

**KEYAKINAN DIRI PELATIH EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA
DI SD SE-KABUPATEN KULONPROGO**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan



Oleh :
Arip Budi Santoso
NIM. 16604221089

**PROGRAM STUDI PGSD PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2020**

KEYAKINAN DIRI PELATIH EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DI SD SE-KABUPATEN KULONPROGO

Oleh
Arip Budi Santoso
16604221089

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar presentase keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah metode survei dan instrumen penelitian menggunakan skala keyakinan diri yang berjumlah 12 butir pernyataan valid dengan nilai reliabilitas terbesar 0,973. Sampel penelitian ini adalah pelatih ekstrakurikuler olahraga yang ada di SD se-Kabupaten Kulonprogo yang berjumlah 30 responden, yang diambil menggunakan Teknik *purposive sampling*. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif yang disajikan dalam bentuk presentase.

Hasil penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo. Berdasarkan hasil penelitian, dalam kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 orang), kategori “rendah” sebesar 27% (8 orang), kategori “cukup” sebesar 50 % (15 orang), kategori “tinggi” sebesar 13% (4 orang), dan dalam kategori “sangat tinggi” sebesar 10% (3 orang).

Kata kunci: *keyakinan diri, pelatih, ekstrakurikuler, SD se-Kabupaten Kulonrpogo*

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

KEYAKINAN DIRI PELATIH EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA SD SE-KABUPATEN KULONPROGO

Disusun Oleh:

Arip Budi Santoso
NIM. 16604221089

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 12 Oktober 2020

TIM PENGUJI

Nama/ Jabatan

Tanda Tangan

Tanggal

Dr. Ermawan Susanto, M.Pd.
Ketua Penguji / Pembimbing



10/11 '20

Fathan Nurcahyo, S.Pd.Jas., M.Or.
Sekretaris



17/11 '20

Dr. Hedi Ardiyanto H., S.Pd., M.Or.
Anggota



12/11 '20

Yogyakarta, 24 November 2020

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,



Prof. Dr. Sumaryanto, M. Kes.
NIP. 19650301 1990011 001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah in:

Nama : Arip Budi Santoso

NIM : 16604221089

Program Studi : PGSD Pendidikan Jasmani

Judul TAS : Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-
Kabupaten Kulonprogo

menyatakan bahwa skripsi saya benar-benar karya tulis sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.



2020

HALAMAN PERSETUJUAN
Tugas Akhir Skripsi dengan Judul
KEYAKINAN DIRI PELATIH EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA SD SE-
KABUPATEN KULONPROGO

Disusun Oleh:

Arip Budi Santoso
16604221089

Telah memenuhi persyaratan dan disetujui oleh Dosen Pembimbing dan untuk dilaksanakan

Ujian Tugas Akhir Skripsi

bagi yang bersangkutan

Yogyakarta, 17 September 2020

Disetujui
Dosen Pembimbing



Dr. Ermawan Susanto, M.Pd
NIP. 19780702 200212 1 004

Mengetahui
Koord Program Studi



Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001

MOTTO

1. Dan aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka beribadah kepada-Ku (QS. Az-Zariyat: 65)
2. Wahai orang-orang yang beriman! Jika kamu menolong (agama) Allah, niscaya Dia akan menolongmu dan meneguhkan kedudukanmu. (QS. Muhammad: 7)
3. Jangan hanya menjadi manusia yang memiliki nama, tetapi jadilah manusia yang dikenang namanya.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah, yang telah memberikan kemudahan dan kelancaran, serta kekuatan untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi ini, Tugas Akhir Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Orang tua tercinta, Bapak Saryono dan Ibu Suwati yang telah memberikan dukungan dan kepercayaan juga do'a yang selalu tercurahkan.
2. Adik tercinta Irfan Reihan Aidi, yang juga selalu memberikan do'a dan semooga bisa menjadi motivasi agar selalau lebih baik lagi.
3. Paman, bibi, dan saudara-saudara saya yang selalu mengingatkan untuk selalu belajar-belajar dan menjadi lebih baik lagi.

KATA PENGANTAR

Puji syukur di panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan berkah, rahmat dan hidayah-Nya, sehingga tugas penyusunan skripsi dengan judul “Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler di SD Se-Kabupaten Kulonprogo”, dapat terselesaikan dengan baik.

Skripsi ini diselesaikan untuk memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari bergai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini di sampaikan penghargaan dan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Ermawan Susanto, M.Pd selaku pembimbing skripsi yang memberikan bimbingan, arahan, dukungan, dan motivasi selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Fathan Nurcahyo, S.Pd.Jas., M.Or dan Bapak Dr. Hedi Ardiyanto H., S.Pd., M.Or. selaku sekretaris dan penguji utama yang telah memberikan saran dan perbaikan secara teliti terhadap TAS ini.
3. Bapak Dr. Hari Yulianto, M.Kes selaku Koordinator Program Studi PGSD Penjas & Pembimbing Akademik saya yang telah memberikan izin penelitian skripsi.
4. Bapak Dr. Jaka Sunardi, M.Kes., AIFO selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan kemudahan dan fasilitas dalam pengerjaan TAS ini sampai selesai.

5. Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian skripsi serta mengesahkan TAS ini.
6. Pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo yang telah meluangkan waktu untuk membantu penulis dalam pelaksanaan penelitian ini.
7. Teman-teman PGSD Penjas C 2016 yang memberi dukungan dan kerjasamselama masa perkuliahan sam



ember 2020

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL.....	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERSEYUJUAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
 BAB I. PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Manfaat Penelitian	7
 BAB II. KAJIAN PUSTAKA	 9
A. Deskripsi Teori	9
1. Hakikat Pelatih	9
2. Hakikat Keyakinan Diri	26
3. Hakikat Ekstrakurikuler	33
B. Penelitian yang Relevan.....	39
C. Kerangka Berfikir	41
 BAB III. METODE PENELITIAN	 43
A. Jenis Penelitian	43
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	43
C. Populasi dan Sampel Penelitian	43

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian	44
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	44
1. Instrumen Penelitian.....	44
2. Teknik Pengumpulan Data.....	46
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	46
G. Teknik Analisis Data	48
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	50
A. Hasil Penelitian	50
1. Deskripsi Statistik Karakteristik Respondent.....	50
2. Deskripsi Hasil Penelitian	56
3. Deskripsi Statistik Berdasarkan Faktor-faktor	57
B. Pembahasan	75
C. Keterbatasan Hasil Penelitian	80
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	81
A. Kesimpulan	81
B. Implikasi	81
C. Saran	81
DAFTAR PUSTAKA.....	83
LAMPIRAN-LAMPIRAN	86

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen Keyakinan Pelatih	45
Tabel 2. Hasil Uji Validasi Instrumen.....	47
Tabel 3. Hasil Uji Reliabilitas	48
Tabel 4. Norma Penilaian.....	49
Tabel 5. Karakteristik Jenis Kelamin	50
Tabel 6. Karakteristik Berdasarkan Usia	51
Tabel 7. Karakteristik Berdasarkan Lama Mengelola Ekstrakurikuler.....	52
Tabel 8. Karakteristik Mengikuti Pelatihan	53
Tabel 9. Karakteristik Frekuensi Mengikuti Pelatihan	54
Tabel 10. Karakteristik Level Lisensi Kepelatihan.....	55
Tabel 11. Deskriptif Statistik	56
Tabel 12. Distribusi Frekuensi	56
Tabel 13. Deskriptif Statistik Faktor Motivasi.....	58
Tabel 14. Norma Penilaian Berdasar Faktor Motivasi.....	58
Tabel 15. Hasil Analisi Pernyataan Butir Nomor 1	59
Tabel 16. Hasil Analisi Pernyataan Butir Nomor 2	60
Tabel 17. Hasil Analisi Pernyataan Butir Nomor 3	61
Tabel 18. Deskriptif Statistik Faktor Strategi Permainan	62
Tabel 19. Distribusi Frekuensi Faktor Strategi Permainan	62
Tabel 20. Hasil Analisi Pernyataan Butir Nomor 4	63
Tabel 21. Hasil Analisi Pernyataan Butir Nomor 5	64
Tabel 22. Hasil Analisi Pernyataan Butir Nomor 6	65
Tabel 23. Deskriptif Statistik Faktor Teknik	66
Tabel 24. Distribusi Frekuensi Faktor Teknik	67
Tabel 25. Hasil Analisi Pernyataan Butir Nomor 7	68

Tabel 26. Hasil Analisi Pernyataan Butir Nomor 8	69
Tabel 27. Hasil Analisi Pernyataan Butir Nomor 9	70
Tabel 28. Deskriptif Statistik Faktor Pengembangan Karakter	71
Tabel 29. Distribusi Frekuensi Faktor Pengembangan Karakter	71
Tabel 30. Hasil Analisi Pernyataan Butir Nomor 10	72
Tabel 31. Hasil Analisi Pernyataan Butir Nomor 11	73
Tabel 32. Hasil Analisi Pernyataan Butir Nomor 12	74

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Bagam Ilmu-ilmu penunjang.....	23
Gambar 2. Bagan Kerangka Berpikir.....	42
Gambar 3. Diagram Batang karakteristik Berdasar Jenis Kelamin.....	51
Gambar 4. Diagram Batang karakteristik Berdasarkan Usia	51
Gambar 5. Diagram Batang karakteristik Berdasarkan Lama Mengelola.	52
Gambar 6. . Diagram Batang karakteristik Berdasarkan Mengikuti Pelatihan	53
Gambar 7. Diagram Batang karakteristik Berdasarkan Frekuensi Mengikuti Pelatihan	54
Gambar 8. Diagram Batang karakteristik Berdasarkan Lisensi Kepelatihan.....	55
Gambar 9. Diagram Batang Karakteristik Pelatih.....	57
Gambar 10. Diagram Batang Faktor Motivasi	58
Gambar 11. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 1	59
Gambar 12. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 2	60
Gambar 13. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 3	61
Gambar 14. Diagram Batang Faktor Strategi Permainan.....	63
Gambar 15. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 3	64
Gambar 16. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 5	65
Gambar 17. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 6	66
Gambar 18. Diagram Batang Faktor Teknik.....	67
Gambar 19. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 7	68
Gambar 20. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 8	69
Gambar 21. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 8	70
Gambar 22. Diagram Batang Faktor Pengembangan Karakter.....	72
Gambar 23. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 10	73

Gambar 24. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 11	74
Gambar 25. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 12	75

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar persetujuan	v
Lampiran 2. Lembar Pengesahan	vi
Lampiran 3. Lembar Uji Coba Penelitian	72
Lampiran 4. Kartu Bimbingan	73
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian Fakultas	74
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian D.I.Y.	75
Lampiran 7. Surat Bukti Penelitian dari KKG	76
Lampiran 8. Instrumen Penelitian	77
Lampiran 9. Uji Validitas.....	82
Lampiran 10. Uji Relibilitas.....	84
Lampiran 11. Analisa Karakter Responden	86
Lampiran 12. Data Penelitian.....	88
Lampiran 13. Deskripsi Statistik tiap Faktor SPSS	89
Lampiran 14. Deskripsi Statistik tiap Butir SPSS.....	90

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah sebuah proses atau tahapan dalam perubahan sikap serta etika maupun tata perilaku seorang atau kelompok dalam meningkatkan pola pikir manusia melalui pengajaran dan pelatihan serta perbuatan yang mendidik. Pengertian pendidikan dalam Undang-Undang RI No. 20 tahun 2003 pasal 1 menjelaskan bahwa pendidikan didefinisikan sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya sendiri untuk memiliki kemampuan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Sekolah selain sebagai tempat belajar, fungsi sekolah juga sebagai tempat untuk melakukan aktivitas olahraga, karena setiap sekolah mengajarkan pelajaran olahraga, sehingga wajib bagi sekolah untuk memiliki sarana dan prasarana olahraga. Untuk mengembangkan potensi peserta didik khususnya di bidang prestasi olahraga sekolah biasanya memiliki kegiatan ekstrakurikuler olahraga.

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan sekolah yang dilaksanakan di luar jam belajar akademik siswa. Ekstrakurikuler dilaksanakan untuk memperluas wawasan keilmuan dan kepribadian serta meningkatkan kemampuan yang sudah dipelajari dalam satu bidang studi. Hal ini sangat dibutuhkan oleh peserta didik karena pada umur peserta didik saat ini memiliki energi yang berlebih yang ada dalam tubuhnya dan sebaiknya disalurkan ke dalam kegiatan yang positif yang dapat mengarahkan energinya ke dalam kegiatan tersebut.

Apabila seorang siswa menyukai suatu olahraga, maka perlu dikembangkan atau dilatih secara berkala agar menjadi bibit unggul dan tidak hanya menjadikannya olahraga sebagai hobi, tetapi menjadi prestasi yang diharapkan bisa mengharumkan keluarga, bangsa dan negara. Kegiatan ekstrakurikuler di sekolah merupakan salah satu jalur pembinaan khusus. Dalam SK Dirjen Dikdasmen Nomor 226/C/Kep 1992 yang menyatakan bahwa ekstrakurikuler adalah kegiatan diluar pelajaran biasa dan pada waktu libur sekolah dilakukan baik di sekolah maupun luar sekolah, dengan tujuan untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, mengenal hubungan antara berbagai mata pelajaran, menyalurkan serta membina bakat dan minat, serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya.

Kegiatan ekstrakurikuler ini dapat dijadikan sekolah sebagai salah satu jalur yang dapat memberikan prestasi bagi sekolah, tentunya melalui peserta didik yang dimilikinya. Tetapi banyak yang memiliki keterbatasan dan kurangnya sarana dan prasarana sekolah sehingga menjadi masalah bagi peningkatan kemampuan dan keterampilan siswa sendiri. Keterampilan dan kemampuan siswa harus ditingkatkan dan dilatih agar menjadi prestasi siswa dengan latihan khusus sesuai cabang dan minat. Pada cabang ekstrakurikuler olahraga menjadi salah satu ekstrakurikuler yang banyak diminati siswa namun terhalang dengan banyaknya keterbatasan.

Kegiatan ekstrakurikuler di Indonesia masih perlu adanya perhatian dan pembinaan khusus, baik dalam mencari bibit-bibit yang unggul maupun untuk tujuan peningkatan prestasi peserta didik. Banyak sekolah dasar yang mengalami keterbatasan dalam mengelola ekstrakurikuler olahraga karena banyak keterbatasan dari alatnya sendiri dan bahkan tidak adanya pelatih khusus untuk cabang

ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler sangat berpengaruh pada kemampuan, dan keterampilan siswa untuk pembentukan bibit yang unggul serta penggapai prestasi, sehingga perlu adanya tempat atau wadah untuk membina dan melatih siswa sejak di usia dini.

Pembelajaran penjasorkes merupakan salah satu sarana untuk meningkatkan pengetahuan, perkembangan kognitif, pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, kemampuan motorik, penalaran, penghayatan nilai-nilai, sportifitas, serta adanya budaya dan pembiasaan hidup sehat untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Keberhasilan kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan sesuatu yang tidak berdiri sendiri tapi saling terkait antara komponen dengan komponen lainnya. Anshel (1990: 47) mengatakan bahwa untuk membina prestasi olahraga tidak bisa dilepaskan dari tiga unsur utama, yang saking berinteraksi satu sama lainnya. Unsur-unsur tersebut, yaitu lingkungan, atlet dan pelatih.

Lingkungan dalam kaitannya dengan ekstrakurikuler olahraga di sekolah adalah dukungan penuh dari kebijakan di sekolah, yaitu kepala sekolah, karena kepala sekolah memiliki hak penuh atas adanya ekstrakurikuler di sekolah. Atlet dalam masalah ini adalah peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga harus disiapkan dengan serius dan mengikuti kompetisi-kompetisi olahraga yang berada di tingkat kecamatan, kabupaten, ataupun nasional. Sedangkan untuk pelatih dalam hal ini yaitu guru ataupun pelatih yang berperan melatih peserta didik dalam ekstrakurikuler olahraga yang harus benar-benar memiliki keyakinan diri yang baik

agar berjalan lancar sehingga dapat mencapai tujuan dari ekstrakurikuler yang diadakan.

Guru atau pelatih adalah tokoh yang sangat berpengaruh dan berperan dalam melahirkan atlet-atlet yang luar biasa. Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah banyak mengalami berbagai keterbatasan, akan tetapi jika ditangani dengan baik oleh pelatih yang kompeten, kreatif, dan inovatif maka keterbatasan tersebut akan mudah diatasi. Pelatih mempunyai tugas sebagai perencana, pemimpin, teman, pembimbing, dan pengontrol program latihan (Brooks & Fahey dalam Hidayat (2014: 8). Selanjutnya menurut pendapat (Harton, Baker, & Deakin, 2005: 301) mengatakan jika kemampuan pelatih untuk menciptakan lingkungan yang menerapkan pembelajaran optimal pada atlet dan kemajuan telah menjadi salah satu faktor kunci pengembangan atlet. Dengan demikian seorang pelatih harus memiliki kompetensi, pengetahuan dan kemampuan yang harus terus dikembangkan.

Kompetensi pelatih ekstrakurikuler olahraga merupakan suatu hal yang mutlak yang perlu dikembangkan, karena hingga saat ini sepengetahuan penulis belum ada kajian tentang kompetensi pelatih olahraga tersebut. Apabila seorang pelatih ekstrakurikuler olahraga tidak memiliki kepercayaan atau keyakinan diri dan kompetensi dalam bidangnya, maka arah atau tujuan dari adanya suatu ekstrakurikuler olahraga tidak akan bisa berjalan lancar dan bahkan akan sulit tercapai karena siswa atau atlet tidak diajarkan sesuai dosis pelatihan yang sesuai. Seorang pelatih disini harus bisa membina mental atlet, menjadi motivator, paham apa yang atlet butuhkan, karakter atlet dan mampu memecahkan masalah yang dihadapi atlet. Guru secara terminologi diartikan sebagai seorang yang bertanggung

jawab terhadap perkembangan siswa dengan mengupayakan perkembangan seluruh potensi yang dimiliki peserta didik, baik potensi kognitif, potensi afektif bahkan potensi motorik. Permendikbud Nomor 15 Tahun 2018 tentang pemenuhan beban kerja guru, kepala sekolah, dan pengawas sekolah pasal 4 ayat (6) dijelaskan bahwa guru memiliki tugas membimbing dan melatih peserta didik sebagaimana dimaksud dalam pasal 3 ayat (1) huruf d dapat dilakukan melalui kegiatan kokurikuler dan atau kegiatan ekstrakurikuler.

Sebagai pendidik yang profesional, khususnya guru olahraga harus memiliki kualitas dan kemampuan sesuai dengan bidangnya. Harry Pramono (2012), menyatakan bahwa guru secara profesi, guru dituntut dengan sejumlah persyaratan minimal, yaitu: (1) memiliki kualifikasi pendidikan profesi yang memadai, (2) memiliki kompetensi keilmuan sesuai dengan bidang ditekuninya, dan (3) mempunyai etos kerja yang dan komitmen tinggi terhadap profesinya. Kemudian dalam pengertian tentang kompetensi pelatih. Melatih adalah sebuah profesi, hal ini disebutkan oleh Shelton (2001: 229) pembinaan adalah profesi, oleh karena itu pelatih diharapkan menerima persiapan dan sertifikasi. Beberapa langkah untuk memprofesionalkan pembinaan telah dilakukan bentuk yang berbeda tergantung pada konteks nasional. Pada waktu yang berbeda berbagai perhatian direspon, termasuk peningkatan kinerja nasional tim, menghilangkan perilaku pelatih yang kasar dan melecehkan, dan meningkatkan pengalaman olahraga bagi para atlet. Melihat kutipan di atas seorang guru menjadi pelatih ekstrakurikuler olahraga bukan merupakan hal tidak mungkin, tentunya guru sendiri memiliki kompetensi, mental, dan pengalaman yang mendukung. Dewasa sekarang ini peran guru pun juga bisa

menjadi pelatih, tentunya dengan mengikuti pelatihan-pelatihan yang disediakan dari pemerintah sendiri maupun swasta, agar kompetensi-kompetensi untuk menjadi seorang pelatih bisa dimiliki.

Selain kompetensi pelatih, juga keyakinan diri penting juga diketahui, karena ada keterkaitan antara kompetensi dengan keyakinan diri. Seorang pelatih apabila memiliki kompetensi diduga akan mempunyai keyakinan diri yang tinggi dalam mengelola ekstrakurikuler olahraga di sekolah. Menurut model efektivitas pembinaan yang dikembangkan oleh Horn (2002: 311), menjelaskan bahwa mengapa keyakinan pelatih (misalnya, efikasi pembinaan) terkait dengan persepsi dan kinerja diri atlet, karena keyakinan diri ini berpengaruh terhadap perilaku dan kompetensi pelatih. Tapi, pengaruh perilaku pelatih terhadap persepsi diri, motivasi, dan penampilan atlet sebagian dimediasi oleh evaluasi atlet terhadap perilaku dan kompetensi pelatih mereka.

