

KESEJAHTERAAN ATLET WUSHU BERPRESTASI DITINJAU DARI PELATIHAN, KOMPENSASI, DAN DUKUNGAN SOSIAL DI SASANA YITONG SEMARE

Dion Firmansah^{1*}, Samari², Poniran Yudho Leksono³

^{1),2),3)} Universitas Nusantara PGRI Kediri, Jl. KH. Ahmad Dahlan No.76, Kec. Mojoroto, Kota Kediri, Jawa Timur

dionfirmansah04@gmail.com*

Informasi Artikel

Tanggal Masuk : 24/6/2025

Tanggal Revisi : 2/7/2025

Tanggal Diterima : 7/7/2025

Abstract

This study aims to analyze the influence of training, compensation, and social support on the well-being of wushu athletes at Sasana Yitong Semare Nganjuk. This research uses a quantitative approach with a causal method and involves 40 respondents who are active athletes at Sasana Yitong Semare Nganjuk. Data processing and analysis were carried out using IBM SPSS version 25. The results show that training, compensation, and social support have a positive and significant effect on athlete well-being, both partially and simultaneously. The Adjusted R² value of 0.476 indicates that the three independent variables explain 47.6% of the variation in athlete well-being. The novelty of this study lies in its focus on athlete well-being at the martial arts training center level, which is still rarely explored, particularly in the context of human resource management in competitive sports.

Keywords: Training, Compensation, Social Support, Athlete Welfare, Wushu

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pelatihan, kompensasi, dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan atlet wushu di Sasana Yitong Semare Nganjuk. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode kausalitas, serta melibatkan 40 responden yang merupakan atlet aktif di Sasana Yitong Semare Nganjuk. Pengolahan dan analisis data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak IBM SPSS versi 25. Hasil analisis menunjukkan bahwa pelatihan, kompensasi, dan dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan atlet, baik secara parsial maupun simultan. Nilai Adjusted R² sebesar 0,476 menunjukkan bahwa ketiga variabel independen mampu menjelaskan 47,6% variasi yang terjadi pada kesejahteraan atlet. Kebaruan dalam penelitian ini terletak pada fokusnya terhadap kesejahteraan atlet wushu di tingkat sasana, yang masih jarang dijadikan objek kajian ilmiah, khususnya dalam konteks manajemen sumber daya manusia di bidang olahraga prestasi.

Kata Kunci: Pelatihan, Kompensasi, Dukungan Sosial, Kesejahteraan Atlet, Wushu

PENDAHULUAN

Olahraga tidak hanya menjadi sarana hiburan dan prestasi, tetapi juga memiliki dampak signifikan terhadap pembangunan sumber daya manusia, terutama bagi para atlet. Di balik keberhasilan seorang atlet, terdapat serangkaian proses pembinaan yang panjang dan kompleks. Sayangnya, isu kesejahteraan atlet masih menjadi perhatian di berbagai tingkat, khususnya pada cabang olahraga yang belum terlalu populer seperti wushu. Kesejahteraan atlet menjadi aspek penting yang menentukan keberlangsungan karier dan pencapaian prestasi jangka Panjang [1].

Sasana Yitong Semare Nganjuk merupakan salah satu pusat pembinaan atlet wushu di Kabupaten Nganjuk yang konsisten mencetak atlet berprestasi dari tingkat daerah hingga nasional. Sasana ini memiliki peran strategis dalam mengembangkan potensi generasi muda melalui olahraga wushu. Namun demikian, perhatian terhadap kesejahteraan para atlet di sasana ini belum sepenuhnya terdokumentasi secara ilmiah. Hal ini penting untuk ditelusuri karena pembinaan atlet bukan hanya soal teknik, tetapi juga bagaimana lingkungan pembinaan mendukung aspek fisik, mental, dan sosial atlet.

