

**KEYAKINAN DIRI PELATIH EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA SMP
SE-KABUPATEN BANTUL**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
sebagai persyaratan guna memperoleh gelar sarjana



Disusun Oleh :
Qhorik Himawan
NIM. 15601241120

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

KEYAKINAN DIRI PELATIH EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA SMP SE-KABUPATEN BANTUL

Oleh:
Qhorik Himawan
NIM 15601241120

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keyakinan diri pelatih dalam mengelola ekstrakurikuler olahraga SMP se-kabupaten Bantul.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah metode survei. Populasi dalam penelitian ini adalah pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul. Sampel penelitian ini adalah pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul yang berjumlah 49 pelatih. Teknik sampling yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Teknik analisis yang dilakukan adalah menggunakan teknik analisis deskriptif dengan persentase.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berada pada kategori; (a) sangat tinggi 2%, (b) tinggi 35%, (c) cukup 29%, (d) rendah 24% dan (e) sangat rendah 10%.

Kata kunci: *keyakinan diri, pelatih, ekstrakurikuler, SMP se-Kabupaten Bantul*

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Qhorik Himawan

NIM : 15601241120

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TAS : Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP Se-Kabupaten Bantul.

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

Yogyakarta, 10 Juni 2019
Yang Menyatakan,



Qhorik Himawan
NIM. 15601241120

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**KEYAKINAN DIRI PELATIH EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA SMP SE-
KABUPATEN BANTUL**


Disusun oleh:

Qhorik Himawan
NIM 15601241120


Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan
Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi yang bersangkutan.

Yogyakarta, Juni 2019

Mengetahui,
Ketua Program Studi


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

Disetujui,
Dosen Pembimbing


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

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi



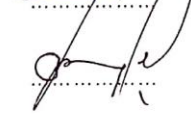
KEYAKINAN DIRI PELATIH EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA SMP SE-KABUPATEN BANTUL

Disusun oleh:


Qhorik Himawan
NIM 15601241104

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Pada tanggal 16 Juli 2019

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Ermawan Susanto, M.Pd. (Ketua Penguji/Pembimbing)		22/7 2019
Drs. Joko Purwanto, M.Pd. (Sekretaris)		24/7 2019
Dr. Dimiyati, M.Si. (Penguji I (Utama))		23/7 2019

Yogyakarta, Juli 2019
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan


Prof. Wawan S. Suherman, M.Ed
NIP. 19645707 198812 1 001

MOTTO

Bagaimana kau bisa yakin dengan Tuhanmu, jika dengan kapasitasmu yang nyata saja masih ragu.

-Penulis-

HALAMAN PERSEMBAHAN

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

1. Orang tua tercinta, bapak dan ibu, Zainuri dan Satini yang selalau memberikan doa dan dukungan.
2. Kedua kakak, Rohadi dan Nurul, yang juga selalu mendorong dan mendukung saya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga tugas penyusunan skripsi dengan judul “Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP Se-Kabupaten Bantul”, dapat terselesaikan dengan baik.

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

1. Bapak Ermawan Susanto, M.Pd. selaku pembimbing skripsi yang memberikan bimbingan, arahan, dukungan, dan motivasi selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Drs. Moch. Slamet, MS. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberi nasehat dan saran sehingga perkuliahan lancar.
3. Bapak Dr. Guntur, M.Pd selaku Ketua Program Studi PJKR yang telah memberikan izin penelitian skripsi.
4. Bapak Prof. Wawan S. Suherman, M.Ed selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian skripsi serta memberikan semangat, dorongan dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
5. Semua pelatih ekstrakurikuler SMP se-Kabupaten Bantul yang sudah membantu meluangkan waktu untuk mengisi angket dalam penelitian ini.
6. Wanita kuat dan setia, Ida Oviliani yang selalu ada dan menguatkan disaat semangat mulai turun, serta menjadi sosok yang menjadi teman diskusi sekaligus pemberi solusi.
7. Teman-teman PJKR C 2015 yang memberi dukungan dan mau hidup bersama selama masa perkuliahan sampai dengan saat ini.
8. Teman-teman Ormawa FIK UNY yang ikut serta membantu memperlancar studi saya sampai tugas akhir ini.
9. Teman-teman Fafifu yang selalu membantu menghilangkan penat ketika jenuh dalam penulisan tugas akhir ini.
10. Teman-teman Ronorene yang meningkatkan semangat saya untuk menyelesaikan tugas akhir ini.

11. Teman-teman Unthul yang selama ini membuat studi saya tidak membosankan dan menyenangkan.
12. Sahabat-sahabat yang setia mendampingi dan memberikan dukungan dalam penyelesaian Tugas Akhir Skripsi ini.
13. Semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah diberikan semua pihak diatas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, Juni 2019
Yang Menyatakan,

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

ABSTRAK	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
A. Deskripsi Teori	8
1. Hakikat Keyakinan Diri	8
2. Hakikat Pelatih	11
3. Hakikat Ekstrakurikuler	13
B. Penelitian yang Relevan.....	16
C. Kerangka Berfikir.....	19
BAB III METODE PENELITIAN	20
A. Desain Penelitian	20
B. Tempat dan Waktu Penelitian	20

C.	Populasi dan Sampel Penelitian.....	20
D.	Definisi Operasional Variabel.....	21
E.	Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	21
F.	Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	23
G.	Teknik Analisi Data	26
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		28
A.	Deskripsi Hasil Penelitian.....	28
B.	Pembahasan	38
C.	Keterbatasan Penelitian.....	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		43
A.	Kesimpulan	43
B.	Implikasi Hasil Penelitian.....	43
C.	Saran	44
DAFTAR PUSTAKA		45

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Alternatif Jawaban Angket.....	22
Tabel 2. Uji Validitas Instrumen.....	24
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	25
Tabel 4. Uji Reliabilitas instrumen Penelitian.....	26
Tabel 5. Norma Penelitian.....	27
Tabel 6. Karakteristik jenis kelamin.....	28
Tabel 7. Karakteristik Usia.....	29
Tabel 8. Karakteristik Lama Mengelola Ekstrakurikuler.....	30
Tabel 9. Karakteristik Mengikuti Pelatihan.....	30
Tabel 10. Karakteristik Frekuensi Mengikuti Pelatihan.....	31
Tabel 11. Karakteristik Level Lisensi Kepelatihan.....	32
Tabel 12. Deskriptif Statistik Keyakinan diri Pelatih.....	33
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Keyakinan diri Pelatih.....	33
Tabel 14. Deskriptif Statistik Faktor Pengalaman Keberhasilan.....	34
Tabel 15. Distribusi Frekuensi Faktor Pengalaman Keberhasilan.....	34
Tabel 16. Deskriptif Statistik Faktor Persuasi Verbal.....	35
Tabel 17. Distribusi Frekuensi Faktor Persuasi Verbal.....	36
Tabel 18. Deskriptif Statistik Faktor Kondisi Psikologis.....	37
Tabel 19. Distribusi Frekuensi Faktor Kondisi Psikologis.....	37

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Disposisi Dosen Pembimbing	48
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Dosen Pembimbing	49
Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian KESBANGPOL.....	50
Lampiran 4. Keterangan Penelitian.....	51
Lampiran 5. Validasi Ahli.....	52
Lampiran 6. Angket Penelitian	53
Lampiran 7. Tabel r.....	57
Lampiran 8. Data Uji coba.....	59
Lampiran 9. Hasil Data Penelitian	60
Lampiran 10. Hasil penghitungan SPSS	61
Lampiran 11. Kartu Bimbingan	63
Lampiran 12. Dokumentasi.....	66

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

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. 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 di sebut dengan istilah “Pengembangan Diri” juga diterapkan di sekolah-sekolah. Kegiatan ini untuk mewedahi minat dan potensi non akademik siswa. Sekolah

biasanya mengadakan berbagai kegiatan ekstrakurikuler yang dapat dipilih salah satunya seperti ekstrakurikuler yang berorientasi pada olahraga. Biasanya kegiatan ekstrakurikuler olahraga tersebut dilakukan setiap pekan dan berada di bawah koordinasi bidang kesiswaan.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan beberapa bulan yang lalu saat melakukan PLT di SMK Muhammadiyah 2 Bantul, kegiatan ekstrakurikuler masih belum menjadi suatu hal yang prioritas. Artinya kegiatan ekstrakurikuler di sekolah tersebut bisa dikatakan sebagai kegiatan yang sangat kurang diperhatikan oleh pihak sekolah. Hal tersebut dibuktikan saat wawancara dengan siswa, bahwa banyak siswa yang menginginkan ekstrakurikuler yang lebih baik, yang bisa berjalan dengan rutin setiap minggunya. Mereka merasa minat dan bakatnya kurang bisa terwadahi dan kurang berkembang disini. Malah ada yang membandingkan dengan SMP yang dulu lebih baik ekstrakurikulernya.

Banyak sekolah yang belum memanfaatkan program ekstrakurikuler 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 ekstrakurikuler olahraga yang mati suri akibat ditinggalkan oleh peminatnya maupun karena tidak tertangani oleh pembina 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. Semua komponen harus

diperhatikan dan dipersiapkan untuk mengikuti berbagai kejuaraan. Mulai dari perhatian pihak sekolah, pemilihan pelatih, seleksi pemain serta pembuatan program ekstrakurikuler yang tepat. Dengan demikian diharapkan ekstrakurikuler akan berjalan dengan baik dan dapat meningkatkan prestasi.