Hingga kini di Kabupaten Kulonprogo khususnya sepengetahuan penulis belum ada kajian yang mengaitkan antara kompetensi dan keyakinan diri pelatih dalam konteks pembinaan olahraga di sekolah dasar khususnya maupun pembinaan tingkat daerah pada umumnya. Sedangkan untuk KKG PJOK Kulonprogo sendiri untuk pengembangan kompetensi masih belum terlihat, baru peningkatan-peningkatan pengetahuan dan keterampilan senam dan kegiatan lain yang dalam hal ini belum terlalu masuk ke ranah ekstrakurikuler olahraga SD. Atas latar belakang ini menarik untuk mengkaji dua variable itu, apakah secara teoritis ada saling keterkaitan atau tidak dalam konteks pembinaan olahraga ekstrakurikuler di sekolah

dasar. Berdasarkan masalah di atas, yang berjudul “Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Kurangnya informasi keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler SD untuk para pelatih sesuai dengan bidang cabang olahraganya .
2. Keterbatasan sarana dan prasarana di SD dalam melaksanakan ekstrakurikuler sehingga mengharuskan pelatihnya berfikir kreatif agar tetap berjalan lancar.
3. Belum diketahui keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang ada dan segala keterbatasannya, maka penelitian ini dibatasi pada keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan batasan masalah yang telah dijelaskan, dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: “Seberapa tinggi keyakinan diri guru olahraga atau pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo?

E. Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini akan mengungkap tentang keyakinan diri serta hubungan antara dua variabel tersebut. Dengan diungkapkannya variabel variabel tersebut akan sangat berguna sebagai referensi untuk pengembangan penelitian lebih lanjut dalam kajian bidang keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di sekolah.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini akan mengungkap keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga, secara praktis akan bermanfaat untuk:

- a. FIK UNY, sejakan bagai bahan informasi atau masukan dalam rangka mengambil kebijakan untuk perbaikan kurikulum pendidikan kepelatihhan pelatih dan guru pendiikan jasmani yang sesuai dengan kebutuhan di lapangan.
- b. Kepala Sekolah, untuk memberi dukungan akan terselenggaranya ekstrakurikuler olahraga yang lebih berkualitas khususnya.
- c. Para pelatih ekstrakurikuler olahraga, sebagai bahan informasi tentang keadaan keyakinan diri sehingga dapat dipakai sebagai bahan instropeksi diri guna meningkatkan keyakinan diri sebagai pelatih.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Pelatih

a. Pengertian Pelatih

Coach atau pelatih adalah satu kata yang sudah sering terdengar dalam keolahragaan maupun oleh para pecinta olahraga yang berarti pelatih, yang berasal dari kata coaching yaitu artinya pelatihan. Coaching adalah pembinaan dengan satu proses pemberian pola aturan dan pengertian untuk belajar kondisi baik. Dalam kondisi baik pelajar atau atlit dapat melakukan kegiatan belajar atau latihan yang baik dengan selanjutnya dengan diharapkan terjadi perubahan perilaku yang tadinya tidak bisa menjadi bisa, yang tadinya tidak terampil menjadi terampil.

Pelatih yang berkualitas diharapkan akan melahirkan prestasi yang berkualitas, yang kesemuanya akan di dapat melalui latihan yang berkualitas tentunya. Latihan yang berkualitas adalah latihan yang sesuai dengan tahap periodisasi serta didukung oleh berbagai disiplin ilmu yang akan membawa atlet secara perlahan tetapi pasti menuju ke prestasi yang membanggakan (Donie, 2010: 3-4).

Pelatih adalah tokoh sentral dalam proses pelatihan, pelatih harus memiliki ciri-ciri yang ideal antara lain, kepribadian, kemampuan fisik, keterampilan, kesegaran jasmani, pengetahuan, dan pola pikir ilmiah, pengalaman, *human relation* dan kerjasamam dan kreativitas (Budiwanto, 2004:5). Menjadi seorang pelatih memang tidak mudah, hal lain yang perlu ada dalam diri pelatih adalah profesional, hal ini sesuai dengan pendapat Sukadiyanto (2004:4) menjelaskan bahwa pelatih

adalah seorang yang memiliki kemampuan profesionali untuk membantu mengungkap potensi olahragawan menjadi kemampuan yang nyata secara optimal dalam waktu yang relative singkat. Tak jauh dengan hal itu Budiwanto (2004:6) berpendapat bahwa pelatih adalah salah satu sumber daya manusia dalam keolahragaan yang berperan sangat penting dalam pencapaian prestasi atlet ang dilatihnya.

Menurut Irianto (2002:4) pelatih merupakan kunci yang harus memahami tatacara pelatihan yang benar, yakni dengan menguasai ilmu pelatihan atau teori dan metodologi latihan yang dapat digunakan sebagai dasar melakukan kegiatan pelatihan. Menurut Nugraha S.A, (2016:9) pelatih adalah seorang yang melakukan pelatihan terhadap orang atau kelompok orang yang bertahap dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan tubuh. Tidak berbeda dari itu Budiwanto, (2004:5) menambahkan, pelatih adalah tokoh sentral dalam proses pelatihan. Pelatih harus memiliki ciri-ciri yng ideal anatara lain, kepribadian, kemampuan fisik, keterampilan, keegaran jasmani, penegtahuan dan pola piker ilmiah, pengalaman, *human relation*, kerjasama dan krteativitas.

Untuk dapat menjalankan profesinya secara efektif, seorang pelatih harus memiliki pengetahuan dasar tentang ilmu keolahragaan (*sport science*), bukan sekedar menggeluti bidang kepelatihan, tetapi juga perlu adanya aspek pendukung lain seperti biomekanika olahraga, kinesiology olahraga, medis, psikologi, dan tentunya kependidikan. Lebih dari itu seorang pelatih harus mempunyai kompetensi personal dan moral yang bagus. Seorang pelatih juga harus mempunyai kemampuan melatih yang baik untuk dipakai saat melatih siswanya atau atletnya.

Dalam dunia olahraga, ranah kerja seorang pelatih tidak semudah yang dibayangkan. Tugas pelatih memiliki tugas untuk mendidik atlet untuk disiplin, kerja keras, pantang menyerah dalam melaksanakan aktivitas, rajin, dan sebagainya. Lebih dalam dari hal itu, ketika seorang atlet sedang memiliki masalah pribadi yang mempengaruhi aktivitasnya, atlet biasanya menemui pelatih agar dibantu memecahkannya. Secara tidak langsung seorang pelatih harus memiliki kompetensi yang lebih, tidak hanya membahas tentang teknis keolahragaan, melainkan juga tanggung jawab pendidikan dan pengembangan pribadi.

Nugraha (2016: 9), menjelaskan bahwa pelatih yang sukses harus memiliki enam prinsip dalam melatih terdiri dari mengembangkan filosofi melatih, menentukan obyek yang dilatih, memilih gaya melatih, melatih karakter dan melatih berbagai atlet. Prinsip perlakuan terdiri dari berkomunikasi dengan atlet, memotivasi atlet dan mengatur perilaku atlet. Prinsip pengajaran terdiri dari cara melatih mendekati permainan dan pokok pelatihan. Prinsip latihan fisik terdiri dari melatih energy tubuh dan kemampuan atlet. Menurut Irianto (2002:16), tugas seorang pelatih membantu olahragawan untuk mencapai kesempurnaannya. Pelatih juga mempunyai peran yang cukup berat dan sangat beragam. Dalam proses melatih. Pelatih memiliki tugas atau peranan yang sentral. Berkaitan dengan ini Sukadiyanto (2005:8) mengatakan, tugas seorang pelatih antara lain: (1) merencanakan, menyusun, melaksanakan dan mengevaluasi proses berlatih melatih. (2) memimpin dalam pertandingan atau perlombaan, (3) mencari dan melatih olahragawan yang berbakat, (4) mengorganisir dan mengelola proses latihan, (5) meningkatkan pengetahuan dan keterampilan.

b. Tugas dan Peran Pelatih

Tugas dan peran pelatih dalam olahraga sangat lebih luas dari pada sekedar di lapangan. Dalam hal ini berbagai peran harus dikerjakannya dengan baik. Irianto (2002: 16), menyatakan “tugas seorang pelatih adalah membantu olahragawan untuk mencapai kesempurnaannya”. Pelatih memiliki tugas yang cukup berat yakni menyempurnakan atlet sebagai makhluk multi dimensional yang meliputi jasmani, rohani, sosial, dan religi. Seorang atlet yang menjadi juara dalam berbagai even, namun perilaku sehari-hari tidak sesuai dengan norma agama dan norma kehidupan masyarakat yang berlaku, maka hal tersebut merupakan salah satu kegagalan pelatih dalam bertugas.

Pelatih juga mempunyai peran yang cukup berat dan sangat beragam, berbagai peran harus mampu dikerjakan dengan baik, seperti dikemukakan oleh Thompson yang dikutip Irianto (2002: 17-18), pelatih harus mampu berperan sebagai:

(1) Guru, menanamkan pengetahuan, skill, dan ide-ide, (2) Pelatih, meningkatkan kebugaran, (3) Instruktur, memimpin kegiatan dan latihan, (4) Motivator, memperlancar pendekatan yang positif, (5) Penegak disiplin, menentukan system hadiah dan hukuman, (6) Manager, mengatur dan membuat rencana, (7) Administrator, berkaitan dengan kegiatan tulis menulis, (8) Agen penerbit, bekerja dengan media masa, (9) Pekerja sosial, memberikan nasehat dan bimbingan, (10) Ahli sains, menganalisa, mengevaluasi dan memecahkan masalah, (11) Mahasiswa, mau mendengar, belajar, dan menggali ilmunya.

Berikut beberapa tugas, peran, kepribadian dan kode etik pelatih (dalam Harsono, 2015: 12-25):

1). Perilaku

Pelatih yang baik adalah pelatih yang berperilaku sesuai dengan norma agama dan norma yang ada di masyarakat. Jangan sampai pelatih melanggar norma tersebut karena akan mendapatkan cela dan cerca dari masyarakat maupun anak didiknya. Pelatih haruslah

mengajarkan dan menerapkan norma tersebut kepada anak didiknya agar masyarakat maupun anak didiknya memandang dirinya sebagai manusia model. Setiap melatih, anak didiknya akan mengamati setiap perilaku pelatih, untuk itu penting bagi pelatih dalam berperilaku dan menjaga tutur kata yang baik

2) Kepemimpinan Pelatih

Sebagai pelatih harus mempunyai jiwa kepemimpinan yang baik, yaitu tegas, berani dan berwibawa. Dalam melakukan keputusan seorang pelatih harus tegas dan berani. Apalagi saat timnya mengalami kemenangan maupun kekalahan maka keibawaan pelatih harus tetap ditunjukkan dan dipegang teguh. Selain itu pelatih harus mampu untuk bekerjasama dengan semua orang dan mau menerima kritikan dari orang lain termasuk dari atletnya.

3) Sikap Sportif

Sebagai seorang pelatih juga harus mengajarkan atletnya untuk bermain sportif, yaitu untuk selalu bermain jujur, tidak curang dan mencederai lawan. Sportivitas harus diajarkan kepada atlet sejak dini agar saat latihan maupun pertandingan atlet sudah terbiasa dengan tindakan sportif. Yaitu tidak bermain curang, melanggar peraturan, mencederai lawan, menghakimi wasit dan tidak berkata kasar selama pertandingan.

4) Pengetahuan dan Keterampilan

Dalam hal pengetahuan seorang pelatih harus mengetahui tentang olahraga yang dilatihnya, mulai dari peraturan pertandingan, teknik, aspek fisik. Strategi bermain, penyusunan program latihan dan sistem latihan. Semua pengetahuan tersebut harus dikuasai pelatih agar atlet atau peserta didik yang dilatihnya benar

benar terjamin latihannya. Seorang pelatih juga harus terampil dalam olahraga yang dilatihnya. Karena bila hanya melatih dengan sebatas ucapan atau verbal saja maka peserta didik atau atletnya akan sukar mengerti apa yang dimaksud pelatihnya. Dalam hal melatih, pelatih haruslah mampu terampil dan memberi contoh dengan gerakan atau Teknik yang benar. Termasuk dalam kesalahan kesalahan yang dilakukan atlet.

5) Keseimbangan Emosional

Sebagai seorang pelatih juga harus mempunyai keseimbangan emosional. Dalam hal ini seorang pelatih harus mampu untuk bersikap wajar, lugas, dantenang dalam keadaan tertekan. Jadi seorang pelatih harus mampu mengendalikan emosinya saat timnya dalam keadaan tertekan atau dibawah sekalipun. Seorang pelatih harus bersikap stabil agar timnya ataupun atletnya tidak ikut-ikutan emosi, tegang maupun panik saat pertandingan. Pelatih yang baik adalah pelatih yang mampu mengendalikan emosinya bukan malah dikendalikan oleh emosi

6) Ketegasan dan Keberanian

Sebagai seorang pelatih harus mempunyai ketegasan dan keberanian dalam mengambil keputusan. Misalnya untuk mengambil keputusan apakah si pemain bintang yang sedang bermain buruk perlu diganti apa tidak. Dengan hal tersebut pelatih perlu untuk mengambil keputusan yang tepat dan tegas. Dalam pertandingan seorang pelatih dalam menyusun strategi permainan harus benar benar tegas dan berani, yaitu pelatih harus memasang pemain-pemain yang benar benar sudah siap fisik maupun mental. Jadi jangan sampai pelatih mempunyai pemikiran

untuk memasang pemain yang belum siap fisik maupun mentalnya sekalipun dia anak emasnya.

7) Kebugaran Pelatih

Tugas pelatih tidak hanya di pinggir lapangan saja, terkadang seorang pelatih harus ikut bermain atau memberikan teknik-teknik yang benar kepada atletnya. Di samping teknik-teknik atlet akan bertambah baik maka atletpun akan cepat maju keterampilannya. Di samping tugas kesehariannya seorang pelatih juga harus mempersiapkan rencana atau program latihan untuk esok hari. Jadi dalam hal ini kebugaran adalah penting untuk dimiliki setiap pelatih agar dia mampu untuk bermain dengan anak-anak didiknya atau mendemonstrasikan teknik-teknik yang benar saat dilapangan dengan dinamis dan penuh energy

8) Humor

Agar saat latihan tidak tegang dan membosankan, sebagai seorang pelatih juga harus mampu menciptakan suasana rileks dengan cara memberikan humor yang sehat. Dengan pemberian humor yang sehat maka akan membangkitkan optimisme yang baru pada saat latihan. Dalam latihan baik sebelum atau sesudah seorang pelatih harus mampu membuat suasana yang segar dan dapat menghilangkan ketegangan-ketegangan saat latihan.

9) Pendewasaan Anak

Salah satu tugas pelatih yaitu dengan mendewasakan olahragawan dan partisipasi dalam olahraga merupakan bagian yang penting dalam pendewasaan olahragawan. Pelatih yang baik adalah pelatih yang memperhatikan pertumbuhan, perkembangan dan pendewasaan atletnya. Termasuk pertumbuhan watak dan budi

pekerti. Partisipasi dalam olahraga juga merupakan media bagi olahragawan untuk belajar nilai-nilai hidup. Seorang olahragawan harus mampu untuk dapat menerima sebuah kekalahan dan mengerti akan sebuah kemenangan.

10) Kegembiraan Berlatih

Seorang pelatih juga harus mampu menciptakan kegembiraan dalam latihan. Jangan sampai anak didiknya merasa bosan saat latihan dan ujung ujungnya akan keluar dari klub karena menganggap proses latihan yang keras, menyiksa dan suasana tegang. Dalam kasus ini kerap terjadi di sebuah klub olahraga. Dalam menangani masalah ini usahakan pelatih selalu memberikan latihan yang menggembirakan yaitu dengan menyelipkan saat proses latihan dan di pertandingan. Tetapi juga harus tidak menurunkan semangat atau keseriusan dalam latihan, termasuk dalam hal kedisiplinan.

11) Menghargai Wasit

Dalam pertandingan seorang pelatih juga harus mampu untuk menghargai wasit, yaitu dengan menghargai keputusan-keputusan yang telah dilakukan wasit. Walaupun keputusan tersebut dirasa berat sebelah atau lebih menguntungkan untuk lawan usahakan pelatih tetap menghargai dan bila mau protes usahakan sesuai dengan prosedur yang ada. Jangan protes ke wasit langsung saat pertandingan karena pelatih bisa saja menyalahi aturan dan mengganggu jalannya permainan bahkan pelatih bisa saja dikenakan sanksi dari panitia karena protesnya yang berlebihan.

12) Perhatian Pelatih

Selama latihan seorang pelatih diwajibkan untuk tidak sekedar diam saja dipinggir lapangan, akan tetapi pelatih juga harus sibuk untuk mengoreksi kesalahan-kesalahan yang dilakukan oleh setiap atletnya, walaupun sekecil apapun kesalahan itu pelatih harus mengoreksinya. Hal ini supaya kesalahan kesalahan tersebut cepat dibenarkan dan kemampuan atlet menjadi lebih baik lagi.

13) Menghargai Tim Tamu

Dalam sebuah pertandingan seorang pelatih juga harus mampu menghargai tim tamu. Bila tamu datang ke klub maka harus di sambut dengan ramah. Jangan sampai menganggap tim tamu sebagai musuh. Tetapi anggap saja sebagai teman bertanding dan sama-sama ingin menunjukkan kualitas dari anak didiknya untuk Memberikan siapa yang terbaik diantara keduanya dan menyuguhkan permainan yang sportif. Dengan begitu hasil dari pertandingan pun akan menjadi pengalaman yang positif bagi tim dan bisa sebagai evaluasi dari pelatih untuk atletnya.

14) Pujian dan Hukuman

Sebagai seorang pelatih dalam memberikan pujian dan hukuman harus sesuai porsi dan tempatnya karena akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku atlet. Jangan sampai pelatih memberi pujian dan hukuman kepada anak didiknya melebihi porsinya atau terlalu sering karena atlet akan merasa menjadi tidak nyaman dan kehilangan kepercayaan kepada pelatihnya. Selain itu terlalu banyak pujian atau hukuman tidak akan memberikan perkembangan kepada atlet.

Dari beberapa peran dan tugas pelatih diatas, dapat disimpulkan bahwa peran dan tugas pelatih memang sangat banyak dan tentunya tidak mudah. Dari kewajiban harus memiliki ilmu dan kompetensi pelatih juga harus memiliki *skill*

dan menguasai keterampilan olahraga yang dilatihnya lalu pelatih pun juga harus memiliki mental yang kuat, untuk dapat menerima kritikan dari luar dan siap menanggung resiko sekalipun dalam pelatihan yang dipegangnya.

c. Gaya Kepemimpinan Pelatih

Setiap pelatih memiliki gaya kepemimpinan yang berbeda dan setiap gaya kepemimpinan seorang pelatih memiliki kekurangan dan kelebihan masing-masing. Gaya kepemimpinan pelatih sebagai berikut.

1) Gaya Otoriter

Sutarto (1998; 73) menyatakan gaya kepemimpinan otoriter memiliki ciri-ciri yaitu:

- a) Wewenang mutlak terpusat pada pemimpin;
- b) Keputusan dibuat oleh pemimpin;
- c) Kebijakan selalu dibuat oleh pemimpin;
- d) Komunikasi berlangsung satu arah dari pemimpin ke bawahan;
- e) Pengawasan terhadap sikap tingkah laku, perbuatan atau kegiatan para bawahannya dilakukan secara ketat;
- f) Prakarsa harus datang dari pemimpin;
- g) Tidak ada kesempatan dari bawahan untuk memberikan saran;
- h) Tugas-tugas dari bawahan diberikan secara instruktif;
- i) Lebih banyak kritik dari pada pujian;
- j) Pimpinan menuntut prestasi sempurna dari bawahan tanpa syarat;
- k) Cenderung adanya paksaan, ancaman dan hukuman;
- l) Kasar dalam bersikap;
- m) Kaku dalam bersikap;
- n) Tanggung jawab keberhasilan organisasi hanya dipikul oleh pimpinan.

Senada dengan pendapat sebelumnya, Onang (2010: 41) menyatakan kepemimpinan otoriter adalah:

“Kepemimpinan berdasarkan kekuasaan mutlak, seorang pemimpin otoriter mempunyai tingkah laku anggota kelompoknya dengan mengarahkan tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya oleh pemimpin. Segala keputusan berada di satu tangan, yakni pemimpin otoriter itu yang menganggap dirinya dan dianggap oleh orang lain lebih mengetahui dari pada orang lain dalam kelompoknya. Setiap

keputusan dianggap sah dan pengikut-pengikutnya menerima tanpa pertanyaan, pemimpin otoriter ini dianggap sebagai manusia super”.

Irianto (2002: 20-21), menyatakan ada beberapa kelemahan dalam gaya kepemimpinan otoriter. Secara umum, diperlukan banyak kerja, tetapi kualitas lebih kecil jika dibandingkan kepemimpinan demokratis. Atlet cenderung menunjukkan semangat berlatih dan bertanding yang kurang. Pemimpin otoriter adalah seorang pemimpin yang menganggap dirinya lebih dari orang lain dalam segala hal. Pelatih otoriter cenderung egois dan memaksakan kehendak/lebih senang memberikan perintah kepada bawahan tanpa menjelaskan langkah-langkah dan alasan-alasannya yang nyata peraturan-peraturan secara sepihak, akan tetapi juga dengan pertimbangan-pertimbangan atletnya ketika pelatihan.

