

**TINGKAT KEYAKINAN DIRI PELATIH EKSTRAKULIKULER  
OLAHRAGA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA  
SE-KOTA YOGYAKARTA**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

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



Disusun Oleh :  
Novita Kusumadewi  
NIM 15601241110

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2019**

**TINGKAT KEYAKINAN DIRI PELATIH EKSTRAKULIKULER  
OLAHRAGA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA  
SE-KOTA YOGYAKARTA**

**Oleh :**

Novita Kusumadewi  
NIM 15601241110

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah metode survei dengan teknik pengambilan data menggunakan instrumen berupa angket. Sampel dalam penelitian ini adalah pelatih ekstrakulikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta yang berjumlah 30 orang dari 9 sekolah, yang diambil menggunakan teknik *simple random sampling*. Teknik analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta berada pada kategori sangat tinggi sebesar 7%, kategori tinggi sebesar 33%, kategori sedang sebesar 27%, kategori rendah sebesar 33%, kategori sangat rendah sebesar 0%.

**Kata kunci:** *keyakinan diri, pelatih ekstrakulikuler, SMP se-Kota Yogyakarta*

**THE SELF-CONFIDENCE LEVEL OF JUNIOR HIGH SCHOOL  
EXTRACURRICULAR TRAINERS THROUGHOUT YOGYAKARTA  
CITY**

By:  
Novita Kusumadewi  
NIM 15601241110

**ABSTRACT**

This study aims to find out how much the self-confidence level of junior high school extracurricular trainers throughout Yogyakarta city.

This study is a descriptive research. The method used is a survey method with data collection techniques using instruments in the form of questionnaires. The sample in this study were sports extracurricular trainers in Junior High Schools throughout Yogyakarta City, totaling 30 people from 9 schools taken using simple random sampling technique. The data analysis technique uses cumulative descriptive which is expressed in the form of a percentage.

The results showed the self-confidence level of junior high school extracurricular trainer in Yogyakarta city was in the very high category of 7%, a high category of 33%, a moderate category of 27%, a low category of 33%, a very low category of 0%.

**Keywords:** self-confidence, extracurricular trainer, junior high school throughout Yogyakarta city

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Novita Kusumadewi

NIM : 15601241110

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TAS : Tingkat Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga  
Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta

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

Yogyakarta, 6 Juli 2019  
Yang Menyatakan,



Novita Kusumadewi  
NIM 15601241110

## **LEMBAR PERSETUJUAN**

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

### **TINGKAT KEYAKINAN DIRI PELATIH EKSTRAKULIKULER OLAHRAGA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA SE-KOTA YOGYAKARTA**

Disusun Oleh:

Novita Kusumadewi  
NIM 15601241110

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan

Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Mengetahui,  
Ketua Program Studi,

Dr. Guntur, M.Pd.  
NIP. 19810926 200604 1 001

Yogyakarta, Juli 2019

Disetujui,  
Dosen Pembimbing TA,  
Dr. Dimyati, M.Si  
NIP. 19670127 199203 1 002

## HALAMAN PENGESAHAN

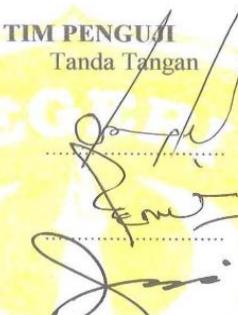
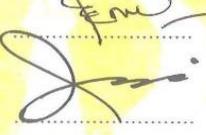
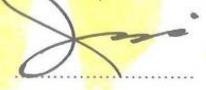
Tugas Akhir Skripsi

### TINGKAT KEYAKINAN DIRI PELATIH EKSTRAKULIKULER OLAHRAGA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA SE-KOTA YOGYAKARTA

Disusun Oleh:

Novita Kusumadewi  
NIM 15601241110

Telah dipertahankan di depan Tim Pengaji Tugas Akhir Skripsi Program Studi  
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Pada tanggal 9 Juli 2019

TIM PENGUJI		Tanggal
Nama/Jabatan	Tanda Tangan	
Dr. Dimyati, M.Si. Ketua Pengaji/Pembimbing		10/7/2019
Ermawan Susanto, M.Pd Sekretaris Pengaji		17/7/2019
Joko Purwanto, M.Pd Pengaji I		17/7/2019

Yogyakarta, Juli 2019  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,  
Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.  
NIP. 19640707 198812 1 001 @  


## **MOTTO**

“Selalu ingat pesan orang tua, janganlah buat mereka kecewa dan libatkan campur tangan Tuhan dalam perjalanan hidupmu”

(Penulis)

## **PERSEMBAHAN**

Dengan mengucapkan puji syukur, kupersembahkan karya ini untuk:

1. Kedua orangtuaku, Bapak Bambang Indratmaka dan Ibu Eny hidayah yang selalu tulus hati menyayangi, mendoakan, meluangkan waktu, menjaga dan membimbingku selama ini tanpa kenal lelah.
2. Adikku Diva Ilmuna Utami selalu memberi support untuk menyelesaikan kuliah
3. Teman-teman seperjuangan dalam perkuliahan PKJR C 2015 yang selalu memotivasi dan semangat saat mengerjakan skripsi.

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur dipanjangkan kehadirat Allah SWT, karena atas kasih dan rahmat-Nya sehingga penyusunan tugas akhir skripsi dengan judul “Tingkat Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta dapat diselesaikan dengan lancar.

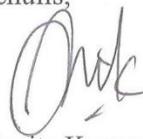
Selesainya penyusunan tugas akhir skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terimakasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Sutrisna Wibawa, M.Pd., selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin dalam melaksanakan penelitian.
3. Dr. Guntur, M.Pd., Ketua Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan, kelancaran, dan masukan dalam melaksanakan penelitian.
4. Dr. Dimyati, M.Si., selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dukungan dan motivasi selama penulisan skripsi ini
5. Kepala sekolah SMP Kota Yogyakarta yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian Tugas akhir Skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu dosen yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
7. Keluarga, sahabat, teman-teman PJKR C 2015, keluarga KKN 232 UNY 2018 serta keluarga PLT Mts Negeri 5 Sleman yang selalu memberi motivasi dan dukungan untuk menyelesaikan skripsi ini.
8. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian skripsi ini, yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

penulis demi kelengkapan skripsi ini. Penulis berharap semoga hasil karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan khususnya dan bagi semua pihak pada umumnya. Dan penulis berharap skripsi ini mampu menjadi salah satu bahan bacaan untuk acuan pembuatan skripsi selanjutnya agar menjadi lebih baik.

Yogyakarta, Juli 2019

Penulis,



Novita Kusumadewi

NIM 15601241110

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT.....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
MOTTO.....	vii
PERSEMBERAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi masalah .....	5
C. Pembatasan masalah .....	5
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>8</b>
A. Kajian Teori .....	8
1. Ekstrakurikuler Olahraga .....	8
a. Pengertian Ekstrakurikuler .....	8
b. Tujuan Ekstrakurikuler Olahraga .....	9
2. Hakikat Pelatih .....	11
a. Pengertian pelatih .....	11
b. Tugas dan Peran Pelatih .....	12
c. Keyakinan Diri .....	13
B. Penelitian yang Relevan .....	17

C. Kerangka Berfikir .....	19
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>20</b>
A. Desain Penelitian .....	20
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	20
C. Populasi Penelitian dan Sampel.....	20
1. Populasi .....	20
2. Sampel.....	21
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	22
E. Teknik dan instrumen Pengumpulan Data.....	23
1. Teknik Pengumpulan Data .....	23
2. Instrumen.....	23
3. Uji Coba Penelitian Instrumen .....	24
F. Validasi dan Realibilitas Instrumen.....	25
1. Uji Validasi .....	25
2. Uji Reliabilitas.....	26
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>30</b>
A. Hasil Penelitian .....	30
1) Deskripsi Statistik Karakteristik Responden .....	30
2) Deskripsi Statistik Hasil Penelitian Keseluruhan .....	35
3) Deskripsi Statistik Hasil Penelitian Berdasarkan Faktor-Faktor.....	37
4) Pembahasan .....	43
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>49</b>
A. Simpulan.....	49
B. Implikasi .....	49
C. Saran .....	50
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>51</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>53</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Rincian Subjek Penelitian .....	21
Tabel 2. Kisi-Kisi Instrumen Uji Coba .....	24
Tabel 3. Hasil Uji Validitas Instrumen .....	26
Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas.....	27
Tabel 5. Skor Alternatif Jawaban Instrumen Penelitian.....	28
Tabel 6. Tingkatan Kategori .....	29
Tabel 7. Karakteristik Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Jenis Kelamin .....	31
Tabel 8. Karakteristik Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Usia .....	32
Tabel 9. Karakteristik Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Lama Mengelola Esktrakulikuler .....	33
Tabel 10. Karakteristik Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Mengikuti Pelatihan .....	34
Tabel 11. Karakteristik Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Frekuensi Mengikuti Pelatihan.....	35
Tabel 12. Karakteristik Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Level Lisensi Kepelatihan..	36
Tabel 13. Statistik Deskriptif Tingkat Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta .....	37
Tabel 14. Distribusi Frekuensi Tingkat Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta .....	38
Tabel 15. Statistik Deskriptif tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler Olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Faktor Pengalaman Keberhasilan .....	39

Tabel 16. Distribusi Frekuensi Tingkat Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Faktor pengalaman keberhasilan.....	40
Tabel 17. Statistik Deskriptif tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Faktor Persuasi Verbal .....	41
Tabel 18. Distribusi Frekuensi Tingkat Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Faktor Persuasi Verbal .....	42
Tabel 19. Statistik Deskriptif tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Faktor Kondisi Psikologis.....	43
Tabel 20. Distribusi Frekuensi Tingkat Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Faktor Kondisi Psikologis.....	44

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara gerak (mempertahankan hidup) dan meningkatkan kemampuan gerak (meningkatkan kualitas hidup). Seperti halnya makan, olahraga merupakan kebutuhan hidup yang sifatnya periodik, artinya olahraga sebagai alat untuk memelihara dan membina kesehatan, tidak dapat ditinggalkan. Olahraga merupakan alat untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, rohani dan sosial. Olahraga merupakan suatu hal yang menyatukan bangsa, dimana dengan olahraga antar negara bisa memberikan suatu persahabatan yang baik antar negara, baik dari sportifitas dengan penuh rasa solidaritas, misalnya dalam negara Indonesia olahraga yang tergolong terkenal yaitu: Sepak bola, bulutangkis, futsal, tenis meja, taekwondo dan bola voli.

Undang-undang Republik Indonesia Nomor: 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional secara eksplisit menegaskan bahwa Sistem keolahragaan nasional adalah keseluruhan aspek keolahragaan yang saling terkait secara terencana, sistimatis, terpadu, dan berkelanjutan sebagai satu kesatuan yang meliputi pengaturan, pendidikan, pelatihan, pengelolaan, pembinaan, pengembangan, dan pengawasan untuk mencapai tujuan keolahragaan nasional. Salah satu tujuan olahraga nasional adalah mewujudkan olahraga prestasi. Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara

terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan.

Tersirat dalam batasan sebagaimana tersebut di atas, jelas bahwa sistem pembinaan olahraga merupakan sesuatu yang tidak berdiri sendiri tapi saling terkait antara satu komponen dengan komponen lainnya. Salah satu komponen untuk mewujudkan olahraga prestasi berupa pembinaan bibit olahragawan yang terselenggara melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga di Sekolah dasar. Prestasi anak dapat tercapai secara maksimal, namun memerlukan berbagai faktor yang mendukung. Suharno (1986:8-9), berpendapat bahwa faktor-faktor pendukung prestasi maksimum adalah endogen dan eksogen. Faktor endogen terdiri atas kesehatan fisik dan mental yang baik, penguasaan teknik yang sempurna, masalah-masalah taktik yang benar, aspek kejiwaan, dan kepribadian yang baik dan adanya kematangan juara yang mantap. Faktor-faktor eksogen meliputi pelatih, keuangan, alat, tempat, perlengkapan, organisasi, lingkungan, dan partisipasi pemerintah. Dari beberapa faktor diatas, kunci utama untuk membantu atlet meraih prestasi adalah pelatih yang berkompeten di bidangnya. Usia anak sekolah merupakan saat yang sangat tepat untuk perkembangnya aspek fisik artinya jika dibina dengan baik bisa menjadi bibit olahragawan.

