

**HUBUNGAN ANTARA MOTIVASI BERPRESTASI DAN DUKUNGAN SOSIAL  
DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA ATLET FUTSAL ANGGOTA  
ASOSIASI AKADEMI FUTSAL INDONESIA (AAFI)  
DI KOTA TANGERANG**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)  
Dalam Ilmu Psikologi



Oleh:

**NAMA : ALLYZA ZAHWA PUTRI**

NIM : 1907016004

**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
SEMARANG**

**2023**

## **PERNYATAAN KEASLIAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan antara Motivasi Berprestasi dan Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri pada Atlet Futsal Anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia Di Kota Tangerang” merupakan hasil yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali pada bagian tertentu yang dirujuk sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang, 07 Juni 2023



**Allyza Zahwa Putri**

NIM. 1907016004

## LEMBAR PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngalyan, Semarang 50185, Telp. 76-433170

### PENGESAHAN

Judul : HUBUNGAN ANTARA MOTIVASI BERPRESTASI  
DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *KEPERCAYAAN  
DIRI* PADA ATLET FUTSAL ANGGOTA ASOSIASI  
AKADEMI FUTSAL INDONESIA (AAFI) DI KOTA  
TANGERANG

Penulis : Allyza Zahwa Putri  
NIM : 1907016004  
Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang *munaqasah* oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam ilmu Psikologi.

Semarang, 04 Oktober 2023

### DEWAN PENGUJI

Penguji I

Moh Arifin, S.Ag., M.Hum.  
NIP 197110121997031002

Penguji II

Dr. H. Abdul Wahib  
NIP 196006151991031004

Penguji III

Lainatul Munziriyah, M.Psi., Psikolog  
NIP 198805032016012901

Pembimbing I

Dr. H. Abdul Wahib  
NIP 196006151991031004

Penguji IV

Lucky Ade Sessiani, M.Psi., Psikolog  
NIP 198512022019032010

Pembimbing II

Nadva Ariyani Hasanah N. M.Psi., Psikolog  
NIP 199201012019032036

# LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING 1



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI  
Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

*Assalamu'alaikum. wr. wb.*

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : Hubungan antara motivasi berprestasi dan dukungan sosial dengan kepercayaan diri atlet futsal anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia Di kota Tangerang  
Nama : Allyza Zahwa Putri  
NIM : 1907016004  
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

*Wassalamu'alaikum. wr. wb.*

Mengetahui  
Pembimbing I,

Dr. H. Abdul Wahib M.Ag.  
NIP : 196006151991031004

Semarang, 14 September 2023  
Yang bersangkutan,

Allyza Zahwa Putri  
NIM : 1907016004

## LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING 2



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI  
Jl Prof Hamka (Kampus III) Ngahyan, Semarang 50185, Telp 76433370

### PERSETUJUAN PEMBIMBING

*Assalamu'alaikum. wr. wb.*

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : Hubungan antara motivasi berprestasi dan dukungan sosial dengan kepercayaan diri atlet futsal anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia Di kota Tangerang  
Nama : Allyza Zahwa Putri  
NIM : 1907016004  
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

*Wassalamu'alaikum. wr. wb.*

Mengetahui  
Pembimbing II,

Nadva Ariyani H. N., M. Psi., Psikolog.  
NIP : 198512022019032010

Semarang, 12 September 2023  
Yang bersangkutan,

Allyza Zahwa Putri  
NIM : 1907016004

## KATA PENGANTAR

Puji syukur senantiasa saya sampaikan kepada Allah SWT. yang telah memberikan kesempatan untuk menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara Motivasi Berprestasi dan Dukungan sosial dengan Kepercayaan Diri pada Atlet Futsal Anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia Di Kota Tangerang”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan memperoleh gelar sarjana (S1) dalam ilmu Psikologi (S.Psi.) Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang.

Proses penelitian dan penyusunan laporan skripsi juga memiliki kendala dan kekurangan. Namun kendala tersebut dapat peneliti selesaikan dengan cara berdiskusi dengan dosen pembimbing serta dukungan dan semangat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah Swt. atas segala Rahmat, hidayah, serta inayah yang sudah dilimpahkan sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.
2. Bapak Prof. Dr. Imam Taufiq, M. Ag. selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya.
3. Bapak Prof. Dr. Syamsul Ma'arif, M. Ag selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya.
4. Ibu Wening Wihartati, S. Psi, M. Si., selaku Ketua Jurusan Psikologi.
5. Bapak Dr. Abdul Wahib, M. Ag selaku dosen wali sekaligus dosen pembimbing I yang banyak membantu, mengarahkan dan memotivasi selama proses penyusunan skripsi,
6. Ibu Nadya Ariyani Hasanah Nuriyyatiningrum, S. Psi, M. Psi, Psikolog, selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, dukungan, arahan, motivasi dan waktunya selama proses penyusunan skripsi.
7. Kepada seluruh pihak Asosiasi Akademi Futsal Indonesia Di Kota Tangerang dari birokrasi, para atlet dan coach yang telah berkenan membantu dan menjadi subjek penelitian penulis.
8. Dosen Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang yang telah memberikan ilmunya, membimbing serta memberikan saran kepada penulis.
9. Seluruh civitas akademik Fakultas Psikologi dan Kesehatan yang telah memberikan pelayanan dan fasilitas yang menunjang.

10. Kepada semua pihak yang namanya tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis mengakui pada penelitian ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Akan tetapi, penulis berharap penelitian ini dapat memberikan sumbangan serta manfaat bagi siapapun yang membacanya.

Semarang, 07 Juni 2023



**Allyza Zahwa Putri**

NIM. 1907016004

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil'alamin. Terhadap proses yang dilalui segala syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan banyak nikmat serta segala energi positifnya sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi dengan baik. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Ibu Widiastuti, Bapak Imam Syamhari dan Bapak Jimmy Oktaviano Tambunan selaku orang tua yang sejak kecil mendukung saya baik secara emosional ataupun berbentuk materi, sehingga saya dapat menyelesaikan pendidikan hingga jenjang Strata Satu (S1),
2. Adik-adiku, Zahra Nur Azizah dan Rahma Nur Rahmadhani
3. Seluruh keluarga besar Bapak Sarwin Hadi Mulyono terutama Ibu Warsih dan Bapak Sarwin Hadi Mulyono yang merawat saya sejak kecil hingga dewasa sekaligus menjadi garda terdepan saya ketika saya mengalami kesulitan, mendengarkan cerita keluh kesah saya dan siap siaga membantu saya,
4. Seluruh keluarga besar Bapak Azmy Dardak Tambunan yang telah mensupport dan mendoakan saya selama proses penyusunan skripsi ini,
5. Mas Yozzy Arlyandho, S.Pd. yang bersedia menunggu saya, mengingatkan, mendengarkan keluh kesah saya, menguatkan saya dan memberikan motivasi berbagai masukan dan arahan untuk saya,
6. Sahabat-sahabat saya dirumah yang tidak bisa saya sebutkan satu-persatu yang telah mendukung dan mendoakan saya dari jauh,
7. Sahabat seperantauan saya Imas Mintarsih, Kheisa Mitta Henritra, Resvinka Aulia Saputri Al-Hamdi, Amalia Agustin Nur Fajri, Mba Miranda, Mba Ayu dan orang-orang yang telah banyak membantu dan membersamai saya selama saya berada di semarang yang tidak dapat saya sebutkan satu-persatu,
8. Seluruh pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu-persatu dan telah ikut berkontribusi dalam penyelesaian skripsi ini.

## MOTTO

وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ

“Barang siapa bertakwa kepada Allah SWT. maka Dia akan menjadikan jalan keluar baginya,  
dan memberinya rezeki dari jalan yang tidak ia sangka”

(Quran Surah At-Thalaq ayat 2-3)

**THE RELATIONSHIP BETWEEN ACHIEVEMENT MOTIVATION  
AND SOCIAL SUPPORT WITH SELF-CONFIDENCE OF FUTSAL ATHLETE  
MEMBERS ASSOCIATION ACADEMY FUTSAL INDONESIAN (AAFI) IN  
TANGGERANG CITY**

ALLYZA ZAHWA PUTRI, ABDUL WAHIB, NADYA ARIYANI HASANAH  
NURIYYATININGRUM

**ABSTRACT**

*Self-confidence is a form of confidence in one's own abilities, feeling free and able to do whatever is planned, without fear and anxiety so that it can overcome various problems that occur. Someone who has self-confidence is able to make someone have a positive perspective and believe that he can achieve maximum achievement, but on the contrary, someone who does not have self-confidence will bring up a negative perspective and feel less confident in his abilities. This study aims to empirically examine the relationship between achievement motivation and social support with self-confidence in futsal athletes who are members of the Indonesian Futsal Academy Association in Tangerang city. This study uses a quantitative approach with a correlational type. Researchers used purposive sampling technique and obtained a sample of 247 futsal athletes who are members of the Indonesian Futsal Academy Association in Tangerang city. Hypothesis testing carried out in this study is using Spearman's rank test. The results of this study are in testing the first hypothesis obtained a significance value of 0.000 which shows that  $P < 0.05$  (below 0.05) with a correlation coefficient of 0.720 which means that the hypothesis is accepted, the higher the achievement motivation, the higher the self-confidence.*

*Keywords: achievement motivation, social support and self-confidence*

**HUBUNGAN ANTARA MOTIVASI BERPRESTASI DAN DUKUNGAN SOSIAL  
DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA ATLET FUTSAL ANGGOTA  
ASOSIASI AKADEMI FUTSAL INDONESIA (AAFI)  
DI KOTA TANGGERANG**

ALLYZA ZAHWA PUTRI, ABDUL WAHIB, NADYA ARIYANI HASANAH  
NURIYYATININGRUM

**ABSTRAK**

Kepercayaan diri merupakan bentuk yakin pada kemampuan diri sendiri merasa bebas dan sanggup mengerjakan apapun sesuai dengan yang direncanakan, tanpa rasa takut dan cemas sehingga mampu mengatasi berbagai persoalan yang terjadi. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri mampu membuat seseorang memiliki cara pandang yang positif dan meyakini dirinya dapat mencapai prestasi yang maksimal, tetapi sebaliknya bagi seseorang tidak memiliki kepercayaan diri akan memunculkan cara pandang yang negatif dan merasa kurang percaya pada kemampuan yang dimiliki. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris hubungan antara motivasi berprestasi dan dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet futsal anggota Asosiasi Akademi futsal Indonesia Di kota Tangerang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Peneliti menggunakan teknik purposive sampling dengan sampel berjumlah 249 atlet futsal anggota Asosiasi Akademi futsal Indonesia Di kota Tangerang. Uji hipotesis yang dilakukan pada penelitian ini yaitu menggunakan uji *rank spearman's*. Hasil dari penelitian ini adalah pada pengujian hipotesis pertama diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 yang menunjukkan bahwa  $P < 0,05$  (dibawah 0,05) dengan koefisien korelasi sebesar 0,720 yang artinya hipotesis diterima, semakin tinggi motivasi berprestasi maka semakin tinggi pula kepercayaan diri yang dimiliki oleh atlet. Kemudian pada pengujian hipotesis kedua diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 yang menunjukkan bahwa  $P < 0,05$  (dibawah 0,05) dengan koefisien korelasi sebesar 0,756 yang artinya hipotesis diterima, semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan oleh atlet maka semakin tinggi pula kepercayaan diri yang dimiliki oleh atlet.

Kata kunci: motivasi berprestasi, dukungan sosial dan kepercayaan diri

## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN KEASLIAN.....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING 1.....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING 2 .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>viii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B..Rumusan Masalah .....	8
C..Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Keaslian Penelitian.....	9
<b>BAB II LANDASAN TEORI.....</b>	<b>14</b>
A. Kepercayaan Diri.....	14

1. Definisi Kepercayaan Diri .....	14
2. Aspek-aspek Kepercayaan Diri.....	15
3. Faktor-faktor Kepercayaan Diri .....	17
4. Ciri-ciri Individu yang Mempunyai Kepercayaan Diri.....	20
5. Kepercayaan Diri dalam Perspektif Islam .....	22
<b>B..Motivasi Berprestasi.....</b>	<b>23</b>
1. Definisi Motivasi Berprestasi.....	23
2. Aspek-aspek Motivasi Berprestasi.....	24
3. Faktor-faktor Motivasi Berprestasi .....	26
4. Motivasi Berprestasi dalam Perspektif Islam.....	28
<b>C..Dukungan Sosial.....</b>	<b>30</b>
1. Definisi Dukungan Sosial .....	30
2. Aspek-aspek Dukungan Sosial.....	31
3. Faktor-faktor Dukungan Sosial .....	33
4. Dukungan Sosial dalam Perspektif Islam .....	33
<b>D. Hubungan Motivasi Berprestasi dan Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri .....</b>	<b>35</b>
<b>E. Hipotesis .....</b>	<b>40</b>
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>41</b>
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	41
B..Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	41
C..Tempat dan Waktu Penelitian.....	43
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling .....	43
E. Teknik Pengumpulan Data .....	46
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	52
1. Uji Validitas.....	52

2. Uji Reliabilitas .....	53
3. Hasil Uji Validitas .....	53
4. Hasil Uji Reliabilitas.....	58
G. Teknik Analisis Data .....	59
1. Uji Asumsi.....	59
2. Uji Hipotesis .....	60
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>62</b>
A. Hasil Penelitian.....	62
1. Deskripsi Subjek .....	62
2. Kategorisasi Variabel Penelitian .....	63
B..Hasil Uji Asumsi .....	67
1. Uji Normalitas.....	67
2. Uji Linearitas.....	68
C..Hasil Analisis Data .....	70
1. Uji Hipotesis Pertama .....	70
2. Uji Hipotesis Kedua.....	71
D. Pembahasan .....	72
1. Hubungan antara Motivasi Berprestasi dengan Kepercayaan Diri pada Atlet Futsal Anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia Di Kota Tangerang . <b>Error! Bookmark not defined.</b>	
2. Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri pada Atlet Futsal Anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia Di Kota Tangerang . <b>Error! Bookmark not defined.</b>	
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>78</b>
A. Kesimpulan.....	78

B..Saran.....	78
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>80</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>91</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....</b>	<b>161</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 3.1</b> Tabel Perhitungan Sampel Issac dan Michael .....	44
<b>Tabel 3.2</b> Skala Pengukuran Sikap .....	47
<b>Tabel 3.3</b> <i>Kisi-kisi Skala Kepercayaan Diri</i> .....	47
<b>Tabel 3.4</b> <i>Kisi-kisi Skala Motivasi Berprestasi</i> .....	49
<b>Tabel 3.5</b> <i>Kisi-kisi Skala Dukungan Sosial</i> .....	50
<b>Tabel 3.6</b> <i>Blue Print Skala Kepercayaan Diri (Setelah Try Out)</i> .....	54
<b>Tabel 3.7</b> <i>Blue Print Skala Motivasi Berprestasi (Setelah Try Out)</i> .....	55
<b>Tabel 3.8</b> <i>Blue Print Skala Dukungan Sosial (Setelah Try Out)</i> .....	57
<b>Tabel 3.9</b> Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri .....	58
<b>Tabel 3.10</b> Reliabilitas Skala Motivasi Berprestasi .....	58
<b>Tabel 3.11</b> Reliabilitas Skala Dukungan Sosial .....	59
<b>Tabel 4.1</b> Hasil Uji Deskriptif .....	63
<b>Tabel 4.2</b> Kategorisasi Skor Variabel Motivasi Berprestasi .....	64
<b>Tabel 4.3</b> Tabel Distribusi Variabel Motivasi Berprestasi .....	64
<b>Tabel 4.4</b> Kategorisasi Skor Variabel Dukungan Sosial .....	65
<b>Tabel 4.5</b> Tabel Distribusi Variabel Dukungan Sosial .....	65
<b>Tabel 4.6</b> Kategorisasi Skor Variabel Kepercayaan Diri .....	66
<b>Tabel 4.7</b> Tabel Distribusi Variabel Kepercayaan Diri .....	67
<b>Tabel 4.8</b> Hasil Uji Normalitas .....	68
<b>Tabel 4.9</b> Hasil Uji Linearitas Variabel Motivasi Berprestasi dengan Variabel Kepercayaan Diri .....	69
<b>Tabel 4.10</b> Hasil Uji Linearitas Variabel Dukungn Sosial dengan Variabel Kepercayaan Diri .....	69

<b>Tabel 4.11</b> Hasil Uji Hipotesis Pertama .....	70
<b>Tabel 4.12</b> Hasil Uji Hipotesis Kedua .....	71

#### **DAFTAR GAMBAR**

<b>Gambar 2.1</b> Kerangka Hipotesis .....	40
--	----

<b>Gambar 4.1</b> Persentase Subjek Berdasarkan Usia .....	62
<b>Gambar 4.2</b> Persentase Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin .....	63

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1</b> Data Pra Riset .....	90
<b>Lampiran 1.1</b> Data Pra Riset Wawancara .....	90
<b>Lampiran 2</b> Kisi-Kisi Aitem Skala Penelitian .....	92
<b>Lampiran 2.1</b> Kisi-kisi Aitem Skala Kepercayaan Diri Sebelum Try Out .....	92
<b>Lampiran 2.2</b> Kisi-kisi Aitem Skala Kepercayaan Diri Setelah Try Out .....	97
<b>Lampiran 2.3</b> Kisi-kisi Aitem Motivasi Berprestasi Sebelum Try Out .....	102
<b>Lampiran 2.4</b> Kisi-kisi Aitem Motivai Berprestasi Sesudah Try Out .....	107
<b>Lampiran 2.5</b> Kisi-kisi Aitem Dukungan Sosial Sebelum Tryout .....	111
<b>Lampiran 2.6</b> Kisi-kisi Aitem Dukungan Sosial Sesudah Try Out .....	116
<b>Lampiran 3</b> Skala Penelitian Sebelum Tryout .....	122
<b>Lampiran 3.1</b> Skala Kepercayaan Diri Sebelum <i>Try Out</i> .....	122
<b>Lampiran 3.2</b> Skala Motivasi Berprestasi Sebelum <i>Try Out</i> .....	124
<b>Lampiran 3.3</b> Skala Dukungan Sosial sebelum <i>Try Out</i> .....	127
<b>Lampiran 4</b> Skala Penelitian Sesudah Try Out .....	130
<b>Lampiran 4.1</b> Skala Kepercayaan Diri Sesudah <i>Try Out</i> .....	130
<b>Lampiran 4.2</b> Skala Motivasi Berprestasi Sesudah <i>Try Out</i> .....	132
<b>Lampiran 4.3</b> Skala Dukungan Sosial Sesudah Try Out .....	134
<b>Lampiran 5</b> Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Sesudah Skala Penelitian.....	137
<b>Lampiran 5.1</b> Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri Saat Aitem Gugur .....	137

<b>Lampiran 5.2</b> Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri Saat Aitem Valid .....	138
<b>Lampiran 5.3</b> Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Motivasi Berprestasi Saat Aitem Gugur .....	139
<b>Lampiran 5.4</b> Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Motivasi Berprestasi Saat Aitem Valid .....	141
<b>Lampiran 5.5</b> Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Dukungan Sosial Saat Aitem Gugur .....	142
<b>Lampiran 5.6</b> Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Dukungan Sosial Saat Aitem Valid .....	143
<b>Lampiran 6</b> Skala Penelitian .....	145
<b>Lampiran 6.1</b> Skala Penelitian Kepercayaan Diri, Motivasi Berprestasi dan Dukungan Sosial .....	145
<b>Lampiran 7</b> Uji Deskriptif .....	151
<b>Lampiran 7.1</b> Perhitungan Skor Kategori Motivasi Berprestasi .....	151
<b>Lampiran 7.2</b> Perhitungan Skor Kategori Dukungan Sosial .....	152
<b>Lampiran 7.3</b> Perhitungan Skor Kategori Kepercayaan Diri .....	152
<b>Lampiran 8</b> Hasil Output Uji Asumsi .....	152
<b>Lampiran 8.1</b> Uji Normalitas .....	152
<b>Lampiran 8.2</b> Uji Linieritas Variabel Motivasi Berprestasi dengan Variabel Kepercayaan Diri .....	153
<b>Lampiran 8.3</b> Uji Linieritas Variabel Dukungan Sosial dengan Variabel Kepercayaan Diri .....	153

<b>Lampiran 8.4</b> Hasil Output Uji Hipotesis Pertama .....	153
<b>Lampiran 8.5</b> Hasil Output Uji Kedua .....	153
<b>Lampiran 9</b> Tabulasi Data .....	154
<b>Lampiran 9.1</b> Tabulasi Data Kepercayaan Diri, Motivasi Berprestasi dan Dukungan Sosial .....	154

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Olahraga, menurut Ajidarma (dalam Dlis, 2022:105) adalah suatu bentuk kegiatan atau upaya yang dapat meningkatkan kesehatan tubuh seseorang, sekaligus dapat dijadikan sebagai sarana kompetisi untuk pencarian bakat seseorang di bidang olahraga. Secara umum olahraga merupakan salah satu dari banyaknya bentuk aktivitas yang bermanfaat untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan, baik fisik ataupun mental bagi seseorang yang melakukannya. Aktivitas olahraga biasanya dilakukan hanya untuk menjaga kebugaran dan kesehatan tubuh agar nantinya dapat menjalankan aktivitas sehari-hari dengan tubuh yang fit, tetapi tidak sedikit juga yang menjadikan olahraga sebagai hobi atau mendapatkan prestasi dalam suatu kompetisi atau *event* di bidang olahraga. Ada banyak macam atau jenis olahraga yang cukup populer di kalangan masyarakat, salah satunya adalah olahraga futsal.

Menurut Taufik (2022:1) olahraga futsal ini dapat dimainkan menjadi dua tim. Dalam setiap tim terdapat lima pemain. Olahraga futsal ini memiliki tujuan yaitu dengan memasukan bola sebanyaknya ke gawang lawan dan menjaga gawang sendiri jangan sampai lawan dapat memasukkan bolanya ke gawang yang dijaga. Menurut Hamzah (2018) futsal adalah olahraga yang dinamis dan cepat, karena bola bergulir dengan cepat dari satu kaki ke kaki lainnya, yang mengharuskan para pemainnya untuk selalu bergerak dengan cepat, keterampilan yang baik dan determinasi tinggi, yang membuat olahraga futsal digemari oleh masyarakat. Jika dibandingkan dengan sepak bola secara keseluruhan olahraga futsal terlihat lebih sederhana, karena olahraga futsal dapat dimainkan dengan jumlah pemain yang lebih sedikit dari setiap tim dan menggunakan lapangan yang ukurannya lebih kecil daripada lapangan sepak bola (Yudianto, 2009:54). Dengan kesederhanaan dari segala aspek tersebut membuat salah satu jenis olahraga beregu ini semakin populer dan berkembang pesat dengan baik.

Tingkat popularitas olahraga futsal ini juga dapat dilihat dari banyaknya tim dari berbagai sekolah atau akademi futsal yang berbeda, yang dinaungi oleh Asosiasi Akademi Futsal Indonesia atau AAFI. Asosiasi Akademi Futsal Indonesia merupakan sebuah

komunitas dari sekolah futsal dan satu-satunya badan independen yang secara langsung mewakili pemuda futsal di tingkat Indonesia. AAFI ini dibentuk bertujuan untuk melindungi serta memajukan pembinaan futsal di Indonesia. AAFI ini memiliki perwakilan disetiap kota besar di Indonesia, salah satunya terdapat di Kota Tangerang. Banyaknya tim dari berbagai sekolah atau akademi futsal yang menjadi anggota dalam komunitas AAFI di kota Tangerang ini, terlihat dari jumlah peserta yang mengikuti pertandingan Liga AAFI Tangerang 1 Musim 2023 sebanyak 24 tim dari berbagai sekolah atau akademi futsal yang berbeda. Dimana data ini dikutip dari tim penyelenggara Liga AAFI Tangerang 1 musim 2023. Liga ini dilaksanakan tak hanya untuk kategori tim futsal laki-laki saja, melainkan juga kategori tim futsal perempuan atau women. Dari antusiasisme banyaknya pemain yang mengikuti Liga AAFI Tangerang 1 Musim 2023 ini menunjukkan bahwa para atlet futsal di daerah kota Tangerang tidak hanya ingin sekedar bisa bermain, melainkan juga ingin sekaligus mampu mencapai / menciptakan suatu prestasi.

Terdapat kelebihan yang dimiliki oleh Asosiasi Akademi Futsal Indonesia khususnya yang terdapat di kota Tangerang, kelebihannya yaitu, yang pertama adanya coaching clinic yang diadakan oleh organisasi dalam periode satu tahun sekali, dengan melakukan sosialisasi mengenai kurikulum pembelajaran futsal yang sesuai dengan urutan usianya, macam-macam teknik, taktik dan strategi bertanding yang benar untuk para pelatih bagi akademi yang tergabung dalam anggota AAFI tersebut, yang kedua memiliki sistem verifikasi kebenaran bahwa adanya akademi yang di daftarkan dalam anggota AAFI tersebut, hal ini dilakukan untuk memastikan bahwa akademi tersebut benar adanya dan jika ingin mengikuti liga AAFI, akademi tersebut harus benar-benar melakukan pelatihan intens kurang lebih selama 3 bulan bagi tim yang akan dikirim untuk bertanding sebelum musim pertandingan dimulai, yang ketiga adanya kesempatan bagi akademi saat liga AAFI dimulai dalam pekan ketiga untuk melakukan evaluasi pada masing-masing tim yang bertanding. Di sisi lain kelebihan ada pun kekurangan dari organisasi Asosiasi Akademi Futsal Indonesia yaitu tidak ada nya program yang berfokus pada atlet terutama pada pengembangan mental atlet dimana latihan mental merupakan hal yang penting dilakukan secara terprogram dan dalam jangka waktu yang panjang serta dilakukan secara teratur dan sistematis (Kurniawan 2021: 108).

Seorang atlet harus memiliki kesehatan yang cukup baik fisik atau mental yang dijadikan sebagai modal utama dalam menggapai prestasi puncak atau maksimal, Jadi jika aspek fisik dan mental dapat terpenuhi maka prestasi pun bisa didapatkan karena kedua aspek tersebut saling berhubungan satu sama lain. Sejalan dengan pendapat menurut James (dalam Swastiratu, 2021:93) menyatakan hasil dari pertandingan dapat ditentukan oleh faktor mental dan psikologis sebanyak 50%. Menurut Gunarsa (Handayani, 2019:3). Perilaku dan aspek psikis merupakan hal yang mendasari dan tidak terlepas dari penampilan atlet dalam sebuah permainan atau pertandingan. Kondisi fisik berupa kekuatan, kelentukan, kecepatan, daya tahan, dan power, struktur tubuh dan keterampilan yang tinggi tidak cukup, melainkan ada yang mengendalikan dan mengarahkan sehingga penampilannya dapat terbentuk karena adanya perpaduan antara berbagai faktor, dimana faktor psikis yang dominan menjadi penentu mengambil peran lebih besar.

Adapun menurut Lhaksana (dalam Aufa, 2019:1) keberhasilan seorang atlet atau tim bergantung pada faktor psikisnya. Memiliki psikis yang stabil adalah suatu hal yang wajib dimiliki oleh seorang atlet sehingga dapat menangani segala tekanan dalam suatu pertandingan salah satunya tekanan di luar teknis, seperti suasana pertandingan, gemuruh suporter dan tugas yang diberikan pada *official*, karena hal tersebut dapat memengaruhi performanya dalam bertanding. Suasana atau keadaan sekitar dimana atlet bermain atau bertanding mempengaruhi kondisi psikis atlet, baik positif ataupun negatif (Effendi, 2016:24). Hal ini ditunjukkan adanya keinginan dalam mencapai prestasi yang tinggi. Tahap pencapaian prestasi sangat ditentukan oleh kekuatan mental atlet dalam menyelesaikan beragam tantangan didalam pertandingan. Menurut Cooper (dalam Handayani, 2019:4) mengatakan bahwa terdapat tujuh gejala aspek psikis yang dapat mempengaruhi dan dapat ditingkatkan pada diri atlet salah satunya, kepercayaan diri.

Husdarta (dalam Ghufro, 2010: 93) mengatakan bahwa atlet harus memiliki kepercayaan diri yang penuh dalam mencapai finish pada suatu pertandingan, karena dengan memiliki kepercayaan diri dapat menolong atlet dalam mengatasi ketegangan, mengatasi emosinya sehingga mampu mencapai apa yang diinginkan serta menghindari diri dari frustrasi karena adanya kegagalan. Tuntutan serta tekanan yang dirasakan oleh seorang atlet merupakan sebagai tanda awal dari ketegangan yang muncul seperti rasa takut dan gugup saat bertanding atau menghadapi lawan. Maka dari itu rasa kepercayaan diri ini

penting untuk terus dikembangkan dan dilatih pada setiap atlet, agar mampu berpikiran positif atau memiliki cara pandang kedepan yang positif serta dapat meyakini dirinya dalam mencapai prestasi yang maksimal. Tetapi sebaliknya atlet yang merasa tidak percaya diri akan memiliki konsep diri negatif atau memiliki cara pandang kedepan yang cenderung kearah yang negatif dan merasa kurang percaya pada kemampuan yang dimilikinya, alhasil ia cenderung menutup diri. Tetapi pada kenyataannya masih saja ditemukan beberapa atlet yang tidak memiliki rasa kepercayaan diri, tidak yakin dan ragu terhadap kemampuan yang dimiliki.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti, pada Liga Grand Champion Woman 2022 yang diselenggarakan di kota Sumedang, pada tanggal 27-28 November 2022, pada pertandingan ke-empat pada menit-menit terakhir di babak penalti, dalam permainan yaitu ditemukan beberapa anak yang saling menunjuk teman satu sama lain untuk menentukan siapa yang akan melakukan tendangan penalti tersebut. Hal ini menunjukkan adanya ketegangan didalam pertandingan tersebut yaitu berupa rasa ragu, kurang percaya pada kemampuan yang dimiliki dan merasa takut menjadi penyebab kegagalan, sehingga dapat mengganggu konsentrasi pada setiap pemain atau atlet dan mengulur waktu jalannya pertandingan.

Adapun hasil pra riset yang dilakukan kepada 33 atlet futsal dengan metode kuisisioner yang berlandaskan pada aspek kepercayaan diri menurut Lautser 2002, dapat disimpulkan bahwa ditemukan masalah pada tiga aspek kepercayaan diri, yaitu pertama pada aspek rasa yakin terhadap kemampuan diri sendiri dimana sebanyak 18 atlet merasa belum yakin dengan kemampuan yang mereka miliki dalam bermain futsal, berikutnya pada aspek objektif sebanyak 25 atlet belum mengetahui kekurangan dan kelebihan yang dimiliki oleh dirinya sendiri, dan pada aspek ketiga yaitu bertanggung jawab, sebanyak 15 atlet masih kurang peduli terhadap kesehatan dirinya sendiri.

Hasil kuisisioner tersebut juga dilengkapi dengan dengan hasil wawancara yang dilakukan pada 5 Atlet Futsal di kota Tangerang. Bahwa 4 di antaranya ditemukan masalah terkait dengan kepercayaan diri, yang berlandaskan pada aspek-aspek kepercayaan diri menurut Lautser di antaranya, pada aspek pertama yaitu aspek memiliki rasa yakin terhadap kemampuan diri sendiri. Pada aspek ini 4 subjek mengatakan bahwa mereka

masih ragu-ragu, kurang bahkan tidak yakin terhadap kemampuan yang dimilikinya, ada yang menyatakan kurang pada kemampuan teknisnya, kurang kemampuan bermainnya dibandingkan dengan teman-temannya, tidak yakin jika dipasangkan satu tim dengan seniornya, dan jika melihat lawan yang lebih hebat. Kemudian pada aspek kedua yaitu aspek optimis, ditemukan 2 subjek yang mengatakan bahwa akan diam saja dan mencoba lain kali kalau ada kesempatan jika belum berhasil mencetak gol. Pada aspek yang ketiga yaitu aspek objektif, ditemukan 2 subjek yang tidak dapat menilai dirinya secara objektif, ada yang mengatakan mengetahui kekurangannya tapi tidak mengetahui apa kelebihan yang dimilikinya, bahkan ada yang tidak mengetahui keduanya baik kelebihan atau kekurangan yang dimilikinya. Pada aspek keempat yaitu aspek bertanggung jawab, ditemukan 2 subjek yang belum menerapkan pola hidup sehat, sebagai bentuk rasa tanggung jawabnya sebagai atlet untuk menjaga kesehatan agar tetap prima. Dan pada aspek kelima yaitu, aspek rasional dan realistis, ditemukan 4 subjek yang masih merasa takut dan ragu-ragu dalam menghadapi lawan yang lebih hebat saat bertanding.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi terbentuknya kepercayaan diri seseorang menurut Ghufron (dalam Amri, 2018:162), faktor-faktor tersebut adalah konsep diri, harga diri, pengalaman dan pendidikan. Konsep diri adalah bagaimana cara pandang terhadap dirinya sendiri, yang terdiri atas perasaan, dan pikiran mengenai kelemahan dan kekuatan, kemampuan dan keterbatasan dan aspirasi sudut pandang. Seseorang yang mulai membentuk konsep diri pada awalnya dapat diperoleh melalui adanya interaksi suatu kelompok atau lingkungan sekitarnya. Menurut Rahmat (dalam Amyani, 2010) kepercayaan diri bisa diartikan sebagai kepercayaan pada diri sendiri yang dimiliki oleh setiap orang dalam hidupnya dan mengetahui dirinya secara menyeluruh dengan mengacu pada konsep diri. Dengan percaya diri individu akan mampu mengenali dirinya sendiri, sedangkan kurangnya percaya diri akan cenderung menghambat proses berkembangnya potensi yang ada didalam dirinya.

Faktor konsep diri ini berkaitan dengan aspek motivasi berprestasi yaitu adanya umpan balik atau melakukan evaluasi pada diri individu, bahwa penting adanya suatu penilaian terhadap diri sendiri secara benar dan mudah bergaul dengan lingkungan sekitar. Hasil interaksi yang terjalin pada lingkungan sekitar nantinya akan membentuk suatu

konsep diri. Umpan balik sangat penting dilakukan agar individu mampu memahami kekurangan dan kelebihan yang ada pada dirinya, membantu mengembangkan potensi yang sudah ada, mampu menerima dirinya sendiri dalam berbagai kondisi atau situasi yang sedang dialaminya dan dapat memberikan motivasi terhadap dirinya. Terlihat dari individu yang dengan tingkat kepercayaan diri dan motivasi berprestasi yang tinggi sangat menghargai adanya *feedback* atas tugas yang telah dikerajakan. Individu tersebut akan memandang *feedback* bisa menjadi sumber kritik dan saran yang membangun sekaligus bermanfaat untuk meningkatkan hasil kinerja dikemudian harinya.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Suprayitno dalam skripsinya yang berjudul Hubungan Kepercayaan Diri dengan Motivasi Berprestasi pada Pemusatan Latihan Atlet Pelajar Putra Pencak Silat Kabupaten Pati (2020). Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan motivasi berprestasi olahraga pada UKM beladiri. Menurut Murray (dalam Damanik, 2020:31) motivasi berprestasi adalah suatu penggerak dalam diri seseorang untuk mendapatkan kesuksesan serta mengikut sertakan diri dalam berbagai kegiatan. Segala bentuk upaya yang dilakukan serta kemampuan yang dimiliki dapat mempengaruhi tingkat kesuksesan seseorang. Menurut Atkinson (dalam Djaali, 2007), dari beragamnya keperluan hidup manusia, terdapat salah satu kebutuhan untuk berprestasi, yaitu dorongan mengatasi tantangan, membentuk kekuatan, serta melakukan usaha untuk mengerjakan suatu tugas yang sulit dengan cara yang seefektif dan seefisien mungkin, dengan kata lain usaha seseorang dalam menemukan atau melampaui standar keunggulan.