Oleh karenanya, bagi ekstrakurikuler olahraga diperlukan seleksi agar siswa yang terjaring benar-benar siswa yang memenuhi persyaratan. Misalnya saja, untuk ekstrakurikuler 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. Sedangkan pelatih dalam konteks ini, yaitu guru atau pelatih yang melatih ekstrakurikuler olahraga benar-benar harus memiliki keyakinan diri yang baik. Karena dalam hal ini seorang pelatih adalah seorang yang dijadikan panutan oleh para siswa yang dilatihnya. Maka dari itu seorang pelatih diharapkan mempunyai keyakinan diri yang baik untuk dapat melaksanakan program ekstrakurikuler yang ia tangani.

Namun dalam kesempatan saat observasi disekolah menengah saat melaksanakan PLT dan pengamatan penulis, seorang pelatih masih kurang dominan dalam melaksanakan program ekstrakurikuler. Pelatih masih kaku dan kurang yakin dengan apa yang ia berikan ke atletnya. Program latihan yang ia berikan juga terkesan itu-itu saja, monoton terkesan selalu drill dan kurang bervariasi.

Pelaksanaan ekstrakurikuler di sekolah banyak mengalami berbagai keterbatasan, namun jika ditangani oleh pelatih yang kompeten keterbatasan

tersebut bisa di atasi. Peran pelatih dalam pembinaan olahraga pada umumnya dan ekstrakurikuler olahraga khususnya memiliki peran yang sangat strategis.

Tugas pelatih bukan hanya membantu atlet untuk meraih prestasi, akan tetapi lebih jauh dari itu, pelatih juga harus menanamkan nilai-nilai luhur yang terkandung didalam olahraga. Artinya bukan hanya juara yang dikejar oleh pelatih akan tetapi perilaku sosial atlet juga harus dapat perhatian, karena atlet adalah model bagi masyarakat. Apalagi bagi anak-anak seorang pemain yang juara suka dijadikan sebagai idola hidupnya. Sudah terbayang apabila ada seorang atlet yang memiliki perilaku buruk, maka secara tidak langsung akan diikuti oleh penggemar-penggemarnya. Jauh dari itu seorang pelatih harus mampu menjadi guru sebagai pendidik, bapak, bahkan sebagai teman sejati. Sebagai guru pelatih akan disegani dan dihormati, sebagai bapak dia akan dicintai oleh atletnya, dan sebagai teman hanya dia yang akan dipercaya apabila atlet memiliki masalah yang bersifat pribadi. Begitu kompleks dan rumitnya peran dan tugas sebagai seorang pelatih.

Begitu juga analisis data dokumentasi peserta kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat (PPM) Pasca UNY dan LPPM tahun 2016 dan 2017 di Kota Yogyakarta dan Kabupaten Sleman hampir 90 % guru-guru SMP yang menjadi pelatih ekstrakurikuler olahraga di sekolah tidak memiliki latar belakang pendidikan kepelatihan. Padahal pembinaan olahraga tidak dapat dilakukan secara asal-asalan. Pembinaan olahraga harus dilakukan secara sistematis dan terencana serta memerlukan usaha dari pelatih untuk mempengaruhi pembelajaran dan pengembangan atlet secara positif. Dengan demikian keyakinan diri pelatih

memiliki kedudukan yang sangat sentral dalam pembinaan olahraga pada umumnya dan ekstrakurikuler olahraga khususnya.

Dalam hal ini keyakinan diri (self efficacy) pelatih penting diketahui, untuk dapat menunjang keberhasilan ekstrakurikuler yang dilatihnya. Seorang pelatih yang memiliki keyakinan diri yang tinggi diasumsikan dapat berhasil mengelola ekstrakurikuler olahraga di sekolah. Dengan keyakinan diri itu seorang pelatih dapat dengan mudah meyakinkan para atlet untuk dapat mengikuti program yang diberikan sekaligus meyakinkan para atlet bahwa program yang diberikan dapat meningkatkan kemampuan para atlet.

Dalam konteks ini seorang pelatih diharapkan yakin dengan dirinya sendiri, yakin dengan apa yang ia lakukan dan ia buat. Sehingga ketika seorang pelatih membuat program latihan ia yakin dengan program yang ia buat dan yakin bahwa program yang ia buat bisa memperbaiki prestasi ekstrakurikuler yang ia latih. Dengan begitu ketika seorang pelatih yakin dengan dirinya sendiri itu akan lebih mempermudah untuk meyakinkan anak didiknya atau atlet. Ketika atlet percaya dengan program pelatih maka atlet akan percaya dan menghormati pelatih. Atas latar belakang ini menarik untuk mengkaji variable keyakinan diri pelatih.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Belum maksimalnya prestasi olahraga usia remaja di Kabupaten Bantul
2. Belum diketahui keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler SMP di Kabupaten Bantul

C. Batasan Masalah

Agar permasalahan dalam penelitian ini tidak meluas dan menjadi lebih fokus maka perlu adanya batasan masalah. Batasan masalah dalam penelitian ini adalah keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP Se-Kabupaten Bantul.

D. Rumusan Masalah

Berangkat dari latar belakang masalah sebagaimana tersebut di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut.

1. Seberapa tinggi keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah sebagaimana tersebut di atas, maka tujuan yang ingin dicapai melalui penelitian ini, yaitu:

1. Untuk mengetahui tingkat keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul

F. Manfaat Penelitian

Manfaat yang ingin diperoleh melalui penelitian ini yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat Teoritis

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

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini akan mengungkap keyakinan diri para pelatih ekstrakurikuler 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 ekstrakurikuler olahraga yang lebih berkualitas khususnya.
- c. Para pelatih ekstrakurikuler olahraga, sebagai bahan informasi tentang keadaan keyakinan diri pelatih sehingga dapat sebagai bahan introspeksi diri guna meningkatkan keyakinan diri sebagai pelatih.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Keyakinan Diri

a. Pengertian Keyakinan Diri

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

Keyakinan seorang individu terhadap kemampuan diri dalam mengatur dan melaksanakan rangkaian tugas untuk mendapatkan hasil yang diinginkan disebut dengan *self-efficacy*. *Self-efficacy* juga berarti bagaimana seseorang mengontrol lingkungannya yang dapat membantu untuk menghadapi tantangan dengan cara yang positif (Irfan & Veronika, 2014:174). Alwisol (2007:18) berpendapat bahwa *Self-efficacy* adalah penilai diri apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau tidak tepat, bisa atau tidak bisa mengerjakan dengan yang dipersyaratkan, karena *self efficacy* menggambarkan penilaian kemampuan diri.

Menurut Shofiah & Raudatussalamah (2014:220-221), keyakinan diri adalah persepsi diri sendiri mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu yang berhubungan dengan keyakinan bahwa diri memiliki

kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan dan memuaskan untuk mencapai hasil tertentu. Anis Istibsyaroh (2013:68-69), mengatakan Keyakinan diri bukan merupakan keterampilan melainkan lebih kepada kepercayaan seseorang akan keahlian yang dapat dilakukannya dalam situasi tertentu. keyakinan diri didefinisikan dan diukur bukan sebagai sifat melainkan sebagai keyakinan tentang kemampuan untuk mengkoordinasikan keterampilan dan kemampuan untuk mencapai tujuan yang diinginkan dalam domain dan keadaan tertentu. keyakinan diri merupakan keyakinan yang dimiliki oleh seseorang akan suatu kemampuan yang dimilikinya dalam mengorganisasikan serangkaian tindakan yang akan digunakan dalam mencapai tujuannya.

Alpian & Suryaman (2016:66-67) berpendapat bahwa keyakinan diri adalah keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki untuk mengatur diri dan bertahan pada berbagai situasi dan kondisi dalam pembelajaran sehingga mampu meraih kesuksesan dan menyelesaikan setiap tugas yang diberikan sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan. Keyakinan diri sebagai kepercayaan yang bisa mendorong atau mengarahkan seseorang untuk menemukan solusi dalam sebuah situasi dan mampu menghasilkan sikap positif dari situasi yang terjadi. Dengan kata lain, keyakinan diri menjadi kunci dan stimulus utama yang bisa membantu seseorang menemukan solusi atau jalan keluar dari sebuah situasi yang sedang dihadapi. Keyakinan diri sangat penting untuk dikembangkan karena seseorang yang memiliki keyakinan diri yang kuat akan dapat mengatasi berbagai rintangan atau tantangan yang dihadapi dengan baik dan memiliki peran yang cukup penting untuk mencapai tujuan seseorang.

Menurut Bandura (dalam Jess Feist & Feist, 2010:2013-215) keyakinan diri dapat ditumbuhkan melalui beberapa faktor diantaranya adalah pengalaman menguasai sesuatu. Pengalaman menguasai sesuatu disebut dengan performa masa lalu. Performa yang berhasil akan menaikkan keyakinan diri, dan sebaliknya pengalaman kegagalan justru akan menurunkan keyakinan diri seseorang. Faktor lain adalah persuasi sosial, seseorang diarahkan melalui saran, nasehat dan bimbingan sehingga dapat meningkatkan keyakinan dirinya serta dapat membantu mencapai tujuan yang diinginkan. Namun faktor ini tidak terlalu berpengaruh besar, dikarenakan hal itu tidak memberikan pengalaman secara langsung. Selain hal tersebut di atas faktor kondisi fisik dan emosional juga berpengaruh terhadap keyakinan diri seseorang. Emosi yang kuat biasanya akan mempengaruhi performa, Sedangkan saat seseorang dalam kondisi ketakutan, kecemasan atau tingkat stres yang tinggi itu akan membuat keyakinan dirinya rendah.