Di Indonesia kegiatan ekstrakurikuler yang dalam kurikulum 2013 SMP disebut dengan istilah “Pengembangan Diri” juga diterapkan di sekolah-sekolah. Kegiatan ini untuk mewadahi minat dan potensi non akademik siswa. Sekolah biasanya mengadakan berbagai kegiatan ekstrakurikuler yang dapat dipilih salah satunya seperti eskul yang berorientasi pada olahraga. Biasanya kegiatan eskul

olahraga tersebut dilakukan setiap pekan dan berada di bawah koordinasi bidang kesiswaan. Sayangnya belum banyak sekolah yang benar-benar memanfaatkan program eskul olahraga tersebut sebagai sarana untuk meraih prestasi olahraga. Kebanyakan sekolah masih memandang ekstrakurikuler olahraga sebagai kegiatan rutin yang harus ada untuk melengkapi laporan kinerja bidang kesiswaan. Selain itu tidak sedikit kegiatan eskul olahraga yang “mati suri” akibat ditinggalkan oleh peminatnya maupun karena tidak tertangani oleh guru atau pelatih cabang olahraga yang kompeten.

Agar kegiatan ekstrakurikuler olahraga dapat benar-benar dirasakan manfaatnya, sekolah diharapkan mampu mengadakan program dengan berorientasi pada prestasi olahraga yang akan diraih. Anshel (1990) menegaskan bahwa untuk membina prestasi olahraga tidak bisa dilepaskan dari tiga unsur utama, yang saling berinteraksi satu sama lainnya. Unsur-unsur tersebut, yaitu lingkungan, atlet dan pelatih. Lingkungan dalam konteks ekstrakurikuler olahraga di sekolah adalah dukungan penuh dari pengambil kebijakan di sekolah yaitu kepala sekolah. Adapun atlet dalam konteks ini, yaitu siswa yang mengikuti eskul olahraga hendaknya benar-benar disiapkan untuk mengikuti berbagai kompetisi olahraga yang biasa digelar setiap tahun. Oleh karenanya, ekstrakurikuler olahraga diperlukan seleksi agar siswa yang terjaring benar-benar siswa yang memenuhi persyaratan. Misalnya saja, untuk eskul basket, seharusnya pelatih ekstrakurikuler hanya menerima siswa yang secara fisik sangat mendukung. Hal tersebut diperlukan pemain yang akan dilatih benar-benar mampu mempersembahkan penampilan terbaiknya.

Selain pembinaan yang sudah dilakukan, atlet dan pelatih juga harus memiliki keyakinan diri (self-efficacy) dan harus mempunyai dasar melatih / lisensi melatih. Hal ini sangat penting karena apabila pembinaan sudah berjalan dan pelatih yang memiliki kompetensi diasumsikan akan memiliki keyakinan diri yang tinggi untuk berhasil mengelola ekstrakulikuler olahraga di sekolah. Menurut model efektivitas pembinaan yang dikembangkan oleh Horn (2002:309–354), 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 pelatih mereka. Tingkat keyakinan diri merupakan prediktor keberhasilan dalam setiap kompetisi. Pelatih bisa melaksanakan tugas-tugasnya dengan baik tentu didasari oleh keyakinan akan kemampuan yang ada dalam dirinya. Pelatih yang memiliki keyakinan diri akan konsisten dalam melatih. Hal ini merupakan adanya konsistensi dalam aspek emosionalnya. Zinnser, et al., (2001) menjelaskan bahwa penampilan terbaik adalah korelasi langsung antara kepercayaan diri yang tinggi dan keberhasilan performa olahraga. Pendapat tersebut sangat beralasan karena untuk mencapai prestasi puncak dalam olahraga tidak sedikit tantangan dan hambatan yang datang silih berganti. Maka untuk mengatasi masalah tersebut yaitu kepercayaan diri. Tanpa adanya kepercayaan diri maka banyak masalah yang akan timbul. Tapi sayangnya di daerah Kota Yogyakarta pelatih ekstrakulikuler di tingkat Sekolah Menengah Pertama rata-rata pelatih tersebut belum mempunyai

lisensi melatih dan berasal dari guru yang mengajar sekolah tersebut. Faktor kendalanya yaitu tidak mempunyai bekal melatih dan cara melatihnya monoton.

Atas latar belakang masalah diatas, maka penulis bermaksud mengadakan penelitian “seberapa besar tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta.

### **B. Identifikasi masalah**

Berdasarkan uraian dari latar belakang masalah tersebut di atas, maka dapat ditarik indentifikasi masalah, yaitu :

1. Kurangnya perhatian sekolah bahwa ekstrakulikuler sangat penting dalam pengembangan bakat siswa
2. Masih banyak pelatih ekstrakulikuler yang belum berlisensi dalam mengampu ekstrakulikuler di sekolah masing-masing
3. Kurangnya pengalaman pelatih dalam melatih ekstra di setiap sekolah dalam target pencapaian prestasi
4. Belum diketahui tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta

### **C. Pembatasan masalah**

Untuk menghindari terjadinya penafsiran dan agar permasalahan ini tidak menjadi luas, maka perlu adanya batasan-batasan sehingga ruang lingkup penelitian ini menjadi jelas dan terarah pada sasaran. Berdasarkan identifikasi masalah diatas maka permasalahan akan di batasi pada tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta.

## **D. Rumusan Masalah**

Berangkat dari latar belakang masalah sebagaimana tersebut di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian “Seberapa besar tingkat keyakinan diri para pelatih ekstrakurikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Kota Yogyakarta terhadap keberhasilan melatih cabang olahraga yang dilatihnya?”

## **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui keyakinan diri para pelatih ekstrakurikuler olahraga Sekolah Menegah Pertama se-Kota Yogyakarta.

## **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang ingin diperoleh melalui penelitian ini ada, yaitu manfaat teoretis dan manfaat praktis.

### **1. Manfaat Teoretis**

Penelitian ini akan mengungkap tentang keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler. Dengan diungkapkannya variabel tersebut akan sangat berguna sebagai referensi untuk pengembangan penelitian lebih lanjut dalam kajian keyakinan diri pelatih eskul olahraga di sekolah.

### **2. Manfaat Praktis**

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

- a. FIK UNY, sebagai bahan informasi atau masukan dalam rangka mengambil kebijakan untuk perbaikan kurikulum pendidikan kepelatihan pelatih dan guru pendidikan jasmani yang sesuai dengan kebutuhan di lapangan.

- b. Kepala Sekolah SMP, untuk memberi dukungan akan terselenggaranya ekstrakulikuler olahraga yang lebih berkualitas khususnya.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Ekstrakurikuler Olahraga**

###### **a. Pengertian Ekstrakulikuler**

Ekstrakulikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar sekolah yang bertujuan untuk mengembangkan bakat serta kemampuan siswa. Kegiatan ekstrakulikuler biasanya ada di setiap sekolah-sekolah dari dasar sampai ke sekolah menengah atas. Kegiatan ekstrakulikuler itu bermacam-macam tetapi disini penulis membatasi pada kegiatan ekstrakulikuler olahraga yang ada di SMP.

Menurut Yuyun Ari Wibowo dan Fitria Dwi Andriyani ( 2014:2) adalah kegiatan yang dilakukan di luar jam sekolah yang berfungsi untuk mewadahi dan mengembangkan potensi, minat dan bakat siswa. Selain itu, kegiatan ekstrakulikuler diartikan sebagai kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran dan pelayanan konseling untuk membantu mengembangkan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah/madrasah (Direktorat Pembinaan SMA, 2010:76). Terdapat berbagai kategori kegiatan ekstrakulikuler, baik ekstrakulikuler olahraga, seni, kesehatan, Bahasa, maupun berisfat ilmiah.

Menurut Depdikbud (1994: 6) bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga adalah kegiatan olahraga yang di lakukan di luar jam pelajaran tatap muka, dilaksanakan untuk lebih memperluas wawasan atau kemampuan peningkatan dan

penerapan nilai pengetahuan dan keterampilan atau kemampuan olahraga. Hastuti (2008:63), menyatakan ekstrakurikuler adalah suatu kegiatan yang diselenggarakan untuk memenuhi tuntutan penguasaan bahan dan kajian pelajaran dengan lokasi waktu yang diatur secara tersendiri berdasarkan pada kebutuhan.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa ekstrakurikuler olahraga merupakan sarana untuk mewadahi minat dan potensi non akademik siswa dalam aktivitas olahraga. Melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga akan meningkatkan kemampuan dan keterampilan olahraga yang digeluti siswa. Artinya siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga akan meningkatkan keterampilan olahraganya. Sayangnya belum banyak sekolah yang benar-benar memanfaatkan program ekstrakurikuler olahraga sebagai sarana untuk meraih prestasi.

### **b. Tujuan Ekstrakurikuler Olahraga**

Tujuan dari kegiatan ekstrakurikuler menurut (Sopiatun, 2010:98) adalah menumbuh kembangkan pribadi siswa yang sehat jasmani dan rohani, bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, memiliki kepedulian dan tanggung jawab melalui berbagai kegiatan positif di bawah tanggung jawab sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler yang merupakan seperangkat pengalaman belajar memiliki nilai-nilai manfaat bagi pembentukan kepribadian siswa. Setiap sekolah mempunyai tujuan dan target masing-masing. Beberapa sekolah mengunggulkan ekstrakurikuler olahraga yang menurut sekolah tersebut dapat berprestasi dan bersaing dengan sekolah-sekolah lainnya. Adapun tujuan ekstrakurikuler menurut Suryosubroto (2009:287) yaitu:

- 1) Kegiatan ekstrakulikuler harus dapat meningkatkan kemampuan peserta didik berdasarkan kognitif, afektif, dan psikomotor.
- 2) Mengembangkan bakat dan minat peserta didik dalam upaya pengembangan manusia seutuhnya menuju yang positif.
- 3) Dapat mengetahui, mengenal serta membedakan antara hubungan satu pelajaran dengan mata pelajaran yang lain.

Depdikbud (2013:7), menyatakan tujuan ekstrakulikuler adalah (1) meningkatkan dan memantapkan pengetahuan peserta didik, (2) mengembangkan bakat, (3) mengenal hubungan antara mata pelajaran dengan kehidupan masyarakat.

Berdasarkan uraian tersebut di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa pengembangan dan pembinaan kegiatan ekstrakurikuler hendaknya memperhatikan beberapa aspek penting yang mendukung keberlangsungan kegiatan ekstrakurikuler. Selain itu dapat memberi kesempatan penyalurkan bakat serta minat dan bersifat positif tanpa mengganggu ataupun merusak potensi alam dan lingkungan. Untuk mencapai kemandirian, kepribadian, dan kerjasama dapat dikembangkan melalui kegiatan ekstrakulikuler seperti pramuka, sedangkan untuk mengembangkan potensi, bakat, minat dapat memilih sesuai keinginan. Dalam kegiatan tersebut semua di bawah tanggung jawab sekolah.

Hal yang terpenting adalah SDM guru dan pelatih harus kompeten agar tujuan dari spesialisasi misalnya dalam bidang olahraga benar-benar dapat menunjang terwujudnya atlet. Dengan kata lain kegiatan ekstrakurikuler olahraga bisa menjadi sumber bibit-bibit unggul calon olahragawan.

## **2. Hakikat Pelatih**

### **a. Pengertian pelatih**

Menurut Yuyun Ari Wibowo dan Fitria Dwi Andriyani ( 2014:15) sukses tidaknya kegiatan kepelatihan olahraga di sekolah di pengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari segi pelatih, peserta didik, sarana dan prasarana, sekolah, orangtua, maupun kondisi masyarakat sekitar. Dari berbagai faktor tersebut, pelatih memiliki andil yang besar dalam kesuksesan kegiatan ekstrakurikuler olahraga di sekolah. Pelatih dalam olahraga prestasi mempunyai tugas untuk membantu atlet untuk mencapai prestasi maksimal. Pelatih diakui keberhasilannya dalam melatih bila atlet binaanya bisa meraih kemenangan dan mendapatkan prestasi tinggi. Keberhasilan dan kegagalan atlet dalam suatu pertandingan dipengaruhi program latihan dari pelatih. Pendapat lain yang dikemukakan oleh Pate, at. all, (dalam kasiyo Dwijowinoto, 1993:5), pelatih adalah seorang yang professional yang tugasnya membantu olahragawan dan tim dalam memperbaiki penampilan olahraganya. Pelatih adalah suatu profesi, sehingga pelatih diharapkan dapat memberikan pelayanan sesuai standar atau ukuran professional yang ada. Pelatih harus mengikuti perkembangan ilmu pelatihan yang ada untuk mengoptimalkan penampilan atlet.

Harsono (1988:31) menyatakan bahwa tinggi rendahnya prestasi atlet banyak tergantung dari tinggi rendahnya pengetahuan dan kemampuan serta keterampilan seorang pelatih, Pendidikan formal dalam ilmu olahraga dan kepelatihan akan sangat membantu segi kognitif dan psikomotorik dari pelatih. Brooks dan Fahey (dalam Dimyati, 2006:149) mengemukakan bahwa pelatih

mempunyai tugas sebagai perencana, pemimpin, teman, pembimbing, dan pengontrol program latihan. Sedangkan atlet mempunyai tugas melakukan latihan sesuai program yang telah ditentukan pelatih.