2) Gaya Demokrasi

Gaya kepemimpinan ini menurut Sutarto (1991: 75-76) berciri sebagai berikut:

- a) Wewenang pemimpin tidak mutlak;
- b) Pemimpin bersedia melimpahkan sebagiann wewenangnyanya kepada orang lain;
- c) Keputusan dibuat bersama antara pemimmpin dan bawahan;
- d) Kebijaksanaan dibuat bersama pemimpin dan bawahan;
- e) Komunikasi berlangsung dengan baik, baik yang terjadi antara pemimpin dan bawahan maupun antara sesama bawahan;
- f) Pengawasan terhadap sikap, tingkah laku, perbuatan atau kegiatan para bawahan dilakukan secara wajar;
- g) Prakarsa dapat datang dari pemimpin maupun bawahan;
- h) Banyak kesempatan bagi bawahan untuk menyampaikan saran, pertimbangan, atau pendapat;
- i) Tugas-tugas kepada bawahan diberikan dengan lebih bersifat permintaan bukan instruksi;
- j) Pujian dan kritik seimbang;
- k) Pimpinan mendorong prestasi sempurna para bawahan dalam batas kemampuan secara wajar;
- l) Pimpinan memperhatikan perasaan dalam bersikap dan bertindak;

- m) Pemimpin memperhatikan kesetiaan para bawahan secara wajar;
- n) Terdapat suasana saling percaya, saling hormat, saling menghargai;
- o) Tanggung jawab keberhasilan organisasi dipikul bersama pimpinan dan bawahan.

Onang (2010: 42) menyatakan kepemimpinan demokrasi adalah:

“Kepemimpinan berdasarkan demokrasi, bahwa dalam kepemimpinan demokrasi bukan saja pengangkatan seseorang secara demokratis. Si pemimpin melakukan tugasnya sedemikian rupa, sehingga keputusan merupakan keputusan bersama dari semua anggota kelompok. Setiap anggota kelompok mempunyai kebebasan untuk menyatakan pendapatnya, akan tetapi jika suatu keputusan berdasarkan pendapat mayoritas anggota dapat dihasilkan, maka seluruh anggota wajib tunduk kepada keputusan keputusan mayoritas tersebut dan melaksanakan dengan penuh kesadaran. Di sini jelas nampak adanya partisipasi seluruh anggota”.

Irianto (2002: 20-21) menyatakan kelemahan gaya kepemimpinan demokratis yaitu, gaya kepemimpinan demokratis hanya cocok untuk persiapan sebuah tim yang memiliki waktu cukup lama tetapi kurang cocok jika pelatih harus mengambil keputusan yang mendadak dan harus diterima, jika dibandingkan dengan kepemimpinan otoriter, kepemimpinan demokratis bisa mengurangi agresifitas atlet dalam olahraga.

Jadi kepemimpinan demokrasi adalah kepemimpinan yang tidak hanya demokratis dalam pengangkatan pemimpinnya, tetapi juga dalam setiap pengambilan keputusan dan pelaksanaannya. Setiap anggota kelompok dan pemimpin berhak menyampaikan kritik, penghargaan maupun nasihat.

3) Gaya *Laissez Faire*

Kepemimpinan bebas/*laissez faire* adalah Kemampuan mempengaruhi orang lain agar bersedia bekerja sama untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan dengan cara berbagai kegiatan yang akan dilakukan lebih banyak diserahkan pada bawahan.

Ciri kepemimpinan ini seperti yang ditulis oleh Sutarto (1991: 77-78) adalah sebagai berikut:

- a) Pemimpin melimpahkan wewenang sepenuhnya kepada bawahan;
- b) Keputusan lebih banyak dibuat oleh bawahan;
- c) Kebijakan lebih banyak dibuat oleh bawahan;
- d) Pimpinan hanya berkomunikasi apabila diperlukan oleh bawahan;
- e) Hampir tidak ada pengawasan terhadap sikap, tingkah laku, perbuatan, atau kegiatan yang dilakukan oleh para bawahan;
- f) Prakarsa selalu datang dari para bawahan;
- g) Hampir tidak ada pengarahan dari pimpinan;
- h) Peranan pemimpin sangat sedikit dalam kegiatan kelompok;
- i) Kepentingan pribadi lebih utama dari kepentingan kelompok;
- j) Tanggung jawab keberhasilan organisasi dipikul orang perorang.

Onang (2010: 43) menyatakan kepemimpinan bebas/*laissez faire* adalah kepemimpinan dimana si pemimpin menyerahkan tujuan dan usaha-usaha yang akan dicapai, sepenuhnya kepada anggota-anggota kelompok. Si pemimpin dalam menegakkan peranan kepemimpinannya hanya pasif saja. Dialah yang menyediakan bahan-bahan dan alat-alat untuk satu pekerjaan, tetapi inisiatif diserahkan kepada para anggota, jadi kepemimpinan bebas, bawahan mendapat kebebasan seluas-luasnya dari pemimpin tidak ada atau tidak berfungsi kepemimpinan, tidak mengatur apa-apa, tidak mengadakan rapat, tidak membina diskusi, dan tidak mencoba mengatur dulu pihak pihak bila bertentangan.

Berdasarkan pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa ada beberapa gaya kepemimpinan pelatih, yaitu gaya otoriter, gaya demokratis, dan gaya bebas/*laissez faire*. Gaya otoriter adalah seorang pemimpin yang menganggap dirinya lebih dari orang lain dalam segala hal. Ia cenderung egois dan memaksakan kehendak/lebih senang memberikan perintah kepada bawahan tanpa menjelaskan langkah-langkah dan alasan-alasannya yang nyata. Gaya demokrasi adalah

kepemimpinan yang tidak hanya demokratis dalam pengangkatan pemimpinnya, tetapi juga dalam setiap pengambilan keputusan dan pelaksanaannya. Gaya bebas/laissez faire adalah kemampuan mempengaruhi orang lain agar bersedia bekerja sama untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan dengan cara berbagai kegiatan yang akan dilakukan lebih banyak diserahkan pada bawahan. Dari tiga jenis kepemimpinan yang telah diuraikan di atas, seorang pelatih dapat menerapkan ketiga-tiganya tergantung pada situasi dan kondisi yang ada.

d. Komunikasi Pelatih

Dalam latihan komunikasi pelatih dan atletnya sangat berpengaruh, tentunya komunikasi yang baik akan mempengaruhi mental dan hubungan yang baik antara pelatih dan atlet. Djoko Pekik (2002:24-25), menjelaskan komunikasi yang baik hendaknya dilakukan:

- 1) Dua arah: Informasi hendaknya tidak hanya dari pelatih kepada atletnya saja, tetapi juga dari atlet kepada pelatih, sehingga jika ada informasi yang kurang jelas dapat segera terjawab.
- 2) Sederhana: Agar mudah dipahami dan tidak salah menginterpretasikan bahan maupun cara berkomunikasi dibuat sederhana mungkin tanpa mengurangi pesan yang akan disampaikan, jika perlu cukup dengan bahasa syarat.
- 3) Jelas: Kejelasan isi maupun komunikasi sangat diperlukan untuk menghindari kesalahpahaman.
- 4) Ada umpan balik: Umpan balik diperlukan untuk mengoptimalkan substansi yang dipesankan baik dari pelatih maupun atlet.
- 5) Kedua belah pihak saling optimis: Antara pelatih dan atletnya harus saling optimis dan yakin bahwa apa yang dikomunikasikan akan membawa hasil yang lebih baik dalam usaha mencapai prestasi.
- 6) Saling memberi semangat: Semangat perlu terus menerus muncul pada masing-masing pihak untuk pelatih maupun atlet saling memacunya.
- 7) Adanya empati: Kegagalan maupun keberhasilan merupakan usaha bersama untuk itu apa yang dialami dan dirasakan pelatih, demikian juga sebaliknya apa yang dirasakan pelatih dirasakan pula oleh atletnya.8) Bersedia menerima kritik: Kritik merupakan salah satu perbaikan, masing-masing pihak harus membuka diri dan menerima kritik dan saran.

Selain adanya komunikasi antara pelatih dan atletnya, perlu adanya etika dalam proses berlatih dan melatih. Etika tersebut meliputi: (a) Menghargai bakat atlet. (b) Mengembangkan potensi yang dimiliki atlet, (c) Memahami atlet secara individu, (d) Mendalami olahraga untuk menyempurnakan atlet, (e) Jujur, (f) Terbuka, (g) Penuh perhatian, (h) Mampu menerapkan sistem kontrol (Irianto, 2002: 26). Pelatih yang baik selalu belajar kapan dan bagaimana berbicara dengan atlet dan mendengarkan atletnya.

e. Pengetahuan Pelatih

Bompa (1994:2), menyatakan bahwa ilmu pendukung dalam metodologi latihan yang harus dikuasai pelatih adalah seperti dalam gambar berikut:



Gambar 1 Ilmu-ilmu penunjang yang memperkaya Bidang Ilmu pada Teori dan Metodologi Latihan (Bompa, 1994:2)

Pate, at. all, yang dialih bahasakan oleh Kasiyo Dwijowinoto (1993: 2-3), menyatakan ilmu-ilmu yang mendukung tersebut antara lain:

- 1) Psikologi olahraga, adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku manusia. Psikologi olahraga merupakan sub disiplin yang sepenuhnya mempelajari fenomena psikologis olahragawan dan pelatih.
- 2) Biomekanika, biomekanika olahraga memberikan penjelasan mengenai pola-pola gerakan efisien dan efektif para olahragawan.
- 3) Fisiologi latihan, ilmu ini mempelajari tentang fungsi tubuh manusia selama latihan dan mengamati bagaimana perubahan tubuh yang disebabkan oleh latihan jangka panjang.

Seorang pelatih harus pandai memilih atau menciptakan metode latihan dan harus berusaha menciptakan lingkungan berlatih sebaik mungkin, sehingga memungkinkan atlet berlatih secara efektif dan efisien untuk mencapai sasaran latihan.

f. Kualitas Pelatih yang Baik

Pencapaian prestasi atlet yang dilatih dipengaruhi oleh kualitas seorang pelatih. Oleh karena itu, pelatih harus memenuhi kriteria sebagai pelatih yang baik. Adapun syarat-syarat pelatih yang baik menurut Suharno (1993: 6), pelatih yang baik memiliki kemampuan menguasai ilmu sesuai bidangnya secara teoritis dan praktis, memiliki skill yang baik sesuai dengan cabang olahraganya. Mengingat ilmu dan teknik selalu berkembang, maka pelatih perlu menambah atau mengembangkan ilmu dan skill sesuai kemajuan yang ada. Selain itu pelatih harus mempunyai kemampuan psikis yang baik dalam arti memiliki daya pikir, daya cipta, kreativitas dan imajinasi tinggi, perasaan yang stabil, motivasi yang besar, daya perhatian dan daya konsentrasi yang tinggi. Pelatih juga harus memiliki kepribadian yang baik sesuai norma hidup yang berlaku, misalnya: memiliki rasa tanggung jawab yang besar, disiplin, dedikasi tinggi, demokratis, adil, keberanian, humor, susila, dan sopan santun.

Soepardi (1998: 11) menyatakan ada beberapa syarat untuk menjadi seorang pelatih di antaranya sebagai berikut:

- 1) Latar belakang pendidikan yang sesuai dengan cabang olahraganya.
- 2) Pengalaman dalam olahraga, pengalaman sebagai seorang atlet dalam sebuah tim boleh dikatakan suatu keharusan untuk seorang calon pelatih oleh karena hal ini sangat bermanfaat sekali bagi pekerjaannya kelak.

- 3) Sifat dan kualitas kepribadian, kepribadian seorang pelatih sangat penting oleh karena dia nanti harus bergaul dengan personalitas personalitas yang beraneka ragam watak dan kepribadiannya.
- 4) Tingkah laku, tingkah laku seorang pelatih harus baik oleh karena pelatih menjadi panutan bagi atlet.
- 5) Sikap sportif, dapat mengontrol emosi selama pertandingan dan menerima apa yang terjadi baik menang maupun kalah.
- 6) Kesehatan, kesehatan dan energi serta vitalitas yang besar penting dimiliki oleh seorang pelatih.
- 7) Kepemimpinan, pelatih haruslah seorang yang dinamis yang dapat memimpin dan memberikan motivasi kepada atletnya.
- 8) Keseimbangan emosi, kesungguhan untuk bersikap wajar dan layak dalam keadaan tertekan atau terpaksa.
- 9) Imajinasi, kemampuan daya ingat untuk membentuk khayalan khayalan tentang obyek-obyek yang tidak tampak.
- 10) Ketegasan dan keberanian, sanggup dan berani dalam mengambil setiap keputusan.
- 11) Humor, membuat atlet merasa rileks untuk mengurangi ketegangan

Irianto (2002: 17-18), menyatakan untuk memperoleh kewibawaan tersebut

seorang pelatih perlu memiliki ciri-ciri sebagai pelatih yang disegani, meliputi:

- 1) Intelegensi, muncul ide-ide untuk membuat variasi latihan.
- 2) Giat atau rajin, konsisten dalam bertugas.
- 3) Tekun, tidak mudah putus asa.
- 4) Sabar, tabah menghadapi heterogenitas atlet dengan berbagai macam permasalahan.
- 5) Semangat, mendorong atlet agar secara pribadi mampu mencapai sasaran latihan.
- 6) Berpengetahuan, mengembangkan metode dan pendekatan dalam proses berlatih melatih.
- 7) Percaya diri, memiliki keyakinan secara proporsional terhadap apa yang dimiliki.
- 8) Emosi stabil, emosi terkendali walau menghadapi berbagai masalah.
- 9) Berani mengambil keputusan, cepat mengambil keputusan dengan resiko minimal berdasarkan kepentingan atlet dan tim secara keseluruhan.
- 10) Rasa humor, ada variasi dalam penyajian materi, disertai humor-humor segar sehingga tidak menimbulkan ketegangan dalam proses berlatih melatih.
- 11) Sebagai model, pelatih menjadi idola yang dicontoh baik oleh atletnya maupun masyarakat secara umum. .

2. Hakikat Keyakinan Diri

Keyakinan diri adalah keyakinan individu dalam menghadapi dan menyelesaikan persoalan dalam situasi yang sedang ditemuinya serta mampu menentukan tindakan dalam menyelesaikan tugas atau masalah tertentu, sehingga mampu mengatasi rintangan dan mencapai tujuan yang diharapkan (Alwisol, 2007:18). Menurut Winda dan Yuli (2014:2-3) Keyakinan diri merupakan keyakinan bahwa seseorang dapat menguasai situasi dalam memberikan hasil positif, pengalaman keberhasilan, pengalaman orang lain, persuasi sosial, fisiologis dan emosional menjadi factor-faktor yang mempengaruhi keyakinan diri.

Keyakinan seorang individu dalam mengatur dan melakukan serangkaian pekerjaan untuk mendapatkan hasil sesuai yang diharapkan disebut dengan keyakinan diri. Keyakinan diri juga berarti bagaimana seorang mengontrol lingkungannya yang dapat membantu untuk menghadapi tantangan dengan cara yang positif (Irfan & Veronika, 2014: 174). Alwisol (2007: 18) berpendapat bahwa keyakinan diri adalah penilaian diri apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau tidak tepat, bisa atau tidak bisa mengerjakan dengan yang dipersyaratkan, karena keyakinan diri menggambarkan penilaian kemampuan diri.

Dalam pendapat lain dapat kita pahami juga bahwa keyakinan diri adalah persepsi diri sendiri mengenai beberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu yang berhubungan dengan keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan dan memuaskan untuk mencapai hasil tertentu, Shhofiah dan Raudatussalamah (2014: 220-221). Greenleaf, Gould, & Dieffenbach (2001: 155), menegaskan bahwa keyakinan diri juga didefinisikan

sebagai penilaian tentang kemampuan seseorang untuk berhasil melaksanakan sebuah tugas. Maka dalam pembinaan olahraga ada istilah yang muncul dan dipakai oleh para pelaku olahraga khususnya para pelatih, yaitu kata efektivitas dan efektif. Efektivitas (kata benda) dan efektif (kata sifat) adalah dua konsep yang berbeda secara mendasar. Keduanya sama-sama diartikan sebagai keahlian untuk membangun prestasi yang diinginkan. Keyakinan diri berhubungan dengan persepsi dari kemampuan pelatih untuk membantu tercapainya prestasi atlet yang dibina.

Ketika membangun, mengembangkan dan membina olahraga ada satu faktor yang tidak bisa dipandang sebelah mata yaitu faktor psikologis. Kesadaran akan peranan aspek psikologis dalam membangun suatu prestasi semakin dirasakan oleh para olahragawan. Menurut pendapat Horn dalam Mylsidayu (2014: 103), menjelaskan *self-confidence* sebagai keyakinan bahwa seorang memiliki sumber daya internal, terutama kemampuan untuk mencapai keberhasilan, maksudnya *self-confidence* berakar pada keyakinan dan harapan. *Self-confidence* adalah rasa percaya pada kemampuan sendiri bahwa mampu mencapai prestasi tertentu dan apabila prestasinya sudah tinggi maka individu tersebut akan lebih percaya diri. Percaya diri akan menjadikan seseorang memiliki rasa aman yang bisa dilihat dari sikap dan perilaku yang terlihat tenang, tidak mudah ragu, tidak mudah gugup, tidak gegabah dalam melakukan tindakan dan tegas.

Efikasi diri, menurut Bandura dalam Shofiah & Raudatussalamah, (2015: 215), adalah keyakinan diri seseorang akan kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan serangkaian tindakan yang diperlukan untuk menghasilkan suatu hal. Efikasi diri merupakan penilaian terhadap kemampuan diri seseorang. Pejares

dalam Miftahun, (2009: 95), menyatakan efikasi diri adalah penilaian terhadap kompetensi diri dalam melakukan suatu tugas khusus dalam konteks yang spesifik.

Menurut Bandura (1997), keyakinan diri dapat ditumbuhkan melalui beberapa factor diantaranya adalah pengalaman menguasai sesuatu. Pengalaman menguasai sesuatu disebut dengan performa masa lalu. Performa yang berhasil akan menaikkan keyakinan diri, dan sebaliknya performa yang mengalami kegagalan akan menjadikan menurunnya keyakinan diri seseorang. Faktor lain adalah persuasi sosial, seorang diarahkan melalui saran, nasehat dan bimbingan sehingga dapat mengakibatkan keyakinan dirinya serta membantu mencapai tujuan yang diinginkan. Akan tetapi faktor ini tidak terlalu berpengaruh besar, dikarenakan hal ini tidak memberikan pengalaman secara langsung. Selain hal diatas factor kondisi fisik dan emosional juga berpengaruh terhadap keyakinan diri seseorang. Apabila seseorang memiliki emosi yang kuat biasanya akan mempengaruhi performa, sedangkan saat seseorang dalam kondisi yang stres, cemas dan dalam kondisi ketakutan yang tinggi justru akan memberikan dampak pada keyakinan diri yang rendah.

Alpian & Suryaman (2016: 66-67), berpendapat bahwa keyakinan diri adalah keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki untuk mengatur diri dan bertahan pada berbagai situasi dan kondisi dalam pembelajaran sehingga mampu meraih kesuksesan dan menyelesaikan setiap tugas yang diberikan sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan. Dengan kata lain keyakinan sebagai kunci dan stimulus utama yang bisa membantu seseorang menemukan solusi atau jalan keluar dari sebuah situasi yang sedang dihadapi. Ketika seorang pelatih memiliki kepercayaan

dan kondisi psikis yang baik, tentunya hal itu akan berdampak kepada para atlet yang dilatihnya. Keyakinan diri dalam olahraga sangat penting bagi pelatih dan juga atlet itu sendiri. Pertama, sebagai pelatih merasa sangat bahagia ketika pelatih mengetahui apa yang dirasakan dan dipikirkan atlet tentang kemampuan, bakat dan karakter yang sedang dikembangkan. Kedua, kemampuan pelatih penting untuk lebih memahami jiwa atlet dan dapat menghasilkan prestasi olahraga yang sangat bagus (Shelangoski, Hambrick, & Gross, 2014: 19).

Jadi menurut beberapa pendapat diatas, keyakinan diri adalah keyakinan individu atau persepsi diri sendiri dalam melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau tidak tepat, bisa atau tidak bisa, mampu atau tidak mampu dengan apa yang dipesyaratkan, karena keyakinan diri menggambarkan penilaian kemampuan individu.

a. Faktor Keyakinan Diri Pelatih

Melatih adalah sebuah profesi, hal ini disebutkan oleh Shelton (2001: 229) pembinaan adalah profesi, oleh karena itu pelatih diharapkan menerima persiapan dan sertifikasi. Beberapa langkah untuk memprofesionalkan pembinaan telah dilakukan bentuk yang berbeda tergantung pada konteks nasional. Pada waktu yang berbeda berbagai perhatian direspon, termasuk peningkatan kinerja nasional tim, menghilangkan perilaku pelatih yang kasar dan melecehkan, dan meningkatkan pengalaman olahraga bagi para atlet.