Jadi menurut beberapa pendapat di atas, keyakinan diri adalah keyakinan individu atau persepsi diri sendiri dalam melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau tidak tepat, bisa atau tidak bisa mengerjakan dengan yang dipersyaratkan, karena *self efficacy* menggambarkan penilaian kemampuan diri individu.

2. Hakikat Pelatih

a. Pengertian Pelatih

Pelatih merupakan salah satu orang dibalik layar yang mampu mengangkat secara perlahan tapi pasti level prestasi atlet tersebut, mulai dari tahap pemula sampai si atlet tersebut menjadi atlet elit nantinya. Pelatih yang berkualitas

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

Menurut Sukadiyanto (2011:4) menjelaskan bahwa pelatih adalah seseorang yang memiliki kemampuan profesional untuk membantu mengungkap potensi olahragawan menjadi kemampuan yang nyata secara optimal dalam waktu yang relatif singkat. Sedangkan Budiwanto (2004:6) berpendapat bahwa pelatih adalah salah satu sumber daya manusia dalam keolahragaan yang berperan sangat penting dalam pencapaian prestasi atlet yang dilatihnya.

Menurut Djoko Pekik (2002:4) pelatih merupakan kunci yang harus memahami tatacara pelatihan yang benar, yakni dengan menguasai ilmu pelatihan atau teori dan metodologi latihan yang dapat digunakan sebagai dasar melakukan kegiatan pelatihan. Menurut (Nugraha S A, 2016:9) pelatih adalah seseorang yang melakukan pelatihan terhadap orang atau sekelompok orang untuk beberapa gerakan yang sistematis dan berirama yang dilakukan secara bertahap dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan tubuh.

(Budiwanto, 2004:5) menambahkan, Pelatih adalah tokoh sentral dalam proses latihan. Pelatih harus memiliki ciri-ciri yang ideal antara lain, kepribadian, kemampuan fisik, keterampilan, kesegaran jasmani, pengetahuan dan pola pikir ilmiah, pengalaman, *human relation* dan kerjasama, dan kreativitas.

Berdasarkan (Nugraha S A, 2016:9) pelatih yang sukses harus memiliki 6 prinsip, diantaranya prinsip dalam melatih terdiri dari mengembangkan filosofi melatih, menentukan obyek yang dilatih, memilih gaya melatih, melatih karakter dan melatih berbagai atlet. Prinsip perlakuan terdiri dari berkomunikasi dengan atlet, memotivasi atlet dan mengatur perilaku atlet. Prinsip pengajaran terdiri dari cara melatih mendekati permainan dan pokok latihan, Prinsip latihan fisik terdiri dari melatih energi tubuh dan kemampuan atlet.

Djoko Pekik Irianto (2002:16), tugas seorang pelatih adalah membantu olahragawan untuk mencapai kesempurnaannya. Pelatih juga mempunyai peran yang cukup berat dan sangat beragam. Dalam proses melatih, pelatih memiliki tugas peranan yang sangat penting. Sukadiyanto (2005:8) mengatakan, tugas seorang pelatih, antara lain: (1) merencanakan, menyusun, melaksanakan dan mengevaluasi proses berlatih melatih, (2) memimpin dalam pertandingan(perlombaan), (3) mencari dan melatih olahragawan yang berbakat, (4) mengorganisir dan mengelola proses latihan, (5) meningkatkan pengetahuan dan keterampilan. Tugas pelatih yang utama adalah membimbing dan mengungkapkan potensi yang dimiliki olahragawan, sehingga olahragawan dapat mandiri.

Jadi, berdasarkan beberapa pendapat diatas, pelatih adalah tokoh sentral dalam proses latihan seseorang yang memberikan pelatihan kepada seseorang atau sekelompok orang yang harus memahami tatacara pelatihan, yakni menguasai ilmu pelatihan. Pelatih adalah seorang profesional yang membantu mengungkap potensi seseorang.

3. Hakikat Ekstrakurikuler Olahraga

a. Pengertian Ekstrakurikuler Olahraga

Ekstrakurikuler (eskul) merupakan kegiatan di luar jam pelajaran biasa yang bertujuan untuk memperluas pengetahuan, menyalurkan bakat dan minat siswa. Menurut Depdikbud (1994: 6) bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga adalah kegiatan olahraga yang dilakukan di luar jam pelajaran tatap muka, dilaksanakan untuk lebih memperluas wawasan atau kemampuan peningkatan dan penerapan nilai pengetahuan dan keterampilan atau kemampuan olahraga.

Yudha M. Saputra (1998) menegaskan bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga adalah kegiatan di luar jam pelajaran sekolah biasa, yang dilakukan di sekolah atau di luar sekolah dengan tujuan untuk memperluas pengetahuan siswa, menyalurkan bakat dan minat olahraga, serta melengkapi pembinaan manusia seutuhnya. Kegiatan ini dilakukan berkala atau hanya dalam waktu-waktu tertentu dan ikut dinilai

Tri Ani Hastuti (2008:63), ekstrakurikuler merupakan program sekolah, berupa kegiatan siswa, optimasi pelajaran terkait, menyalurkan bakat dan minat, kemampuan dan keterampilan untuk memantapkan kepribadian siswa. Kegiatan ekstrakurikuler tersebut memperoleh manfaat dan nilai-nilai luhur yang terkandung dalam kegiatan yang diikuti.

Menurut Departemen Pendidikan (2002:291) ekstrakurikuler yaitu suatu kegiatan yang berada diluar program yang tertulis didalam kurikulum seperti latihan kepemimpinan dan pembinaan siswa. Kegiatan ekstrakurikuler ini

dilaksanakan diluar jam pelajaran wajib. Kegiatan ini memberikan keleluasaan kepada siswa untuk menentukan kegiatan sesuai dengan bakat dan minat mereka.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa ekstrakurikuler olahraga merupakan sarana untuk mewedahi 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 meningkat keterampilan olahraganya. Sayangnya belum banyak sekolah yang benar-benar memanfaatkan program ekstrakurikuler olahraga sebagai sarana untuk meraih prestasi.

Jadi menurut beberapa pendapat diatas ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan dijam luar sekolah yang dapat memberikan pengayaan atau kegitan-kegiatan yang tidak ada dalam pendidikan formal. Dimaksudkan untuk mewedahhi dan mengembangkan minat dan bakat siswa baik akademik maupun non akademik.

b. Tujuan Ekstrakurikuler Olahraga

Yudha M. Saputra (1998:12) menyatakan bahwa kegunaan fungsional dalam mengembangkan program kokurikuler dan ekstrakurikuler adalah sebagai berikut. (1) menyiapkan anak menjadi orang yang bertanggung jawab; (2) menemukan dan mengembangkan minat dan bakat pribadinya; dan (3) menyiapkan dan mengarahkan pada suatu spesialisasi, misalnya: atlet, ekonomi, agamawan, seniman, dan sebagainya.

Ketiga tujuan tersebut di atas harus dipertimbangkan dalam pengembangan kegiatan kokurikuler dan ekstrakurikuler, sehingga produk sekolah memiliki

kesesuaian dengan apa yang dibutuhkan oleh masyarakat. Menurut Moh Uzzer & Lilis (1993: 22) mengemukakan bahwa ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah dengan maksud untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimilikinya dari berbagai bidang studi.

Kegiatan ekstrakurikuler dapat berupa kegiatan pengayaan dan kegiatan perbaikan yang berkaitan. Tujuan dari ekstrakurikuler yaitu: (1) Meningkatkan kemampuan siswa dalam aspek kognitif maupun afektif, (2) Mengembangkan bakat serta minat siswa dalam upaya pembinaan pribadi menuju manusia seutuhnya (3) Mengetahui serta membedakan hubungan antara satu mata pelajaran dengan lainnya (Moh Uzzer & Lilis, 1993: 22).

Pengembangan dan pembinaan kegiatan ekstrakurikuler hendaknya memperhatikan beberapa aspek penting yang mendukung keberlangsungan kegiatan ekstrakurikuler. Materi yang diberikan berisi materi yang sesuai dan mampu memberi pengayaan. Selain itu dapat memberi kesempatan penyalurkan bakat serta minat dan bersifat positif tanpa mengganggu ataupun merusak potensi alam dan lingkungan. Juga yang terpenting adalah SDM dalam hal ini 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 apabila ditangani oleh pelatih yang kompeten.

B. Penelitian Yang Relevan

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

1. Penelitian yang dilakukan Dian Genika Prasna (2014) yang berjudul “Tingkat Keyakinan Diri Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Dalam Melaksanakan Kurikulum 2013 se-Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keyakinan diri guru Penjas Sekolah Dasar dalam melaksanakan kurikulum 2013 Se-Kecamatan Kalasan. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah oservasi 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%

2. Penelitian yang dilakukan oleh Riani & Rozali (2014) yang berjudul “Hubungan Antara Self Efficacy Dan Kecemasan Saat Presentasi Pada Mahasiswa Universitas Esa Unggul” Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan self efficacy dengan kecemasan saat presentasi pada mahasiswa, mengetahui tingkat tinggi atau rendah self efficacy pada mahasiswa Universitas Esa Unggul, dan mengetahui tingkat tinggi atau rendah kecemasan pada mahasiswa Universitas Esa Unggul. Penelitian ini bersifat kuantitatif korelational non-eksperimental. Teknik pengambilan data yang digunakan adalah proportionate random sampling, dengan menggunakan skala likert. Hasil penelitian menunjukkan koefisien korelasi sebesar -0,589 dengan sig 0,000 ($p < 0,05$), artinya ada hubungan negatif signifikan antara self efficacy dengan kecemasan saat presentasi pada mahasiswa Universitas Esa Unggul. Mahasiswa yang memiliki self efficacy tingkat tinggi lebih banyak bila dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki tingkat self efficacy rendah. Sedangkan pada mahasiswa yang memiliki kecemasan tingkat rendah lebih banyak bila dibandingkan dengan mahasiswa tingkat tinggi.
3. 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 presentase 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 *Empathy* 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.