Dari berbagai pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa pelatih adalah orang yang mempunyai tugas membimbing anak latihnya dalam berolahraga, yang dimaksud adalah mematangkan atau membentuk anak latihnya hingga mempunyai prestasi yang maksimal dalam berolahraga. Karena pada umumnya pelatih telah melewati kiprahnya di dunia olahraga sebagai atlet. Oleh sebab itu,ketika menjadi pelatih bagi atlet-atlet di sebuah cabang olahraga, pelatih harus menjalankan profesi nya secara professional.

### **b. Tugas dan Peran Pelatih**

Dalam proses berlatih melatih, *coach* (pelatih) memiliki tugas dan peranan yang amat penting. Menurut Sukadiyanto (2005:4), tugas seorang pelatih, antara lain: (1) merencanakan, menyusun, melaksanakan, dan mengevaluasi proses berlatih melatih, (2) mencari dan memilih olahragawan yang berbakat, (3) memimpin dalam pertandingan (perlombaan), (4) mengorganisir dan mengelola proses latihan, (5) meningkatkan pengetahuan ketrampilan. Tugas pelatih yang utama adalah membimbing dan mengungkapkan potensi yang dimiliki olahragawan, sehingga olahragawan dapat mandiri sebagai peran utama yang mengaktualisasikan akumulasi hasil latihan ke dalam pertandingan.

Menurut Djoko Pekik Irianto (2002:16), 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.

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

- 1) Guru, menanamkan pengetahuan, *skill*, dan ide-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.

Dengan demikian tugas dan peran pelatih sangatlah penting untuk pencapaian prestasi atlet. Pelatih yang kompeten harus melaksanakan tugas yang diembannya dengan baik, seperti yang dikemukakan Thomson, pelatih harus mampu berperan sebagai; guru, pelatih, instruktur, motivator, penegak disiplin, manager, administrator, agen penerbit, pekerja sosial, teman, ahli imu pengetahuan.

### c. Keyakinan Diri

Tingkat keyakinan diri merupakan prediktor keberhasilan dalam setiap

kompetisi. Pelatih bisa melaksanakan tugas-tugasnya dengan baik tentu didasari oleh keyakinan akan kemampuan yang ada dalam dirinya. Pelatih yang memiliki keyakinan diri akan konsisten dalam melatih. Hal ini merupakan adanya konsistensi dalam aspek emosionalnya. Zinnser, et al., (2001) menjelaskan bahwa penampilan terbaik adalah korelasi langsung antara kepercayaan diri yang tinggi dan keberhasilan performa olahraga. Pendapat tersebut sangat beralasan karena untuk mencapai prestasi puncak dalam olahraga tidak sedikit tantangan dan hambatan yang datang silih berganti. Maka untuk mengatasi masalah tersebut yaitu kepercayaan diri. Tanpa adanya kepercayaan diri maka banyak masalah yang akan timbul.

Greenleaf, Gould dan Dieffenbach (2001:154-184) menegaskan bahwa keyakinan diri juga didefinisikan sebagai penilaian tentang kemampuan seseorang untuk berhasil melaksanakan sebuah tugas. Sedangkan, keyakinan diri berhubungan dengan persepsi dari kemampuan pelatih untuk menghasilkan prestasi atlet yang dibinanya. Sullivan dan Kent (2003:1-11) mendefinisikan keyakinan diri adalah kemampuan seseorang yang bersifat subjektif bahwa dirinya mampu untuk melaksanakan tugas tertentu yang bersifat khusus. Saranson (1993) menjelaskan bahwa kepercayaan diri merupakan perasaan yang berisi kekuatan, kemampuan dan keterampilan untuk melakukan dan menghasilkan sesuatu yang dilandasi keyakinan untuk sukses. Weinberg & Gould (1995:300) menjelaskan bahwa kepercayaan diri merupakan sebuah keyakinan memiliki kemampuan untuk menampilkan apa yang diinginkan secara sukses.

Dengan demikian, keyakinan diri berkaitan dengan penilaian kontekstual

tentang kemampuan seseorang dalam melaksanakan tugas tertentu yang bersifat khusus dan keberhasilan tugas itu lebih banyak ditentukan oleh dirinya. Persepsi ini adalah antisipasi kuat dari perilaku dan pola pikir seseorang tersebut dan bertanggung jawab agar tercapai kesuksesan.

Bandura dalam Feltz, Short, & Sullivan (2008:7) mengatakan bahwa *past performance accomplishments* adalah yang paling berpengaruh terhadap keyakinan diri. Pernyataan ini diperkuat oleh Haas & Northam (2010:2) yang mengatakan, “*Enactive mastery experiences refer to one's personal experiences and are considered the most dependable source of efficacy expectations, serving as indicators of capability.*” Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pengalaman seseorang terhadap sebuah capaian akan memengaruhi keyakinan dirinya. Jika seorang individu pernah berhasil dalam melakukan sebuah tugas, maka keyakinan dirinya akan bagus. Demikian pula sebaliknya, jika individu pernah gagal, maka keyakinan dirinya menjadi kecil.

Hal ini berarti seorang pelatih harus bisa memberikan pengalaman yang baik bagi atlet agar atlet memiliki keyakinan yang tinggi. Pernyataan ini sesuai dengan apa yang disampaikan, Feltz & Cathy (2001:343), “*the extent of the persuasive influence on self-efficacy has also been hypothesized to depend on the prestige, credibility, expertise, and trustworthiness of the persuader. Coaches are usually believed to be credible sources of their athletes' capabilities.*” Pernyataan Feltz & Lirg ini menunjukkan bahwa keyakinan diri seorang atlet dipengaruhi oleh kemampuan pelatih dalam melatih. Dengan demikian peran guru sangatlah penting dalam membentuk sikap keyakinan diri pada atlet.

Menurut feltz & Cathy (2001:343) keyakinan diri sedikit banyak juga dipengaruhi oleh kondisi psikologi individu yang bersangkutan. Kondisi emosional seperti kegairahan, rasa takut, kecemasan, dan persepsi keberhasilan yang dimiliki seorang individu akan berpengaruh terhadap keyakinan diri.

Bandura menyarankan agar ada empat sumber keyakinan diri, yaitu:

- a) Pengalaman keberhasilan, merupakan sumber informasi efektif dalam mempengaruhi efikasi diri pada diri individu, karena didasarkan pada pengalaman-pengalaman baik berupa keberhasilan dan kegagalan pribadi individu tersebut secara nyata.
- b) Bercermin pada pengalaman orang lain, keberhasilan orang lain dengan kemampuan yang setara atau sebanding dalam mengerjakan suatu tugas dapat dijadikan sebagai pedoman untuk meningkatkan efikasi diri guna melaksanakan tugas yang sama.
- c) Persuasi verbal, individu diarahkan dengan saran, nasihat, dan bimbingan agar ia dapat meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk mencapai suatu tujuan.
- d) Keadaan psikologis, individu akan menjadikan informasi sebagai dasar atas kondisi fisiologis untuk menilai kemampuannya. Ketegangan fisik dalam situasi yang menekan akan di pandang individu sebagai suatu tanda ketidak mampuan karena hal itu dapat melemahkan prestasi kerja individu.

Fakta menunjukkan bahwa konsep keyakinan diri dalam konteks olahraga sangat penting bagi pelatih, atlet, dan penonton karena setidaknya ada dua alasan.

Pertama, sebagai pelatih merasa sangat gembira ketika dia mengetahui apa yang dirasakan dan dipikirkan atlet tentang kemampuan, dan bakat dan karakter yang mereka kembangkan. Kedua, kemampuan pelatih sangat penting untuk lebih memahami jiwa atlet dan dapat menghasilkan prestasi olahraga yang sangat baik (Shelangoski, Hambrick, dan Gross, 2014).

Dengan demikian keyakinan diri dipengaruhi oleh beberapa hal diantaranya adalah pengalaman, kemampuan melatih yang dimiliki pelatih, dan kondisi emosi yang dimiliki atlet. Dari ketiga hal tersebut dapat diketahui bahwa pelatih memiliki peran andil yang besar membantu atlet mencapai prestasi.

## B. Penelitian yang Relevan

Manfaat dari penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang sedang dilakukan menjadi jelas. Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan Amrih Ibnu Wicaksana (2013) yang berjudul “kualitas Layanan Pelatih sekolah Sepakbola di Kabupaten Sleman”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kualitas layanan pelatih sekolah sepakbola di kabupaten Sleman. Jenis Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah survey dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa sekolah sepak bola usia 13-14 tahun di SSB Kabupaten Sleman yang terdaftar dalam IKA SSB Kabupaten Sleman, yaitu berjumlah 21 SSB. Sampel yang diambil dari teknik proporsional random sampling, berjumlah 83 siswa. Instrumen yang digunakan adalah angket. Analisis data menggunakan deskriptif presentase. Berdasarkan

hasil analisis menunjukkan bahwa kualitas layanan pelatih sekolah sepakbola di Kabupaten Sleman secara umum dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 43,37% dan ditinjau dari lima faktor; (1) *Tangibles*, (2) *Empathy*, (3) *Reliability* (4) *Responsiveness*, dan (5) *Assurance*, dari faktor faktor *Tangibles* dengan persentase sebesar 77,53% dan masuk dalam kategori sangat baik, faktor *Emphaty* dengan persentase sebesar 79,26% dan masuk dalam kategori sangat baik, faktor *Reliability* persentase sebesar 71,08% dan masuk dalam kategori baik, faktor *Responsiveness* persentase 69,73% dan masuk dalam kategori baik, dan faktor *Assurance* persentase sebesar 75,85% dan masuk dalam kaegori sangat baik.

2. 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 tingkat 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 menunjukkan bahwa tingkat keyakinan diri guru Penjas Sekolah Dasar Se-Kecamatan Kalasan dalam melaksanakan kurikulum 2013 berada pada kategori “sangat yakin” sebanyak 5 guru (20,0%); pada kategori “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 tidak yakin” sebanyak 0 (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%

### **C. Kerangka Berfikir**

Pelatih disini mempunyai peran yang sangat penting dalam terciptanya atlet yang potensial. Menyiapkan atlet agar matang dalam menghadapi pertandingan atau kompetisi adalah tugas pelatih, hal itu perlu disiapkan sedini mungkin. Melalui prosedur, sistematik dan jangka waktu yang panjang. Pelatih pada hakikatnya membantu perkembangan atlet sehingga atlet dapat mengembangkan dirinya sendiri.

Pelatih bisa melaksanakan tugas-tugasnya dengan baik tentu didasari oleh keyakinan diri akan kemampuan yang ada dalam dirinya dan akan menimbulkan konsisten dalam melatih. Pengalaman seorang pelatih juga sangat penting dalam melaksanakan pelatihan, karena jika pelatih pernah berhasil dalam melakukan sebuah tugas, maka keyakinan dirinya akan bagus. Demikian pula sebaliknya, jika pelatih pernah gagal, maka keyakinan dirinya menjadi kecil.

Selama ini pada kegiatan ekstrakulikuler di daerah Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta cenderung latihan hanya monoton, dikarenakan pengalaman dan penguasaan materi pelatih masih kurang. Sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang menggunakan pendekatan kuantitatif. Sugiyono (2007:147), menyatakan penelitian deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dan teknik pengumpulan data dengan instrumen berupa kuisioner.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini akan berlangsung di Kota Yogyakarta, tepatnya di sekolah-sekolah SMP yang ada di Kota Yogyakarta. Waktu penelitian (pengambilan data) akan dilakukan selama 1 bulan, yaitu selama April 2019.

#### **C. Populasi Penelitian dan Sampel**

##### **1. Populasi**

Menurut Siyoto & Sidik (2015:64) populasi adalah merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari objek/subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk mempelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 2006:115). Populasi dalam penelitian ini adalah pelatih ekstrakulikuler olahraga dan pembina ekstrakulikuler di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta yang berjumlah 80 pelatih dari 32 sekolah.

## 2. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 2006:76).

Sugiyono (2007:35) menyatakan bahwa sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Pengambilan Sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan *simple random sampling*.