Adapula pendapat dari tokoh lainnya terkait beberapa faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri, yaitu menurut Hakim (dalam vandini, 2015:216) yang dibedakan menjadi dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri individu yaitu konsep diri, harga diri, kondisi fisik dan pengalaman hidup. Berikutnya faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri individu yaitu pendidikan, pekerjaan dan lingkungan. Faktor lingkungan dan pengalaman ini berkaitan dengan aspek dukungan sosial yaitu adanya dukungan emosional. Dukungan emosional merupakan suatu bentuk pemenuhan akan adanya kasih sayang, rasa aman, dan harga diri. Ketiga komponen tersebut mampu didapatkan dari adanya interaksi pada lingkungan

sekitar seperti keluarga, teman sebaya dan masyarakat. Apabila ketiga komponen tersebut tidak terpenuhi maka akan menghambat pertumbuhan anak dan perkembangan mental seseorang. Seseorang dapat dikatakan memiliki kepercayaan diri yang kuat apabila interaksi yang terjadi terhadap komponen-komponen tersebut bisa berjalan dengan baik. Jika hasil dari interaksi yang dilakukan mendapatkan hasil yang baik maka kedepannya akan memiliki cara pandang yang baik juga. Lingkungan yang baik merupakan salah satu tanda adanya dukungan sosial yang baik.

Hal ini didukung berdasarkan penelitian oleh Razak dalam skripsinya yang berjudul “*Hubungan Dukungan Sosial Teman Satu Tim dengan Kepercayaan Diri Saat Bertanding pada Atlet Sepakbola*” (2021), menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial teman satu tim dengan kepercayaan diri saat bertanding pada atlet sepakbola PKO A 2018. Kemudian menurut hasil penelitian Hartanti (dalam Khoiri, 2018:2) mendapatkan hasil bahwa atlet yang berprestasi tidak lepas dari perhatian dan dukungan dari orang yang berarti di sekitarnya. Bagi yang mendapatkan dukungan, akan memiliki rasa yakin dalam melangkah dan tidak ragu dalam bertindak atau mengambil keputusan.

Adanya perasaan didukung oleh lingkungan membuat segala sesuatu menjadi lebih mudah terutama dalam menghadapi peristiwa. Semakin bisa memenuhi norma dan dapat diterima dimasyarakat, maka rasa percaya diri pun ikut semakin bertumbuh. Dari penjelasan tersebut dapat diketahui bahwa penerimaan seseorang oleh masyarakat sebagai bentuk dukungan sosial juga berpengaruh terhadap kepercayaan diri seseorang. Sehingga dapat disimpulkan tinggi rendahnya kepercayaan diri seseorang tergantung pada dukungan sosial masyarakat di lingkungan sosial tempat tinggal sekitarnya.

Berdasarkan pernyataan di atas, kurangnya rasa kepercayaan diri yang dialami oleh beberapa atlet futsal akan menjadi masalah serius apabila secara terus-menerus diabaikan dan harus segera dibenahi. Supaya tidak merugikan atlet futsalnya itu sendiri, tim atau regu dan akademi futsalnya serta tidak mengganggu jalannya pada setiap pertandingan yang akan datang. Terlebih jika mereka menemukan lawan atau tim yang baru, belum pernah ditemui sebelumnya, dan terlihat lebih hebat dibanding tim atau regunya sendiri, maka ketegangan atau perasaan-perasaan ragu serta tidak yakin terhadap kemampuan yang

dimilikinya, juga berpotensi akan muncul dan mengganggu fokus atau konsentrasi atlet ketika bermain. Maka dari itu perlu dilakukannya penelitian untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara motivasi berprestasi dan dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet futsal anggota AAFI di Kota Tangerang. Dari hal tersebut peneliti mengangkat judul “Hubungan Motivasi Berprestasi dan Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri pada Atlet Futsal Anggota Asosiasi Akademi Futsal (AAFI) Di Kota Tangerang”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Adakah hubungan antara motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri pada atlet futsal anggota AAFI Di kota Tangerang?
2. Adakah hubungan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet futsal anggota AAFI Di kota Tangerang?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk menguji secara empiris adakah hubungan antara motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri pada atlet futsal anggota AAFI Di kota Tangerang
2. Untuk menguji secara empiris adakah hubungan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet futsal anggota AAFI Di kota Tangerang

## **D. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaaat dari penelitian ini, di antaranya :

### **1. Secara teoritis:**

Manfaat teoritis adalah manfaat yang berguna untuk orang lain, seperti :

- 1) Dapat mengembangkan atau memperluas kajian teoritik dalam keilmuwan dibidang psikologi baik olahraga, pendidikan, perkembangan ataupun sosial.
- 2) Memberikan inspirasi dan menambah wawasan bagi peneliti lain yang mungkin akan melakukan penelitian selanjutnya, khususnya terkait permasalahan kepercayaan diri atlet.

## 2. Secara praktis :

- 1) Bagi atlet, dengan adanya penelitian ini dapat dijadikan sebagai gambaran para atlet untuk mengevaluasi diri dalam meningkatkan, mengendalikan dan menjaga keyakinan dirinya, bahwa dengan kepercayaan diri seorang atlet mampu membuat perubahan pada dirinya, lingkungan serta prestasi yang lebih baik.
- 2) Bagi akademi dan pelatih futsal, diharapkan hasil dalam penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar pembentuk program pembinaan atau pelatihan mental kepada para atlet dalam membentuk atau membangun serta mempertahankan kepercayaan diri atlet.
- 3) Bagi Orang tua, diharapkan dengan adanya penelitian ini sebagai dasar bahwa pentingnya peran orangtua untuk turut membantu, berkontribusi atau ikut berperan serta dalam mengarahkan dan memberikan bimbingan pada anak untuk menanamkan sikap percaya diri, yakin dan tanggung jawab terhadap diri sendiri sedari dini.

## E. Keaslian Penelitian

Adapun penelitian terdahulu yang dijadikan bahan literatur dalam penelitian ini, sebagai berikut :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Anwar, dkk. (2022) dengan judul : **Tingkat Kepercayaan Diri dengan Motivasi Berprestasi Atlet Petanque di Sulawesi Selatan**. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional. Sampel pada penelitian ini sebanyak 25 atlet petanque di Sulawesi Selatan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa atlet petanque Sulsel memiliki kepercayaan diri berada pada kategori tinggi dan memiliki motivasi berprestasi berada pada kategori sedang. Dan hasil uji hipotesis terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan motivasi berprestasi. Penelitian ini memiliki kesamaan pada variabel kepercayaan diri dan motivasi berprestasi, jenis penelitian yang sama-sama menggunakan kuantitatif begitu juga dengan metode penelitian yang digunakan yaitu korelasional, jika dibandingkan dengan penelitian sebelumnya perbedaannya adalah adanya penambahan pada variabel dukungan sosial dan penempatan variabel pada penelitian sebelumnya variabel motivasi berprestasi dijadikan sebagai variabel terikat dan variabel kepercayaan diri menjadi variabel bebas sedangkan pada penelitian yang

dilakukan variabel motivasi berprestasi menjadi variabel bebas dan variabel kepercayaan diri menjadi variabel terikat dan subjek pada penelitian yang akan dilakukan adalah atlet futsal.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Makruf (2020) dengan judul : **Hubungan Kepercayaan Diri dengan Motivasi Berprestasi Anggota Unit Bola Basket UMS**. Populasi dalam penelitian ini adalah anggota UKM bola basket Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan sampel yang diambil sebanyak 100 anggota. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan motivasi berprestasi olahraga pada UKM beladiri. Penelitian ini memiliki kesamaan pada jenis penelitian kuantitatif dengan metode korelasional dan sama-sama menggunakan variabel kepercayaan diri dan motivasi berprestasi. Kemudian jika dibandingkan dengan penelitian sebelumnya perbedaannya adalah pada penelitian ini adanya penambahan variabel dukungan sosial sebagai variabel bebas, kemudian pada penempatan variabel nya jika pada penelitian sebelumnya kepercayaan diri sebagai variabel bebas sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan variabel kepercayaan diri sebagai variabel terikat dan subjek pada penelitian yang akan dilakukan adalah atlet futsal.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Muriawijaya (2016) dengan judul : **Hubungan antara Motivasi Berprestasi dengan Kepercayaan diri pada Atlet Beladiri**. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 100 orang dan di kriteriakan pada atlet beladiri yang pernah mengikuti minimal pertandingan tingkat provinsi. Hasil penelitian ini diuji dengan menggunakan teknik korelasi product moment, yang menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri. Penelitian ini memiliki kesamaan pada jenis penelitiannya yaitu kuantitatif dengan metode korelasional, sama-sama menggunakan variabel kepercayaan diri dan motivasi berprestasi dan kesamaan pada penempatan variabel kepercayaan diri sebagai variabel terikat. Lalu perbedaannya jika dibandingkan dengan penelitian sebelumnya yaitu pada penambahan variabel dukungan sosial sebagai variabel bebas, dan subjek pada penelitian yang akan dilakukan yaitu atlet futsal.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Siregar (2020) dengan judul : **Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri pada Atlet Pencak Silat di PLPP**

**Sumatera Utara.** Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah seluruh atlet pencak silat PLPP Sumatera Utara dengan sampel sebanyak 45 sampel. Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri atlet pencak silat PLPP Sumatera Utara. Penelitian ini memiliki kesamaan pada jenis penelitiannya yaitu kuantitatif dengan metode korelasional, sama-sama menggunakan variabel kepercayaan diri dan dukungan sosial dan memiliki kesamaan dalam penempatan pada variabel kepercayaan diri sebagai variabel terikat dan dukungan sosial sebagai variabel bebas. Jika dibandingkan dengan penelitian terdahulu perbedaannya yaitu pada penelitian ini adanya penambahan variabel motivasi berprestasi sebagai variabel bebas dan subjek pada penelitian yang akan dilakukan yaitu atlet futsal.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Sakti (2015) dengan judul : **Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri Atlet pada Atlet Cabang Olahraga Taekwondo dalam Berprestasi (Studi pada Atlet Taekwondo Club BJTC, Kabupaten Tangerang).** Penelitian ini bersifat kuantitatif non-eksperimental, dengan jumlah sampel sebanyak 117 Atlet Taekwondo Club BTJC, dengan menggunakan teknik sample random sampling. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada Atlet Taekwondo Club BJTC. Penelitian ini memiliki kesamaan pada jenis penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif dengan metode korelasional, sama-sama menggunakan variabel kepercayaan diri dan dukungan sosial dan kesamaan pada penempatan variabel kepercayaan diri sebagai variabel terikat dan dukungan sosial sebagai variabel bebas. Lalu jika dibandingkan dengan penelitian sebelumnya perbedaannya adalah adanya penambahan variabel motivasi berprestasi sebagai variabel bebas dan subjek pada penelitian yang akan dilakukan yaitu atlet futsal.
6. Penelitian yang dilakukan oleh Widodo (2015) dengan judul : **Hubungan antara Kecemasan Bertanding dan Dukungan Sosial dengan Motivasi Berprestasi pada Atlet Pencak Silat Perguruan Pencak Organisasi Sidoarjo.** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan sampel sebanyak 133 atlet. Hasil penelitian menunjukkan hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan motivasi berprestasi pada atlet pencak silat Perguruan Pencak Silat Sidoarjo. Penelitian

ini memiliki kesamaan pada jenis penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif dengan metode korelasional dan sama-sama menggunakan variabel dukungan sosial dan motivasi berprestasi kemudian jika dibandingkan dengan penelitian terdahulu perbedaannya adalah adanya penambahan variabel kepercayaan diri sebagai variabel terikat, penempatan variabel motivasi berprestasi dan dukungan sosial sebagai variabel bebas dan objek penelitian yang akan dilakukan yaitu atlet futsal.

7. Penelitian yang dilakukan oleh Putri (2014) dengan judul : **Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua, Pelatih dan Teman dengan Motivasi Berprestasi Akademik dan Motivasi Berprestasi Olahraga (Basket) pada Mahasiswa Atlet Basket Universitas Surabaya.** Penelitian ini menggunakan subjek sebanyak 35 mahasiswa atlet basket Universitas Surabaya dengan metode teknik purposive sampling. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial orang tua, pelatih dan teman dengan motivasi berprestasi akademik dan motivasi berprestasi olahraga (basket). Persamaan pada penelitian yang akan dilakukan yaitu pada jenis penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif dengan metode korelasional, variabel dukungan sosial dan motivasi berprestasi. Kemudian perbedaannya yaitu adanya penambahan variabel kepercayaan diri sebagai variabel terikat dan penempatan variabel motivasi berprestasi dan dukungan sosial sebagai variabel bebas serta subjek penelitian yang akan dilakukan yaitu atlet futsal.
8. Penelitian yang dilakukan oleh Pratama (2019) dengan judul penelitian : **Pengaruh Kepercayaan Diri terhadap Peak Performance Atlet Futsal Usia Remaja.** Penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 128 atlet, dengan menggunakan metode teknik purposive sampling. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh antara kepercayaan diri dengan peak performance pada atlet futsal usia remaja sebesar 13,3%. Persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu pada variabel kepercayaan diri. Kemudian perbedaannya yaitu adanya penambahan variabel motivasi berprestasi dan dukungan sosial dan metode yang digunakan pada penelitian yang akan dilakukan adalah hubungan.
9. Penelitian yang dilakukan Munir, dkk. (2023) dengan judul penelitian: **The Relationship Between Motivation and Mentality towards Athletes' Psychology in Supporting Football Achievement** Jenis penelitian yang digunakan adalah studi

literatur. Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan artikel yang bersumber dari jurnal yang terindeks sinta 2-5. Penelitian ini memfokuskan pada hubungan motivasi dan mentalitas atlet terhadap prestasi sepakbola. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara mentalitas dan motivasi atlet terhadap prestasi atlet. Peneliti mengajinya dengan menggunakan empat artikel yang diulas secara keseluruhan dan memberikan hasil yang positif, bahwa mentalitas atlet berperan penting dalam mencapai prestasi yang baik. Adanya kaitan kedua faktor psikologis tersebut, membantu atlet mendapatkan prestasi yang maksimal. Disimpulkan bahwa motivasi dan mental mempengaruhi prestasi atlet yang akan berdampak pada prestasi atlet, selain itu atlet juga dapat menciptakan prestasi yang maksimal. Persamaan pada penelitian yang dilakukan adalah sama-sama menggunakan variabel motivasi berprestasi. Sedangkan perbedaannya dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu pada jenis penelitian, metode penelitian yang digunakan, adanya penambahan variabel kepercayaan diri dan dukungan sosial dan tidak terdapat adanya subjek penelitian karena menggunakan metode literatur saja.

Terdapat beberapa tema yang sama dari kesembilan penelitian di atas dengan penelitian saat ini sebagai kajian pustaka seperti motivasi berprestasi, dukungan sosial dan kepercayaan diri. Akan tetapi, penelitian yang dilakukan saat ini berbeda dengan penelitian yang terdahulu, yang menjadi perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian terdahulu yakni, penempatan variabel terikat dan tergantung, penelitian ini menggunakan tiga variabel, yang terdiri dari satu variabel terikat yakni kepercayaan diri, dan dua variabel tergantung yakni motivasi berprestasi dan dukungan sosial. Perbedaan penelitian lainnya yakni terletak pada jenis penelitian, metode dan subjek penelitian yang dilakukan yaitu pada subjek penelitian ini adalah atlet futsal anggota AAFI di Kota Tangerang.

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Kepercayaan Diri

##### 1. Definisi Kepercayaan Diri

Sigmund Freud (dalam Mamlu'ah, 2019:31), seorang tokoh terkemuka di bidang psikologi, menegaskan bahwa kepercayaan diri adalah tingkat dorongan tertentu yang tumbuh dalam diri sehingga dapat menimbulkan perasaan yakin untuk mencapai apa yang diinginkan. Adapun menurut Horn (dalam Tangkudung, 2017:118), kepercayaan diri didefinisikan sebagai sumber daya yang dimiliki seseorang dari dalam diri, berupa kapasitas untuk mencapai keberhasilan yang bersumber pada keyakinan dan harapan. Menurut Lautser (dalam Amri, 2018:4) juga mengatakan bahwa kepercayaan diri adalah bentuk yakin akan bakat yang dimiliki, yang nantinya akan membantu seseorang tidak terlalu merasa khawatir dengan setiap tindakan-tindakan yang ingin dilakukan, lebih leluasa untuk melakukan berbagai hal yang sesuai dengan keinginannya, bertanggung jawab atas perbuatannya, berperilaku sopan jika berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan untuk berprestasi serta mampu mengenali kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Proses pembentukan keyakinan diri ini melibatkan pembelajaran bagaimana dapat menerima atau merespon beragam rangsangan eksternal melalui interaksi dengan lingkungan sekitar.

Kepercayaan diri / *self-confidence* merupakan salah satu sikap yang wajib dimiliki oleh setiap individu jika hendak melakukan aktivitas sehari-hari. Seseorang yang kurang percaya diri akan kemampuannya dalam mengerjakan sesuatu, nantinya akan membuahkan hasil yang tidak sesuai dengan apa yang telah direncanakan, Asiyah (2019:218). Menurut Iswidharmanjaya (dalam, Syam 2017:92) seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang cukup adalah seseorang yang dengan percaya diri dan mantap dalam mengaktualisasikan potensi yang dimiliki. Proses kehidupan seseorang sangat dipengaruhi oleh tingkat kepercayaan diri yang dimiliki oleh masing-masing, karena seseorang dengan rasa percaya diri yang tinggi akan lebih termotivasi untuk melakukan berbagai hal didalam kehidupannya. Dengan kepercayaan diri individu dapat meningkatkan potensi dan kreatifitas dalam hidupnya, sikap dalam mengambil

keputusan, patuh terhadap nilai-nilai moral, sikap dan sudut pandang terhadap berbagai hal, tujuan dan harapan.

Dari beragam definisi kepercayaan diri menurut beberapa tokoh tersebut disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah bentuk yakin pada kemampuan diri sendiri, merasa bebas dan sanggup mengerjakan apapun sesuai dengan yang direncanakan, tanpa rasa takut dan cemas sehingga mampu menghadapi berbagai persoalan yang terjadi.

## **2. Aspek-aspek Kepercayaan Diri**

Menurut Lautser (2002:195) menjabarkan bahwa komponen-komponen kepercayaan diri antaranya optimis, objektif, keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri, mempunyai rasa bertanggung jawab, rasional dan realistik.

### **a. Optimis**

Optimis merupakan suatu kondisi dimana seseorang memiliki cara berpikir yang positif atau prespektif yang konstruktif terhadap berbagai peristiwa dan percaya bahwa masih ada sebuah harapan. Adanya perasaan optimis dapat menjadikan seseorang dapat menyelesaikan masalah dengan berpikir positif dan realistik. Menurut Lopez dan Snyder (2003) optimis merupakan suatu bentuk harapan yang dimiliki oleh masing-masing individu terhadap apa yang akan terjadi di masa depan dalam bentuk kebaikan (dalam, Sidabalok 2019:50). Sehingga optimis merupakan bentuk dorongan yang dapat menumbuhkan keyakinan diri pada kemampuan yang dimiliki dan mampu membawa seseorang dalam mencapai tujuan yang diinginkan.

### **b. Objektif**

Objektif juga dapat merujuk pada cara pandang seseorang terhadap suatu situasi atau masalah dengan sebagaimana mestinya, bukan menurut membenaran pribadi atau dirinya sendiri. Seseorang yang sangat mengutamakan nilai kejujuran dalam hidupnya berarti orang tersebut memiliki sikap objektif. (Mildawani 2014:9).

### **c. Keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri**

Menurut Walgito (2000) keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri mengacu pada rasa yakin terhadap kemampuan yang dimiliki oleh dirinya sendiri untuk mencapai keberhasilan, yaitu dengan mengerahkan berbagai upaya yang

dilakukannya sendiri dan mengembangkan penilaian positif bagi dirinya sendiri ataupun lingkungan sekitarnya. Sehingga individu tersebut mampu menghadapi segala tantangan atau kesulitan dalam hidupnya dengan sikap tenang dan rasa yakin (dalam Lestari, 2022:101).

d. Bertanggung Jawab

Bertanggung jawab dalam diri seseorang dapat diartikan sebagai bentuk kesiapan seseorang untuk dapat menanggung atau menerima segala sesuatu yang menjadi konsekuensinya atas suatu keputusan ataupun perbuatannya (Amri, 2018:161).

e. Rasional dan Realistis

Rasional yaitu menelaah situasi atau perosalan dengan pemikiran yang masuk akal, sesuai dengan nyata yang ada.

Selain itu ada pula aspek-aspek kepercayaan diri menurut Anthony (dalam Deni, 2016:3) menyatakan bahwa sebagai berikut:

a. Adanya rasa aman

Adanya rasa aman yang dimaksud adalah terlepasnya dari ketakutan, tidak ada kompetisi terhadap situasi atau orang-orang disekitarnya

b. Ambisi normal

Ambisi selaras dengan kemampuan yang dimiliki, tidak ada kompetisi dari ambisi yang berlebihan, mampu menyelesaikan tugas dengan baik serta bertanggung jawab

c. Konsep diri

Mampu memberikan penilaian positif terhadap potensi yang dimiliki, fisik, psikis, baik dalam bersosial ataupun moral yang berada disekitarnya.

d. Mandiri

Tidak bergantung pada orang lain setiap melakukan sesuatu dan tidak membutuhkan dukungan orang lain ketika ingin melakukan suatu tindakan.

Adapun menurut Preston (2007:14) yang mengungkapkan ada 5 aspek pembangun kepercayaan diri yaitu:

a. *Self-awareness* (kesadaran diri), dapat memahami dan mengetahui tentang diri sendiri dalam hal kebenaran tentang diri.

b. *Intention* (niat), memiliki kemampuan membuat suatu komitmen

- c. *Thinking* (berpikir positif rasional) artinya memiliki kemampuan berpikir menggunakan akal secara logis,
- d. *Imagination* (imajinasi), mampu membayangkan diri secara positif dan berpikir kreatif pada saat akan bertindak, dan
- e. *Act* (bertindak), mengimplementasikan tindakan untuk menampakkan kepercayaan diri.

Berdasarkan beberapa aspek kepercayaan diri menurut para tokoh di atas, aspek kepercayaan diri yang digunakan pada penelitian ini yaitu aspek menurut Lautser (1978) yaitu adanya rasa yakin terhadap kecakapan yang dimiliki, optimis, objektif, memiliki rasa tanggung jawab, rasional dan realistis.

### **3. Faktor-faktor Kepercayaan Diri**

Menurut Hakim (dalam Vandini, 2015:216) rasa percaya diri itu tidak bisa dibentuk dalam sekejap pada diri seseorang, tetapi melalui mekanisme tertentu didalam pribadinya sehingga dapat terbentuk rasa percaya diri. Berikut merupakan beberapa elemen yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, yaitu faktor internal adalah di antaranya konsep diri, harga diri, kondisi fisik dan pengalaman hidup dan faktor eksternal, di antaranya Pendidikan, pekerjaan dan lingkungan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya kepercayaan diri seseorang menurut Ghufroon (dalam Amri, 2018:162) sebagai berikut:

#### **a. Konsep Diri.**

Konsep diri adalah bagaimana memandang dirinya sendiri. Adapun menurut Burns 1993 (dalam Yulikhah, 2019:67) menyatakan bahwa konsep diri adalah gambaran gabungan dari apa yang dipikirkan oleh seseorang dan pendapat atau pemikiran orang lain tentang dirinya sendiri dan bagaimana individu dapat menjadi sosok ideal yang mereka inginkan. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang positif jika memiliki konsep diri positif atau baik begitu pun sebaliknya, seseorang yang dikatakan memiliki kepercayaan diri negatif jika memiliki konsep diri negatif seperti rasa rendah diri.

b. Harga Diri

Harga diri adalah suatu bentuk penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri. Harga Seseorang yang memiliki harga diri yang tinggi ditandai dengan kemampuan meniali diri sendiri secara benar, mudah bergaul dengan lingkungan sekitarnya dan mudah menerima dirinya sendiri dalam berbagai kondisi atau situasi. Disisi lain seseorang yang memiliki harga diri yang rendah cenderung bergantung pada orang lain, kurang percaya diri, sulit menyesuaikan diri, dan sering merasa pesimis dalam hidupnya.

c. Pengalaman dan Pendidikan.

Kepercayaan diri yang dimiliki seseorang sangat dipengaruhi oleh pengalaman semasa hidupnya. Banyak hal yang dapat dipelajari dari sebuah pengalaman terutama dalam lingkup keluarga dan lingkungan sekitarnya. Jika interaksi dengan keluarga atau lingkungan sekitar berjalan dengan baik, maka individu tersebut dikatakan memiliki kepercayaan diri yang kuat. Jika hasil dari interaksi yang dilakukan membuahkan hasil yang positif maka akan menghasilkan cara pandang yang positif juga kedepannya. Hal yang sama juga berlaku untuk pendidikan, bagi seseorang yang memiliki tingkat pendidikan tinggi cenderung lebih mandiri, memikirkan baik atau buruknya perbuatan yang hendak dilakukan terlebih dahulu secara rasionalis serta tidak bergantung pada orang lain.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi percaya diri (dalam Andayani, 2019:151) di antaranya:

a. Faktor internal:

1) Konsep diri dan harga diri.

Perkembangan konsep diri mampu didapati melalui hasil dari interaksi yang terjalin dalam suatu kelompok, karena melalui hasil dari interaksi yang terjalin nantinya akan membentuk konsep diri, hal ini merupakan langkah awal dalam membangun kepercayaan diri seseorang.

kepercayaan diri seseorang yaitu dengan perkembangan konsep diri yang didapat melalui hasil dari interaksi yang terjalin dalam suatu kelompok, dimana hasil interaksi yang terjalin nantinya akan membentuk suatu konsep diri.

2) Kondisi fisik.

Penyebab utama tinggi rendahnya harga diri dan rasa percaya diri adalah bagaimana performa fisik seseorang.

3) Kegagalan dan kesuksesan.

Kegagalan dalam hidup terkadang dapat membuat seseorang merasa kurang percaya diri, yang menyebabkan munculnya perasaan tidak mampu dari dalam dirinya. Sebaliknya seseorang yang mengalami kesuksesan, memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi, senantiasa konsisten dan berhasil dalam menjalani setiap proses dikehidupannya maka akan timbul rasa percaya diri yang kuat, dan yakin bahwa dirinya mampu.

4) Pengalaman hidup.

Tiga kebutuhan manusia yang cukup dominan adalah cinta, rasa aman dan harga diri. Ketiga nya harus dipenuhi agar seseorang dapat tumbuh dan berkembang baik secara fisik atau mental. Jika ragam kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, maka pertumbuhan anak dan perkembangan mental pada anak akan mengalami dampak yang buruk.

5) Peran lingkungan keluarga terhadap terbentuknya rasa kepercayaan diri.

Salah satu contoh lingkungan terkecil adalah keluarga, dimana lingkungan keluarga ini mempengaruhi tahap perkembangan (yang terjadi didalam seseorang), lingkungan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap psikologis seseorang, baik itu pengaruh positif atau negatif.

b. Faktor eksternal

1) Pendidikan.

Tingkat pendidikan yang rendah akan menjadikan seseorang menjadi bergantung pada orang lain dan tunduk dibawah kendali orang lain yang lebih baik darinya. Di sisi lain pendidikan yang tinggi membuat seseorang menjadi mandiri, tidak bergantung pada orang lain, kuat menghadapi rintangan hidupnya dengan penuh kepercayaan diri dan kekuatan serta melihat suatu peristiwa secara realistis.

2) Lingkungan dan pengalaman hidup.

Salah satu penyebab anak merasa kurang percaya diri adalah adanya pengalaman buruk yang terjadi semasa kanak-kanak.

3) Bekerja.

Dalam mengembangkan kreatifitas, kemandirian dan menumbuhkan rasa kepercayaan diri seseorang dapat dilakukan dengan adanya kegiatan bekerja.

Berdasarkan penjelasan dari beberapa tokoh di atas maka disimpulkan terdapat 2 faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri seseorang seperti suatu kesadaran seseorang yang akan memberi pengaruh dalam penentuan tingkah laku seseorang atau biasa disebut dengan konsep diri. Konsep diri ini terbentuk berlandaskan pada pandangan individu mengenai dirinya sendiri dan hubungannya terhadap suatu obyek atau orang lain yang berada di lingkungannya. Kemudian rasa percaya diri ini akan bertumbuh seiring dengan kesadaran akan rasa yakin dan kemahiran diri untuk bisa memahami orang lain sebagai hubungan interaksi yang saling support, baik dalam keluarga atau pergaulan dengan lingkungan sosial.

Dan yang berikutnya ada faktor eksternal yang berasal dari luar, di mana faktor ini sebagai suatu pembentuk awal pola kepribadian seseorang, seperti lingkungan keluarga, tingkat pendidikan, serta pengalaman yang pernah terjadi yang disebabkan oleh faktor dari luar dirinya (lingkungan sekitarnya). Selain itu lingkungan formal seperti sekolah, dimana sekolah ini merupakan tempat kedua untuk bisa mengasah rasa percaya diri seseorang yang didapat dari lingkungan pembentuk yaitu keluarga kepada teman-temannya. Tidak menutup kemungkinan kepercayaan diri seseorang juga dapat berpengaruh pada motivasi untuk mampu berprestasi baik.

#### **4. Ciri-ciri Individu yang Mempunyai Kepercayaan Diri**

Fatimah 2010 (dalam Putri, 2018:28) menyatakan seseorang yang mempunyai rasa percaya diri yang optimal memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Tidak lagi memerlukan kalimat afirmasi dari orang lain sehingga merasa percaya dengan kemampuan yang dimiliki.
- b. Tidak memiliki keinginan untuk bersikap konformis untuk menunjukkan hanya untuk diterima oleh orang lain atau kelompok.
- c. Bersikap tegas dalam menghadapi penolakan orang lain, berani apa adanya menjadi dirinya sendiri.
- d. Dapat mengendalikan diri dengan baik, tidak mudah emosi / stabil
- e. Memiliki internal focus of control atau sudut pandang bahwa seberapa keras upaya yang dikerahkan oleh diri sendiri, memiliki sikap pantang menyerah apapun kondisinya, tidak bergantung atau berharap pada orang lain.
- f. Mempunyai pandangan yang positif pada diri sendiri, orang lain dan situasi yang berada di luar dirinya.
- g. Mengharapkan sesuatu sesuai dengan realistis atau apa adanya, sehingga jika yang diharapkan belum terwujud, tetap mampu melihat apa manfaat atau sisi positif dirinya dari situasi yang terjadi.

Adapun menurut Mardatillah 2010 (dalam Amri, 2018:160) individu yang memiliki rasa percaya diri tentunya memiliki karakteristik sebagai berikut:

- a. Mampu mengenali dirinya sendiri, baik kekurangan atau kelebihan serta mampu mengembangkan potensi yang dimilikinya.
- b. Memiliki target atas tujuan dalam hidupnya serta memberikan reward jika mampu mencapai tujuan, dan terus mencoba lagi jika tidak tercapai.
- c. Lebih banyak menginteropeksi diri dibandingkan menyalahkan orang lain atas kekelahan atau ketidakberhasilan.
- d. Mampu meregulasi dengan baik jika ada perasaan tertekan, kecewa dan rasa ketidakmampuan pada diri sendiri.
- e. Merasa tenang dalam mengahdapi segala sesuatu yang terjadi.
- f. Berpikir positif terus maju tanpa harus melihat kebelakang.

Berdasarkan beragam ciri di atas diatas dapat disimpulkan bahwa karakteristik seseorang yang mempunyai rasa percaya diri yang baik yaitu, memiliki rasa percaya dengan dirinya sendiri, tidak memiliki sikap konformis, apa adanya atau berani menjadi

dirinya sendiri, mampu mengendalikan diri dengan baik dan pandangan yang positif terhadap diri sendiri.

## 5. Kepercayaan Diri dalam Perspektif Islam

Al-Quran ini adalah kalam Allah SWT. yang diturunkan oleh Allah SWT. melalui perantara Nabi Muhammad SAW. untuk manusia. Ajaran-ajaran dalam islam, merupakan sebuah rahmat bagi seluruh alam semesta. Pada dasarnya Al-Quran sudah membahas semua masalah yang terjadi pada manusia seperti aturan-aturan dasar salah satunya kepercayaan diri. Al-Quran sebagai pedoman pertama yang menekankan perihal percaya diri secara gamblang melalui beberapa ayat-ayat yang merujuk pada percaya diri. Agama islam mengajak penganutnya untuk meningkatkan rasa percaya diri yang tinggi, karena kelebihan akal yang dimiliki oleh manusia yang membuat manusia sebagai makhluk ciptaan-Nya yang memiliki derajat paling tinggi. sehingga sudah sepatutnya manusia yakin dengan kelebihan yang dimiliki. Sesuai dengan firman Allah SWT. dalam Quran surah Al-Imran ayat 139, sebagai berikut:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya : “ Dan janganlah kamu melemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang mukmin. QS. (Ali Imran: 139).

Dalam tafsir Tahili ayat ini menghimbau agar kaum muslimin jangan bersifat lemah dan bersedih hati, walaupun mengalami oukulan berat dan penderitaan yang cukup pahit dalam perang uhud, karena kalah atau menang dalam suatu peperangan adalah hal yang biasa termasuk dalam ketentuan Allah SWT. Yang demikian itu hendaklah dijadikan sebagai pembelajaran. Kaum muslimin dalam peperangan sebenarnya mempunyai mental yang kuat dan semangat yang tinggi serta lebih unggul jika mereka benar-benar beriman (Kemenag RI.)

Dari penjelasan tersebut dapat ditarik kesimpulan yaitu menegaskan kepada seluruh manusia untuk tidak merasa lemah dan kalah dalam menghadapi berbagai situasi sulit. Menurut Krishna (dalam Amri 2018:160). Seseorang yang mampu menerima atas kegagalan dan mampu melampaui rasa kecewa yang disebabkan dalam sekejap dapat tercermin pada individu yang memiliki kepercayaan diri Jadi dengan

memiliki kepercayaan diri individu akan terlatih untuk tidak mudah putus asa dan memiliki jiwa yang kuat dalam mengatasi berbagai persoalan. Setiap orang memiliki kekurangan dan kelebihan masing-masing. Kekurangan dan kelebihan yang dimiliki oleh setiap manusia tidak semata-mata diberikan-Nya begitu saja tetapi untuk memberikan pengajaran dan pembelajaran bagi hambanya untuk lebih bersyukur kepada Allah SWT. atas apa yang sudah diberikan. bahkan rasa syukur ini bisa menjadikan manusia untuk bisa lebih dekat lagi kepada Allah SWT. dan ayat ini mengingatkan manusia agar benar-benar berserah diri kepada Allah SWT. dan mendorong untuk menjaga kehidupan agar tetap seimbang, yaitu tidak kehilangan sikap optimisme ketika mendapati kesedihan dan sekaligus tidak berlebihan dalam kegembiraan yang menjadikannya lupa dengan Tuhan-Nya, Allah SWT.