C. Kerangka Berfikir

Peran siswa sebagai generasi penerus bangsa tentu sangat berpengaruh secara nyata pada kegiatan yang dilakukan di dalam maupun di luar sekolah. Maka untuk mendukung kegiatan yang positif sekolah mengadakan kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler diharapkan dapat memenuhi kebutuhan yang diminati siswa untuk memperoleh pengetahuan, pengalaman, dan berprestasi agar suatu saat nanti dapat bermanfaat bagi siswa dalam kehidupan sehari-hari.

Agar hal tersebut dapat berjalan dengan baik serta maksimal perlu adanya pelatih atau pembimbing ekstra kulikuler yang berkualitas tentunya dalam hal ini perlu kepercayaan diri yang baik dari pelatih. Oleh sebab itulah yang mendasari

peneliti untuk meneliti keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga se-Kabupaten Bantul.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah deskriptif metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survai dengan teknik pengumpulan data menggunakan kuisisioner atau angket. Arikunto (2010:139) menyatakan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian yang hanya menggambarkan keadaan atau status fenomena.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian yaitu di SMP Negeri 1 Bantul Jl. Ra. Kartini No.44, Nogosari, Tlirenggo, Kec. Bantul, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 15 November 2018.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Berdasarkan Arikunto (2013: 173) populasi adalah keseluruhan dari subjek penelitian. Jadi yang dimaksud populasi adalah individu yang memiliki sifat yang sama walaupun prosentase kesamaan itu sedikit, atau dengan kata lain seluruh individu yang akan dijadikan sebagai obyek penelitian. Sedangkan Sugiyono (2013: 117) populasi adalah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah pelatih dan pembina ekstrakurikuler SMP se-Kabupaten Bantul.

2. Sampel

Arikunto (2013: 174) berpendapat bahwa sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Sedangkan menurut sugiyono (2013: 118) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel dari penelitian ini adalah 49 pelatih dan pembina ekstrakurikuler SMP Se-Kabupaten Bantul. Dengan menggunakan Teknik pengambilan sampel purposive sampling, yaitu pengambilan sampel berdasarkan ciri yang sesuai dengan tujuan penelitian.

Sampel uji coba dalam penelitian ini berjumlah 33 orang pada pelatih dan pembina ekstrakurikuler SMP dan SMA di Kabupaten Sleman dan Kota Yogyakarta. Data sampel uji coba terdapat pada lampiran 8.

D. Definisi Operarional Variabel Penelitian

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

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Arikunto (2010: 192), menyatakan bahwa “Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah

olehnya”. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup. Angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda *check list* (√) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat. Dalam angket ini disediakan lima alternatif jawaban, yaitu dapat dilihat pada tabel 1.

Instrumen berupa kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini mengadopsi dari Coaching Efficacy Scale (CES) yang dikembangkan oleh Feltz, Chase, Moritz, & Sullivan (1999). Data demografik responden juga menggunakan instrumen berupa angket yang mengungkap tentang jenis olahraga, lama mengelola ekstrakurikuler di SMP dan pengalaman menjadi pelatih. Dalam angket ini disediakan lima alternatif jawaban, yaitu dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Alternatif Jawaban Angket

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

Keterangan :

- SS : Sangat Setuju
- S : Setuju
- R : Ragu-ragu
- TS : Tidak Setuju
- STS : Sangat Tidak Setuju

Dalam penelitian ini penulis menggunakan instrumen penelitian yang dibuat dan dikembagkan oleh tim *Reserch Group*.

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuisisioner. Menyebarkan kuisisioner kepada responden yaitu para pelatih ekstrakurikuler olahraga se-Kabupaten Bantul, kemudian mengumpulkan data. Pengolahan data menggunakan teknik analisis statistik deskripif dengan prosentase.

F. Validitas dan Reliabilitas

Sebelum digunakan pengambilan data sebenarnya, bentuk akhir dari angket yang telah disusun perlu diujicobakan guna memenuhi alat sebagai pengumpul data yang baik. Arikunto (2010: 92) menyatakan bahwa tujuan diadakannya uji coba antara lain untuk mengetahui tingkat pemahaman responden akan instrumen penelitian dan mengetahui validitas dan realibilitas instrumen. Uji coba instrumen dilakukan pada 33 pelatih dan pembina ekstrakurikuler olahraga di Sleman dan Kota Yogyakarta dengan karakteristik yang sama.

1. Uji Validitas

Arikunto (2010: 96) menyatakan bahwa “validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen”. Menghitung validitas menggunakan rumus korelasi yang dikenal dengan rumus korelasi *Product Moment*. Nilai r_{xy} yang diperoleh akan dikonsultasikan dengan harga *product moment* pada taraf signifikansi 0,05. Bila

$r_{xy} > r_{tab}$ maka item tersebut dinyatakan valid. Harga r_{tab} dengan taraf signifikan 0,05 dan harga $df=N-2$ yaitu 31 adalah sebesar 0,344. Adapun hasil validasi instrument dapat dilihat pada table 2 sebagai berikut.

Tabel 2. Hasil Uji Validitas Instrumen Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler

Butir Soal	R Hitung	R Tabel	Keterangan
1	0,385	0,344	VALID
2	0,773	0,344	VALID
3	0,919	0,344	VALID
4	0,659	0,344	VALID
5	0,919	0,344	VALID
6	0,782	0,344	VALID
7	0,773	0,344	VALID
8	0,919	0,344	VALID
9	0,449	0,344	VALID
10	0,428	0,344	VALID
11	0,410	0,344	VALID
12	0,773	0,344	VALID

Berdasarkan hasil uji coba, menunjukkan bahwa 12 butir dinyatakan valid, ($r_{hitung} > r_{tabel}$ (df 31;0,05) 0,344) sehingga terdapat 12 butir valid yang digunakan untuk penelitian. Setelah uji coba, didapatkan kisi-kisi instrumen penelitian dapat dilihat pada table 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Penelitian

Variabel	Faktor	Indikator	No. Item Positif	No. Item Negatif
Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler SMP Se-Kabupaten Bantul	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

2. Uji Reabilitas

Reliabilitas instrumen mengacu pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2010: 41). Analisis keterandalan butir hanya dilakukan pada butir yang dinyatakan sah saja dan bukan semua butir yang belum diuji. Untuk memperoleh reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* (Arikunto, 2010: 47). Uji reliabilitas dilakukan dengan rumus *Alpha Cronbach* sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{(k-1)} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan:

- r_{11} : koefisien reliabilitas alpha
- k : jumlah item pertanyaan
- $\sum b^2 \sigma$: jumlah varian butir
- $t^2 \sigma$: varians total.

Berdasarkan hasil analisis menggunakan bantuan program SPSS, hasil uji reliabilitas instrumen pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Reabilitas

Cronbach's Alpha	N of Items
.897	12

G. Teknik Analisis Data

Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data sehingga data-data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif kuantitatif. Cara perhitungan analisis data mencari besarnya frekuensi relatif persentase. Dengan rumus sebagai berikut (Sudijono, 2009: 40):

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

Keterangan:

P = persentase yang dicari (frekuensi relatif)

F = frekuensi

N = jumlah responden

Pengkategorian menggunakan Mean dan Standar Deviasi. Azwar (2016:163) menyatakan bahwa untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) dalam tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5. Norma Penilaian

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

(Sumber: Azwar, 2016: 163)

Keterangan:

M : Nilai rata-rata (*mean*)

X : skor

S : *standar deviasi*

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menggambarkan data yaitu tentang seberapa tinggi keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul. Tes keyakinan dilakukan dalam bentuk tertulis berupa kuesioner langsung tertutup pada masing-masing faktor, faktor pengalaman keberhasilan terdiri dari 7 soal, faktor persuasi verbal 2 soal, dan faktor kondisi psikologis 3 soal, sehingga jumlah keseluruhan butir soal sebanyak 12 soal. Analisa data keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul menggunakan bantuan program SPSS dan hasil penelitian dipaparkan sebagai berikut:

1. Deskripsi Statistik karakteristik Responden

a. Jenis Kelamin

Karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan jenis kelamin disajikan pada tabel 6 sebagai berikut:

Tabel 6. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP Se-Kabupaten Bantul Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
1	Laki-laki	33	67%
2	Perempuan	16	33%
Jumlah		49	100%

Berdasarkan penelitian pada tabel 6 tersebut diatas dapat dijelaskan bahwa tinggi keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan jenis kelamin yaitu, laki-laki 67%, dan perempuan 33%.

b. Usia

Karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan jenis kelamin disajikan pada tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 7. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP Se-Kabupaten Bantul Berdasarkan Berdasarkan Usia

No	Usia	Frekuensi	Presentase
1	< 30 tahun	15	31%
2	31-40 tahun	4	8%
3	41-50 tahun	10	20%
4	51-60 tahun	20	41%
Jumlah		49	100%