Philips (2007: 25) mengemukakan tentang bagian-bagian yang terkandung dalam kompetensi pelatih adalah kompetensi khusus yang diukur oleh skala khusus

kompetensi meliputi: kompetensi pembentukan karakter, kompetensi strategi permainan, kompetensi motivasi dan kompetensi teknik.

Kemampuan pelatih dalam kompetensi pengembangan karakter adalah pelatih harus memiliki ilmu pengetahuan antara lain tentang: kepemimpinan, sifat kejujuran dalam berolahraga, dan kepercayaan diri. Oleh karena itu dibutuhkan kompetensi pelatih dalam pengembangan karakter untuk menunjang penampilan seorang. Kemampuan pelatih dalam kompetensi strategi pertandingan adalah pelatih harus memiliki ilmu pengetahuan tentang strategi permainan olahraga yang ditekuninya. Pelatih harus menguasai peraturan pertandingan. Hal ini harus dijadikan semangat baik dalam latihan maupun pertandingan, untuk membuat rasa fair play dalam bersaing diantara seluruh atlet. Kemampuan pelatih dalam kompetensi motivasi adalah pelatih harus bisa memotivasi atletnya. Kompetensi motivasi adalah kemampuan untuk mendukung, mendorong dan memotivasi atlet dengan tujuan bisa memberikan hasil yang terbaik. Kemampuan pelatih dalam kompetensi teknik. Salah satu sifat kompeten yang paling banyak terdaftar pelatih memiliki keterampilan teknik dan pengetahuan (Philips, 2007).

1) Motivasi

Motivasi dapat dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia didefinisikan sebagai dorongan yang timbul pada diri seseorang secara sadar atau tidak sadar untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu. Tidak jauh dari itu Firdaus (2012: 81), menyatakan motivasi sebagai penggerak atau pendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Motivasi memiliki arah dan intensitas, arah merujuk pada apakah seseorang mencari, mendekati atau tertarik pada situasi tertentu, sedangkan

intensitas merujuk pada kesungguhan usaha yang dilakukan seseorang dalam situasi tertentu. Krech, Murray, Atkinson, Fernald, Miller, Singer, Barelson & Steiner, Good & Brophy dalam Komarudin (2014:24), mengemukakan bahwa motivasi adalah proses aktualisasi generator penggerak internal didalam diri individu untuk menimbulkan aktivitas, menjamin kelangsungannya dan menentukan arah atau haluan aktivitas terhadap pencapaian tujuan yang telah ditetapkan.

Berdasarkan pengertian di atas dapat didefinisikan motivasi adalah dorongan yang berasal dari dalam individu untuk melakukan aktivitas yang nantinya menentukan arah dan tujuan yang telah ditargetkan. Selain motivasi dari diri atlet sendiri, motivasi dari pelatih juga sangat penting dalam menentukan kesuksesan suatu ekstrakurikuler olahraga.

2) Strategi Permainan

Strategi seorang pelatih sangat penting ketika menentukan keberhasilan tim atau atlet dalam meraih kemenangan. Suharno dalam Irianto (2002: 90) strategi adalah suatu siasat atau akal yang digunakan sebelum bertanding untuk mencari kemenangan secara positif. Eka Sapri Alvianto (2013) mengatakan strategi adalah siasat atau pola pikir yang digunakan sesaat sebelum pertandingan dimulai untuk mencari kemenangan secara positif.

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa strategi permainan adalah arahan yang akan dilakukan sebelum bertanding yang diberikan oleh pelatih dan merupakan salah satu kunci keberhasilan dalam bertanding.

3) Teknik

Dalam cabang olahraga hal yang sangat penting ialah teknik. Teknik sendiri memiliki manfaat yang banyak jika atlet mampu menguasai dengan benar teknik yang dipejalajari. Teknik yang benar didapat dari seorang pelatih yang memiliki pengetahuan dan arahan yang jelas dan tepat. Sulistiyono dalam sudjarwo (1993: 42) menyatakan, keuntungan penguasaan teknik yaitu terjadinya efisiensi dan efektifitas gerakan untuk mencapai prestasi maksimal. Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa penguasaan teknik memberikan pengaruh yang cukup besar dalam meraih prestasi bagi para atlet.

4) Pengembangan Karakter

Olahraga merupakan kegiatan yang sangat positif karena selain memberi kesehatan, disini olahraga berperan sebagai pembentuk karakter bagi para atlet. Shield dan Bredemier (1995) mengatakan lingkungan olahraga melambangkan nilai kebudayaan dan sarana tempat remaja mencari pengalaman dan belajar tentang banyak nilai yang diikuti masyarakat. Dalam olahraga pelatih merupakan salah satu faktor pembentuk karakter yang baik, karena atlet akan memiliki karakternya saat mengikuti proses latihan eskul olahraga.

Dari paparan mengenai kompetensi pelatih yang telah dijelaskan dapat diambil kesimpulan bahwa pelatih dengan komposisi yang baik dengan ilmu kepelatihan yang sinkron serta dapat dipercaya akan sangat membantu dalam menyajikan pembinaan yang berlangsung secara efektif dan bisa dipertanggung jawabkan. Karena pembinaan prestasi atlet sangat membutuhkan pelatih yang memiliki kompetensi yang bagus, dengan kriteria memiliki pengetahuan ilmu dibidangnya, motivasi, intens, peka terhadap kondisi sekitar, dan sukses dalam

menyelesaikan masalah. Tetapi jika pelatih memiliki pengetahuan teknis yang kurang baik, kurang pengalaman, tidak mampu untuk merencanakan program latihan yang efektif, tidak memiliki motivasi atau tidak bisa mengelola waktu dengan baik, maka akan berdampak kurang baik terhadap perkembangan ekstrakurikuler olahraga yang dikelolanya.

3. Hakikat Ekstrakurikuler

Ekstrakurikuler atau biasa disebut eskul merupakan kegiatan diluar jam pelajaran sekolah, yang bertujuan untuk mengembangkan minat dan bakat siswa, juga berguna untuk memperluas pengetahuan. Di jelaskan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2007: 291) ekstrakurikuler yaitu kegiatan yang berada di luar program yang tertulis didalam kurikulum seoerti latihan kepemimpinan dan pembinaan siswa. Permendikbud No. 62 tahun 2014 tentang kegiatan ekstrakurikuler pada pendidikan dasar dan pendidikan menengah menjelaskan bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan kulikuler yang dilakukan oleh peserta didik di luar jam belajar kegiatan intrakulikuler dan kegiatan kokorikuler, dibawah bimbingan dan pengawasan satuan pendidikan bertujuan untuk mengembangkan potensi, bakat, minat, kemampuan, kepribadian, kerjasama, dan kemandirian peserta didik secara optimal untuk mendukung pencapaian tujuan pendidikan. Selain itu kegiatan ekstrakurikuler diartikan sebagai kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran dan pelayanan konseling untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik dan atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah atau madrasah.

Menurut Depdikbud dalam Wibowo & Andriyani (2015: 2) bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga adalah kegiatan olahraga yang dilakukan di luar jam pelajaran tatap muka, dilaksanakan untuk lebih memperluas wawasan atau kemampuan peningkatan dan penerapan nilai pengetahuan dan keterampilan atau kemampuan olahraga. Depdiknas (2004: 1) dijelaskan bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan program sekolah, berupa kegiatan siswa yang bertujuan untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, optimasi pelajaran terkait, menyalurkan bakat dan minat, kemampuan keterampilan serta untuk lebih memantapkan kepribadian siswa. Tujuan ini mengandung makna bahwa kegiatan ekstrakurikuler berkaitan erat dengan proses belajar mengajar. Kemudian dijelaskan lagi bahwa ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan di luar jam pelajaran yang tercantum dalam susunan program sesuai dengan keadaan dan kebutuhan sekolah, berupa kegiatan pengayaan, dan perbaikan yang berkaitan dengan program kulikuler (Depdiknas, 2004: 4).

Hermawan (2013: 4) menjelaskan bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilaksanakan di luar jam pelajaran. Kegiatan ini bertujuan untuk membentuk manusia yang seutuhnya sesuai dengan pendidikan nasional, karena ekstrakurikuler secara tidak langsung akan memperluas pengetahuan peserta didik. Peserta didik membutuhkan keterlibatan langsung dalam cara, kondisi dan peristiwa pendidikan diluar jam tatap muka di kelas. Pengalaman ini akan membantu proses pendidikan nilai-nilai sosial melalui kegiatan yang sering disebut ekstrakurikuler (Mulyana, 2011: 214).

Ekstrakurikuler adalah program kurikuler yang alokasinya tidak dicantumkan dalam kurikulum. Kegiatan ekstrakurikuler menjembatani kebutuhan perkembangan peserta didik yang berbeda, seperti perbedaan makna akan nilai moral dan sikap, kemampuan dan kreativitas. Melalui partisipasi peserta didik dalam kegiatan ekstrakurikuler peserta didik dapat belajar dan mengembangkan kemampuan berkomunikasi, bekerja sama dengan orang lain, serta menemukan dan mengembangkan potensi dalam diri setiap individu. Kegiatan ekstrakurikuler juga memberikan manfaat sosial yang besar (Depdikbud, 2013: 10).

Usman (1993: 22) menyatakan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah dengan maksud untuk lebih memperaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimilikinya dari berbagai bidang studi. Hastuti (2008: 63), menyatakan bahwa ekstrakurikuler adalah suatu kegiatan yang diselenggarakan untuk memenuhi tuntutan penguasaan bahan kajian dan pelajaran dengan lokasi waktu yang diatur secara tersendiri berdasarkan pada kebutuhan. Kegiatan ekstrakurikuler dapat berupa kegiatan pengayaan dan kegiatan perbaikan yang berkaitan dengan program kurikuler atau kunjungan studi ke tempat-tempat tertentu.

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan salah satu kegiatan yang dilaksanakan dalam rangka pembinaan siswa. Aturan dan dasar hukum mengenai kegiatan ekstrakurikuler olahraga mengacu pada Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 39 Tahun 2008 tentang pembinaan kesiswaan. Dalam pasal 1 undang-undang tersebut disebutkan bahwa tujuan pembinaan

kesiswaan, dalam hal ini terkait kegiatan ekstrakurikuler olahraga yaitu (Wibowo & Andriyani, 2015: 3): (1) Mengembangkan potensi siswa secara optimal dan terpadu yang meliputi bakat, minat, dan kreativitas; (2) Memantapkan kepribadian siswa untuk mewujudkan ketahanan sekolah sebagai lingkungan Pendidikan sehingga terhindar dari usaha dan pengaruh negatif dan bertentangan dengan tujuan pendidikan; (3) Mengaktualisasikan potensi siswa dalam pencapaian prestasi unggulan sesuai bakat dan minat; dan (4) Menyiapkan siswa agar menjadi warga masyarakat yang berakhlak mulia, demokratis, menghormati hak-hak manusia dalam rangka mewujudkan masyarakat madani.

Penjelasan dari para ahli diatas dapat diambil kesimpulan bahwa ekstrakurikuler adalah tempat belajarnya peserta didik di luar jam belajar sekolah dengan minat dan bakat yang dimiliki masing-masing. Selain itu, juga alat untuk menambah nilai dalam rapor dan nilai yang akan menjadi bakat dan kehidupan di masyarakat nanti. Selain itu ekstrakurikuler dapat dijadikan tempat bersosialisasi dan interaksi secara langsung dan rutin karena ada beberapa ekstrakurikuler yang terprogram.

Dalam mengadakan kegiatan ekstrakurikuler agar pelaksanaan kegiatan berhasil dengan baik dalam mendukung kegiatan ekstrakurikuler maupun dalam upaya menumbuhkan dan mengembangkan nilai-nilai kepribadian, maka perlu adanya informasi yang jelas mengenai prinsip-prinsip kegiatan ekstrakurikuler dan dengan berpedoman pada tujuan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah. Dalam (Panduan KTSP lengkap, 2007: 213) dapat ditetapkan prinsip-prinsip program ekstrakurikuler sebagai berikut:

- 1) Individual: yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang sesuai dengan potensi, bakat, dan minat peserta didik masing-masing.
- 2) Pilihan: yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang sesuai dengan keinginan dan diikuti secara suka rela oleh peserta didik.
- 3) Keterlibatan aktif: yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang menuntut keikutsertaan secara penuh.
- 4) Menyenangkan: yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler dalam suasana yang disukai dan menggembarakan peserta didik.
- 5) Etos kerja: yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang membangun semangat peserta didik untuk bekerja dengan baik dan berhasil.
- 6) Kemanfaatan sosial: yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan untuk kepentingan masyarakat.

Setiap sekolah memiliki tujuan dan target dari kegiatan ekstrakurikuler yang berbeda antara sekolah satu dengan. Sekolah dasar biasanya hanya memiliki ekstrakurikuler di bidang olahraga saja, dan disisi lain ada sekolah yang berusaha agar semua bidang kegiatan ekstrakurikuler bisa berprestasi. Dalam Permendikbud Nomor 81A (2013: 16) kegiatan pada satuan pendidikan memiliki fungsi pengembangan, sosial, rekreatif, dan persiapan karir.

- (1) Fungsi pengembangan, yakni bahwa kegiatan ekstrakurikuler berfungsi untuk mendukung perkembangan personal peserta didik melalui perluasan minat, pengembangan potensi, dan pemberian kesempatan untuk pembentukan karakter dan pelatihan kepemimpinan.

- (2) Fungsi sosial, yakni bahwa kegiatan ekstrakurikuler berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan rasa tanggung jawab sosial peserta didik. Kompetensi sosial dikembangkan dengan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk memperluas pengalaman sosial, praktek keterampilan sosial, dan internalisasi nilai norma dan nilai sosial.
- (3) Fungsi rekreatif, yaitu bahwa kegiatan ekstrakurikuler dilakukan dalam suasana rilek, menggemmbirakan dan menyenangkan sehingga menunjang proses perkembangan peserta didik. Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat menjadikan kehidupan atau atmosfer sekolah lebih menantang dan lebih menarik bagi peserta didik.
- (4) Fungsi persiapan karir, yakni bahwa kegiatan ekstrakurikuler berfungsi untuk mengembangkan kesiapan karir peserta didik melalui perkembangan kapasitas.

Dalam permendikbud Nomor 81A tahun 2013 (2013: 26-27), menyatakan bahwa pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler pada satuan pendidikan antara lain:

- 1) Kegiatan ekstrakurikuler, harus dapat meningkatkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotorik peserta didik.
- 2) Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat mengembangkan bakat dan minat peserta didik dalam upaya pembinaan pribadi menuju pembinaan manusia seutuhnya.

Dalam penjelasan lain tujuan dalam ekstrakurikuler dijelaskan oleh Roni Nasrudin (2010: 12) berikut ini. Kegiatan ekstrakurikuler memiliki tujuan sebagaimana dijelaskan sebagai berikut ini: 1) Siswa dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan keterampilan mengenai hubungan antara berbagai mata pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi upaya pembinaan

manusia seutuhnya yang: a) Beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, b) Berbudi pekerti luhur, c) Memiliki pengetahuan dan keterampilan, d) Sehat rohani dan jasmani, e) Berkepribadian yang mantab dan mandiri. 2) Siswa mampu memanfaatkan pendidikan kepribadian serta mengaitkan pengetahuan yang diperolehnya dalam program kurikulum dengan kebutuhan dan keadaan lingkungan.

Berdasarkan pendaat di atas, dapat disimpulkan bahwa tujuan kegiatan ekstrakurikuler yang ingin dicapai adalah untuk kepentingan peserta didik. Peserta didik bisa mengeskpresikan dan menyalurkan bakat dan minat yang ada dalam dirinya baik bersifat akademik maupun non akademik. Kegiatan ekstrakurikuler ini juga menjadikan peserta didik menjadi manusia yang tetap memiliki ketaqwaan kepada Tuhan yang Maha Esa, sehingga hungan spiritual tetap ditanamnkan. Untuk mewujudkan tujuan tersebut, seorang pelatih ekstrakurikuler harus mempunyai keyakinan diri yang tinggi supaya dapat mengembangkan potensi dan bakat dari olahragawan serta mampu menumbuhkan bibit-bibit yang unggul dari sekolah untuk kedepanya menjadi olahragwan yang berprestasi.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan adalah penelitian terdahulu yang hampir sama dengan penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang relevan digunakan untuk menndukung dan memperkuat teori yang sudah ada, penelitian yang relevan dengan penelitian yang ini sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan Dian Genika Prasna (2014) yang berjudul “Tingkat Keyakinan Diri Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Dalam Melaksanakan Kurikulum 2013 se-Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman”. Penelitian ini

bertujuan untuk mengetahui mengetahui keyakinan diri guru Penjas Sekolah Dasar dalam melaksanakan kurikulum 2013 se-Kecamatan Kalasan. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah observasi dan wawancara dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket. Populasi penelitian ini adalah guru Penjas yang sudah memakai kurikulum 2013 berjumlah 25 guru. Berdasarkan analisis menunjukan bahwa tingkat keyakinan diri guru Penjas Sekolah Dasar se-Kecamatan Kalasan dalam melaksanakan kurikulum 2013 berada pada kategori “sangat yakin” sebanyak 11 guru (44,0%); pada kategori “kurang yakin” sebanyak 9 guru (36,0%); tidak ada yang berada pada kategori “tidak yakin” dan “sangat yakin” sebanyak (0,00%). Jadi dapat disimpulkan bahwa sebagian besar tingkat keyakinan guru penjas Sekolah Dasar Negeri dalam melaksanakan kurikulum 2013 se-Kecamatan Kalasan berada pada kategori “yakin” sebesar 44,0%

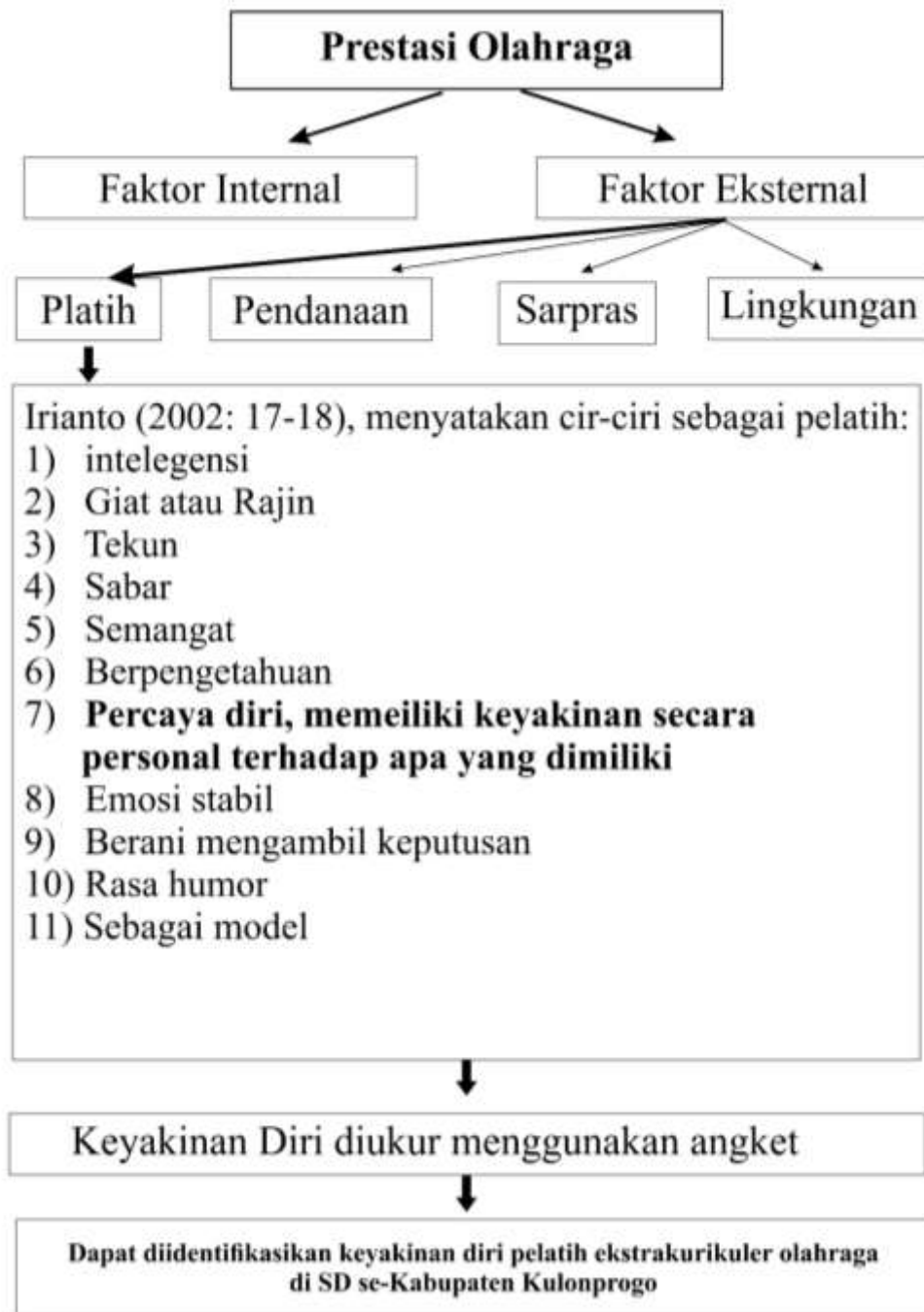
2. Penelitian yang dilakukan oleh Qhorik Himawab (2019) yang berjudul “Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keyakinan diri pelatih dalam mengelola ekstrakurikuler olahraga SMP se-kabupaten Bantul. Jenis penelitian penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah metode survei. Populasi dalam penelitian ini adalah pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul yang berjumlah 49 pelatih. Berdasarkan analisis menunjukan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul pada kategori “sangat tinggi” (2%); kategori “tinggi”

(35%); kategori “cukup (29%); kategori “rendah” (24%); dan kategori “sangat rendah” (10%).

