

**KEYAKINAN DIRI PELATIH EKSTRAKULIKULER OLAHRAGA
DI SD SE-KABUPATEN SLEMAN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh :

Vita Fauziatul Khusna

15604224004

PRODI PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR PENJAS

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2019

KEYAKINAN DIRI PELATIH EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DI SD SE-KABUPATEN SLEMAN

Oleh :

Vita Fauziatul Khusna

15604224004

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar presentase keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-kabupaten Sleman. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah metode survei dan instrument penelitian menggunakan skala keyakinan diri yang berjumlah 12 butir pernyataan valid dengan nilai reliabilitas terbesar 0,878. Sampel penelitian ini adalah pelatih ekstrakurikuler olahraga yang ada di SD se-kabupaten Sleman yang berjumlah 40 responden, yang diambil menggunakan Teknik *purposive sampling*. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif yang disajikan dalam bentuk presentase.

Hasil penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman masuk dalam kategori “tinggi”. Secara rinci, “sangat rendah” sebesar 0% (0 orang), “rendah” sebesar 0% (0 orang), “cukup” sebesar 0% (0 orang), “tinggi” sebesar 25% (10 orang), dan “sangat tinggi” sebesar 75% (30 orang). Keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se- Kabupaten Sleman dalam kategori “tinggi”.

Kata kunci: *Ekstrakurikuler olahraga, Keyakinan diri, Pelatih.*

**SELF EFFICACY IN THE EXTRACURRICULAR SPORT AT THE
ELEMENTARY SCHOOL IN SLEMAN REGENCY**

By :

Vita Fauziatul Khusna

15604224004

Abstract

This study aims to determine how much the percentage of self-confidence of sports extracurricular trainers in elementary schools in Sleman Regency. This research is a quantitative descriptive research. The method used was a survey method and a research instrument using a scale of self-confidence totaling 12 valid statements with the greatest reliability value of 0.878. The sample of this study was 40 sports extracurricular trainers in elementary schools in Sleman, who were drawn using a purposive sampling technique. Data analysis techniques using the quantitative descriptive analysis presented in the form of a percentage.

The results of this study aim to determine the confidence of sports extracurricular trainers in the public elementary schools in Sleman Regency. Based on the results of the study showed that the confidence of sports extracurricular trainers in the public elementary schools in Sleman Regency is in the high category. In detail, very low by 0% (0 people), low by 0% (0 people), enough by 0% (0 people), high by 25% (10 people), and very high by 75% (30 people) . The confidence of the sports extracurricular trainer in Sleman's SD in the high category".

Keywords: coach, self confidence, sports extracurricular

HALAMAN PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul
**KEYAKINAN DIRI PELATIH EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA
SE-KABUPATEN SLEMAN**


Oleh
Vita Fauziatul khusna
15604224004

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

Yogyakarta, 27 November 2019

Mengetahui


Ketua Program Studi


Dr. Drs. Subagyo, M.Pd

NIP. 19561107 198203 1 003

Disetujui

Dosen Pembimbing


Ermawan Susanto, M.Pd

NIP. 19780702 200212 1 004

SURAT PERNYATAAN

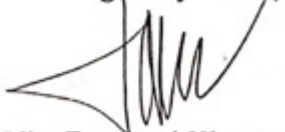
Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Vita Fauziatul khusna
NIM : 15604224004
Program Studi : PGSD Penjas
Judul TAS : Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Se-
Kabupaten Sleman

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya benar-benar merupakan karya tulis sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, apabila kemudian hari terdapat kekeliruan, maka sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya.

Yogyakarta, 28 November 2019

Yang menyatakan,



Vita Fauziatul Khusna

NIM. 15604224004

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi



KEYAKINAN DIRI PELATIH EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DI SD SE-KABUPATEN SLEMAN

Disusun oleh:

Vita Fauziatul Khusna

NIM 15604224004

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
pada tanggal 3 Januari 2020

Nama/ Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Ermawan Susanto, M.Pd. Ketua Penguji/ Pembimbing		22/1 2020
Drs. Joko Purwanto, M.Pd. Sekretaris		21/1 2020
Dr. Komarudin, S.Pd., M.A. Penguji		21/1 - 2020

Yogyakarta, 21 Januari 2020
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes.

NIP. 19650301 1990011 001

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, saya persembahkan karya Skripsi ini untuk orang-orang yang kusayangi :

1. Bapak dan Ibu saya yaitu Bapak Suratno dan Ibu Eni yang luar biasa hebatnya seperti matahari yang selalu memberi dan tak harap kembali yaitu seluruh kasih sayang dan keringat pengorbananya tak lupa doa yang selalu mengalir di setiap harinya untukku.
2. Ketiga Adik yang selalu membuat saya semangat dan bangkit ketika mulai menyerah.
3. Semua keluarga Kakak, Adik, Tante, Om, Pakde dan Bude beserta Kakek yang selalu memberi dukungan dan nasihat untuk saya.

KATA PENGANTAR

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

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

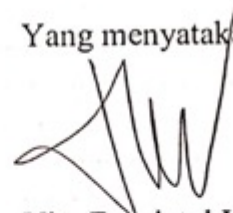
1. Bapak Ermawan Susanto, M.Pd selaku pembimbing skripsi yang memberikan bimbingan, arahan, dukungan, dan motivasi selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Dr. Hari Yulianto, M.Kes selaku Ketua Program Studi PGSD Penjas & Pembimbing Akademik saya yang telah memberikan izin penelitian skripsi.
3. Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian skripsi serta memberikan semangat, dorongan dan bimbingan selama penyusunan Skripsi ini.
4. Pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Sleman yang telah meluangkan waktu untuk membantu penulis dalam pelaksanaan penelitian ini.
5. Teman-teman PGSD Penjas A 2015 yang memberi dukungan dan kerjasama selama masa perkuliahan sampai dengan saat ini.

6. Teman-teman yang setia membantu menemukan jalan keluar ketika penulis mulai bingung dan memberikan dukungan dalam penyelesaian Tugas Akhir Skripsi ini.
7. Semua pihak keluarga yang telah membantu dan mensupport dalam menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah diberikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan yang melimpah dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca yang budiman.

Yogyakarta, Januari 2020

Yang menyatakan,



Vita Fauziatul Khusna

NIM. 15604224004

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
A. Deskripsi Teori	8
B. Penelitian yang Relevan	41
C. Kerangka Berpikir	43
BAB III METODE PENELITIAN	45
A. Jenis Penelitian	45
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	45
C. Populasi dan Sampel Penelitian	45
D. Definisi Operasional Variabel	47
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	47
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	49
G. Teknik Analisis Data	52

DAFTAR ISI

(Lanjutan)

	Halaman
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	53
A. Hasil Penelitian.....	53
B. Pembahasan.....	82
C. Keterbatasan Hasil Penelitian	88
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	89
A. Kesimpulan	89
B. Implikasi	89
C. Saran	90
DAFTAR PUSTAKA	91
LAMPIRAN.....	93

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Rincian Subjek Penelitian	46
Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Keyakinan Pelatih	48
Tabel 3. Hasil Uji Validitas Instrumen	50
Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas	52
Tabel 5. Norma Penilaian.....	52
Tabel 6. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman Berdasarkan Jenis Kelamin	53
Tabel 7. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman Berdasarkan Usia.....	54
Tabel 8. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman Berdasarkan Lama Mengelola Ekstrakurikuler	55
Tabel 9. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman Berdasarkan Mengikuti Pelatihan	56
Tabel 10. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman Berdasarkan Frekuensi Mengikuti Pelatihan	57
Tabel 11. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman Berdasarkan Level Lisensi Kepelatihan	58
Tabel 12. Deskriptif Statistik Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman.....	60
Tabel 13. Norma Penilaian Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman.....	60
Tabel 14. Deskriptif Statistik Berdasarkan Faktor Motivasi.....	61
Tabel 15. Norma Penilaian Berdasarkan Faktor Motivasi	62
Tabel 16. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 1	63
Tabel 17. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 2.....	64
Tabel 18. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 3.....	66
Tabel 19. Deskriptif Statistik Berdasarkan Faktor Strategi Permainan	67
Tabel 20. Norma Penilaian Berdasarkan Faktor Strategi Permainan.....	67
Tabel 21. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 4.....	68
Tabel 22. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 5.....	70
Tabel 23. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 6.....	71
Tabel 24. Deskriptif Statistik Berdasarkan Faktor Teknik.....	72
Tabel 25. Norma Penilaian Berdasarkan Faktor Teknik.....	72
Tabel 26. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 7.....	73
Tabel 27. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 8.....	75
Tabel 28. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 9.....	76
Tabel 29 Deskriptif Statistik Berdasarkan Faktor Pengembangan Karakter	77
Tabel 30. Norma Penilaian Berdasarkan Faktor Pengembangan Karakter.....	77
Tabel 31. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 10.....	78
Tabel 32. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 11	80
Tabel 33. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 12.....	81

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Ilmu-Ilmu Penunjang yang Memperkaya Bidang Ilmu pada Teori dan Metodologi Latihan (Bompa, 1994: 2).....	23
Gambar 2. Diagram Lingkaran Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman Berdasarkan Jenis Kelam	53
Gambar 3. Diagram Lingkaran Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman Berdasarkan Usia.....	54
Gambar 4. Diagram Lingkaran Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman Berdasarkan Lama Mengelola Ekstrakurikuler	56
Gambar 5. Diagram Lingkaran Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman Berdasarkan Mengikuti Pelatihan..	57
Gambar 6. Diagram Lingkaran Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman Berdasarkan Frekuensi Mengikuti Pelatihan.....	58
Gambar 7. Diagram Lingkaran Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman Berdasarkan Level Lisensi Kepelatihan	59
Gambar 8. Diagram Lingkaran Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman	61
Gambar 9. Diagram Lingkaran Berdasarkan Faktor Motivasi.....	62
Gambar 10. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Butir Nomor 1	64
Gambar 11. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Butir Nomor 2	65
Gambar 12. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Butir Nomor 3	66
Gambar 13. Diagram Lingkaran Berdasarkan Faktor Strategi Permainan	68
Gambar 14. Diagram Lingkaran Berdasarkan Faktor Strategi Permainan	69
Gambar 15. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Butir Nomor 5	70
Gambar 16. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Butir Nomor 6	71
Gambar 17. Diagram Lingkaran Berdasarkan Faktor Teknik.....	73
Gambar 18. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Butir Nomor 7	74
Gambar 19. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Butir Nomor 8	75
Gambar 20. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Butir Nomor 9	76
Gambar 21. Diagram Lingkaran Berdasarkan Faktor Pengembangan Karakter....	78
Gambar 22. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Butir Nomor 10	79
Gambar 23. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Butir Nomor 11	80
Gambar 24. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Butir Nomor 12	81