## **B. Motivasi Berprestasi**

### **1. Definisi Motivasi Berprestasi**

Sardiman (dalam Sari, 2018:42) “motivasi” berasal dari kata “motif” mengacu pada kelebihan yang berasal dari dalam diri individu dan dapat menyebabkan seseorang tersebut berperilaku atau berbuat suatu tindakan untuk mencapai sebuah tujuan. Adi (dalam Uno, 2017:3) mengatakan motif tidak bisa dilihat secara langsung melainkan bisa dilihat melalui bentuk perilaku, seperti rangsangan atau daya penggerak dari dalam diri seseorang sehingga muncul suatu tingkah laku tertentu, demi mencapai suatu tujuan. Sedangkan menurut Pinder (dalam Ridho, 2020:4) motivasi adalah sekumpulan tenaga oleh kombinasi kekuatan internal dan eksternal, baik yang mengawali sikap dan menentukan bentuk, arah serta intensitasnya. Dari pengertian tersebut diketahui bahwa motivasi timbul karena adanya suatu kebutuhan, yang kemudian menggerakkan seseorang untuk mencapai kebutuhan tersebut. Kebutuhan yang menurutnya harus dipenuhi dan mendorong seseorang untuk mengerahkan segala upaya untuk mendapatkannya. Menurut Gage dan Berliner 1984 (dalam Fakhira, 2017:31) menerangkan bahwa motivasi itu berkaitan dengan situasi yang menggugah (aroused) atau biasa dikenal dengan situasi arousal dan mengarah pada tujuan tertentu.

McClelland juga berkontribusi dalam hal ini, yaitu mengembangkan suatu bentuk motivasi yaitu motivasi berprestasi, yang mana motivasi berprestasi ini

merupakan suatu kebutuhan yang didapatkan dan terus dikembangkan dari sejak kecil hingga dewasa, dan menegaskan bahwa setiap individu memiliki keinginan untuk berprestasi. Semakin tinggi prestasi yang akan dikejar semakin banyak pula usaha yang dikerahkan Mc. Clelland (dalam Ridho, 2020:6). Motivasi berprestasi juga merupakan suatu bentuk keinginan untuk menyelesaikan berbagai hal untuk menggapai target kesuksesan dalam suatu kompetisi dengan standar keunggulan tertentu, ketika individu berinteraksi dengan orang lain dan lingkungan sekitarnya motivasi itu nantinya akan muncul dengan sendirinya, Mc. Clelland (dalam Fakhira, 2017:31).

Menurut Mangkunegara (dalam Fadhilah, 2013:3) motivasi berprestasi juga didefinisikan sebagai dorongan dari dalam diri individu untuk melakukan suatu bentuk aktivitas atau tugas dengan sebaik mungkin agar mencapai prestasi dengan predikat terbaik. Adanya keinginan dominan untuk mencapai suatu kesuksesan atau memperoleh apa yang menjadi tujuan akhirnya disebabkan karena seseorang tersebut memiliki motivasi berprestasi. Dimana pernyataan ini juga sejalan dengan Heckhausen (dalam Djaali, 2007: 121) yang mengatakan bahwa motivasi berprestasi merupakan bentuk suatu dorongan yang berasal dari dalam diri individu yang selalu berusaha untuk mengembangkan atau menjaga kemampuannya sebaik mungkin dalam berbagai aktivitasnya dengan menggunakan standar atau target yang telah ditentukan.

Berdasarkan pendapat menurut beberapa tokoh tersebut, disimpulkan bahwa motivasi berprestasi adalah bentuk dorongan dari dalam diri sendiri untuk melakukan suatu upaya dan memiliki standar keunggulan tertentu terhadap tugas yang dikerjakan untuk mencapai prestasi semaksimal mungkin

## **2. Aspek-aspek Motivasi Berprestasi**

Menurut Atkison (dalam Kurniawati, 2018:227) motivasi berprestasi terdiri dari dua komponen, di antaranya adanya sebuah penghargaan untuk sukses dan mengerahkan segala upaya untuk menghindari kegagalan. Adapun komponen-komponen dari motivasi berprestasi menurut Mc. Clelland (dalam Fakhira, 2017:31) antara lain:

- 1) Berusaha untuk sukses  
Dalam mengejar kesuksesan seseorang yang motivasi berprestasinya tinggi akan berupaya sebaik mungkin dengan kemampuan yang dimiliki.
- 2) Tanggung jawab  
Mampu bertanggung jawab atas apa yang dikerjakan demi mencapai keberhasilan tugasnya.
- 3) Senang mendapatkan umpan balik  
Timbuknya rasa senang ketika mendapatkan umpan balik atas pekerjaannya yang telah dilakukan atau adanya *evaluative* yaitu dengan meminta atau menerima saran atau *feedback* untuk melengkapi atau memperbaiki atas apa yang dikerjakan.
- 4) Memilih tugas berdasarkan kemampuannya atau mampu mempertimbangkan resiko
- 5) Kreatif dan Inovatif  
Menciptakan atau melakukan berbagai hal baru yang beda dari sebelumnya, dengan tujuan agar lebih efektif dan efisien dalam mencapai target yang diinginkan.

Adapun aspek-aspek motivasi berprestasi menurut Santrock (2008:464) yang dapat dilihat dari dua sumber, yakni:

a. Sumber intrinsik

Sumber intrinsik yaitu sumber yang biasa dikenal berasal dari dalam diri individu, yang meliputi:

- 1) Dorongan rasa ingin tau  
Dorongan rasa ingin tau ini merupakan suatu keinginan individu untuk mengetahui lebih lanjut terhadap beberapa hal yang belum dikuasai dan cenderung pada tugas yang cenderung lebih sulit.
- 2) Tingkat aspirasi  
Adanya rasa ketertarikan untuk melakukan suatu pekerjaan yang belum dikuasai dan menantang.
- 3) Keinginan mencapai keberhasilan yang bermanfaat dalam waktu yang lama dan berkaitan

Seseorang yang memiliki keinginan untuk sukses dalam jangka panjang, cenderung ulet dalam bekerja dan menghadapi rintangan atau masalah dengan kreativitas dan inovasi yang dimiliki.

4) Kecemasan dalam berprestasi

Adanya rasa takut akan kegagalan ketika individu tidak mampu mencapai standar keunggulan yang telah ditetapkan.

b. Sumber ekstrinsik

Sumber ekstrinsik atau sumber yang berasal dari luar individu, yang meliputi:

1) Pencapaian tujuan dari faktor luar

Adanya dorongan dari kerabat terdekat seperti keluarga, teman, guru dan saudara atau lingkungan sekitar, individu tersebut yang mengakibatkan timbulnya motivasi berprestasi yang ditunjukkan melalui perilaku yang mendukung tujuannya.

2) Standar hasil yang ditentukan oleh faktor luar

Seperti adanya pemberian *reward* atau *punishment* pada lingkungan sekitar individu, hal itu bisa memicu seseorang menjadi termotivasi untuk berprestasi dan menunjukkan perilaku yang mendukung tujuannya.

3) Rasa ingin untuk menggapai keberhasilan karena pengaruh orang lain

Keberhasilan yang dicapai orang lain dapat mempengaruhi keinginan seseorang juga dalam mencapai keberhasilan.

Beberapa paparan yang telah disampaikan di atas mengenai komponen-komponen motivasi berprestasi terdapat tujuh komponen motivasi berprestasi, diantaranya, resiko yang terkait pemilihan tugas, umpan balik, tanggung jawab, kreativitas dan inovasi, ketiga komponen tersebut termasuk komponen yang bersumber dari intrinsik atau yang berasal dari dalam diri individu, adapun komponen yang bersumber dari ekstrinsik atau yang berasal dari luar diri individu yaitu lingkungan sekitar individu.

### 3. Faktor-faktor Motivasi Berprestasi

Menurut Mc. Clelland (dalam Lenggono, 2020:34) menggambarkan bahwa motivasi berprestasi dipengaruhi oleh beragam faktor yang dibagi menjadi dua yaitu

faktor intrinsik dan ekstrinsik. Faktor intrinsik adalah faktor yang berasal dari dalam individu itu sendiri. Di antara lain seperti:

- a. Adanya kemungkinan untuk mencapai kesuksesan
- b. Kekuatan akan kegagalan
- c. Nilai-nilai yang dipahami atau *value*
- d. Adanya *self-efficacy* atau keyakinan yang ada didalam diri terhadap kemampuan yang dimiliki
- e. Usia
- f. Pengalaman dan Jenis kelamin

Sedangkan faktor ekstrinsik adalah faktor yang berasal dari luar individu di antara lain seperti, lingkungan sekitar termasuk di antaranya lingkungan keluarga dan teman, lingkungan sehari-hari dan akademik, yang bisa membantu seorang individu untuk menumbuhkan motivasi berprestasinya.

Menurut Santrock (dalam, Amseke 2021:242) terdapat beragam faktor yang mempengaruhi motivasi berprestasi yaitu faktor intrinsik seperti cita-cita, kepribadian seseorang, konsep diri dan intelegensi. Dan faktor ekstrinsik seperti lingkungan keluarga, sekolah/kampus, masyarakat dan budaya. Kemudian Hadeli (2007:56) mengemukakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi motivasi berprestasi di antaranya:

- a. Rasa yakin untuk mencapai keberhasilan, yaitu adanya keinginan untuk mengerjakan tugas dengan sebaik mungkin
- b. Bertanggung jawab, dapat menerima resiko pada dirinya sendiri dan dapat menentukan masa depannya. Sehingga apa yang diinginkan dapat tercapai
- c. Evaluatif dengan menggunakan umpan balik
- d. Pemilihan resiko “sedang”, dengan artian mengetahui batas kemampuan yang dimiliki sehingga tindakan yang dilakukan sesuai dengan batas kemampuannya
- e. Kreatif dan inovatif, yaitu mampu mencari peluang dengan menggunakan kesempatan yang ada dalam menunjukkan potensi yang dimiliki
- f. Suka tantangan, menyukai kegiatan yang bersifat prestatif dan kompetitif

Faktor-faktor tersebutlah yang dapat dijadikan sebagai penunjang untuk mencapai sebuah prestasi yang maksimal. Faktor-faktor diatas terhadap motivasi berprestasi tidak sama pada tiap individu, hal ini sesuai dengan besar kecilnya dorongan yang ada didalam individu untuk dalam berupaya mencapai prestasi yang maksimal dan mampu menghindari sekaligus menyikapi kegagalan dalam mencapai tujuan.

#### 4. Motivasi Berprestasi dalam Perspektif Islam

Motivasi merupakan tenaga pendorong dari dalam diri seseorang yang bisa menentukan dan mengartikan suatu perilaku atau perbuatan manusia. Dengan memiliki peranan seperti ini, dalam konsep islam dapat disebut juga sebagai niyyah dan ibadah. Niyah berarti dorongan utama yang dapat membuat manusia untuk berbuat atau beramal dan ibadah sebagai tujuan manusia untuk berbuat atau beramal. Ajaran islam memiliki prespektif terhadap motivasi berprestasi. Hal ini sebagaimana yang tertera didalam Al-Quran surah (Al-Rad: 11), yang berbunyi sebagai berikut:

لَهُ مَعْقَبَاتٌ مِّن بَيْن يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا  
مَا بِأَنفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ ﴿١١﴾

Artinya: Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia.

Dalam menggunakan pendekatan tafsir tahlili ayat ini menerangkan bahwa Allah SWT. menugaskan kepada beberapa malaikat untuk selalu mengikuti manusia secara bergiliran, di muka bumi dan di belakangnya. Mereka menjaganya atas perintah Allah. Ada malaikat yang bertugas menjaga manusia di malam hari, dan ada yang di siang hari, menjaga dari berbagai bahaya dan kemudharatan. Ada pun malaikat yang mencatat semua amal perbuatan manusia, yang baik atau yang buruk, yaitu malaikat yang berada disebelah kanan dan kiri (Kemenag. RI.).

Seandainya manusia mengetahui bahwa di sekelilingnya dijaga oleh malaikat-malaikat yang ditugaskan oleh Allah SWT. untuk mengawasinya sekaligus mencatat seluruh amal perbuatan baik ataupun buruk. Maka dari itu sebaiknya sebagai manusia untuk selalu melakukan amal saleh atau perbuatan terpuji dan menghindari diri menjaga dari perbuatan tercela atau maksiat, meskipun kita tidak mengetahui bagaimana malaikat mencatatnya tetapi sesungguhnya Allah SWT. cukup mengetahuinya. Amal perbuatan baik setiap individu akan terekam secara akurat sehingga nanti tidak ada yang merasa dicurangi dalam pengadilan Allah SWT. Ali bin Abi Talib mengatakan bahwa tidak ada seorang hamba pun melainkan ada malaikat yang menjagannya dari kejatuhan tembok, jatuh ke dalam sumur, dimakan binatang buas, tenggelam atau terbakar. Akan tetapi, jika datang kepastian dari Allah atau saat datangnya ajal, mereka membiarkan manusia ditimpa bencana dan lain sebagainya.

Allah tidak akan mengubah keadaan suatu bangsa dari kenikmatan dan kesejahteraan yang dinikmatinya menjadi binasa dan sengsara melainkan mereka sendiri yang mengubahnya Allah SWT. telah menugaskan beberapa malaikat untuk menjaga manusia dari berbagai kemudharatan, godaan hawa nafsu dan setan. Sesungguhnya Allah SWT. yang Mahakuasa tidak akan mengubah keadaan suatu kaum dari suatu kondisi ke kondisi yang lain, sebelum mereka mengubah keadaan diri menyangkut sikap mental dan pemikiran mereka sendiri. Dan apabila yakni seandainya Allah SWT. menghendaki keburukan terhadap suatu kaum dan ini adalah hal yang mustahil bagi Allah maka tak ada daya apapun yang bisa menolaknya dan tidak ada yang dapat menjadi pelindung bagi mereka sendiri selain Allah SWT.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa, setiap manusia memiliki potensi untuk berbuat baik yang ditakdirkan sejak lahir oleh Allah Swt. Tetapi suatu keburukan akan terjadi akibat perbuatan manusia itu sendiri sehingga lahirlah sifat atau perbuatan maksiat pada diri manusia tersebut. Potensi kebaikan diberikan oleh Allah SWT. pada dirinya, apabila tidak dimanfaatkan dengan baik maka Allah SWT. akan memberikan balasan sebagai hukuman. Sehingga kemaksiatan, keburukan dan kehancuran muncul sebab perbuatannya sendiri dengan didatangkannya musibah, malapetaka atau 'azab yang diberikan oleh Allah SWT. sehingga tidak ada yang bisa

melindunginya selain Allah SWT. hal ini sesuai dengan sabda nabi yang menjelaskan bahwa

Sama halnya dengan motivasi berprestasi yang ditunjukkan pada manusia yang ingin berupaya merubah dirinya menjadi lebih baik lagi dari sebelumnya, dengan mengikuti aturan Allah SWT. dan Rasulullah SAW. atau berusaha menjadi orang yang shalih dan apabila berada di dalam kelompok atau seseorang yang zalim tidak menimbulkan masalah yang baru bagi kaum atau kelompok tersebut. Seseorang yang motivasi berprestasinya rendah cenderung akan melakukan penyimpangan dalam melakukan pekerjaannya dan memiliki kecenderungan akan menimbulkan masalah bagi suatu kelompok Kerr (1983:821). Tetapi sebaliknya menurut Atkinson 1978 (dalam Faza, 2022:52) seseorang yang memiliki motivasi berprestasi tinggi cenderung melakukan pekerjaan sebaik mungkin dan menyikapi suatu persoalan atau melihat kegagalan sebagai umpan balik yang diterima, yang dapat digunakan sebagai pembelajaran untuk pembelajaran di masa depan.

## **C. Dukungan Sosial**

### **1. Definisi Dukungan Sosial**

Sarafino (dalam Jarmitia, 2017:63) mengungkapkan, dukungan sosial adalah bentuk adanya nyaman, kepedulian, rasa terima kasih, atau bantuan yang mampu didapatkan atau pemberian dari orang lain. Pengertian yang lain dari dukungan sosial menurut Casel (dalam Ristianti, 2009:12) bahwa dukungan sosial adalah hadirnya individu lain yang membuat seseorang yakin dirinya merasa dicintai, dihargai, diperdulikan dan merupakan bagian dari kelompok sosial yaitu keluarga, rekan kerja dan teman dekat. Begitu juga pendapat menurut Syme (1985) bahwa dukungan sosial adalah jenis sumber daya yang didapatkan dari orang lain kepada seseorang, yang nantinya akan mempengaruhi kesejahteraannya (dalam Harefa, 2020:3).

Farley (dalam Faradhiga 2015:24) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah rasa yakin seseorang terhadap kemampuan untuk mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang terdekatnya seperti keluarga, teman, atau orang-orang disekitarnya sewaktu membutuhkan. Sejalan dengan pernyataan tersebut menurut Bukhori (dalam Hasibuan, 2018:105) menyatakan dukungan sosial adalah bentuk interaksi

interpersonal dimana orang-orang terdekat mampu memberikan bantuan kepada individu. Maka dari itu setiap orang memerlukan adanya dukungan sosial dan saling memberikan dukungan sosial antara satu sama lain. Hal itu berdasarkan karena manusia merupakan makhluk sosial artinya tidak dapat hidup sendiri atau saling membutuhkan antara satu sama lain. Tanpa adanya dukungan sosial maka akan sulit bagi individu untuk dapat menjalani kehidupan dengan baik. Individu yang menerima dukungan sosial menimbulkan adanya ketenangan, diperhatikan, dicintai, rasa percaya diri dan kompeten (Adnan, 2016:54).

Berdasarkan pendapat menurut beberapa tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan adanya sumber daya atau bantuan yang diterima oleh seseorang sehingga dirinya dapat merasakan adanya rasa nyaman, dihargai, dicintai, diperhatikan oleh lingkungan sekitarnya, sehingga nantinya mampu menjalani kehidupan dengan baik.

## **2. Aspek-aspek Dukungan Sosial**

Menurut Cutrona & Gardner (dalam Sarafino, 2011:81) terdapat lima aspek dukungan sosial yaitu di antaranya:

a. Dukungan emosional atau *emotional esteem support*

Dukungan emosional ini meliputi adanya bentuk kasih sayang, empati, kepedulian satu sama lain, penghargaan, perasaan didengarkan dan dipahami terhadap individu yang bersangkutan.

b. Dukungan penghargaan

Dukungan dalam bentuk penilaian, penguatan dan umpan balik.

c. Dukungan informatif atau *informational support*

Dukungan informatif adalah dukungan berupa adanya pemberian informasi berupa nasehat, petunjuk-petunjuk, saran-saran, informasi dan umpan balik.

d. Dukungan instrumental atau *instrumental/tangible support*

Dukungan instrumental meliputi adanya bantuan secara langsung yang diberikan terhadap individu yang bersangkutan dapat berupa jasa, waktu, atau material (uang).

e. Dukungan kelompok

Dukungan persahabatan dapat mencakup tersedianya waktu orang lain untuk menghabiskan bersama. Adanya kesediaan waktu yang diberikan tersebut dapat memberikan rasa kebersamaan antara satu sama lain, saling berbagi minat dan melakukan aktivitas sosial bersama.

Menurut Weiss (dalam Arindawanti 2021:9) terdapat 6 komponen atau aspek dari dukungan sosial, yaitu:

a. *Attachment* (kelekatan).

Adalah adanya suatu perasaan dekat secara emosional dan pemberian suatu rasa aman sehingga timbul adanya rasa nyaman.

b. *Social integration* (integrasi Sosial).

Adalah adanya suatu perasaan memiliki dalam suatu bentuk lingkup kelompok atau organisasi sehingga ada kesempatan untuk melakukan sesuatu secara bersama-sama.

c. *Opportunity for nurturance* (kesempatan turut mengasuh).

Suatu perasaan yang dimiliki, saat individu merasa dapat diandalkan oleh orang lain untuk turut serta ikut andil untuk meringankan beban atau tekanan orang lain.

d. *Reassurance of worth* (adanya sebuah pengakuan).

Adanya suatu penghargaan dari lingkungan sekitar atas kemampuan yang dimiliki oleh seorang individu.

e. *A sense of reliable alliance* (adanya orang lain yang bisa diandalkan). Adanya kesediaan orang lain untuk memberikan bantuan saat terjadi kesulitan.

f. *The obtaining of guidance* (nasehat atau bimbingan)

Adanya kesediaan orang lain yang dapat memberikan arahan berupa nasehat atau bimbingan disaat terjadi permasalahan sehingga muncul suatu solusi atau penyelesaian dari suatu permasalahan yang terjadi.

Berdasarkan dari beberapa tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dukungan sosial yang digunakan dalam penelitian ini di antaranya adalah dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dukungan penghargaan dan dukungan kelompok.

### **3. Faktor-faktor Dukungan Sosial**

Ada tiga faktor utama yang mampu membuat individu dapat memberikan dukungan sosial menurut Myers dan Twenge (dalam Sari 2022:89), yaitu:

- a. Memiliki rasa empati. Ikut merasakan kesusahan yang dirasakan oleh orang lain bertujuan untuk mengantisipasi emosi serta dapat memotivasi tingkah laku dalam meminimalisir kesulitan dan mampu menciptakan kesejahteraan orang lain.
- b. Adanya norma sosial yang dimana berguna dalam membimbing seseorang untuk menjalankan segala kewajiban dalam kehidupannya.
- c. Adanya timbal balik. Terciptanya hubungan timbal balik mengenai perilaku sosial diantaranya pelayanan, cinta serta informasi. Dalam pertukaran sosial tetap harus seimbang karena nantinya akan menghasilkan hubungan interpersonal yang dapat saling membahagiakan.

Adapun faktor-faktor dukungan sosial yang lainnya menurut Stanley 2007 (dalam, Lubis, 2018:16) di antaranya yaitu kebutuhan fisik yang meliputi sandang, pangan dan papan, kemudian kebutuhan sosial, kebutuhan psikis yang dimana ketika menghadapi masalah yang signifikan, mereka cenderung mencari dukungan sosial dari orang-orang terdekat agar merasa dihargai, dipahami dan dicintai

Dari beberapa pendapat tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial adalah memiliki rasa empati, adanya nilai dan norma sosial dan adanya pertukaran sosial.

### **4. Dukungan Sosial dalam Perspektif Islam**

Dukungan sosial ialah berupa bantuan pemberian individu satu ke individu lain. pemberian bantuan yang dimaksud adalah bentuk bantuan berupa cinta, rasa aman, kasih sayang kepada seseorang. Dukungan sosial dalam islam dapat disebut juga sebagai ta'awun atau tolong menolong. Tolong menolong diartikan sebagai sikap saling membantu dalam sesama untuk mampu meringankan beban yang dialami oleh orang lain. Tolong menolong sangat dianjurkan dalam islam hal ini didasari bahwa manusia merupakan makhluk sosial, tidak bisa hidup sendiri, dalam artian setiap

manusia suatu saat pasti akan memerlukan adanya bantuan dari orang lain. Seperti yang dijelaskan pada Al-Quran surah Al-Taubah (9) ayat 71 yang berbunyi:

وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ  
وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَيُطِيعُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ أُولَئِكَ سَيَرْحَمُهُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ  
حَكِيمٌ. ٧١

Artinya: Orang-orang mukmin, laki-laki dan perempuan, sebagaimana mereka menjadi penolong bagi Sebagian yang lain. Mereka menyuruh (berbuat) makruf dan mencegah (berbuat) mungkar, menegakkan salat, menunaikan zakat, dan taat kepada Allah dan Rasul-nya. Mereka akan diberi Rahmat oleh Allah. Sesungguhnya Allah Maha Perkasa Maha Bijaksana.

Dalam Tafsir Al-Misbah surat At-Taubah Ayat 71 (Shihab:2002) terdapat nilai-nilai sosial atau kebaikan pada makna didalamnya yaitu adanya pembelajaran bagaimana cara berinteraksi sesama manusia yang merujuk dengan ketentuan-ketentuan yang ada salah satunya yaitu ta'awun atau tolong-menolong. Allah SWT. memintahkan kita untuk saling tolong menolong kepada semua orang yang membutuhkan tanpa membedakan antara manusia satu dengan yang lainnya. Oleh karena itu setiap individu harus memiliki kesadaran untuk saling tolong menolong satu sama lain akan memunculkan rasa kasih sayang, persaudaraan dan saling terlindungi satu sama lain. Sehingga mampu menciptakan hubungan yang harmonis. Dalam Firman-Nya surat At-Taubah ayat 71 *ba'dhuhum auliya' ba'dh* dalam tafsir Al-Misbah yang mengandung makna bahwa sebagian mereka adalah penolong sebagian yang lain. Pendapat yang dikemukakan juga oleh Thahir Ibnu Asyur yang mengemukakan bahwa yang menghimpun kaum mukmin adalah keimanan yang mantap yang melahirkan tolong-menolong yang dianjurkan dalam islam. Ibnu Asyur juga menjelaskan bahwa kandungan dari auliya' mengandung makna betapa tulusnya tolong-menolong.

Tolong menolong juga merupakan salah satu bentuk dari perilaku prososial. Menurut Baron 2005 (dalam, Pratiwi 2018:12) prososial merupakan perilaku tolong menolong yang dapat menguntungkan kedua belah pihak secara tidak langsung, baik si penerima ataupun si pemberi, dan mungkin melibatkan suatu resiko bagi orang yang menolong. Menurut Klein (dalam, Pratiwi, 2018:13) yang menyatakan

bahwa perilaku prososial membawa dampak yang positif untuk si penolong karena hal itu dapat memberikan penilaian yang baik dan sudut pandang yang positif bagi individu tersebut tetapi apabila sebaliknya maka individu tidak melakukan perilaku prososial maka akan berdampak negatif pada lingkungannya. Ketika individu tidak bisa menunjukkan sikap dan perilaku prososial maka akan dapat mengganggu adanya proses penerimaan diri. Individu tersebut akan merasa cemas dan tidak percaya diri.

Begitu pun dengan adanya dukungan sosial yang merupakan adanya hubungan timbal balik yang saling menguntungkan satu sama lain atau tolong menolong. Sejalan dengan hal tersebut menurut Yadav (dalam, Arfianto, 2020:507) bahwa dukungan sosial dapat dipresepsikan seperti perasaan bahwa dirinya mendapatkan dukungan dari orang lain, sehingga akan membantu seseorang dalam mengatasi stres. Lingkungan sosial seperti orangtua, sekolah dan teman sebaya merupakan peran lingkungan yang berpengaruh. Dalam lingkungan keluarga misalnya orangtua, dapat memberikan contoh adanya moral yang diterapkan yang dapat menumbuhkan rasa empati. Dalam hal ini empati dapat dikembangkan dengan adanya dukungan subjektif berupa dukungan penghargaan misalnya dihormati, dan dihargai serta dukungan objektif yang berupa bentuk perhatian yang dapat diberikan oleh orangtua, teman sebaya dan sekolah untuk mempengaruhi perilaku prososial. Kemudian dari rasa empati tersebut dapat menumbuhkan rasa simpati sehingga tidak hanya ikut merasakan melainkan ikut membantu dengan meringankan penderitaan orang lain, Baron 2005 (dalam Pratiwi, 2018:13).

#### **D. Hubungan Motivasi Berprestasi dan Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri**

Kepercayaan diri adalah suatu sikap atas kemampuan yang dimiliki diri sendiri, sehingga merasa tidak terlalu cemas merasa bebas dalam setiap tindakan atau melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan serta mampu bertanggung jawab atas perbuatan yang telah dilakukannya, sopan jika berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan untuk menggapai sebuah prestasi serta dapat mengenali kelebihan dan kekurangan pada dirinya sendiri Menurut Lautser 2003 (dalam Syam, 2017:91). Kepercayaan diri berasal dari kesadaran dalam diri individu itu sendiri, bahwa individu memiliki tekad untuk melaksanakan apapun hingga mampu mencapai tujuan yang diinginkan.

Menurut Dradjat 1990 (dalam, kristyanti 2022:48) Seseorang yang memiliki kepercayaan diri rendah cenderung mudah berputus asa saat menghadapi suatu persoalan, hal itu dikarenakan sudah membayangkan kegagalan terlebih dahulu. Tetapi sebaliknya seseorang yang memiliki kepercayaan diri tinggi individu akan memiliki sikap tenang ketika hendak melakukan sesuatu, memiliki potensi atau kemampuan yang mumpuni, serta mampu bersikap atau berpikir positif dalam menghadapi setiap persoalan (Hakim 2002:5).

Lautser (2002:195) menjabarkan beberapa aspek yang dapat membangun kepercayaan diri seseorang di antaranya optimis, objektif, keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri, bertanggung jawab, rasional dan realistis. Aspek-aspek kepercayaan diri tersebut memiliki keterkaitan dengan aspek motivasi berprestasi menurut Mc. Clelland (dalam Fakhira, 2017:31) di antaranya, aspek pertama berusaha untuk sukses, seseorang yang memiliki motivasi berprestasi yang tinggi akan berusaha semaksimal mungkin dengan kemampuan yang dimiliki untuk mengejar kesuksesan. Aspek berusaha untuk sukses ini berkaitan dengan aspek kepercayaan diri yaitu adanya keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Menurut Ghufron (2014:33) menyatakan bahwa bagi setiap individu harus memiliki rasa percaya diri, karena kepercayaan diri ini termasuk salah satu aspek kepribadian yang penting untuk dimiliki. Tanpa adanya rasa percaya diri akan mendapati banyak masalah pada diri seseorang. Dengan adanya kepercayaan diri, individu mampu mengembangkan potensi yang dimiliki dan terus berusaha untuk mengasah potensi-potensi yang ada didalam dirinya yang mungkin bisa dikembangkan. Tidak memiliki rasa putus asa meskipun terdapat kendala yang ditemuinya, individu tidak mudah putus asa dan tetap berusaha mencapai tujuannya. Ini merupakan salah satu hal yang menjadikan seseorang mampu menuju dalam kesuksesannya.

Aspek kedua tanggung jawab, yaitu memiliki sikap tanggung jawab terhadap apa yang dikerjakan demi mencapai keberhasilan tugasnya. Aspek ini berkaitan dengan aspek kepercayaan diri yaitu mempunyai rasa bertanggung jawab. Seseorang yang bertanggung jawab selalu memberikan hasil yang terbaik atas pekerjaan yang telah dilakukan. Rasa tanggung jawab itu nantinya akan mendorong seseorang untuk menampilkan yang terbaik. Rasa percaya diri seseorang akan bertambah setelah seseorang tersebut berhasil melaksanakan pekerjaannya dengan baik (Ghufron, 2014: 36).

Aspek ketiga umpan balik. Individu yang memiliki motivasi berprestasi yang tinggi sangat menyukai adanya pemberian umpan balik atas kinerja yang dilakukan. Hal ini dikarenakan untuk mengetahui apakah tindakan yang dilakukannya bermanfaat atau dapat berguna bagi orang lain atau tidak. Aspek ini berkaitan dengan aspek kepercayaan diri objektif, yaitu orang yang percaya diri mampu memandang suatu persoalan sesuai dengan kebenaran yang ada, bukan berdasarkan kebenaran pribadi atau dirinya sendiri. Dengan adanya pemberian umpan balik secara objektif, individu dapat mengevaluasi atas hasil kerja yang telah dilakukannya berdasarkan dengan kebenaran yang ada bukan hanya kebenaran pribadi, sehingga individu juga mampu meningkatkan efektivitasnya dalam mencapai sebuah prestasi

Aspek keempat memilih tugas berdasarkan kemampuannya atau mampu mempertimbangkan resiko. Memiliki keberanian dalam mengambil resiko sedang yang berarti masih ada peluang untuk mencapai prestasi lagi. Aspek ini berkaitan dengan aspek kepercayaan diri rasional atau realistis. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri mampu menganalisis sesuatu hal atau suatu masalah dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Dan keberkaitan aspek motivasi berprestasi berikutnya dengan aspek kepercayaan diri adalah kreatif dan Inovatif. Dengan mampu menciptakan atau melakukan hal-hal baru yang berbeda, lebih efektif dan efisien dalam mencapai tujuan. Aspek ini memiliki keterkaitan dengan aspek kepercayaan diri yakin pada kemampuan diri sendiri. Menurut Mastuti (2008:50) percaya diri dapat membuat seseorang untuk melakukan sesuatu atas dasar percaya diri yang akan membuat individu tersebut mampu mengambil keputusan dengan tepat, akurat, efisien dan efektif. Dengan percaya diri seseorang akan lebih mampu dalam memotivasi untuk mengembangkan dan memperbaiki diri serta melakukan berbagai inovasi untuk kedepannya.

Selain motivasi berprestasi dukungan sosial juga memiliki peranan penting dalam membangun kepercayaan diri seseorang. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasakan adanya ketenangan diperhatikan dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten (Adnan, 2016:54). Dukungan sosial merupakan suatu bentuk kegiatan tolong-menolong dengan adanya sikap menerima kondisinya yang dapat diperoleh dari individu

ataupun kelompok yaitu seperti anggota keluarga, teman, rekan sebaya atau lingkungan sekitarnya.

Konsep dukungan sosial memiliki keterkaitan dengan konsep kepercayaan diri, dimana kepercayaan diri merupakan sebagai modal dasar untuk pengembangan dalam mengaktualisasikan diri. Dengan percaya diri individu akan mampu mengenal dan memahami dirinya. Tetapi sebaliknya jika tidak maka individu akan kesulitan dalam mengembangkan potensi yang dimiliki, menjadi pesimis dan kesulitan dalam menentukan pilihan. Adanya hubungan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri dapat dilihat dari aspek dukungan sosial menurut Cutrona & Gardner (dalam Sarafino 2011:81) yaitu di antaranya, dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan informatif, dukungan instrumental dan dukungan kelompok.

Dari beberapa aspek-aspek dukungan sosial tersebut, terdapat beberapa di antaranya yang memiliki keterkaitan dengan aspek kepercayaan diri, yaitu aspek emosional atau *emotional esteem support*. Aspek ini meliputi adanya dukungan berupa bentuk kasih sayang, adanya empati, kepedulian satu sama lain, perasaan untuk didengarkan dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan. Dimana aspek ini memiliki keterkaitan dengan aspek kepercayaan diri yaitu yakin dengan kemampuan diri sendiri.