Kesejahteraan merupakan suatu tatanan kehidupan sosial, material, dan spiritual yang disertai dengan rasa aman, kesusilaan, serta ketenteraman batin. Kesejahteraan memungkinkan setiap warga negara untuk memenuhi kebutuhan jasmani, rohani, dan sosial secara optimal, baik untuk diri sendiri, keluarga, maupun masyarakat, dengan tetap menjunjung tinggi hak asasi manusia [2]. Kesejahteraan merupakan cita-cita yang diharapkan oleh setiap manusia [3]. Dalam konteks olahraga, kesejahteraan atlet mencakup kondisi fisik dan psikologis yang stabil, rasa puas dalam menjalani aktivitas sebagai atlet, serta adanya harapan akan masa depan yang lebih baik. Kesejahteraan ini dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal selama proses pembinaan. Setiap pelaku

olahraga berhak mendapatkan pelayanan kesejahteraan dalam menjalankan profesinya [4]. Hal ini diperkuat dalam UU No 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, Pasal 79 Ayat 5, yang menyatakan bahwa kesejahteraan pelaku olahraga mencakup aspek pembiayaan dan penyediaan perlengkapan yang layak sesuai dengan kategori masing-masing [5]. Indikator kesejahteraan berkelanjutan bagi atlet meliputi ketersediaan fasilitas, kesehatan fisik dan mental, dukungan pelatih dan sosial, pendidikan, keamanan finansial, serta kepuasan dan motivasi berprestasi [6].

Pelatihan merupakan inti dari pembinaan atlet. Namun, di lapangan masih ditemukan pelatihan yang belum sepenuhnya sistematis dan belum berorientasi pada kebutuhan individual atlet. Pelatihan dalam aktivitas olahraga sangat penting karena dapat menuntun atlet dalam mengembangkan kemampuan untuk meraih keberhasilan [7]. Pelatihan dan pengembangan merupakan salah satu upaya strategis organisasi dalam meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kepribadian sumber daya manusia yang terlibat dalam pembinaan prestasi atlet [8]. Oleh karena itu, pelatihan yang terstruktur, berkualitas, dan disesuaikan dengan kebutuhan atlet sangat penting untuk menunjang performa serta membangun rasa percaya diri. Indikator pelatihan mencakup pendidikan, prosedur sistematis, keterampilan teknis, penguasaan pengetahuan, serta penekanan pada praktik dibandingkan teori [9]. Penelitian terdahulu yang menganalisis pengaruh pelatihan terhadap tingkat kesejahteraan mengemukakan bahwa pelatihan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan peserta program [10].

Kompensasi sering kali menjadi sumber ketidakpuasan bagi atlet, terutama jika mereka merasa bahwa usaha dan pengorbanan yang telah diberikan tidak sebanding dengan pengPelatihan yang diterima. Ketika tidak ada kepastian mengenai kompensasi atau bentuk apresiasi lainnya, semangat bertanding pun dapat menurun. Kompensasi berperan sebagai pendorong semangat latihan bagi atlet karena dapat menunjang pemenuhan kebutuhan sehari-hari, termasuk menjaga asupan gizi yang diperlukan untuk menghasilkan performa yang optimal dan meraih prestasi maksimal [11]. Kompensasi yang baik dan adil sangat penting dalam meningkatkan motivasi, kesejahteraan, serta komitmen atlet, yang pada akhirnya berdampak langsung pada peningkatan prestasi mereka [12]. Indikator kompensasi meliputi upah, insentif, tunjangan, dan fasilitas yang diberikan sebagai bentuk imbalan atas kinerja karyawan [13]. Penelitian terdahulu yang mengkaji tentang peran kompensasi dalam mencapai kesejahteraan dan kepuasan kerja karyawan menyimpulkan bahwa kompensasi merupakan elemen strategis dalam manajemen sumber daya manusia yang berperan besar dalam meningkatkan kesejahteraan individu [14].

Dukungan sosial yang rendah dari lingkungan sekitar dapat memperburuk tekanan yang dialami atlet. Beberapa atlet mengalami kurangnya dukungan dari keluarga yang lebih mementingkan pendidikan formal atau pekerjaan tetap dibandingkan dengan karier olahraga. Dukungan sosial yang diperoleh para atlet dapat meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam bertanding sehingga berpeluang lebih besar untuk meraih prestasi [15]. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, maka semakin tinggi pula tingkat kepercayaan diri seseorang [16]. Indikator dukungan sosial mencakup dukungan emosional, penghargaan, instrumental, dan informasi yang membantu individu secara mental, motivasional, praktis, dan kognitif [17]. Penelitian terdahulu yang meneliti tentang pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap kesejahteraan menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara dukungan sosial dan tingkat kesejahteraan. Temuan ini memperkuat pentingnya dukungan sosial dalam berbagai konteks, termasuk dalam dunia olahraga [18].