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Permohonan Izin Uji Coba Penelitian	93
Lampiran 2. Kartu Bimbingan Skripsi	94
Lampiran 3. Pengajuan proposal	95
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian dari Fakultas	96
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian dari Pemerintah DIY	97
Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian dari Sekolah	98
Lampiran 7. Surat keterangan penelitian	99
Lampiran 8. Instrumen Keyakinan Diri Pelatih Eksrakurikuler Olahraga di Sekolah Dasar	100
Lampiran 9. Uji Validasi	104
Lampiran 10. Uji Reliabilitas	105
Lampiran 11. Tabel r Product moment	107
Lampiran 12. Analisis Karakteristik Responden	108
Lampiran 13. Data Penelitian	111
Lampiran 14. Deskriptif Statistik	112
Lampiran 15. Deskriptif Statistik tiap butir	116
Lampiran 16. Foto dokumentasi Penelitian	121

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan kebutuhan bagi seluruh manusia dan juga hal yang sangat penting dalam pembangunan setiap negara. Pendidikan adalah segala hal untuk membuat masyarakat dapat mengembangkan potensi peserta didik agar memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengenalan diri, memiliki kecerdasan, memiliki akhlak mulia dan memiliki keterampilan. Bangsa Jerman mengartikan pendidikan sebagai *Erziehung* yaitu membangkitkan kekuatan terpendam atau mengaktifkan potensi anak.

Pendidikan anak Sekolah Dasar bukan lagi menjadi dasar atau awal berpijak pada bidang pendidikan sekarang ada Pendidikan Anak Usia Dini dan juga TK sebelum memasuki Sekolah Dasar. Tetapi mulainya ekstrakurikuler ada pada Sekolah Dasar, dari ekstrakurikuler bidang seni, musik maupun olahraga. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan upaya menampung dan menyalurkan kemampuan potensi siswa saat di sekolah. Namun sayangnya banyak yang memiliki keterbatasan dan kurangnya sarana prasarana sekolah sehingga menjadi problema untuk meningkatkan keterampilan siswa. Keterampilan siswa akan ditingkatkan dan dilatih agar menjadi prestasi siswa dengan latihan khusus sesuai cabang dan minat. Pada cabang ekstrakurikuler olahraga menjadi salah satu ekstrakurikuler yang memiliki banyak peminat namun terhalang dengan banyaknya keterbatasan.

Saat siswa sudah menyukai olahraga maka perlu dilatih terus menerus agar menjadi bibit unggul dan tidak hanya menjadikannya olahraga sebagai hobi, tapi sebagai kemampuan dan prestasi siswa tersebut. Siswa akan bangga apabila memiliki prestasi di sekolah, di kabupaten maupun di lingkup internasional.

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga di Indonesia masih memerlukan perhatian dan pembinaan khusus, baik dalam usaha mencari bibit-bibit yang baru maupun dalam usaha meningkatkan prestasi. Banyak sekolah SD yang tidak memiliki ekstrakurikuler olahraga karena banyak mengalami keterbatasan dan tidak memiliki pelatih. Kegiatan ekstrakurikuler ini sangat mempengaruhi kemampuan siswa karena pembentukan bibit unggul dan penggapaian prestasi yang baik harus dilakukan pelatihan atau pembinaan mulai usia dini. Kegiatan penjasorkes merupakan salah satu media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, kemampuan motorik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai-nilai, sportifitas, serta pembiasaan pola hidup sehat untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Keberhasilan kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan sesuatu yang tidak berdiri sendiri tapi saling terkait antara satu komponen dengan komponen lainnya. Anshel (1990: 47) mengatakan 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 kebijakan di sekolah yaitu kepala sekolah, agar

terpenuhinya kebutuhan ekstrakurikuler agar berjalan dengan lancar. Sedangkan atletnya disini adalah siswa, siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga harus disiapkan dengan serius dan mengikuti kompetisi kompetisi olahraga baik tingkat kecamatan, kabupaten hingga internasional. Sedangkan pelatih dalam konteks ini, yaitu guru atau pelatih yang berperan melatih ekstrakurikuler olahraga harus benar-benar memiliki keyakinan diri yang baik agar berjalan secara lancar dan dapat mencapai tujuan ekstrakurikuler tersebut.

Pelatih adalah tokoh yang sangat berpengaruh dan berperan dalam melahirkan atlet atlet hebat. Pelaksanaan ekstrakurikuler di sekolah banyak mengalami berbagai keterbatasan, namun jika ditangani oleh pelatih yang kompeten dan kreatif keterbatasan tersebut bisa di atasi. Brooks dan Fahey (1984) mengemukakan bahwa pelatih mempunyai tugas sebagai perencana, pemimpin, teman, pembimbing, dan pengontrol program latihan. Kemampuan pelatih untuk menciptakan lingkungan yang menerapkan pembelajaran optimal pada atlet dan kemajuan telah menjadi salah satu faktor kunci pengembangan atlet (Horton, Baker, & Deakin, 2005: 301).

Dengan demikian pentingnya kompetensi pelatih untuk diketahui dan terus dikembangkan. Informasi atau seinar tentang kompetensi pelatih ekstrakurikuler olahraga menjadi sesuatu yang perlu dilakukan, karena hingga saat ini sepengetahuan penulis belum ada kajian tentang kompetensi pelatih tersebut. Apabila pelatih tidak memiliki kepercayaan diri dan kompetensi dalam bidangnya yang di pelajari lebih dalam maka tidak akan bisa menentukan target dan program untuk atlet atau siswa yang dilatihnya sesuai dosis. Karena peran

pelatih harus mampu membina mental atlet, menjadi motivator, mengerti apa yang atlet butuhkan, mengerti karakter atlet dan mampu membantu memecahkan masalah yang dihadapi atlet.

Di salah satu sekolah di Kabupaten Sleman tepatnya SD Muhammadiyah Sleman banyak guru-guru SD yang menjadi pelatih ekstrakurikuler olahraga di sekolah tidak memiliki latar belakang pendidikan kepelatihan. Banyak sekolah dasar yang tidak memiliki pelatih ekstrakurikuler olahraga sehingga guru sehari-harinya yang terjun untuk melatih padahal tidak sesuai dengan kemampuan kepelatihan ini membuat terhambatnya pembentukan bibit unggul dan siswa yang berkompetensi dalam bidang olahraga tidak tersalurkan dengan baik karena kurangnya keyakinan diri pada pelatih.

Selain kompetensi pelatih juga keyakinan diri (*self efficacy*) penting juga diketahui. Dalam Abd.Mukhid (2009) Bandura menggunakan istilah *Self-efficacy* mengacu pada keyakinan tentang kemampuan seseorang untuk mengorganisasikan dan melaksanakan tindakan untuk pencapaian hasil. Ada keterkaitan antara kompetensi dengan keyakinan diri. Seorang pelatih yang memiliki kompetensi diasumsikan akan memiliki keyakinan diri yang tinggi untuk berhasil mengelola ekstrakurikuler olahraga di sekolah. Dengan keyakinan diri yang dimiliki pelatih akan tercapainya tujuan ekstrakurikuler, dan banyaknya siswa yang berprestasi.

Menurut model efektivitas pembinaan yang dikembangkan oleh Horn (2002: 311), menjelaskan bahwa mengapa keyakinan pelatih (misalnya, efikasi pembinaan) terkait dengan persepsi dan kinerja diri atlet, karena keyakinan diri

ini berpengaruh terhadap perilaku dan kompetensi pelatih. Tapi, pengaruh perilaku pelatih terhadap persepsi diri, motivasi, dan penampilan atlet sebagian dimediasi oleh evaluasi atlet terhadap perilaku dan kompetensi pelatih mereka. Hingga kini di Indonesia sepengetahuan penulis belum ada kajian yang mengaitkan antara keyakinan diri pelatih dalam konteks pembinaan olahraga ekstrakurikuler di sekolah khususnya maupun dalam pembinaan olahraga nasional pada umumnya.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti akan meneliti tentang “Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Sleman”.

B. Identifikasi Masalah

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

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

C. Batasan Masalah

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

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan batasan masalah di atas, dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: “Seberapa tinggi keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Sleman?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Sleman.

F. Manfaat penelitian

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

1. Manfaat Teoretis

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

2. Manfaat Praktis

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

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Pengertian Pelatih

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

Menurut Sukadiyanto dalam Milsydayu & Kurniawan, (2015: 10) menyatakan pelatih adalah seseorang yang memiliki kemampuan professional untuk membantu mengungkapkan potensi atlet menjadi kemampuan yang nyata secara optimal dalam waktu relatif singkat. Arnandho (2017: 8) pelatih adalah seorang profesional yang bertugas membantu, membimbing, membina dan mengarahkan atlet berbakat untuk merealisasikan prestasi maksimal dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.

Dari dua pendapat di atas, maka dapat disimpulkan pelatih adalah seseorang dengan ilmu pengetahuan dan profesionalitas diri yang bertugas mengembangkan dan membimbing atletnya agar memiliki kemampuan yang maksimal atau mencapai suatu target atlet sehingga mendapatkan prestasi dalam

olahraga. Atlet menganggap bahwa pelatih adalah seseorang yang bisa melakukan segalanya dalam bidang olahraga yang ditekuninya. Setiap pelatih harus peka terhadap kebutuhan yang dibutuhkan atletnya dan mengetahui sasaran tujuan akhir yang akan dicapai dari suatu latihan untuk meningkatkan prestasi dan agar bisa memenangkan kompetisi.