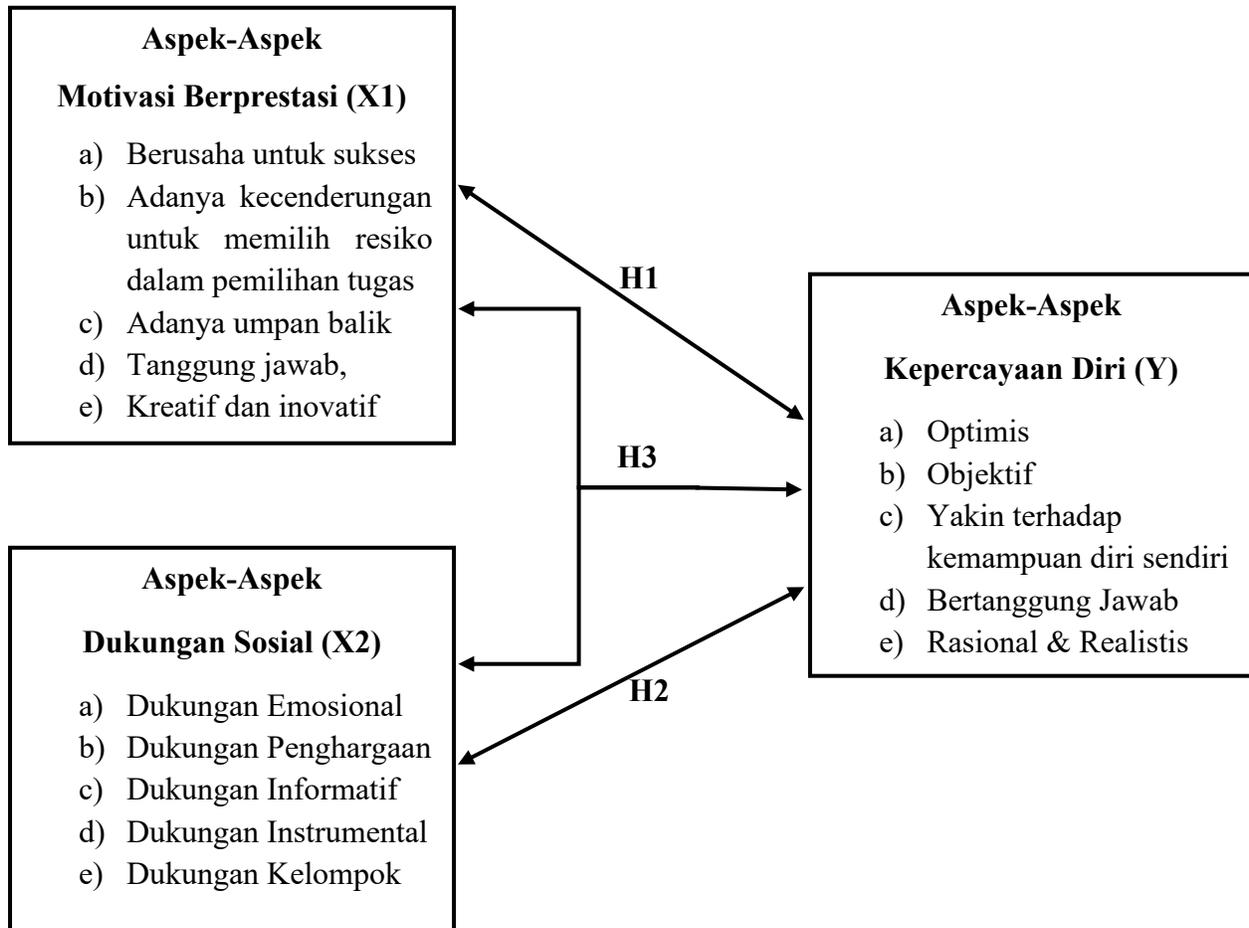
Pola asuh orang tua adalah gambaran sikap dan perilaku orang tua kepada anak dalam berinteraksi, berkomunikasi selama melakukan kegiatan kepengasuhan. Sikap orang tua akan diterima oleh anak sesuai dengan presepsinya saat itu juga. Orang tua yang dapat menunjukkan perhatian, penerimaan, cinta dan kasih sayang serta mampu memiliki kelekatan secara emosional yang tulus dengan anak nantinya akan menumbuhkan rasa percaya diri pada anak. Anak akan merasa dirinya berharga dan memiliki nilai di hadapan orang tuanya. Faktor pola asuh serta interaksi dari usia dini adalah faktor yang mendasar dalam terbentuknya rasa percaya diri. Karena kepercayaan diri tidak bisa diperoleh secara mudah, tetapi harus melewati proses yang berlangsung sejak usia dini dalam kehidupannya bersama orangtua (Febiani, 2020:44).

Kemudian aspek dukungan penghargaan yaitu dukungan dalam bentuk penilaian, penguatan dan umpan balik. Aspek dukungan penghargaan ini berkaitan dengan aspek kepercayaan diri objektif yaitu orang yang percaya diri mampu memandang suatu persoalan sesuai dengan kebenaran yang ada, bukan berdasarkan kebenaran pribadi atau

dirinya sendiri. Adanya umpan balik berupa penilaian, penguatan dan yang diberikan oleh orang lain yang dilakukan dapat membantu individu untuk mengetahui kelebihan serta kelemahan yang ada pada dirinya dan membantu mengembangkan pemahaman yang sudah ada dan dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi untuk dirinya sendiri. Penilaian yang objektif mampu mempresentasikan keadaan yang sebenarnya tanpa menambah atau mengurangi kenyataan yang ada (dalam Fatimah, 2021:113).

Dari beberapa uraian tersebut ditemukan adanya keterkaitan antara aspek motivasi berprestasi, dukungan sosial dan kepercayaan diri, yaitu pada aspek umpan balik, aspek dukungan penghargaan dan aspek objektif. Ketiga aspek tersebut memiliki keterkaitan yaitu sama-sama membutuhkan adanya pemberian umpan balik sebagai bahan evaluasi terhadap apa yang telah dilakukan dengan penilaian yang objektif atau yang sebenar-benarnya bukan berdasarkan kebenaran pribadi atau diri sendiri. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri memiliki kaitan yang erat hubungannya dengan motivasi berprestasi dan dukungan sosial. Apabila aspek-aspek yang saling berkaitan dapat dibangun atau dimiliki oleh masing-masing individu secara maksimal maka akan memberikan kekuatan untuk membentuk adanya kepercayaan diri yang optimal, serta memungkinkan untuk dapat mencapai tujuan yang ingin dicapai.

**Gambar 2.1**  
Kerangka Hipotesis



### E. Hipotesis

Hipotesis yang akan diajukan pada penelitian ini adalah :

**(H1):** Adanya hubungan positif antara motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri pada atlet futsal anggota AAFI Di kota Tangerang.

**(H2):** Adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet futsal anggota AAFI Di kota Tangerang

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metodologi penelitian kuantitatif. Pendekatan kuantitatif menurut Azwar (2007:5) merupakan pendekatan yang menekankan pada analisis data-data numerical atau angka yang diolah dengan menggunakan metode statistika. Pendekatan merupakan salah satu komponen yang penting dari keseluruhan dalam melakukan penelitian. Karena pendekatan berfungsi sebagai fondasi penelitian saat membuat desain penelitian, maka dari itu pendekatan yang akan dipilih harus dipertimbangkan secara cermat dan tepat. Jenis penelitian pada penelitian ini adalah korelasional. Menurut Arikunto (2014) penelitian korelasional adalah suatu penelitian bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dua variabel atau lebih dan apabila ada, dan apakah memiliki hubungan yang erat atau tidak (Nopaldi, 2018:401). Maka dari itu dalam penelitian ini peneliti ingin mengukur sejauh mana hubungan antara motivasi berprestasi dan dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet futsal di Kota Tangerang.

#### **B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional**

##### **1. Variabel Penelitian**

Menurut Sugiyono (2015:38) Variabel penelitian adalah suatu atribut, sifat atau nilai dari individu, objek ataupun aktivitas yang memiliki ragam tertentu yang ditentukan oleh peneliti dan menarik kesimpulannya. Terdapat dua variabel dalam penelitian ini, yaitu:

##### **a. Variabel Dependen (Y)**

Variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas atau yang menjadi akibat dikarenakan adanya variabel bebas (Sugiyono, 2015:39). Variabel dependen yang digunakan pada penelitian ini adalah kepercayaan diri.

##### **b. Variabel Independen (X)**

Variabel independen adalah variabel yang mempengaruhi, sebab perubahan atau memunculkan timbulnya variabel dependen atau terikat (Sugiyono, 2015:39).

Adapun dalam penelitian ini yang menjadi variabel independennya yaitu motivasi berprestasi dan dukungan sosial.

## 2. Definisi Operasional

### a. Kepercayaan Diri (Y)

Kepercayaan diri merupakan bentuk yakin pada kemampuan diri sendiri, merasa bebas dan sanggup mengerjakan apapun sesuai dengan yang direncanakan, tanpa rasa takut dan cemas sehingga mampu menghadapi segala persoalan yang terjadi. Kepercayaan diri dapat diukur berdasarkan skala yang mengacu pada aspek-aspek yang disampaikan oleh Lautser (2002:195) yaitu aspek optimis, aspek objektif, aspek yakin terhadap kemampuan diri sendiri, aspek bertanggung jawab, aspek rasional dan realistis. Skala tersebut memiliki ketentuan penilaian sebagai berikut, semakin tinggi skor yang didapatkan, maka semakin tinggi pula sikap kepercayaan diri individu. Sedangkan semakin rendah skor yang diperoleh, maka semakin rendah pula sikap kepercayaan diri individu.

### b. Motivasi Berprestasi (X1)

Motivasi berprestasi merupakan bentuk dorongan dari dalam diri sendiri untuk melakukan suatu upaya dan memiliki standar keunggulan tertentu terhadap tugas yang dikerjakan untuk mencapai prestasi semaksimal mungkin. Motivasi berprestasi dapat diukur berdasarkan skala yang mengacu pada aspek-aspek yang dinyatakan oleh Menurut Mc. Clelland (dalam Lenggono, 2020:34) yaitu, berusaha untuk sukses, adanya kecenderungan untuk memilih resiko dalam pemilihan tugas, adanya umpan balik, tanggung jawab, kreatif dan inovatif. Skala tersebut memiliki ketentuan penilaian sebagai berikut, semakin tinggi skor yang didapatkan, maka semakin tinggi pula motivasi berprestasi individu. Tetapi sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh, maka semakin rendah pula motivasi berprestasi individu.

### c. Dukungan sosial (X2)

Dukungan sosial merupakan adanya sumber daya atau bantuan yang diterima oleh seseorang sehingga dirinya dapat merasakan adanya rasa nyaman, dihargai, dicintai, diperhatikan oleh lingkungan sekitarnya, sehingga nantinya

mampu menjalani kehidupan dengan baik. Dukungan sosial dapat diukur berdasarkan skala yang mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Cutrona & Gardner (dalam Sarafino, 2011:81) yaitu, dukungan emosional atau *emotional esteem support*, aspek dukungan penghargaan, aspek dukungan informatif atau *informational support*, aspek dukungan instrumental atau *instrumental/tangible support*, dan aspek dukungan kelompok. Skala tersebut memiliki ketentuan penilaian sebagai berikut, semakin tinggi skor yang didapatkan, maka semakin tinggi pula dukungan sosial yang diperoleh individu. Sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh, maka semakin rendah pula dukungan sosial yang didapatkan oleh individu.

### **C. Tempat dan Waktu Penelitian**

1. Tempat Penelitian : tempat pelaksanaan penelitian ini adalah menggunakan skala yang berbentuk *google form* lalu disebar ke beberapa grup akademi yang masih aktif menjadi anggota AAFI di kota Tangerang.
2. Waktu Penelitian : waktu penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Agustus 2023.

### **D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling**

#### **1. Populasi**

Sugiyono (2015:80) populasi adalah seluruh jumlah dari subjek yang akan diteliti atau ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari yang kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini yaitu atlet futsal yang masih aktif mengikuti liga AAFI di Kota Tangerang 2023 sebanyak 821 atlet.

#### **2. Sampel**

Sampel adalah sebagian dari jumlah populasi yang menjadi sumber data. Sampel yang diambil dari populasi harus benar-benar *representative* atau mewakili Sugiyono (2015:81). Pengambilan sampel ini bertujuan karena adanya keterbatasan dana, tenaga, dan waktu apabila populasinya besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi tersebut. Penentuan sampel pada penelitian ini yaitu dengan mengikuti pedoman pada tabel Issac dan Michael. Berikut tabel perhitungan sampel oleh Isacc dan Michael (Sygiyono, 2015:87)

**Tabel 3.1**  
*Tabel Perhitungan Sampel Issac dan Michael*

N	S			N	S			N	S		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
10	10	10	10	280	197	155	138	2800	537	310	247
15	15	14	14	290	202	158	140	3000	543	312	248
20	19	19	19	300	207	161	143	3500	558	317	251
25	24	23	23	320	216	167	147	4000	569	320	254
30	29	28	27	340	225	172	151	4500	578	323	255
35	33	32	31	360	234	177	155	5000	586	326	257
40	38	36	35	380	242	182	158	6000	598	329	259
45	42	40	39	400	250	186	162	7000	606	332	261
50	47	44	42	420	257	191	165	8000	613	334	263
55	51	48	46	440	265	195	168	9000	618	335	263
60	55	51	49	460	272	198	171	10000	622	336	263
65	59	55	53	480	279	202	173	15000	635	340	266
70	63	58	56	500	285	205	176	20000	642	342	267
75	67	62	59	550	301	213	182	30000	649	344	268
80	71	65	62	600	315	221	187	40000	563	345	269
85	75	68	65	650	329	227	191	50000	655	346	269
90	79	72	68	700	341	233	195	75000	658	346	270
95	83	75	71	750	352	238	199	100000	659	347	270
100	87	78	73	800	363	243	202	150000	661	347	270
110	94	84	78	850	373	<b>247</b>	205	200000	661	347	270
120	102	89	83	900	382	251	208	250000	662	348	270
130	109	95	88	950	391	255	211	300000	662	348	270
140	116	100	92	1000	399	258	213	350000	662	348	270
150	122	105	97	1100	414	265	217	400000	662	348	270
160	129	110	101	1200	427	270	221	450000	663	348	270
170	135	114	105	1300	440	275	224	500000	663	348	270
180	142	119	108	1400	450	279	227	550000	663	348	270

190	148	123	112	1500	460	283	229	600000	663	348	270
200	154	127	115	1600	469	286	232	650000	663	348	270
210	160	131	118	1700	477	289	234	700000	663	348	270
220	165	135	122	1800	485	292	235	750000	663	348	270
230	171	139	125	1900	492	294	237	800000	663	348	271
240	176	142	127	2000	498	297	238	850000	663	348	271
250	182	146	130	2200	510	301	241	900000	663	348	271
260	187	149	133	2400	520	304	243	950000	663	348	271
270	192	152	135	2600	529	307	245	1000000	663	348	271
								00	664	349	272

Keterangan :

N : Populasi

S : Sampel

Dalam menentukan jumlah sampel yang digunakan pada penelitian ini, peneliti ini mengacu pada tabel besaran sampel menurut Issac dan Michael (Sugiyono, 2015:87) dengan taraf kesalahan 5%. Jadi berdasarkan jumlah total dari populasi 821 atlet futsal yang masih aktif menjadi anggota AAFI kota Tangerang pada tahun 2023 didapatkan jumlah sampel menurut rumus perhitungan Isacc dan Michael adalah sebanyak 247 atlet futsal dengan taraf kesalahan 5%.

### 3. Teknik Sampling

Terdapat beragam teknik sampling yang dapat digunakan dalam menentukan sampel penelitian. Salah satunya adalah teknik *sampling purposive* yang juga digunakan pada penelitian ini. *Sampling purposive* ini merupakan salah satu jenis teknik sampling *non probability sampling* yaitu tidak memberikan kesempatan pada semua anggota populasi untuk dijadikan sampel. Penentuan sampel dengan *sampling purposive* ini dipilih berdasarkan pada ketentuan-ketentuan yang menjadi permasalahan dalam penelitian (Sugiyono, 2013:85), jadi yang tidak memiliki kriteria

sperti yang ditetapkan oleh peneliti tidak boleh menjadi sampel. Adapaun kriteria pengambilan sampel pada penelitian ini adalah:

1. Atlet Futsal Anggota AAFI
2. Masih aktif bertanding dalam liga AAFI 2023
3. Masuk dalam kategori usia remaja 11-19 tahun

Usia remaja (remaja awal dan madya) menurut Rice & Dolgin (dalam, Mardayanti 2008:11) masa remaja adalah periode perkembangan antara masa kanak-kanak samai masa dewasa. Lebih lanjut mengemukakan bahwa masa remaja dibedakan menjadi dua yaitu masa remaja awal berada pada rentang usia 11- 14 tahun dan masa remaja tengah dengan rentang usia 15-19 tahun. Menurut Erikson (dalam Agustriyana, 2017:9) mengatakan bahwa pembentukan identitas diri merupakan tugas perkembangan remaja yang paling utama. Remaja tersebut harus memperoleh dukungan orangtua dan harus mampu merefleksikan dirinya yang berkaitan dengan masa depannya. Adapun menurut Corey dan Rogers (dalam Agustriyana, 2017:10) bahwa bagian kepribadian yang paling utama dan berfungsi sepenuhnya itu adalah *fully functional person*, memiliki pandangan terbuka terhadap pengalaman, percaya pada dirinya sendiri, mampu mengevaluasi diri dari sumber internal dan memiliki keinginan untuk selalu berkembang menajalani proses sebagai bentuk cara untuk mencapai refleksi diri tentang masa depan.

Dari pendapat beberapa tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa, pentingnya pembentukan sikap percaya diri pada usia remaja. Hal itu dilakukan agar remaja mampu mencapai kepribadian yang berfungsi sepenuhnya atau *fully functional person* dengan menjadi individu yang mandiri, percaya pada dirinya terhadap potensi yang dimiliki serta dapat mengevaluasi diri jika terjadi kekurangan dalam mencapai identitas diri yang diharapkan.

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Para peneliti menggunakan teknik pengumpulan data untuk mengumpulkan atau memperoleh data yang diperlukan untuk penelitian. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan skala kepercayaan diri, motivasi berprestasi dan dukungan

sosial dalam bentuk skala likert. Skala likert adalah suatu alat ukur untuk mengukur sikap, opini, dan persepsi individu atau sekelompok orang tentang fenomena sosial, berdasarkan definisi operasional yang sudah ditentukan oleh peneliti Sugiyono (2018:152). Skala likert yang berupa pernyataan yang isinya sesuai dengan indikator berperilaku (*favorable*) dan yang isinya bertentangan dengan indikator (*tidak favorable*) (Azwar, 2021:73). Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuisisioner dalam bentuk google formulir. Skala tersebut disajikan dalam bentuk empat kemungkinan pilihan jawaban yang terdiri yaitu setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS).

**Tabel 3.2**

Skala Pengukuran Sikap

Jawaban	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

Skala psikologi yang digunakan dalam menggambarkan abstraksi dari sikap dalam penelitian ini adalah skala kepercayaan diri, skala motivasi berprestasi dan skala dukungan sosial.

a. Skala Kepercayaan Diri

Skala kepercayaan diri mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan Lautser (2002:195). Aspek-aspek kepercayaan diri tersebut diantaranya optimis, objektif, keyakinan akan kemampuan diri sendiri, bertanggung jawab dan rasional.

**Tabel 3.3**

Kisi-kisi Skala Kepercayaan Diri

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Optimis	Memiliki sikap positif tentang suatu harapan	1, 4	3, 2	4

	Mampu memaknai sebuah kegagalan dengan baik	5, 8	7, 6	
Objektif	Mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimiliki	9, 12	11, 10	4
	Memperhitungkan tingkat resiko dari keputusan yang diambil	13, 16	15, 14	
Keyakinan akan Kemampuan Diri Sendiri	Memiliki cara pandang yang positif terhadap diri sendiri	17, 20	19, 18	4
	Yakin dengan kemampuan diri sendiri	21, 24	23, 22	
Bertanggung Jawab	Memiliki kesadaran penuh akan kewajiban yang dimiliki	25, 28	27, 26	4
	Berani menanggung akibat setiap keputusan yang diambil	29, 32	31, 30	
Rasional / Realistis	Mampu menentukan langkah-langkah dalam menyelesaikan suatu persoalan menggunakan pemikiran yang masuk akal	33, 36	35, 34	4

	Mampu menerima suatu persoalan sesuai dengan kenyataan yang terjadi	37, 40	39, 38	
Jumlah				40

b. Skala Motivasi Berprestasi

Skala motivasi berprestasi mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Mc. Clelland (dalam Lenggono, 2020:34). Aspek-aspek motivasi berprestasi tersebut diantaranya berusaha untuk sukses, tanggung jawab, senang mendapatkan umpan balik, memilih tugas berdasarkan kemampuannya atau mampu mempertimbangkan resiko, kreatif dan inovatif.

**Tabel 3.4**

Kisi-kisi Skala Motivasi Berprestasi

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Berusaha untuk sukses	Adanya keinginan untuk berprestasi	1, 4	3, 2	4
	Bekerja keras akan usaha yang dilakukan agar apa yang diinginkan dapat tercapai	5, 8	7, 6	
Adanya kecenderungan untuk memilih resiko dalam pemilihan tugas	Tertarik pada tugas-tugas yang menantang	9, 12	11, 10	4
	Mampu memilah tugas berdasarkan prioritas dan kemampuan yang dimiliki	13, 16	15, 14	

Umpan balik	Menyukai krtikan atau saran yang diberikan oleh orang lain	17, 20	19, 18	4
	Menggunakan umpan balik dalam meningkatkan prestasi	21, 24	23, 22	
Tanggung jawab	Melaksanakan tugas yang diberikan sesuai dengan standar	25, 28	27, 26	4
	Terlibat aktif dalam bekerja sama dengan tim	29, 32	31, 30	
Kreatif dan inovatif	Berpikir kreatif untuk hasil yang terbaik	33, 36	35, 34	4
	Senang berkompetisi	37, 40	39, 38	
Jumlah				40

c. Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Cutrona & Gardner (dalam Sarafino, 2011:81) terdapat lima aspek di antaranya, dukungan emosional atau *emotional esteem support*, dukungan penghargaan, dukungan informatif atau *informational support*, dukungan instrumental atau *instrumental/tangible support*, dan dukungan kelompok.

**Tabel 3.5**

Kisi-kisi Skala Dukungan Sosial

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Dukungan emosional	Merasakan perasaan aman dan nyaman yang diberikan oleh lingkungan sekitar	1, 4	3, 2	4

	Merasakan adanya kepedulian yang dilakukan oleh lingkungan sekitar	5, 8	7, 6	
Dukungan Penghargaan	Mendapatkan penilaian positif yang diberikan oleh lingkungan sekitar	9, 12	11, 10	4
	Mendapatkan reward dari lingkungan sekitar	13, 16	15, 14	
Dukungan Informatif	Mendapatkan nasehat atau saran yang diberikan oleh lingkungan sekitar	17, 20	19, 18	4
	Mendapatkan penjelasan informasi dari lingkungan sekitar	21, 24	23, 22	
Dukungan Instrumental	Mendapatkan bantuan berupa jasa yang diberikan oleh orang tua	25, 28	27, 26	4
	Mendapatkan pemenuhan materi oleh orang tua dan orang lain	29, 32	31, 30	4
Dukungan Kelompok	Adanya kegiatan atau aktifitas kelompok	33, 36	35, 34	4
	Adanya rasa kebersamaan dalam kelompok	37, 40	39, 38	
Jumlah				40

## F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

Serangkaian prosedur untuk pencarian dan penyusunan data yang disusun secara sistematis, diperoleh dari hasil catatan lapangan dengan cara mengorganisasikan atau menata data, mengategorikan, menjabarkan, mensitesiskan dan membuat kesimpulan agar mudah dipahami oleh diri sendiri dan orang lain, merupakan definisi dari adanya analisis data (Sugiyono, 2016:244).

### 1. Uji Validitas

Menurut Sugiyono (2018:193) validitas adalah sebuah alat ukur yang digunakan untuk melihat ke validan atau ketepatan dari alat ukur untuk mengukur. Uji validitas yang digunakan pada penelitian ini adalah validitas isi. Pada penelitian ini menggunakan uji validitas isi, yaitu melihat sejauh mana aitem-aitem dalam psikologi bisa mengukur atribut yang akan diukur (Azwar, 2020:158). Validitas isi bisa dilakukan dengan meminta *expert judgement* atau ahli yang berkompeten untuk memperbaiki, menelaah atau menyesuaikan butir-butir pernyataan dengan alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian (Sugiyono, 2018:197).

Kemudian langkah berikutnya adalah melakukan uji daya beda item. Di lakukannya uji daya beda item ini bertujuan untuk mengetahui seberapa jauh aitem dapat menentukan sampel mana yang memiliki atribut dan tidak. Menurut Azwar, (2011) mengungkapkan bahwa langkah untuk mengetahui seberapa jauh aitem mampu membedakan individu atau kelompok individu memiliki atribut yang diukur atau tidak, melalui uji daya beda aitem ini. Pengujian daya beda item ini membedakan *uji corrected item-total correlation* dibantu dengan menggunakan *software* SPSS. Pengukuran yang digunakan dalam mengukur aitem besarnya  $r_{xy} \geq 0,3$ . Pada penelitian ini apabila koefisien lebih besar dari 0,3 maka aitem pada skala pengukuran yang dipergunakan memiliki tingkat kevalidan yang tinggi maka aitem dapat digunakan dan jika aitem dalam skala pengukuran yang digunakan memiliki koefisien kurang dari 0,3 maka skala pengukuran kurang valid artinya aitem tidak dapat digunakan.

## 2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah sejauh mana konsistensi suatu alat pengukur jika dilakukan dalam pengukuran yang sama atau stabil. Adapun menurut Sugiyono (2018:193) reliabilitas adalah suatu alat ukur yang bisa digunakan berulang kali untuk mengukur objek yang sama dan akan menghasilkan data yang sama atau stabil.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan analisis *Cronbach's Alpha*. Rumus ini adalah sebuah rumus yang dapat digunakan untuk menguji tingkat dari reliabilitas pada suatu instrument. Instrument dapat dinyatakan reliabel jika koefisien alpha pada pengukuran *Cronbach's Alpha* sebesar minimal 0,6 atau lebih. Ketika diukur menggunakan *Cronbach's Alpha*. Instrumen dapat dinyatakan reliabel saat koefisien *Alpha* pada pengukuran *Cronbach's Alpha* senilai minimal 0,6 (Sugiyono, 2012: 220). Untuk memudahkan peneliti dalam menghitung, peneliti menggunakan program SPSS 26 *version for windows*.

## 3. Hasil Uji Validitas

Peneliti telah melakukan uji validitas dan reliabilitas dengan jumlah responden sebanyak 67 orang. Uji validitas dilakukan dengan menggunakan bantuan *SPSS 26 version for windows*.

### a. Kepercayaan Diri

Skala kepercayaan diri yang digunakan pada uji coba ini berjumlah 40 aitem. Responden dalam uji coba penelitian ini, yaitu atlet futsal di akademi yang tergabung dalam AAFI di kota Tangerang yang berjumlah 67 responden. Setelah diolah menggunakan SPSS dan dilihat dari *Corrected Item-Total Correlation*, jumlah aitem yang dinyatakan valid terdapat 32 aitem dan 8 aitem yang dinyatakan gugur karena nilai  $r_{xy} < 0,30$ . Adapun aitem yang gugur dari skala kepercayaan diri, yaitu pada aitem nomor 3, 10, 12, 13, 15, 27, 30, dan 37.

Berikut adalah *blue print* dari skala kepercayaan diri yang akan dijadikan alat ukur pada penelitian.

**Tabel 3.6***Blue Print Skala Kepercayaan Diri (Setelah Try Out)*

<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>Favorable</b>	<b>Unfavorable</b>	<b>Jumlah</b>
Optimis	Memiliki sikap positif tentang suatu harapan	1, 4	3*, 2	4
	Mampu memaknai sebuah kegagalan dengan baik	5, 8	7, 6	
Objektif	Mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimiliki	9, 12*	11, 10*	4
	Memperhitungkan tingkat resiko dari keputusan yang diambil	13*, 16	15*, 14	
Keyakinan akan Kemampuan Diri Sendiri	Memiliki cara pandang yang positif terhadap diri sendiri	17, 20	19, 18	4
	Yakin dengan kemampuan diri sendiri	21, 24	23, 22	
Bertanggung Jawab	Memiliki kesadaran penuh akan kewajiban yang dimiliki	25, 28	27*, 26	4
	Berani menanggung akibat setiap keputusan yang diambil	29, 32	31, 30*	
Rasional / Realistis	Mampu menentukan langkah-langkah	33, 36	35, 34	4

	dalam menyelesaikan suatu persoalan menggunakan pemikiran yang masuk akal			
	Mampu menerima suatu persoalan sesuai dengan kenyataan yang terjadi	37*, 40	39, 38	
Jumlah				40

Catatan: aitem yang terdapat tanda \*merupakan aitem yang gugur

b. Motivasi Berprestasi

Skala motivasi berprestasi yang digunakan pada uji coba ini berjumlah 40 aitem. Responden dalam uji coba penelitian ini, yaitu atlet futsal di akademi yang tergabung dalam AAFI di kota Tangerang yang berjumlah 67 responden. Setelah diolah menggunakan SPSS dan dilihat dari *Corrected Item-Total Correlation*, jumlah aitem yang dinyatakan valid terdapat 33 aitem dan 7 aitem yang dinyatakan gugur karena nilai  $r_{xy} < 0,30$ . Adapun aitem yang gugur dari skala motivasi berprestasi, yaitu pada aitem nomor 2, 6, 25, 31, 33, 34, dan 39.

Berikut adalah *blue print* dari skala motivasi berprestasi yang akan dijadikan alat ukur pada penelitian.

**Tabel 3.7**

*Blue Print* Skala Motivasi Berprestasi (Setelah *Try Out*)

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Berusaha untuk sukses	Adanya keinginan untuk berprestasi	1, 4	3, 2*	4
	Bekerja keras akan usaha yang dilakukan agar apa	5, 8	7, 6*	

	yang diinginkan dapat tercapai			
Adanya kecenderungan untuk memilih resiko dalam pemilihan tugas	Tertarik pada tugas-tugas yang menantang	9, 12	11, 10	4
	Mampu memilah tugas berdasarkan prioritas dan kemampuan yang dimiliki	13, 16	15, 14	
Umpan balik	Menyukai krtikan atau saran yang diberikan oleh orang lain	17, 20	19, 18	4
	Menggunakan umpan balik dalam meningkatkan prestasi	21, 24	23, 22	
Tanggung jawab	Melaksanakan tugas yang diberikan sesuai dengan standar	25*, 28	27, 26	4
	Terlibat aktif dalam bekerja sama dengan tim	29, 32	31*, 30	
Kreatif dan inovatif	Berpikir kreatif untuk hasil yang terbaik	33*, 36	35, 34*	4
	Senang berkompetisi	37, 40	39*, 38	
Jumlah				40

*Catatan: aitem yang terdapat tanda \*merupakan aitem yang gugur*

c. Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial yang digunakan pada uji coba ini berjumlah 40 aitem. Responden dalam uji coba penelitian ini, yaitu atlet futsal di akademi yang tergabung dalam AAFI di kota Tangerang yang berjumlah 67 responden. Setelah diolah menggunakan SPSS dan dilihat dari *Corrected Item-Total Correlation*, jumlah aitem yang dinyatakan valid terdapat 34 aitem dan 6 aitem yang

dinyatakan gugur karena nilai  $r_{xy} < 0,30$ . Adapun aitem yang gugur dari skala motivasi berprestasi, yaitu pada aitem nomor 13, 16, 17, 21, 24 dan 29.

Berikut adalah *blue print* dari skala dukungan sosial yang akan dijadikan alat ukur pada penelitian.

**Tabel 3.8**

*Blue Print* Skala Dukungan Sosial (Setelah *Try Out*)

<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>Favorable</b>	<b>Unfavorable</b>	<b>Jumlah</b>
Dukungan emosional	Merasakan perasaan aman dan nyaman yang diberikan oleh lingkungan sekitar	1, 4	3, 2	4
	Merasakan adanya kepedulian yang dilakukan oleh lingkungan sekitar	5, 8	7, 6	
Dukungan Penghargaan	Mendapatkan penilaian positif yang diberikan oleh lingkungan sekitar	9, 12	11, 10	4
	Mendapatkan reward dari lingkungan sekitar	13*, 16*	15, 14	
Dukungan Informatif	Mendapatkan nasehat atau saran yang diberikan oleh lingkungan sekitar	17*, 20	19, 18	4
	Mendapatkan penjelasan informasi dari lingkungan sekitar	21*, 24*	23, 22	
Dukungan Instrumental	Mendapatkan bantuan berupa jasa yang	25, 28	27, 26	4

	diberikan oleh orang tua			
	Mendapatkan pemenuhan materi oleh orang tua dan orang lain	29*, 32	31, 30	4
Dukungan Kelompok	Adanya kegiatan atau aktifitas kelompok	33, 36	35, 34	4
	Adanya rasa kebersamaan dalam kelompok	37, 40	39, 38	
Jumlah				40

*Catatan: aitem yang terdapat tanda \*merupakan aitem yang gugur*

#### 4. Hasil Uji Reliabilitas

##### a. Kepercayaan Diri

Tabel perolehan nilai reliabilitas alat ukur kepercayaan diri.

**Tabel 3.9**

Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,916	32

##### b. Motivasi Berprestasi

Tabel perolehan nilai reliabilitas alat ukur motivasi berprestasi.

**Tabel 3.10**

Reliabilitas Skala Motivasi Berprestasi

#### Reliability Statistics

<b>Cronbach's Alpha</b>	<b>N of Items</b>
,901	33

c. Dukungan Sosial

Tabel perolehan nilai reliabilitas alat ukur dukungan sosial.

**Tabel 3.11**

Reliabilitas Skala Dukungan Sosial

**Reliability Statistics**

<b>Cronbach's Alpha</b>	<b>N of Items</b>
,962	34

Berdasarkan Uji Reliabilitas yang dilakukan oleh peneliti skor dari reliabilitas kepercayaan diri yaitu 0,916, motivasi berprestasi 0,901 dan dukungan sosial 0,962, maka dapat disimpulkan bahwa ketiga variabel tersebut dinyatakan reliabel karena skor koefisien *Cronbach's Alpha*  $\geq 0,6$ .

**G. Teknik Analisis Data**

Menurut Sugiyono (2018:226) hal yang perlu dilakukan setelah data berhasil terkumpul adalah melakukan analisis data. Peneliti menggunakan analisis data kuantitatif pada penelitian ini, dengan bantuan *software* SPSS, dibawah ini beberapa analisis data yang peneliti lakukan:

**1. Uji Asumsi**

Sebelum melakukan uji hipotesis maka perlu dilakukan uji asumsi terlebih dahulu agar data yang akan diuji hipotesis adalah data yang berdistribusi normal dan berlinier, dimana hal ini perlu dilakukan karena sudah berdasarkan dengan ketentuan. Menurut Gunawan (2020:108) bahwa adanya uji asumsi klasik ini memiliki tujuan untuk memberikan kepastian bahwa persamaan regresi yang telah didapat memiliki

ketepatan dalam estimasi, tidak bias dan konsisten. Adapun pengujian asumsi yang dilakukan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Uji Normalitas

Menurut Umar (2011:181) mengatakan bahwa uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah variabel dependen, independen, atau keduanya berdistribusi secara normal atau tidak. Uji normalitas ini dapat dilakukan dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*, dengan kriteria yang berlaku yaitu apabila hasil signifikansi  $> 0,05$  yang berarti residual berdistribusi normal (Sugiyono, 2015:323).

b. Uji Linieritas

Uji linieritas ini berfungsi untuk mengetahui apakah antar variabel memiliki hubungan linier secara signifikan atau tidak signifikan. Uji linieritas dapat dilakukan melalui *test of linierity* melalui *software* SPSS dengan taraf signifikansi 0,05 %. Setiawan (2020:4) Dasar pengambilan keputusan dalam uji linieritas dapat dilihat pada tabel ANOVA melalui 2 cara :

- a) Berdasarkan nilai signifikansi (Sig), jika diperoleh nilai *deviation from linierity* menunjukkan nilai  $> 0,05$  maka hubungan antar variabel (X) dengan (Y) adalah linear secara signifikan.
- b) Berdasarkan nilai F, jika diperoleh nilai F menunjukkan nilai  $< 0,05$  maka hubungan antara variabel (X) dengan (Y) adalah tidak linear secara signifikan.

## 2. Uji Hipotesis

Tahap terakhir setelah melakukan uji asumsi pada penelitian ini adalah uji hipotesis. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data korelasi berganda atau *Multiple Correlation* yang bertujuan untuk memastikan adakah hubungan antara dua atau bahkan lebih variabel independen dengan variabel dependen. Sebelum ke tahap korelasi berganda, harus melakukan analisis terlebih dahulu menggunakan korelasi *Product Moment Pearson* untuk mengetahui hubungan antara masing-masing variabel independen dengan variabel dependen (Sugiyono 2014:248). Teknik analisis *Product Moment* ini untuk mengetahui hasil hipotesis pertama atau (H1) dan hipotesis kedua (H2), dengan ketentuan jika taraf signifikansi  $p < 0,05$  berarti hipotesis diterima, tetapi

apabila taraf signifikansi  $p > 0,05$  berarti hipotesis ditolak. Selanjutnya Nasir, 2016:103 menjelaskan nilai koefisien korelasi dapat digunakan untuk mengetahui nilai kekuatan hubungan anatar variabel.