Pengambilan sampel di lakukan secara diundi tiap wilayah. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 pelatih dari 9 sekolah. Rincian sampel penelitian disajikan pada tabel 1 sebagai berikut:

**Tabel 1. Rincian Subjek Penelitian**

No	Nama sekolah	Alamat	Jumlah Pelatih
1	SMP Muhammadiyah 7 Yogyakarta	Jl. Purbaya, Purbaya, Kec.Kota Gede, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55173	5
2	SMP Negeri 16 Yogyakarta	Patehan, Kecamatan Kraton, Kota Yogayakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55133	4
3	SMP Negeri 15 Yogyakarta	Jl. Tegal Lempuyangan No.16, Bausasran, Kec. Danurejan, Kota Yogyakarta, Derah Istimewa Yogyakarta 55211	4
4	SMP Negeri 8 Yogyakarta	Jl. Kahar Muzajir No.2, terban, Kec. Gondokusuman, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55223	3
5	SMP Negeri 6 Yogyakarta	Jl. R.W Monginsidi No.1, Cokrodiningraton, Kec. Jetis, Kota Yogyakarta, Daerah	6

		Istimewa Yogyakarta 55233	
6	SMP Taman Dewasa Jetis	Jl. AM. Sangaji No. 39, Cokrodiningrat, Kec. Jetis, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55233	2
7	SMP Negeri 1 Yogyakarta	Jl. Cik Di Tiro No.29, Terban, Kec. Gondokusuman, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55223	3
8	SMP Negeri 2 Yogyakarta	Jl. Panembahan Senopati No. 28-30, Prawirodirjan, Kec. Gondomanan, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55121	2
9	SMP Negeri 14 Yogyakarta	Jl. Tentara Pelajar, Bumijo, Kec. Jetis, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55231	1
<b>Jumlah</b>		<b>30 orang</b>	

#### D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta. Definisi operasionalnya adalah keyakinan diri pelatih dalam melaksanakan program latihan berdasarkan faktor pengalaman keberhasilan, pengalaman orang lain, persuasi verbal, kondisi psikologis. Untuk mengungkap variabel ini menggunakan instrumen *Coaching Efficacy Scale (CES)*.

## **E. Teknik dan instrumen Pengumpulan Data**

### **1. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuisioner menurut Suharsimi Arikunto (2006:151) angket atau kuesioner adalah sejumlah pertanyaan yang tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui.

### **2. Instrumen**

Instrumen berupa kuesioner yang digunakan dalam penelitian dengan *Coaching Efficacy Scale* (CES) yang dikembangkan oleh Feltz, Chase, Moritz, & Sullivan (1999: 765–776). CES dikembangkan untuk mengukur keyakinan diri pelatih terhadap kemampuannya untuk mempengaruhi pembelajaran dan kinerja atlitnya. Faktor-faktor spesifik yang diukur - teknik instruksional, motivasi, pengembangan karakter, dan strategi permainan yang sesuai dengan teori keyakinan diri dari Bandura (1997). Menurut model efektivitas pembinaan Horn (2002: 309–354), mengapa keyakinan pelatih (misalnya, efikasi diri) terkait dengan persepsi dan prestasi atlet karena pengaruh keyakinan ini terhadap perilaku pelatih. Tapi, pengaruh perilaku pelatih terhadap persepsi diri, motivasi, dan prestasi atlet tersebut dimediasi, setidaknya sebagian, oleh evaluasi atlet terhadap perilaku pelatih mereka. Data demografik responden juga menggunakan instrumen berupa angket yang mengungkap tentang jenis olahraga, lama mengelola eskrakulikuler di SMP dan pengalaman menjadi pelatih. Instrumen yang akan digunakan terlebih dahulu diuji coba untuk dicari validitas isi dan validitas empiris serta reabilitasnya.

Komponen-komponen angket sebagai alat pengumpulan data disajikan berupa kisi-kisi penelitian sebagai berikut:

**Tabel 2. Kisi-Kisi Instrumen Uji Coba**

Variabel	Faktor	Indikator	No. Item Positif	No. Item Negatif
Tingkat Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakulikuler SMP Se-Kota Madya Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY)	Pengalaman Keberhasilan	Rencana Pengelolaan Program	1,2,7,8	3,4,11
	Persuasi verbal	Peningkatan keyakinan diri terhadap kemampuan	5	6
	Kondisi Psikologis	Motivasi diri	10	9,12

### **3. Uji Coba Penelitian Instrumen**

Uji coba Instrumen untuk mengetahui baik burunya instrument penelitian yang akan digunakan, dan untuk mengetahui tingkat validitas dan reabilitas instrument yang dibuat maka sebaiknya angket harus diuji cobakan terlebih dahulu untuk memastikan variabel yang akan diteliti.

Dalam suatu penelitian yang menggunakan instrumen, perlu dilakukan uji validitas untuk mengetahui kevalidan dari instrument yang dibuat. Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data itu valid. Valid

berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur (Sugiyono, 2010:173).

Uji coba dilakukan pada pelatih ekstrakulikuler SMP dan SMA pada Kabupaten Sleman dan Kota Yogyakarta yang berjumlah 33 orang. Data pelatih ujicoba terdapat pada lampiran 10. Untuk mengetahui apakah instrumen baik atau tidak. Uji coba dilakukan pada tanggal 1 Februari 2019.

## **F. Validasi dan Realibilitas Instrumen**

### **1. Uji Validasi**

Validitas adalah ukuran yang menunjukkan tingkatan-tingkatan kesahihan suatu instrument. Jogiyanto (2008:169) mengatakan bahwa “suatu instrument dikatakan sahih apabila instrument tersebut mampu mengukur apa yang seharusnya diukurnya”. Uji Validitas untuk instrument yang berupa angket/kuisisioner penelitian dilakukan dengan *Expert Judgement*. Penelitian ini menggunakan uji validitas konstruk (*construct validity*) dengan menggunakan pendapat dari ahli (*Expert Judgement*). Setelah instrument dikonstruksi pada aspek-aspek yang akan diukur yaitu pengalaman keberhasilan, pengalaman orang lain, persuasi verbal, kondisi psikologis. Selanjutnya dikonsultasikan dengan para ahli yaitu Bapak Ermawan Susanto, M.Pd dan Bapak Joko Purwanto, M.Pd.

Selain uji validitas, perlu juga dilakukan uji reliabilitas pada instrumen penelitian. Reliabilitas instrumen menggambarkan pemantapan dan keajegan alat ukur yang digunakan. Oleh karena itu, pengujian reliabilitas angket dimaksudkan untuk mengetahui sejauh mana konsisten hasil pengukuran yang dilakukan

(Gunawan, 2005:89). Adapun hasil uji validitas instrumen pada tabel 3 sebagai berikut:

**Tabel 3. Hasil Uji Validitas Instrumen**

<b>Butir</b>	<b>r hitung</b>	<b>r tabel</b>	<b>Keterangan</b>
01	0,351	0,334	Valid
02	0,750	0,334	Valid
03	0,908	0,334	Valid
04	0,619	0,334	Valid
05	0,908	0,334	Valid
06	0,753	0,334	Valid
07	0,750	0,334	Valid
08	0,908	0,334	Valid
09	0,388	0,334	Valid
10	0,383	0,334	Valid
11	0,354	0,334	Valid
12	0,750	0,334	Valid

Hasil uji validitas dari 12 butir pertanyaan pada tabel 3 dikatakan valid semua, sebelumnya ketentuan r tabel terdapat pada lampiran 13 sebagai acuan. Bisa dikatakan valid karena hasil dari r hitung lebih besar dari r tabel seperti yang sudah tertera diatas.

## **2. Uji Reliabilitas**

Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui sejauh mana alat pengukur (instrument) dapat dilihatkan kemantapan dan stabilitas hasil pengamatan dan diukur dengan instrument tersebut dalam penelitian berikutnya dengan kondisi yang tetap. Adapun menurut Sugiyono (2013:168), “instrumen yang bila digunakan

beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama akan menghasilkan data yang sama”. Untuk memperoleh reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* (Suharsimi Arikunto, 2010:136). Hasil penghitungan menggunakan bantuan program SPSS 23.

Berdasarkan hasil analisis, hasil uji reliabilitas instrumen pada tabel 4 sebagai berikut:

**Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas**

<i>Crosbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,897	12

#### **G. Teknis Analisis Data**

Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data sehingga data dapat ditarik suatu kesimpulan. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif kuantitatif. Penghitungan statistic deskriptif menggunakan statistic deskriptif persentase.

Sugiyono (2013:300), menyatakan bahwa:

“Perhitungan Statistik Deskriptif menggunakan Statistik Deskriptif prosentase, karena termasuk dalam persentase deskriptif antara lain penyajian data melalui table, grafik, diagram, lingkaran, pictogram, perhitungan mean, modus, median, perhitungan desil, presentil, perhitungan penyebaran data, perhitungan rata-rata dan standar deviasi dan perhitungan prosentase”.

Jawaban setiap instrumen yang menggunakan *scala likert* mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif. Menurut Sugiyono (2007:93-95) *scala likert* digunakan mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. *Scala likert* mempunyai mempunyai

lima jawaban, yaitu: sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Pemberian skor terhadap masing-masing jawaban adalah sebagai berikut.

**Tabel 5. Skor Alternatif Jawaban Instrumen Penelitian**

Pernyataan	Skor positif	Skor negative
SS	5	1
S	4	2
R	3	3
TS	2	4
STS	1	5

Keterangan:

SS : Sangat Setuju

TS : Tidak Setuju

S : Setuju

STS: Sangat Tidak Setuju

R : Ragu-ragu

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase. Dengan rumus sebagai berikut (Sudijono, 2015:43):

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P: Angka Persentase

F: Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N: *Number of cases* (jumlah frekuensi/banyaknya individu)

Teknik analisis data penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian dituangkan dalam presentase berdasarkan tingkat

keyakinan baik secara menyeluruh ataupun setiap faktor menjadi 5 kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, sangat rendah (Sudijono, 2012,175).

**Tabel 6. Tingkatan Kategori**

No	Rumus Interval	Kategori
1	$X \geq M + 1,5 SD$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Tinggi
3	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	Rendah
5	$X < M - 1,5 SD$	Sangat Rendah

Keterangan:

M : Mean

SD : Standar Deviasi

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

Hasil penelitian ini bertujuan untuk menguji tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta. Pembahasan terlebih dahulu mengenai hasil statistik deskriptif, selanjutkan akan dibahas instrumen tiap butirnya. Penelitian ini menggunakan program computer *SPSS versi 23.0 for windows software*. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Se-Kota Madya. Tes keyakinan dilakukan dalam bentuk tertulis berupa kuesioner checklist pada masing-masing faktor pengalaman keberhasilan terdiri dari 7 soal, faktor pengalaman orang lain, faktor persuasi verbal 2 soal, dan faktor kondisi psikologis 3 soal, sehingga jumlah keseluruhan butir soal sebanyak 12 soal. Hasil penelitian dapat dijelaskan sebagai berikut:

##### **1) Deskripsi Statistik Karakteristik Responden**

###### **a. Jenis Kelamin**

Karakteristik pelatih ekstrakulikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta berdasarkan jenis kelamin disajikan pada tabel 7 sebagai berikut:

**Tabel 7. Karakteristik Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Jenis Kelamin**

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
1	Laki-laki	27	90%
2	Perempuan	3	30%
<b>Jumlah</b>		<b>30</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan penelitian pada tabel 7 tersebut diatas dapat dijelaskan bahwa tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta berdasarkan jenis kelamin yaitu, laki-laki sebesar 90% (27 Pelatih), dan perempuan sebesar 30% (3 pelatih).

#### b. Usia

Karakteristik pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta berdasarkan usia disajikan pada tabel 8 sebagai berikut:

**Tabel 8. Karakteristik Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Usia**

No	Usia	Frekuensi	Presentase
1	< 30 tahun	14	47%
2	31-40 tahun	3	10%
3	41-50 tahun	7	23%
4	51-60 tahun	6	20%
<b>Jumlah</b>		<b>30</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan penelitian pada tabel 8 tersebut diatas dapat dijelaskan bahwa tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama

Se-Kota Yogyakarta berdasarkan usia yaitu, dibawah 30 tahun sebesar 47% (14 pelatih), 31-40 tahun sebesar 10% (3 pelatih), 41-50 tahun sebesar 23% (7 pelatih), dan 51-60 tahun sebesar 20% (6 pelatih).

### c. Lama Mengelola Ekstrakulikuler

Karakteristik pelatih ekstrakulikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta berdasarkan lama mengelola ekstrakulikuler disajikan pada tabel 9 sebagai berikut:

**Tabel 9. Karakteristik Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Lama Mengelola Esktrakulikuler**

No	Lama Mengelola Esktrakulikuler	Frekuensi	Presentase
1	< 5 tahun	10	33%
2	6-10 tahun	8	27%
3	11-15 tahun	9	30%
4	>15 tahun	3	10%
<b>Jumlah</b>		<b>30</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan penelitian pada tabel 9 tersebut diatas dapat dijelaskan bahwa tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta berdasarkan lama mengelola ekstrakulikuler yaitu, kurang dari 5 tahun sebesar 33% (10 pelatih), 6-10 tahun sebesar 27% (8 pelatih), 11-15 tahun sebesar 30% (9 pelatih), dan lebih dari 15 tahun sebesar 10% (3 pelatih).