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini dilakukan dengan judul "Pengaruh Pelatihan, Kompensasi, dan Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Atlet Wushu di Sasana Yitong Semare Nganjuk." Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam bagaimana ketiga faktor tersebut berpengaruh terhadap tingkat kesejahteraan atlet. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk menganalisis pengaruh pelatihan, kompensasi dan dukungan sosial secara parsial maupun simultan terhadap kesejahteraan atlet wushu di Sasan Yitong Semare Nganjuk.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian kausalitas, yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan, kompensasi, dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan atlet pada Sasana Yitong Semare Nganjuk. Model penelitian ini dibangun dengan mengaitkan tiga variabel bebas, yaitu pelatihan (X1), kompensasi (X2), dan dukungan sosial (X3), terhadap satu variabel terikat yaitu kesejahteraan atlet (Y). Ketiga variabel bebas tersebut diasumsikan secara simultan maupun parsial berpengaruh terhadap kesejahteraan atlet.

Populasi dalam penelitian ini adalah pelanggan Sasana Yitong Semare Nganjuk. Jumlah sampel ditentukan berdasarkan ketentuan minimal 10 responden untuk setiap variabel. Dengan empat variabel yang diteliti (tiga variabel independen dan satu variabel dependen), diperoleh jumlah sampel sebanyak 40 responden ($4 \times 10 = 40$).

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah simple random sampling, yaitu pemilihan sampel secara acak tanpa mempertimbangkan strata atau karakteristik tertentu dalam populasi.

Data primer dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner yang disusun berdasarkan indikator-indikator dari masing-masing variabel penelitian. Instrumen kuesioner menggunakan skala Likert 5 poin, mulai dari “sangat tidak setuju” hingga “sangat setuju”. Sebelum digunakan untuk pengambilan data utama, dilakukan uji coba instrumen. Uji validitas dilakukan dengan analisis korelasi *Pearson Product Moment*, dan hasilnya menunjukkan bahwa seluruh item kuesioner memiliki nilai r hitung $\geq r$ tabel, sehingga dinyatakan valid. Selanjutnya, uji reliabilitas dilakukan menggunakan metode Cronbach's Alpha, dengan hasil bahwa seluruh item pada masing-masing variabel menunjukkan nilai alpha lebih dari 0,7, yang berarti bahwa instrumen penelitian ini memiliki konsistensi internal yang sangat tinggi dan layak digunakan.

Proses analisis data dimulai dengan analisis deskriptif untuk mengetahui karakteristik dari masing-masing variabel. Selanjutnya dilakukan uji asumsi klasik yang mencakup uji normalitas, uji multikolinearitas, uji heteroskedastisitas serta uji autokorelasi. Setelah data memenuhi asumsi regresi, analisis dilanjutkan dengan regresi linear berganda untuk menguji besarnya pengaruh pelatihan, kompensasi, dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan atlet. Pengujian hipotesis dilakukan melalui uji t (untuk pengaruh parsial) dan uji F (untuk pengaruh simultan). Sementara itu, koefisien determinasi ($Adjusted R^2$) digunakan untuk mengetahui seberapa besar variabel bebas mampu menjelaskan variasi dari variabel terikat.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran mengenai karakteristik responden dan kecenderungan jawaban mereka terhadap variabel yang diteliti. Berdasarkan data, mayoritas responden berusia 15–17 tahun (60%), berpendidikan terakhir SMP (57,5%), dan didominasi oleh perempuan (62,5%).

Pada variabel *pelatihan*, sebagian besar responden menyatakan setuju dan sangat setuju terhadap seluruh item pernyataan, menunjukkan bahwa pelatihan yang diberikan sudah sesuai, sistematis, dan lebih menekankan pada praktik. Responden juga menilai positif aspek keterampilan teknis dan penguasaan materi pelatihan.