Kemudian langkah berikutnya adalah melakukan uji korelasi berganda. Uji korelasi berganda ini memiliki tujuan yaitu untuk menguji signifikan atau tidaknya hubungan yang lebih dari dua variabel (Hasan,2010). Uji ini digunakan untuk mengetahui hasil dari hipotesis tiga atau (H3) dengan menggunakan perhitungan uji korelasi berganda atau *Multiple Correlation* yang dilakukan dengan bantuan *software* SPSS. Dengan ketentuan pencapaian taraf signifikansi dibawah 0,05 atau  $p < 0,05$  artinya hipotesis ini dapat diterima, tetapi apabila taraf signifikansi melebihi 0,05 atau  $p > 0,05$  maka hipotesisi ditolak.

Penerapan koefisien korelasi *pearson* dilakukan apabila skala pengukuran interval dan rasio tercapai (Normalitasnya), tetapi apabila sebaliknya skala pengukuran interval dan rasio tidak tercapai (Normalitasnya), maka dapat diterapkan ukuran derajat hubungan (korelasi) dalam metode non-parametrik. Metode *statistic non-parametric* digunakan jika data tidak berdistribusi normal. *Statistic non-parametric* adalah statistik bebas sebaran, artinya tidak menuntut persyaratan bentuk sebaran parameter populasi dan tidak mempersoalkan distribusi datanya normal atau tidak (Budiwanto, 2014:15). Pada penelitian ini peneliti menggunakan pengujian dengan metode *Statistic non-parametric* yaitu dengan *rank spearman's*.

## BAB IV

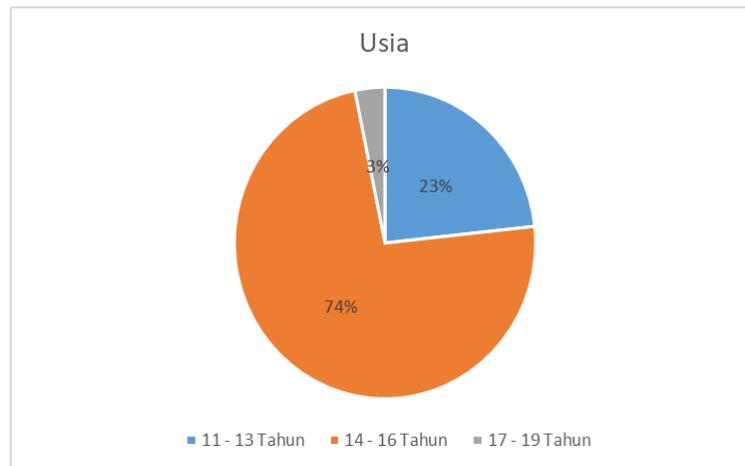
### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Deskripsi Subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah atlet futsal anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia Di Kota Tangerang yang memiliki kriteria masih aktif bertanding di liga AAFI 2023, berusia 11-19 tahun. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 247 atlet futsal. Berikut adalah deskripsi data kepercayaan diri, motivasi berprestasi dan dukungan sosial adalah sebagai berikut:

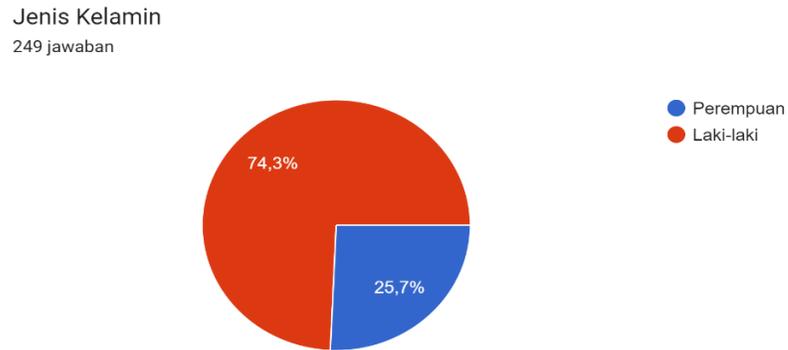
##### a. Berdasarkan Usia



**Gambar 4.1** Presentase Subjek Berdasarkan Usia

Berdasarkan diagram tersebut sebaran usia subjek terdiri dari atlet futsal yang berusia 11 tahun – 19 tahun. Atlet futsal yang berusia 11 tahun – 13 tahun sebanyak 58 atlet (24%), usia 14 – 16 tahun sebanyak 183 atlet (74 %) dan usia 17 – 19 tahun 8 atlet (3%).

b. Berdasarkan Jenis Kelamin



**Gambar 4.2** Presentase Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan diagram di atas terdapat sebanyak 185 atau 74,3% subjek laki-laki dan sebanyak 64 atau 25,7% subjek perempuan.

**2. Kategorisasi Variabel Penelitian**

Setiap penelitian diklasifikasikan menggunakan metode standar deviasi dan rata-rata untuk masing-masing variabel, kemudian dibagi menjadi tiga kategori tinggi, sedang dan rendah.

**Tabel 4.1**  
Hasil Uji Deskriptif

c	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Motivasi Berprestasi	249	51.00	130.00	107.3373	10.08265
Dukungan Sosial	249	54.00	122.00	104.4578	11.43844
Kepercayaan Diri	249	48.00	118.00	98.0763	9.96841
Valid N (listwise)	249				

Berdasarkan hasil uji deskriptif di atas dapat dilihat data yang diperoleh yakni variabel kepercayaan diri (Y), nilai *minimum* dari hasil uji deskriptif pada variabel ini adalah 48 sedangkan nilai *maksimum* 118 dengan nilai *mean* 98,076 dan *standart deviation* sebesar 9,968. Kemudian pada motivasi berprestasi (X1), nilai *minimum* dari hasil uji deskriptif pada variabel ini sebesar 51, sedangkan nilai *maximum* sebesar 130,

dengan nilai *mean* sebesar 107,337 dan *standart deviation* sebesar 10,082. Dan pada variabel dukungan sosial ( $X_2$ ), nilai *minimum* dari hasil uji deskriptif sebesar 54, sedangkan nilai *maximum* sebesar 122, dengan nilai *mean* sebesar 104,457 dan *standart deviation* sebesar 11,438.

a. Kategorisasi Variabel Motivasi Berprestasi

**Tabel 4.2**

Kategorisasi Skor Variabel Motivasi Berprestasi

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	$X < 97,26$	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$	$97,26 \leq X < 117,41$	Sedang
$X \leq (\text{Mean}) + 1\text{SD}$	$X \leq 117,41$	Tinggi

Kategorisasi rumusan di atas dapat dilihat dari skor motivasi berprestasi pada atlet futsal anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia di Kota Tangerang dinyatakan memiliki tingkat motivasi berprestasi yang sedang atau cukup jika memiliki skor lebih besar dari 117,41, lalu memiliki tingkat motivasi berprestasi yang sedang atau cukup jika memiliki skor diantara 97,25 – 117,41, serta dikatakan memiliki tingkat motivasi berprestasi rendah jika memiliki skor kurang dari 97,25. Sehingga hasil yang diperoleh dari tingkat motivasi berprestasi pada atlet futsal anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia di Kota Tangerang adalah sebagai berikut :

**Tabel 4.3**

Tabel Distribusi Variabel Motivasi Berprestasi

**Kategori Motivasi Berprestasi**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	29	11.6	11.6	11.6
	Sedang	202	81.1	81.1	92.8
	Tinggi	18	7.2	7.2	100.00
	Total	249	100.0	100.0	

Berdasarkan deskriptif statistic pada tabel diatas menunjukkan bahwa atlet futsal anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia di Kota Tangerang memiliki tingkat motivasi berprestasi yang sedang yaitu sebanyak 202 Atlet (81,1%) dan motivasi berprestasi tinggi sebanyak 18 atlet (7,2%).

Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa motivasi berprestasi atlet futsal anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia di Kota Tangerang berada dalam kategori sedang yaitu sebanyak 202 atlet atau 81,1%.

b. Kategorisasi Variabel Dukungan Sosial

**Tabel 4.4**

Kategorisasi Skor Variabel Dukungan Sosial

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	$X < 93,02$	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$	$93,02 \leq X < 115,88$	Sedang
$X \leq (\text{Mean}) + 1\text{SD}$	$X \leq 115,88$	Tinggi

Kategorisasi rumusan di atas dapat dilihat dari skor dukungan sosial pada atlet futsal anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia di Kota Tangerang dinyatakan memiliki tingkat dukungan sosial yang sedang atau cukup jika memiliki skor lebih besar dari 115,88, lalu memiliki tingkat dukungan sosial yang sedang atau cukup jika memiliki skor diantara 93,02 - 115,88, serta dikatakan memiliki tingkat dukungan sosial rendah jika memiliki skor kurang dari 93,02. Sehingga hasil yang diperoleh dari tingkat dukungan sosial pada atlet futsal anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia di Kota Tangerang adalah sebagai berikut :

**Tabel 4.5**

Tabel Distribusi Variabel Dukungan Sosial

**Kategori Dukungan Sosial**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent

Valid	Rendah	36	14.5	14.5	14.5
	Sedang	179	71.9	71.9	86.3
	Tinggi	34	13.7	13.7	100.00
	Total	249	100.0	100.0	

Berdasarkan deskriptif statistic pada tabel diatas menunjukkan bahwa atlet futsal anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia di Kota Tangerang memiliki tingkat dukungan sosial yang sedang 179 Atlet (71,9%) dan dukungan sosial tinggi sebanyak 34 atlet (13,7%).

Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial atlet futsal anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia di Kota Tangerang berada dalam kategori sedang yaitu sebanyak 179 atlet atau 71,9%.

c. Kategorisasi Variabel Kepercayaan Diri

**Tabel 4.6**

Kategorisasi Skor Variabel Kepercayaan Diri

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	$X < 88,11$	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$	$88,11 \leq X < 108,03$	Sedang
$X \leq (\text{Mean}) + 1\text{SD}$	$X \leq 108,03$	Tinggi

Kategorisasi rumusan di atas dapat dilihat da kepercayaan diri pada atlet futsal anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia di Kota Tangerang dinyatakan memiliki tingkat kepercayaan diri yang sedang atau cukup jika memiliki skor lebih besar dari 108,03, lalu memiliki tingkat kepercayaan diri yang sedang atau cukup jika memiliki skor diantara 88,11 - 108,03, serta dikatakan memiliki tingkat kepercayaan diri rendah jika memiliki skor kurang dari 88,11. Sehingga hasil yang diperoleh dari tingkat kepercayaan diri pada atlet futsal anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia di Kota Tangerang adalah sebagai berikut :

**Tabel 4.7**

Tabel Distribusi Variabel Kepercayaan Diri

**Kategori Kepercayaan Diri**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	43	17.3	17.3	17.3
	Sedang	176	70.7	70.7	88.
	Tinggi	30	12.0	12.0	100.0
	Total	249	100.0	100.0	

Berdasarkan deskriptif *statistic* pada tabel diatas menunjukkan bahwa atlet futsal anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia di Kota Tangerang memiliki tingkat kepercayaan diri yang sedang 176 Atlet (70,7%) dan kepercayaan diri tinggi sebanyak 30 atlet (12%).

Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri atlet futsal anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia di Kota Tangerang berada dalam kategori sedang yaitu sebanyak 176 atlet atau 70,7%.

**B. Hasil Uji Asumsi**

**1. Uji Normalitas**

Uji normalitas memiliki tujuan untuk mengetahui apakah variabel independent dan dependen berkontribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji kolomogorov-smirnov, yaitu apabila data yang memiliki signifikansi  $< 0,05$  maka artinya tidak berkontribusi normal. Sebaliknya apabila data  $> 0,05$  maka data dapat berkontribusi secara normal.

**Tabel 4.8**

Hasil Uji Normalitas

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		249
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.51169795
Most Extreme Differences	Absolute	.074
	Positive	.042
	Negative	-.074
Test Statistic		.074
Asymp. Sig. (2-tailed)		.002 <sup>c</sup>

a. Test distribution is Normal

Hasil dari uji normalitas pada penelitian ini dengan menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov* diketahui bahwa tingkat signifikansi sebesar 0,002. Maka dari itu, data residual dari penelitian ini berdistribusi secara tidak normal karena nilai signifikansi  $0,002 < 0,05$ . Dari hasil uji normalitas tersebut maka dapat disimpulkan bahwa untuk melakukan analisis data pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *statistic non-parametric*, hal tersebut dilakukan karena data yang berskala interval atau rasio tidak berdistribusi secara normal (Budiwanto, 2014:66), uji *statistic non-parametric* yang digunakan oleh peneliti yaitu dengan *rank spearman's*.

## 2. Uji Linearitas

Uji Linieritas dipergunakan untuk mengetahui apakah antar variabel memiliki hubungan linear, secara signifikan atau tidak (Sugiyono: 323). Uji linieritas menggunakan metode test for linearity melalui aplikasi SPSS. Variabel bebas dan variabel terikat dikatakan memiliki hubungan yang linear apabila baris linearity  $p < 0,05$  dan nilai yang terdapat pada deviation from linearity  $p > 0,05$  (Payadnya, 2018:68).

**Tabel 4.9**

Hasil Uji Linearitas Variabel Motivasi Berprestasi dengan  
Variabel Kepercayaan Diri

**ANOVA Table**

			Sum of Squeres	df	Mean Square	F	Sig.
Kepercayaan Diri* Motivasi Berprestasi	Between Groups	(Combined)	17276.610	44	392.650	10.873	.000
		Linearity	15620.063	1	15620.063	432.540	.000
		Deviation From Linearity	1656.546	43	38.524	1.067	.372
	Within Groups		7366.941	204	36.112		
	Total		24643.550	248			

Berdasarkan tabel di atas pada kolom linearity menunjukkan nilai sifnifikansi sebesar 0,000 atau  $< 0,05$  yang artinya antar variabel memiliki hubungan linear. Sedangkan, pada kolom *deviation from linearity* memperoleh nilai signifikansi 0,372  $> 0,05$  sehingga antar variabel memiliki hubungan yang linear.

**Tabel 4.10**

Hasil Uji Linearitas Variabel Dukungan Sosial dengan  
Variabel Kepercayaan Diri

**ANOVA Table**

			Sum of Squeres	df	Mean Square	F	Sig.
Kepercayaan Diri* Dukungan Sosial	Between Groups	(Combined)	17157.431	45	381.276	10.339	.000
		Linearity	14927.521	1	14927.521	404.787	.000
		Deviation From Linearity	2229.910	44	50.680	1.374	.074
	Within Groups		7486.119	203	36.877		

	Total	24643.550	248			
--	-------	-----------	-----	--	--	--

Berdasarkan tabel di atas pada kolom linearity menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 atau  $< 0,05$  yang artinya antar variabel memiliki hubungan linear. Sedangkan, pada kolom *deviation from linearity* memperoleh nilai signifikansi 0,074  $> 0,05$  sehingga antar variabel memiliki hubungan yang linear.

### C. Hasil Analisis Data

Pengujian hipotesis digunakan dengan tujuan untuk mengetahui ditolak atau diterima tidaknya hipotesis dalam penelitian ini adalah hubungan antara motivasi berprestasi dan dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet futsal anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia Di Kota Tangerang.

#### 1. Uji Hipotesis Pertama

Pada uji hipotesis pertama peneliti mengajukan hipotesis “Ada hubungan antara motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri pada atlet futsal anggota AAFI Di kota Tangerang”.

**Tabel 4.11**

Hasil Uji Hipotesis Pertama Motivasi Berprestasi dan Kepercayaan Diri  
**Correlations**

			Motivasi Berprestasi	Kepercayaan Diri
Spearman's rho	Motivasi Berprestasi	Correlation Coefficient	1.000	.720**
		Sig. (2-tailed)		.000
		N	249	249
	Kepercayaan Diri	Correlation Coefficient	.720**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	
		N	249	249

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tabel hasil uji hipotesis di atas menunjukkan adanya hubungan antara motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri pada atlet futsal anggota AAFI Di Kota Tangerang

karena memperoleh nilai signifikansi yang kuat sebesar 0,000 yang mana hal tersebut menunjukkan hasil  $< 0,05$ .

Apabila nilai koefisien korelasi mendekati 1 atau -1 antar variabel memiliki hubungan yang kuat, sedangkan apabila mendekati 0 maka memiliki hubungan yang lemah. Berdasarkan tabel di atas, nilai koefisien korelasi sebesar 0,720 menunjukkan hubungan positif yang signifikan yang kuat antara motivasi berprestasi dan kepercayaan diri pada atlet futsal anggota AAFI Di Kota Tangerang. Hal ini menunjukkan semakin tinggi motivasi berprestasi yang dimiliki oleh atlet futsal anggota AAFI Di Kota Tangerang, maka semakin tinggi pula tingkat kepercayaan diri yang dimiliki oleh atlet futsal anggota AAFI Di Kota Tangerang. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah motivasi berprestasi yang dimiliki oleh atlet futsal anggota AAFI Di Kota Tangerang, maka semakin rendah pula tingkat kepercayaan diri yang dimiliki oleh atlet futsal anggota AAFI Di Kota Tangerang

## 2. Uji Hipotesis Kedua

Pada uji hipotesis kedua peneliti mengajukan hipotesis “Ada hubungan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet futsal anggota AAFI Di kota Tangerang”.

**Tabel 4.12**  
Hasil Uji Hipotesis Kedua Dukungan Sosial dan Kepercayaan Diri  
**Correlations**

			Dukungan Sosial	Kepercayaan Diri
Spearman's rho	Dukungan Sosial	Correlation Coefficient	1.000	.756**
		Sig. (2-tailed)		.000
		N	249	249
	Kepercayaan Diri	Correlation Coefficient	.756**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	
		N	249	249

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tabel hasil uji hipotesis di atas menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet futsal anggota AAFI Di Kota Tangerang karena memperoleh nilai signifikansi yang kuat sebesar 0,000 yang mana hal tersebut menunjukkan hasil  $< 0,05$ .

Apabila nilai koefisien korelasi mendekati 1 atau -1 antar variabel memiliki hubungan yang kuat, sedangkan apabila mendekati 0 maka memiliki hubungan yang lemah. Berdasarkan tabel di atas, nilai koefisien korelasi sebesar 0,756 menunjukkan hubungan positif yang signifikan yang kuat antara dukungan sosial dan kepercayaan diri pada atlet futsal anggota AAFI Di Kota Tangerang. Hal ini menunjukkan semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan oleh atlet futsal anggota AAFI Di Kota Tangerang, maka semakin tinggi pula tingkat kepercayaan diri yang dimiliki oleh atlet futsal anggota AAFI Di Kota Tangerang. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang didapatkan oleh atlet futsal anggota AAFI Di Kota Tangerang, maka semakin rendah pula tingkat kepercayaan diri yang dimiliki oleh atlet futsal anggota AAFI Di Kota Tangerang.

#### **D. Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji adakah hubungan antara motivasi berprestasi dan dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet futsal anggota AAFI Di kota Tangerang. Peneliti mengajukan tiga hipotesis dalam penelitian ini, yaitu :

Hasil uji hipotesis pertama yang dilakukan oleh peneliti adalah adanya hubungan positif antara motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri pada Atlet Futsal Anggota AAFI Di Kota Tangerang. Hasil nilai koefisien korelasi antara motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri sebesar 0,720 yang berarti terdapat hubungan yang positif antara motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri dan masuk dalam kategori kuat. Dapat dikatakan kuat karena nilainya mendekati skor 1. Nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,000 yang mana nilai tersebut kurang dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ), maka kedua variabel dinyatakan signifikan. Kesimpulannya, terdapat hubungan positif yang signifikan antara motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri pada Atlet Futsal AAFI Di Kota Tangerang. Hubungan positif yang dimaksud adalah semakin tinggi motivasi berprestasi atlet maka semakin tinggi pula kepercayaan diri atlet, begitu pun sebaliknya.

Hal itu sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Makruf 2020 dengan penelitian tentang hubungan kepercayaan diri dengan motivasi berprestasi anggota Unit Bola Basket UMS. Penelitian tersebut menghasilkan koefisien korelasi  $r = 0,431$  yang artinya terdapat hubungan yang positif antara kepercayaan diri dengan motivasi berprestasi pada anggota Unit Bola Basket UMS. Bentuk hubungan positif yang di maksud adalah semakin tinggi kepercayaan diri individu maka semakin tinggi pula motivasi berprestasi yang dimiliki, sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri yang dimiliki oleh individu maka semakin rendah pula motivasi berprestasi yang dimiliki. Penelitian lain yang dilakukan oleh Wijaya 2016 dengan penelitian tentang hubungan motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri pada Atlet Beladiri. Penelitian tersebut menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar  $r = 0,825$ , yang artinya bahwa adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dengan motivasi berprestasi pada atlet Beladiri.

Menurut Murray (dalam Damanik, 2020:31) motivasi berprestasi adalah suatu penggerak dalam diri seseorang untuk mendapatkan kesuksesan serta mengikut sertakan diri dalam berbagai kegiatan. Segala bentuk upaya yang dilakukan serta kemampuan yang dimiliki dapat mempengaruhi tingkat kesuksesan seseorang. Menurut Atkinson (dalam Djaali, 2007), dari beragamnya keperluan hidup manusia, terdapat salah satu kebutuhan untuk berprestasi, yaitu dorongan mengatasi tantangan, membentuk kekuatan, serta melakukan usaha untuk mengerjakan suatu tugas yang sulit dengan cara yang seefektif dan seefisien mungkin, dengan kata lain usaha seseorang dalam menemukan atau melampaui standar keunggulan.

Terdapat beberapa aspek motivasi berprestasi menurut Mc. Clelland (dalam Fakhira, 2017:31) salah satunya adalah berusaha untuk sukses, seseorang yang memiliki motivasi berprestasi yang tinggi akan berusaha semaksimal mungkin dengan kemampuan yang dimiliki untuk mengejar kesuksesan. Aspek berusaha untuk sukses ini berkaitan dengan aspek kepercayaan diri yaitu adanya keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Menurut Ghufron (2014:33) menyatakan bahwa bagi setiap individu harus memiliki rasa percaya diri, karena kepercayaan diri ini termasuk salah satu aspek kepribadian yang penting untuk dimiliki. Tanpa adanya rasa percaya diri akan mendapati banyak masalah pada diri seseorang. Ibrahim (dalam Mardhika, 2015:117)

mengungkapkan bahwa salah satu bentuk pencapaian aktualisasi diri bagi atlet yaitu ketika seorang atlet hendak menggapai prestasi puncak atau maksimal. Dengan adanya kepercayaan diri, individu mampu mengembangkan potensi yang dimiliki dan terus berusaha untuk mengasah potensi-potensi yang ada di dalam dirinya yang mungkin bisa dikembangkan. Tidak memiliki rasa putus asa meskipun terdapat kendala yang ditemuinya, individu tidak mudah putus asa dan tetap berusaha mencapai tujuannya. Ini merupakan salah satu hal yang menjadikan seseorang mampu menuju dalam kesuksesannya.

Aspek yang berkaitan berikutnya adalah aspek tanggung jawab, yaitu memiliki sikap tanggung jawab terhadap apa yang dikerjakan demi mencapai keberhasilan tugasnya. Aspek ini berkaitan dengan aspek kepercayaan diri yaitu mempunyai rasa bertanggung jawab. Seseorang yang bertanggung jawab selalu memberikan hasil yang terbaik atas pekerjaan yang telah dilakukan. Rasa tanggung jawab itu nantinya akan mendorong seseorang untuk menampilkan yang terbaik. Rasa percaya diri seseorang akan bertambah setelah seseorang tersebut berhasil melaksanakan pekerjaannya dengan baik (Ghufron, 2014: 36).

Selanjutnya aspek yang berkaitan berikutnya adalah umpan balik. Individu yang memiliki motivasi berprestasi yang tinggi sangat menyukai adanya pemberian umpan balik atas kinerja yang dilakukan. Hal ini dikarenakan untuk mengetahui apakah tindakan yang dilakukannya bermanfaat atau dapat berguna bagi orang lain atau tidak. Aspek ini berkaitan dengan aspek kepercayaan diri objektif, yaitu orang yang percaya diri mampu memandang suatu persoalan sesuai dengan kebenaran yang ada, bukan berdasarkan kebenaran pribadi atau dirinya sendiri. Dengan adanya pemberian umpan balik secara objektif, individu dapat mengevaluasi atas hasil kerja yang telah dilakukannya berdasarkan dengan kebenaran yang ada bukan hanya kebenaran pribadi, sehingga individu juga mampu meningkatkan efektivitasnya dalam mencapai sebuah prestasi.

Kemudian yang terakhir aspek yang berkaitan antara motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri adalah aspek memilih tugas berdasarkan kemampuannya atau mampu mempertimbangkan resiko. Memiliki keberanian dalam mengambil resiko sedang yang berarti masih ada peluang untuk mencapai prestasi lagi. Aspek ini berkaitan dengan aspek

kepercayaan diri rasional atau realistis. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri mampu menganalisis sesuatu hal atau suatu masalah dengan menggunkan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Hasil uji hipotesis kedua yang dilakukan oleh peneliti adalah adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada Atlet Futsal Anggota AAFI Di Kota Tangerang. Hasil nilai koefisien korelasi antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri sebesar 0,756 yang berarti terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri dan masuk dalam kategori kuat. Dapat dikatakan kuat karena nilainya mendekati skor 1. Nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,000 yang mana nilai tersebut kurang dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ), maka kedua variabel dinyatakan signifikan. Kesimpulannya, terdapat hubungan positif yang signifikan antara motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri pada Atlet Futsal Anggota AAFI Di Kota Tangerang. Hubungan positif yang dimaksud adalah semakin tinggi dukungan sosial yang diterima atlet maka semakin tinggi pula kepercayaan diri atlet, begitu pun sebaliknya.

Hasil uji hipotesis tersebut sejalan dengan peneliti sebelumnya yang membahas terkait Siregar 2020 mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada Atlet Pencak Silat di PLPP Sumatera Utara. Dimana pada penelitian ini memperoleh nilai koefisien korelasi sebesar  $r = 0,452$ , yang artinya adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri Atlet Pencak Silat PLPP Sumatera Utara. Bentuk hubungan positif yang dimaksud adalah semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pula kepercayaan diri Atlet, dan sebaliknya jika semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah pula kepercayaan diri Atlet Pencak Silat PLPP di Sumatera Utara.

Sarafino (dalam Jarmitia, 2017:63) mengungkapkan, dukungan sosial adalah bentuk adanya nyaman, kepedulian, rasa terima kasih, atau bantuan yang mampu didapatkan atau melalui pemberian dari orang lain. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasakan adanya ketenangan diperhatikan dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten (Adnan, 2016:54). Dukungan sosial merupakan suatu bentuk kegiatan tolong-menolong dengan adanya sikap menerima kondisinya yang dapat

diperoleh dari individu ataupun kelompok yaitu seperti anggota keluarga, teman, rekan sebaya atau lingkungan sekitarnya.

Pernyataan-pernyataan di atas menunjukkan bahwa terdapat hubungan pada variabel kepercayaan diri dengan motivasi berprestasi dan dukungan sosial. Sehingga hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara motivasi berprestasi dan dukungan sosial dengan kepercayaan diri. Kesimpulan dari pernyataan di atas terdapat hubungan antara aspek objektif pada kepercayaan diri dengan aspek adanya umpan balik pada motivasi berprestasi dan aspek dukungan penghargaan pada dukungan sosial.

Islam menegaskan kepada seluruh manusia untuk tidak merasa lemah dan kalah dalam menghadapi berbagai situasi sulit. Seseorang yang mampu menerima atas kegagalan dan mampu melampaui rasa kecewa yang disebabkan dalam sekejap dapat tercermin pada individu yang memiliki kepercayaan diri. Sesuai dengan firman Allah SWT. dalam Quran surah Al-Imran ayat 139, sebagai berikut:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya : “ Dan janganlah kamu melemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang mukmin. QS. (Ali Imran: 139).

Jadi dengan memiliki kepercayaan diri individu akan terlatih untuk tidak mudah putus asa dan memiliki jiwa yang kuat dalam mengatasi berbagai persoalan. Setiap orang memiliki kekurangan dan kelebihan masing-masing. Kekurangan dan kelebihan yang dimiliki oleh setiap manusia tidak semata-mata diberikan-Nya begitu saja tetapi untuk memberikan pengajaran dan pembelajaran bagi hambanya untuk lebih bersyukur kepada Allah SWT. atas apa yang sudah diberikan. bahkan rasa syukur ini bisa menjadikan manusia untuk bisa lebih dekat lagi kepada Allah SWT.

Berdasarkan beberapa pernyataan yang sudah diuraikan di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa hanya 2 hipotesis yang dapat diterima yaitu, (1) terdapat hubungan positif yang signifikan antara motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri pada atlet futsal anggota AAFI Di kota Tangerang. (2) terdapat hubungan positif yang signifikan

antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet futsal anggota AAFI Di kota Tangerang.

Secara keseluruhan penelitian ini tidak terlepas dari adanya keterbatasan. Adapun keterbatasan dalam penelitian ini, yaitu pada instruksi saat dilakukannya pengambilan data yang kurang dapat dipahami, sehingga masih ada beberapa responden yang menanyakan terkait tujuan mengerjakan tes ini untuk apa, bagaimana cara pengisiannya dan lain sebagainya, maka lebih baik jika bertemu responden secara langsung agar mampu menjelaskan secara detail. Kemudian kekurangan berikutnya yaitu terletak pada teknik pengambilan sampling, peneliti menggunakan teknik pengambilan sampling dengan metode purposive sampling, yang dimana metode ini lebih baik jika dilakukan terlebih dahulu untuk mencari data responden kemudian mengelompokkannya terlebih dahulu subjek yang dinilai layak atau sudah memenuhi kriteria yang sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti untuk dijadikan data dalam penelitian.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang memiliki tujuan guna mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi berprestasi dan dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet futsal Anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia Di Kota Tangerang. Atlet futsal yang tergabung dalam Asosiasi Akademi Futsal Indonesia Di Kota Tangerang memiliki tingkat motivasi berprestasi, dukungan sosial, dan kepercayaan diri yang kuat.

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan pada penelitian ini, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara motivasi berprestasi dan kepercayaan diri pada atlet futsal Anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia Di Kota Tangerang, yang artinya semakin tinggi motivasi berprestasi maka semakin tinggi pula kepercayaan diri dan semakin rendah motivasi berprestasi maka semakin rendah pula tingkat kepercayaan diri.
2. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan kepercayaan diri pada atlet futsal Anggota Asosiasi Akademi Futsal Indonesia Di Kota Tangerang, yang artinya semakin tinggi dukungan sosial yang diterimanya maka semakin tinggi juga kepercayaan diri, dan semakin rendah dukungan sosial yang diterimanya maka semakin rendah pula tingkat kepercayaan diri.

#### **B. Saran**

Berikut terdapat beberapa saran yang diberikan peneliti terkait dengan penelitian ini:

- 1) Bagi atlet futsal

Diharapkan mampu mengevaluasi diri dalam meningkatkan, mengendalikan dan mempertahankan rasa kepercayaan diri agar mampu membawa perubahan pada dirinya yang tak hanya dalam sebuah pertandingan saja melainkan dalam bidang yang lainnya, selain itu mempertahankan motivasi berprestasi yang

dimiliki oleh masing-masing individu untuk terus menciptakan prestasi-prestasi yang lainnya yang belum tercapai, serta mampu memberikan dukungan sosial satu sama lain baik antar individu dengan individu lainnya atau dengan kelompok lainnya sehingga dapat menciptakan lingkungan yang baik yang dapat saling mendukung satu sama lain.

2) Bagi akademi dan pelatih futsal

Diharapkan adanya suatu upaya melalui pembentuk program pembinaan atau pelatihan mental kepada para atlet dalam membentuk atau membangun serta mempertahankan kepercayaan diri atlet, motivasi berprestasi atlet dan dukungan sosial, melihat bahwa berdasarkan hasil penelitian bahwa ketiganya saling memiliki keterkaitan yaitu semakin tinggi motivasi berprestasi atlet maka semakin tinggi pula kepercayaan diri yang dimiliki oleh para atlet dan begitu pun pada dukungan sosial, semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkannya maka semakin tinggi pula kepercayaan diri yang dimiliki oleh para atlet.

3) Bagi orang tua

Diharapkan dengan adanya penelitian ini sebagai dasar bahwa pentingnya peran orangtua untuk turut membantu, berkontribusi atau ikut berperan serta dalam mengarahkan dan memberikan bimbingan pada anak untuk menanamkan sikap percaya diri, yakin dan tanggung jawab terhadap diri sendiri sedari dini.

4) Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang memiliki ketertarikan pada topik yang sama dengan penelitian ini, diharapkan mampu meningkatkan metode pengukuran yang dilakukan oleh peneliti, lebih memperhatikan aspek dan faktor dari setiap variabel, serta adanya penambahan variabel lain agar penelitian lebih mencakup pada pengetahuan yang meluas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, Z. A., Fatimah, M., Zulfia, M., & Hidayati, F. (2016). Pengaruh dukungan sosial terhadap harga diri remaja desa wonoayu kecamatan wajak. *Jurnal Psikologi Islam*, 13(2), 53-58. <https://doi.org/10.18860/psi.v13i2.6442>. Diakses 24 Mei 2023
- Agustriyana, N. A., & Suwanto, I. (2017). Fully human being pada remaja sebagai pencapaian perkembangan identitas. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 2(1), 9-11. <https://dx.doi.org/10.26737/jbki.v2i1.244>. Diakses 25 Juni 2023
- Amri, S. (2018). Pengaruh kepercayaan diri (self confidence) berbasis ekstrakurikuler pramuka terhadap prestasi belajar matematika siswa sma negeri 6 kota bengkulu. *Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia*, 3(2), 156–170. <https://doi.org/10.33369/jpmr.v3i2.7520>. Diakses 15 Februari 2023
- Amseke, F. V., Dalik, M. A., & Liu D. A. L. (2021). Dukungan sosial orang tua, konsep diri dan motivasi berprestasi mahasiswa di masa pandemi covid 19. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora dan Seni*, 5(1), 241-250. DOI: 10.24912/jmishumsen.v5i1.9957.2021. Diakses pada 6 April 2023
- Amyani, S. (2010). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kemandirian santri pesantren tahfiz sekolah daarul qur'an internasional bandung. Skripsi (Tidak Diterbitkan). Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/21645/1/SITI%20AMYANI-FPS.PDF>. Diakses pada 15 Maret 2023
- Andayani, M., & Zubaidah, A. (2019). Membangun self-confidence siswa melalui pembelajaran matematika. *Jurnal Matematika*, 2(2), 147-153. <https://doi.org/10.24042/djm.v2i2.4279>. Diakses pada 23 Maret 2023
- Andini, N. V. (2022). Mengatasi kurang percaya diri prespektif qs. al-imran ayat 139 (studi kitab tafsir al-misbah karya m. quraish shihab at-taisir. *Jurnal Indonesia Studi Tafsir*, 03(02), 9-16. <https://doi.org/10.51875/attaisir.v3i2.135>. Diakses pada 12 Mei 2023
- Anita, L. (2003). *Cara menumbuhkan rasa percaya diri anak*. Elex Media Komputindo

- Anwar, N. I. A., Hasmiyati, Azis, I., Sufitriyono, & Hasyim. (2022). Tingkat kepercayaan diri dengan motivasi berprestasi atlet petanque di sulawesi selatan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 6(1), 1-9. <https://doi.org/10.26858/sportive.v6i1.30643>. Diakses pada 15 Maret 2023
- Arindawanti, R. A. D., & Izzati, U. A. (2021). Hubungan anatara dukungan sosial dengan subjective well-being pada karyawan bagian produksi. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(4), 1-120. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41139>. Diakses pada 28 April 2023
- Arikunto, S. (2014). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktis*. Rineka Cipta
- Asiyah, Ahmad, W., Raden G., & Tamrin, K. (2019). Pengaruh rasa percaya diri terhadap motivasi berprestasi siswa pada mata pelajaran ipa. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 9(3), 218-226. <https://ejournal.uksw.edu/scholaria/article/download/2386/1270/>. Diakses pada 24 Maret 2023
- Aufa, I. (2019). Hubungan natara kecerdasan emosi dengan kecemasan pada pemain futsal uny saat menghadapi pertandingan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v2i2.714>. Diakses 15 Maret 2023
- Azwar, S. (2007). *Metode penelitian*. Pustaka Belajar
- Azwar, S. (2011). *Metode penelitian*. Pustaka Belajar
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka Belajar
- Budiwanto, S. (2014). *Metode statitiska untuk mengolah data bidang keolahragaan*. Malang. Universitas Negeri Malang.
- Dayaksini, T., & Hudainah. (2009). *Psikologi sosial*. Umm Press
- Deni, A. U., & Ifdil, I. (2016). Konsep kepercayaan diri remaja putri. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(2). 43-52. <http://dx.doi.org/10.29210/12016272>. Diakses pada 12 Mei 2023
- Departemen Pendidikan Nasional. (2008). *Kamus besar bahasa indonesia*. Gramedia Pustaka Utama
- Djaali. (2007). *Psikologi pendidikan*. Bumi Aksara

- Dlis, F. (2022). *Filsafat ilmu dalam prespektif pendidikan jasmani dan olahraga*. Dapur Kata
- Effendi, H. (2016). Peranan psikologi olahraga dalam meningkatkan prestasi atlet. *Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 01, 22-30. <http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/nusantara/article/download/90/90>. Diakses 08 Maret 2023
- Fadillah, B., Widodo, H. D., & Budiarmo, A. (2013). Pengaruh motivasi dan lingkungan kerja terhadap produktivitas karyawan melalui kepuasan kerja karyawan produksi bagian jamu tradisional unit kaligawe pt. njonja meneer semarang. *Jurnal Ilmu Administrasi Bisnis*, 2(2), 1-9, <https://doi.org/10.14710/jiab.2013.2202>. 01 April 2023
- Fakhira, M., & Setiowati, E. A. (2017). Motivasi berprestasi siswa ditinjau dari fasilitasi sosial dan ketakutan akan kegagalan. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 29-42. DOI: <http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1279>. Diakses pada 01 April 2023. Bab 2 (definisi motivasi dan aspek-aspek motivasi berprestasi, hal 24 dan 25)
- Faradhiga, Y. A. (2016) Pengaruh dukungan sosial, loneliness, dan trait kepribadian terhadap gejala depresi narapidana di lembaga pemasyarakatan. *Skripsi (Diterbitkan)*, Universitas Islam Negeri Jakarta. <https://osf.io/3xkbm/download>. Diakses pada 25 April 2023.
- Fatimah, F. N. D. (2017). *Panduan praktis evaluasi kerja karyawan*. Anak Hebat Indonesia
- Faza, M. A. (2022). Hubungan antara efikasi diri dan motivasi berprestasi dengan kemalasan sosial pada peserta didik smp islam wonopringgo. *Skripsi (Diterbitkan)*. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. [https://eprints.walisongo.ac.id/19522/1/Skripsi\\_1607016018\\_Mohammad\\_Alfan\\_Faza.pdf](https://eprints.walisongo.ac.id/19522/1/Skripsi_1607016018_Mohammad_Alfan_Faza.pdf). Diakses pada 8 April 2023.
- Febiani, R. R. M., & Krisnani, H. (2020). Pentingnya peran orang tua dalam membangun kepercayaan diri seorang anak dari usia dini. *Prosiding Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1), 40-47. <https://jurnal.unpad.ac.id/prosiding/article/download/28257/pdf>. Diakses pada 8 Juni 2023
- Fikr, R. (2017). Memahami fitrah manusia dan implikasinya dalam pendidikan islam. *I3(1)*, 1340-1350. <https://jurnal.umt.ac.id/index.php/RausyanFikr/article/download/1/25>. Diakses pada 13 Mei 2023

- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2014). *Teori-teori psikologi*. Ar-Ruzz Media
- Gunawan. 2020. *Mahir menguasai spss panduan praktis mengola data penelitian*. Deepublish
- Hadeli. (2007). *Psikologi pendidikan*. Bumi Perkasa
- Hakim, T. (2002). *Mengatasi rasa tidak percaya diri*. Puspa Swara
- Halim, S. (2012). *1 Hari pintar main futsal*. Media Pressindo
- Hamzah, B., & Hadiana, O. (2018). Pengaruh penggunaan model *problem based learning* terhadap keterampilan *passing* dalam permainan futsal. *Jurnal Olahraga*, 3(01), 1-7. <http://jurnal.upmk.ac.id/index.php/juara>. Diakses pada 15 Maret 2023
- Handayani, S. G. (2019). Peranan psikologi olahraga dalam pencapaian prestasi atlet senam artistic kabupaten sijunjung. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 2(2), 1-12. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v2i2.714>. Diakses pada 15 Maret 2023
- Harefa, P. P. P., & Rozali, Y. A. (2020). Pengaruh dukungan sosial terhadap konsep diri pada remaja korban bullying. *JCA Psikologi*, 1(1). <https://jca.esaunggul.ac.id/index.php/jpsy/article/view/36>. Diakses pada 12 Mei 2023
- Hasibuan, M. A. I., Anindhita, N., Maulida, N. H., & Nashori, F. (2018). Hubungan antara amanah dan dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa perantau. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 101-116. <http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v3i1.2214>. Diakses pada 26 April 2023. Bab 2 (definisi dukungan sosial, hal 32)
- Jarmitia, S., Sulistiyani, A., Yulandari, N., Tattar, F. M., & Santoso, H. (2017). Hubungan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada penyandang disabilitas fisik di slb kota banda aceh. *Psikoislamedia. Jurnal Psikologi*, 1(1), 61–69. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i1.1483>. Diakses pada 26 April 2023
- Kemenag R.I. 2022. Qur'an Kemenag. <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/3?from=1&to=200>. Diakses pada 5 Agustus 2023

- Khoiri, K. H. A. (2018). Hubungan dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet pencak silat jawa tengah. *Skripsi (diterbitkan)*. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Fakultas Psikologi. <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/62026>. Diakses pada 15 Maret 2023
- Krisyanti, E. (2022). Hubungan antara body image dan self esteem dengan kepercayaan diri pada remaja akhir. *Skripsi (Diterbitkan)*. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. <https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/19536/>. Diakses pada 10 April 2023
- Kurniawan, A. W., Wijayanto, A., Amiq, F., & Hafiz, M. (2021). *Psikologi Olahraga*. Akademia Pustaka
- Kurnia, A. M. B., & Yustika, G. P. (2019). Motivasi belajar dalam prespektif qs. al-rad:11 menurut kitab tafsir al-jalalin karya imam jalaluddin al-mahali dan imam jalaluddin al-suyuti. *31(2)*. <https://badge.dimensions.ai/details/doi/10.23917/suhuf.v31i2.9041?domain=https://journals.ums.ac.id>. Diakses pada 16 Mei 2023
- Kurniawati. (2018). Peranan motivasi berprestasi, budaya keluarga dan perilaku mengajar guru terhadap prestasi belajar pai. *Jurnal Pendidikan Islam*. *1(2)*. 223-245. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/JIE/article/download/2963/pdf>. Diakses pada 28 April 2023
- Lautser. (2002). *Tes kepribadian (alih Bahasa : D. H. Gulo)*. Pt. Bumi Aksara
- Lenggono, B., & Yuzarion. (2020) Motivasi berprestasi pada siswa sma dala prespektif islam. *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan*, *2(1)*, 31-40. <http://journal.uad.ac.id/index.php/Psikologi/index>. Diakses pada 4 April 2023
- Leonard, & Supardi. (2010). Pengaruh konsep diri, sikap peserta didik pada matematika, dan kecemasan peserta didik terhadap prestasi belajar matematika. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, *29 (3)*, <http://dx.doi.org/10.21831/cp.v3i3.362>. Diakses pada 16 Mei 2023
- Lestari, D. A., & Asneli, E. A. (2022). Meningkatkan kepercayaan diri pada anak melalui platform youtube. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sosial da Humaniora*, *1(1)*, 98-104. DOI: 10.55123/abdisoshum.v1i1.505. Diakses pada 26 April 2023
- Lubis, A. (2018). Hubungan antara dukungan sosial dengan self regulated learning pada siswa kelas vii dan viii mts al amin malang. *Skripsi (Diterbitkan)*. Universitas Islam Negeri

- Maulana Malik Ibrahim. <http://etheses.uin-malang.ac.id/13567/1/14410117.pdf>. Diakses pada 24 Mei 2023
- Makruf, A. (2020) Hubungan kepercayaan diri dengan motivasi berprestasi anggota unit bola basket ums. *Skripsi (Diterbitkan)*. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama. <http://repository.radenintan.ac.id/10117/1/SKRIPSI%202.pdf>. Diakses pada 17 Maret 2023
- Mamlu'ah, A. (2019). Konsep percaya diri dalam al-qur'an surat al-Imran ayat 139. *Jurnal Pendidikan dan Kajian Keislaman*. 1(1), 30-39. <https://doi.org/10.36840/alaufa.v1i1.222>. Diakses 12 April 2023
- Mardhika, R., & Dimiyati. (2015). Pengaruh latihan mental dan keyakinan diri terhadap keberhasilan tendangan pinalti pemain sepak bola. *Jurnal Keolahragaan*, 3(1), 106-116. <http://dx.doi.org/10.21831/jk.v3i1.4973>. Diakses pada 17 Maret 2023
- Mastuti, I., & Aswi. (2008). *50 Kiat-kiat percaya diri*. Buku Kita
- Mardayanti, P. (2008). Hubungan faktor-faktor resiko dengan status gizi pada anak remaja kelas 8 yang berusia rata-rata 12-13 tahun di sltpn 7 bogor. Skripsi (Diterbitkan). Universitas Indonesia. <https://lib.ui.ac.id/detail?id=126636&lokasi=lokal>. Diakses pada 9 September 2023.
- Mildawani. (2014), *Membangun kepercayaan diri*. Lestari Kiranatama
- Mulyono, M. A. (2014). *Buku pintar futsal*. Laskar Aksara
- Munir, A., Nasrulloh, A., Suharjana, Wali, C. N., & Kerihi E. C. G. (2022). The relationship between motivation and mentality towards athletes' psychology in supporting football achievement: a literature study: article research. *JOSSAE (Journal of Sport Science and Education)*, 7(2), 107–116. <https://doi.org/10.26740/jossae.v7n2.p107-116>. Diakses pada 15 Maret 2023
- Muriawijaya, N. C. (2016). Hubungan antara motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri pada atlet beladiri. *Skripsi (Diterbitkan)*. Universitas Muhammadiyah Surakarta Fakultas

- Psikologi. <http://eprints.ums.ac.id/48487/17/NASKAH%20PUBLIKASI-citra.pdf>.  
Diakses pada 14 Maret 2023
- Mylsidayu, A. (2014). *Psikologi olahraga*. Bumi Aksara
- Nasir, M. A. (2016). *Statistik pendidikan*. Media Akademi.
- Nopaldi, A., & Setiawati. (2018). Hubungan anatara motivasi belajar dengan minat belajar warga binaan pada keterampilan menjahit di panti sosial karya wanita andam dewi solok. *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 6(4), 400-409. DOI: 10.24036/spektrumpls.v1i4.101463. diakses pada 03 Juni 2023
- Payadnya, I. P. A. A., & Jayantika I. G. A. N. T. 2018. Panduang penelitian eksperimen beserta analisis statistic dengan spss. Deepublish.
- Pratama, M. I. (2019). Pengaruh kepercayaan diri terhadap peak performance atlet futsal usia remaja. *Skripsi (Diterbitkan)*. Universitas Negeri Jakarta. Fakultas Pendidikan Psikologi. <http://repository.unj.ac.id/3096/1/Skripsi.pdf>. Diakses 4 Februari 2023
- Preston, D. L. (2007). *365 Steps to self-confidence*. UK: How To Books Ltd
- Putri, E. P. (2014). Hubungan dukungan sosial orang tua, pelatih dan teman dengan motivasi berprestasi akademik dan motivasi berprestasi olahraga (basket) pada mahasiswa atlet basket. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya Universitas Surabaya*, 3(01), 1-11. <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/1747>. Diakses 11 Maret 2023
- Putri, F. (2021). Hubungan antara kepercayaan diri dengan motivasi berprestasi dalam bermain futsal pada futsal pada pemain futsal di kota medan. *Skripsi (Diterbitkan)*. Medan: Universitas Medan Area. <https://repositori.uma.ac.id/jspui/bitstream/123456789/16141/2/168600055%20-%20Fadila%20Putri%20-%20Fulltext.pdf>. Diakses pada 15 Mei 2023
- Pradipta, C. S., & Fatmawati, E. (2012). Pengaruh konsep diri dalam komunikasi interpersonal pustakawan hubungannya terhadap pemustaka di badan perpustakaan dan kearsipan daerah kota cirebon. *Jurnal Ilmu Perpustakaan*, 1(1), 50-85. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jip/article/view/610>. Diakses pada 16 Mei 2023

- Pratiwi, P. I. (2018). Hubungan dukungan sosial dengan perilaku prososial. *Skripsi (Diterbitkan)*. Universitas Muhammadiyah Malang. <https://eprints.umm.ac.id/43298/1/putri%20indah%20pratiwi%20201410230311044.pdf>. Diakses pada 18 Juni 2023
- Razak, R. Z. (2021). Hubungan dukungan sosial teman satu tim dengan kepercayaan diri saat bertanding pada atlet sepak bola. *Skripsi (Diterbitkan)*. Universitas Negeri Yogyakarta fakultas ilmu keolahragaan. [http://eprints.uny.ac.id/71574/1/fulltext\\_rafi%20zulian%20razak\\_17602244021.pdf](http://eprints.uny.ac.id/71574/1/fulltext_rafi%20zulian%20razak_17602244021.pdf). Diakses pada 17 Maret 2023
- Ridho, M. (2020). Teori motivasi mc clelland dan implikasinya dalam pembelajaran pai. *Jurnal Studi Keislaman dan Ilmu Pendidikan*, 8(1), 1-16. <https://doi.org/10.36088/palapa.v8i1.673>. Diakses pada 13 Mei 2023
- Sakti, G. F., & Rozali, Y. A. (2015). Hubungan anatara dikungan sosial dengan kepercayaan diri atlet pada atlet cabang olahraga taekwondo dalam berprestasi (studi pada atlet taekwondo club btjc, kabupaten tangerang. *Jurnal Psikologi*, 13(1), 26-33. <https://www.neliti.com/id/publications/126346/hubungan-dukkungan-sosial-dengan-kepercayaan-diri-pada-atlet-cabang-olah-raga-tae>. Diakses pada 14 Maret 2023
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: perkembangan remaja*. Erlangga
- Sanaky, M. M., Saleh, L. M., & Titaley, H. D. (2021). Analisis faktor penyebab keterlambatan pada proyek pembangunan Gedung asrama man 1 tulehu maluku tengah. *Jurnal Simetrik*, 11(1), 432-439. <https://doi.org/10.31959/js.v11i1.615>. Diakses pada 10 Juni 2023.
- Sarafino, E. P. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial interactions 7th*. John Wiley & Sons, Inc.
- Sari, M. Y., & Rahmasari, D. (2022). Dukungan sosial pada mahasiswi dengan perilaku menyakiti diri. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(08), Hal 87-97. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/50713/41565>. Diakses pada 30 April 2023

- Shihab, M. Q. (2002). *Tafsir al-misbah: Pesan, kesan dan keserasian al-quran jilid II*. Lentera Hati
- Sidabalok, N. R., Marpaung, W., & Manurung, Y. S. (2019). Optimisme dan self esteem pada pelajar sekolah menengah atas. *Philanthropy Journal of Psychology*, 3(1), 48-58. <https://journals.usm.ac.id/index.php/philanthropy/article/download/1319/988>. Diakses pada 26 April 2023
- Siregar, N. (2020). Hubungan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet pencak silat di PLPP Sumatera Utara. *Skripsi (Diterbitkan)*. Universitas Medan Area Fakultas Psikologi. <https://repositori.uma.ac.id/handle/123456789/12068>. Diakses 14 Februari 2023
- Sugiyono. (2013). *Metode peneltian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta
- Sugiyono. (2015). *Metode peneltian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta
- Sugiyono, & Susanto, A. (2015). *Cara mudah belajar SPSS & Lisrel*. Alfabeta
- Sugiyono. (2018). *Metode peneltian kuantitatif*. Alfabeta.
- Supriyanto, A. (2015). *Psikologi olahraga*. Uny Press
- Suprayitno, M. (2020). Hubungan kepercayaan diri dengan motivasi berprestasi pada pemusatan latihan atlet pelajar putra pencak silat kabupaten pati. *Skripsi (Diterbitkan)*. Universitas Negeri Semarang Fakultas Ilmu Keolahragaan. <http://lib.unnes.ac.id/41329/1/6301416070.pdf>. Diakses pada 17 Maret 2023
- Surya, H. (2007). *Percaya diri itu penting*. Pt. Elex Media Komputindo
- Swastiratu, D. N., & Izzaty, R. E. (2021). Pengaruh *self-efficacy* terhadap kecemasan bertanding pada atlet. 3(2), 88-97. <http://journal.uny.ac.id/index.php/acta-psychologia>. Diakses pada 15 Maret 2023
- Syam, A., & Amri. (2017). Pengaruh kepercayaan diri (*self confidence*) berbasis kaderisasi imm terhadap prestasi belajar mahasiswa (studi kasus di program studi pendidikan biologi fakultas keguruan dan ilmu Pendidikan universitas Muhammadiyah parepare. *Jurnal Biotek*, 5(01), 87-102. <https://doi.org/10.24252/jb.v5i1.3448>. Diakses pada 24 Maret 2023

- Tangkudung, J. (2017). *Mental training*. Cakrawala Cendekia
- Umar, H. (2016). *Metode penelitian untuk skripsi*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Uno, H. B. (2017) *Teori motivasi dan pengukurannya*. Bumi Aksara
- Vandini, I. (2015). Peran kepercayaan diri terhadap prestasi belajar matematika. *Jurnal Formatif*, 5(3), 210-219. <http://dx.doi.org/10.30998/formatif.v5i3.646>. Diakses pada 17 Maret 2023
- Wati, K. A., & Jannah, M. (2021). Hubungan antara kejenuhan dengan motivasi berprestasi pada atlet sepak bola. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(03), hal. 126-136. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41205/35521#:~:text=Semakin%20tinggi%20kejenuhan%20maka%20semakin,atlet%20untuk%20berprestasipun%20berpotensi%20rendah>. Diakses pada 30 Maret 2023
- Widodo, A. W., & Nurwidawati, D. (2015). Hubungan antara kecemasan bertanding dan dukungan sosial dengan motivasi berprestasi pada atlet pencak silat perguruan pencak organisasi sidoarjo. 3(2). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/10946>. Diakses pada 11 Maret 2023
- Wijanarko, Y. A., & Purbodjati. (2021). Kontribusi daya ledak otot tungkai dan keseimbangan terhadap kemampuan shooting futsal pemain SMA Muhammadiyah 1 ponorogo. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 09(01), 61-66. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/36496>. Di akses pada 15 Maret 2023.
- Winkel, W. S. (1984). *Psikologi pengajaran*. Gramedia
- Yudianto, L. (2009). *Teknik bermain sepak bola dan futsal*. Visi 7
- Yolanda, E., & Rahayuningsih, I. (2023). Pengaruh hardiness dan dukungan sosial terhadap stress pedagang pasar tradisional di pasar tradisional duduk sampeyan. *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan*, 1(3), 159-170. <https://doi.org/10.47353/sikontan.v1i3.509>. Diakses pada 26 April 2023
- Yulikhah, S., Bukhori, B., & Murtadho, A. (2019). Self concept, self efficacy, and interpersonal communication effectiveness of student. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*,

4(1), 65-76. DOI: <http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v4i1.3196>. Diakses pada 26 Juni 2023.  
Bab 2 (definisi konsep diri, hal 17)

## LAMPIRAN

### Lampiran 1 Data Pra Riset

#### Lampiran 1.1 Data Pra Riset Wawancara

<b>HASIL PRA RISET</b>					
<b>Aspek Kepercayaan Diri (Menurut Lautser)</b>					
<b>Subjek (Inisial)</b>	<b>Memiliki rasa yakin terhadap kemampuan diri sendiri</b>	<b>Optimis</b>	<b>Objektif</b>	<b>Bertanggung Jawab</b>	<b>Rasional &amp; Realistis</b>
AA	Saya tidak yakin sama diri saya terutama pada kemampuan teknikal saya yang masih kurang	Biasanya saya diam saja sih	Saya tau kekurangan saya itu di teknikal dan taktikal individual kalau kelebihan saya tidak tau	Iya saya rutin mengikuti latihan dan saya juga sudah menjaga pola makan saya dan tidak bergadang	Iya saya pernah merasa takut ketika melihat lawan saya yang lebih hebat, tapi saya berusaha untuk jadikan itu sebagai motivasi untuk bermain dengan baik
FH	Saya merasa masih ga yakin sama diri saya waktu saya bermain atau dipasangin satu tim dengan senior	Terus mencoba untuk mendapatkan gol	Kalau kekurangan saya itu di daya tahan yang masih kurang dan kalau kelebihan saya, saya mempunyai kecepatan, kaki kanan dan kiri saya masih bisa dibilang aktif	Iya saya selalu melakukan latihan dengan rutin. Saya juga sudah menerapkan pola hidup sehat dengan tidak merokok dan bergadang	Saya tidak takut menghadapi lawan yang lebih hebat dari saya, kalau saya lihat kawan saya yang lebih hebat saya harus bisa melewatinya dan lebih darinya, dan saya jadikan

					motivasi agar bisa lebih baik dari dari lawan
PDP	<b>Saya merasa kurang yakin</b> , karena saya rasa cara bermain saya masih kurang daripada teman-teman yang lain	Terus berusaha untuk mencetak gol	Kayaknya <b>saya merasa kurang dalam hal apapun dan tidak punya kelebihan apapun</b>	Saya selalu ikut latihan ketika ada jadwal latihan. Saya <b>belum menerapkan</b> pola hidup sehat, saya masih suka makan sembarangan dan tidur yang tidak teratur	<b>Saya sering merasa takut</b> karena melihat lawan saya lebih hebat dari saya, tetapi saya berusaha untuk mencoba tetap tenang waktu pertandingan akan dimulai bersama lawan yang lebih hebat supaya tidak drop
MDA	Saya yakin banget sama kemampuan saya disetiap waktu pertandingan	Terus mencoba lagi dan lagi	Saya merasa kurang dalam teknik <i>shooting</i> dan saya memiliki kelebihan dalam kelincahan saya dan mempunyai kecepatan yang bagus	Iyaa saya rajin banget dong, saya juga sudah menerapkan pola hidup sehat tidur teratur, makan juga teratur	Tidak, saya tidak takut sama sekali justru saya lebih terpacu untuk jadi lebih baik lagi
VAP	<b>Saya masih merasa ragu sama</b> kemampuan diri saya kalau saya melihat	<b>Mencoba lain kali lagi kalau ada kesempatan</b>	Kelebihan saya, saya cepat mengerti ketika dikasih materi waktu latihan, tapi ya gitu kekurangannya	Iya saya rutin dalam berlatih, <b>saya belum menerapkan</b> pola hidup sehat	<b>Iya saya merasa takut</b> kalau lawan saya lebih hebat tapi saya berusaha mencoba

	lawan yang hebat		saya kadang suka lupa kalau dipraktikan ulang lagi		untuk tetap tenang
--	------------------	--	--	--	--------------------

## Lampiran 2 Kisi-kisi Aitem Skala Penelitian

### Lampiran 2.1 Kisi-kisi Aitem Skala Kepercayaan Diri Sebelum Try Out

KEPERCAYAAN DIRI				
Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Optimis	Memiliki sikap positif tentang suatu harapan	<ul style="list-style-type: none"> <li>Setiap hendak bertanding saya membayangkan untuk bisa menampilkan penampilan yang terbaik (1)</li> <li>Saya mampu menjadi pemain top scorer pada setiap pertandingan di masa depan (4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya tidak mengharapkan menjadi pemain terbaik pada setiap pertandingan (3)</li> <li>Saya ragu setiap hendak memasukan bola ke dalam gawang (2)</li> </ul>	4
	Mampu memaknai sebuah kegagalan dengan baik	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya berlatih lebih keras jika saya mengalami kegagalan pada suatu pertandingan (5)</li> <li>Saya merasa yakin setiap mempelajari</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kegagalan membuat saya tidak bersemangat dalam bertanding (7)</li> <li>Saya tidak ingin mencoba suatu hal yang terlihat</li> </ul>	4

		sesuatu hal yang baru meskipun pada awalnya mengalami kesulitan dalam berlatih (8)	sulit saat berlatih karena saya yakin tidak bisa melakukannya (6)	
Objektif	Mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimiliki	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya mengetahui apa saja kelebihan yang saya miliki (9)</li> <li>• Saya mengetahui teknik apa saja yang belum saya kuasai (12)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tidak memiliki potensi dalam hal apapun (11)</li> <li>• Saya tidak mengetahui teknik apa saja yang masih belum saya kuasai (10)</li> </ul>	4
	Memperhitungkan tingkat resiko dari keputusan yang diambil	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya membuat rencana lainnya untuk berjaga-jaga bila keputusan yang saya ambil gagal (13)</li> <li>• Saya bisa mengatasi sebagian besar resiko dari keputusan yang saya ambil (16)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tidak memiliki rencana lainnya bila keputusan yang saya ambil gagal (15)</li> <li>• Saya tidak bisa menangani resiko dari keputusan yang saya ambil (14)</li> </ul>	4

	<p>Memiliki cara pandang yang positif terhadap diri sendiri</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latihan dapat memperbaiki penampilan saya saat bertanding (17)</li> <li>• Saya yakin akan menang dalam setiap pertandingan (20)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latihan tidak mempengaruhi penampilan saya saat bertanding (19)</li> <li>• Saya merasa khawatir tidak bisa memenangkan permainan dalam setiap pertandingan (18)</li> </ul>	<p>4</p>
<p>Keyakinan akan Kemampuan Diri Sendiri</p>	<p>Yakin dengan kemampuan diri sendiri</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa tenang setiap kali menghadapi pertandingan karena saya yakin dengan kemampuan saya dalam bermain futsal (21)</li> <li>• Saya mampu menghadapi setiap lawan dalam pertandingan dengan kemampuan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa cemas setiap kali menghadapi pertandingan, karena kemampuan saya yang masih kurang dalam bermain futsal (23)</li> <li>• Saya merasa ragu dengan kemampuan yang saya miliki setiap kali menghadapi lawan dalam</li> </ul>	<p>4</p>

		yang saya miliki (24)	pertandingan (22)	
Bertanggung Jawab	Memiliki kesadaran penuh akan kewajiban yang dimiliki	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempersiapkan diri untuk melatih mental perlu dilakukan sebelum memasuki musim pertandingan (25)</li> <li>• Menerapkan pola hidup sehat adalah hal yang penting bagi atlet (28)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya melakukan persiapan diri secukupnya sebelum dilakukan pertandingan (27)</li> <li>• Saya belum menerapkan pola hidup sehat (26)</li> </ul>	4
	Berani menanggung akibat setiap keputusan yang diambil	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya berani bertanggung jawab atas keputusan yang saya ambil ketika bertanding (29)</li> <li>• Saya tau bahwa apapun keputusan yang saya ambil akan menimbulkan resiko (32)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya takut setiap kali mengambil keputusan ketika bertanding (31)</li> <li>• Saya menghindari konsekuensi setiap keputusan yang saya ambil (30)</li> </ul>	4

Rasional / Realistis	Mampu menentukan langkah-langkah dalam menyelesaikan suatu persoalan menggunakan pemikiran yang masuk akal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya melakukan pengecekan kondisi lapangan sebelum bertanding (33)</li> <li>• Saya berusaha memahami lawan saya dalam setiap bertanding untuk bisa mengunggulinya (36)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tidak memperdulikan kondisi lapangan saat bertanding (35)</li> <li>• Saya menghindari lawan yang terlihat unggul dari saya (34)</li> </ul>	4
	Mampu menerima suatu persoalan sesuai dengan kenyataan yang terjadi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya senang ketika satu tim dengan senior (37)</li> <li>• Keramaian penonton membuat saya merasa bersemangat karena banyak yang mendukung saya saat bertanding (40)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya cemas ketika harus satu tim dengan senior (39)</li> <li>• Saya merasa tegang setiap kali mendengar teriakan penonton (38)</li> </ul>	4
Jumlah		20	20	40

**Lampiran 2.2** Kisi-kisi Aitem Skala Kepercayaan Diri Setelah Try Out

<b>KEPERCAYAAN DIRI</b>				
<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>Favorable</b>	<b>Unfavorable</b>	<b>Jumlah</b>
Optimis	Memiliki sikap positif tentang suatu harapan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Setiap hendak bertanding saya membayangkan untuk bisa menampilkan penampilan yang terbaik (1)</li> <li>• Saya mampu menjadi pemain top scorer pada setiap pertandingan di masa depan (4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tidak mengharapkan menjadi pemain terbaik pada setiap pertandingan (3)</li> <li>• Saya ragu setiap hendak memasukan bola ke dalam gawang (2)</li> </ul>	4
	Mampu memaknai sebuah kegagalan dengan baik	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya berlatih lebih keras jika saya mengalami kegagalan pada suatu pertandingan (5)</li> <li>• Saya merasa yakin setiap mempelajari sesuatu hal yang baru meskipun pada awalnya mengalami</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kegagalan membuat saya tidak bersemangat dalam bertanding (7)</li> <li>• Saya tidak ingin mencoba suatu hal yang terlihat sulit saat berlatih karena saya yakin tidak bisa</li> </ul>	4

		kesulitan dalam berlatih (8)	melakukannya (6)	
Objektif	Mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimiliki	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya mengetahui apa saja kelebihan yang saya miliki (9)</li> <li>• Saya mengetahui teknik apa saja yang belum saya kuasai (12)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tidak memiliki potensi dalam hal apapun (11)</li> <li>• Saya tidak mengetahui teknik apa saja yang masih belum saya kuasai (10)</li> </ul>	4
	Memperhitungkan tingkat resiko dari keputusan yang diambil	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya membuat rencana lainnya untuk berjaga-jaga bila keputusan yang saya ambil gagal (13)</li> <li>• Saya bisa mengatasi sebagian besar resiko dari keputusan yang saya ambil (16)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tidak memiliki rencana lainnya bila keputusan yang saya ambil gagal (15)</li> <li>• Saya tidak bisa menangani resiko dari keputusan yang saya ambil (14)</li> </ul>	4
Keyakinan akan Kemampuan Diri Sendiri	Memiliki cara pandang yang positif terhadap diri sendiri	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latihan dapat memperbaiki penampilan saya</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latihan tidak mempengaruhi penampilan saya</li> </ul>	4

		<p>saat bertanding (17)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya yakin akan menang dalam setiap pertandingan (20)</li> </ul>	<p>saat bertanding (19)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa khawatir tidak bisa memenangkan permainan dalam setiap pertandingan (18)</li> </ul>	
	<p>Yakin dengan kemampuan diri sendiri</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa tenang setiap kali menghadapi pertandingan karena saya yakin dengan kemampuan saya dalam bermain futsal (21)</li> <li>• Saya mampu menghadapi setiap lawan dalam pertandingan dengan kemampuan yang saya miliki (24)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa cemas setiap kali menghadapi pertandingan, karena kemampuan saya yang masih kurang dalam bermain futsal (23)</li> <li>• Saya merasa ragu dengan kemampuan yang saya miliki setiap kali menghadapi lawan dalam pertandingan (22)</li> </ul>	4
<p>Bertanggung Jawab</p>	<p>Memiliki kesadaran penuh</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempersiapkan diri untuk</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya melakukan persiapan diri</li> </ul>	4

	akan kewajiban yang dimiliki	<p>melatih mental perlu dilakukan sebelum memasuki musim pertandingan (25)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Menerapkan pola hidup sehat adalah hal yang penting bagi atlet (28)</li> </ul>	<p>secukupnya sebelum dilakukan pertandingan (27)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Saya belum menerapkan pola hidup sehat (26)</li> </ul>	
	Berani menanggung akibat setiap keputusan yang diambil	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya berani bertanggung jawab atas keputusan yang saya ambil ketika bertanding (29)</li> <li>Saya tau bahwa apapun keputusan yang saya ambil akan menimbulkan resiko (32)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya takut setiap kali mengambil keputusan ketika bertanding (31)</li> <li>Saya menghindari konsekuensi setiap keputusan yang saya ambil (30)</li> </ul>	4
Rasional / Realistis	Mampu menentukan langkah-langkah dalam menyelesaikan suatu persoalan	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya melakukan pengecekan kondisi lapangan sebelum bertanding (33)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya tidak memperdulikan kondisi lapangan saat bertanding (35)</li> </ul>	4

	menggunakan pemikiran yang masuk akal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya berusaha memahami lawan saya dalam setiap bertanding untuk bisa mengunggulinya (36)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya menghindari lawan yang terlihat unggul dari saya (34)</li> </ul>	
	Mampu menerima suatu persoalan sesuai dengan kenyataan yang terjadi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya senang ketika satu tim dengan senior (37)</li> <li>• Keramaian penonton membuat saya merasa bersemangat karena banyak yang mendukung saya saat bertanding (40)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya cemas ketika harus satu tim dengan senior (39)</li> <li>• Saya merasa tegang setiap kali mendengar teriakan penonton (38)</li> </ul>	4
Jumlah		20	20	40