C. Kerangka Berfikir

Peran peserta didik sebagai generasi penerus bangsa tentu sangat nyata bagi keberlangsungan suatu negara. Dalam bidang pendidikan salah satu cara kegiatan untuk memiliki penerus generasi yang unggul salah satunya dengan mengadakan kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Sekolah biasanya mengadakan berbagai kegiatan ekstrakurikuler yang biasanya dilakukan setiap pekan dan berada di bawah koordinasi bidang kesiswaan. Akan tetapi masih banyak sekolah yang belum bisa memanfaatkan kegiatan ekstrakurikuler ini untuk meraih prestasi olahraga. Sekolah biasanya hanya mengadakan kegiatan ekstrakurikuler sebagai kegiatan rutin yang harus ada untuk melengkapi laporan kinerja bidang kesiswaan. Selain itu tidak sedikit kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang “mati suri” akibat ditinggalkan oleh peminatnya maupun karena tidak termanajemen oleh guru atau pelatih cabang olahraga yang kompeten.

Keberhasilan kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan sesuatu yang tidak berdiri sendiri tapi saling terkait antara komponen dengan komponen lainnya. Agar pelaksanaan ekstrakurikuler di sekolah berjalan dengan baik hingga sampai tahap maksimal, perlu adanya pelatih ekstrakurikuler yang memiliki kualitas tentunya dalam hal ini perlu adanya keyakinan diri yang baik dan bagus dari pelatih. Berdasarkan hal tersebut, bahwa faktor keyakinan diri pelatih penting untuk keberhasilan ekstrakurikuler di sekolah. Bagan kerangka berpikir digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2. Bagan Kerangka Berpikir

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Sugiyono (2016: 147), menyatakan penelitian deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey dan teknik pengumpulan data menggunakan angket.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian yaitu di Sekolah Dasar se-Kabupaten Kulonprogo, Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian ini dilaksanakan secara online pada bulan Juli-Agustus 2020.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

Sugiyono (2016: 64), menyatakan bahwa populasi merupakan generalisasi yang terdiri dari objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam penjelasan lain, populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 2016: 130). Populasi dalam penelitian ini pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo. Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 2016: 76). Sugiyono (2016: 35) menyatakan bahwa sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan sistem *purposive*

sampling. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan. Menurut Sugiyono (2013:122), menjelaskan bahwa tujuan menggunakan *purposive sampling* ialah untuk mendapatkan sampel representatif sesuai dengan kriteria yang ditentukan peneliti. Kriteria dalam penelitian ini yaitu (1) SD di Kabupaten Kulonprogo, (2) memiliki ekstrakurikuler olahraga, (3) memiliki pelatih ekstrakurikuler olahraga sekolah atau guru yang melatih ekstrakurikuler olahraga, (4) pelatih bersedia menjadi sampel. Sampel pada penelitian ini berjumlah 20% persen dari jumlah reponden yang ditargetkan dari guru olahraga atau pelatih ekstrakurikuler sekolah-sekolah di Kabupaten Kulonprogo.

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat keyakinan diri guru olahraga atau pelatih ekstrakurikuler di Sekolah Dasar se-Kabupaten Kulonprogo. Definisi operasionalnya adalah keyakinan diri pelatih dalam melaksanakan program latihan berdasar karakteristik pribadi yang didalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggungjawab, dan sesuai dengan keadaan dilapangan yang diukur menggunakan angket.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Sugiyono (2016: 102), menyatakan bahwa instrumen penelitian adalah alat ukur dalam penelitian, jadi instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam atau sosial yang diamati peneliti. Instrumen atau alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket tertutup. Arikunto (2016:

168), menjelaskan bahwa angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda *check list* (✓) pada tempat atau kolom yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat.

Model pengukuran untuk *Coaching Competence Skale* (CCS) mengemukakan bahwa empat variable laten yang terdiri dari 12 item. Terminology kompetensi dan keakuratan umumnya tidak disertakan bersamaan dengan dimensi kompetensi pembinaan. Motivasi didefinisikan sebagai evaluasi atlet terhadap kemampuan pelatih yang mempengaruhi suasana hati psikologis dan keterampilan atlet. Strategi permainan didefinisikan sebagai evaluasi atlet tentang kemampuan pelatih selama memimpin kompetensi. Teknik didefinisikan sebagai evaluasi atlet terhadap kemampuan instruksional dan diagnostik pelatih kepalanya. Pengembangan karakter didefinisikan sebagai evaluasi atlet terhadap kemampuan pelatih untuk mempengaruhi perkembangan pribadi dan sikap positif terhadap olahraga bagi atlet itu sendiri. Kisi-kisi instrumen disajikan pada table 2 sebagai berikut:

Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen Keyakinan Pelatih

Variabel	Faktor	Butir	
		Positif	Negatif
Keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo	Motivasi	1, 2	3
	Strategi permainan	5	4, 6
	Teknik	7, 8	9
	Perkembangan karakter	10	11, 12
Jumlah		12	

2. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan sebuah proses pengadaan data untuk keperluan penelitian. Menurut Subagiyono (2016: 224), teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian. Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut:

- a. Peneliti mencari data pelatih ekstrakurikuler olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo.
- b. Peneliti menentukan jumlah SD se-Kabupaten Kulonprogo yang menjadi subjek penelitian.
- c. Peneliti menyebarkan instrumen tes kepada responden.
- d. Selanjutnya peneliti mengumpulkan hasil dan melakukan transkrip atas hasil pengisian tes.
- e. Setelah memperoleh data penelitian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Sebelum digunakan pengambilan data sebenarnya, bentuk akhir dari tes yang telah disusun perlu diujicobakan guna memenuhi alat sebagai pengumpul data. Menurut pendapat Arikunto (2016: 87), bahwa tujuan diadakanya uji coba antara lain untuk mengetahui tingkat pemahaman responden akan instrumen, mencari pengalaman dan mengetahui reliabilitas. Pengujian validitas empiris dilakukan dengan cara instrumen diuji cobakan pada pelatih dan guru ekstrakurikuler olahraga di beberapa SD se-Kabupaten Kulonprogo dan Kabupaten Gunung Kidul, yang

berjumlah 30 orang pelatih. Untuk mengetahui apakah instrumen baik atau tidak, dilakukan langkah-langkah sebagai berikut.

a. Uji Validitas

Arikunto (2016: 91), menyatakan, validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila dapat mengukur apa yang diinginkan dan dapat mengungkapkan data dari variabel yang diteliti secara tepat. Rumus koreksi yang dapat digunakan adalah yang dikemukakan oleh Pearson, yang dikenal dengan rumus korelasi *Product Moments* sebagai berikut (Arikunto, 2006: 98). Perhitungan menggunakan SPSS 25. Nilai r_{xy} yang diperoleh akan dikonsultasikan dengan harga *product moment* pada taraf signifikansi 0.05. Bila $r_{xy} > r_{tab}$ maka item tersebut dinyatakan valid. Adapun hasil validasi instrumen dapat dilihat pada table 3 sebagai berikut.

Tabel 2. Hasil Uji Validasi Instrumen

Butir Soal	r hitung	r tabel (df 40;5%)	Keterangan
1	0.862*	0.707	Valid
2	0.803	0.707	Valid
3	0.770	0.707	Valid
4	0.869*	0.707	Valid
5	0.815*	0.707	Valid
6	0.790	0.707	Valid
7	0.728	0.707	Valid
8	0.720	0.707	Valid
9	0.862*	0.707	Valid
10	0.748	0.707	Valid
11	0.724	0.707	Valid
12	0.728	0.707	Valid

Dari uji validasi instrumen yang disajikan pada tabel 3, diketahui butir seluruh butir valid sehingga seluruh butir digunakan untuk uji reliabilitas pada nilai validitas

terendah pada penelitian ini sebesar 0,720 dan nilai butir paling tinggi sebesar 0,869*.

a. Uji Reliabilitas

Reliabilitas instrumen mengacu pada satu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2016: 174). Analisis keterandalan butir hanya dilakukan pada butir yang dinyatakan sah saja dan bukan semua butir yang belum diuji. Untuk memperoleh reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Hasil perhitungan menggunakan bantuan program SPSS 25. Uji reliabilitas pernyataan item-item yang memiliki nilai *Cronbach Alpha* > 0,600 dikatakan reliable dan dianggap baik untuk digunakan sebagai input ke dalam proses penganalisaan data guna menguji hipotesis penelitian. Berdasar hasil analisis, hasil uji reliabilitas instrumen pada tabel 4 sebagai berikut.

Tabel 3. . Hasil Uji Reliabilitas

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0.973	12

Dari hasil analisis data menggunakan uji reliabilitas *Cronbach Alpha* menggunakan jasa bantuan *program SPSS 26.00* diketahui nilai *Cronbach Alpha* sebesar 0,973 lebih besar dari 0,600 maka dengan hasil tersebut dikatakan reliabel.

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif presentase. Dengan rumus sebagai berikut (Sudijono, 2009: 40):

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

Pengkategorian menggunakan *mean* dan *standar deviasi*. Menurut Arikunto, (2016: 253), untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan penilaian acuan sebagai berikut:

Tabel 4. Norma Penilaian

No.	Rentangan	Kategori
1	$X > M + 1,5 \text{ SD}$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$	Tinggi
3	$M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$	Sedang
4	$M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$	Rendah
5	$X \leq M - 1,5 \text{ SD}$	Sangat Rendah

(Arikunto, 2016: 253)

Keterangan:

M : nilai rata-rata (*mean*)

X : skor

SD : *standar deviasi*

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil dari penelitian data keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo diambil menggunakan angket online yang telah diisi oleh pelatih dijabarkan sebagai berikut:

1. Deskripsi Statistik Karakteristik Respondent

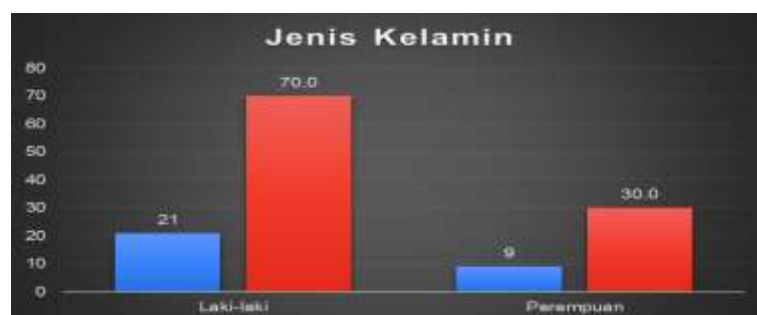
a. Jenis Kelamin

Dalam mengetahui karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan jenis kelamin disajikan pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
1	Laki-laki	21	70.0%
2	Perempuan	9	30.0%
Jumlah=		30	100.0%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 5 di atas, karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan jenis kelamin dapat disajikan pada gambar Diagram Batang berikut:



Gambar 3. Diagram Batang karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo

Berdasarkan tabel 5 dan gambar 1 di atas menunjukkan bahwa karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan jenis kelamin yaitu laki-laki sebesar 70% (21 oarang), dan perempuan sebesar 30% (9 orang).

b. Usia

Untuk mengetahui karakteristik pelatih karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan usia disajikan pada tabel 6 sebagai berikut:

Tabel 6. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo Berdasarkan Usia

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
1	< 30 tahun	3	10.0%
2	31-40 tahun	4	13.0%
3	41-50 tahun	5	17.0%
4	51-60 tahun	18	60.0%
Jumlah		30	100.0%

Berdasar norma penilaian pada tabel 6 di atas, karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan usia dapat disajikan pada gambar Diagram Batang berikut:



Gambar 4. Diagram Batang karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo Berdasarkan Usia

Berdasarkan tabel 6 dan gambar 2 di atas menunjukkan bahwa karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan usia yaitu, < 30 tahun sebesar 10.0% (10 orang), 31-40 tahun sebesar 13.0% (4 orang), 41-50 tahun 17.0% (5 orang), dan 51-60 tahun sebesar 60.0% (18 orang).

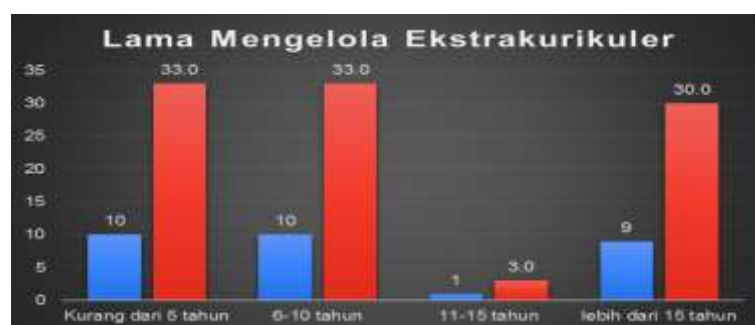
c. Lama mengelola ekstrakurikuler

Untuk mengetahui karakteristik pelatih karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan lama mengelola ekstrakurikuler disajikan pada tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 7. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo Berdasarkan Lama Mengelola Ekstrakurikuler

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
1	< 5 tahun	10	33.0%
2	6-10 tahun	10	33.0%
3	11-15 tahun	1	3.0%
4	> 15 tahun	9	30.0%
Jumlah		30	100.0%

Berdasar norma penilaian pada tabel 7 tersebut di atas, karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan lama mengelola ekstrakurikuler dapat disajikan pada gambar Diagram Batang berikut:



Gambar 5. Diagram Batang karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo Berdasarkan Lama Mengelola Ekstrakurikuler.

Berdasarkan tabel 8 dan gambar 3 di atas menunjukkan bahwa karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan lama mengelola ekstrakurikuler yaitu, < 5 tahun sebesar 33.0% (10 orang), 6-10 tahun sebesar 33.0% (10 orang), 11-15 tahun 3.0% (1 orang), dan > 15 tahun sebesar 30.0% (9 orang).

d. Mengikuti Pelatihan

Untuk mengetahui karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan mengikuti pelatihan disajikan pada tabel 8 sebagai berikut:

Tabel 8. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo Berdasarkan Mengikuti Pelatihan

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
1	Ya	24	80.0%
2	Tidak	6	20.0%
Jumlah		30	100.0%

Berdasar norma penilaian pada tabel 8 tersebut di atas, karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan mengikuti pelatihan dapat disajikan pada gambar Diagram Batang berikut:



Gambar 6. . Diagram Batang karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo Berdasarkan Mengikuti Pelatihan

Berdasarkan keterangan tabel 8 dan gambar 4 di atas, menunjukkan bahwa karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo

berdasarkan faktor mengikuti pelatihan yaitu “ya” sebesar 80.0% (24 orang), dan “tidak” sebesar 20.0 % (6 orang).

e. Frekuensi Mengikuti Pelatihan

Untuk mengetahui karakteristik pelatih karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan frekuensi mengikuti pelatihan disajikan pada tabel 9 sebagai berikut:

Tabel 9. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo Berdasarkan Frekuensi Mengikuti Pelatihan

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
1	1-3 kali	23	77.0%
2	5-7 kali	5	17.0%
3	8-10 kali	0	0.0%
4	.> 10 kali	2	6.0%
Jumlah		30	100.0%

Berdasar norma penilaian pada tabel 9 tersebut di atas, karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan frekuensi mengikuti pelatihan dapat disajikan pada gambar Diagram Batang berikut:



Gambar 7. Diagram Batang karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo Berdasarkan Frekuensi Mengikuti Pelatihan

Berdasarkan tabel 9 dan gambar 3 di atas menunjukkan bahwa karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan frekuensi mengikuti pelatihan yaitu, 1-3 kali sebesar 77.0% (23 orang), 5-7 kali

sebesar 17.0% (5 orang), 8-10 kali 0.0% (0 orang), dan > 10 kali sebesar 6.0% (2 orang).

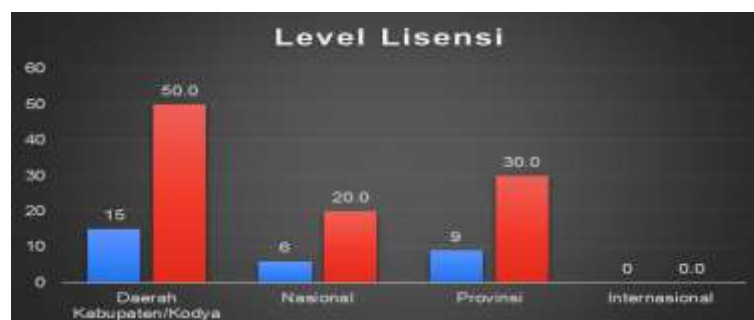
f. Level Lisensi Kepelatihan

Untuk mengetahui karakteristik pelatih karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan level lisensi kepelatihan disajikan pada tabel 10 sebagai berikut:

Tabel 10. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo Berdasarkan Level Lisensi Kepelatihan

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
1	Daerah Kabupaten/Kodya	15	50.0%
2	Provinsi	9	30.0%
3	Nasional	6	20.0%
4	Internasional	0	0.0%
Jumlah		30	100.0%

Berdasar norma penilaian pada tabel 10 di atas, karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan level lisensi kepelatihan dapat disajikan pada gambar Diagram Batang berikut:



Gambar 8. Diagram Batang karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo Berdasarkan Lisensi Kepelatihan

Berdasarkan tabel 10 dan gambar 6 di atas menunjukkan bahwa karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan level lisensi kepelatihan yaitu Daerah Kabupaten/ Kodya sebesar 50.0% (15 orang),

Provinsi sebesar 30.0% (9 orang), Nasional sebesar 20.0% (6 orang), dan Internasional sebesar 0.0% (0 orang).

2. Deskripsi Hasil keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo didapat skor terendah (*minimum*) 42,00, skor tertinggi (*maximum*) 60,00, rerata (*mean*) 48,40, nilai tengah (*median*) 47, nilai yang sering muncul (*mode*) 46,00, *standar deviasi* (SD) 4,59. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 12 sebagai berikut:

Tabel 11. Deskriptif Statistik Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahrag di SD se-Kabupaten Kulonprogo

Statsitik	
N	30
Mean	48.40
Median	47.00
Mode	46.00
Std., Deviation	4.59
Minimum	42.00
Maximum	60.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler Olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo disajikan pada tabel 11 sebagai berikut:

Tabel 12. Distribusi Frekuensi Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahrag di SD se-Kabupaten Kulonprogo

No.	Rentangan	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	$X > 55.28$	Sangat Tinggi	3	10%
2	$50.69 < X \leq 55.28$	Tinggi	4	13%
3	$46.10 < X \leq 50.69$	Cukup	15	50%
4	$41.51 < X \leq 46.10$	Rendah	8	27%
5	$X \leq 41.51$	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah			30	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 13 di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo dapat disajikan pada gambar 7 sebagai berikut:



Gambar 9. Diagram Batang Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Kulonpro

Berdasarkan tabel 13 dan gambar 7 menunjukkan keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo pada kategori “sangat tinggi” 10% (3 orang), “tinggi” 13% (4 orang), “cukup” 50% (15 orang), “rendah” 27% (8 orang), dan “sangat rendah” 0%. Berdasarkan nilai rata-rata yaitu 48.40 keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan faktor kondisi psikologi dalam kategori “cukup”.

3. Deskripsi Statistik Hasil Penelitian Berdasarkan Faktor-faktor

a. Faktor Motivasi

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasar faktor motivasi didapat skor terendah (*minimum*) 9,00 skor tertinggi (*maksimum*) 15,00, rerata (*mean*) 12,60, nilai tengah (*median*) 13,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 12,00, *standar deviasi* (SD) 1,52, hasil selengkapnya sesuai tabel sebagai berikut.