Untuk variabel *kompensasi*, tanggapan responden juga cenderung positif, terutama pada aspek kejelasan sistem pemberian kompensasi, keseimbangan dengan beban kerja, serta adanya tunjangan dan fasilitas pendukung. Meskipun terdapat sebagian kecil yang bersikap netral, proporsi tersebut tidak signifikan.

Pada variabel *dukungan sosial*, mayoritas responden merasakan adanya dukungan emosional, penghargaan, bantuan nyata, serta informasi yang memadai dari lingkungan sekitar. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan sosial yang terbangun di lingkungan atlet cukup kuat dan memberikan pengaruh positif terhadap kenyamanan mereka.

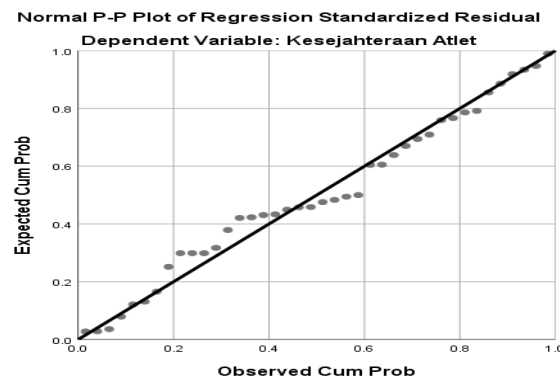
Terakhir, variabel *kesejahteraan atlet* menunjukkan hasil yang sangat baik, dengan hampir seluruh responden memberikan jawaban setuju dan sangat setuju. Responden merasa puas secara fisik, mental, dan sosial, serta termotivasi untuk terus berprestasi. Temuan ini menunjukkan bahwa pelatihan, kompensasi, dan dukungan sosial yang diberikan telah berperan besar dalam menciptakan kondisi kesejahteraan yang optimal bagi para atlet.

Uji Asumsi Klasik

Uji asumsi klasik dilakukan untuk memastikan bahwa data memenuhi syarat dalam analisis regresi linier berganda. Uji ini meliputi uji normalitas, multikolinearitas, heteroskedastisitas, dan autokorelasi.

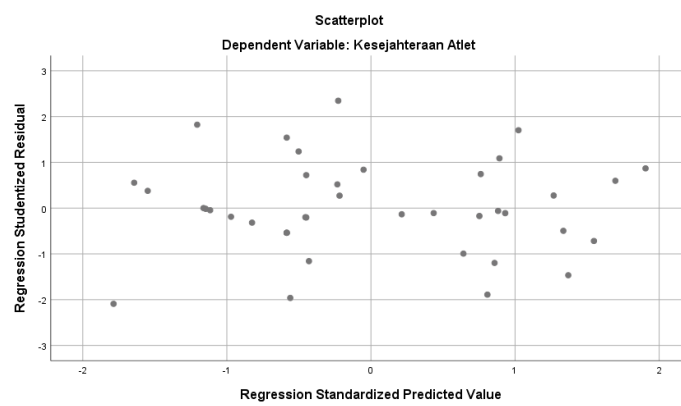
Uji Normalitas dilakukan menggunakan grafik P-P Plot. Hasil grafik menunjukkan bahwa titik-titik menyebar mengikuti garis diagonal dan berada di sekitarnya, yang mengindikasikan bahwa data residual berdistribusi normal.

Uji multikolinearitas menunjukkan bahwa seluruh variabel independen memiliki nilai tolerance di atas 0,1 dan nilai Variance Inflation Factor (VIF) di bawah 10. Secara rinci, variabel pelatihan memiliki nilai tolerance sebesar 0,945 dengan VIF 1,058; variabel kompensasi memiliki tolerance 0,497 dan VIF 2,011; sedangkan dukungan sosial menunjukkan nilai tolerance 0,515 dan VIF 1,943. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat gejala multikolinearitas antar variabel independen dalam model regresi ini, sehingga asumsi multikolinearitas dinyatakan terpenuhi.