**Lampiran 2.3** Kisi-kisi Aitem Motivasi Berprestasi Sebelum Try Out

<b>MOTIVASI BERPRESTASI</b>				
<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>Favorable</b>	<b>Unfavorable</b>	<b>Jumlah</b>
Berusaha untuk sukses	Adanya keinginan untuk berprestasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya ingin bermain sebaik mungkin di atas kemampuan teman-teman yang lain (1)</li> <li>• Saya memiliki keinginan untuk menjadi atlet futsal yang professional (4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tidak ingin terlihat unggul dibandingkan dengan teman-teman yang lain (3)</li> <li>• Saya menjadikan futsal sebagai hobi saya saja (2)</li> </ul>	4
	Bekerja keras akan usaha yang dilakukan agar apa yang diinginkan dapat tercapai	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya rajin berlatih agar bisa mengikuti pertandingan dengan baik (5)</li> <li>• Saya berusaha dengan tekun agar bisa masuk ke dalam tim inti (8)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya mengikuti latihan sesuka hati saya (7)</li> <li>• Saya merasa gagal ketika tidak bisa masuk ke dalam tim inti (6)</li> </ul>	4
Adanya kecenderungan untuk memilih resiko dalam	Tertarik pada tugas-tugas yang menantang	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa senang ketika ada materi baru dalam berlatih (9)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa tidak bersemangat setiap adanya materi baru saat berlatih (11)</li> </ul>	4

pemilihan tugas		Saya siap menjalankan tugas sebagai tim inti dengan baik (12)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menjadi bagian dari tim inti merupakan tugas yang sangat berat bagi saya (10)</li> </ul>	
	Mampu memilah tugas berdasarkan prioritas dan kemampuan yang dimiliki	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya mencatat hal apa saja yang perlu disiapkan sebelum bertanding (13)</li> <li>Saya konsisten mengerjakan tugas yang diberikan oleh pelatih (16)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya cuek terhadap hal-hal yang harus disiapkan sebelum bertanding (15)</li> <li>Saya masih menunda-nunda dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh pelatih (14)</li> </ul>	4
Umpan balik	Menyukai kritikan atau saran yang diberikan oleh orang lain	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kritikan dari orang lain membuat saya bersemangat ketika bertanding (17)</li> <li>Saya meminta saran dari orang lain ketika menghadapi kesulitan dalam berlatih (20)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kritikan dari orang lain membuat saya menjadi malas dalam bertanding (19)</li> <li>Saya enggan meminta saran dari orang lain saat menghadapi kesulitan dalam berlatih (18)</li> </ul>	4

	Menggunakan umpan balik dalam meningkatkan prestasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adanya umpan balik dari orang lain membuat saya mengenal diri saya lebih dalam lagi (21)</li> <li>• Saya merasa umpan balik dapat meningkatkan kemampuan saya dalam bermain futsal (24)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Umpan balik dari orang lain membuat saya menjadi rendah diri (23)</li> <li>• Umpan balik hanya membuat saya menjadi malas berlatih (22)</li> </ul>	4
Tanggung Jawab	Melaksanakan tugas yang diberikan sesuai dengan standar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tetap latihan meskipun pelatih tidak hadir (25)</li> <li>• Saya mengikuti program latihan yang diberikan oleh pelatih dengan baik (28)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya bermalas-malasan jika latihan tanpa dihadiri pelatih (27)</li> <li>• Saya tidak mengikuti program latihan yang diberikan oleh pelatih (26)</li> </ul>	4
	Terlibat aktif dalam bekerja sama dengan tim	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latihan mengoper bola bersama tim dapat meningkatkan keterampilan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya menyukai latihan mengoper bola sendiri dirumah (31)</li> </ul>	4

		<p>saya dalam mengoper bola secara akurat (29)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya senang berdiskusi bersama tim tentang strategi menghadapi lawan sebelum bertanding (32)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tidak suka berdiskusi dengan tim saya sebelum bertanding (30)</li> </ul>	
Kreatif dan inovatif	Berpikir kreatif untuk hasil yang terbaik	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya senang mengikuti latihan yang bervariasi (33)</li> <li>• Saya suka mencari atau menemukan teknik permainan yang berbeda dari teman saya (36)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tidak suka hal-hal yang berubah-ubah setiap latihan (35)</li> <li>• Saya lebih suka mencontoh teknik permainan teman daripada mencari ide sendiri (34)</li> </ul>	4
	Senang berkompetensi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dengan bertanding dapat melatih kemampuan saya dalam bermain futsal (37)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dengan mengikuti pertandingan membuat saya menjadi terkenal (39)</li> <li>• Saya merasa tidak semangat</li> </ul>	4

		<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya akan menunjukkan performa terbaik saya meskipun pelatih tidak bisa mendampingi saat bertanding (40)</li> </ul>	<p>untuk bertanding jika tidak didampingi oleh pelatih (38)</p>	
Jumlah		20	20	40

**Lampiran 2.4** Kisi-kisi Aitem Motivai Berprestasi Sesudah Try Out

<b>MOTIVASI BERPRESTASI</b>				
<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>Favorable</b>	<b>Unfavorable</b>	<b>Jumlah</b>
Berusaha untuk sukses	Adanya keinginan untuk berprestasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya ingin bermain sebaik mungkin di atas kemampuan teman-teman yang lain (1)</li> <li>• Saya memiliki keinginan untuk menjadi atlet futsal yang professional (4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tidak ingin terlihat unggul dibandingkan dengan teman-teman yang lain (3)</li> <li>• Saya menjadikan futsal sebagai hobi saya saja (2)</li> </ul>	4
	Bekerja keras akan usaha yang dilakukan agar apa yang diinginkan dapat tercapai	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya rajin berlatih agar bisa mengikuti pertandingan dengan baik (5)</li> <li>• Saya berusaha dengan tekun agar bisa masuk ke dalam tim inti (8)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya mengikuti latihan sesuka hati saya (7)</li> <li>• Saya merasa gagal ketika tidak bisa masuk ke dalam tim inti (6)</li> </ul>	4
Adanya kecenderungan untuk memilih resiko dalam	Tertarik pada tugas-tugas yang menantang	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa senang ketika ada materi baru dalam berlatih (9)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa tidak bersemangat setiap adanya materi baru saat berlatih (11)</li> </ul>	4

pemilihan tugas		<p>Saya siap menjalankan tugas sebagai tim inti dengan baik (12)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menjadi bagian dari tim inti merupakan tugas yang sangat berat bagi saya (10)</li> </ul>	
	<p>Mampu memilah tugas berdasarkan prioritas dan kemampuan yang dimiliki</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya mencatat hal apa saja yang perlu disiapkan sebelum bertanding (13)</li> <li>Saya konsisten mengerjakan tugas yang diberikan oleh pelatih (16)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya cuek terhadap hal-hal yang harus disiapkan sebelum bertanding (15)</li> <li>Saya masih menunda-nunda dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh pelatih (14)</li> </ul>	4
Umpan balik	<p>Menyukai kritikan atau saran yang diberikan oleh orang lain</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kritikan dari orang lain membuat saya bersemangat ketika bertanding (17)</li> <li>Saya meminta saran dari orang lain ketika menghadapi kesulitan dalam berlatih (20)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kritikan dari orang lain membuat saya menjadi malas dalam bertanding (19)</li> <li>Saya enggan meminta saran dari orang lain saat menghadapi kesulitan dalam berlatih (18)</li> </ul>	4

	Menggunakan umpan balik dalam meningkatkan prestasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adanya umpan balik dari orang lain membuat saya mengenal diri saya lebih dalam lagi (21)</li> <li>• Saya merasa umpan balik dapat meningkatkan kemampuan saya dalam bermain futsal (24)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Umpan balik dari orang lain membuat saya menjadi rendah diri (23)</li> <li>• Umpan balik hanya membuat saya menjadi malas berlatih (22)</li> </ul>	4
Tanggung Jawab	Melaksanakan tugas yang diberikan sesuai dengan standar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tetap latihan meskipun pelatih tidak hadir (25)</li> <li>• Saya mengikuti program latihan yang diberikan oleh pelatih dengan baik (28)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya bermalas-malasan jika latihan tanpa dihadiri pelatih (27)</li> <li>• Saya tidak mengikuti program latihan yang diberikan oleh pelatih (26)</li> </ul>	4
	Terlibat aktif dalam bekerja sama dengan tim	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latihan mengoper bola bersama tim dapat meningkatkan keterampilan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya menyukai latihan mengoper bola sendiri dirumah (31)</li> </ul>	4

		<p>saya dalam mengoper bola secara akurat (29)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya senang berdiskusi bersama tim tentang strategi menghadapi lawan sebelum bertanding (32)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tidak suka berdiskusi dengan tim saya sebelum bertanding (30)</li> </ul>	
Kreatif dan inovatif	Berpikir kreatif untuk hasil yang terbaik	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya senang mengikuti latihan yang bervariasi (33)</li> <li>• Saya suka mencari atau menemukan teknik permainan yang berbeda dari teman saya (36)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tidak suka hal-hal yang berubah-ubah setiap latihan (35)</li> <li>• Saya lebih suka mencontoh teknik permainan teman daripada mencari ide sendiri (34)</li> </ul>	4
	Senang berkompetensi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dengan bertanding dapat melatih kemampuan saya dalam bermain futsal (37)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dengan mengikuti pertandingan membuat saya menjadi terkenal (39)</li> <li>• Saya merasa tidak semangat</li> </ul>	4

		<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya akan menunjukkan performa terbaik saya meskipun pelatih tidak bisa mendampingi saat bertanding (40)</li> </ul>	<p>untuk bertanding jika tidak didampingi oleh pelatih (38)</p>	
Jumlah		20	20	40

**Lampiran 2.5** Kisi-kisi Aitem Dukungan Sosial Sebelum Tyrou

<b>Dukungan Sosial</b>				
<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>Favorable</b>	<b>Unfavorable</b>	<b>Jumlah</b>
Dukungan emosional	Merasakan perasaan aman dan nyaman yang diberikan oleh lingkungan sekitar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya merasa nyaman bila berada di dekat orang-orang terdekat saya (1)</li> <li>Saya merasa tenang apabila dihadiri pelatih saat bertanding (4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya merasa terganggu bila bersama orang lain karena mereka tidak bisa memberikan rasa nyaman (3)</li> <li>Saya takut melakukan kesalahan apabila dihadiri pelatih saat bertanding (2)</li> </ul>	4
	Merasakan adanya	<ul style="list-style-type: none"> <li>Orang tua saya ikut peduli</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya merasa sendirian ketika</li> </ul>	4

	kepedulian yang dilakukan oleh lingkungan sekitar	dengan persoalan yang saya hadapi (5) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelatih dapat mengerti kesulitan yang saya alami saat berlatih (8)</li> </ul>	menghadapi suatu persoalan (7) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelatih mengabaikan kesulitan yang saya alami saat berlatih (6)</li> </ul>	
Dukungan Penghargaan	Mendapatkan penilaian positif yang diberikan oleh lingkungan sekitar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya mendapatkan pujian dari orang-orang terdekat saya ketika saya berhasil memenangkan pertandingan (9)</li> <li>• Teman-teman saya meyakinkan saya bahwa saya telah melakukan yang terbaik dalam bertanding (12)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya jarang menerima pujian dari orang-orang terdekat saya ketika saya berhasil memenangkan pertandingan (11)</li> <li>• Teman-teman saya sering meragukan kemampuan saya ketika saya mengalami kegagalan saat bertanding (10)</li> </ul>	4
	Mendapatkan reward dari lingkungan sekitar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ketika saya menang dalam bertanding saya diberikan hadiah dari orang</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tidak pernah mendapatkan hadiah dari orang terdekat saya ketika saya</li> </ul>	4

		<p>terdekat saya (13)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya senang bila diberikan penghormatan oleh penyelenggara event sebagai top scorer setelah berhasil mencetak gol sebanyak mungkin (16)</li> </ul>	<p>memenangkan pertandingan (15)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tidak pernah diberikan penghormatan apapun oleh penyelenggara event padahal saya sudah berusaha semaksimal mungkin (14)</li> </ul>	
Dukungan Informatif	Mendapatkan nasehat atau saran yang diberikan oleh lingkungan sekitar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya mendapatkan nasehat dari orang-orang terdekat saya yang berguna untuk kemajuan saya (17)</li> <li>• Saya mendapatkan arahan dari pelatih saya sebelum pertandingan dimulai (20)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tidak mendapatkan saran dari orang-orang terdekat saya (19)</li> <li>• Pelatih saya tidak memberikan arahan sebelum bertanding seperti yang diberikan pada orang lain (18)</li> </ul>	4
	Mendapatkan penjelasan informasi dari	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelatih memberitahukan macam-macam</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelatih mengabaikan resiko cedera</li> </ul>	4

	lingkungan sekitar	<p>resiko cedera setiap akan bertanding (21)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelatih menjelaskan dengan baik bagaimana cara mengerjakan setiap kali ada tugas yang diberikan (24)</li> </ul>	<p>saat bertanding (23)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelatih hanya memberikan tugas tanpa menjelaskan bagaimana cara mengerjakannya (22)</li> </ul>	
Dukungan Instrumental	Mendapatkan bantuan berupa jasa yang diberikan oleh orang tua dan orang lain	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orang tua saya berusaha menyiapkan makanan yang bergizi untuk menjaga kesehatan saya (25)</li> <li>• Jika saya mengalami cedera, teman-teman saya bersedia untuk memapah saya (28)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orang tua saya membolehkan saya untuk mengonsumsi makanan apapun yang saya sukai (27)</li> <li>• Jika saya mengalami cedera, teman-teman saya enggan memapah saya (26)</li> </ul>	4
	Mendapatkan pemenuhan materi oleh orang tua dan orang lain	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Keluarga saya memberikan dana khusus untuk saya dalam mengikuti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya menggunakan biaya tabungan saya sendiri untuk mengikuti</li> </ul>	4

		<p>pelatihan futsal (29)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya diberikan fasilitas yang cukup oleh akademi saat berlatih (32)</li> </ul>	<p>pelatihan futsal (31)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fasilitas yang diberikan oleh akademi saat berlatih masih kurang memadai (30)</li> </ul>	
Dukungan Kelompok	Adanya kegiatan atau aktifitas kelompok	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kegiatan uji coba dengan tim lain membuat tim saya menjadi solid (33)</li> <li>• Adanya kegiatan <i>family gathering</i> membuat tim saya menjadi harmonis (36)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kegiatan uji coba dengan tim lain membuat tim saya menjadi terpecah belah (35)</li> <li>• Kegiatan <i>family gathering</i> hanya membuang-buang waktu saja (34)</li> </ul>	4
	Adanya rasa kebersamaan dalam kelompok	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasakan adanya keakraban dalam tim saya meskipun terdapat perbedaan latar belakang (suku, ras, budaya dan agama) (37)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa adanya perbedaan latar belakang (suku, ras, budaya dan agama) membuat tim saya menjadi renggang (39)</li> <li>• Saya merasa tidak ada yang</li> </ul>	4

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tim saya mau membantu ikut merasakan apa yang saya rasakan ketika saya merasa kesulitan saat bertanding (40)</li> </ul>	membantu saya ketika saya mengalami kesulitan saat bertanding (38)	
Jumlah		20	20	40

**Lampiran 2.6** Kisi-kisi Aitem Dukungan Sosial Sesudah Try Out

<b>Dukungan Sosial</b>				
<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>Favorable</b>	<b>Unfavorable</b>	<b>Jumlah</b>
Dukungan emosional	Merasakan perasaan aman dan nyaman yang diberikan oleh lingkungan sekitar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa nyaman bila berada di dekat orang-orang terdekat saya (1)</li> <li>• Saya merasa tenang apabila dihadiri pelatih saat bertanding (4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa terganggu bila bersama orang lain karena mereka tidak bisa memberikan rasa nyaman (3)</li> <li>• Saya takut melakukan kesalahan apabila dihadiri pelatih saat bertanding (2)</li> </ul>	4
	Merasakan adanya kepedulian	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orang tua saya ikut peduli dengan persoalan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa sendirian ketika menghadapi</li> </ul>	4

	yang dilakukan oleh lingkungan sekitar	yang saya hadapi (5) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelatih dapat mengerti kesulitan yang saya alami saat berlatih (8)</li> </ul>	suatu persoalan (7) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelatih mengabaikan kesulitan yang saya alami saat berlatih (6)</li> </ul>	
Dukungan Penghargaan	Mendapatkan penilaian positif yang diberikan oleh lingkungan sekitar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya mendapatkan pujian dari orang-orang terdekat saya ketika saya berhasil memenangkan pertandingan (9)</li> <li>• Teman-teman saya meyakinkan saya bahwa saya telah melakukan yang terbaik dalam bertanding (12)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya jarang menerima pujian dari orang-orang terdekat saya ketika saya berhasil memenangkan pertandingan (11)</li> <li>• Teman-teman saya sering meragukan kemampuan saya ketika saya mengalami kegagalan saat bertanding (10)</li> </ul>	4
	Mendapatkan reward dari lingkungan sekitar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ketika saya menang dalam bertanding saya diberikan hadiah dari orang terdekat saya (13)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tidak pernah mendapatkan hadiah dari orang terdekat saya ketika saya memenangkan</li> </ul>	4

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya senang bila diberikan penghormatan oleh penyelenggara event sebagai top scorer setelah berhasil mencetak gol sebanyak mungkin (16)</li> </ul>	<p>pertandingan (15)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tidak pernah diberikan penghormatan apapun oleh penyelenggara event padahal saya sudah berusaha semaksimal mungkin (14)</li> </ul>	
Dukungan Informatif	Mendapatkan nasehat atau saran yang diberikan oleh lingkungan sekitar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya mendapatkan nasehat dari orang-orang terdekat saya yang berguna untuk kemajuan saya (17)</li> <li>• Saya mendapatkan arahan dari pelatih saya sebelum pertandingan dimulai (20)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tidak mendapatkan saran dari orang-orang terdekat saya (19)</li> <li>• Pelatih saya tidak memberikan arahan sebelum bertanding seperti yang diberikan pada orang lain (18)</li> </ul>	4
	Mendapatkan penjelasan informasi dari	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelatih memberitahukan macam-macam resiko cedera</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelatih mengabaikan resiko cedera</li> </ul>	4

	lingkungan sekitar	<p>setiap akan bertanding (21)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelatih menjelaskan dengan baik bagaimana cara mengerjakan setiap kali ada tugas yang diberikan (24)</li> </ul>	<p>saat bertanding (23)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelatih hanya memberikan tugas tanpa menjelaskan bagaimana cara mengerjakannya (22)</li> </ul>	
Dukungan Instrumental	Mendapatkan bantuan berupa jasa yang diberikan oleh orang tua dan orang lain	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orang tua saya berusaha menyiapkan makanan yang bergizi untuk menjaga kesehatan saya (25)</li> <li>• Jika saya mengalami cedera, teman-teman saya bersedia untuk memapah saya (28)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orang tua saya membolehkan saya untuk mengonsumsi makanan apapun yang saya sukai (27)</li> <li>• Jika saya mengalami cedera, teman-teman saya enggan memapah saya (26)</li> </ul>	4
	Mendapatkan pemenuhan materi oleh orang tua dan orang lain	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Keluarga saya memberikan dana khusus untuk saya dalam mengikuti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya menggunakan biaya tabungan saya sendiri untuk mengikuti</li> </ul>	4

		<p>pelatihan futsal (29)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya diberikan fasilitas yang cukup oleh akademi saat berlatih (32)</li> </ul>	<p>pelatihan futsal (31)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fasilitas yang diberikan oleh akademi saat berlatih masih kurang memadai (30)</li> </ul>	
Dukungan Kelompok	Adanya kegiatan atau aktifitas kelompok	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kegiatan uji coba dengan tim lain membuat tim saya menjadi solid (33)</li> <li>• Adanya kegiatan <i>family gathering</i> membuat tim saya menjadi harmonis (36)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kegiatan uji coba dengan tim lain membuat tim saya menjadi terpecah belah (35)</li> <li>• Kegiatan <i>family gathering</i> hanya membuang-buang waktu saja (34)</li> </ul>	4
	Adanya rasa kebersamaan dalam kelompok	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasakan adanya keakraban dalam tim saya meskipun terdapat perbedaan latar belakang (suku, ras, budaya dan agama) (37)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa adanya perbedaan latar belakang (suku, ras, budaya dan agama) membuat tim saya menjadi renggang (39)</li> <li>• Saya merasa tidak ada yang</li> </ul>	4

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tim saya mau membantu ikut merasakan apa yang saya rasakan ketika saya merasa kesulitan saat bertanding (40)</li> </ul>	<p>membantu saya ketika saya mengalami kesulitan saat bertanding (38)</p>	
	Jumlah	20	20	40

### Lampiran 3 Skala Penelitian Sebelum *Try Out*

#### Lampiran 3.1 Skala Kepercayaan Diri Sebelum *Try Out*

##### IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

Usia :

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Setiap hendak bertanding saya membayangkan untuk bisa menampilkan penampilan yang terbaik				
2.	Saya ragu setiap hendak memasukan bola ke dalam gawang				
3.	Saya tidak mengharapkan menjadi pemain terbaik pada setiap pertandingan				
4.	Saya mampu menjadi pemain top scorer pada setiap pertandingan di masa depan				
5.	Saya berlatih lebih keras jika saya mengalami kegagalan pada suatu pertandingan				
6.	Saya tidak ingin mencoba suatu hal yang terlihat sulit saat berlatih karena saya yakin tidak bisa melakukannya				
7.	Kegagalan membuat saya tidak bersemangat dalam bertanding				
8.	Saya merasa yakin setiap mempelajari sesuatu hal yang baru meskipun pada awalnya mengalami kesulitan dalam berlatih				
9.	Saya mengetahui apa saja kelebihan yang saya miliki				
10.	Saya tidak mengetahui teknik apa saja yang masih belum saya kuasai				
11.	Saya tidak memiliki potensi dalam hal apapun				
12.	Saya mengetahui teknik apa saja yang belum saya kuasai				
13.	Saya membuat rencana lainnya untuk berjaga-jaga bila keputusan yang saya ambil gagal				

14.	Saya tidak bisa menangani resiko dari keputusan yang saya ambil				
15.	Saya tidak memiliki rencana lainnya bila keputusan yang saya ambil gagal				
16.	Saya bisa mengatasi sebagian besar resiko dari keputusan yang saya ambil				
17.	Latihan dapat memperbaiki penampilan saya saat bertanding				
18.	Saya merasa khawatir tidak bisa memenangkan permainan dalam setiap pertandingan				
19.	Latihan tidak mempengaruhi penampilan saya saat bertanding				
20.	Saya yakin akan menang dalam setiap pertandingan				
21.	Saya merasa tenang setiap kali menghadapi pertandingan karena saya yakin dengan kemampuan saya dalam bermain futsal				
22.	Saya merasa ragu dengan kemampuan yang saya miliki setiap kali menghadapi lawan dalam pertandingan				
23.	Saya merasa cemas setiap kali menghadapi pertandingan, karena kemampuan saya yang masih kurang dalam bermain futsal				
24.	Saya mampu menghadapi setiap lawan dalam pertandingan dengan kemampuan yang saya miliki				
25.	Mempersiapkan diri untuk melatih mental perlu dilakukan sebelum memasuki musim pertandingan				
26.	Saya belum menerapkan pola hidup sehat				
27.	Saya melakukan persiapan diri secukupnya sebelum dilakukan pertandingan				
28.	Menerapkan pola hidup sehat adalah hal yang penting bagi atlet				

29.	Saya berani bertanggung jawab atas keputusan yang saya ambil ketika bertanding				
30.	Saya menghindari konsekuensi setiap keputusan yang saya ambil				
31.	Saya takut setiap kali mengambil keputusan ketika bertanding				
32.	Saya tau bahwa apapun keputusan yang saya ambil akan menimbulkan resiko				
33.	Saya melakukan pengecekan kondisi lapangan sebelum bertanding				
34.	Saya menghindari lawan yang terlihat unggul dari saya				
35.	Saya tidak memperdulikan kondisi lapangan saat bertanding				
36.	Saya berusaha memahami lawan saya dalam setiap bertanding untuk bisa mengunggulinya				
37.	Saya senang ketika satu tim dengan senior				
38.	Saya merasa tegang setiap kali mendengar teriakan penonton				
39.	Saya cemas ketika harus satu tim dengan senior				
40.	Keramaian penonton membuat saya merasa bersemangat karena banyak yang mendukung saya saat bertanding				

**Lampiran 3.2** Skala Motivasi Berprestasi Sebelum *Try Out*

NO.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya ingin bermain sebaik mungkin di atas kemampuan teman-teman yang lain				
2.	Saya menjadikan futsal sebagai hobi saya saja				
3.	Saya tidak ingin terlihat unggul dibandingkan dengan teman-teman yang lain				

4.	Saya memiliki keinginan untuk menjadi menjadi atlet futsal yang professional				
5.	Saya rajin berlatih agar bisa mengikuti pertandingan dengan baik				
6.	Saya merasa gagal ketika tidak bisa masuk ke dalam tim inti				
7.	Saya mengikuti latihan sesuka hati saya				
8.	Saya berusaha dengan tekun agar bisa masuk ke dalam tim inti				
9.	Saya merasa senang ketika ada materi baru dalam berlatih				
10.	Menjadi bagian dari tim inti merupakan tugas yang sangat berat bagi saya				
11.	Saya merasa tidak bersemangat setiap adanya materi baru saat berlatih				
12.	Saya siap menjalankan tugas sebagai tim inti dengan baik				
13.	Saya mencatat hal apa saja yang perlu disiapkan sebelum bertanding				
14.	Saya masih menunda-nunda dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh pelatih				
15.	Saya cuek terhadap hal-hal yang harus disiapkan sebelum bertanding				
16.	Saya konsisten mengerjakan tugas yang diberikan oleh pelatih				
17.	Kritikan dari orang lain membuat saya bersemangat ketika bertanding				
18.	Saya enggan meminta saran dari orang lain saat menghadapi kesulitan dalam berlatih				
19.	Kritikan dari orang lain membuat saya menjadi malas dalam bertanding				

20.	Saya meminta saran dari orang lain ketika menghadapi kesulitan dalam berlatih				
21.	Adanya umpan balik dari orang lain membuat saya mengenal diri saya lebih dalam lagi				
22.	Umpan balik hanya membuat saya menjadi malas berlatih				
23.	Umpan balik dari orang lain membuat saya menjadi rendah diri				
24.	Saya merasa umpan balik dapat meningkatkan kemampuan saya dalam bermain futsal				
25.	Saya tetap latihan meskipun pelatih tidak hadir				
26.	Saya tidak mengikuti program latihan yang diberikan oleh pelatih				
27.	Saya bermalas-malasan jika latihan tanpa dihadiri pelatih				
28.	Saya mengikuti program latihan yang diberikan oleh pelatih dengan baik				
29.	Latihan mengoper bola bersama tim dapat meningkatkan keterampilan saya dalam mengoper bola secara akurat				
30.	Saya tidak suka berdiskusi dengan tim saya sebelum bertanding				
31.	Saya menyukai latihan mengoper bola sendiri dirumah				
32.	Saya senang berdiskusi bersama tim tentang strategi menghadapi lawan sebelum bertanding				
33.	Saya senang mengikuti latihan yang bervariasi				
34.	Saya lebih suka mencontoh teknik permainan teman daripada mencari ide sendiri				
35.	Saya tidak suka hal-hal yang berubah-ubah setiap latihan				
36.	Saya suka mencari atau menemukan teknik permainan yang berbeda dari teman saya				
37.	Dengan bertanding dapat melatih kemampuan saya dalam bermain futsal				

38.	Saya merasa tidak semangat untuk bertanding jika tidak didampingi oleh pelatih				
39.	Dengan mengikuti pertandingan membuat saya menjadi terkenal				
40.	Saya akan menunjukkan performa terbaik saya meskipun pelatih tidak bisa mendampingi saat bertanding				

**Lampiran 3.3** Skala Dukungan Sosial sebelum *Try Out*

NO.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa nyaman bila berada di dekat orang-orang terdekat saya				
2.	Saya takut melakukan kesalahan apabila dihadiri pelatih saat bertanding				
3.	Saya merasa terganggu bila bersama orang lain karena mereka tidak bisa memberikan rasa nyaman				
4.	Saya merasa tenang apabila dihadiri pelatih saat bertanding				
5.	Orang tua saya ikut peduli dengan persoalan yang saya hadapi				
6.	Pelatih mengabaikan kesulitan yang saya alami saat berlatih				
7.	Saya merasa sendirian ketika menghadapi suatu persoalan				
8.	Pelatih dapat mengerti kesulitan yang saya alami saat berlatih				
9.	Saya mendapatkan pujian dari orang-orang terdekat saya ketika saya berhasil memenangkan pertandingan				
10.	Teman-teman saya sering meragukan kemampuan saya ketika saya mengalami kegagalan saat bertanding				
11.	Saya jarang menerima pujian dari orang-orang terdekat saya ketika saya berhasil memenangkan pertandingan				

12.	Temannya saya meyakinkan saya bahwa saya telah melakukan yang terbaik dalam bertanding				
13.	Ketika saya menang dalam bertanding saya diberikan hadiah dari orang terdekat saya				
14.	Saya tidak pernah diberikan penghormatan apapun oleh penyelenggara event padahal saya sudah berusaha semaksimal mungkin				
15.	Saya tidak pernah mendapatkan hadiah dari orang terdekat saya ketika saya memenangkan pertandingan				
16.	Saya senang bila diberikan penghormatan oleh penyelenggara event sebagai top scorer setelah berhasil mencetak gol sebanyak mungkin				
17.	Saya mendapatkan nasehat dari orang-orang terdekat saya yang berguna untuk kemajuan saya				
18.	Pelatih saya tidak memberikan arahan sebelum bertanding seperti yang diberikan pada orang lain				
19.	Saya tidak mendapatkan saran dari orang-orang terdekat saya				
20.	Saya mendapatkan arahan dari pelatih saya sebelum pertandingan dimulai				
21.	Pelatih memberitahukan macam-macam resiko cedera setiap akan bertanding				
22.	Pelatih hanya memberikan tugas tanpa menjelaskan bagaimana cara mengerjakannya				
23.	Pelatih mengabaikan resiko cedera saat bertanding				
24.	Pelatih menjelaskan dengan baik bagaimana cara mengerjakan setiap kali ada tugas yang diberikan				
25.	Orang tua saya berusaha menyiapkan makanan yang bergizi untuk menjaga kesehatan saya				

26.	Jika saya mengalami cedera, teman-teman saya enggan memapah saya				
27.	Orang tua saya membolehkan saya untuk mengonsumsi makanan apapun yang saya suka				
28.	Jika saya mengalami cedera, teman-teman saya bersedia untuk memapah saya				
29.	Keluarga saya memberikan dana khusus untuk saya dalam mengikuti pelatihan futsal				
30.	Fasilitas yang diberikan oleh akademi saat berlatih masih kurang memadai				
31.	Saya menggunakan biaya tabungan saya sendiri untuk mengikuti pelatihan futsal				
32.	Saya diberikan fasilitas yang cukup oleh akademi saat berlatih				
33.	Kegiatan uji coba dengan tim lain membuat tim saya menjadi solid				
34.	Kegiatan <i>family gathering</i> hanya membuang-buang waktu saja				
35.	Kegiatan uji coba dengan tim lain membuat tim saya menjadi terpecah belah				
36.	Adanya kegiatan <i>family gathering</i> membuat tim saya menjadi harmonis				
37.	Saya merasakan adanya keakraban dalam tim saya meskipun terdapat perbedaan latar belakang (suku, ras, budaya dan agama)				
38.	Saya merasa tidak ada yang membantu saya ketika saya mengalami kesulitan saat bertanding				
39.	Saya merasa adanya perbedaan latar belakang (suku, ras, budaya dan agama) membuat tim saya menjadi renggang				

40.	Tim saya mau membantu ikut merasakan apa yang saya rasakan ketika saya merasa kesulitan saat bertanding				
-----	---	--	--	--	--

#### Lampiran 4 Skala Penelitian Sesudah Try Out

##### Lampiran 4.1 Skala Kepercayaan Diri Sesudah *Try Out*

#### Skala Penelitian Kepercayaan Diri

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Setiap hendak bertanding saya membayangkan untuk bisa menampilkan penampilan yang terbaik				
2.	Saya ragu setiap hendak memasukan bola ke dalam gawang				
3.	Saya mampu menjadi pemain top scorer pada setiap pertandingan di masa depan				
4.	Saya berlatih lebih keras jika saya mengalami kegagalan pada suatu pertandingan				
5.	Saya tidak ingin mencoba suatu hal yang terlihat sulit saat berlatih karena saya yakin tidak bisa melakukannya				
6.	Kegagalan membuat saya tidak bersemangat dalam bertanding				
7.	Saya merasa yakin setiap mempelajari sesuatu hal yang baru meskipun pada awalnya mengalami kesulitan dalam berlatih				
8.	Saya mengetahui apa saja kelebihan yang saya miliki				
9.	Saya tidak memiliki potensi dalam hal apapun				
10.	Saya tidak bisa menangani resiko dari keputusan yang saya ambil				
11.	Saya bisa mengatasi sebagian besar resiko dari keputusan yang saya ambil				
12.	Latihan dapat memperbaiki penampilan saya saat bertanding				

13.	Saya merasa khawatir tidak bisa memenangkan permainan dalam setiap pertandingan				
14.	Latihan tidak mempengaruhi penampilan saya saat bertanding				
15.	Saya yakin akan menang dalam setiap pertandingan				
16.	Saya merasa tenang setiap kali menghadapi pertandingan karena saya yakin dengan kemampuan saya dalam bermain futsal				
17.	Saya merasa ragu dengan kemampuan yang saya miliki setiap kali menghadapi lawan dalam pertandingan				
18.	Saya merasa cemas setiap kali menghadapi pertandingan, karena kemampuan saya yang masih kurang dalam bermain futsal				
19.	Saya mampu menghadapi setiap lawan dalam pertandingan dengan kemampuan yang saya miliki				
20.	Mempersiapkan diri untuk melatih mental perlu dilakukan sebelum memasuki musim pertandingan				
21.	Saya belum menerapkan pola hidup sehat				
22.	Menerapkan pola hidup sehat adalah hal yang penting bagi atlet				
23.	Saya berani bertanggung jawab atas keputusan yang saya ambil ketika bertanding				
24.	Saya takut setiap kali mengambil keputusan ketika bertanding				
25.	Saya tau bahwa apapun keputusan yang saya ambil akan menimbulkan resiko				
26.	Saya melakukan pengecekan kondisi lapangan sebelum bertanding				
27.	Saya menghindari lawan yang terlihat unggul dari saya				

28.	Saya tidak memperdulikan kondisi lapangan saat bertanding				
29.	Saya berusaha memahami lawan saya dalam setiap bertanding untuk bisa mengunggulinya				
30.	Saya merasa tegang setiap kali mendengar teriakan penonton				
31.	Saya cemas ketika harus satu tim dengan senior				
32.	Keramaian penonton membuat saya merasa bersemangat karena banyak yang mendukung saya saat bertanding				

#### Lampiran 4.2 Skala Motivasi Berprestasi Sesudah *Try Out*

NO.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya ingin bermain sebaik mungkin di atas kemampuan teman-teman yang lain				
2.	Saya tidak ingin terlihat unggul dibandingkan dengan teman-teman yang lain				
3.	Saya memiliki keinginan untuk menjadi menjadi atlet futsal yang professional				
4.	Saya rajin berlatih agar bisa mengikuti pertandingan dengan baik				
5.	Saya mengikuti latihan sesuka hati saya				
6.	Saya berusaha dengan tekun agar bisa masuk ke dalam tim inti				
7.	Saya merasa senang ketika ada materi baru dalam berlatih				
8.	Menjadi bagian dari tim inti merupakan tugas yang sangat berat bagi saya				
9.	Saya merasa tidak bersemangat setiap adanya materi baru saat berlatih				
10.	Saya siap menjalankan tugas sebagai tim inti dengan baik				

11.	Saya mencatat hal apa saja yang perlu disiapkan sebelum bertanding				
12.	Saya masih menunda-nunda dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh pelatih				
13.	Saya cuek terhadap hal-hal yang harus disiapkan sebelum bertanding				
14.	Saya konsisten mengerjakan tugas yang diberikan oleh pelatih				
15.	Kritikan dari orang lain membuat saya bersemangat ketika bertanding				
16.	Saya enggan meminta saran dari orang lain saat menghadapi kesulitan dalam berlatih				
17.	Kritikan dari orang lain membuat saya menjadi malas dalam bertanding				
18.	Saya meminta saran dari orang lain ketika menghadapi kesulitan dalam berlatih				
19.	Adanya umpan balik dari orang lain membuat saya mengenal diri saya lebih dalam lagi				
20.	Umpan balik hanya membuat saya menjadi malas berlatih				
21.	Umpan balik dari orang lain membuat saya menjadi rendah diri				
22.	Saya merasa umpan balik dapat meningkatkan kemampuan saya dalam bermain futsal				
23.	Saya tidak mengikuti program latihan yang diberikan oleh pelatih				
24.	Saya bermalas-malasan jika latihan tanpa dihadiri pelatih				
25.	Saya mengikuti program latihan yang diberikan oleh pelatih dengan baik				
26.	Latihan mengoper bola bersama tim dapat meningkatkan keterampilan saya dalam mengoper bola secara akurat				