Berdasarkan penelitian pada tabel 7 tersebut diatas dapat dijelaskan bahwa tinggi keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan usia yaitu, dibawah 30 tahun 31%, 31-40 tahun 8%, 41-50 tahun 20% dan 51-60 tahun 41%.

c. Lama Mengelola Ekstrakurikuler

Karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan lama mengelola ekstrakurikuler disajikan pada tabel 8 sebagai berikut:

Tabel 8. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga Olahraga SMP Se-Kabupaten Bantul Berdasarkan Lama Mengelola Ekstrakurikuler

No	Lama Mengelola Esktrakulikuler	Frekuensi	Presentase
1	< 5 tahun	17	35%
2	6-10 tahun	9	18%
3	11-15 tahun	11	22%
4	>15 tahun	12	24%
Jumlah		49	100%

Berdasarkan penelitian pada tabel 8 tersebut diatas dapat dijelaskan bahwa tinggi keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan lama mengelola ekstrakurikuler yaitu, dibawah 5 tahun 35%, 6-10 tahun 18%, 11-15 tahun 22% dan diatas 15 tahun 24%.

d. Mengikuti Pelatihan

Karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan mengikuti pelatihan disajikan pada tabel 9 sebagai berikut:

Tabel 9. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP Se-Kabupaten Bantul Berdasarkan Mengikuti Pelatihan

No	Mengikuti Pelatihan	Frekuensi	Presentase
1	Ya	29	59%
2	Tidak	20	41%
Jumlah		49	100%

Berdasarkan penelitian pada tabel 9 tersebut diatas dapat dijelaskan bahwa tinggi keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan mengikuti pelatihan yaitu, yang sudah pernah mengikuti pelatihan 59% dan yang belum pernah 41%.

e. Frekuensi mengikuti pelatihan

Karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan frekuensi mengikuti pelatihan disajikan pada tabel 10 sebagai berikut:

Tabel 10. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP Se-Kabupaten Bantul Berdasarkan Mengikuti Pelatihan

No	Frekuensi Mengikuti Pelatihan	Frekuensi	Presentase
1	0 kali	20	41%
2	1-3 kali	22	45%
3	5-7 kali	5	10%
4	8-10 kali	0	0%
5	>10 kali	2	4%
Jumlah		49	100%

Berdasarkan penelitian pada tabel 10 tersebut diatas dapat dijelaskan bahwa tinggi keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan frekuensi mengikuti pelatihan yaitu, 0 kali 41%, 1-3 kali 45 %, 5-7 kali 10%, 8-10 kali 0% dan lebih dai 10 kali 4%.

f. Level Lisensi Kepelatihan

Karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan level lisensi kepelatihan disajikan pada tabel 11 sebagai berikut:

Tabel 11. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP Se-Kabupaten Bantul Berdasarkan Level Lisensi Kepelatihan

No	Level Lisensi Kepelatihan	Frekuensi	Presentase
1	Tidak Ada	20	41%
2	Daerah Kabupaten/Kodya	21	43%
3	Provinsi	6	12%
4	Nasional	2	4%
5	Internasional	0	0%
Jumlah		49	100%

Berdasarkan penelitian pada tabel 11 tersebut diatas dapat dijelaskan bahwa tinggi keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan level lisensi kepelatihan yaitu, tidak punya lisenis 41%, daerah Kabupaten/kodya 43%, provinsi 12%, nasional 4% dan internasional 0%.

2. Deskripsi Hasil Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul didapat skor terendah (*minimum*) 34.00, skor tertinggi (*maksimum*) 56.00, rerata (*mean*) 44.79, nilai tengah (*median*) 46, nilai yang sering muncul (*mode*) 48, *standardevisasi* (SD) 4.90. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 12 sebagai berikut.

Tabel 12. Deskriptif Statistik Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul

Statistik	
<i>N</i>	49
<i>Mean</i>	44,79
<i>Median</i>	46
<i>Mode</i>	48
<i>Std. Deviation</i>	4.90
<i>Minimum</i>	34
<i>Maximum</i>	56

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul disajikan pada tabel 13 sebagai berikut:

Tabel 13. Distribusi Frekuensi Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul

No	Rumus Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	$X \geq 52,14$	Sangat Tinggi	1	2%
2	$47,24 \leq X < 52,14$	Tinggi	17	35%
3	$42,34 \leq X < 47,24$	Cukup	14	29%
4	$37,44 \leq X < 42,34$	Rendah	12	24%
5	$X < 37,44$	Sangat Rendah	5	10%

Berdasarkan tabel 13 menunjukkan bahwa Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul pada kategori sangat tinggi 2%, tinggi 35%, cukup 29%, rendah 24% dan sangat rendah 10%. Berdasarkan nilai rata-rata yaitu 44,79, Kepercayaan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul dalam kategori cukup.

3. Deskripsi Statistik Hasil Penelitian Berdasarkan Faktor-Faktor

a. Faktor Pengalaman Keberhasilan

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan factor pengalaman keberhasilan didapat skor terendah (*minimum*) 18, skor tertinggi (*maksimum*) 33, rerata (*mean*) 25.79, nilai tengah (*median*) 26, nilai yang sering muncul (*mode*) 28, *standardevisasi* (SD) 3.19. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 14 sebagai berikut:

Tabel 14. Deskriptif Statistik Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul Berdasarkan Faktor Pengalaman Keberhasilan

Statistik	
<i>N</i>	49
<i>Mean</i>	25,79
<i>Median</i>	26
<i>Mode</i>	28
<i>Std, Deviation</i>	3,19
<i>Minimum</i>	18
<i>Maximum</i>	33

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor pengalaman keberhasilan disajikan pada tabel 15 sebagai berikut:

Tabel 15. Distribusi Frekuensi Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul Berdasarkan Faktor Pengalaman Keberhasilan

No	Rumus Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	$X \geq 30,57$	Sangat Tinggi	2	4%
2	$27,38 \leq X < 30,57$	Tinggi	16	33%
3	$24,19 \leq X < 27,38$	Cukup	16	33%
4	$21,01 \leq X < 24,19$	Rendah	11	22%
5	$X < M - 21,01$	Sangat Rendah	4	8%

Berdasarkan tabel 15 menunjukkan bahwa Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor pengalaman keberhasilan pada kategori sangat tinggi 4%, tinggi 33%, cukup 33%, rendah 22% dan sangat rendah 8%. Berdasarkan nilai rata-rata yaitu 44,79, Kepercayaan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul dalam kategori tinggi dan cukup.

b. Faktor Persuasi Verbal

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan factor pengalaman keberhasilan didapat skor terendah (*minimum*) 4, skor tertinggi (*maksimum*) 9, rerata (*mean*) 7,24, nilai tengah (*median*) 8, nilai yang sering

muncul (*mode*) 8, *standardevisasi* (SD) 1,26. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 16 sebagai berikut:

Tabel 16. Deskriptif Statistik Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul Berdasarkan Faktor Persuasi Verbal

Statistik	
<i>N</i>	49
<i>Mean</i>	7,24
<i>Median</i>	8
<i>Mode</i>	8
<i>Std, Deviation</i>	1,26
<i>Minimum</i>	4
<i>Maximum</i>	9

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor persuasi verbal disajikan pada tabel 17 sebagai berikut:

Tabel 17. Distribusi Frekuensi Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul Berdasarkan Faktor Persuasi Verbal

No	Rumus Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	$X \geq 9,13$	Sangat Tinggi	0	0%
2	$7,87 \leq X < 9,13$	Tinggi	27	55%
3	$6,61 \leq X < 7,87$	Cukup	7	14%
4	$5,35 \leq X < 6,61$	Rendah	10	20%
5	$X < M - 5,35$	Sangat Rendah	5	10%

Berdasarkan tabel 17 menunjukkan bahwa Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor persuasi verbal pada kategori sangat tinggi 0%, tinggi 55%, cukup 14%, rendah 20% dan sangat rendah 10%. Berdasarkan nilai rata-rata yaitu 44.79, Kepercayaan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor persuasi verbal dalam kategori tinggi.

c. Faktor Kondisi Psikologis

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan factor kondisi psikologis didapat skor terendah (*minimum*) 7, skor tertinggi (*maksimum*) 15, rerata (*mean*) 11,75, nilai tengah (*median*) 12, nilai yang sering muncul (*mode*)

12, *standardevisasi* (SD) 1,72 Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 18 sebagai berikut:

Tabel 18. Deskriptif Statistik Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul Berdasarkan Kondisi Psikologis

Statistik	
<i>N</i>	49
<i>Mean</i>	11,75
<i>Median</i>	12
<i>Mode</i>	12
<i>Std, Deviation</i>	1,72
<i>Minimum</i>	7
<i>Maximum</i>	15

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor kondisi psikologis disajikan pada tabel 19 sebagai berikut:

Tabel 19. Distribusi Frekuensi Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP Se-Kabupaten Bantul Berdasarkan Faktor Kondisi Psikologis

No	Rumus Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	$X \geq 14,33$	Sangat Tinggi	2	4%
2	$12,61 \leq X < 14,33$	Tinggi	15	31%
3	$10,89 \leq X < 12,61$	Cukup	20	41%
4	$9,17 \leq X < 10,89$	Rendah	7	14%
5	$X < 9,17$	Sangat Rendah	5	10%

Berdasarkan tabel 19 menunjukkan bahwa Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor kondisi psikologis pada kategori sangat tinggi 4%, tinggi 31%, cukup 41%, rendah 14% dan sangat rendah 10%. Berdasarkan nilai rata-rata yaitu 44.79, keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor kondisi psikologis dalam kategori cukup.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul. Mengetahui tinggi keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler berdasarkan faktor pengalaman keberhasilan, persuasi verbal dan kondisi psikologis. Berikut akan dijelaskan pada pembahasan di bawah ini.