Tabel 13. Deskriptif Statistik Faktor Motivasi

Statsitik	
<i>N</i>	30
<i>Mean</i>	12.60
<i>Median</i>	13.00
<i>Mode</i>	12.00
<i>Std., Deviation</i>	1.52
<i>Minimum</i>	9.00
<i>Maximum</i>	15.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan faktor motivasi disajikan pada tabel 14 sebagai berikut:

Tabel 14. Norma Penilaian Berdasar Faktor Motivasi

No.	Rentangan	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	$X > 14,88$	Sangat Tinggi	3	10%
2	$13,36 < X \leq 14,88$	Tinggi	6	20%
3	$11,83 < X \leq 13,36$	Cukup	15	50%
4	$10,31 < X \leq 11,83$	Rendah	3	10%
5	$X \leq 10,31$	Sangat Rendah	3	10%
Jumlah			30	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 14 di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo jika disajikan dalam Diagram Batang sebagai berikut:



Gambar 10. Diagram Batang Faktor Motivasi

Berdasar tabel 14 yang telah ditunjukkan diatas bahwa keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasar faktor motivasi berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 10%% (3 orang), kategori “rendah”

sebesar 10% (3 orang), kategori “cukup” sebesar 50% (15orang), , kategori “tinggi” sebesar 20% (6 orang), kategori “sangat tinggi” sebesar 10% (3 orang).

1) Butir 1

Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 1 disajikan pada tabel 15 sebagai berikut:

Tabel 15. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 1

Petanyaan	Kategori	Frekuensi	Presentase
Jika saya membuat rencana pengelolaan progam Eskul olahraga, saya yakin berhasil melaksanakan program tersebut.	Sangat Tinggi	13	44%
	Tinggi	16	53%
	Cukup	1	3%
	Rendah	0	0%
	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 16 di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 1 disajikan pada gambar 9 sebagai berikut:



Gambar 11. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 1

Berdasarkan tabel 15 dan gambar 9 diatas menunjukan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasar faktor pernyataan butir nomor 1 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 orang), kategori “rendah” sebesar 0% (0 orang), kategori “cukup” sebesar 3% (1

orang), kategori “tinggi” sebesar 53% (16 orang), kategori “sangat tinggi” sebesar 44% (13 orang).

2) Butir 2

Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 2 disajikan pada tabel 16 sebagai berikut:

Tabel 16. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 2

Petanyaan	Kategori	Frekuensi	Presentase
Jika saya gagal dalam melaksanakan program Eskul olahraga, saya terus berusaha sampai berhasil.	Sangat Tinggi	12	40%
	Tinggi	18	60%
	Cukup	0	0%
	Rendah	0	0%
	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 16 di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 10 disajikan pada gambar 9 sebagai berikut:



Gambar 12. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 2

Berdasarkan tabel 16 dan gambar 8 diatas menunjukan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasar faktor pernyataan butir nomor 3 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 orang), kategori “rendah” sebesar 0% (0 orang), kategori “cukup” sebesar 0% (0

orang), kategori “tinggi” sebesar 60% (18 orang), kategori “sangat tinggi” sebesar 40% (12 orang).

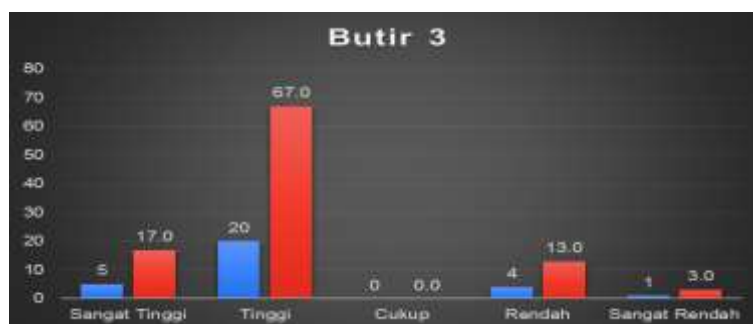
3) Butir 3

Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 3 disajikan pada tabel 17 sebagai berikut:

Tabel 17. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 3

Petanyaan	Kategori	Frekuensi	Presentase
Jika saya menginginkan program latihan Eskul olahraga lebih baik, biasanya itu tidak tercapai.	Sangat Tinggi	5	17%
	Tinggi	20	67%
	Cukup	0	0%
	Rendah	4	13%
	Sangat Rendah	1	3%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 16 di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 3 disajikan pada gambar 11 sebagai berikut:



Gambar 13. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 3

Berdasarkan tabel 17 dan gambar 11 diatas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasar faktor pernyataan butir nomor 3 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 3% (1 orang), kategori “rendah” sebesar 13% (4 orang), kategori “cukup” sebesar 0% (0

orang), kategori “tinggi” sebesar 67% (20 orang), kategori “sangat tinggi” sebesar 17% (5 orang).

b. Faktor Strategi Permainan

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan faktor strategi permainan didapat skor terendah (*minimum*) 8,00, skor tertinggi (*maksimum*) 15,00, rerata (*mean*) 11,63, nilai tengah (*median*) 12,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 10,00, *standar deviasi* (SD) 1,62 hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 18 sebagai berikut:

Tabel 18. Deskriptif Statistik Faktor Strategi Permainan

Statsitik	
<i>N</i>	30
<i>Mean</i>	11.63
<i>Median</i>	12.00
<i>Mode</i>	10.00
<i>Std., Deviation</i>	1.62
<i>Minimum</i>	8.00
<i>Maximum</i>	15.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler Olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan faktor strategi permainan disajikan pada tabel 19 sebagai berikut:

Tabel 19. Distribusi Frekuensi Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahrag di SD se-Kabupaten Kulonprogo Berdasar Faktor Strategi Permianan

No.	Rentangan	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	$X > 14,07$	Sangat Tinggi	2	7%
2	$12,44 < X \leq 14,07$	Tinggi	7	23%
3	$10,81 < X \leq 12,44$	Cukup	12	40%
4	$9,19 < X \leq 10,81$	Rendah	8	27%
5	$X \leq 9,91$	Sangat Rendahh	1	3%
Jumlah			30	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 19 di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo jika disajikan dalam Diagram Batang sebagai berikut:



Gambar 14. Diagram Batang Faktor Strategi Permainan

Berdasarkan tabel 15 diatas menunjukkan bahwa keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD s-Kabupaten Kulonprogo berdasar faktor strategi permainan berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 3% (1 orang), kategori “rendah” sebesar 27% (8 orang), kategori “cukup” sebesar 40% (12 orang), kategori “tinggi” sebesar 23% (7 orang), kategori “sangat tinggi” sebesar 7% (2 orang).

1) Butir 4

Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 4 disajikan pada tabel 20 sebagai berikut:

Tabel 20. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 4

Petanyaan	Kategori	Frekuensi	Presentase
Jika saya memiliki ide baru untuk mencoba program latihan Eskul olahraga dan diperkirakan akan berhasil baik itu rumit, maka saya tidak mmulainya	Sangat Tinggi	6	20%
	Tinggi	20	67%
	Cukup	0	0%
	Rendah	2	6%
	Sangat Rendah	2	7%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 20 di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 13 disajikan pada gambar 13 sebagai berikut:



Gambar 15. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 3

Berdasarkan tabel 15 dan gambar 13 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasar faktor pernyataan butir nomor 4 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 7% (2 orang), kategori “rendah” sebesar 6% (2 orang), kategori “cukup” sebesar 0% (0 orang), kategori “tinggi” sebesar 67% (20 orang), kategori “sangat tinggi” sebesar 20% (6 orang).

2) Butir 5

Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 5 disajikan pada tabel 16 sebagai berikut:

Tabel 21. Hasil Analisi Pernyataan Butir Nomor 5

Petanyaan	Kategori	Frekuensi	Presentase
Banyak masalah tidak menyenangkan untuk sukses dalam mengelola program Eskul olahraga tapi saya kelola sampai selesai.	Sangat Tinggi	11	35%
	Tinggi	17	55%
	Cukup	3	10%
	Rendah	0	0%
	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 16 di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 3 disajikan pada gambar 14 sebagai berikut:



Gambar 16. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 5

Berdasarkan tabel 21 dan gambar 14 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasar faktor pernyataan butir nomor 4 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 orang), kategori “rendah” sebesar 0% (0 orang), kategori “cukup” sebesar 10% (3 orang), kategori “tinggi” sebesar 55% (17 orang), kategori “sangat tinggi” sebesar 35% (11 orang).

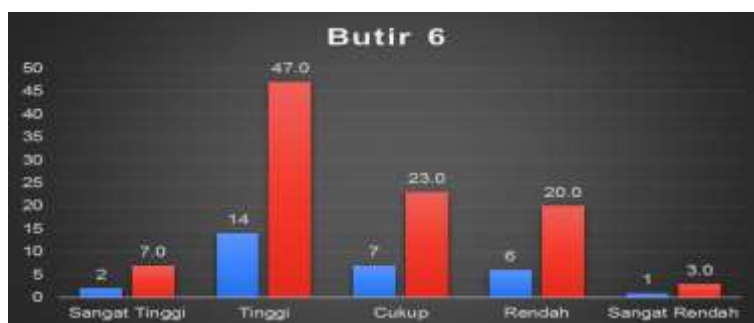
3) Butir 6

Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 6 disajikan pada tabel 22 sebagai berikut:

Tabel 22. Hasil Analisi Pernyataan Butir Nomor 6

Petanyaan	Kategori	Frekuensi	Presentase
Saya kesulitan memecahkan masalah dalam pengelolaan program latihan Eskul Olahraga untuk berhasil baik	Sangat Tinggi	2	7%
	Tinggi	14	47%
	Cukup	7	23%
	Rendah	6	20%
	Sangat Rendah	1	3%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 16 di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 3 disajikan pada gambar 9 sebagai berikut:



Gambar 17. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 6

Berdasarkan tabel 22 dan gambar 15 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasar faktor pernyataan butir nomor 4 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 3% (1 orang), kategori “rendah” sebesar 20% (6 orang), kategori “cukup” sebesar 23% (7 orang), kategori “tinggi” sebesar 47% (14 orang), kategori “sangat tinggi” sebesar 7% (2 orang).

c. Faktor Teknik

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan faktor teknik didapat skor terendah (*minimum*) 10,00, skor tertinggi (*maksimum*) 15,00, rerata (*mean*) 12,06, nilai tengah (*median*) 12,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 12,00, *standar deviasi* (SD) 1,38. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 23 sebagai berikut:

Tabel 23. Deskriptif Statistik Faktor Teknik

Statsitik	
<i>N</i>	30
<i>Mean</i>	12.06

<i>Median</i>	12.00
<i>Mode</i>	12.00
<i>Std., Deviation</i>	1.38
<i>Minimum</i>	10.00
<i>Maximum</i>	15.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler Olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan faktor teknik disajikan pada tabel 24 sebagai berikut:

Tabel 24. . Distribusi Frekuensi Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo Berdasar Faktor Teknik

No.	Rentangan	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	$X > 14,13$	Sangat Tinggi	2	7%
2	$12,75 < X \leq 14,13$	Tinggi	7	23%
3	$11,91 < X \leq 12,75$	Cukup	11	37%
4	$9,99 < X \leq 11,91$	Rendah	10	33%
5	$X \leq 9,99$	Sangat Rendahh	0	0%
Jumlah			30	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 24 di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo jika disajikan dalam Diagram Batang sebagai berikut:



Gambar 18. Diagram Batang Faktor Teknik

Berdasarkan tabel 10 diatas menunjukan bahwa keyakinan diri pelatih pkstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasar faktor Teknik berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 orang), kategori “rendah”

sebesar 33% (10 orang), kategori “cukup” sebesar 37% (11 orang), kategori “tinggi” sebesar 23% (7 orang), kategori “sangat tinggi” sebesar 7% (2 orang).

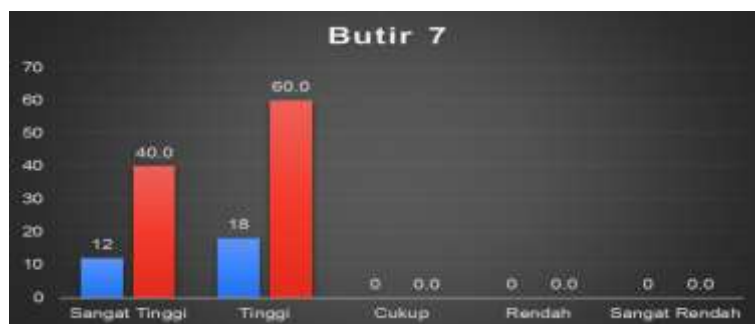
1) Butir 7

Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 7 disajikan pada tabel 25 sebagai berikut:

Tabel 25. Hasil Analisi Pernyataan Butir Nomor 7

Petanyaan	Kategori	Frekuensi	Presentase
Jika saya telah membuat keputusan untuk melakukan pengelolaan program latihan Eskul Olahraga yang lebih baik, saya akan melakukannya.	Sangat Tinggi	12	40%
	Tinggi	18	60%
	Cukup	0	0%
	Rendah	0	0%
	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 16 di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 7 disajikan pada gambar 9 sebagai berikut:



Gambar 19. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 7

Berdasarkan tabel 15 dan gambar 17 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasar faktor pernyataan butir nomor 7 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 orang), kategori “rendah” sebesar 0% (0 orang), kategori “cukup” sebesar 0% (0

orang), kategori “tinggi” sebesar 60% (18 orang), kategori “sangat tinggi” sebesar 40% (12 orang).

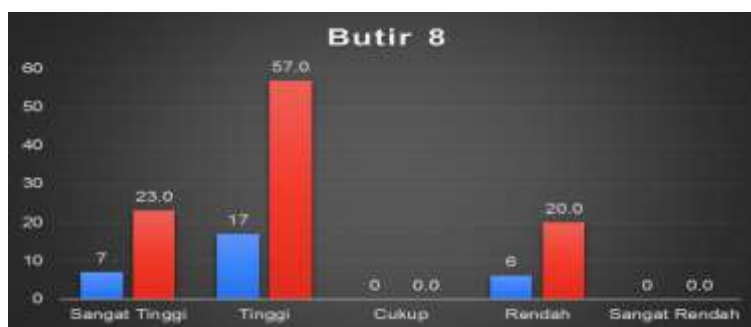
2) Butir 8

Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 8 disajikan pada tabel 26 sebagai berikut:

Tabel 26. . Hasil Analisi Pernyataan Butir Nomor 8

Petanyaan	Kategori	Frekuensi	Presentase
Jika saya memulai untuk pengelolaan program latihan Eskul Olahraga dengan ide baru, saya harus segera memastikan bahwa ide itu adalah jalur yang benar, jika tidak saya berhenti	Sangat Tinggi	7	23%
	Tinggi	17	57%
	Cukup	0	0%
	Rendah	6	20%
	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 26 di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 8 disajikan pada gambar 18 sebagai berikut:



Gambar 20. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 8

Berdasarkan tabel 15 dan gambar 18 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasar faktor pernyataan butir nomor 8 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 orang), kategori “rendah” sebesar 20% (6 orang), kategori “cukup” sebesar 0% (0

orang), kategori “tinggi” sebesar 57% (17 orang), kategori “sangat tinggi” sebesar 23% (7 orang).

3) Butir 9

Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 9 disajikan pada tabel 27 sebagai berikut:

Tabel 27. Hasil Analisi Pernyataan Butir Nomor 9

Petanyaan	Kategori	Frekuensi	Presentase
Ketika ada masalah tak terduga dalam pengelolaan program latihan Eskul olahraga membuat saya kehilangan kontrol dan keseimbangan diri.	Sangat Tinggi	3	10%
	Tinggi	22	73%
	Cukup	3	10%
	Rendah	1	4%
	Sangat Rendah	1	3%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 27 di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 9 disajikan pada gambar 19 sebagai berikut:



Gambar 21. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 8

Berdasarkan tabel 15 dan gambar 19 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasar faktor pernyataan butir nomor 9 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 3% (1 orang), kategori “rendah” sebesar 4% (1 orang), kategori “cukup” sebesar 10% (3

orang), kategori “tinggi” sebesar 73% (22 orang), kategori “sangat tinggi” sebesar 10% (3 orang).

d. Faktor Pengembangan Karakter

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan faktor pengembangan karakter didapat skor terendah (*minimum*) 9,00, skor tertinggi (*maksimum*) 15,00, rerata (*mean*) 12,10, nilai tengah (*median*) 12,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 13,00, *standar deviasi* (SD) 1,56. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 28 sebagai berikut:

Tabel 28. Deskriptif Statistik Faktor Pengembangan Karakter

Statsitik	
<i>N</i>	30
<i>Mean</i>	12.10
<i>Median</i>	12.00
<i>Mode</i>	13.00
<i>Std., Deviation</i>	1.56
<i>Minimum</i>	9.00
<i>Maximum</i>	15.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler Olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan faktor pengembangan karakter disajikan pada tabel 29 sebagai berikut:

Tabel 29. Distribusi Frekuensi Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo Berdasar Faktor Pengembangan Karakter

No.	Rentangan	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	$X > 14,41$	Sangat Tinggi	2	7%
2	$12,88 < X \leq 14,41$	Tinggi	11	37%
3	$11,32 < X \leq 12,88$	Cukup	7	23%
4	$9,75 < X \leq 11,32$	Rendah	9	30%
5	$X \leq 9,75$	Sangat Rendah	1	3%
Jumlah			30	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 29 di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo jika disajikan dalam Diagram Batang sebagai berikut:



Gambar 22. Diagram Batang Faktor Pengembangan Karakter

Berdasarkan tabel 14 dan gambar diatas menunjukkan bahwa keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasar faktor pengembangan karakter berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 3% (1 orang), kategori “rendah” sebesar 30% (9 orang), kategori “cukup” sebesar 23% (7 orang), kategori “tinggi” sebesar 37% (11 orang), kategori “sangat tinggi” sebesar 7% (2 orang).

1) Butir 10

Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 10 disajikan pada tabel 30 sebagai berikut:

Tabel 30. Hasil Analisi Pernyataan Butir Nomor 10

Petanyaan	Kategori	Frekuensi	Presentase
Jika saya membuat kegagalan dalam mengelola program	Sangat Tinggi	12	40%
	Tinggi	18	60%
	Cukup	0	0%

Eskul olahraga, saya akan berusaha lebih keras lagi	Rendah	0	0%
	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 30 di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 8 disajikan pada gambar 21 sebagai berikut:



Gambar 23. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 10

Berdasarkan tabel 15 dan gambar 21 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasar faktor pernyataan butir nomor 9 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 orang), kategori “rendah” sebesar 0% (0 orang), kategori “cukup” sebesar 0% (0 orang), kategori “tinggi” sebesar 60% (18 orang), kategori “sangat tinggi” sebesar 40% (12 orang).

2) Butir 11

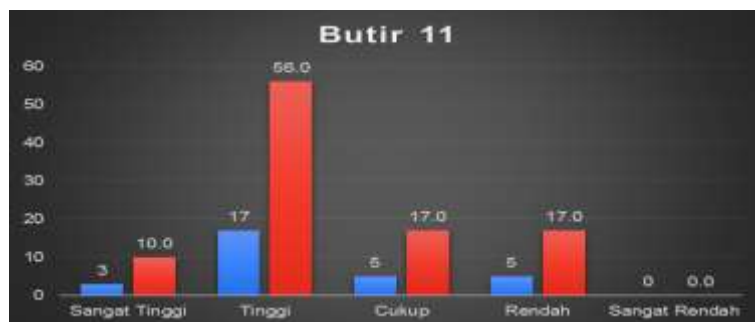
Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 11 disajikan pada tabel 31 sebagai berikut:

Tabel 31. Hasil Analisi Pernyataan Butir Nomor 11

Petanyaan	Kategori	Frekuensi	Presentase
Jika saya membuat kegagalan dalam mengelola program	Sangat Tinggi	3	10%
	Tinggi	17	56%
	Cukup	5	17%

Eskul olahraga, saya akan berusaha lebih keras lagi	Rendah	5	17%
	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 31 di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 8 disajikan pada gambar 22 sebagai berikut:



Gambar 24. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 11

Berdasarkan tabel 31 dan gambar 22 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasar faktor pernyataan butir nomor 11 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 orang), kategori “rendah” sebesar 17% (5 orang), kategori “cukup” sebesar 17% (5 orang), kategori “tinggi” sebesar 56% (17 orang), kategori “sangat tinggi” sebesar 10% (3 orang).

3) Butir 12

Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 12 disajikan pada tabel 32 sebagai berikut:

Tabel 32. Hasil Analisi Pernyataan Butir Nomor 12

Petanyaan	Kategori	Frekuensi	Presentase
Saya meragukan kemampuan diri saya sendiri untuk	Sangat Tinggi	8	27%
	Tinggi	19	63%
	Cukup	1	3%

mengelola program latihan Eskul olahraga berhasil	Rendah	2	7%
	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 32 di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan pernyataan butir nomor 8 disajikan pada gambar 23 sebagai berikut:



Gambar 25. Diagram Batang Analisis Pernyataan Butir Nomor 12

Berdasarkan tabel 32 dan gambar 23 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasar faktor pernyataan butir nomor 12 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 orang), kategori “rendah” sebesar 7% (2 orang), kategori “cukup” sebesar 3% (1 orang), kategori “tinggi” sebesar 63% (19 orang), kategori “sangat tinggi” sebesar 27% (8 orang).