#### **d. Mengikuti Pelatihan**

Karakteristik pelatih ekstrakulikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta berdasarkan mengikuti pelatihan disajikan pada tabel 10 sebagai berikut:

**Tabel 10. Karakteristik Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Mengikuti Pelatihan**

No	Mengikuti Pelatihan	Frekuensi	Presentase
1	Ya	23	77%
2	Tidak	7	23%
<b>Jumlah</b>		<b>30</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan penelitian pada tabel 10 tersebut diatas dapat dijelaskan bahwa tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta berdasarkan mengikuti pelatihan yaitu, menjawab “ya” sebesar 77% (23 pelatih), menjawab “tidak” sebesar 23% (7 pelatih).

#### **e. Frekuensi mengikuti Pelatihan**

Karakteristik pelatih ekstrakulikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta berdasarkan frekuensi mengikuti pelatihan disajikan pada tabel 11 sebagai berikut:

**Tabel 11. Karakteristik Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Frekuensi Mengikuti Pelatihan**

No	Frekuensi Mengikuti Pelatihan	Frekuensi	Presentase
1	1-3 kali	14	47%
2	5-7 kali	12	40%
3	8-10 kali	0	0%
4	>10 kali	4	13%
<b>Jumlah</b>		<b>30</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan penelitian pada tabel 11 tersebut diatas dijelaskan bahwa tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta berdasarkan frekuensi mengikuti pelatihan yaitu, 1-3 kali sebesar 47% (14 pelatih), 5-7 kali sebesar 40% (12 pelatih), 8-10 kali sebesar 0% (0 pelatih), > 10 kali sebesar 13% (4 pelatih).

#### f. Level Lisensi kepelatihan

Karakteristik pelatih ekstrakulikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta berdasarkan level lisensi kepelatihan disajikan pada tabel 12 sebagai berikut:

**Tabel 12. Karakteristik Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Level Lisensi Kepelatihan**

No	Level Lisensi Kepelatihan	Frekuensi	Presentase
1	Daerah Kabupaten/Kodya	23	77%
2	Provinsi	3	7%
3	Nasional	5	16%
4	Internasional	0	0%
<b>Jumlah</b>		<b>30</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan penelitian pada tabel 12 tersebut diatas dapat dijelaskan bahwa tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta berdasarkan level lisensi kepelatihan yaitu, Daerah Kabupaten/Kodya sebesar 77% (23 pelatih), Provinsi sebesar 7% (3 pelatih), Nasional sebesar 16% (5 pelatih, Internasional 0% (0 pelatih).

## **2) Deskripsi Statistik Hasil Penelitian Keseluruhan**

Hasil statistik keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler secara keseluruhan disajikan pada Tabel 13. Berdasarkan tabel 13 dapat dijelaskan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta secara rata-rata (mean) sebesar 40,7, nilai tengah (median) sebesar 40, nilai yang sering muncul (modus) sebesar 40, simpangan baku (standar deviasi) sebesar 3,78, nilai terkecil (minimun) sebesar 36 dan nilai terbesar (maksimum) sebesar 53. Secara ringkas dapat dilihat melalui tabel 13 Sebagai berikut:

**Tabel 13. Statistik Deskriptif Tingkat Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta**

Statistik	Skor
N	30
Mean	40,7
Median	40
Modus	40
Standar Deviasi	3,78
Minimum	36
Maksimum	53

Tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama pada tabel 13 juga dapat disajikan berdasarkan distribusi frekuensi menjadi lima kategori sesuai yang dilakukan oleh Sudijono (2012:175).

Distribusi frekuensi tersebut disajikan pada tabel 14. Tabel 14 dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 14. Distribusi Frekuensi Tingkat Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$X \geq 46,37$	Sangat Tinggi	2	7%
2	$40,71 \leq X < 46,37$	Tinggi	10	33%
3	$38,81 \leq X < 40,71$	Sedang	8	27%
4	$35,03 \leq X < 38,81$	Rendah	10	33%
5	$X < 35,03$	Sangat Rendah	0	0%
<b>Jumlah</b>			<b>30</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 14 diatas dapat dijelaskan bahwa tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta dengan rata-rata 40,7. Berdasarkan lima kategori (Sudijono,2012), tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta pada 30 pelatih dengan kategori sangat tinggi sebanyak 2 pelatih atau sebesar 7%, kategori tinggi 10 pelatih atau sebesar 33%, kategori sedang 8 pelatih atau sebesar 27%, kategori rendah 10 pelatih atau sebesar 33%, kategori sangat rendah 0 pelatih atau 0%. Tabel 14 menunjukkan bahwa frekuensi Tingkat Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta paling banyak terdapat pada kategori tinggi dan rendah.

### **3) Deskripsi Statistik Hasil Penelitian Berdasarkan Faktor-Faktor**

Penelitian ini menggunakan tiga faktor untuk mengetahui tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama se-Kota

Yogyakarta sesuai dengan teori Bandura (1997). Faktor tersebut adalah pengalaman keberhasilan, persuasi verbal, kondisi psikologis. Berikut ini dijelaskan deskriptif statistik pada masing-masing faktor.

#### a. Pengalaman Keberhasilan

Pada tabel 15 terlihat bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta berdasarkan faktor pengalaman keberhasilan memiliki nilai rata-rata (mean) sebesar 23,93, nilai tengah (median) sebesar 24, nilai yang sering muncul (modus) sebesar 24, simpangan baku (standar deviasi) sebesar 2,13, nilai terkecil (minimum) sebesar 20 dan nilai terbesar (maksimum) sebesar 30. Secara ringkas dapat dilihat melalui tabel 15 sebagai berikut:

**Tabel 15. Statistik Deskriptif tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler Olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Faktor Pengalaman Keberhasilan**

Statistik	Skor
N	30
Mean	23,93
Median	24
Modus	24
Standar Deviasi	2,13
Minimum	20
Maksimum	30

Tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler pada tabel 15 juga dapat disajikan berdasarkan distribusi frekuensi menjadi lima kategori sesuai yang

dilakukan oleh Sudijono (2012: 175). Distribusi Frekuensi tersebut disajikan pada tabel 16. Tabel 16 dapat dilihat pada tabel dibawah sebagai berikut:

**Tabel 16. Distribusi Frekuensi Tingkat Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Faktor pengalaman keberhasilan**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$X \geq 27,12$	Sangat Tinggi	2	7%
2	$24,99 \leq X < 27,12$	Tinggi	8	27%
3	$22,87 \leq X < 24,99$	Sedang	13	43%
4	$20,74 \leq X < 22,87$	Rendah	7	23%
5	$X < 20,74$	Sangat Rendah	0	0%
<b>Jumlah</b>			<b>30</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 16 dapat dijelaskan bahwa tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta dengan rata-rata 23,93. Berdasarkan lima kategori (Sudijono,2012), tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta pada 30 pelatih dengan kategori sangat tinggi sebanyak 2 pelatih atau sebesar 7%, kategori tinggi 8 pelatih atau sebesar 27%, kategori sedang 13 pelatih atau sebesar 43%, kategori rendah 7 pelatih atau sebesar 23%, kategori sangat rendah 0 pelatih atau 0%. Tabel 16 menunjukkan bahwa frekuensi Tingkat Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta paling banyak terdapat pada kategori sedang.

### **b. Persuasi Verbal**

Pada tabel 17 terlihat bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta berdasarkan faktor persuasi verbal memiliki nilai rata-rata (mean) sebesar 6,96, nilai tengah (median) sebesar 7, nilai yang sering muncul (modus) sebesar 6, simpangan baku (standar deviasi) sebesar 1,27, nilai terkecil (minimum) sebesar 4 dan nilai terbesar (maksimum) sebesar 9. Secara ringkas dapat dilihat melalui tabel 17 Sebagai berikut:

**Tabel 17. Statistik Deskriptif tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Faktor Persuasi Verbal**

Statistik	Skor
N	30
Mean	6,96
Median	7
Modus	6
Standar Deviasi	1,27
Minimum	4
Maksimum	9

Tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler pada tabel 17 juga dapat disajikan berdasarkan distribusi frekuensi menjadi lima kategori sesuai yang dilakukan oleh Sudijono (2012: 175). Distribusi Frekuensi tersebut disajikan pada tabel 18. Tabel 18 dapat dilihat pada tabel dibawah sebagai berikut:

**Tabel 18. Distribusi Frekuensi Tingkat Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Faktor Persuasi Verbal**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$X \geq 8,86$	Sangat Tinggi	5	17%
2	$7,59 \leq X < 8,86$	Tinggi	5	17%
3	$6,33 \leq X < 7,59$	Sedang	6	20%
4	$5,06 \leq X < 6,33$	Rendah	13	43%
5	$X < 5,06$	Sangat Rendah	1	3%
<b>Jumlah</b>			<b>30</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 18 dapat dijelaskan bahwa tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta dengan rata-rata 6,96. Berdasarkan lima kategori (Sudijono,2012), tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta pada 30 pelatih dengan kategori sangat tinggi sebanyak 5 pelatih atau sebesar 17%, kategori tinggi 5 pelatih atau sebesar 17%, kategori sedang 6 pelatih atau sebesar 20%, kategori rendah 13 pelatih atau sebesar 43%, kategori sangat rendah 1 pelatih atau 3%. Tabel 18 menunjukkan bahwa frekuensi Tingkat Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta paling banyak terdapat pada kategori rendah.

### c. Kondisi Psikologis

Pada tabel 19 terlihat bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta berdasarkan faktor kondisi

psikologis memiliki nilai rata-rata (mean) sebesar 9,8, nilai tengah (median) sebesar 10, nilai yang sering muncul (modus) sebesar 9, simpangan baku (standar deviasi) sebesar 1,97, nilai terkecil (minimum) sebesar 5 dan nilai terbesar (maksimum) sebesar 14. Secara ringkas dapat dilihat melalui tabel 19 Sebagai berikut:

**Tabel 19. Statistik Deskriptif tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Faktor Kondisi Psikologis**

Statistik	Skor
N	30
Mean	9,8
Median	10
Modus	9
Standar Deviasi	1,97
Minimum	5
Maksimum	14

Tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler pada tabel 19 juga dapat disajikan berdasarkan distribusi frekuensi menjadi lima kategori sesuai yang dilakukan oleh Sudijono (2012: 175). Distribusi Frekuensi tersebut disajikan pada tabel 20. Tabel 20 dapat dilihat pada tabel dibawah sebagai berikut:

**Tabel 20. Distribusi Frekuensi Tingkat Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakulikuler Olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Faktor Kondisi Psikologis**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$X \geq 12,75$	Sangat Tinggi	3	10%
2	$10,78 \leq X < 12,75$	Tinggi	7	23%
3	$8,82 \leq X < 10,78$	Sedang	14	47%
4	$6,85 \leq X < 8,82$	Rendah	5	17%
5	$X < 6,82$	Sangat Rendah	1	3%
<b>Jumlah</b>			<b>30</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 20 diatas dapat dijelaskan bahwa tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta dengan rata-rata 9,8. Berdasarkan lima kategori (Sudijono,2012), tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta pada 30 pelatih dengan kategori sangat tinggi sebanyak 3 pelatih atau sebesar 10%, kategori tinggi 7 pelatih atau sebesar 23%, kategori sedang 14 pelatih atau sebesar 47%, kategori rendah 5 pelatih atau sebesar 17%, kategori sangat rendah 1 pelatih atau 3%. Tabel 20 menunjukkan bahwa frekuensi Tingkat Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakulikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta paling banyak terdapat pada kategori sedang.

#### 4) Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta.

Mengetahui tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler berdasarkan faktor pengalaman keberhasilan, persuasi verbal, kondisi psikologis. Berikut akan dijelaskan secara rinci pada pembahasan di bawah ini:

Berdasarkan hasil penelitian tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta masuk dalam kategori tinggi dan rendah. Hasil penelitian didapatkan tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta paling besar pada kategori tinggi dan rendah yaitu sebesar 33% (10 Pelatih), artinya pelatih sudah ada yang yakin tentang keyakinan dirinya mulai dari perencanaan program, dasar melatih / lisensi melatih. Hal ini sangat penting karena apabila pembinaan sudah berjalan dan pelatih yang memiliki kompetensi diasumsikan akan memiliki keyakinan diri yang tinggi untuk berhasil mengelola eskul olahraga di sekolah. Namun masih ada juga pelatih yang kurang yakin terhadap kemampuan melatihnya atau perencanaan program. Greenleaf, Gould dan Dieffenbach (2001:154-184) menegaskan bahwa keyakinan diri juga didefinisikan sebagai penilaian tentang kemampuan seseorang untuk berhasil melaksanakan sebuah tugas. Sedangkan, keyakinan diri berhubungan dengan persepsi dari kemampuan pelatih untuk menghasilkan prestasi atlet yang dibinanya.