Berdasarkan hasil penelitian keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul diatas didapat bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berada pada kategori tinggi dengan prosentase 35%. Dalam hal ini keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP yang berada di Kabupaten Bantul sudah baik. Mulai dari menyusun program latihan sampai dengan mengevaluasi. Hal tersebut sangat positif untuk mendukung prestasi yang ada di kabupaten Bantul. Tetapi presentasinya masih kecil dan harus didukung dengan pelatih-pelatih yang lain untuk mengelola ekstrakurikuler lebih baik lagi. Agar nantinya prestasi olahraga yang ada di

Kabupaten Bantul bisa semakin membaik. Karena salah satu faktor pendukung prestasi olahraga adalah peran seorang pelatih.

Beberapa faktor yang mendukung keyakinan diri pelatih dalam menangani atlet yaitu pengalaman keberhasilan, persuasi verbal dan kondisi psikologis. Hasil analisis ketiga faktor keyakinan diri pelatih tersebut diatas adalah sebagai berikut:

1. Faktor Pengalaman Keberhasilan

Keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor pengalaman keberhasilan berada pada kategori tinggi dan cukup. Dari 49 pelatih ekstrakurikuler SMP yang berada di Kabupaten Bantul prosentase faktor pengalaman keberhasilan 33%. Hasil tersebut didukung oleh fakta dilapangan yang berdasarkan data demografik bahwa, pelatih-pelatih ekstrakurikuler SMP yang berada di wilayah Kabupaten Bantul mempunyai pengalaman dalam menangani ekstrakurikuler atau mengelola ekstrakurikuler selama lebih dari 10 tahun 46%.

Berdasarkan Bandura (dalam jess feist & feist, 2010:2013-215) keyakinan diri dapat ditumbuhkan melalui beberapa hal diantaranya adalah pengalaman menguasai sesuatu. Pengalaman menguasai sesuatu yaitu performa masa lalu. performa yang berhasil akan menaikkan keyakinan diri, dan sebaliknya pengalaman kegagalan justru akan menurunkan keyakinan diri seseorang.

Dengan demikian, 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.

2. Faktor Persuasi Verbal

Keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor persuasi verbal berada pada kategori tinggi. Dari 49 pelatih ekstrakurikuler SMP yang berada di Kabupaten Bantul prosentase faktor persuasi verbal 55%. Menurut Bandura (dalam Jess Feist & Feist, 2010:2013-215) seseorang diarahkan melalui saran, nasehat dan bimbingan sehingga dapat meningkatkan keyakinan dirinya serta dapat membantu tujuan yang diinginkan. Namun faktor ini tidak terlalu berpengaruh besar, dikarenakan tidak memberikan pengalaman secara langsung. Dalam hal ini keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor persuasi verbal sudah cukup baik. Sesuai dengan keadaan dilapangan bahwasannya para pelatih dapat mengasah kemampuannya setiap tahunnya dalam kompetisi PORSENI atau OOSN yang dapat dijadikan bahan evaluasi ataupun pemberian saran dari pihak sekolah.

3. Faktor Kondisi Psikologis

Keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler SMP se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor kondisi psikologis berada pada kategori cukup. Dari 49 pelatih ekstrakurikuler SMP yang berada di Kabupaten Bantul prosentase kondisi psikologis 41%. Menurut Bandura (dalam Jess Feist & Feist, 2010:2013-215) kondisi fisik dan emosional juga mempengaruhi keyakinan diri. Emosi yang kuat biasanya akan mempengaruhi performa, saat seseorang dalam kondisi ketakutan, kecemasan atau tingkat stres yang tinggi itu akan membuat keyakinan dirinya

rendah. Dalam hal ini keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP di Kabupaten Bantul dalam kategori cukup. Hal tersebut dikarenakan masih banyak pelatih yang belum mempunyai lisensi melatih. Sebagian pelatih masih merasakan kecemasan karena khawatir program latihan yang diberikan tidak berimbas apapun kepada prestasi atlet.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

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

1. Sulitnya mengetahui kesungguhan responden dalam mengerjakan angket. Usaha yang dilakukan untuk memperkecil kesalahan yaitu dengan memberi gambaran tentang maksud dan tujuan penelitian ini.
2. Pengumpulan data dalam penelitian ini hanya didasarkan pada hasil angket sehingga dimungkinkan adanya unsur kurang objektif dalam pengisian angket. Selain itu dalam pengisian angket diperoleh adanya sifat responden sendiri seperti kejujuran dan ketakutan dalam menjawab responden tersebut dengan sebenarnya.
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

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diambil kesimpulan, bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul berada pada kategori sangat tinggi 2% , tinggi 35%, cukup 29%, rendah 24%, dan sangat rendah 10%.

B. Implikasi

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

1. Dengan diketahui keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul dapat digunakan untuk masukan yang bermanfaat bagi pelatih olahraga dan pihak sekolah supaya lebih memperbaiki kualitas pelatih dalam keyakinan diri.
2. Pemerintah daerah dan pihak sekolah dapat menjadikan hasil ini sebagai bahan pertimbangan untuk lebih meningkatkan keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul dengan memperbaiki faktor-faktor yang kurang.
3. Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan yang bermanfaat bagi pihak sekolah supaya dalam melaksanakan ekstrakurikuler lebih optimal dan bisa menghasilkan atlet yang lebih berkualitas serta prestasi yg lebih baik dibidang olahraga.

C. Saran

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

1. Agar mengembangkan penelitian lebih dalam lagi tentang meningkatkan keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul.
2. Agar melakukan penelitian tentang meningkatkan keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga SMP se-Kabupaten Bantul dengan menggunakan metode lain.
3. Pihak sekolah diharapkan lebih memperhatikan lagi dalam memilih pelatih yang akan menangani ekstrakurikuler olahraga agar tujuan yang dicapai bisa lebih optimal.
4. Bagi pelatih/guru PJOK diharapkan jika ingin melatih ekstrakurikuler olahraga agar bisa menambah atau memperdalam ilmu tentang kepelatihan cabang olahraga yang ingin dilatih agar tidak dikatakan mala praktik.
5. Lebih melakukan pengawasan pada saat pengambilan data agar data yang dihasilkan lebih objektif.

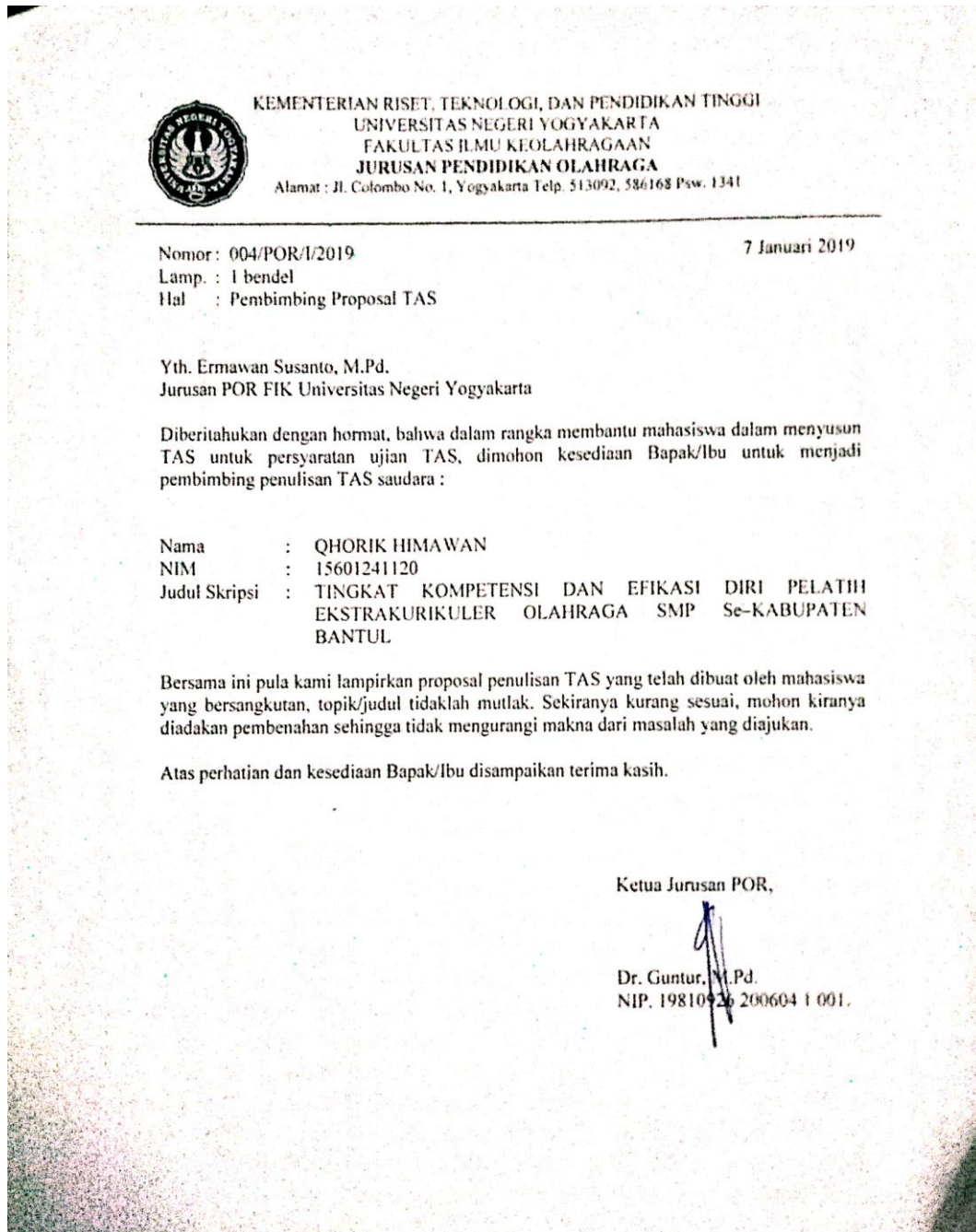
DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2007). *Psikologi kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Alpian & Suryaman. (2016). Pengaruh Motivasi, Keyakinan Diri, dan Persepsi Siswa Terhadap Apresiasi Karya Sastra Siswa SMP. Yogyakarta: FBS UNY.
- Anis Istibsyaroh. (2013). Pengaruh keyakinan diri dan Pengetahuan awal terhadap minat belajar materi akuntansi kelas XII SMA Negeri Di Kota Mojokerto. *Jurnal Ekonomi Pendidikan dan Kewirausahaan*.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ataunur & Ariyanto, (2015). Pengaruh Kompetensi Dan Pelatihan Terhadap Kinerja Karyawan Pt Adaro Energy Tbk. Jakarta: Universitas Mercu Buana.
- Azwar. Saifuddin. (2016). *Metode penenlitian*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.
- Bandura A.(1997) *Self-efficacy: The exercise of control*. New York:Freeman.
- Budiwanto, S. (2004). *Pengetahuan Dasar Melatih Olahraga*. Malang: Depdiknas Universitas Negeri Malang.
- Departemen Pendidikan. (2002). KBBI. Jakarta: Balai Pustaka.
- Depdikbud. (1994). *Petunjuk pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Dian GenikaPrasna. (2015). Tingkat keyakinan diri guru pendidikan jasmani sekolah dasar dalam melaksanakan kurikulum 2013 Se Kecamatan Kalasan Kabupaten Sleman. Yogyakarta: FIK UNY.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar dasar Kepelatihan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Donie. (2010). kepemimpinan pelatih dalam pembinaan olahraga prestasi. Padang: FIK UNP.
- Feltz DL, Chase MA, Moritz SE, Sullivan PJ. A conceptual model of coaching efficacy: Preliminary investigation and instrument development. *Journal of Educational Psychology*. 1999;91:765–776.
- Hadi Sutrisno. (1991). *Analisa butir untuk instrument*. Edisi pertama. Andi Offset.