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan jika keyakinan diri pelatih olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo masuk dalam kategori “cukup”. Dari hasil penelitian menunjukkan data secara rinci, dalam kategori “sangat rendah” sebesar 0% atau 0 orang, kategori “rendah” sebesar 27% atau 8 orang, kategori “cukup” sebesar 50 %

atau 15 orang, kategori “tinggi” sebesar 13% atau 4 orang, dan dalam kategori “sangat tinggi” sebesar 10% atau 3 orang. Dari hasil ini masih perlu adanya pengembangan kompetensi dan kualitas pelatih, agar nantinya prestasi olahraga khususnya di SD se-Kabupaten Kulonprogo sendiri semakin lebih baik.

Beberapa faktor keyakinan diri pelatih dalam mengukur keyakinan diri pelatih dalam menangani atlet yaitu motivasi, teknik, strategi permainan, dan pengembangan karakter. Hasil analisis dari keempat faktor keyakinan diri pelatih diatas tersebut sebagai berikut:

1. Faktor Motivasi

Berdasarkan faktor motivasi berada pada kategori cukup tinggi, sehingga pelatih memiliki keyakinan diri yang cukup tinggi pula dalam melatih. Sesuai data yang ada pelatih pelatih yang masuk dalam kategori yang tinggi dan sangat tinggi juga lebih banyak daripada kategori rendah yang sama-sama pada frekuensi 3, hal ini menjadikan bahwa keyakinan diri pelatih sudah bagus.

2. Strategi permainan.

Keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan faktor strategi permainan pelatih sudah masuk pada kategori cukup. Dari hasil data menunjukan keyakinan diri pelatih dalam melatih sudah cukup baik. Kategori rendah dan tinggi sama-sama seimbang, sehingga berdasar faktor strategi permainan pelatih masih bervariasi.

3. Faktor Teknik

Hasil penelitian dari faktor teknik terhadap pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo hanya pada kategori cukup. Sesuai data yang ada

pelatih yang termasuk pada kategori cukup dan rendah tidak jauh berbeda, hanya memiliki perbedaan 1 orang, tetapi dalam kategori sangat rendah tidak ada, dan sisanya pada kategori sangat tinggi dan tinggi, ini menunjukkan dalam hal teknik pelatih sudah cukup bagus.

4. Faktor Pengembangan Karakter

Keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berdasarkan faktor pengembangan karakter pelatih sudah masuk pada kategori tinggi. Pelatih dalam hal ini sudah memiliki keyakinan diri yang baik, karena dalam kategori yang cukup juga pada poin yang tinggi.

Analisis berdasarkan tiap butir dari penelitian tentang keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Pelatih mempunyai keyakinan diri yang tinggi dalam membuat rencana pengelolaan program Eskul olahraga, dan yakin akan berhasil melaksanakan program tersebut.
2. Jika pelatih gagal dalam melaksanakan program eskul olahraga, pelatih mempunyai keyakinan diri yang tinggi untuk terus berusaha sampai berhasil.
3. Pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi jika menghendaki program latihan eskul olahraga lebih baik dan itu akan tercapai
4. Pelatih mempunyai keyakinan diri yang tinggi dan diperkirakan berhasil, apabila pelatih memiliki ide baru untuk mencoba program latihan Eskul olahraga walaupun program tersebut rumit.

5. Dalam mengelola program latihan eskul olahraga banyak masalah tidak menyenangkan untuk sukses, tetapi pelatih memiliki keyakinan diri yang tinggi untuk mengelola sampai selesai.
6. Meskipun merasa kesulitan memecahkan masalah dalam mengelola program latihan eskul olahraga tetapi pelatih memiliki keyakinan diri yang tinggi untuk berhasil baik.
7. Apabila pelatih sudah memutuskan untuk melakukan pengelolaan program latihan eskul olahraga yang lebih baik, pelatih memiliki keyakinan diri yang tinggi untuk melakukan sampai berhasil.
8. Pelatih memiliki keyakinan diri yang tinggi untuk memulai pengelolaan program latihan eskul olahraga dengan ide baru, pelatih segera memastikan bahwa ide itu adalah jalur yang benar, jika tidak maka akan berhenti.
9. Ketika ada masalah tidak terduga dalam pengelolaan program latihan eskul olahraga, pelatih memiliki keyakinan diri yang tinggi tidak akan kehilangan control dan keseimbangan diri.
10. Pelatih memiliki keyakinan diri yang tinggi untuk berusaha lebih keras lagi, jika pelatih membuat kegagalan dalam mengelola program eskul olahraga.
11. Pelatih memiliki keyakinan diri yang tinggi untuk belajar hal baru untuk mengembangkan program latihan eskul olahraga meskipun dipikir itu terlalu sulit
12. Pelatih mempunyai keyakinan diri yang tinggi terhadap kemampuan dirinya sendiri dalam mengelola program latihan eskul olahraga berhasil.

Sukses atau tidaknya kegiatan pelatihan ekstrakurikuler olahraga disekolah dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari faktor pelatih itu sendiri, peserta didik, sarana dan prasarana, dan orang tua dari peserta didik. Dari setiap item keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo, kesuksesan dalam menjalankan ekstrakurikuler olahraga di sekolah tergantung pada peran pelatih dan program latihan yang dibuat oleh pelatih ekstrakurikuler olahraga, tentunya dengan tingkat keyakinan diri dan persepsi dari kemampuan pelatih untuk menghasilkan prestasi atletnya.

Percaya diri merupakan salah satu syarat esensial bagi individu untuk mengembangkan aktivitas dan kreativitas sebagai upaya dalam mencapai prestasi. Namun disisi lain kepercayaan diri tidak bisa tumbuh dengan sendirinya. Dalam membangun percaya diri salah satunya adalah dengan memahami dan meyakini bahwa setiap manusia memiliki kelebihan dan kelemahan masing-masing. Vandini (2013), menyatakan rasa percaya diri harus terus dilatih dan dikembangkan agar bisa bermanfaat dalam kehidupan. Terbentuknya kemampuan percaya diri yang kuat terbentuk melalui proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan yang kuat, pemahaman dan reaksi positif terhadap kelemahan-kelemahan yang dimiliki, dan pengalaman didalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

Peran pelatih dalam pembinaan olahraga sangat strategis. Pelatih juga sebagai guru, pendidik, bapak, dan teman sejati. Sebagai guru pelatih disegani, sebagai bapak pelatih dicintai, sebagai teman sejati pelatih yang dipercaya dan merupakan

tempat untuk mencurahkan isi hati. Sukses tidaknya suatu tugas dan peran seorang pelatih banyak bergantung dari sifat dan perangai yang diperankan olehnya. Fahey dalam Bangun (2018), mengemukakan bahwa pelatih mempunyai tugas sebagai perencana, pemimpin, teman, pembimbing, dan pengontrol, program latihan. Sedangkan atlet memiliki tugas untuk menjalankan program latihan yang telah ditentukan pelatih.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Kendatipun peneliti sudah berusaha keras untuk memenuhi segala kebutuhan yang dipersyaratkan, bukan berarti penelitian ini tanpa ada kelemahan dan kekurangan. Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan di sini antara lain:

1. Sulitnya mengetahui keseriusan responden dalam mengerjakan anget. Usaha yang dilakukan untuk memperkecil kesalahan yaitu dengan memberi gambaran tentang maksud dan tujuan dari adanya penelitian ini.
2. Pengumpulan data dalam penelitian ini hanya didasarkan pada anget, sehingga dimungkinkan kurang objektif dalam pengisian anget. Selain itu dalam pengisian anget diperoleh adanya sifat responden sendiri seperti kejujuran dan ketakutan dalam menjawab responden tersebut dengan sebenarnya.
3. Sifat pengambilan data penelitian yaitu saat penyebaran anget penelitian kepada responden, peneliti tidak data memenatau secara langsung dan cermat apakah jawaban yang diberikan oleh responden benar-benar sesuai dengan pendapatnya sendiri atau tidak.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisa dan pembahasan dapat diambil kesimpulan, bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo berada dalam kategori “sangat tinggi” 10% (3 orang), “tinggi” 13% (4 orang), “cukup” 50% (15 orang), “rendah” 27% (8 orang), dan “sangat rendah” 0%. Keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Kulonprogo dalam kategori “cukup tinggi”

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Pelatih ekstrakurikuler olahraga dan pihak sekolah dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan pertimbangan untuk lebih meningkatkan keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo dengan memperbaiki faktor-faktor yang kurang.
2. Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan yang bermanfaat bagi pelatih olahraga dan pihak sekolah supaya lebih memperbaiki kualitasnya dalam hal keyakinan diri.

C. Saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Agar mengembangkan penelitian lebih dalam lagi tentang keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo.
2. Agar melakukan penelitian tentang keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Kulonprogo dengan memakai metode penelitian lain.
3. Lebih melakukan pengawasan pada saat pengambilan data agar data yang dihasilkan lebih objektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, N.S. (2016). *Gaya Kepemimpinan Pelatih Terhadap Kualitas Permainan Pemain Sepakbola*. Semarang: FIK UNNES.
- Alpian & Suryaman. (2016). Pengaruh Motivasi, Keyakinan Diri dan Persepsi Siswa Terhadap Apresiasi Karya Sastra Siswa SMP. Yogyakarta: FBS UNY.
- Alwisol. (2007). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press
- Anshel, M. (1990). *Sport Psychology. From Theory to Practice*. Arizona: Gorsuch Scaribrick Publisher
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendidikan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Bandura A. (1997). *Self-Efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Bangun, S.Y. (2018) Peran Pelatih Olahraga Ekstrakurikuler Dalam Mengembangkan bakat dan Minat Olahraga Pada Peserta Didik. *Jurnal Prestasi*, 2,4.
- Bompa, O.T. (1994). *Theory and methodology of training*. Toronto: Kendall Hunt Publishing Company
- Budiwanto, S. (2004). *Pengetahuan dasar melatih olahraga*. Malang: Depdiknas Universitas negeri Malang.
- Depdikbud. (2013). *Permendikbud no 62 tahun 2014 tentang kegiatan ekstrakurikuler pada pendidikan dasar dan pendidikan menengah*. Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Depdiknas. (2004). *Peningkatan Keimanan dan Ketaqwaan melalui Kegiatan Ekstrakurikuler*. Jakarta: Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Donie. (2010). *Kepemimpinan pelatih dalam pembinaan olahraga prestasi*. Padang: FIK UNP.
- Dwijowonoto, K. (1993), *Dasar-dasar ilmiah kepelatihan*. Semarang: IKIP Semarang Press
- Eka Sapri Alviyanto. (2013). Taktik Olahraga Olahraga. Diakses dari <http://sepriblog.blogspot.com/2009/11/taktik-olahraga.html>. Pada tanggal 12 September 2020, jam 12.04 WIB.
- Ekstrakurikuler (Def. 1) (n.d). Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online. Diakses melalui <https://kbbi.web.id/ekstrakurikuler>, 11 Juni 2020
- Greenleaf C, Gould D, & Dieffenbach, K. (2001). Factors influencing Olympic Performance: Interviews with Atlanta and Nagano US Olympians. *J Appl Sports Psychol*; 13: 154-184.
- Hastuti, T.A. (2008). Kontribusi Ekstrakurikuler Bola Basket Terhadap Pembibitan Atlet dan Peningkatan Kesegaran Jasmani. *Jurnal: Pendidikan Jasmani Indonesia*. Volume 5, Nomor 1.

- Hermawan, A.H. (2013). *Pengembangan Kurikulum dan Pembelajaran*. Tangerang Selatan: Universitas Terbuka.
- Hidayat, S. (2014). *Pelatihan Olahraga*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Horn, T.S. (2002). Coaching effectiveness in the sports domain. *Advances in sport Psychology*, pp 309-354
- Horton, S, Baker, J, & Deakin, J. (2005). Expert in action: A systematic observation of 5 national team coaches. *International journal of sports psychology*, volume 36(4):299-319.
- Irfan & Veronika. (2014). Hubungan Self-Efficacy Dengan Penyesuaian Diri Terhadap Perguruan Tinggi Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. Fakultas Psikologi Universitas Airlangga
- Irianto, D.P. (2009). *Dasar Kepelatihan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- .Kemenpora. (2003). *Undang-Undang RI Nomor 20, Tahun 2003, Tentang Sistem Pendidikan Nasional*.
- Komarudin. (2014). *Psikologi Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Miftahun, N.S. (2009). *Pengaruh pelatihan komunikasi interpersonal terhadap efikasi diri sebagai pelatih pada mahasiswa*. *Jurnal intervensi psikologi*, Vol. 1, No. 1.
- Mulyana, R. (2011). *Mengartikulasikan Pendidikan Nilai*. Bandung: Alfabeta.
- Mylsidayu. (2014). *Psikologi Olahraga*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Nasrudin, R. (2010). *Pengaruh Partisipasi Siswa dalam Kegiatan Ekstrakurikuler terhadap Motif Berprestasi Siswa SMKN 2 Garut*. Bandung: Skripsi.
- Pendidikan Nasional. (2007). *Panduan Lengkap KTSP*. Yogyakarta
- Permendikbud. (2015). Nomor 15 tahun 2018 Tentang Pemenuhan Beban Kerja Guru, Kepala Sekolah, dan Pengawas Sekolah.
- _____. (2013). Nomor 81A tahun 2013 Tentang Implementasi Kurikulum
- Philips, Michael B. (2007), Student Athlete Perceptions of Head Mens Basket Ball Coaching competencies at 15 Selected NCAA Division II Christians Colleges. Murfreesboro: Faculty of Graduate School at Middle Tennessee State University
- Purnomo, H. (2012). Pengaruh sistem pembinaan, sarana prasarana dan pendidikan latihan terhadap kompetensi kinerja guru pendidikan jasmani sekolah dasar di kota semarang. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 29, 9.

- Shelangoski, B.L., Hambrick, M.E., Gross, J.P., & Weberf, J.D. (2014). Self-efficacy in interco llegate athletes. *Journal of issues in Intercollegiate Athletics*, 7, 17-42.
- Shields, D. L. L, & Bredemeier, B. J. L. (1995). *Character development and physical activity*. Human Kinectics Publisher.
- Shofiah & Raudatussalamah. (2014). Self-Efficacy dan Self-Regulation Sebagai Unsur Penting Dalam Pendidikan Karakter. Riau: UIN Sultan Syarif Kasim.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Bisnis (Pendekatan kuantitaif, kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto. (2011). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: Lubuk Agung.
- Usman, M. U. (1993). *Upaya optimalisasi kegiatan belajar mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Vandini, I (2015). Peran Kepercayaan Diri Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa. *Jurnal Formatif*, 5(3).
- =, Y.A & Andriyani, F. (2015). *Pengembangan Ekstrakurikuler Olahraga sekolah*. Yogyakarta: UNY Press.
- Winda & Yuli. (2014). *Hubungan Self Efficacy dan Kecemasan Saat Presentasi Pada mahasiswa Universitas Esa Unggul*. Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Uji Coba Penelitian



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: flik.uny.ac.id E-mail: humas_flik@uny.ac.id

Nomor : 73/UN34.16/LT/2020
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian**

21 September 2020

Yth. SD _____
Di Kulonprogo

Kami sampaikan dengan hormat kepada Bapak/Ibu, bahwa mahasiswa kami berikut ini:

Nama : Arip Budi Santoso
NIM : 16604221089
Program Studi : Pgsd Penjas - SI
Judul Tugas Akhir : Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Se-Kabupaten Kulonprogo
Waktu Uji Instrumen : 1 - 8 Juli 2020

bermaksud melaksanakan uji instrumen untuk keperluan penulisan Tugas Akhir. Untuk itu kami mohon dengan hormat Ibu/Bapak berkenan memberikan izin dan bantuan seperlunya.

Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,









Dr. Yudit Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP. 19820815 200501 1 002

Tembusan :
1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 2. Kartu Bimbingan Skripsi

KARTU BIMBINGAN
TUGAS AKHIR SKRIPSI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Nama Mahasiswa : Arip Budi Santoso
NIM : 16604221089
Program Studi : POR/ PGSD Penjas
Pembimbing : Dr. Ermawan Susanto, M.Pd.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda Tangan Dosen Pembimbing
1	Rabu, April 2020	Pengajuan Judul Skripsi	
2	Sabtu, 13 Juni 2020	Konsultasi proposal BAB I, II III melalui email	
3	Kamis, 18 Juni 2020	Revisi Proposal BAB I, disesuaikan dengan note di word.	
4	Jumat, 26 Juni 2020	Mengirim revisi BAB I, II, melalui email	
5	1-8 Juli 2020	Uji validitas	
6	23 juli 2020	Mengurus izin penelitian dan pengambilan data, pengambilan data memakai Google E-form	
7	Senin, 7 Sept 2020	Konsultasi BAB IV dan V, pembahasan diuraikan sesuai faktor-faktor yang dijelaskan	
8	Rabu, 23 September 2020	Konsultasi revisi BAB IV & V, melengkapi lampiran dan acc skripsi	

Mengetahui
Koord. Prodi PGSD Penjas



Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 16970701 199412 1 001

Lampiran 3. Surat Keterangan Expert Judgement

SURAT KETERANGAN EXPERT JUDGEMENT

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dr. Ermawan Susanto, M.Pd.

Unit Kerja : FIK UNY

Menerangkan bahwa instrument penelitian (angket) Tugas Akhir Skripsi (TAS)
dari :

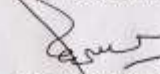
Nama : Arip Budi Santoso

NIM : 16604221089

Judul Skripsi : Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-
Kabupaten Kulonprogo

Telah di Expert Judgement dan memenuhi persyaratan sebagai instrument utama
yang akan digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini.

Yogyakarta, 1 Juli 2020
Yang menerangkan



Dr. Ermawan Susanto, M.Pd.
NIP. 197807022002121004

Lampiran 4. Surat Izin Penelitian dari Fakultas

	KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281 Telepon (0274) 586168, ext. 1560, 1557, 0274-550826, Fax 0274-513092 Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id
---	--

Nomor	: 380/UN34.16/PT.01.04/2020	23 Juli 2020
Lamp.	: 1 Bendel Proposal	
Hal	: Izin Penelitian	

Yth .
Kepala SD
se-Kabupaten Kulonprogo

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama	: Arip Budi Santoso
NIM	: 16604221089
Program Studi	: Pgsd Penjas - S1
Tujuan	: Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	: KEYAKINAN DIRI PELATIH EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DI SD SE-KABUPATEN KULONPROGO
Waktu Penelitian	: 26 Juli - 3 Agustus 2020

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.




Pir. Wakil Dekan Bidang
Akademik dan Kerjasama,

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 5. Surat Izin Penelitian dari Pemerintah DIY



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
Kepolisian Daerah Yogyakarta Telepon (0274) 562811 Fax/fmili (0274) 568813
Website : jogjapro.go.id Email : sentsa@jogjapro.go.id Kode Pos 55213

Yogyakarta, 19 Februari 2018
Kepada Yth. :
1. Kepala Instansi Vertikal se-DIY
2. Kepala Dinas/Badan/Kantor di lingkup DIY
3. Bupati/Walikota se-DIY
4. Rektor PTN/PTS se-DIY
Di Tempat

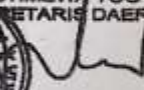
SURAT EDARAN
NOMOR: 070 / 012.18
TENTANG
PENERBITAN SURAT KETERANGAN PENELITIAN


Berdasarkan Peraturan Menteri Dalam Negeri No.3 Tahun 2018 Tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian maka disampaikan hal-hal sebagai berikut :

1. Bahwa untuk tertib administrasi dan pengendalian pelaksanaan penelitian dalam rangka kewaspadaan dini perlu dikeluarkan Surat Keterangan Penelitian (SKP) sehingga produk yang dikeluarkan bukan Surat Rekomendasi Penelitian melainkan Surat Keterangan Penelitian;
2. Penelitian yang dilakukan dalam rangka tugas akhir pendidikan/sekolah dari tempat pendidikan/sekolah di dalam negeri dan penelitian yang dilakukan instansi pemerintah yang sumber pendanaan penelitiannya bersumber dari Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara/Anggaran Pendapatan dan Belanja Daerah tidak perlu menggunakan Surat Keterangan Penelitian.


Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu/Saudara berkenan memperbanyak dan menyalurkan kepada pejabat dan pegawai di lingkungan kerja Bapak/Ibu/Saudara serta membantu menyebarkan kepada masyarakat umum.
Atas perhatiannya, kami ucapkan terimakasih.

Ditetapkan di Yogyakarta
Pada tanggal
a.n. GUBERNUR
DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
SEKRETARIS DAERAH


Setiadi
5609021988031003



Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian dari KKG PJOK SD


 PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
KELOMPOK KERJA GURU (KKG) PJOK SD
KABUPATEN KULONPROGO
Jl. Ki Josoeto, Dipan, Wates, Wates, Kabupaten Kulon Progo, D.I.Y. 55651

SURAT KETERANGAN
Nomor *27 / F.KKG-PJOK/UP/2020*

Yang bertanda tangan di bawah ini Ketua Kelompok Kerja Guru (KKG) PJOK SD Kabupaten Kulonprogo menerangkan dengan sesungguhnya bahwa:

Nama : Arip Budi Santoso
NIM : 16604221089
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta
Program Studi : PGSD Penjas

Benar-benar telah melaksanakan penelitian dengan judul Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SD se-Kabupaten Kulonprogo dengan baik. Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Wates, 25 September 2020
Ketua KKG

Suroso, S.Pd.
NIP. 19610802 1984403 1 007

Lampiran 7. Instrumen Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di Sekolah Dasar

Angket untuk Pelatih

**INSTRUMEN KEYAKINAN DIRI PELATIH
EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA
DI SEKOLAH DASAR**



Oleh

Tim Peneliti

Jurusan Pendidikan Olahraga

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2020**

SKALA EFIKASI DIRI

Keyakinan Diri Pelatih Terhadap Keberhasilan Pengelolaan Ekstrakurikuler Olahraga

Data Demografik Responden

Nama *)	:	
Asal Sekolah	:	
Olahraga Eskul yang diikuti	:	

*) Jika keberatan boleh tidak diisi

- Mohon untuk diberi tanda centang (✓) pada setiap pertanyaan di bawah ini, yang sesuai dengan keadaan anda.