Hal tersebut juga dikarenakan pengaruh dari faktor pengalaman keberhasilan, persuasi verbal, kondisi psikologis. Hasil analisis pada tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta berdasarkan faktor pengalaman keberhasilan, persuasi verbal, kondisi psikologis diketahui bahwa:

### 1) Faktor Pengalaman Keberhasilan

Faktor pengalaman keberhasilan dalam tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta masuk dalam kategori sedang. Hal ini sesuai dengan dengan kondisi sebenarnya yang terjadi pada pelatih ekstrakulikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta. Menurut Bandura dalam Feltz, Short, & Sullivan (2008:7) mengatakan bahwa *past performance accomplishments* adalah yang paling berpengaruh terhadap keyakinan diri. Pernyataan ini diperkuat oleh Haas & Northam (2010:2) yang mengatakan, “*Enactive mastery experiences refer to one's personal experiences and are considered the most dependable source of efficacy expectations, serving as indicators of capability.*” Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pengalaman seseorang terhadap sebuah capaian akan memengaruhi keyakinan dirinya. Jika seorang individu pernah berhasil dalam melakukan sebuah tugas, maka keyakinan dirinya akan bagus. Demikian pula sebaliknya, jika individu pernah gagal, maka keyakinan dirinya menjadi kecil.

Tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta masih pada rata-rata, ada pelatih yang sudah berpengalaman dalam melatih, dan ada juga pelatih yang kurang berpengalaman.

### 2) Persuasi Verbal

Faktor persuasi verbal dalam tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta masuk dalam kategori rendah. Menurut Bandura (1997), menyatakan bahwa individu diarahkan dengan

saran, nasihat, dan bimbingan agar ia dapat meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk mencapai suatu tujuan. Dalam penelitian ini tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta masih rendah dikarenakan dari pelatih itu sendiri kurangnya feedback dari pelatih yang lain atau orang-orang yang sudah pengalaman dalam melatih.

### 3) Kondisi Psikologis

Faktor kondisi psikologis dalam tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta masuk dalam kategori rendah. Menurut Bandura (1997), individu akan menjadikan informasi sebagai dasar atas kondisi fisiologis untuk menilai kemampuannya. Ketegangan fisik dalam situasi yang menekan akan di pandang individu sebagai suatu tanda ketidak mampuan karena hal itu dapat melemahkan prestasi kerja individu. Dalam penelitian ini tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta masih rendah dikarenakan pelatih dalam melaksanakan program latihan yang rumit pelatih masih kurang percaya diri akan berhasil atau tidak saat melaksanakan program tersebut.

Kepercayaan diri merupakan salah satu mengembangkan aktivitas dan kreativitas sebagai upaya dalam mencapai prestasi. kepercayaan diri merupakan perasaan yang berisi kekuatan, kemampuan dan keterampilan untuk melakukan dan menghasilkan sesuatu yang dilandasi keyakinan untuk sukses (Saranson, 1993). Zinnser, et al., (2001) menjelaskan bahwa penampilan terbaik adalah korelasi langsung antara kepercayaan diri yang tinggi dan keberhasilan performa olahraga.

Pendapat tersebut sangat beralasan karena untuk mencapai prestasi puncak dalam olahraga tidak sedikit tantangan dan hambatan yang datang silih berganti. Terbentuknya keyakinan diri adalah suatu proses belajar bagaimana merespon berbagai rangsangan dari luar dirinya melalui interaksi dengan lingkungannya.

Peran pelatih sangatlah penting untuk pencapaian prestasi atlet. Pelatih yang kompeten harus melaksanakan tugas yang diembannya dengan baik, seperti yang dikemukakan Thomson yang dikutip Djoko Pekik Irianto (2002), pelatih harus mampu berperan sebagai; guru, pelatih, instruktur, motivator, penegak disiplin, manager, administrator, agen penerbit, pekerja sosial, teman, ahli ilmu pengetahuan.

Pelatih adalah orang yang mempunyai tugas membimbing anak latihnya dalam berolahraga, yang dimaksud adalah mematangkan atau membentuk anak latihnya hingga mempunyai prestasi yang maksimal dalam berolahraga. Harsono (1988) menyatakan bahwa tinggi rendahnya prestasi atlet banyak tergantung dari tinggi rendahnya pengetahuan dan kemampuan serta keterampilan seorang pelatih, Pendidikan formal dalam ilmu olahraga dan kepelatihan akan sangat membantu segi kognitif dan psikomotorik dari pelatih.

## 5) Keterbatasan Hasil Penelitian

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

1. Keterbatasan waktu penelitian mengakibatkan peneliti sulit mengetahui kesungguhan responden dalam mengerjakan angket.

2. Responden yang diteliti tidak semuanya dengan jumlah pelatih sekitar 60 pelatih, peneliti hanya bisa mengambil sampel sebanyak 30 pelatih, dikarena minimnya waktu dan tenaga.
3. Saat pengambilan data penelitian yaitu saat penyebaran angket penelitian kepada responden , tidak dapat dipantau secara langsung dan cermat apakah jawaban yang diberikan oleh responden benar-benar sesuai dengan pendapatnya sendiri atau tidak.

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diambil kesimpulan bahwa, tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta dengan kategori sangat tinggi sebesar 7%, kategori tinggi sebesar 33%, kategori sedang sebesar 27%, kategori rendah sebesar 33%, kategori sangat rendah sebesar 0%.

#### **B. Implikasi**

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

1. Dengan diketahui tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta dapat digunakan untuk masukan yang bermanfaat bagi pelatih olahraga dan pihak sekolah supaya lebih memperbaiki kualitas dalam keyakinan diri.
2. Pelatih secara langsung dapat mengetahui seberapa besar tingkat keyakinan diri terutama berdasarkan ketiga faktor tersebut.
3. Pelatih dapat menjadikan hasil ini sebagai bahan pertimbangan untuk lebih meningkatkan tingkat keyakinan diri dengan memperbaiki faktor-faktor atau indikator-indikator yang kurang.

### **C. Saran**

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

1. Agar mengembangkan penelitian lebih dalam lagi tentang tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta
2. Agar melakukan penelitian tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakulikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta dengan metode lain.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Bandura A.(1997) Self-efficacy: The exercise of control. New York:Freeman
- Depdikbud. (1994). *Petunjuk Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Dimyati. (2006). Peranan Psikologi Olahraga Dalam Mengembangkan Olahraga Prestasi di Indonesia. *PSIKOLOGIKA*. Vol. 11, No.22, Hal-149
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Kepelatihan*. Yogyakarta: FIK UNY. Fakultas Ilmu Keolahrgaan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Feltz DL, Chase MA, Moritz SE, Sullivan PJ.(1999) A conceptual model of coaching efficacy: Preliminary investigation and instrument development. *Journal of Educational Psychology*.
- Genika, D. (2014). *Tingkat Keyakinan Diri Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Dalam Melaksanakan Kurikulum 2013 se Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman, Yogyakarta*. Skripsi. FIK UNY. Yogyakarta
- Greenleaf C, Gould D and Dieffenbach K. (2001) Factors influencing Olympic performance: interviews with Atlanta and Nagano US Olympians. *J Appl Sport Psychol*
- Gunawan Sudarmanto. (2005). Analisis Regresi Linier dengan SPSS. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Harsono. (1988). Coaching dan Aspek-aspek Psikologi dalam Coaching. Jakarta: PT. Dirjen Dikti P2LPT.
- Hastuti, T.A. (2008). Kontribusi Ekstrakulikuler Bola Basket Terhadap Pembibitan Atlet dan Peningkatan Kesegaran Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Jurusan Pendidikan Olahraga. Fakultas Ilmu Keolahrgaan.
- Horn TS. (2002) Coaching effectiveness in the sports domain. In: Horn TS, editor. *Advances in sport psychology*. 2nd ed. Human Kinetics; Champaign
- Jogiyanto. (2008). *Metodologi Penelitian Sistem Informasi*. Yogyakarta: CV Andi
- Kasiyo Dwijowinoto. (1993). *Dasar-Dasar Ilmiah Kepelatihan* (Pate, Rotella, dan Me Clenaghan Terjemah). Semarang: IKIP Semarang Press.
- Komaruddin. (2013). *Psikologi Olahraga*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Prihantoro, G. (2010). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pencapaian Prestasi Di*

- Club Panjat Tebing On-Sight Batang.* Skripsi. FIK UNNES. Semarang.
- Sopiatun, P. 2010. Manajemen Belajar Berbasis Kepuasan Siswa. Cilegon: Ghalia Indonesia
- Sudijono, A. (2012). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sudijono, A. (2015). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. (2007). “*Metode Penelitian Kuantitatif dan R & D*”. Bandung: Alfabeta
- \_\_\_\_\_. (2010). “*Metode Penelitian Kuantitatif dan R & D*”. Bandung: Alfabeta
- \_\_\_\_\_. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto. (2005). *Pengantar Teori Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sullivan PJ and Kent A. (2003). Coaching efficacy as a predictor of leadership style in intercollegiate athletics. J Appl Sport Psychol.
- Suryobroto, B.(2009). *Proses Belajar Mengajar Di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Syamsuryadin. (2016). *Pemahaman Pelatih Bola Voli di Kabupaten Sleman Mengenai Program Latihan Mental*. Skripsi. FIK UNY. Yogyakarta
- Wibowo, Y.A & Andriyani, F.D. (2014). *Pengembangan Ekstrakurikuler Olahraga Sekolah*. Yogyakarta: UNYpress.
- Yudha M. Saputra. (1998). *Pengembangan Kegiatan KoEkstrakurikuler*. Jakarta: Depdikbud.

## LAMPIRAN

## Lampiran 1. Surat Permohonan Validasi Ahli 1

### **Surat Permohonan Validasi Instrumen Penelitian TA**

Hal : Permohonan Validasi Instrumen TA

Lampiran : 1 Bendel

Kepada Yth,

Drs. Joko Purwanto, M.Pd.

Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

di Fakultas Ilmu Keolahragaan

Sehubungan dengan pelaksanaan Tugas Akhir (TA), dengan ini saya:

Nama : Novita Kusumadewi

NIM : 15601241110

Program Studi : PJKR

Judul TA : Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler SMP Se-Kota Madya Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY)

dengan hormat mohon Bapak/Ibu berkenan memberikan validasi terhadap instrumen penelitian TA yang telah saya susun. Sebagai bahan pertimbangan, bersama ini saya lampirkan: (1) proposal TA, (2) kisi-kisi instrumen penelitian TA, dan (3) Instrumen penelitian TA.

Demikian permohonan saya, atas bantuan dan perhatian Bapak/Ibu diucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 11 Februari 2019  
Pemohon,

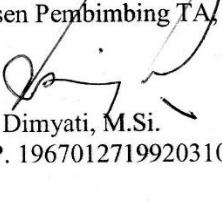
  
Novita Kusumadewi  
NIM 15601241110

Mengetahui,

Kaprodi PJKR,

  
Dr. Guntur, M.Pd.  
NIP. 198109262006041001

Dosen Pembimbing TA

  
Dr. Dimyati, M.Si.  
NIP. 196701271992031002

Lampiran 2. Surat Keterangan Validasi Ahli 1

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI  
INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Drs. Joko Purwanto, M.Pd  
NIP : 196208051989011001  
Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa:

Nama : Novita Kusumadewi  
NIM : 15601241110  
Program Studi : PJKR  
Judul TA : Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler SMP Se-Kota  
Madya Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY).

Setelah dilakukan kajian atas instrumen penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

- Layak digunakan untuk penelitian  
 Layak digunakan dengan perbaikan  
 Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 11 Februari 2019

Validator,



Drs. Joko Purwanto, M.Pd.  
NIP. 196208051989011001

Catatan:

- Beri tanda ✓

Lanjutan lampiran 2

**SURAT KETERANGAN EXPERT JUDGEMENT**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Drs. Joko Purwanto, M.Pd.

Unit Kerja : FIK UNY

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

Nama : Novita Kusumadewi

NIM : 15601241110

Judul Skripsi : Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler SMP Se-Kota Madya

Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY)

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

Yogyakarta, 11 Februari 2019

Yang menerangkan



Drs. Joko Purwanto, M.Pd  
NIP. 196208051989011001

### Lampiran 3. Surat Permohonan Validasi Ahli 2

#### **Surat Permohonan Validasi Instrumen Penelitian TA**

Hal : Permohonan Validasi Instrumen TA

Lampiran : 1 Bendel

Kepada Yth,

Ermawan Susanto, M.Pd.

Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

di Fakultas Ilmu Keolahragaan

Sehubungan dengan pelaksanaan Tugas Akhir (TA), dengan ini saya:

Nama : Novita Kusumadewi

NIM : 15601241110

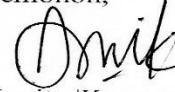
Program Studi : PJKR

Judul TA : Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler SMP Se-Kota Madya Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY)

dengan hormat mohon Bapak/Ibu berkenan memberikan validasi terhadap instrumen penelitian TA yang telah saya susun. Sebagai bahan pertimbangan, bersama ini saya lampirkan: (1) proposal TA, (2) kisi-kisi instrumen penelitian TA, dan (3) Instrumen penelitian TA.

Demikian permohonan saya, atas bantuan dan perhatian Bapak/Ibu diucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 11 Februari 2019  
Pemohon,

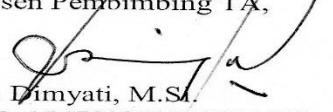
  
Novita |Kusumadewi  
NIM 15601241110

Mengetahui,

Kaprodi PJKR,

  
Dr. Gunur, M.Pd.  
NIP. 198109262006041001

Dosen Pembimbing TA,

  
Dr. Dimyati, M.Si.  
NIP. 196701271992031002

## Lampiran 4. Surat Keterangan Validasi Ahli 2

### **SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ermawan Susanto, M.Pd  
NIP : 197807022002121004  
Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa:

Nama : Novita Kusumadewi  
NIM : 15601241110  
Program Studi : PJKR  
Judul TA : Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler SMP Se-Kota  
Madya Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY).

Setelah dilakukan kajian atas instrumen penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

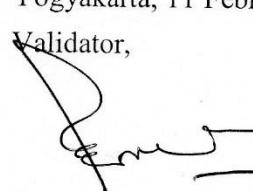
- Layak digunakan untuk penelitian
- Layak digunakan dengan perbaikan
- Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 11 Februari 2019

Validator,



Ermawan Susanto, M.Pd.

NIP. 197807022002121004

Catatan:

- Beri tanda ✓

## Lanjutan Lampiran 4

### **SURAT KETERANGAN EXPERT JUDGEMENT**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ermawan Susanto, M.Pd.

Unit Kerja : FIK UNY

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

Nama : Novita Kusumadewi

NIM : 15601241110

Judul Skripsi : Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler SMP Se-Kota Madya

Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY).

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

Yogyakarta, 11 Februari 2019  
Yang menerangkan



Ermawan Susanto, M.Pd  
NIP. 197807022002121004

## Lampiran 5. Surat Keterangan Izin Observasi



### KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA FAKULTAS ILMU KEOLAHHRAGAAN

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541  
Email : [humas\\_fik@uny.ac.id](mailto:humas_fik@uny.ac.id) Website : [fik.uny.ac.id](http://fik.uny.ac.id)

Nomor : 8,05 /UN.34.16/PP/2018.

25 Februari 2019

Lamp. : 1 Eks.

Hal : Permohonan Izin Observasi.

**Kepada Yth.**

**Kepala Dinas Pendidikan Kota Yogyakarta  
di Tempat.**

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin observasi, wawancara, dan mencari data untuk melengkapi tugas mata kuliah "Skripsi", dengan ini kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin observasi bagi mahasiswa:

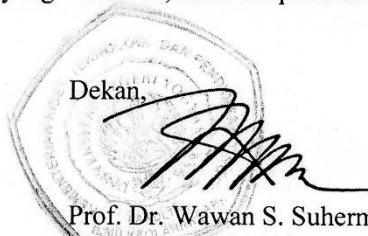
No.	NIM	Nama	Prodi
1	15601241110	Novita Kusumadewi	P J K R

Dosen Pengampu : Dr. Dimyati, M.Si.  
NIP : 19670127 199203 1 002

Pelaksanaan observasi pada :

Waktu : 1 s/d 12 Februari 2019  
Tempat/Objek : Dinas Pendidikan Kota Yogyakarta,  
Judul : Tingkat Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler SMP se-Kota Madya DIY

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.



Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.  
NIP. 19540707 198812 1 001 1 001.

Tembusan :

1. Dosen Pembimbing/Pengampu.
2. Mhs ybs

Lampiran 6. Surat Izin Penelitian dari Fakultas



**KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541

Nomor : 03.43/UN.34.16/PP/2019.

18 Maret 2019.

Lamp. : 1 Eks.

Hal : Permohonan Izin Penelitian.

**Kepada Yth.**

**Kepala SMP .....**

**di Tempat.**

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Novita Kusumadewi  
NIM : 15601241110  
Program Studi : PJKR  
Dosen Pembimbing : Dr. Dimyati, M.Si.  
NIP : 196701271992031002  
Penelitian akan dilaksanakan pada :  
Waktu : Maret s/d April 2019  
Tempat : SMP se-Kota Yogyakarta  
Judul Skripsi : Tingkat Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler SMP se-Kota Madya Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY)

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

Dekan,

Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.  
NIP. 19640707 198812 1 001

**Tembusan :**

1. Kaprodi PJKR.
2. Pembimbing Tas.
3. Mahasiswa ybs.

Lampiran 7. Surat Izin Penelitian dari Pemerintah DIY



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA

Kepatihan Danurejan Yogyakarta Telepon (0274) 562811 Faximili (0274) 588613  
Website : jogjaprov.go.id Email : santel@jogjaprov.go.id Kode Pos 55213

Yogyakarta, 19 Februari 2019

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

NCMOR: 070 / 012.18

TENTANG

PENERBITAN SURAT KETERANGAN PENELITIAN

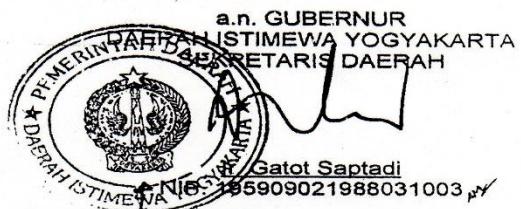
Berdasarkan Peraturan Menteri Dalam Negeri No.3 Tahun 2018 Tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian maka disampaikan hal-hal sebagai berikut :

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.

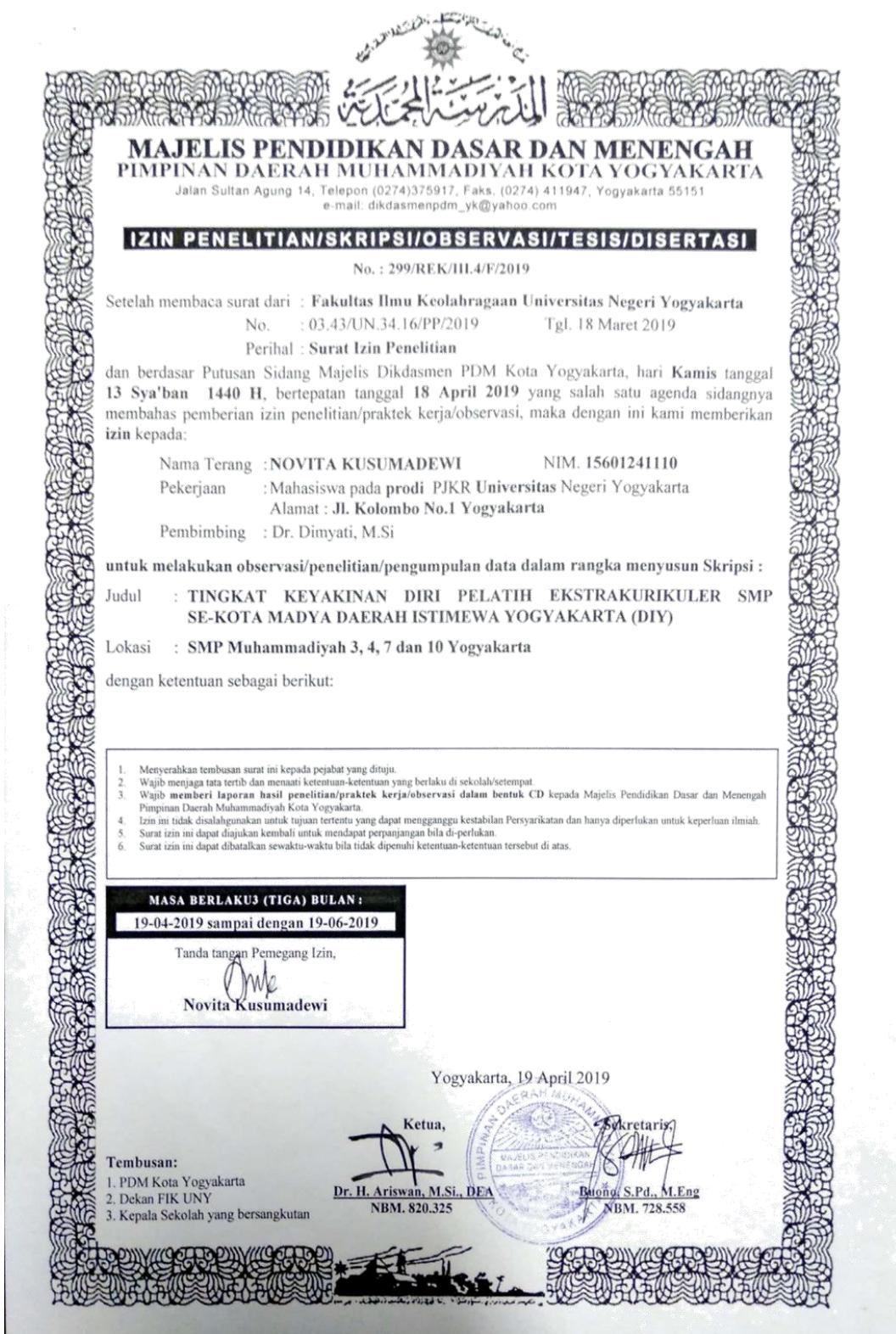
Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu/Saudara berkenan memperbanyak dan mensosialisasikan kepada pejabat dan pegawai di lingkungan kerja Bapak/Ibu/Saudara serta membantu menyebarluaskan kepada masyarakat umum.

Atas perhatiannya, kami ucapan terimakasih.

Ditetapkan di Yogyakarta  
Pada tanggal



## Lampiran 8. Surat Keterangan Penelitian dari Sekolah



## Lanjutan Lampiran



**PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA  
DINAS PENDIDIKAN  
SMP Negeri 8**

Jalan Prof. Dr. Kahar Muzakir No. 2 Kode Pos 55223 Telepon. 541483 Fax 516013  
Http://www.smpn8jogja.sch.id; Email: humas.smpn8jogja@gmail.com  
HOTLINE SMS : 08122780001 HOTLINE EMAIL : [upik@jogjakota.go.id](mailto:upik@jogjakota.go.id)  
WEBSITE : [www.smpn8jogja-sch.id](http://www.smpn8jogja-sch.id)

**SURAT KETERANGAN**  
No: 007/358

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: RETNA WURYANINGSIH, S.Pd.,M.Pd.
NIP	: 19690726 199512 2 003
Pangkat/Gol	: Pembina IV/a
Jabatan	: Kepala SMP Negeri 8 Yogyakarta

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa:

Nama	: NOVITA KUSUMADEWI
NIM	: 15601241110
Prodi	: PJKR
Fakultas	: Fakultas Ilmu Keolahragaan

Benar-benar telah melakukan penelitian di SMP Negeri 8 Yogyakarta .

Dengan Judul: " Tingkat keyakinan diri pelatihg Ektarakulikuler SMP Se- Kota Madya  
Daerah Istimewa Yogyakarta"

Tanggal : 11 s.d 18 April 2019

Demikian surat keterangan ini agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 22 April 2019

Kepala Sekolah



**SEGORO AMARTO**  
SEMANGAT GOTONG ROYONG AGAME MAJUNE NGAYOGYAKARTO  
KEMANDIRIAN-KEDISIPLINAN-KEPEDULIAN-KEBERSAMAAN



DINAS PENDIDIKAN  
**SMP NEGERI 15 YOGYAKARTA**  
Jalan Tegal Lempuyangan Nomor 61 Telepon 512912 Yogyakarta  
Website : <http://www.smpn15yoga.com>  
Email : [smpn15\\_yk@yahoo.co.id](mailto:smpn15_yk@yahoo.co.id)  
Fax : (0274) 544903

**SURAT KETERANGAN PRA PENELITIAN**

Nomor : 070 /287

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMP Negeri 15 Yogyakarta :

Nama : SITI ARINA BUDIASTUTI, M.Pd.BI  
NIP : 19660929 199903 2 004  
Pangkat / Golongan : Pembina / IV/a

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nam : NOVITA KUSUMADEWI  
NIM : 15601241110  
Pekerjaan : Mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta  
Prodi : PJKR  
Fakultas : Fakultas ilmu Keolahragaan  
Judul Penelitian : TINGKAT KEYAKINAN DIRI PELATIH EKTRAKURIKULER SMP  
SE KOTA MADYA DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA (DIY)

Telah melakukan penelitian pada tanggal, 09 April 2019 s/d 16 April 2019 berdasarkan surat dari Kementerian Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi Universitas Negeri Yogyakarta  
Fakultas Ilmu Keolahragaan No.03.43/UN. 34.16/PP/2019 tanggal, 18 Maret 2019

Demikian Surat Keterangan ini kami buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.