- Irfan & Veronika. (2014). Hubungan Self-Efficacy Dengan Penyesuaian Diri Terhadap Perguruan Tinggi Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
- Moh. Uzer dan Lilis. (1993). *Upaya optimalisasi kegiatan belajar mengajar*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Nugraha septian adi. (2016). Gaya kepemimpinan pelatih terhadap kualitas permainan pemain sepakbola. Semarang: FIK UNNES.
- Riani & Rozali. (2014). Hubungan antara self efficacy dan kecemasan saat presentasi pada mahasiswa Univeristas esa unggul. *Jurnal Psikologi Esa Unggul*
- Shofiah & Raudatussalamah. (2014). Self- Efficacy Dan Self- Regulation Sebagai Unsur Penting Dalam Pendidikan Karakter. Riau: UIN Sultan Syarif Kasim.
- Sudijono, A. (2009). *Pengantar statistik pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto. (2011). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: Lubuk Agung.
- Tri Ani Hastuti. (2008). Kontribusi ekstrakurikuler bolabasket terhadap pembibitan atlet dan peningkatan kesegaran jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Jurusan Pendidikan Olahraga. Fakultas Ilmu Keolahragaan.
- Vivik & Raudatussalamah. (2014). Self-Efficacy Dan Self-Regulation Sebagai Unsur Penting Dalam Pendidikan Karakter. UIN Sultan Syarif Kasim Riau.
- Winda & Yuli.(2014). Hubungan Self Efficacy Dan Kecemasan Saat Presentasi Pada Mahasiswa Universitas Esa Unggul. Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul.
- Yudha M. Saputra. (1998). *Pengembangan kegiatan koekstrakurikuler*. Jakarta: Depdikbud.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat disposisi Dosen pembimbing dari Ketua Program Studi.



Lampiran 2. Lembar persetujuan dosen pembimbing

Lampiran : 1 Bendel Judul Proposal Penelitian
Hal : Pengajuan Judul Proposal Penelitian

Kepada
Yth. Ketua Jurusan POR
Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : OHORIK HIMAWAN
Nomor Mahasiswa : 15601241120
Jurusan : POR
Prodi : PJKR

Dengan hormat, untuk keperluan Tugas Akhir Skripsi, dengan ini saya mengajukan kepada Bapak Ketua Jurusan POR, judul penelitian yang telah direkomendasi oleh Koordinator/Anggota *Research Group* Jurusan POR. Adapun judul penelitian tersebut adalah sebagai berikut :


Kompetensi dan Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga
SMP se-Kabupaten Bantul.

Besar harapan saya Bapak menyetujui permohonan ini. Atas perhatian dan bantuannya, saya ucapkan banyak terima kasih.

Koordinator/Anggota
Research Group Jurusan POR
Ermawan Susanto, M.Pd.
NIP. 19780702 200212 1004

Yogyakarta, 31 Desember 2018
Yang Mengajukan
Ohorik Himawan
NIM. 15601241120

Lampiran 3. Surat ijin penelitian KESBANGPOL

**PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
Jl. Jenderal Sudirman No 5 Yogyakarta – 55233
Telepon : (0274) 551136, 551275, Fax (0274) 551137

Yogyakarta, 14 Desember 2018

Kepada Yth :

Nomor : 074/11870/Kesbangpol/2018
Perihal : Rekomendasi Penelitian

1. Walikota Yogyakarta
Up. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Perizinan Kota Yogyakarta
2. Bupati Bantul
Up. Kepala BAPPEDA Bantul
3. Bupati Sleman
Up. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Sleman
4. Bupati Kulon Progo
Up. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Kulon Progo
5. Bupati Gunungkidul
Up. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Gunungkidul

di TEMPAT

Memperhatikan surat :

Dari : Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Nomor : 10.04/UN 34 16/PP/2018
Tanggal : 2 November 2018
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Setelah mempelajari surat permohonan dan proposal yang diajukan, maka dapat dibenarkan surat rekomendasi tidak keberatan untuk melaksanakan riset/penelitian dalam rangka penelitian dengan judul proposal "KOMPETENSI DAN KEYAKINAN DIRI PELATIH EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA SMP SE-DIY" kepada:

Nama : Dr. DIMYATI, M.Si dkk (4 orang)
NIP : 196701271992031002
No HP/Identitas : 08157925634/3404112701670003
Prodi/Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi/Pendidikan Olahraga
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Lokasi Penelitian : SMP di 1 Kota dan 4 Kabupaten di DIY
Waktu Penelitian : 14 Desember 2018 s.d 30 April 2019


Sehubungan dengan maksud tersebut, diharapkan agar pihak yang terkait dapat memberikan bantuan / fasilitas yang dibutuhkan.

Kepada yang bersangkutan diwajibkan:

1. Menghormati dan mentaati peraturan dan tata tertib yang berlaku di wilayah riset/penelitian,
2. Tidak dibenarkan melakukan riset/penelitian yang tidak sesuai atau tidak ada kaitannya dengan judul riset/penelitian dimaksud,
3. Menyerahkan hasil riset/penelitian kepada Badan Kesbangpol DIY.
4. Surat rekomendasi ini dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat rekomendasi sebelumnya, paling lambat 7 (tujuh) hari kerja sebelum berakhirnya surat rekomendasi ini.

Rekomendasi Ijin Riset/Penelitian ini dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang tidak mentaati ketentuan tersebut di atas.

Demikian untuk menjadikan maklum


AGHNS SUPRIYONO, SH
196701026 199203 1 004

Lampiran 4. Surat keterangan telah melaksanakan penelitian di MGMP Bantul



**DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA KABUPATEN BANTUL
MUSYAWARAH GURU MATA PELAJARAN (MGMP)
PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA DAN KESEHATAN
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA KAB. BANTUL**

Sekretariat : SMP 1 Sewon, Jln. Paris Km 7, Yogyakarta. Telp. (0274) 383733. KP. 55186

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor: / MGMP Penjasorkes-SMP Btl / 1 / 2019

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Arifin Sudarmanto, S.Pd
Jabatan : Ketua

Menerangkan:

Nama : Qhorik Himawan
NIM : 15601241120

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Bahwa nama tersebut diatas telah melakukan penelitian pada Musyawarah Guru Mata Pelajaran PJOK yang bertempat di gedung pertemuan SMP N 1 Bantul dengan judul penelitian "kompetensi dan Keyakinan diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP se-Kabupaten Bantul".

Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bantul, 01 Januari 2019

Ketua

Arifin Sudarmanto, S.Pd

Lampiran 5. Surat Validasi Ahli

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

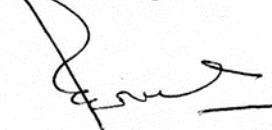
NIM : 15601241110

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 6. Angket Penelitian

Angket Untuk Pelatih



**INSTRUMEN KOMPETENSI PELATIH
EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA
DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
(SMP)**



Oleh
Tim Peneliti
Jurusan Pendidikan Olahraga

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2018**

Instrumen 1 (satu)

**INSTRUMEN KOMPETENSI MENURUT PERSEPSI PELATIH
PESERTA EKSTRA KURIKULER OLAHRAGA
DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA**

A. Data Demografik Responden

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

*) Jika keberatan boleh tidak diisi.