Proses kepelatihan olahraga harus ditangani oleh orang yang mahir dibidangnya, karena untuk dapat melatih secara maksimal seorang pelatih harus dapat membuat suasana latihan selalu menyenangkan dan dapat menentukan beban latihan yang sesuai dengan kebutuhan atlet secara individu. Untuk dapat menentukan kapasitas latihan dibutuhkan ilmu pengetahuan yang luas dan pengalaman dari pelatih. Jadi untuk menjadi pelatih harus benar-benar mahir dalam bidangnya, jika proses latihan di tangani oleh orang yang tidak memiliki kemampuan dan pengalaman mahir, Dikhawatirkan seorang atlet mengalami kegagalan, seperti cedera, dan tidak termotivasi untuk latihan sehingga tidak dapat mencapai tujuan dan prestasi yang maksimal.

Oleh sebab itu pelatih harus memiliki klasifikasi tertentu dari cabang olahraga yang ditekuni, seorang pelatih harus memiliki standar sertifikasi kemampuan kepelatihan tertentu yang dikeluarkan oleh lembaga profesional atau instansi tertentu yang mengelola sertifikasi pelatih. Seorang pelatih harus mampu membina dan membentuk karakter dan mental para atletnya. Karakter dan mental atlet yang diharapkan adalah sebagai berikut : 1) Sportif, tekun dan disiplin, 2) Memiliki stabilisasi emosi dalam situasi apapun, 3) Percaya diri, 4)

Hidup sehat, moralis dan serasi, 5) Mampu mengembangkan fungsi otot dan faal,
6) Selalu mengembangkan diri.

2. Pola kepemimpinan pelatih

Pola kepemimpinan pelatih satu dengan yang lain berbeda-beda. Setiap pelatih memiliki pola kepemimpinan yang khas dan setiap pola kepemimpinan seorang pelatih memiliki kekurangan dan kelebihan masing-masing. Ada tiga pola kepemimpinan pelatih yaitu :

a. Pola kepemimpinan otoriter

Pola kepemimpinan otoriter ini dapat terjadi apabila seorang pelatih ingin menguasai seluruh kegiatan pelatihan dari mulainya latihan hingga akhir. Pelatih tidak menghiraukan keluhan atlet dan lebih disiplin , seorang atlet tidak diberi kesempatan untuk berpendapat dan segala sesuatu yang berkaitan dengan atlet ditentukan pelatih.

b. Pola kepemimpinan permisif

Pola kepemimpinan permisif dapat terjadi ketika atlet dapat menentukan segala keputusan tanpa adanya peraturan dari pelatih. Pelatih sepenuhnya membebaskan atlet tanpa menentukan peraturan-peraturan yang harus ditaati. Prinsip pelatih disini membiarkan atletnya belajar mencari pengalaman sendiri seenaknya atlet semua diserahkan sepenuhnya pada atlet.

c. Pola kepemimpinan otoritatif

Pada pola kepemimpinan otoritatif seorang pelatih dan atletnya sering berdiskusi, komunikasi berjalan dengan baik antara keduanya dan

pelatih selalu mempertimbangkan pendapat atau keputusan pelatih. Pelatih tidak memutuskan peraturan pelatihan dengan keputusan sepihak, namun juga berdiskusi dengan atlet terlebih dahulu.

3. Tugas dan Peran Pelatih

Tugas dan peran pelatih dalam olahraga tidak hanya di lapangan saja tetapi diluar lapangan masih memiliki tugas tidak dapat lepas dari peran dan tugas begitu saja. Saat diluar lapangan seorang pelatih harus menempatkan diri agar berperan sebagai sahabat yang dapat dipercaya sebagai tempat mencurahkan seluruh isi hati dan keluh kesah yang sedang dirasakan atlet, sebagai orang tua yang dihormati dan dapat menasehati ketika atlet melakukan kesalahan serta mengajarkan norma-norma sosial dengan benar, sebagai motivator yang dapat membangun semangat berlatih kembali saat atlet mulai malas-malasan dan mulai jarang hadir latihan, sebagai pendidik yang dapat mendidik atau mencontohkan dengan benar.

Menurut Sukadiyanto (2011: 4), bahwa 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 dan keterampilan. Brooks & Fahey dalam Hidayat (2014: 8) mengemukakan bahwa pelatih mempunyai tugas sebagai perencana, pemimpin, teman, pembimbing dan pengontrol program latihan. Seorang pelatih di samping mempunyai tugas menyempurnakan komponen fisik, teknik, dan mental juga mempunyai tugas yang tidak boleh

diabaikan yaitu menyempurnakan aspek sosial, aspek agama dan kehidupan masyarakat yang lain. Menurut Wats & Wats dalam Irianto, (2002: 16) “*Task of the coach is to help the athlete to achive excellence.....*”, tugas seorang pelatih membantu atlet untuk meningkatkan kesempurnaan. Irianto (2002: 16), menyatakan “tugas seorang pelatih adalah membantu olahragawan untuk mencapai kesempurnaannya”.

Pelatih memiliki tugas yang cukup berat yakni menyempurnakan atlet sebagai makhluk multi dimensional yang meliputi jasmani, rohani, sosial, dan religi. Seorang pelatih harus membantu atletnya agar dapat menjadi juara di setiap kompetisi, namun tidak hanya itu seorang pelatih harus mengajarkan norma agama, norma sosial dan norma kehidupan sehari-hari agar terbentuknya kepribadian atlet yang baik dimana saja. Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan tugas pelatih yang utama adalah membimbing atlet agar memiliki jiwa agamis, mengerti norma sosial , membantu mengembangkan potensi yang dimiliki oleh anak latihnya,dan dapat membantu tercapainya tujuan prestasi yang maksimal. Wibowo & Andriyani (2015: 19-26) menyatakan tugas, peran, kepribadian dan kode etik pelatih adalah:

a. Perhatian Pribadi

Sebagai pelatih juga harus memberikan perhatian pribadi kepada olahragawan yang dilatihnya, olahragawan akan senang apabila mendapat perhatian pribadi dari pelatih, jika olahragawan tidak mendapat perhatian pribadi dari pelatih akan menimbulkan dampak negatif. Seperti tidak nyaman dengan pelatih dan iri dengan temannya sehingga akan tidak betah

di klub. Seorang pelatih harus selalu perhatian agar olahragawan dapat berprestasi dan dapat berperilaku baik kepada siapapun.

b. Berpikir Positif

Sebagai pelatih harus dapat membuat olahragawan yang dilatihnya selalu berpikir positif. Pelatih harus mampu memusatkan perhatian pada kekuatan-kekuatan yang dimiliki, bukan pada kelemahannya. Jika memusatkan pada kelemahannya maka olahragawan yang dilatihnya akan merasa pesimis, ragu dan cemas. Sehingga mengalami penurunan kualitas bermain saat pertandingan dan sulit mencapai prestasi.

c. Berbahasa yang Baik dan Benar

Sebagai pelatih bicara didepan umum tentunya sudah menjadi makanan sehari-hari. Seperti memberi ceramah di depan atletnya, guru olahraga, rekan-rekan pelatih maupun di depan masyarakat umum. Selama bicara didepan umum tersebut maka pelatih harus dengan menggunakan bahasa yang baik, benar dan sederhana.

d. Sikap Mental

Dalam dunia kepelatihan, sebagai seorang pelatih olahraga harus siap secara mental. Maka secara mental seorang pelatih harus siap untuk :

- a) Mengabdikan diri sepenuhnya pada dunia olahraga, karena hari-hari seorang pelatih di isi dan berkaitan dengan dunia olahraga.
- b) Memberikan atau mengamalkan semua ilmu pengetahuan yang dimiliki kepada olahragawan yang dilatihnya, bahkan semua orang.

c) Berani berkorban baik secara tenaga, pikiran, fisik maupun menanggung secara biaya dan juga waktu.

d) Tidak berharap dipuja apabila olahragawan yang dilatihnya menang dalam bertanding dan siap di kritik bila kalah

Dari hal di atas, maka jika pelatih belum siap dalam hal sikap mental sebaiknya jangan terjun dalam kepelatihan terlebih dahulu, karena bila tetap dipaksakan yang ada hanya akan kecewa saja.

e. Imajinasi Seorang Pelatih

Dalam kepelatihan seorang pelatih perlu imajinasi untuk pencapaian prestasi yang maksimal. Imajinasi merupakan kemampuan daya ingatan dalam membentuk khayalan tentang objek yang tidak nampak. Dalam hal ini pelatih olahraga sering menghabiskan waktu untuk berimajinasi dalam hal strategi permainan, taktik bermain, strategi pertahanan, teknik, dan metode latihan yang baru maupun yang lebih canggih. Untuk itu pelatih olahraga yang mempunyai imajinasi baik biasanya akan membuat tim menjadi tangguh dan dapat mencapai prestasi maksimal.

f. Mengisukan Orang

Dalam dunia kepelatihan seorang pelatih harus pandai dalam menyaring informasi-informasi yang baik. Usahakan seorang pelatih untuk tidak mengisukan orang lain. Dalam hal ini jangan sampai seorang pelatih melakukan perbuatan yang tidak semestinya, termasuk menjelekkan atau menceritakan kekurangan-kekurangan yang dimiliki olahragawan maupun pelatih yang lain kepada orang lain.

g. Menggunakan Wewenang

Dalam setiap melatih cabang olahraga tertentu seorang pelatih tidak boleh untuk menggunakan wewenang demi kepentingan pribadinya. Dalam hal ini seorang pelatih dapat dikatakan melakukan perbuatan menyimpang apabila telah menerima suatu materi ataupun hadiah dari seseorang demi seseorang tersebut dapat mencapai tujuan tertentu ataupun bisa masuk ke klub inti pelatih tersebut.

h. Larangan Dalam Berjudi

Bukan rahasia umum lagi bila di dunia olahraga sering terjadi perbuatan judi. Namun kegiatan ini sangat tidak diperbolehkan dan termasuk dalam hal penyimpangan. Bila ketahuan pun maka sanksinya akan berat. Jangan sampai seorang pelatih melakukan tindakan tersebut karena akan melanggar kode etik pelatih. Selain itu seorang pelatih harus melarang atletnya dalam bermain judi, seperti disogok untuk mengalah saat pertandingan dan harus menghukumnya secara tegas.