- Apa jenis kelamin Anda? ☐ Laki-laki ☐ Perempuan
- Berapa usia Anda?
☐ Dibawah 30 tahun ☐ 41-50 tahun
☐ 31-40 tahun ☐ 51-60 tahun
- Sudah berapa lam Anda mengelola kegiatan ekstrakurikuler olahraga?
☐ Kurang dari 5 tahun ☐ 11-15 tahun
☐ 6-10 tahun ☐ Lebih dari 10 tahun
- Apakah Anda mengikuti pelatihan yang terkait dengan cabang olahraga ekstrakurikuler yang dibina di sekolah?
☐ Ya ☐ Tidak
 Jika jawaban “Ya” maka lanjutkan pertanyaan nomor (5)
- Sudah berapa kali Anda mengikuti pelatihan cabang olahraga ekstrakurikuler yang dibina di sekolah?
☐ 1-3 kali ☐ 8-10 kali
☐ 5-7 kali ☐ lebih ari 10 kali
- Level lisensi kepelatihan cabang olahraga yang diikuti...*)
☐ Daerah Kabupaten/ Kodya ☐ Nasional
☐ Provinsi ☐ Internasional

SKALA EFIKASI DIRI
Keyakinan Diri Pelatih terhadap Keberhasilan Pengelolaan
Ekstrakurikuler Olahraga

A. Petunjuk pengisian

1. Skala ini terdiri dari 12 pertanyaan
2. Baca dan pahami setiap pertanyaan tersebut, kemudian centanglah (✓) pada huruf STS, TS, R, S, SS pada kotak yang tersedia di belakang masing-masing pertanyaan, sesuai dengan Pendapat Bapak/ Ibu, dengan penjelasan sbb.

S = Sangat Setuju

S = Setuju

R = Ragu-ragu

TS = Tidak Setuju

STS = Sangat Tidak Setuju

3. Bapak/ Ibu sebagai pelatih mempunyai keyakinan diri yang berbeda dalam pengelolaan keberhasilan ekstrakurikuler olahraga di sekolah masing-masing karena untuk berhasil banyak faktor yang mempengaruhinya. Oleh karena itu Bapak/Ibu dimohon memilih jawaban yang paling sesuai dengan keyakinan diri Bapak/Ibu pada alternatif 5 (lima) pilihan jawaban di bawah ini.

B. Pertanyaan Skala Efikasi Diri

No.	Item Pertanyaan	Pilihan Jawaban				
		SS	S	R	TS	STS
1	Jika saya membuat rencana pengelolaan program Eskul olahraga, saya yakin berhasil melaksanakan program tersebut					
2	Jika saya gagal dalam melaksanakan program Eskul olahraga, saya terus berusaha sampai berhasil.					
3	Jika saya menginginkan program latihan Eskul olahraga lebih baik, biasanya itu tidak tercapai.					

No.	Item Pertanyaan	Pilihan Jawaban				
		SS	S	R	TS	STS
4	Jika saya memiliki ide baru untuk mencoba program latihan Eskul olahraga dan diperkirakan akan berhasil baik tapi itu rumit, maka saya tidak memulainya					
5	Banyak masalah tidak menyenangkan untuk sukses dalam mengelola program latihan Eskul olahraga tetapi saya kelola sampai selesai.					
6	Saya kesulitan memecahkan masalah dalam pengelolaan program latihan Eskul Olahraga untuk berhasil baik.					
7	Jika saya telah membuat keputusan untuk melakukan pengelolaan program latihan Eskul olahraga yang lebih baik, saya akan melakukannya.					
8	Jika saya memulai untuk pengelolaan program latihan Eskul olahraga dengan ide baru, saya harus segera memastikan bahwa ide itu adalah jalur yang benar, jika tidak saya berhenti.					
9	Ketika ada masalah tak terduga dalam pengelolaan program latihan Eskul olahraga membuat saya kehilangan control dan keseimbangan diri.					
10	Jika saya membuat kegagalan dalam mengelola program Eskul olahraga, saya berusaha lebih keras lagi.					
11	Saya tidak mulai belajar suatu hal baru untuk mengembangkan program latihan Eskul olahraga, jika saya pikir itu terlalu sulit.					
12	Saya meragukan kemampuan diri saya sendiri untuk mengelola program latihan Eskul olahraga berhasil					

Terima Kasih

Bapak dan Ibu telah mengisi Skala ini dengan jujur

Lampiran 8. Lampiran Uji Validitas

		X1.1	x1.2	x1.3	x1.4	X1.5	X1.6	X1.7	X1.8	X1.9	X1.10	X1.11	X1.12	Total_X1
X1.1	Pearson Correlation	1	.707	.756	.812*	.612	.840*	.387	.354	.750	.707	.420	.775	.862*
	Sig. (2-tailed)		.116	.082	.050	.196	.036	.448	.492	.086	.116	.407	.070	.027
	N	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
x1.2	Pearson Correlation	.707	1	.535	.574	.866*	.594	.822*	.750	.707	.250	.594	.274	.803
	Sig. (2-tailed)	.116		.275	.234	.026	.214	.045	.086	.116	.633	.214	.599	.054
	N	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
x1.3	Pearson Correlation	.756	.535	1	.716	.463	.794	.293	.535	.567	.535	.159	.878*	.770
	Sig. (2-tailed)	.082	.275		.110	.355	.059	.573	.275	.241	.275	.764	.021	.073
	N	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
x1.4	Pearson Correlation	.812*	.574	.716	1	.442	.947**	.559	.383	.541	.765	.644	.768	.869*
	Sig. (2-tailed)	.050	.234	.110		.381	.004	.249	.454	.268	.076	.168	.074	.025
	N	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
X1.5	Pearson Correlation	.612	.866*	.463	.442	1	.343	.791	.866*	.919**	.433	.686	.316	.815*
	Sig. (2-tailed)	.196	.026	.355	.381		.506	.061	.026	.010	.391	.132	.541	.048
	N	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
X1.6	Pearson Correlation	.840*	.594	.794	.947**	.343	1	.434	.297	.420	.594	.412	.759	.790
	Sig. (2-tailed)	.036	.214	.059	.004	.506		.390	.568	.407	.214	.417	.080	.062
	N	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
X1.7	Pearson Correlation	.387	.822*	.293	.559	.791	.434	1	.822*	.581	.274	.868*	.100	.728
	Sig. (2-tailed)	.448	.045	.573	.249	.061	.390		.045	.227	.599	.025	.850	.101

	N	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
X1.8	Pearson Correlation	.354	.750	.535	.383	.866*	.297	.822*	1	.707	.250	.594	.274	.720
	Sig. (2-tailed)	.492	.086	.275	.454	.026	.568	.045		.116	.633	.214	.599	.107
	N	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
X1.9	Pearson Correlation	.750	.707	.567	.541	.919**	.420	.581	.707	1	.707	.630	.581	.862*
	Sig. (2-tailed)	.086	.116	.241	.268	.010	.407	.227	.116		.116	.180	.227	.027
	N	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
X1.10	Pearson Correlation	.707	.250	.535	.765	.433	.594	.274	.250	.707	1	.594	.822*	.748
	Sig. (2-tailed)	.116	.633	.275	.076	.391	.214	.599	.633	.116		.214	.045	.087
	N	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
X1.11	Pearson Correlation	.420	.594	.159	.644	.686	.412	.868*	.594	.630	.594	1	.217	.724
	Sig. (2-tailed)	.407	.214	.764	.168	.132	.417	.025	.214	.180	.214		.680	.104
	N	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
X1.12	Pearson Correlation	.775	.274	.878*	.768	.316	.759	.100	.274	.581	.822*	.217	1	.728
	Sig. (2-tailed)	.070	.599	.021	.074	.541	.080	.850	.599	.227	.045	.680		.101
	N	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
Total_X1	Pearson Correlation	.862*	.803	.770	.869*	.815*	.790	.728	.720	.862*	.748	.724	.728	1
	Sig. (2-tailed)	.027	.054	.073	.025	.048	.062	.101	.107	.027	.087	.104	.101	
	N	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6

Lampiran 9. Uji Relibilitas

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	6	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	6	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.937	12

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1.1	42.6667	75.867	.590	.931
x1.2	42.0000	74.800	.736	.926
x1.3	43.1667	70.167	.831	.922
x1.4	43.0000	75.600	.676	.928
X1.5	42.5000	70.700	.859	.921
X1.6	43.1667	77.767	.807	.928
X1.7	43.1667	70.167	.598	.934
X1.8	42.8333	71.767	.788	.924
X1.9	42.5000	70.700	.702	.927
X1.10	42.3333	71.467	.632	.931
X1.11	43.6667	67.467	.808	.923
X1.12	42.3333	74.667	.746	.926

Lampiran 10. Tabel r Product Moment

Tabel r <i>Product Moment</i>											
Pada Sig.0,05 (<i>Two Tail</i>)											
N	R	N	r	N	R	N	r	N	r	N	R
1	0.997	41	0.301	81	0.216	121	0.177	161	0.154	201	0.138
2	0.95	42	0.297	82	0.215	122	0.176	162	0.153	202	0.137
3	0.878	43	0.294	83	0.213	123	0.176	163	0.153	203	0.137
4	0.811	44	0.291	84	0.212	124	0.175	164	0.152	204	0.137
5	0.754	45	0.288	85	0.211	125	0.174	165	0.152	205	0.136
6	0.707	46	0.285	86	0.21	126	0.174	166	0.151	206	0.136
7	0.666	47	0.282	87	0.208	127	0.173	167	0.151	207	0.136
8	0.632	48	0.279	88	0.207	128	0.172	168	0.151	208	0.135
9	0.602	49	0.276	89	0.206	129	0.172	169	0.15	209	0.135
10	0.576	50	0.273	90	0.205	130	0.171	170	0.15	210	0.135
11	0.553	51	0.271	91	0.204	131	0.17	171	0.149	211	0.134
12	0.532	52	0.268	92	0.203	132	0.17	172	0.149	212	0.134
13	0.514	53	0.266	93	0.202	133	0.169	173	0.148	213	0.134
14	0.497	54	0.263	94	0.201	134	0.168	174	0.148	214	0.134
15	0.482	55	0.261	95	0.2	135	0.168	175	0.148	215	0.133
16	0.468	56	0.259	96	0.199	136	0.167	176	0.147	216	0.133
17	0.456	57	0.256	97	0.198	137	0.167	177	0.147	217	0.133
18	0.444	58	0.254	98	0.197	138	0.166	178	0.146	218	0.132
19	0.433	59	0.252	99	0.196	139	0.165	179	0.146	219	0.132
20	0.423	60	0.25	100	0.195	140	0.165	180	0.146	220	0.132
21	0.413	61	0.248	101	0.194	141	0.164	181	0.145	221	0.131
22	0.404	62	0.246	102	0.193	142	0.164	182	0.145	222	0.131
23	0.396	63	0.244	103	0.192	143	0.163	183	0.144	223	0.131
24	0.388	64	0.242	104	0.191	144	0.163	184	0.144	224	0.131
25	0.381	65	0.24	105	0.19	145	0.162	185	0.144	225	0.13
26	0.374	66	0.239	106	0.189	146	0.161	186	0.143	226	0.13
27	0.367	67	0.237	107	0.188	147	0.161	187	0.143	227	0.13
28	0.361	68	0.235	108	0.187	148	0.16	188	0.142	228	0.129
29	0.355	69	0.234	109	0.187	149	0.16	189	0.142	229	0.129
30	0.349	70	0.232	110	0.186	150	0.159	190	0.142	230	0.129
31	0.344	71	0.23	111	0.185	151	0.159	191	0.141	231	0.129
32	0.339	72	0.229	112	0.184	152	0.158	192	0.141	232	0.128
33	0.334	73	0.227	113	0.183	153	0.158	193	0.141	233	0.128
34	0.329	74	0.226	114	0.182	154	0.157	194	0.14	234	0.128
35	0.325	75	0.224	115	0.182	155	0.157	195	0.14	235	0.127
36	0.32	76	0.223	116	0.181	156	0.156	196	0.139	236	0.127
37	0.316	77	0.221	117	0.18	157	0.156	197	0.139	237	0.127
38	0.312	78	0.22	118	0.179	158	0.155	198	0.139	238	0.127
39	0.308	79	0.219	119	0.179	159	0.155	199	0.138	239	0.126
40	0.304	80	0.217	120	0.178	160	0.154	200	0.138	240	0.126

Lampiran 11. Analisis Karakteristik Responden

Statistics							
		JenisKela min	Usia	LamaMengel olaEskul	MengikutiPelatihan	FrekuensiPelati han	Level Lisen si
N	Valid	30	30	30	30	30	30
	Missing	0	0	0	0	0	0

JenisKelamin					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	21	70.0	70.0	70.0
	Perempuan	9	30.0	30.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Usia					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	31-40 tahun	4	13.3	13.3	13.3
	41-50 tahun	5	16.7	16.7	30.0
	51-60 tahun	18	60.0	60.0	90.0
	Dibawah 30 tahun	3	10.0	10.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Lama Mengelola Eskul					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	11-15 tahun	1	3.3	3.3	3.3
	6-10 tahun	10	33.3	33.3	36.7
	Kurang dari 5 tahun	10	33.3	33.3	70.0
	lebih dari 15 tahun	9	30.0	30.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Lampiran (lanjutan)

Mengikuti Pelatihan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak	6	20.0	20.0	20.0
	Ya	24	80.0	80.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Frekuensi Pelatihan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1-3 kali	23	76.7	76.7	76.7
	5-7 kali	5	16.7	16.7	93.3
	Lebih dari 10 kali	2	6.7	6.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Level Lisensi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Daerah Kabupaten/Kodya	15	50.0	50.0	50.0
	Nasional	6	20.0	20.0	70.0
	Provinsi	9	30.0	30.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Lampiran 12. Data Penelitian

No.	Motivasi			Strategi Permainan			Teknik			Pengembangan Karakter		
	Butir 1	Butir 2	Butir 3	Butir 4	Butir 5	Butir 6	Butir 7	Butir 8	Butir 9	butir 10	Butir 11	Butir 12
1	4	5	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4
2	4	5	5	5	5	2	5	5	5	5	5	4
3	5	4	4	4	5	4	5	4	4	4	2	4
4	5	5	4	5	4	3	4	2	4	4	4	4
5	4	4	2	2	3	3	5	5	1	4	4	5
6	5	5	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5
7	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
8	4	4	4	4	5	4	5	2	4	4	2	4
9	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5
0	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4
11	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4
12	5	4	2	2	4	4	5	4	4	5	3	4
13	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3
14	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4
15	3	4	4	3	4	4	4	5	3	4	3	2
16	4	5	2	4	5	4	4	4	4	5	4	4
17	5	5	5	4	5	1	5	4	2	5	2	4
18	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	2
19	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4
20	4	4	4	4	4	2	5	4	4	5	2	4
21	4	5	4	5	4	4	5	4	4	5	4	5
22	5	5	4	4	3	4	4	4	4	5	4	4
23	5	5	4	4	5	4	5	5	4	5	4	4
24	5	4	4	4	4	3	4	2	4	4	3	4
25	5	4	5	4	5	3	4	4	4	5	4	5
26	5	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	5
27	4	5	4	4	4	2	4	2	5	4	4	4
28	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
29	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5
30	4	4	1	4	4	2	4	4	4	4	4	4

Lampiran 13. Deskripsi Statistik

Deskriptif Statistik

Keyakinan Diri Pelatih Olahraga

SD se-Kabupaten Kulonprogo

N	Valid	30
	Missing	0
Mean		48.4000
Median		47.0000
Mode		46.00
Std. Deviation		4.59835
Minimum		42.00
Maximum		60.00
Sum		1452.00

		Total_Score			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	42.00	1	3.3	3.3	3.3
	43.00	2	6.7	6.7	10.0
	44.00	3	10.0	10.0	20.0
	45.00	2	6.7	6.7	26.7
	46.00	5	16.7	16.7	43.3
	47.00	3	10.0	10.0	53.3
	48.00	2	6.7	6.7	60.0
	49.00	3	10.0	10.0	70.0
	50.00	2	6.7	6.7	76.7
	52.00	1	3.3	3.3	80.0
	53.00	1	3.3	3.3	83.3
	54.00	1	3.3	3.3	86.7
	55.00	1	3.3	3.3	90.0
	57.00	2	6.7	6.7	96.7
	60.00	1	3.3	3.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Lampiran (lanjutan)

Deskriptif Statistik Setiap Faktor

Statistics

		Motivasi	Teknik	Strategi Permainan	Pengembangan Karakter
N	Valid	30	30	30	30
	Missing	0	0	0	0
Mean		12.6000	11.6333	12.0667	12.1000
Median		13.0000	12.0000	12.0000	12.0000
Mode		12.00	10.00	12.00	13.00
Std. Deviation		1.52225	1.62912	1.38796	1.56139
Minimum		9.00	8.00	10.00	9.00
Maximum		15.00	15.00	15.00	15.00

Motivasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9.00	1	3.3	3.3	3.3
	10.00	2	6.7	6.7	10.0
	11.00	3	10.0	10.0	20.0
	12.00	8	26.7	26.7	46.7
	13.00	7	23.3	23.3	70.0
	14.00	6	20.0	20.0	90.0
	15.00	3	10.0	10.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Teknik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	8.00	1	3.3	3.3	3.3
	10.00	8	26.7	26.7	30.0
	11.00	5	16.7	16.7	46.7
	12.00	7	23.3	23.3	70.0
	13.00	6	20.0	20.0	90.0
	14.00	1	3.3	3.3	93.3
	15.00	2	6.7	6.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Lampiran (lanjutan)

Strategi Permainan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10.00	4	13.3	13.3	13.3
	11.00	6	20.0	20.0	33.3
	12.00	11	36.7	36.7	70.0
	13.00	4	13.3	13.3	83.3
	14.00	3	10.0	10.0	93.3
	15.00	2	6.7	6.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Pengembangan Karakter

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9.00	1	3.3	3.3	3.3
	10.00	5	16.7	16.7	20.0
	11.00	4	13.3	13.3	33.3
	12.00	7	23.3	23.3	56.7
	13.00	8	26.7	26.7	83.3
	14.00	3	10.0	10.0	93.3
	15.00	2	6.7	6.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Lampiran 14. Deskriptif Statistik Setiap Butir

Butir 1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3.00	1	3.3	3.3	3.3
	4.00	16	53.3	53.3	56.7
	5.00	13	43.3	43.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Butir 2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4.00	18	60.0	60.0	60.0
	5.00	12	40.0	40.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Butir 3

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	1	3.3	3.3	3.3
	2.00	4	13.3	13.3	16.7
	4.00	20	66.7	66.7	83.3
	5.00	5	16.7	16.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Butir 4

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2.00	2	6.7	6.7	6.7
	3.00	2	6.7	6.7	13.3
	4.00	20	66.7	66.7	80.0
	5.00	6	20.0	20.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Lampiran (lanjutan)

Butir 5

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3.00	2	6.7	6.7	6.7
	4.00	17	56.7	56.7	63.3
	5.00	11	36.7	36.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Butir 6

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	1	3.3	3.3	3.3
	2.00	6	20.0	20.0	23.3
	3.00	7	23.3	23.3	46.7
	4.00	14	46.7	46.7	93.3
	5.00	2	6.7	6.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Butir 7

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4.00	18	60.0	60.0	60.0
	5.00	12	40.0	40.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Butir 8

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2.00	6	20.0	20.0	20.0
	4.00	17	56.7	56.7	76.7
	5.00	7	23.3	23.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Lampiran (lanjutan)

Butir 9

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	1	3.3	3.3	3.3
	2.00	1	3.3	3.3	6.7
	3.00	3	10.0	10.0	16.7
	4.00	22	73.3	73.3	90.0
	5.00	3	10.0	10.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Butir 10

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4.00	18	60.0	60.0	60.0
	5.00	12	40.0	40.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Butir 11

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2.00	5	16.7	16.7	16.7
	3.00	5	16.7	16.7	33.3
	4.00	17	56.7	56.7	90.0
	5.00	3	10.0	10.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Butir 12

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2.00	2	6.7	6.7	6.7
	3.00	1	3.3	3.3	10.0
	4.00	19	63.3	63.3	73.3
	5.00	8	26.7	26.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