Sumber: Output SPSS 25

Gambar 1. Hasil Uji Normalitas dengan Grafik P-P Plot



Sumber: Output SPSS 25

Gambar 2. Hasil Uji Heteroskedastisitas (Scatterplot)

Uji Heteroskedastisitas dilakukan dengan melihat pola sebar pada grafik scatterplot. Hasilnya menunjukkan titik-titik menyebar secara acak dan tidak membentuk pola tertentu, yang berarti tidak terjadi gejala heteroskedastisitas dalam model regresi.

Uji Autokorelasi menggunakan nilai Durbin-Watson menghasilkan angka sebesar 2,166. Nilai ini berada dalam rentang antara 1,5 sampai 2,5, yang menunjukkan bahwa tidak terdapat autokorelasi dalam model regresi.

Analisis Regresi Linier Berganda

Berdasarkan hasil analisis regresi linier berganda menggunakan program SPSS, diperoleh persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = 15,273 + 0,449X_1 + 0,487X_2 + 0,548X_3$$

Dalam persamaan tersebut, Y merupakan kesejahteraan atlet sebagai variabel dependen, sedangkan X_1 adalah pelatihan, X_2 adalah kompensasi, dan X_3 adalah dukungan sosial sebagai variabel independen. Nilai konstanta sebesar 15,273 menunjukkan bahwa apabila pelatihan, kompensasi, dan dukungan sosial diasumsikan tidak memiliki pengaruh (bernilai nol), maka kesejahteraan atlet diperkirakan sebesar 15,273 satuan.

Koefisien regresi untuk pelatihan sebesar 0,449 mengindikasikan bahwa setiap peningkatan satu satuan dalam pelatihan, dengan asumsi variabel lainnya tetap, akan meningkatkan kesejahteraan atlet sebesar 0,449 satuan.

Selanjutnya, koefisien regresi kompensasi sebesar 0,487 menunjukkan bahwa peningkatan satu satuan dalam kompensasi, dengan pelatihan dan dukungan sosial konstan, akan meningkatkan kesejahteraan atlet sebesar 0,487 satuan.

Adapun dukungan sosial memiliki koefisien regresi sebesar 0,548, yang berarti bahwa setiap peningkatan satu satuan dalam dukungan sosial, dengan variabel lainnya tetap, akan meningkatkan kesejahteraan atlet sebesar 0,548 satuan.

Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa ketiga variabel independen memiliki pengaruh positif terhadap kesejahteraan atlet, di mana dukungan sosial merupakan variabel yang memberikan kontribusi pengaruh terbesar dalam model regresi ini.

Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi merupakan salah satu ukuran penting dalam analisis regresi linear berganda yang digunakan untuk mengetahui sejauh mana variabel-variabel independen dalam model mampu menjelaskan variabel dependen. Dalam penelitian ini, variabel independen yang digunakan meliputi pelatihan, kompensasi, dan dukungan sosial, sedangkan variabel dependennya adalah kesejahteraan atlet.

Berdasarkan hasil output dari program SPSS, diperoleh nilai Adjusted R Square sebesar 0,476. Nilai ini menunjukkan bahwa 47,6% variasi atau perubahan yang terjadi pada kesejahteraan atlet dapat dijelaskan oleh ketiga variabel bebas yang dimasukkan dalam model, yakni pelatihan, kompensasi, dan dukungan sosial. Dengan kata lain, model regresi yang dibangun dalam penelitian ini memiliki kemampuan yang cukup baik dalam menjelaskan faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan atlet. Sementara itu, sisanya sebesar 52,4% dijelaskan oleh variabel lain yang tidak dimasukkan ke dalam model regresi ini.

Uji Hipotesis

Berdasarkan uji t (uji secara parsial) dengan program SPSS, hasilnya adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Uji t (Uji Parsial)

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	15,273	10,457		1,460	0,153
Pelatihan	0,449	0,180	0,309	2,492	0,017
Kompensasi	0,487	0,228	0,366	2,137	0,039
Dukungan sosial	0,548	0,267	0,345	2,051	0,048

a. Dependent Variable: Kesejahteraan atlet

Sumber: Output SPSS 25

Hasil pengujian menunjukkan bahwa variabel pelatihan (X1) memiliki nilai thitung sebesar 2,492, yang lebih besar daripada ttabel sebesar 1,688. Selain itu, nilai signifikansinya adalah 0,017, lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05. Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa H0 ditolak, yang berarti pelatihan secara parsial berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan atlet. Artinya, semakin baik pelatihan yang diberikan oleh perusahaan, maka akan semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan atlet.