Dari beberapa peran dan tugas pelatih diatas dapat disimpulkan bahwa peran dan tugas pelatih tidak mudah dan sedikit. Harus memiliki pengetahuan yang luas dan memiliki kebugaran. Disamping itu pelatih juga harus memiliki *skill* dan menguasai keterampilan olahraga yang dilatihnya bahkan siap dalam hal mental. Yaitu dapat menerima kritikan dari luar dan siap menanggung semua resiko.

1. Gaya Kepemimpinan Pelatih

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

a. Gaya Otoriter

Sutarto (1991: 73) menyatakan gaya kepemimpinan otoriter memiliki ciri-ciri yaitu:

- 1) Wewenang mutlak terpusat pada pemimpin;
- 2) Keputusan dibuat oleh pemimpin;
- 3) Kebijakan selalu dibuat oleh pemimpin;
- 4) Komunikasi berlangsung satu arah dari pemimpin ke bawahan;
- 5) Pengawasan terhadap sikap tingkah laku, perbuatan atau kegiatan para bawahannya dilakukan secara ketat;
- 6) Prakarsa harus datang dari pemimpin;
- 7) Tidak ada kesempatan dari bawahan untuk memberikan saran;
- 8) Tugas-tugas dari bawahan diberikan secara instruktif;
- 9) Lebih banyak kritik dari pada pujian;
- 10) Pimpinan menuntut prestasi sempurna dari bawahan tanpa syarat;
- 11) Cenderung adanya paksaan, ancaman dan hukuman;
- 12) Kasar dalam bersikap;
- 13) Kaku dalam bersikap;
- 14) Tanggung jawab keberhasilan organisasi hanya dipikul oleh pimpinan.

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

“Kepemimpinan berdasarkan kekuasaan mutlak, seorang pemimpin otoriter mempunyai tingkah laku anggota kelompoknya dengan mengarahkan tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya oleh pemimpin. Segala keputusan berada di satu tangan, yakni pemimpin otoriter itu yang menganggap dirinya dan dianggap oleh orang lain lebih mengetahui dari pada orang lain dalam kelompoknya. Setiap keputusan dianggap sah dan pengikut-pengikutnya menerima tanpa pertanyaan, pemimpin otoriter ini dianggap sebagai manusia super”.

Irianto (2002: 20-21), menyatakan ada beberapa kelemahan dalam gaya kepemimpinan otoriter. Secara umum, diperlukan banyak kerja, tetapi kualitas lebih kecil jika dibandingkan kepemimpinan demokratis.

Atlet cenderung menunjukkan semangat berlatih dan bertanding yang kurang. Pemimpin otoriter adalah seorang pemimpin yang menganggap dirinya lebih dari orang lain dalam segala hal. Pelatih otoriter cenderung egois dan memaksakan kehendak/lebih senang memberikan perintah kepada bawahan tanpa menjelaskan langkah-langkah dan alasan-alasannya yang nyata.

b. Gaya Demokratis

Pate, at. all, (dalam Dwijowinoto, 1993: 12-13), menyatakan gaya kepemimpinan pelatih kepemimpinan demokratis, yaitu sebagai berikut.

- a) Bersikap ramah dan bersahabat.
- b) Memberikan kelompok sebagai keseluruhan membuat rencana.
- c) Mengizinkan anggota-anggota kelompok untuk berinteraksi tanpa izin.
- d) Menerima saran-saran.

e) Berbicara sedikit lebih banyak dari rata-rata anggota kelompok.

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

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

- o) Tanggung jawab keberhasilan organisasi dipikul bersama pimpinan dan bawahan.

Penerapan gaya kepemimpinan demokratis dapat mendatangkan keuntungan berupa keputusan serta tindakan yang lebih objektif, tumbuhnya rasa ikut memiliki, serta terbinanya moral yang tinggi. Kelemahan gaya demokrasi ini antara lain lamban, rasa tanggung jawab kurang, keputusan yang dibuat bukan merupakan keputusan terbaik (Sutarto, 1991: 77). Irianto (2002: 20-21) menyatakan kelemahan gaya kepemimpinan demokratis yaitu, gaya kepemimpinan demokratis hanya cocok untuk persiapan sebuah tim yang memiliki waktu cukup lama tetapi kurang cocok jika pelatih harus mengambil keputusan yang mendadak dan harus diterima, jika dibandingkan dengan kepemimpinan otoriter, kepemimpinan demokratis bisa mengurangi agresifitas atlet dalam olahraga.

Jadi kepemimpinan demokrasi adalah kepemimpinan demokratis dalam memilih pemimpin, tetapi tidak hanya itu dalam setiap mengambil keputusan dan pelaksanaannya juga. Anggota kelompok maupun pemimpin berhak menyampaikan kritik, penghargaan maupun masukan.

c. Gaya *Laisses Faire*

Gaya kepemimpinan bebas/*laissez faire* adalah kemampuan mempengaruhi orang lain agar bersedia kerja sama untuk mencapai tujuan tertentu dengan cara menyerahkan kegiatan yang akan dilakukan

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

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

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

mempengaruhi orang lain agar bersedia bekerja sama untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan dengan cara berbagai kegiatan yang akan dilakukan lebih banyak diserahkan pada bawahan. Dari tiga jenis kepemimpinan yang telah diuraikan di atas, seorang pelatih dapat menerapkan ketiga-tiganya dengan menyesuaikan kondisi.

2. Komunikasi Pelatih

Dalam proses berlatih perlu adanya komunikasi yang baik antara pelatih dan atlet Irianto (2002: 24-25) menyatakan komunikasi hendaknya dilakukan:

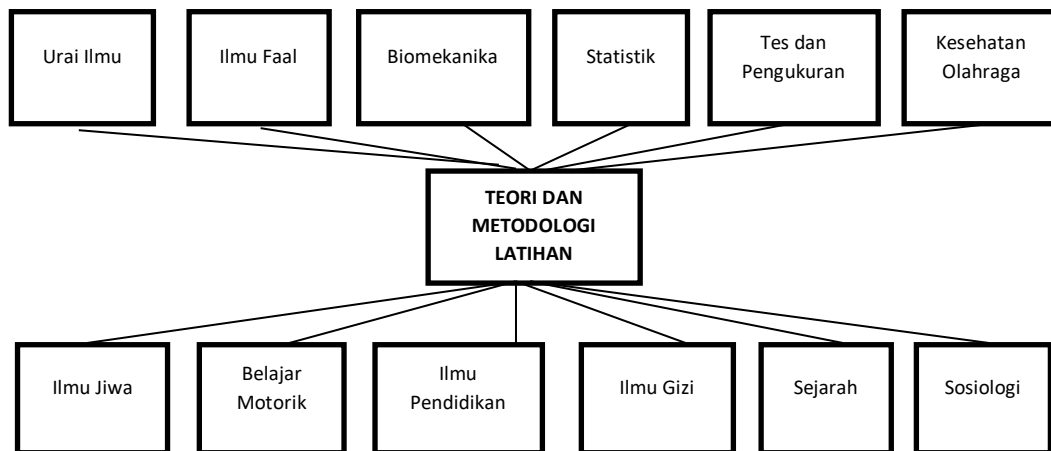
- 1) Dua arah: Informasi hendaknya tidak hanya dari pelatih kepada atletnya saja, tetapi juga dari atlet kepada pelatih, sehingga jika ada informasi yang kurang jelas dapat segera terjawab.
- 2) Sederhana: Agar mudah dipahami dan tidak salah menginterpretasikan bahan maupun cara berkomunikasi dibuat sederhana mungkin tanpa mengurangi pesan yang akan disampaikan, jika perlu cukup dengan bahasa syarat.
- 3) Jelas: Kejelasan isi maupun komunikasi sangat diperlukan untuk menghindari kesalahpahaman.
- 4) Ada umpan balik: Umpan balik diperlukan untuk mengoptimalkan substansi yang dipesankan baik dari pelatih maupun atlet.
- 5) Kedua belah pihak saling optimis: Antara pelatih dan atletnya harus saling optimis dan yakin bahwa apa yang dikomunikasikan akan membawa hasil yang lebih baik dalam usaha mencapai prestasi.

- 6) Saling memberi semangat: Semangat perlu terus menerus muncul pada masing-masing pihak untuk pelatih maupun atlet saling memacunya.
- 7) Adanya empati: Kegagalan maupun keberhasilan merupakan usaha bersama untuk itu apa yang dialami dan dirasakan pelatih, demikian juga sebaliknya apa yang dirasakan pelatih dirasakan pula oleh atletnya.
- 8) Bersedia menerima kritik: Kritik merupakan salah satu perbaikan, masing-masing pihak harus membuka diri dan menerima kritik dan saran.

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

3. Pengetahuan Pelatih

Pelatih yang profesional harus mengetahui ilmu-ilmu yang mendukung akan praktek kepelatihan. Bompa (1994: 2), menyatakan bahwa ilmu pendukung dalam metodologi latihan yang harus dikuasai pelatih seperti dalam gambar berikut ini:



Gambar 1. Ilmu-Ilmu Penunjang yang Memperkaya Bidang Ilmu pada Teori dan Metodologi Latihan (Bompa, 1994: 2)

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

- 1) Psikologi olahraga, adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku manusia.

Psikologi olahraga merupakan sub disiplin yang sepenuhnya mempelajari fenomena psikologis olahragawan dan pelatih.

