

ABSTRAK

Lingga, R.H.B. (2026). Hubungan antara Persepsi terhadap Gaya Kepemimpinan Pelatih dan Kesejahteraan Psikologis Atlet Taekwondo Junior. Skripsi. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi terhadap gaya kepemimpinan pelatih dengan kesejahteraan psikologis atlet taekwondo junior di wilayah Yogyakarta. Sebagai olahraga individu, taekwondo menuntut kemampuan teknis, fisik, dan kesehatan mental yang baik, sehingga peran pelatih menjadi penting dalam mendukung kesejahteraan psikologis atlet. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan melibatkan 308 atlet taekwondo junior di Yogyakarta, terdiri atas 157 atlet laki-laki dan 151 atlet perempuan. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan *Leadership Scale of Sport* (LSS) versi singkat yang berjumlah 25 item untuk mengukur persepsi terhadap gaya kepemimpinan pelatih dan *Mental Health Continuum-Short Form* (MHC-SF) untuk mengukur kesejahteraan psikologis atlet. Hasil uji korelasi *Spearman's Rho one-tailed* menunjukkan bahwa kelima dimensi persepsi terhadap gaya kepemimpinan pelatih memiliki hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis atlet ($p < 0,05$). Dimensi umpan balik positif menunjukkan korelasi tertinggi ($r = 0,635$), diikuti perilaku demokratis ($r = 0,624$), pelatihan dan instruksi ($r = 0,562$), dukungan sosial ($r = 0,561$). Sebaliknya, dimensi perilaku otokratis memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis atlet ($r = -0,450$), yang menunjukkan bahwa semakin tinggi persepsi atlet terhadap perilaku otokratis pelatih, semakin rendah tingkat kesejahteraan psikologis yang mereka rasakan. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin positif persepsi atlet terhadap gaya kepemimpinan pelatih, khususnya yang bersifat demokratis, suportif, memberikan arahan yang jelas, dan menyediakan umpan balik positif semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis yang mereka rasakan. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi dasar pengembangan kepemimpinan pelatih yang mendukung kesejahteraan psikologis atlet taekwondo junior.

Kata kunci : gaya kepemimpinan pelatih, kesejahteraan psikologis, atlet taekwondo junior

ABSTRACT

Lingga, R. H. B. (2026). *The Relationship between Athletes Perceptions of Coach Leadership Style and the Psychological Well-Being of Junior Taekwondo Athletes*. Thesis. Yogyakarta: Psychology, Faculty of Psychology, Sanata Dharma University

This study aimed to examine the relationship between athletes' perceptions of coach leadership style and the psychological well-being of junior taekwondo athletes in Yogyakarta. As an individual sport, taekwondo requires not only technical and physical competence but also good mental health, making the coach's role essential in supporting athletes' psychological well-being. This study employed a quantitative correlational design involving 308 junior taekwondo athletes in Yogyakarta, consisting of 157 male and 151 female athletes. Data were collected using the 25-item short version of the Leadership Scale for Sports (LSS) to measure athletes' perceptions of coach leadership style and the Mental Health Continuum–Short Form (MHC-SF) to assess psychological well-being. The results of the one-tailed Spearman's Rho correlation test indicated that all five dimensions of perceived coach leadership style were significantly related to athletes' psychological well-being ($p < 0.05$). Positive feedback showed the strongest correlation ($r = 0.635$), followed by democratic behavior ($r = 0.624$), training and instruction ($r = 0.562$), and social support ($r = 0.561$). In contrast, autocratic behavior demonstrated a significant negative correlation with psychological well-being ($r = -0.450$), indicating that the higher the athletes' perception of autocratic coaching behavior, the lower their level of psychological well-being. These findings suggest that more positive perceptions of coach leadership style, particularly democratic, supportive, instructional, and positive feedback behaviors, are associated with higher psychological well-being among junior taekwondo athletes. The findings are expected to provide a basis for developing coaching leadership approaches that better support the psychological well-being of junior taekwondo athletes.

Keywords: coach leadership style, psychological well-being, junior taekwondo athletes