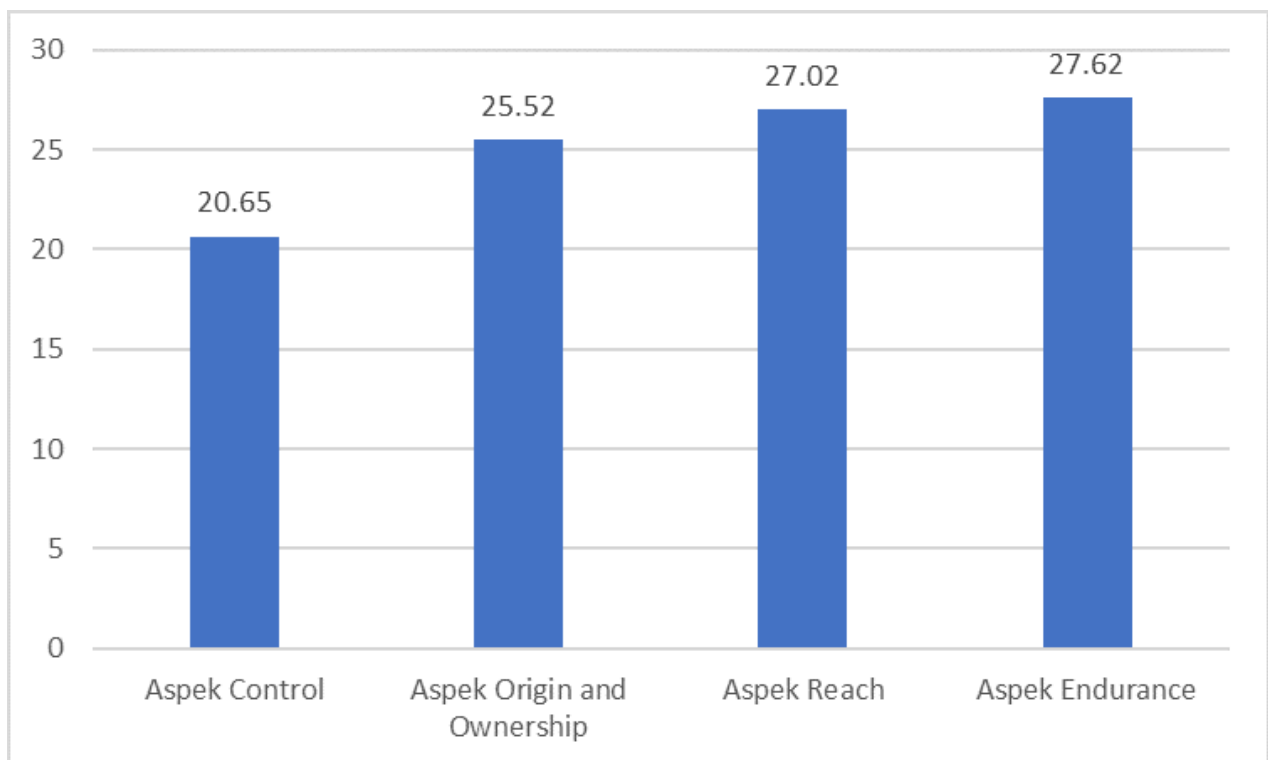
**Figure 4.** Diagram aspek *reach*

*Adversity quotient* pada 60 atlet jujitsu yang pernah mengalami cedera ringan pasca pertandingan. Memiliki aspek *endurance* dengan kategori tinggi sebanyak 5 atlet dan memperoleh prosentase sebesar 8%, lalu untuk kategori sedang sebanyak 44 atlet dan memperoleh prosentase sebesar 73%, kemudian untuk kategori rendah sebanyak 11 atlet dan memperoleh prosentase sebesar 19%. Berikut di bawah ini diagram aspek *Endurance*.