Selanjutnya, variabel kompensasi (X2) juga menunjukkan hasil yang signifikan secara statistik. Nilai thitung yang diperoleh adalah 2,137, lebih besar dari ttabel sebesar 1,688, dan nilai sig-nya adalah 0,039, yang masih berada di bawah 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa H0 kembali ditolak. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kompensasi secara parsial berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan atlet. Ini berarti bahwa kompensasi berkontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan atlet.

Variabel ketiga, yaitu dukungan sosial (X3), juga memberikan hasil yang signifikan. Nilai thitung sebesar 2,051 lebih tinggi dari ttabel sebesar 1,688, dan nilai signifikansi sebesar 0,048, di bawah batas 0,05. Maka H0 ditolak, dan dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial secara parsial berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan atlet. Artinya, dukungan sosial terhadap pelanggan turut memengaruhi peningkatan kesejahteraan atlet secara nyata.

Secara keseluruhan, ketiga variabel independen dalam model ini, pelatihan, kompensasi, dan dukungan sosial, memiliki pengaruh yang signifikan secara parsial terhadap kesejahteraan atlet. Hal ini menunjukkan bahwa untuk meningkatkan kesejahteraan atlet secara optimal, perusahaan perlu memperhatikan ketiga aspek tersebut secara seimbang dan berkelanjutan.

Berdasarkan uji F (uji secara simultan) dengan program SPSS, hasilnya adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Uji F (Uji Simultan)

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	638,325	3	212,775	10,879	.000 ^b
	Residual	704,075	36	19,558		
	Total	1342,400	39			

a. Dependent Variable: Kesejahteraan atlet

b. Predictors: (Constant), Dukungan sosial, Pelatihan, Kompensasi

Sumber: *Output SPSS 25*

Fhitung = 10,879 > Ftabel 2,87 dan sig. = 0,000 < 0,05 maka H0 ditolak, artinya secara bersama – sama Pelatihan (X1), Kompensasi (X2), dan Dukungan sosial (X3) berpengaruh signifikan terhadap Kesejahteraan atlet (Y).

Pembahasan

Pengaruh Pelatihan secara parsial terhadap Kesejahteraan atlet Sasana Yitong Semare Nganjuk

Hasil uji t menunjukkan bahwa variabel Pelatihan (X1) memiliki nilai thitung = 2,473 > ttabel = 1,688 dan nilai signifikansi = 0,019 < 0,05. Ini menunjukkan bahwa pelatihan berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan atlet.

Artinya, semakin baik pelatihan yang diberikan kepada atlet, semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan yang dirasakan. Hal ini sejalan dengan indikator pelatihan yang mencakup pendidikan, keterampilan teknis, dan pengalaman praktik yang lebih diutamakan dari teori. Pelatihan yang terstruktur memberikan rasa percaya diri, kepastian arah pengembangan diri, serta motivasi yang lebih tinggi kepada atlet.

Penelitian ini mendukung hasil yang diperoleh oleh Syamsih (2024), yang menyatakan bahwa pelatihan berkontribusi positif dalam meningkatkan kesejahteraan atlet. Juga selaras dengan Ajilchi et al. (2022) yang menunjukkan bahwa program pelatihan berbasis mindfulness dapat meningkatkan well-being psikologis atlet wanita.

Pengaruh Kompensasi secara parsial terhadap Kesejahteraan atlet Sasana Yitong Semare Nganjuk

Nilai thitung pada variabel Kompensasi (X2) adalah 2,095 > ttabel = 1,688 dengan signifikansi sebesar 0,043 < 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa kompensasi juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan atlet.

Indikator kompensasi dalam penelitian ini meliputi upah, insentif, tunjangan, dan fasilitas. Kompensasi yang memadai tidak hanya memberikan imbalan secara finansial, tetapi juga memberikan apresiasi atas usaha dan kontribusi atlet, yang berpengaruh terhadap rasa dihargai dan terpenuhinya kebutuhan dasar mereka.