**SEGORO AMARTO**  
SEMANGAT GOTONG ROYONG AGAME MAJUNE NGAYOGYAKARTA  
KEDISIPLINAN - KEPEDULIAN SOSIAL - GOTONG ROYONG - KEMANDIRIAN



PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA  
**DINAS PENDIDIKAN**  
**SMP NEGERI 6**  
Jl. RW Monginsidi No 1 Yogyakarta Kode Pos 55233, Telp. (0274) 512258 Fax (0274) 512268.  
EMAIL : smpn6yk@yahoo.com  
HOT LINE SMS 08564056681 HOT LINE E MAIL : smpn6yk@yahoo.com  
WEBSITE : www.smpn6yoga.sch.id  
YOGYAKARTA 55233

## SURAT KETERANGAN

Nomor : 070/244

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : **Dra. T. SUGIYARTI**  
NIP : 19620702 198303 2 011  
Pangkat, Golongan : Pembina Tk. I/IV/b  
Jabatan : Kepala Sekolah

Dengan ini memberi tugas dan ijin

Nama : NOVITA KUSUMADEWI  
NIM : 15601241110  
Program studi : PJKR

Benar-benar telah melaksanakan pra penelitian di SMP Negeri 6 Yogyakarta dengan judul "Tingkat Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler SMP se-Kota Madya Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY)".  
Waktu Penelitian : Maret s/d 4 April 2019

Demikian keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan seperlunya.

Yogyakarta, 18 April 2019

  
**Dra. T. SUGIYARI**  
NIP 19620702 198303 2 011



**SEGORO AMARTO**  
SEMANGAT GOTONG ROYONG AGAME MAJUNE NGAYOGYOKARTO  
KEMANDIRIAN - KEDISIPLINAN - KEPEDULIAN - KEBERSAMAAN

**INSTRUMEN KEYAKINAN DIRI PELATIH  
EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA  
DI SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMP)**

---



Oleh  
Tim Peneliti  
Jurusan Pendidikan Olahraga

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
TAHUN 2019**

**Instrumen  
Untuk PELATIH**

**SKALA EFKASI DIRI**  
**Keyakinan Diri Pelatih terhadap Keberhasilan Pengelolaan**  
**Ekstrakulikuler Olahraga**

---

**Data Demografik Responden**

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

\*) Jika keberatan boleh tidak diisi

- Mohon untuk diberi tanda silak (X) pada setiap pertanyaan dibawah ini, yang sesuai dengan keadaan Anda.

1. Apa jenis kelamin Anda?  Laki-laki  Perempuan

2. Berapa usia Anda?

Dibawah 30 tahun  41-50 tahun  
 31-40 tahun  51-60 tahun

3. Sudah berapa lama Anda mengelola kegiatan ekstrakurikuler olahraga?

Kurang dari 5 tahun  11-15 tahun  
 6-10 tahun  Lebih dari 15 tahun

4. Apakah Anda mengikuti pelatihan yang terkait dengan cabang olahraga ekstrakurikuler yang dibina di sekolah?

Ya  Tidak

Jika jawaban ya, maka lanjutkan kepertanyaan no (5)

5. Sudah berapa kali Anda mengikuti pelatihan cabang olahraga ekstrakurikuler yang dibina di sekolah?

1-3 kali  8-10 kali  
 5-7 kali  Lebih dari 10 kali

6. Level lisensi kepelatihan cabang olahraga yang diikuti....\*)

Daerah Kabupaten/Kota  Nasional  
 Provinsi  Internasional

**Instrumen  
Untuk PELATIH**

**SKALA EFKASI DIRI**  
**Keyakinan Diri Pelatih terhadap Keberhasilan Pengelolaan**  
**Ekstrakurikuler Olahraga**

---

**A. Petunjuk Pengisian**

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

SS = 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. Pernyataan Skala Efikasi Diri**

No	Item Pernyataan	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.					
4	Jika saya memiliki ide baru untuk mencoba program latihan Eskul olahraga dan diperkirakan akan					

	berhasil baik itu rumit, maka saya tidak memulainya.				
5	Banyak masalah tidak menyenangkan untuk sukses dalam mengelola program latihan Eskul olahraga tapi saya kelola sampai selesai.				
6	Saya kesulitan memecahkan masalah dalam pengelolaan program latihan Ekskul Olahraga untuk berhasil baik.				
7	Jika saya telah membuat keputusan untuk melakukan pengelolaan program latihan Ekskul Olahraga yang lebih baik, saya akan melakukannya.				
	<b>Item Pernyataan</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>R</b>	<b>TS</b>
8	Jika saya memulai untuk pengelolaan program latihan Ekskul 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 Ekskul Olahraga membuat saya kehilangan kontrol dan keseimbangan diri.				
10	Jika saya membuat kegagalan dalam mengelola program Ekskul olahraga, saya akan berusaha lebih keras lagi.				
11	Saya tidak mulai belajar suatu hal baru untuk mengembangkan program latihan Ekskul 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 10. Daftar Nama Pelatih untuk Uji Coba

<b>NO</b>	<b>NAMA PELATIH</b>	<b>ASAL SEKOLAH</b>
1	Rudy Kurniawan	MTS N 5 Sleman
2	Surya Yulianta	SMP N 1 Semin
3	Ghulam Zakky	SMA Kolese De Brito
4	Anis Sekar	SMA Kesatuan Bangsa
5	Nuryana	SMK Muhammadiyah 1 Wates
6	Ridwan Afif	SMA N 4 Yogyakarta
7	Maftuhin	SMA N 4 Yogyakarta
8	Avicenia	SMA N 5 Yogyakarta
9	Muryani	SMK Muhammadiyah 1 Wates
10	Sumardi, S.pd	SMA N 1 Piyungan
11	Rubianto	SMA Kesatuan Bangsa
12	Dita Meydina	SMA N 1 Pleret
13	Iryan Atika P	SMA N 4 Yogyakarta
14	Synta Kusuma W	MAN 3 Sleman
15	Irfan Agun K	Mu'allimin Yogyakarta
16	Mahasin Sri L	SMK N 1 Kesehatan
17	M Rudy Purnomo	SMA Kolese De Brito
18	Ghozi Indra W	SMA N Kokap
19	Uttoro	SMA Muhammadiyah 1 Yogyakarta
20	Didik	SMP N 2 Tempel
21	Choirul Arsyad	Madrasah Aliyah N 1 Sleman
22	Damar Aji	SMP Muhammadiyah Pakem
23	Nurma Nirmala	SMA Angkasa Adisutjipto
24	Indra Awaludin	SMA N 2 Ngaglik
25	Bayu Umarwoko	SMA N 1 Seyegan Sleman
26	Dewi Nurhidayah	SMP N 2 Moyudan
27	Qurrotaayun	SMK YPKK 3 Sleman
28	Novita Kusumadewi	MTS N 5 Sleman
29	M Syarifudin J	SMA N 2 Ngaglik
30	M Bisma R	MTS N 5 Sleman
31	Alfian Damara	SMP N 2 Mlati
32	Bagas Asmoro	SMA GAMA
33	Arifin Purnama	SMP N 2 Moyudan

Lampiran 11. Data Uji Coba

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	$\Sigma$
1	4	5	4	4	4	4	5	4	3	4	4	5	50
2	4	4	2	1	2	2	4	2	3	4	4	4	36
3	4	2	3	4	3	2	2	3	5	5	5	2	40
4	4	5	3	2	3	2	5	3	3	5	3	5	43
5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	5	3	5	51
6	2	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	44
7	4	5	4	3	4	3	5	4	3	5	3	5	48
8	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
9	4	5	4	4	4	4	5	4	4	5	4	5	52
10	4	4	3	4	3	2	4	3	2	5	4	4	42
11	5	4	4	4	4	4	4	4	3	4	5	4	49
12	4	3	2	3	2	4	3	2	3	3	3	3	35
13	4	5	4	3	4	4	5	4	4	4	5	5	51
14	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	49
15	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	60
16	4	2	2	2	2	2	2	2	1	4	2	2	27
17	5	5	5	5	5	5	5	5	2	4	5	5	56
18	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	59
19	4	5	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	52
20	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	47
21	4	5	5	5	5	5	5	5	5	3	1	5	53
22	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	44
23	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
24	4	4	3	4	3	3	4	3	4	5	5	4	46
25	4	5	4	4	4	4	5	4	4	5	3	5	51
26	5	5	4	4	4	4	5	4	4	5	5	5	54
27	5	4	1	3	1	1	4	1	4	2	4	4	34
28	4	5	4	4	4	3	5	4	4	5	5	5	52
29	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	58
30	4	4	4	1	4	4	4	4	5	5	5	4	48
31	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	45
32	4	5	4	4	4	4	5	4	1	3	4	5	47
33	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	59

## Lampiran 12. Uji Validitas dan Reliabilitas

### VALIDITAS

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected ItemTotal Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Butir 01	91.4545	220.193	.351	.762
Butir 02	91.2727	208.142	.750	.745
Butir 03	91.8788	200.735	.908	.733
Butir 04	91.9394	207.496	.619	.745
Butir 05	91.8788	200.735	.908	.733
Butir 06	92.0000	202.875	.753	.738
Butir 07	91.2727	208.142	.750	.745
Butir 08	91.8788	200.735	.908	.733
Butir 09	92.0303	213.093	.388	.755
Butir 10	91.3636	216.926	.383	.758
Butir 11	91.5758	215.627	.354	.758
Butir 12	91.2727	208.142	.750	.745
Total	47.8182	56.653	.1000	.897

Keterangan:  $r_{hitung} > r_{tabel}$  ( $df = 33$  = 0,334) = valid

### RELIABILITAS

**Reliability Statistic**

Cronbach's Alpha	N of Items
.897	12

Lampiran 13. Tabel r

**Tabel r *Product Moment***

**Pada Sig.0,05 (Two Tail)**

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 14. Hasil Penelitian

ITEM INSTRUMEN													JUMLAH
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
4	5	2	3	4	3	4	2	4	1	4	4		40
5	5	2	1	5	2	5	1	3	1	5	1		36
4	3	2	1	4	2	4	2	5	2	4	4		37
4	4	2	2	4	2	4	2	4	2	4	4		38
5	5	5	4	4	5	5	1	4	5	5	5		53
4	4	2	1	5	3	5	2	4	2	5	5		42
4	4	2	2	5	2	4	4	4	5	4	4		44
4	4	3	2	4	2	4	1	2	1	4	5		36
4	5	3	3	5	4	4	1	2	3	3	2		39
5	5	2	5	5	2	5	1	4	1	1	4		40
4	5	2	1	4	2	5	2	4	1	4	4		38
4	4	3	2	2	2	4	2	5	2	3	5		38
2	4	3	2	4	2	4	2	4	2	4	4		37
4	4	2	2	4	4	4	2	4	2	4	5		41
5	4	1	4	5	1	5	1	5	1	5	5		42
4	3	4	3	4	3	5	2	4	1	3	4		40
5	5	2	1	4	2	5	2	4	1	5	4		40
4	5	4	4	5	4	4	3	4	5	3	5		50
4	5	2	3	4	2	5	1	4	2	2	5		39
4	5	2	3	5	3	5	1	4	1	5	5		43
4	5	1	4	5	3	5	2	5	1	5	5		45
4	4	2	3	5	2	5	1	3	1	5	5		40
5	4	3	4	4	2	5	2	4	1	4	5		43
4	5	3	4	4	4	5	2	3	2	5	3		44
4	5	2	1	4	2	5	2	4	1	4	4		38
4	4	2	2	4	2	4	2	4	2	4	4		38
4	5	2	1	4	2	5	2	4	1	4	4		38
4	4	2	2	4	5	5	2	1	5	5	2		41
5	4	1	4	5	4	3	2	1	4	5	2		40
4	4	2	4	2	4	5	4	4	2	2	4		41



Lampiran15. Dokumentasi Penelitian