- 2) Biomekanika, biomekanika olahraga memberikan penjelasan mengenai pola-pola gerakan efisien dan efektif para olahragawan.

- 3) Fisiologi latihan, ilmu ini mempelajari tentang fungsi tubuh manusia selama latihan dan mengamati bagaimana perubahan tubuh yang disebabkan oleh latihan jangka panjang.

Seorang pelatih harus tepat memilih dan menciptakan metode latihan untuk atletnya dan harus berusaha menciptakan suasana gembira dan tidak membosankan, agar atlet dapat berlatih dengan efektif dan efisien sehingga dapat tercapainya tujuan yang telah ditentukan dan prestasi yang maksimal.

4. Kualitas Pelatih yang Baik

Tercapainya prestasi atlet dipengaruhi oleh kualitas seorang pelatih yang baik. Syarat pelatih yang baik menurut Suharno (1993: 6), pelatih yang baik memiliki kemampuan menguasai ilmu sesuai bidangnya secara teoritis dan praktis, memiliki *skill* yang baik sesuai dengan cabang olahraganya. Selain itu pelatih harus memiliki daya pikir, daya cipta, kreativitas dan imajinasi tinggi, perasaan yang stabil, motivasi yang besar, daya perhatian dan daya konsentrasi yang tinggi. Pelatih juga harus memiliki kepribadian yang baik sesuai norma hidup yang berlaku.

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

- 1) Latar belakang pendidikan yang sesuai dengan cabang olahraganya.
- 2) Pengalaman dalam olahraga, pengalaman sebagai seorang atlet dalam sebuah tim boleh dikatakan suatu keharusan untuk seorang calon pelatih oleh karena hal ini sangat bermanfaat sekali bagi pekerjaannya kelak.
- 3) Sifat dan kualitas kepribadian, kepribadian seorang pelatih sangat penting oleh karena dia nanti harus bergaul dengan personalitas-personalitas yang beraneka ragam watak dan kepribadiannya
- 4) Tingkah laku, tingkah laku seorang pelatih harus baik oleh karena pelatih menjadi panutan bagi atlet.
- 5) Sikap sportif, dapat mengontrol emosi selama pertandingan dan menerima apa yang terjadi baik menang maupun kalah.
- 6) Kesehatan, kesehatan dan energi serta vitalitas yang besar penting dimiliki oleh seorang pelatih.

- 7) Kepemimpinan, pelatih harus dapat memimpin dan memotivasi kepada atletnya.
- 8) Keseimbangan emosi, kesungguhan untuk bersikap wajar dan layak dalam keadaan tertekan atau terpaksa.
- 9) Imajinasi, kemampuan daya ingat untuk membentuk khayalan-khayalan tentang obyek-obyek yang tidak tampak.
- 10) Ketegasan dan keberanian, sanggup dan berani dalam mengambil setiap keputusan.
- 11) Humor, membuat atlet merasa rileks untuk mengurangi ketegangan.

Pendapat lain dikemukakan oleh Yunus (1998: 13), bahwa beberapa kemampuan minimal yang harus dikuasai oleh pelatih olahraga adalah sebagai berikut.

- 1) Penghayatan terhadap profesi.
- 2) Pemahaman dan penerapan ilmu keolahragaan.
- 3) Penguasaan keterampilan dalam suatu cabang olahraga.
- 4) Penguasaan strategi belajar mengajar atau melatih.
- 5) Keterampilan sosial mencakup kemampuan bergaul, berkomunikasi, mempengaruhi orang lain dan memimpin.

Sukadiyanto (2011: 4-5) menyatakan syarat pelatih antara lain: 1) Kemampuan dan keterampilan cabang olahraga yang dibina, 2) Pengetahuan dan pengalaman di bidangnya, 3) Dedikasi dan komitmen melatih, 4) Memiliki moral dan kepribadian yang baik.. Irianto (2002: 17-18),

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

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

Dari berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa syarat pelatih yang baik, yaitu:

- 1) Kondisi fisik yang baik dan memiliki ketrampilan baik sesuai cabang olahraganya yang di tekuni.
- 2) Mempunyai pengetahuan yang baik, meliputi: pengalaman dan penguasaan ilmu secara teoritis dan praktis.
- 3) Mempunyai kepribadian yang baik, meliputi: tanggung jawab, kedisiplinan, dedikasi, keberanian, sikap kepemimpinan, humor, kerjasama, dan penampilan.
- 4) Kemampuan psikis, meliputi: kreativitas, daya perhatian dan konsentrasi, dan motivasi.

5. Hubungan Pelatih dengan Kesuksesan Atlet

Kesuksesan atlet sangat bergantung dengan peran seorang pelatih dalam mencapai tujuan menjadi juara disetiap pertandingan dan target prestasi. Atlet sulit untuk merasakan kesalahan Teknik maupun gerakan yang salah saat latihan dan bertanding dilapangan, karena atlet tidak dapat melihat kesalahan tersebut. Oleh sebab itu pelatih adalah sosok yang penting bagi atlet. Artinya atlet perlu bimbingan dan pengawasan pelatih untuk mengembangkan kemampuan dan membantu memperbaiki kesalahan mencapai prestasi yang tinggi.

Pate, dkk (dikutip oleh Mylsidayu & Kurniawan, 2015: 10) menyatakan pelatih adalah seorang professional yang tugasnya membantu atlet dan tim dalam memperbaiki penampilan olahraga. Sukadiyanto (2011: 29) menyatakan atlet adalah seseorang yang menggeluti (menekuni) dan aktif melakukan latihan untuk meraih prestasi pada cabang olahraga yang dipilihnya.

Tite Juliantine, dkk., dalam Mylsidayu & Kurniawan, (2015: 14) menyatakan atlet adalah seseorang yang siap untuk melaksanakan latihan atau instuksi pelatih). Agar atlet dapat berprestasi maksimal, maka pelatih harus mampu merencanakan dan menyusun program latihan yang efektif agar aspek-aspek fisik, Teknik, taktik, dan mental atlet dapat berkembang secara maksimal. Prestasi olahraga merupakan aktualisasi dari akumulasi hasil proses latihan yang ditampilkan atlet sesuai dengan kemampuan yang dimiliki. Oleh sebab itu, selama proses berlatih melatih, diperlukan kerjasama yang baik antara pelatih, atlet dan orang tua siswa yang merupakan hubungan timbal balik agar tujuan latihan tercapai. Dengan adanya hubungan timbal balik yang baik berharap akan saling menguntungkan bagi semua pihak.

Pelatih yang profesional harus tahu seluk-beluk cabang olahraga yang dilatihnya, mengenai cara melatih fisik, semua teknik dan peraturan permainan. Dengan demikian atlet akan cepat berkembang kemampuannya baik dari *skill* maupun fisik. Begitu juga dengan mental, seorang pelatih harus bisa membuat sifat dan mental sebaik mungkin saat bertanding dan saat latihan. Saat latihan pelatih harus memberi contoh yang baik yaitu membuat atlet untuk selalu bekerja keras, berbicara dengan sopan, pantang menyerah, tidak sombong, disiplin dan sportif. Terbiasa melakukan kebiasaan dengan baik seperti yang sudah dicontohkan pelatih dan pantang menyerah membuat target prestasi atlet tidak sulit dicapai dan juga baik dimata masyarakat.

Ketidak yakinan pelatih dengan kemampuan yang tidak sesuai dengan cabang olahraga yang ditekuni tidak akan membawa dampak untuk

meningkatkan prestasi atlet. Harsono, (2015: 5) menyatakan di dalam dunia pelatihan ada semacam motto yang berbunyi:

- 1) Tinggi rendahnya prestasi atlet adalah cerminan dari tinggi rendahnya mutu pengetahuan dan keterampilan pelatihnya.
- 2) Apa yang dikiprahkan oleh atlet dalam pertandingan adalah cerminan dari apa yang telah diberikan pelatihnya dalam latihan.

1. Keyakinan Diri Pelatih

a. Pengertian keyakinan diri pelatih

Sukses tidaknya kegiatan pelatihan ekstrakurikuler olahraga disekolah dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari faktor pelatih, peserta didik, sarana dan prasarana, sekolah, orang tua, maupun kondisi masyarakat sekitar. Dari tiap setiap butir keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman, kesuksesan ekstrakurikuler olahraga di sekolah sangat bergantung pada peran pelatih dan program latihan yang sudah dibuat pelatih untuk ekstrakurikuler di sekolah dengan tingkat keyakinan diri berhubungan dengan persepsi dari kemampuan pelatih untuk menghasilkan prestasi atlet yang dibinanya.

Percaya diri merupakan salah satu modal utama dan syarat mutlak untuk mencapai prestasi olahraga. 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. Dengan demikian, persepsi ini adalah antisipasi kuat dari perilaku dan pola pikir

seseorang. Greenleaf, Gould, & Dieffenbach (2001: 155) menegaskan bawa keyakinan diri juga didefinisikan sebagai penilaian tentang kemampuan seseorang untuk berhasil melaksanakan sebuah tugas. Maka, dalam pembinaan olahraga ada istilah yang sering muncul dan digunakan oleh para pelaku olahraga khususnya para pelatih, yaitu kata efektivitas dan efektif. Efektivitas (kata benda) dan efektif (kata sifat) adalah dua konsep yang berbeda secara mendasar. Keduanya sama-sama didefinisikan sebagai kemampuan untuk menghasilkan prestasi yang diinginkan. Keyakinan diri berhubungan dengan persepsi dari kemampuan pelatih untuk membantu tercapainya prestasi atlet yang dibina.