27.	Saya tidak suka berdiskusi dengan tim saya sebelum bertanding				
28.	Saya senang berdiskusi bersama tim tentang strategi menghadapi lawan sebelum bertanding				
29.	Saya tidak suka hal-hal yang berubah-ubah setiap latihan				
30.	Saya suka mencari atau menemukan teknik permainan yang berbeda dari teman saya				
31.	Dengan bertanding dapat melatih kemampuan saya dalam bermain futsal				
32.	Saya merasa tidak semangat untuk bertanding jika tidak didampingi oleh pelatih				
33.	Saya akan menunjukkan performa terbaik saya meskipun pelatih tidak bisa mendampingi saat bertanding				

#### Lampiran 4.3 Skala Dukungan Sosial Sesudah *Try Out*

NO.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa nyaman bila berada di dekat orang-orang terdekat saya				
2.	Saya takut melakukan kesalahan apabila dihadiri pelatih saat bertanding				
3.	Saya merasa terganggu bila bersama orang lain karena mereka tidak bisa memberikan rasa nyaman				
4.	Saya merasa tenang apabila dihadiri pelatih saat bertanding				
5.	Orang tua saya ikut peduli dengan persoalan yang saya hadapi				
6.	Pelatih mengabaikan kesulitan yang saya alami saat berlatih				
7.	Saya merasa sendirian ketika menghadapi suatu persoalan				
8.	Pelatih dapat mengerti kesulitan yang saya alami saat berlatih				

9.	Saya mendapatkan pujian dari orang-orang terdekat saya ketika saya berhasil memenangkan pertandingan				
10.	Teman-teman saya sering meragukan kemampuan saya ketika saya mengalami kegagalan saat bertanding				
11.	Saya jarang menerima pujian dari orang-orang terdekat saya ketika saya berhasil memenangkan pertandingan				
12.	Teman-teman saya meyakinkan saya bahwa saya telah melakukan yang terbaik dalam bertanding				
13.	Saya tidak pernah diberikan penghormatan apapun oleh penyelenggara event padahal saya sudah berusaha semaksimal mungkin				
14.	Saya tidak pernah mendapatkan hadiah dari orang terdekat saya ketika saya memenangkan pertandingan				
15.	Pelatih saya tidak memberikan arahan sebelum bertanding seperti yang diberikan pada orang lain				
16.	Saya tidak mendapatkan saran dari orang-orang terdekat saya				
17.	Saya mendapatkan arahan dari pelatih saya sebelum pertandingan dimulai				
18.	Pelatih hanya memberikan tugas tanpa menjelaskan bagaimana cara mengerjakannya				
19.	Pelatih mengabaikan resiko cedera saat bertanding				
20.	Orang tua saya berusaha menyiapkan makanan yang bergizi untuk menjaga kesehatan saya				
21.	Jika saya mengalami cedera, teman-teman saya enggan memapah saya				
22.	Orang tua saya membolehkan saya untuk mengonsumsi makanan apapun yang saya sukai				
23.	Jika saya mengalami cedera, teman-teman saya bersedia untuk memapah saya				

24.	Fasilitas yang diberikan oleh akademi saat berlatih masih kurang memadai				
25.	Saya menggunakan biaya tabungan saya sendiri untuk mengikuti pelatihan futsal				
26.	Saya diberikan fasilitas yang cukup oleh akademi saat berlatih				
27.	Kegiatan uji coba dengan tim lain membuat tim saya menjadi solid				
28.	Kegiatan <i>family gathering</i> hanya membuang-buang waktu saja				
29.	Kegiatan uji coba dengan tim lain membuat tim saya menjadi terpecah belah				
30.	Adanya kegiatan <i>family gathering</i> membuat tim saya menjadi harmonis				
31.	Saya merasakan adanya keakraban dalam tim saya meskipun terdapat perbedaan latar belakang (suku, ras, budaya dan agama)				
32.	Saya merasa tidak ada yang membantu saya ketika saya mengalami kesulitan saat bertanding				
33.	Saya merasa adanya perbedaan latar belakang (suku, ras, budaya dan agama) membuat tim saya menjadi renggang				
34.	Tim saya mau membantu ikut merasakan apa yang saya rasakan ketika saya merasa kesulitan saat bertanding				

## Lampiran 5 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Sesudah Skala Penelitian

### Lampiran 5.1 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri Saat Aitem Gugur

#### Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.884	40

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y.01	114.37	126.692	.422	.881
Y.02	115.42	123.611	.536	.879
Y.03	115.45	125.766	.289	.883
Y.04	114.96	122.498	.520	.879
Y.05	114.43	126.370	.370	.882
Y.06	115.00	124.576	.396	.881
Y.07	115.04	125.286	.357	.882
Y.08	114.60	127.487	.313	.882
Y.09	114.94	126.360	.386	.881
Y.10	115.76	127.306	.264	.883
Y.11	114.99	123.833	.565	.879
Y.12	115.15	127.068	.238	.884
Y.13	114.91	128.022	.294	.883
Y.14	115.33	126.648	.308	.883
Y.15	115.28	127.630	.249	.883
Y.16	114.94	125.784	.431	.881
Y.17	114.45	126.766	.425	.881
Y.18	115.60	123.456	.440	.880
Y.19	115.04	126.195	.336	.882
Y.20	115.06	122.178	.528	.878
Y.21	115.07	125.009	.452	.880
Y.22	115.61	122.726	.568	.878
Y.23	115.76	122.851	.616	.878
Y.24	114.99	125.227	.458	.880
Y.25	114.54	126.464	.443	.881

Y.26	115.43	122.219	.550	.878
Y.27	115.82	137.149	-.274	.898
Y.28	114.37	127.631	.363	.882
Y.29	114.72	124.873	.497	.880
Y.30	115.48	126.981	.260	.884
Y.31	115.39	122.453	.602	.878
Y.32	114.87	126.360	.339	.882
Y.33	115.27	124.684	.459	.880
Y.34	115.09	124.931	.387	.881
Y.35	115.54	124.798	.396	.881
Y.36	114.73	126.715	.311	.882
Y.37	114.73	127.321	.258	.883
Y.38	115.52	123.768	.421	.881
Y.39	115.31	124.218	.460	.880
Y.40	114.79	124.410	.395	.881

**Lampiran 5.2 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri Saat Aitem Valid**

**Reliability Statistics**

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.916	32

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y.01	90.52	122.465	.354	.915
Y.02	91.57	118.249	.568	.913
Y.04	91.10	117.125	.551	.913
Y.05	90.58	121.974	.326	.916
Y.06	91.15	118.583	.463	.914
Y.07	91.19	119.704	.398	.915
Y.08	91.46	118.131	.540	.913
Y.09	91.09	121.416	.384	.915
Y.11	91.13	119.148	.547	.913
Y.14	91.48	121.223	.339	.916
Y.16	91.09	121.477	.380	.915

Y.17	90.60	122.275	.380	.915
Y.18	91.75	117.071	.530	.913
Y.19	91.58	116.550	.601	.912
Y.20	91.21	117.047	.543	.913
Y.21	91.22	119.419	.501	.913
Y.22	91.76	116.518	.661	.911
Y.23	91.91	117.780	.629	.912
Y.24	91.13	121.118	.393	.915
Y.25	90.69	121.764	.419	.915
Y.26	91.58	116.550	.601	.912
Y.28	90.52	123.011	.328	.916
Y.29	90.87	120.330	.465	.914
Y.31	91.54	116.980	.644	.911
Y.32	91.10	117.125	.551	.913
Y.33	91.42	120.005	.441	.914
Y.34	91.24	120.033	.384	.915
Y.35	91.69	120.491	.355	.916
Y.36	91.76	116.518	.661	.911
Y.38	91.67	117.709	.490	.914
Y.39	91.46	118.131	.540	.913
Y.40	90.94	118.542	.453	.914

**Lampiran 5.3** Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Motivasi Berprestasi Saat Aitem Gugur

#### Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.886	40

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1.01	118.52	125.405	.304	.884
X1.02	119.93	122.828	.297	.886
X1.03	119.55	123.584	.336	.884
X1.04	118.67	122.648	.403	.883

X1.05	118.58	122.883	.463	.882
X1.06	119.64	122.870	.291	.886
X1.07	119.00	121.939	.390	.883
X1.08	118.57	121.613	.585	.880
X1.09	118.57	124.219	.423	.883
X1.10	119.78	123.237	.381	.883
X1.11	118.88	120.986	.515	.881
X1.12	118.61	122.817	.519	.881
X1.13	118.82	124.573	.382	.883
X1.14	119.15	120.402	.563	.880
X1.15	119.00	120.758	.622	.879
X1.16	118.66	123.532	.466	.882
X1.17	118.67	124.830	.361	.884
X1.18	119.37	122.207	.386	.883
X1.19	119.01	120.712	.565	.880
X1.20	118.76	125.003	.328	.884
X1.21	118.76	125.336	.339	.884
X1.22	118.90	119.186	.691	.878
X1.23	119.40	120.365	.443	.882
X1.24	118.79	123.319	.450	.882
X1.25	118.82	125.392	.297	.884
X1.26	118.99	120.500	.561	.880
X1.27	119.07	120.706	.510	.881
X1.28	118.73	124.806	.355	.884
X1.29	118.46	124.858	.398	.883
X1.30	119.03	121.696	.470	.882
X1.31	120.18	132.937	-.233	.894
X1.32	118.52	123.374	.496	.882
X1.33	118.66	125.441	.276	.885
X1.34	119.36	123.961	.276	.885
X1.35	119.27	123.018	.408	.883
X1.36	118.85	124.371	.390	.883
X1.37	118.61	123.332	.476	.882
X1.38	119.33	123.739	.311	.885
X1.39	119.67	133.739	-.274	.895
X1.40	118.60	122.608	.508	.881

**Lampiran 5.4 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Motivasi Berprestasi Saat Aitem Valid**

**Reliability Statistics**

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.901	33

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1.01	99.70	105.485	.312	.900
X1.03	100.73	103.927	.334	.900
X1.04	99.85	103.402	.377	.899
X1.05	99.76	103.306	.460	.898
X1.07	100.18	101.695	.433	.899
X1.08	100.51	103.739	.330	.900
X1.09	99.75	104.556	.418	.899
X1.10	100.96	103.983	.352	.900
X1.11	100.06	101.421	.523	.897
X1.12	99.79	102.834	.553	.897
X1.13	100.00	104.909	.374	.899
X1.14	100.33	100.345	.611	.895
X1.15	100.18	101.149	.637	.895
X1.16	99.84	103.624	.489	.898
X1.17	99.85	104.886	.376	.899
X1.18	100.55	103.039	.359	.900
X1.19	100.19	101.341	.560	.896
X1.20	99.94	105.390	.312	.900
X1.21	99.94	105.754	.317	.900
X1.22	100.07	99.676	.707	.894
X1.23	100.58	100.611	.463	.898
X1.24	99.97	103.393	.474	.898
X1.26	100.16	101.139	.557	.896
X1.27	100.25	101.010	.528	.897
X1.28	99.91	104.659	.388	.899
X1.29	99.64	104.991	.408	.899

X1.30	100.21	101.713	.503	.897
X1.32	99.70	103.788	.490	.898
X1.35	100.45	103.645	.388	.899
X1.36	100.03	104.726	.382	.899
X1.37	99.79	103.592	.484	.898
X1.38	100.51	103.739	.330	.900
X1.40	99.78	103.389	.476	.898

**Lampiran 5.5** Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Dukungan Sosial Saat Aitem Gugur

**Reliability Statistics**

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.892	40

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X2.01	114.93	158.070	.309	.890
X2.02	116.09	154.871	.432	.889
X2.03	115.91	154.992	.400	.889
X2.04	115.13	157.512	.335	.890
X2.05	115.07	156.585	.325	.890
X2.06	115.66	155.471	.335	.890
X2.07	115.87	153.967	.463	.888
X2.08	115.18	156.210	.382	.889
X2.09	115.31	156.703	.317	.890
X2.10	116.16	154.715	.352	.890
X2.11	115.94	151.148	.588	.886
X2.12	115.21	157.380	.313	.890
X2.13	115.78	159.176	.112	.895
X2.14	115.91	152.871	.464	.888
X2.15	116.13	153.360	.416	.889
X2.16	115.07	156.919	.294	.891
X2.17	115.01	158.288	.295	.890
X2.18	115.54	151.222	.506	.887

X2.19	115.66	151.471	.585	.886
X2.20	115.01	153.560	.544	.887
X2.21	115.27	154.442	.290	.892
X2.22	115.49	151.193	.537	.887
X2.23	115.37	151.844	.534	.887
X2.24	114.97	158.575	.289	.890
X2.25	115.00	156.667	.375	.889
X2.26	115.88	154.107	.369	.890
X2.27	116.00	151.909	.477	.888
X2.28	115.31	156.037	.372	.889
X2.29	115.66	154.714	.299	.891
X2.30	115.91	154.113	.437	.888
X2.31	115.91	153.083	.320	.891
X2.32	115.31	156.461	.308	.890
X2.33	115.12	157.743	.315	.890
X2.34	115.42	153.459	.514	.887
X2.35	115.45	151.433	.561	.886
X2.36	115.22	157.237	.311	.890
X2.37	115.04	157.710	.323	.890
X2.38	115.69	150.794	.654	.885
X2.39	115.42	154.853	.413	.889
X2.40	115.43	155.128	.344	.890

**Lampiran 5.6** Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Dukungan Sosial Saat Aitem Valid

#### Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.962	34

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X2.01	89.67	283.284	.768	.960
X2.02	90.39	292.877	.452	.962

X2.03	90.21	288.744	.603	.961
X2.04	89.72	286.691	.724	.961
X2.05	89.84	281.988	.735	.960
X2.06	89.96	288.498	.557	.962
X2.07	90.16	288.745	.606	.961
X2.08	89.99	285.076	.767	.960
X2.09	89.75	284.616	.721	.961
X2.10	90.46	289.737	.479	.962
X2.11	90.24	285.791	.686	.961
X2.12	90.21	288.744	.603	.961
X2.14	90.21	285.168	.674	.961
X2.15	90.43	289.370	.487	.962
X2.18	89.84	281.988	.735	.960
X2.19	89.96	284.468	.758	.960
X2.20	90.21	288.744	.603	.961
X2.22	89.79	284.713	.672	.961
X2.23	89.67	283.284	.768	.960
X2.25	89.84	281.988	.735	.960
X2.26	90.18	285.543	.614	.961
X2.27	90.30	287.303	.549	.962
X2.28	90.21	285.168	.674	.961
X2.30	90.21	289.592	.549	.962
X2.31	90.21	288.834	.384	.963
X2.32	90.16	288.745	.606	.961
X2.33	89.96	288.498	.557	.962
X2.34	89.72	286.691	.724	.961
X2.35	89.75	284.616	.721	.961
X2.36	89.84	281.988	.735	.960
X2.37	90.21	288.744	.603	.961
X2.38	89.99	285.076	.767	.960
X2.39	89.72	288.176	.635	.961
X2.40	89.67	283.284	.768	.960

## Lampiran 6 Skala Penelitian

### Lampiran 6.1 Skala Penelitian Kepercayaan Diri, Motivasi Berprestasi dan Dukungan Sosial

#### SKALA PENELITIAN

#### IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

Usia :

#### Skala Penelitian Kepercayaan Diri

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Setiap hendak bertanding saya membayangkan untuk bisa menampilkan penampilan yang terbaik				
2.	Saya ragu setiap hendak memasukan bola ke dalam gawang				
3.	Saya mampu menjadi pemain top scorer pada setiap pertandingan di masa depan				
4.	Saya berlatih lebih keras jika saya mengalami kegagalan pada suatu pertandingan				
5.	Saya tidak ingin mencoba suatu hal yang terlihat sulit saat berlatih karena saya yakin tidak bisa melakukannya				
6.	Kegagalan membuat saya tidak bersemangat dalam bertanding				
7.	Saya merasa yakin setiap mempelajari sesuatu hal yang baru meskipun pada awalnya mengalami kesulitan dalam berlatih				
8.	Saya mengetahui apa saja kelebihan yang saya miliki				
9.	Saya tidak memiliki potensi dalam hal apapun				
10.	Saya tidak bisa menangani resiko dari keputusan yang saya ambil				
11.	Saya bisa mengatasi sebagian besar resiko dari keputusan yang saya ambil				
12.	Latihan dapat memperbaiki penampilan saya saat bertanding				

13.	Saya merasa khawatir tidak bisa memenangkan permainan dalam setiap pertandingan				
14.	Latihan tidak mempengaruhi penampilan saya saat bertanding				
15.	Saya yakin akan menang dalam setiap pertandingan				
16.	Saya merasa tenang setiap kali menghadapi pertandingan karena saya yakin dengan kemampuan saya dalam bermain futsal				
17.	Saya merasa ragu dengan kemampuan yang saya miliki setiap kali menghadapi lawan dalam pertandingan				
18.	Saya merasa cemas setiap kali menghadapi pertandingan, karena kemampuan saya yang masih kurang dalam bermain futsal				
19.	Saya mampu menghadapi setiap lawan dalam pertandingan dengan kemampuan yang saya miliki				
20.	Mempersiapkan diri untuk melatih mental perlu dilakukan sebelum memasuki musim pertandingan				
21.	Saya belum menerapkan pola hidup sehat				
22.	Menerapkan pola hidup sehat adalah hal yang penting bagi atlet				
23.	Saya berani bertanggung jawab atas keputusan yang saya ambil ketika bertanding				
24.	Saya takut setiap kali mengambil keputusan ketika bertanding				
25.	Saya tau bahwa apapun keputusan yang saya ambil akan menimbulkan resiko				
26.	Saya melakukan pengecekan kondisi lapangan sebelum bertanding				
27.	Saya menghindari lawan yang terlihat unggul dari saya				

28.	Saya tidak memperdulikan kondisi lapangan saat bertanding				
29.	Saya berusaha memahami lawan saya dalam setiap bertanding untuk bisa mengunggulinya				
30.	Saya merasa tegang setiap kali mendengar teriakan penonton				
31.	Saya cemas ketika harus satu tim dengan senior				
32.	Keramaian penonton membuat saya merasa bersemangat karena banyak yang mendukung saya saat bertanding				

### Skala Penelitian Motivasi Berprestasi

NO.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya ingin bermain sebaik mungkin di atas kemampuan teman-teman yang lain				
2.	Saya tidak ingin terlihat unggul dibandingkan dengan teman-teman yang lain				
3.	Saya memiliki keinginan untuk menjadi menjadi atlet futsal yang professional				
4.	Saya rajin berlatih agar bisa mengikuti pertandingan dengan baik				
5.	Saya mengikuti latihan sesuka hati saya				
6.	Saya berusaha dengan tekun agar bisa masuk ke dalam tim inti				
7.	Saya merasa senang ketika ada materi baru dalam berlatih				
8.	Menjadi bagian dari tim inti merupakan tugas yang sangat berat bagi saya				
9.	Saya merasa tidak bersemangat setiap adanya materi baru saat berlatih				
10.	Saya siap menjalankan tugas sebagai tim inti dengan baik				

11.	Saya mencatat hal apa saja yang perlu disiapkan sebelum bertanding				
12.	Saya masih menunda-nunda dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh pelatih				
13.	Saya cuek terhadap hal-hal yang harus disiapkan sebelum bertanding				
14.	Saya konsisten mengerjakan tugas yang diberikan oleh pelatih				
15.	Kritikan dari orang lain membuat saya bersemangat ketika bertanding				
16.	Saya enggan meminta saran dari orang lain saat menghadapi kesulitan dalam berlatih				
17.	Kritikan dari orang lain membuat saya menjadi malas dalam bertanding				
18.	Saya meminta saran dari orang lain ketika menghadapi kesulitan dalam berlatih				
19.	Adanya umpan balik dari orang lain membuat saya mengenal diri saya lebih dalam lagi				
20.	Umpan balik hanya membuat saya menjadi malas berlatih				
21.	Umpan balik dari orang lain membuat saya menjadi rendah diri				
22.	Saya merasa umpan balik dapat meningkatkan kemampuan saya dalam bermain futsal				
23.	Saya tidak mengikuti program latihan yang diberikan oleh pelatih				
24.	Saya bermalas-malasan jika latihan tanpa dihadiri pelatih				
25.	Saya mengikuti program latihan yang diberikan oleh pelatih dengan baik				
26.	Latihan mengoper bola bersama tim dapat meningkatkan keterampilan saya dalam mengoper bola secara akurat				

27.	Saya tidak suka berdiskusi dengan tim saya sebelum bertanding				
28.	Saya senang berdiskusi bersama tim tentang strategi menghadapi lawan sebelum bertanding				
29.	Saya tidak suka hal-hal yang berubah-ubah setiap latihan				
30.	Saya suka mencari atau menemukan teknik permainan yang berbeda dari teman saya				
31.	Dengan bertanding dapat melatih kemampuan saya dalam bermain futsal				
32.	Saya merasa tidak semangat untuk bertanding jika tidak didampingi oleh pelatih				
33.	Saya akan menunjukkan performa terbaik saya meskipun pelatih tidak bisa mendampingi saat bertanding				

### Skala Penelitian Dukungan Sosial

NO.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa nyaman bila berada di dekat orang-orang terdekat saya				
2.	Saya takut melakukan kesalahan apabila dihadiri pelatih saat bertanding				
3.	Saya merasa terganggu bila bersama orang lain karena mereka tidak bisa memberikan rasa nyaman				
4.	Saya merasa tenang apabila dihadiri pelatih saat bertanding				
5.	Orang tua saya ikut peduli dengan persoalan yang saya hadapi				
6.	Pelatih mengabaikan kesulitan yang saya alami saat berlatih				
7.	Saya merasa sendirian ketika menghadapi suatu persoalan				
8.	Pelatih dapat mengerti kesulitan yang saya alami saat berlatih				

9.	Saya mendapatkan pujian dari orang-orang terdekat saya ketika saya berhasil memenangkan pertandingan				
10.	Teman-teman saya sering meragukan kemampuan saya ketika saya mengalami kegagalan saat bertanding				
11.	Saya jarang menerima pujian dari orang-orang terdekat saya ketika saya berhasil memenangkan pertandingan				
12.	Teman-teman saya meyakinkan saya bahwa saya telah melakukan yang terbaik dalam bertanding				
13.	Saya tidak pernah diberikan penghormatan apapun oleh penyelenggara event padahal saya sudah berusaha semaksimal mungkin				
14.	Saya tidak pernah mendapatkan hadiah dari orang terdekat saya ketika saya memenangkan pertandingan				
15.	Pelatih saya tidak memberikan arahan sebelum bertanding seperti yang diberikan pada orang lain				
16.	Saya tidak mendapatkan saran dari orang-orang terdekat saya				
17.	Saya mendapatkan arahan dari pelatih saya sebelum pertandingan dimulai				
18.	Pelatih hanya memberikan tugas tanpa menjelaskan bagaimana cara mengerjakannya				
19.	Pelatih mengabaikan resiko cedera saat bertanding				
20.	Orang tua saya berusaha menyiapkan makanan yang bergizi untuk menjaga kesehatan saya				
21.	Jika saya mengalami cedera, teman-teman saya enggan memapah saya				
22.	Orang tua saya membolehkan saya untuk mengonsumsi makanan apapun yang saya suka				
23.	Jika saya mengalami cedera, teman-teman saya bersedia untuk memapah saya				

24.	Fasilitas yang diberikan oleh akademi saat berlatih masih kurang memadai				
25.	Saya menggunakan biaya tabungan saya sendiri untuk mengikuti pelatihan futsal				
26.	Saya diberikan fasilitas yang cukup oleh akademi saat berlatih				
27.	Kegiatan uji coba dengan tim lain membuat tim saya menjadi solid				
28.	Kegiatan <i>family gathering</i> hanya membuang-buang waktu saja				
29.	Kegiatan uji coba dengan tim lain membuat tim saya menjadi terpecah belah				
30.	Adanya kegiatan <i>family gathering</i> membuat tim saya menjadi harmonis				
31.	Saya merasakan adanya keakraban dalam tim saya meskipun terdapat perbedaan latar belakang (suku, ras, budaya dan agama)				
32.	Saya merasa tidak ada yang membantu saya ketika saya mengalami kesulitan saat bertanding				
33.	Saya merasa adanya perbedaan latar belakang (suku, ras, budaya dan agama) membuat tim saya menjadi renggang				
34.	Tim saya mau membantu ikut merasakan apa yang saya rasakan ketika saya merasa kesulitan saat bertanding				

## Lampiran 7 Uji Deskriptif

### Lampiran 7.1 Perhitungan Skor Kategori Motivasi Berprestasi

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	$X < 97,26$	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$	$97,26 \leq X < 117,41$	Sedang
$X \leq (\text{Mean}) + 1\text{SD}$	$X \leq 117,41$	Tinggi

### Lampiran 7.2 Perhitungan Skor Kategori Dukungan Sosial

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	$X < 93,02$	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$	$93,02 \leq X < 115,88$	Sedang
$X \leq (\text{Mean}) + 1\text{SD}$	$X \leq 115,88$	Tinggi

### Lampiran 7.3 Perhitungan Skor Kategori Kepercayaan Diri

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	$X < 88,11$	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$	$88,11 \leq X < 108,03$	Sedang
$X \leq (\text{Mean}) + 1\text{SD}$	$X \leq 108,03$	Tinggi

## Lampiran 8 Hasil Output Uji Asumsi

### Lampiran 8.1 Uji Normalitas

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		249
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.51169795
Most Extreme Differences	Absolute	.074
	Positive	.042
	Negative	-.074
Test Statistic		.074
Asymp. Sig. (2-tailed)		.002 <sup>c</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

### Lampiran 8.2 Uji Linieritas Variabel Motivasi Berprestasi dengan Variabel Kepercayaan Diri

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kepercayaan Diri *	Between Groups	(Combined)	17276.610	44	392.650	10.873	.000
		Linearity	15620.063	1	15620.063	432.540	.000
Motivasi Berprestasi	Within Groups	Deviation from Linearity	1656.546	43	38.524	1.067	.372
			7366.941	204	36.112		
Total			24643.550	248			

### Lampiran 8.3 Uji Linieritas Variabel Dukungan Sosial dengan Variabel Kepercayaan Diri

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kepercayaan Diri *	Between Groups	(Combined)	17157.431	45	381.276	10.339	.000
		Linearity	14927.521	1	14927.521	404.787	.000
Dukungan Sosial	Within Groups	Deviation from Linearity	2229.910	44	50.680	1.374	.074
			7486.119	203	36.877		
Total			24643.550	248			

### Lampiran 8.4 Hasil Output Uji Hipotesis Pertama

**Correlations**

			Motivasi Berprestasi	Kepercayaan Diri
Spearman's rho	Motivasi Berprestasi	Correlation Coefficient	1.000	.720**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	249	249
	Kepercayaan Diri	Correlation Coefficient	.720**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	249	249

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

### Lampiran 8.5 Hasil Output Uji Hipotesis Kedua

### Correlations

			Dukungan Sosial	Kepercayaan Diri
Spearman's rho	Dukungan Sosial	Correlation Coefficient	1.000	.756**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	249	249
	Kepercayaan Diri	Correlation Coefficient	.756**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	249	249

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

### Lampiran 9 Tabulasi Data

#### Lampiran 9.1 Tabulasi Data Kepercayaan Diri, Motivasi Berprestasi dan Dukungan Sosial

N	Total Motivasi Berprestasi (X1)	Total Dukungan Sosial (X2)	Total Kepercayaan Diri (Y)
N1	116	105	101
N2	110	94	90
N3	114	116	112
N4	112	111	94
N5	106	88	84
N6	118	108	104
N7	101	92	88
N8	125	113	109
N9	103	93	89
N10	98	98	94
N11	125	117	113
N12	98	95	91
N13	112	100	96
N14	95	95	91
N15	114	97	93
N16	105	97	93
N17	109	92	88
N18	109	101	97
N19	114	105	101
N20	106	91	87
N21	121	111	107
N22	96	100	96
N23	117	108	104
N24	130	122	118
N25	113	105	101
N26	111	102	98
N27	110	104	100

N28	81	70	66
N29	108	105	101
N30	118	110	106
N31	104	108	104
N32	111	89	85
N33	107	91	87
N34	119	104	100
N35	104	99	95
N36	118	102	86
N37	104	100	104
N38	109	106	92
N39	98	99	85
N40	105	95	93
N41	100	101	94
N42	96	87	84
N43	117	118	98
N44	96	101	98
N45	99	96	88
N46	107	97	93
N47	87	76	79
N48	98	91	98
N49	85	84	78
N50	105	101	88
N51	88	78	78
N52	109	111	96
N53	104	97	90
N54	100	75	85
N55	86	82	82
N56	101	100	89
N57	98	99	90
N58	106	109	94
N59	93	83	96
N60	90	80	82
N61	100	94	93
N62	102	93	94
N63	108	107	93
N64	105	107	100
N65	108	111	95
N66	106	110	103
N67	84	82	86
N68	99	101	86
N69	97	98	90
N70	117	111	103
N71	98	94	91
N72	116	106	98

N73	106	104	101
N74	90	82	88
N75	123	106	117
N76	109	108	97
N77	103	98	100
N78	107	100	83
N79	100	100	99
N80	106	106	86
N81	83	85	78
N82	109	111	105
N83	110	100	96
N84	101	102	102
N85	82	102	78
N86	101	104	103
N87	104	89	98
N88	118	103	86
N89	108	108	86
N90	97	100	95
N91	122	108	102
N92	115	93	91
N93	89	95	83
N94	85	82	80
N95	115	108	99
N96	97	96	89
N97	97	104	75
N98	106	115	102
N99	114	101	103
N100	98	76	94
N101	95	86	84
N102	98	99	94
N103	100	100	94
N104	123	115	108
N105	108	94	96
N106	127	114	103
N107	101	93	96
N108	99	100	93
N109	100	99	100
N110	110	100	103
N111	79	82	83
N112	96	97	86
N113	106	91	87
N114	102	102	80
N115	103	102	96
N116	116	103	101
N117	108	114	93

N118	95	108	87
N119	109	104	101
N120	106	107	96
N121	111	105	103
N122	108	106	107
N123	114	113	86
N124	105	106	100
N125	111	106	92
N126	103	97	101
N127	99	98	96
N128	111	103	106
N129	115	107	93
N130	99	102	82
N131	98	98	90
N132	123	112	104
N133	99	105	94
N134	118	107	103
N135	115	114	106
N136	112	106	103
N137	114	106	98
N138	97	95	79
N139	107	104	86
N140	116	113	101
N141	109	111	99
N142	97	99	96
N143	116	113	110
N144	109	112	99
N145	103	97	93
N146	98	97	86
N147	110	102	91
N148	103	100	99
N149	108	101	102
N150	100	101	95
N151	111	112	103
N152	111	114	101
N153	111	113	99
N154	112	113	100
N155	111	111	102
N156	114	112	103
N157	110	114	97
N158	116	117	109
N159	111	113	98
N160	114	115	109
N161	113	113	108
N162	115	118	110

N163	114	114	109
N164	117	112	111
N165	115	119	108
N166	113	116	108
N167	117	119	110
N168	115	112	105
N169	117	120	111
N170	115	120	110
N171	114	112	105
N172	113	119	108
N173	110	114	104
N174	114	112	105
N175	115	114	111
N176	114	112	105
N177	110	114	103
N178	114	112	105
N179	116	109	102
N180	114	112	105
N181	112	114	97
N182	114	112	105
N183	111	87	99
N184	116	117	105
N185	115	114	109
N186	111	112	110
N187	116	113	110
N188	110	95	108
N189	117	113	109
N190	109	121	106
N191	118	116	112
N192	112	118	107
N193	115	114	107
N194	107	115	108
N195	113	113	107
N196	110	113	104
N197	111	114	108
N198	52	54	48
N199	114	112	105
N200	51	54	53
N201	122	117	110
N202	112	115	109
N203	114	112	105
N204	117	118	108
N205	114	112	105
N206	114	120	106
N207	114	112	105

N208	109	107	101
N209	101	104	94
N210	118	118	109
N211	111	121	109
N212	108	108	101
N213	101	103	94
N214	103	101	94
N215	113	118	107
N216	113	119	108
N217	111	112	96
N218	113	122	106
N219	99	102	93
N220	111	110	104
N221	113	116	102
N222	117	114	109
N223	115	121	107
N224	115	118	108
N225	99	105	89
N226	111	115	99
N227	100	89	101
N228	103	109	96
N229	114	118	110
N230	101	94	102
N231	108	109	97
N232	108	93	103
N233	111	112	99
N234	110	91	103
N235	106	103	108
N236	112	122	106
N237	107	88	104
N238	112	119	109
N239	104	97	99
N240	103	95	105
N241	113	110	106
N242	108	107	104
N243	114	112	105
N244	113	116	108
N245	114	112	105
N246	112	121	111
N247	114	115	107
N248	116	122	112
N249	113	118	110

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### A. Identitas Diri

Nama : Allyza Zahwa Putri  
Tempat & Tanggal Lahir : Banjarnegara, 12 Januari 2001  
Alamat Rumah : Jl. Pedongkelan Dalam, No. 07, Cengkareng, Jakarta Barat, DKI Jakarta.  
Personal contact : 082123286041  
E-mail : [allyzazahwaputri12@gmail.com](mailto:allyzazahwaputri12@gmail.com)

### B. Riwayat Pendidikan

1. Pendidikan Normal
  - a. SD Negeri 17 Cengkareng Timur Jakarta Barat
  - b. SMP Negeri 201 Jakarta Barat
  - c. Annida Islamic Senior High School, Jakarta Barat

### C. Pengalaman

1. Sekretaris Himpunan Mahasiswa Jakarta Jawa Barat Uin Walisongo 2020.
2. Partisipan kuliah daring MOOC “Literasi Kesehatan Mental & Pertolongan Pertama Psikologis” melalui [elok.ugm.ac.id](http://elok.ugm.ac.id) yang diselenggarakan oleh Center for Public Mental Health Universitas Gadjah Mada 22 Maret – 3 April 2020 dengan nilai akhir sebesar 88.75.
3. Tracer Covid-19, tim vaksinasi wilayah puskesmas kecamatan Kembangan 2021.
4. Partisipan webinar yang di selenggarakan oleh Teras Belajar By Pemimpin.Id dengan tema “Mindful Leadership: Cultivating Awareness of Role Model Leaders” pada tanggal 14 April 2023.
5. Partisipan webinar yang di selenggarakan oleh Teras Belajar x Coordinating Ministry for Human Development and Culture of Republic Indonesia, ASEAN YOUTH LEADING SERIES dengan tema “The Role of Youth in Socioeconomic Development and ASEAN Community-building” 23 Juni 2023.
6. Partisipan webinar yang di selenggarakan oleh Himpunan Psikologi Indonesia (HIMPSI) wilayah Jawa Tengah, dengan topik “Layanan Psikologi: Kebutuhan Masyarakat dan Implementasi UUPLP”, pada tanggal 9 Juli 2023.
7. Fasilitator personal development workshop public speaking and counselling di SD Islam Bintang Juara, Semarang, pada tanggal 4 – 5 Juli 2023.