**Figure 5.** Diagram aspek endurance

Diketahui dari penjelasan tiap aspek diatas, dapat disimpulkan bahwa nilai rata rata *adversity quotient* pada 60 atlet jujitsu yang pernah mengalami cedera ringan pasca pertandingan. Nilai rata rata tertinggi ditempati oleh aspek *endurance* dengan nilai rata rata sebesar 27,62. Berikutnya aspek *reach* dengan nilai rata rata 27,02. Aspek *origin and ownership* dengan nilai rata rata 25,52, dan yang terakhir aspek *control* dengan nilai rata rata 20,65. Adapun di bawah ini adalah diagram nilai rata ratanya.



**Figure 6.** Diagram Nilai Rata Rata Aspek Adversity Quotient

## Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *adversity quotient* yang dimiliki oleh atlet jujitsu yang pernah mengalami cedera ringan pasca pertandingan yang berada di 3 dojo diantaranya di Sma Kemala Bhayangkari 3 Porong, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo (UMSIDA) dan Universitas Wijaya Putra Surabaya yaitu berada dalam kategori sedang. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya jumlah prosentase dari 60 atlet jujitsu yang *adversity quotientnya* dalam kategori sedang sebesar 61,7%. Atlet yang *adversity quotientnya* dalam kategori tinggi memiliki prosentase sebesar 23,3%, dan untuk atlet yang *adversity quotientnya* dalam kategori rendah memiliki prosentase sebesar 15%

*Adversity quotient* merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang dalam berjuang menghadapi dan mengatasi masalah, kesulitan, serta hambatan yang dimilikinya yang akan mengubahnya menjadi sebuah peluang keberhasilan dan kesuksesan, maka dalam hal ini *adversity quotient* pada atlet yang mengalami cedera ringan pada pertandingan dapat dikatakan dalam takaran yang baik karena mereka mampu untuk dapat mengatasi masalah serta kesulitan yang terjadi di dalam dirinya menurut penelitian.

Maka dari ke 4 aspek *adversity quotient* diatas (*control, origin and ownership, reach dan endurance*) aspek yang paling dominan adalah aspek (*control*). Pernyataan ini didukung dengan tingkat prosentase sebesar 75% untuk aspek *control* dalam *adversity quotient* pada atlet yang mengalami cedera ringan pasca pertandingan, kemudian sebesar 17% dari total keseluruhan atlet jujitsu berada pada kategori tinggi dan 12% lainnya berada pada kategori rendah dengan begitu dapat disimpulkan bahwa atlet jujitsu yang pernah mengalami cedera pasca pertandingan dianggap mampu untuk dapat mengontrol/mengendalikan permasalahan atau kesulitan yang sedang terjadi dan akan tetap teguh dan ulet dalam menyelesaikan permasalahan yang terjadi dalam dirinya. Menurut penelitian [10] Erlin, 2017 yang berjudul "Pengaruh *adversity quotient*, regulasi diri dan efikasi diri terhadap motivasi berprestasi siswa kelas khusus olahraga (kko) smp negeri 13 yogyakarta" adalah cerminan dari ketahanan pribadi dalam menghadapi masalah, dalam olahraga *control* (kenadali diri) adalah hal yang sangat penting yang akan meningkatkan performa atlet dalam kompetisi.

## Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran *adversity quotient* yang dimiliki oleh atlet jujitsu yang pernah mengalami cedera ringan pasca pertandingan yang berada di 3 dojo diantaranya di Sma Kemala Bhayangkari 3 Porong, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo (UMSIDA) dan Universitas Wijaya Putra Surabaya yaitu berada dalam kategori sedang. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya jumlah prosentase dari 60 atlet jujitsu yang *adversity quotientnya* dalam kategori sedang sebesar 61,7%. Atlet yang *adversity quotientnya* dalam kategori tinggi memiliki prosentase sebesar 23,3%, dan untuk atlet yang *adversity quotientnya* dalam kategori rendah memiliki prosentase sebesar 15%