Dalam pembinaan dan pengembangan olahraga ada satu aspek yang tidak bisa diabaikan yaitu, faktor psikologis. Kesadaran akan peranan aspek psikologis dalam pencapaian suatu prestasi semakin dirasakan oleh berbagai olahragawan. Menurut Horn dalam Mylsidayu (2015: 103), mendefinisikan *self-confidence* sebagai keyakinan bahwa seseorang memiliki sumber daya internal, terutama kemampuan, untuk mencapai keberhasilan, maksudnya *self-confidence* berakar pada keyakinan dan harapan. *Self-confidence* adalah rasa percaya pada kemampuan sendiri bahwa mampu mencapai prestasi tertentu dan apabila prestasinya sudah tinggi maka individu tersebut akan lebih *self-confidence*. *Self confidence* akan menimbulkan rasa aman yang dapat

dilihat dari sikap dan tingkah laku yang tampak tenang, tidak mudah ragu-ragu, tidak mudah gugup, dan tegas.

Efikasi diri, menurut Bandura dalam Vivik Shofiah dan Raudatussalamah, (2015: 215) adalah keyakinan diri seseorang akan kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan serangkaian tindakan yang diperlukan untuk menghasilkan suatu hal. Efikasi diri merupakan penilaian terhadap kemampuan diri seseorang. Pajares dalam Miftahun, (2009: 95), menyatakan efikasi diri adalah penilaian terhadap kompetensi diri dalam melakukan suatu tugas khusus dalam konteks yang spesifik. Keyakinan diri dalam bidang olahraga sangat penting bagi pelatih dan atlet.

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 penting untuk lebih memahami jiwa atlet dan dapat menghasilkan prestasi olahraga yang sangat baik (Shelangoski, Hambrick, & Gross dalam Aji R. 2019: 37-38) Seorang pelatih merasa berhasil apabila aktivitas olahraga yang dibimbingnya mampu membangun karakter, dan merasa biasa-biasa saja apabila hanya mampu mengembangkan strategi bermain. Lebih lanjut Fung, menyimpulkan bahwa temuan ini memberikan panduan untuk lebih fokus dalam program pengembangan pelatih.

Pelatihan tentang keyakinan diri harus ditetapkan sebagai variabel yang harus ditekankan yang terkait dengan perilaku pelatih dan atlet. Sebagai contoh, ada bukti bahwa keyakinan diri dapat memprediksi perilaku yang mampu meningkatkan prestasi olahraga (Myers, Vargas-Tonsing & Feltz, 2005: 131). Jadi pelatih dapat mengetahui cara bagaimana untuk meningkatkan dan tercapainya target prestasi yang sudah ditentukan.

Bandura dalam Miftahun (2009: 96) menyatakan terdapat tiga komponen yang memberikan dorongan bagi terbentuknya efikasi diri yaitu: (a) pengharapan akan hasil (*outcome expectancy*), yaitu adanya harapan terhadap kemungkinan hasil dari perilaku. Harapan ini dalam bentuk prakiraan kognitif tentang kemungkinan hasil dan kemungkinan tercapainya tujuan. (b) pengharapan akan efikasi (*efficacy expectancy*) yaitu harapan atas munculnya perilaku yang dipengaruhi oleh persepsi seseorang pada kemampuan kinerjanya yang berkaitan dengan hasil. Jika menemukan keberhasilan dalam melakukan tugas tertentu maka ia akan mempunyai efikasi diri yang tinggi pada tugas tersebut. (c) nilai hasil (*Outcome value*) yaitu nilai kebermaknaan atas hasil yang diperoleh seseorang. Nilai hasil yang sangat berarti akan memberikan pengaruh yang kuat pada motivasi seseorang untuk mendapatkannya kembali.

Efikasi diri, menurut Bandura dalam Miftahun, (2009: 96) memiliki tiga dimensi yaitu, (a) tingkat kesulitan tugas (*magnitude*), (b) luas bidang perilaku (*generality*), dan (c) kemantapan keyakinan

(strength). Pertama, tingkat kesulitan seseorang dihadapkan pada tugas yang disusun menurut tingkat kesulitan, maka efikasi diri akan diarahkan pada tugas yang mudah, sedang atau sulit sesuai dengan batas kemampuan yang dirasakan untuk menentukan sikap yang harus dilakukan untuk masing-masing tingkatan kesulitan. Kedua, Luas bidang perilaku (*generality*) ialah sejauh mana individu akan kemampuannya dalam berbagai tugas, mulai dari saat melakukan suatu aktivitas atau situasi tertentu hingga dalam serangkaian tugas atau situasi yang bervariasi. Terakhir, kemantapan keyakinan (*strength*) adalah tingkat kemampuan individu terhadap keyakinan atau harapannya.

Seseorang dengan efikasi diri yang rendah akan mudah menyerah pada pengalaman-pengalaman yang tidak menunjang. Seseorang dengan efikasi diri tinggi akan mendorong individu untuk tetap bertahan dalam usahanya walaupun memiliki pengalaman yang buruk. Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan efikasi diri adalah seseorang yang dapat mengetahui kemampuan yang ada dalam dirinya dan keyakinan diri dalam menyelesaikan suatu tugas untuk mendapatkan hasil yang maksimal. Dalam efikasi diri pelatih yang mempunyai efikasi tinggi ia akan berusaha untuk mencapai hasil yang maksimal. Sedangkan seseorang dengan efikasi rendah akan selalu ragu-ragu dalam menyelesaikan tugas.

b. Faktor-faktor keyakinan diri pelatih

Untuk menilai adanya keyakinan diri pada seseorang secara utuh perlu dilihat dari beberapa faktor, diantaranya sebagai berikut:

1) Motivasi

Menurut beberapa ahli seperti Krech, Murray, Atkinson, Fernald, Miller, Singer, Barelson & Steiner, dan Good & Brophy dalam Komarudin (2014:24) mengemukakan bahwa motivasi adalah proses aktualisasi generator penggerak internal didalam diri individu untuk menimbulkan aktivitas, menjamin kelangsungannya dan menentukan arah atau haluan aktivitas terhadap pencapaian tujuan yang telah ditetapkan. Kemudian Loehr dalam Komarudin (2014:24) juga menjelaskan bahwa motivasi adalah energi yang membuat segala sesuatu bekerja atau berfungsi.

Berdasarkan pengertian diatas dapat didefinisikan motivasi merupakan dorongan yang berasal dari dalam atau luar individu untuk melakukan suatu aktivitas yang dapat menentukan arah sehingga dapat mencapai tujuan yang telah ditargetkan. Selain motivasi dari diri sendiri, motivasi dari pelatih juga sangat penting perannya untuk kesuksesan atau keberhasilan peserta ekstrakurikuler olahraga.

2) Strategi permainan

Strategi seorang pelatih sangat penting dalam menentukan keberhasilan tim atau atlet untuk meraih kemenangan. Sesuai dengan

pernyataan Suharno dalam Irianto (2002: 90) strategi adalah suatu siasat atau akal yang digunakan sebelum bertanding untuk mencari kemenangan secara positif. Eka Sapri Alviyanto (2013) mengatakan Strategi adalah suatu siasat atau pola pikir yang digunakan sesaat sebelum pertandingan dimulai untuk mencari kemenangan secara positif.

Dapat disimpulkan bahwa strategi bermain merupakan arahan yang akan dilakukan sebelum bertanding yang diberikan oleh pelatih dan merupakan salah satu kunci keberhasilan dalam bertanding.

3) Teknik

Teknik merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari suatu cabang olahraga. Banyak manfaat yang diperoleh jika peserta ekskul olahraga menguasai Teknik yang benar. Teknik yang benar diperoleh dari seorang pelatih yang memiliki pengetahuan dan arahan yang jelas dan tepat. Seperti yang dikatakan sulistiyono dalam sudjarwo (1993: 42) menyatakan, keuntungan penguasaan teknik yaitu terjadinya efisiensi dan efektifitas gerakan untuk mencapai prestasi maksimal. Berdasarkan pendapat tersebut dengan penguasaan teknik yang benar dapat lebih memaksimalkan atlet untuk mencapai prestasi.

4) Pengembangan karakter

Pembentukan karakter seseorang dapat dibentuk melalui kegiatan olahraga. Sesuai dengan pernyataan Shield dan Bredemier (1995)

mengatakan lingkungan olahraga melambangkan nilai kebudayaan dan sarana tempat remaja mencari pengalaman dan belajar tentang banyak nilai yang dianut masyarakat. System peragaan atau memberi contoh dapat mengarahkan perubahan yang diperlukan untuk meningkatkan lingkungan olahraga (Wells, Rudel, Paisley, 2006)

Dapat disimpulkan bahwa dalam lingkungan olahraga pelatih merupakan salah satu faktor pembentukan karakter yang baik karena pembentukan karakter terbentuk pada saat proses latihan yang dilakukan seorang peserta ekstrakurikuler olahraga.

Berdasarkan pemaparan mengenai kompetensi pelatih yang telah dijelaskan dapat disimpulkan bahwa pelatih dengan kompetensi yang baik dengan ilmu kepelatihan yang sesuai serta dapat dipercaya akan sangat membantu dalam menyajikan pembinaan yang berlangsung secara efektif dan bias dipertanggung jawabkan. Karena pembinaan prestasi atlet sangat membutuhkan pelatih yang memiliki kompetensi yang baik dengan kriteria memiliki pengetahuan ilmu dibidangnya, motivasi, intens, peka terhadap kebutuhan siswa ekstrakurikuler, dan sukses dalam memecahkan masalah. Suasana latihan yang mendukung pencapaian prestasi atlet. Kemudian apabila pelatih memiliki pengetahuan teknis maupun teoritis yang buruk, kurang pengalaman, tidak mampu untuk merencanakan program yang komprehensif, tidak memiliki motivasi, atau tidak bias mengelola waktu

dengan baik maka akan berdampak kurang baik terhadap perkembangan ekstrakurikuler olahraga yang dibinanya.

2. Hakikat Ekstrakurikuler

a. Pengertian Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan untuk memenuhi tuntutan penguasaan bahan kajian dan pelajaran dengan alokasi waktu yang diatur secara tersendiri berdasarkan kebutuhan. Ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan di luar jam sekolah yang berfungsi untuk mewadahi dan mengembangkan potensi, minat, dan bakat siswa. Selain itu, kegiatan ekstrakurikuler diartikan sebagai kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran dan pelayanan konseling untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik dan atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah .

Menurut Depdiknas (2004: 1) menjelaskan bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan program sekolah, berupa kegiatan siswa yang bertujuan untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, optimasi pelajaran terkait, menyalurkan bakat dan minat, kemampuan dan keterampilan serta untuk lebih memantapkan kepribadian siswa. Tujuan ini mengandung makna bahwa kegiatan ekstrakurikuler berkaitan erat dengan proses belajar mengajar. Kemudian dijelaskan pula bahwa ekstrakurikuler adalah kegiatan yang

diselenggarakan di luar jam pelajaran yang tercantum dalam susunan program sesuai dengan keadaan dan kebutuhan sekolah, berupa kegiatan pengayaan, dan perbaikan yang berkaitan dengan program kurikuler (Depdiknas, 2004: 4).

Rumusan tentang pengertian ekstrakurikuler juga terdapat dalam SK Dirjen Dikdasmen Nomor 226/C/Kep 1992 yang menyatakan bahwa ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar jam pelajaran biasa dan pada waktu libur sekolah yang dilakukan baik di sekolah maupun di luar sekolah, dengan tujuan untuk memperdalam pengetahuan siswa, mengenal hubungan antara berbagai pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya.

Melalui partisipasi peserta didik dalam kegiatan ekstrakurikuler mereka dapat belajar dan mengembangkan kemampuan berkomunikasi, bekerja sama dengan orang lain, serta menemukan dan mengembangkan potensi dalam diri. Kegiatan ekstrakurikuler juga memberikan manfaat sosial yang besar (Depdikbud, 2013: 10). Berdasarkan pada Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 39 Tahun 2008 tentang Pembinaan Kesiswaan (2008: 4), kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu jalur pembinaan kesiswaan. Kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti dan dilaksanakan oleh siswa baik di sekolah maupun di luar sekolah, bertujuan agar siswa dapat memperkaya dan memperluas diri.

Dari beberapa penjelasan ekstrakurikuler dapat disimpulkan bahwa ekstrakurikuler adalah suatu kegiatan diluar jam pelajaran yang dilakukan di sekolah maupun diluar sekolah yang bertujuan untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, menyalurkan bakat dan mengembangkan kemampuan berkomunikasi sehingga memiliki jiwa sosial yang baik dimata masyarakat.

b. Tujuan dan fungsi Ekstrakurikuler

Tujuan ekstrakurikuler berdasarkan Depdikbud (2013: 7) tujuan ekstrakurikuler adalah (1) meningkatkan dan memantapkan pengetahuan siswa, (2) mengembangkan bakat, (3) mengenal hubungan antara mata pelajaran dengan kehidupan bermasyarakat. Sedangkan fungsi ekstrakurikuler adalah sebagai berikut : (1) pengembangan, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan kemampuan dan kreatifitas siswa sesuai dengan potensi, bakat dan minat siswa, (2) sosial, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan kemampuan dan rasa tanggung jawab sosial siswa, (3) rekreatif, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan suasana rileks, mengembirakan dan menyenangkan bagi siswa yang menunjang proses perkembangan, (4) persiapan karier, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikuler untuk kesiapan karier siswa (Muhaimin, 2009: 75).

Mengenai tujuan dalam ekstrakurikuler dijelaskan oleh Roni Nasrudin (2010: 12) berikut ini. Kegiatan ekstrakurikuler memiliki tujuan sebagaimana dijelaskan berikut ini. 1) Siswa dapat memperdalam

dan memperluas pengetahuan keterampilan mengenai hubungan antara berbagai mata pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya yang: a) Beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa b) Berbudi pekerti luhur c) Memiliki pengetahuan dan keterampilan d) Sehat rohani dan jasmani e) Berkepribadian yang mantap dan mandiri. 2) Siswa mampu memanfaatkan pendidikan kepribadian serta mengaitkan pengetahuan yang diperolehnya dalam program kurikulum dengan kebutuhan dan keadaan lingkungan.

Berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 39 Tahun 2008 tentang pembinaan kesiswaan (2008: 4), pembinaan kesiswaan memiliki tujuan sebagai mana dijelaskan berikut ini. 1) Mengembangkan potensi siswa secara optimal dan terpadu yang meliputi bakat, minat, dan kreativitas. 2) Memantapkan kepribadian siswa untuk mewujudkan ketahanan sekolah sebagai lingkungan pendidikan sehingga terhindar dari usaha dari pengaruh negatif dan bertentangan dengan tujuan pendidikan. 3) Mengaktualisasi potensi siswa dalam pencapaian potensi unggulan sesuai bakat dan minat. 4) Menyiapkan siswa agar menjadi warga masyarakat yang berakhlak mulia, demokratis, menghormati hak-hak asasi manusia dalam rangka mewujudkan masyarakat mandiri. Penjelasan diatas pada hakekatnya menjelaskan tujuan kegiatan ekstrakurikuler yang ingin dicapai adalah untuk kepentingan siswa, dengan kata lain kegiatan

ekstrakurikuler memiliki nilai-nilai pendidikan bagi siswa dalam upaya pembinaan manusia seutuhnya.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa tujuan ekstrakurikuler pada umumnya sama. Siswa dapat mengekspresikan atau menyalurkan minat yang ada dalam dirinya dengan adanya kegiatan ekstrakurikuler ini dapat mewujudkan cita-cita atau bakat menuju prestasi yang bagus. Agar prestasi tersebut tercapai seorang pelatih ekstrakurikuler harus mempunyai keyakinan diri yang tinggi dan dapat memahami siswanya agar dapat mengembangkan potensi dan bakat dari olahragawan serta mampu menemukan bibit yang unggul dari sekolah tersebut untuk dibimbing agar berprestasi hingga tingkat internasional.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian ini memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Reza Subakti Aji (2019) yang berjudul “Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga SMA Negeri Se-Kabupaten Bantul”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan metode survei dengan teknik pengambilan data menggunakan angket dengan nilai reliabilitas sebesar 0,897. Sampel penelitian ini adalah pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMA se-Kabupaten Bantul yang berjumlah 40 orang dari 8 sekolah, yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif

yang dituangkan dalam bentuk persentase yang terbagi dalam 5 kategori. Hasil penelitian menunjukkan keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri se-Kabupaten Bantul berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 5,00%, “rendah” sebesar 22,50%, “cukup” sebesar 32,50%, “tinggi” sebesar 32,50%, dan “sangat tinggi” sebesar 7,50%.

2. 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 survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa sekolah sepakbola 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 persentase. 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 *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 sebesar 69,73% dan masuk dalam kategori baik, dan faktor *Assurance* persentase sebesar 75,85% dan masuk dalam kategori sangat baik.

C. Kerangka Berpikir

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilaksanakan di sekolah padembangkan minat dan potensi yang dimiliki oleh siswa. Salah satunya adalah ekstrakurikuler olahraga yang berada di bawah koordinasi bidang kesiswaan. Ekstrakurikuler olahraga mampu meningkatkan dan mengembangkan bakat siswa sehingga mampu mendapatkan prestasi yang membanggakan baik di tingkat kecamatan hingga tingkat internasional. Hal ini mampu memberikan dampak positif bagi siswa dan sekolah itu sendiri. Oleh karena itu ekstrakurikuler khususnya olahraga harus dikelola dengan baik dan benar. Agar tercapainya tujuan dari ekstrakurikuler sendiri harus memiliki tiga unsur yang saling berkaitan yaitu pelatih, siswa dan lingkungan..

Pelatih adalah tokoh yang sangat berpengaruh dan berperan dalam melahirkan atlet atlet hebat. Pelaksanaan ekstrakurikuler di sekolah banyak mengalami berbagai keterbatasan, namun jika ditangani oleh pelatih yang kompeten dan kreatif keterbatasan tersebut bisa di atasi. Horton, Baker, & Deakin (2005: 301) Kemampuan pelatih untuk menciptakan lingkungan yang menerapkan pembelajaran optimal pada atlet dan kemajuan telah menjadi salah satu faktor kunci pengembangan atlet.

Agar kegiatan ekstrakurikuler olahraga dapat benar-benar dirasakan manfaatnya, sekolah diharapkan mampu mengadakan program dengan

berorientasi pada prestasi olahraga yang akan diraih. Berdasarkan hal tersebut, bahwa faktor keyakinan diri pelatih diri pelatih penting untuk keberhasilan ekstrakurikuler di sekolah.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

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

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian yaitu di SD se-Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei 2019.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

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

Kriteria sampel dalam penelitian ini yaitu (1) SD di Kabupaten Sleman, (2) ada ekstrakurikuler olahraga di sekolah, (3) ada pelatih ekstrakurikuler olahraga di sekolah, (4) pelatih bersedia menjadi sampel. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 40 pelatih dari 8 sekolah. Rincian sampel penelitian disajikan pada tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Rincian Subjek Penelitian

No	Nama Sekolah	Alamat	Σ Pelatih
1	SD Muhammadiyah Condongcatur	Jl. Perumnas, Ringroad Utara, Gorongan, Condong Catur, Depok, Sleman, Yogyakarta	5
2	SD Budi Mulia 2	Jl. Seturan 15, Catur Tunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta	5
3	SD Negeri percobaan 2	Sekip, Senolowo, Catur Tunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta	5
4	SD Negeri Minomartani 2	Jl. Tengiri Raya, Mladangan, minomartani, ngaglik, kabupaten Sleman, Yogyakarta.	5
5	SD Negeri Sarikaya	Jl. Asemgedhe No.48, Gempol, Condongcatur, Depok, Sleman, Yogyakarta	5
6	SD Teruna Bangsa	Jl. Seturan BI. D No.10, Kledokan, Catur Tunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta.	5
7	SD Negeri Nogopuro	Jl. Nogopuro, No.3, Ambarukmo, Catur Tunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta.	5
8	SD Olifant	Jl. Cendrawasih, No.4 A-B, Jl. Demangan Baru, Catur Tunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta.	5
Jumlah			40 orang

D. Definisi Operasional Variabel

Variabel dalam penelitian ini adalah keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Sleman. Definisi operasionalnya yaitu keyakinan untuk melakukan sesuatu pada diri pelatih ekstrakurikuler olahraga sebagai karakteristik pribadi yang di dalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, dan sesuai keadaan dilapangan yang diukur menggunakan angket.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Sugiyono (2016: 102), menyatakan bahwa instrumen penelitian adalah alat ukur dalam penelitian, jadi instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam atau sosial yang diamati peneliti.. Instrumen atau alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket tertutup. Arikunto (2016: 168), menyatakan bahwa 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. Angket dalam penelitian ini 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.