Hasil ini memperkuat temuan dari penelitian Zanahzubir et al. (2025), yang menyatakan bahwa kompensasi secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan atlet bola tangan. Meskipun dalam penelitiannya kompensasi tidak signifikan secara parsial, dalam konteks Sasana Yitong hasilnya justru menunjukkan pengaruh signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa konteks lokal dan bentuk kompensasi yang diberikan dapat mempengaruhi hasil.

Pengaruh Dukungan sosial secara parsial terhadap Kesejahteraan atlet Sasana Yitong Semare Nganjuk

Variabel Dukungan Sosial (X3) memiliki nilai thitung = 2,178 > ttabel = 1,688 dan signifikansi sebesar 0,036 < 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial juga berpengaruh secara signifikan terhadap kesejahteraan atlet.

Dukungan sosial dalam konteks ini mencakup dukungan dari pelatih, keluarga, dan rekan satu tim. Dukungan emosional dan moral tersebut terbukti memperkuat ketahanan psikologis atlet dan memberi rasa aman dalam menjalani latihan dan pertandingan.

Temuan ini konsisten dengan penelitian Dirhamzah & Alwi (2024) yang menyatakan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan atlet anggar di Makassar. Hal ini menunjukkan bahwa keberadaan sistem dukungan yang baik akan meningkatkan kepuasan hidup dan kesiapan mental atlet dalam menghadapi tekanan.

Pengaruh Pelatihan, Kompensasi, dan Dukungan sosial secara simultan terhadap Kesejahteraan atlet Sasana Yitong Semare Nganjuk

Uji F menunjukkan bahwa nilai Fhitung sebesar 10,879 lebih besar dari Ftabel 2,87 dengan signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Artinya, ketiga variabel independen (pelatihan, kompensasi, dan dukungan sosial) secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan atlet.

Pengaruh simultan ini menegaskan bahwa kesejahteraan atlet merupakan hasil dari berbagai faktor yang saling mendukung satu sama lain. Pelatihan yang baik tanpa dukungan sosial atau kompensasi yang layak mungkin tidak akan cukup untuk memastikan kesejahteraan menyeluruh. Sinergi dari ketiga faktor tersebut menjadi fondasi utama dalam menciptakan ekosistem pembinaan atlet yang sehat dan berkelanjutan.

Penemuan ini memperluas hasil penelitian terdahulu seperti Tahki et al. (2022) dan Shafia et al. (2025) yang juga menekankan pentingnya interaksi berbagai faktor dalam menciptakan kesejahteraan atlet.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis regresi, baik secara parsial maupun simultan, ketiga variabel independen terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan atlet. Secara parsial, pelatihan yang terstruktur dan sesuai kebutuhan meningkatkan keterampilan serta rasa percaya diri atlet; kompensasi yang adil mendorong motivasi dan pemenuhan kebutuhan dasar; sementara dukungan sosial memperkuat ketahanan psikologis dan rasa aman dalam berlatih. Secara simultan, ketiga variabel tersebut menjelaskan sebesar 47,6% variasi dalam kesejahteraan atlet.

Temuan ini mendukung teori manajemen sumber daya manusia dan psikologi olahraga yang menekankan pentingnya integrasi pelatihan, imbalan, dan lingkungan sosial dalam membentuk kesejahteraan individu. Secara teoritis, hasil ini menambah bukti empiris mengenai determinan kesejahteraan atlet di tingkat sasana. Dari sisi praktis, hasil penelitian ini menjadi dasar strategis bagi pengelola sasana untuk meningkatkan kualitas pembinaan atlet melalui optimalisasi program pelatihan, penyediaan kompensasi yang layak, serta penciptaan lingkungan sosial yang suportif.