- Mohon untuk diberi tanda silang (X) pada setiap pertanyaan di bawah 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 ekstra kurikuler olahraga?
 Kurang dari 5 tahun 11-15 tahun
bulan

6- 10 tahun Lebih dari 15 tahun

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

Ya Tidak

Jika jawan ya, lanjutkan ke pertanyaan no (5)

5. Sudah berapa kali anda mengikuti pelatihan cabang olahraga Eskul 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/Kodya

Nasional

Provinsi

Internasional

* Jawaban untuk no 6 boleh lebih dari satu

**Instrumen 2
Untuk PELATIH**

**SKALA EFIKASI 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 silanglah (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 = Setuju
 - STS = Sangat 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 tapi 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 Eskul Olahraga untuk berhasil baik					
7	Jika saya telah membuat keputusan untuk melakukan pengelolaan program latihan Eskul Olahraga yang lebih baik, saya akan melakukannya					

	Item Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
8	Jika saya memulai untuk pengelolaan program latihan Eskul olahraga dengan ide baru, saya harus segera bahwa ide itu ada jalur yang benar, jika tidak saya berhenti.					
9	Ketika ada masalah tak terduga dalam pengelolaan Program latihan Eskul Olahraga membuat saya kehilangan kontrol dan keseimbangan diri					
10	Jika saya membuat kegagalan dalam mengelola program Eskul olahraga, saya akan berusaha lebih keras lagi					
11	Saya tidak mulai belajar suatu hal baru untuk mengembangkan program latihan Eskul olahraga jika saya pikir itu terlalu sulit.					
12	Saya meragukan kemampuan diri saya sendiri untuk mengelola program latihan Eskul olahraga berhasil.					

Terima Kasih
Bapak dan Ibu telah mengisi Skala ini dengan jujur.

Lampiran 7. 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 8. Hasil data uji coba penelitian

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Σ
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	5	4	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	3	4	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 9. Hasil data penelitian Keyakinan Diri Pelatih

RESPONDEN	BUTIR SOAL/ITEM												TOTAL	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
1	2	4	1	1	4	3	4	2	4	4	4	4	2	35
2	4	4	3	3	4	3	4	2	4	4	4	4	4	43
3	4	4	3	1	4	1	4	2	4	4	4	4	4	39
4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	5	4	5	5	48
5	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	44
6	4	5	5	4	4	4	5	1	5	4	4	4	4	49
7	4	4	4	3	4	3	4	2	4	4	2	4	4	42
8	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	48
9	4	5	5	4	4	4	5	1	5	4	4	4	4	49
10	4	4	3	4	4	3	4	2	3	4	3	3	3	41
11	4	4	3	3	5	3	5	2	5	5	4	5	5	48
12	4	4	4	3	4	2	4	3	3	4	4	4	4	43
13	4	5	3	2	5	4	4	3	3	4	4	4	4	45
14	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	5	5	51
15	5	4	3	1	5	2	4	1	2	4	2	4	4	37
16	5	5	3	5	5	4	4	1	4	5	5	4	4	50
17	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	46
18	4	5	3	3	5	4	4	2	4	5	4	5	5	48
19	5	5	5	4	5	1	5	4	4	5	4	3	3	50
20	4	4	4	4	4	2	4	4	4	5	4	3	3	46
21	4	5	2	2	4	1	4	2	5	5	4	5	5	43
22	5	5	5	4	5	3	5	1	4	4	3	3	3	47
23	4	4	4	4	4	4	4	2	4	5	4	4	4	47
24	4	4	4	4	4	4	4	2	4	5	4	4	4	47
25	5	5	2	3	5	3	4	4	4	5	4	3	3	47
26	4	4	2	3	4	2	4	2	4	4	4	4	4	41
27	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	49
28	4	4	3	3	3	2	5	3	2	4	2	3	3	38
29	4	4	3	2	4	2	4	3	2	3	2	4	4	37
30	4	4	4	4	4	2	4	2	3	4	4	5	5	44
31	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	2	2	42
32	4	4	1	3	4	2	3	2	4	5	1	4	4	37
33	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	51
34	5	4	4	2	3	1	4	5	2	5	3	2	2	40
35	3	4	2	2	4	2	4	2	2	4	3	2	2	34
36	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	46
37	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
38	4	4	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	42
39	5	5	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	46
40	5	5	3	1	4	3	4	2	1	5	5	1	1	39
41	4	4	3	4	4	2	4	2	2	4	4	4	4	41
42	4	5	3	4	5	4	4	3	4	5	5	5	5	51
43	5	5	4	4	5	4	5	5	4	5	5	5	5	56
44	4	4	3	4	3	2	4	3	4	4	2	3	3	40
45	4	4	3	3	4	3	5	2	3	4	3	4	4	42
46	4	4	4	2	4	4	5	5	4	4	4	4	4	48
47	5	5	5	4	5	4	1	5	3	4	4	5	5	50
48	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	50
49	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	50

Lampiran 10. Hasil dari Statistical Product and Service Solution (SPSS)

Statistics

Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler
Olahraga SMP Se-Kabupaten Bantul

N	Valid	49
	Missing	0
Mean		44.7959
Std. Error of Mean		.70106
Median		46.0000
Mode		48.00
Std. Deviation		4.90739
Variance		24.082
Range		22.00
Minimum		34.00
Maximum		56.00
Sum		2195.00

Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMP Se-Kabupaten Bantul

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	34.00	1	2.0	2.0	2.0
	35.00	1	2.0	2.0	4.1
	37.00	3	6.1	6.1	10.2
	38.00	1	2.0	2.0	12.2
	39.00	2	4.1	4.1	16.3
	40.00	2	4.1	4.1	20.4
	41.00	3	6.1	6.1	26.5
	42.00	4	8.2	8.2	34.7
	43.00	3	6.1	6.1	40.8
	44.00	2	4.1	4.1	44.9
	45.00	1	2.0	2.0	46.9
	46.00	4	8.2	8.2	55.1
	47.00	4	8.2	8.2	63.3
	48.00	6	12.2	12.2	75.5
	49.00	3	6.1	6.1	81.6
	50.00	5	10.2	10.2	91.8
	51.00	3	6.1	6.1	98.0
	56.00	1	2.0	2.0	100.0
Total		49	100.0	100.0	

Statistics

Faktor Pengalaman Keberhasilan
Pelatih Ekstrakurikuler SMP Se-
Kabupaten Bantul

N	Valid	49
	Missing	0
Mean		25.7959
Median		26.0000
Mode		28.00
Std. Deviation		3.19492
Variance		10.207
Range		15.00
Minimum		18.00
Maximum		33.00
Sum		1264.00

**Faktor Pengalaman Keberhasilan Pelatih Ekstrakurikuler SMP Se-
Kabupaten Bantul**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	18.00	2	4.1	4.1	4.1
	20.00	2	4.1	4.1	8.2
	22.00	3	6.1	6.1	14.3
	23.00	3	6.1	6.1	20.4
	24.00	5	10.2	10.2	30.6
	25.00	6	12.2	12.2	42.9
	26.00	7	14.3	14.3	57.1
	27.00	3	6.1	6.1	63.3
	28.00	11	22.4	22.4	85.7
	29.00	3	6.1	6.1	91.8
	30.00	2	4.1	4.1	95.9
	32.00	1	2.0	2.0	98.0
	33.00	1	2.0	2.0	100.0
	Total	49	100.0	100.0	

Statistics

Faktor Persuasi Verbal Pelatih

Ekstrakurikuler SMP Se-

Kabupaten Bantul

N	Valid	49
	Missing	0
Mean		7.2449
Median		8.0000
Mode		8.00
Std. Deviation		1.26706
Variance		1.605
Range		5.00
Minimum		4.00
Maximum		9.00
Sum		355.00

Faktor Persuasi Verbal Pelatih Ekstrakurikuler SMP Se-Kabupaten Bantul

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4.00	1	2.0	2.0	2.0
	5.00	4	8.2	8.2	10.2
	6.00	10	20.4	20.4	30.6
	7.00	7	14.3	14.3	44.9
	8.00	21	42.9	42.9	87.8
	9.00	6	12.2	12.2	100.0
	Total	49	100.0	100.0	

Statistics

Faktor Kondisi Psikologis Pelatih

Ekstrakurikuler SMP Se-

Kabupaten Bantul

N	Valid	49
	Missing	0
Mean		11.7551
Median		12.0000
Mode		12.00
Std. Deviation		1.72640
Variance		2.980
Range		8.00
Minimum		7.00
Maximum		15.00
Sum		576.00

Faktor Kondisi Psikologis Pelatih Ekstrakurikuler SMP Se-Kabupaten

Bantul

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7.00	1	2.0	2.0	2.0
	8.00	1	2.0	2.0	4.1
	9.00	3	6.1	6.1	10.2
	10.00	7	14.3	14.3	24.5
	11.00	5	10.2	10.2	34.7
	12.00	15	30.6	30.6	65.3
	13.00	11	22.4	22.4	87.8
	14.00	4	8.2	8.2	95.9
	15.00	2	4.1	4.1	100.0
Total		49	100.0	100.0	

Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian



Gambar 1. Peneliti memberi arahan pengisian angket



Gambar 2. Peneliti membagikan angket



Gambar 3. Responden mengisi angket