## References

1. Dwiariani, D. A. (2012). Peran Pelatihan Mental Dalam Proses Penurunan Kecemasan Cedera Berulang Pada Atlet Putri Bola Basket. (Tesis). Program Pasaca Sarjana. Peminat Terapan Psikologi Olahraga. Depok
2. Depki, andriyani. (2019), "Injury incident rate impact toward *adversity quotient* of female futsal athletes" dalam *Jurnal adversity quotient*. [https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as\\_sdt=0%2C5&q=jurnal+adversity+quotient+dan+cedera&oq=#d=gs\\_qabs&u=%23p%3DqS0NZLMorccj](https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=jurnal+adversity+quotient+dan+cedera&oq=#d=gs_qabs&u=%23p%3DqS0NZLMorccj)
3. Prisma, Susila. (2018), "Hubungan antara optimisme dengan daya juang menghadapi pertandingan pada atlet sepak bola di kota blitar". [https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as\\_sdt=0%2C5&q=jurnal+adversity+quotient+dan+cedera&oq=#d=gs\\_qabs&u=%23p%3DR8Mo8PqJqzAJ](https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=jurnal+adversity+quotient+dan+cedera&oq=#d=gs_qabs&u=%23p%3DR8Mo8PqJqzAJ)
4. Cristoper Prawira Sinaga (2020), "Komunikasi interpersonal antara pelatih dengan murid beladiri Jujitsu Indonesia di dojo wijaya putra surabaya" file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/2553-8037-1-PB.pdf
5. Rima Mediyana Sari, (2019). "Identifikasi penanganan cedera pada atlet futsal putri fik unimed". <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/so/article/view/13058>
6. Utami, I.B. (2014). Hubungan Antara Optimisme Dengan *Adversity Quotient*. [Online]. Diakses dari <http://www.candrajiwa.psikologi.fk.uns.ac.id> > Home > Vol 2, No 5 Mar (2014) > Bekti Utami
7. Stolz, G. P. (2000). *Adversity Quotient "Mengubah Hambatan Menjadi peluang"*. Jakarta : Gramedia Widiasarana Indonesia.
8. Wahyu hidayat, ratna sariningsih (2018). "Kemampuan pemecahan masalah sistematis dan *adversity quotient* siswa smp melalui pembelajaran open ended". [https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as\\_sdt=0%2C5&q=jurnal+adversity+quotient+kuantitatif+&btnG=#d=gs\\_qabs&u=%23p%3Dd0eLLpHhEs4J](https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=jurnal+adversity+quotient+kuantitatif+&btnG=#d=gs_qabs&u=%23p%3Dd0eLLpHhEs4J)
9. Yasinta deпти andriyani (2018). "Gambaran *Adversity Quotient* pada atlet futsal putri universitas pendidikan indonesia"
10. [https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as\\_sdt=0%2C5&q=penelitian+adversity+quotient+pada+atlet&btnG=#d=gs\\_qabs&u=%23p%3Dqdn6yhENWgwJ](https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=penelitian+adversity+quotient+pada+atlet&btnG=#d=gs_qabs&u=%23p%3Dqdn6yhENWgwJ)
11. Erlin dwi kusumawati,s psi (2017). "Pengaruh *adversity quotient*, regulasi diri dan efikasi diri terhadap motivasi berprestasi siswa kelas khusus olahraga (kko) smp negeri 13 yogyakarta". <https://scholar.google.co.id>

# Indonesian Journal of Innovation Studies

Vol. 21 (2023): January

DOI: 10.21070/ijins.v21i.790 . Article type: (Innovation in Health Science)

/scholar?hl=id&as\_sdt=0%2C5&q=jurnal+psikologi+adversity+quotient+tentang+cedera+&btnG=#d=gs\_qabs&u=%23p%3DNn1xvHsV9S8J