Namun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah sampel dan lokasi yang terbatas pada satu sasana. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan lebih banyak responden dari berbagai sasana dan menambahkan variabel lain seperti motivasi intrinsik, manajemen stres, atau dukungan organisasi guna memperluas pemahaman terhadap faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan atlet secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Prakoso MDD, Marom FA, Salsabila ZL. Dampak Latihan Fisik Berkelanjutan terhadap Pola Tidur dan Kualitas Tidur Atlet UKM Atletik UNNES: Sebuah Studi Longitudinal untuk Memahami Hubungan Antara Aktivitas Fisik dan Kesejahteraan Tidur 2024;3:253–63.
- [2] Sukmasari D. Konsep Kesejahteraan Masyarakat Dalam Perspektif Al- Qur'an 2020;3:1–16.
- [3] Almahmudi NM. Konsep Kesejahteraan dan Implementasinya dalam Perspektif Hukum Islam. *Khuluqiyya J Kaji Huk Dan Stud Islam* 2019;1–19. <https://doi.org/10.56593/khuluqiyya.v1i2.35>.
- [4] Shintiya Siagan D, Ocniel S, Simarmata J, Alfian A. Tinjauan Normatif Perlindungan Hukum Terhadap Atlet yang Berprestasi di Provinsi Lampung 2024;3:68–79.
- [5] UU No 3 Tahun 2005. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional Dengan. *Pres RI* 2005;1–53.
- [6] Alim JA, Fauzan A, Arwana IM, Musdi E. Model of Geometry Realistic Learning Development with Interactive Multimedia Assistance in Elementary School. *J Phys Conf Ser* 2020;1471. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1471/1/012053>.
- [7] Kurnianingtyas M, Harniati Arfan H, Rakhman B. Pengaruh Pelatihan, Motivasi, Disiplin terhadap Kemampuan Atlet Layar di Provinsi Sulawesi Selatan. *J Appl Manag Bus Res* 2022;2:2022.
- [8] Rusani J. Pelatihan, Pemberdayaan Wasit dan Dampaknya Terhadap Prestasi Atlet. *J Keolahragaan* 2022;8:1–10.
- [9] Nurdin MRA. Pengaruh Kepemimpinan Dan Pelatihan Terhadap Kinerja Karyawan Bank Dki Jakarta. *Urnal Manaj Bisnis Krisnadwipayana* 2019;7. <https://doi.org/10.35137/Jmbk.V7i2.295>.
- [10] Asyriya W. Pengaruh Pelatihan Terhadap Tingkat Kesejahteraan Alumni Institut Kemandirian Dompot Dhuafo Tangerang 2020;2507:1–9.

- [11] Golio FTM, Nurhsysti, Nasrah R. Faktor-Faktor yang memperngaruhi Kesejahteraan Atlet Binaan Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) Kota Solok. *J Soc Sci Res* 2024;4:11932–45.
- [12] Hidayat W, Arief M, Zuhri S. Pengaruh Pengembangan Atlet, Kompensasi Atlet, Kepemimpinan Efektif Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kesejahteraan Atlet (Studi Kasus Pada PB Perpani) 2024;4:1–23.
- [13] Zunaidah, Susetyo D, Hadjri MI. Kompensasi. *Sustain* 2020;11:1–14.
- [14] Ilmiyah DEM, Isaroh SN, Kusuma LC, Qurrotu'aini NI. Peran Kompensasi dalam Mencapai Kesejahteraan dan Kepuasan Kerja Karyawan 2025;3.
- [15] Sakti GF, Rozali YA. Hubungan dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet cabang olah raga taekwondo dalam berprestasi (Studi pada atlet taekwondo club BJTC, Kabupaten Tangerang). *J Psikol* 2015;13:26–33.
- [16] Putrado SN, Hidayat M. Dukungan Sosial dan Kepercayaan Diri pada Atlet UKM Futsal Universitas Ahmad Dahlan. *Semin Nas Psikol* 2023;42–9.
- [17] Kusrini W, Prihartanti N. Hubungan dukungan sosial dan kepercayaan diri dengan prestasi bahasa Inggris siswa kelas VII SMP Negeri 6 Boyolali. *J Penelit Hum* 2015;15:131–40.
- [18] Rahma U, Pramitadewi KP, Faizah F, Perwiradara Y. Pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap kesejahteraan di sekolah siswa SMA. *J Psikol Ulayat* 2020;7:163–76. <https://doi.org/10.24854/jpu106>.