Model pengukuran untuk Coaching Competence Skale (CCS) mengemukakan bahwa empat variabel laten yang terdiri dari 12 item. Terminologi

kompetensi dan keakuratan umumnya tidak disertakan bersamaan dengan dimensi kompetensi pembinaan.

Motivasi didefinisikan sebagai evaluasi atlet terhadap kemampuan pelatih yang mempengaruhi *mood* psikologis dan keterampilan atlet.

Strategi permainan didefinisikan sebagai evaluasi atlet tentang kemampuan pelatih selama memimpin kompetisi. Teknik didefinisikan sebagai evaluasi atlet terhadap kemampuan instruksional dan diagnostik pelatih kepala mereka. Pengembangan karakter didefinisikan sebagai evaluasi atlet terhadap kemampuan pelatih untuk mempengaruhi perkembangan pribadi dan sikap positif terhadap olahraga bagi si atlet tersebut. Kisi-kisi instrumen disajikan pada tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Keyakinan Pelatih

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

2. Teknik Pengumpulan Data

Menurut Subagiyono (2016: 224) teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data maka peneliti tidak akan mendapatkan yang memenuhi standar data yang ditetapkan.

Pengumpulan data merupakan sebuah proses pengadaan data untuk keperluan penelitian. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian.

Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut:

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

F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Sebelum digunakan pengambilan data sebenarnya, bentuk akhir dari tes yang telah disusun perlu diujicobakan guna memenuhi alat sebagai pengumpul data yang baik. Arikunto (2016: 87), bahwa tujuan diadakannya uji coba antara lain untuk mengetahui tingkat pemahaman responden akan instrumen, mencari pengalaman dan mengetahui realibilitas. Pengujian validitas empiris dilakukan dengan cara instrumen diuji cobakan pada pelatih ekstrakurikuler olahraga SD se-Yogyakarta, yang berjumlah 40 pelatih. Untuk mengetahui apakah instrumen baik atau tidak, dilakukan langkah-langkah sebagai berikut.

a. Uji Validitas

Arikunto (2016: 91) “validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen”. Sebuah instrumen dikatakan valid jika mampu mengukur apa yang diinginkan dan dapat mengungkapkan data dari variabel yang diteliti secara tepat.

Rumus korelasi yang dapat digunakan adalah yang dikemukakan oleh Pearson, yang dikenal dengan rumus korelasi *Product Moment*. Menurut (Arikunto, 2016: 98). Cara perhitungannya menggunakan *SPSS 26,00*, dengan cara pengambilan keputusan dimana nilai r hitung lebih besar dari r tabel maka dikatakan valid.

Dengan nilai signifikansi 0,05, df (N-2), serta jumlah responden sebanyak 19 guru olahraga di sekolah dasar Yogyakarta maka nilai r table *Product Moment* pada kisi – kisi instrumen pada penelitian ini adalah 0,312. Hasil uji validitas instrumen disajikan pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Uji Validitas Instrumen

Butir	r hitung	r tabel (df 40;5%)	Keterangan
01	0,406**	0,312	Valid
02	0,618**	0,312	Valid
03	0,778**	0,312	Valid
04	0,422**	0,312	Valid
05	0,540**	0,312	Valid
06	0,746**	0,312	Valid
07	0,696**	0,312	Valid
08	0,776**	0,312	Valid

Butir	r _{hitung}	r _{tabel} (df 40;5%)	Keterangan
09	0,780**	0,312	Valid
10	0,598*	0,312	Valid
11	0,764**	0,312	Valid
12	0,762**	0,312	Valid

Dari uji validitas instrumen yang disajikan pada tabel 3, diketahui butir seluruh butir validitas sehingga seluruh butir digunakan untuk uji reliabelita. pada nilai validitas terendah pada penelitian ini sebesar 0,406** dan nilai butir paling tinggi sebesar 0,780**.

b. Uji Reliabilitas

Reliabilitas instrumen mengacu pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2016: 174). Analisis keterandalan butir hanya dilakukan pada butir yang dinyatakan sahih saja dan bukan semua butir yang belum diuji.

Untuk memperoleh reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Hasil penghitungan menggunakan bantuan program SPSS 23. Uji reliabilitas pernyataan item-item yang memiliki nilai *Cronbach Alpha* > 0,600 dikatakan reliabel dan dianggap baik untuk digunakan sebagai input ke dalam proses penganalisaan data guna menguji hipotesis penelitian

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

Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,878	12

Dari hasil analisis data menggunakan uji reliabilitas *Cronbach Alpha* menggunakan jasa bantuan *program SPSS 26.00* diketahui nilai *Cronbach Alpha* sebesar 0,878 lebih besar dari 0,600 maka dengan hasil tersebut dikatakan reabel.

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif 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*. Menurut Arikunto, (2016: 253), untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan penilaian acuan sebagai berikut ini:

Tabel 5. Norma Penilaian

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

(Arikunto, 2006: 253)

Keterangan:

Mi = Mean Ideal = $\frac{1}{2}$ (Maksimum Ideal + Minimum Ideal)

SDi = SD Ideal = $\frac{1}{6}$ (Maksimum Ideal - Minimum Ideal)

Maksimum Ideal = Skor Harapan Tertinggi

Minimum Ideal = Skor Harapan Terendah

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian data keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Sleman diambil menggunakan angket yang telah diisi oleh para pelatih dijelaskan sebagai berikut:

1. Karakteristik Responden

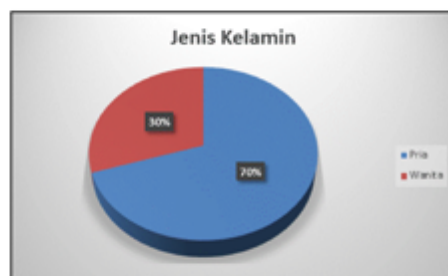
a. Jenis kelamin

Untuk mengetahui karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se- Kabupaten Sleman berdasarkan jenis kelamin disajikan pada tabel 6 sebagai berikut:

Tabel 6. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se- Kabupaten Sleman Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
1	Laki-laki	28	70.0%
2	Perempuan	12	30.0%
Jumlah		40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 6 tersebut di atas, karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan jenis kelamin dapat disajikan pada gambar 2 berikut:



Gambar 2. Diagram Lingkaran Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan tabel 6 dan gambar 2 di atas menunjukkan bahwa karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan jenis kelamin yaitu, laki-laki sebesar 70,00% (28 orang), dan perempuan sebesar 30,00% (12 orang).

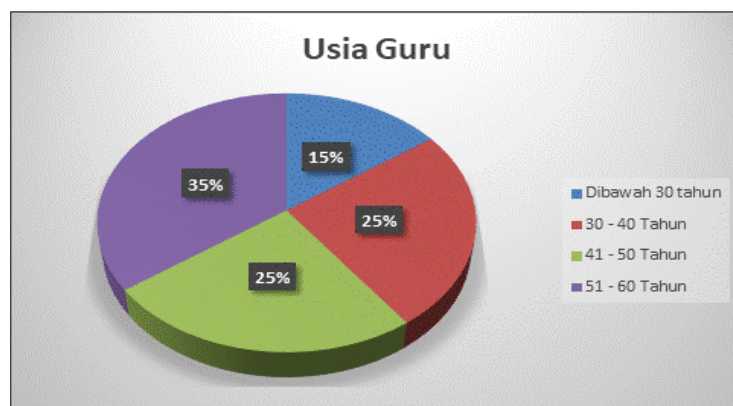
b. Usia

Untuk mengetahui karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se- Kabupaten Sleman berdasarkan usia disajikan pada tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 7. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Sleman Berdasarkan Usia

No	Usia	Frekuensi	Persentase
1	< 30 tahun	6	10.0%
2	31-40 tahun	10	25.0%
3	41-50 tahun	10	25.0%
4	51-60 tahun	14	35.0%
Jumlah		40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 7 tersebut di atas, karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan usia dapat disajikan pada gambar 3 sebagai berikut:



Gambar 3. Diagram Lingkaran Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Sleman Berdasarkan Usia

Berdasarkan tabel 7 dan gambar 3 di atas menunjukkan bahwa karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan usia yaitu, < 30 tahun sebesar 15,0% (6 orang), 31-40 tahun sebesar 25.0% (10 orang), 41-50 tahun sebesar 25,0% (10 orang), dan 51-60 tahun sebesar 35,0% (14 orang).

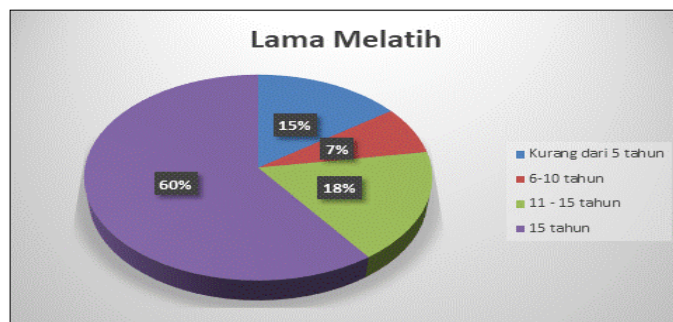
c. Lama mengelola ekstrakurikuler

Untuk mengetahui karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se- Kabupaten Sleman berdasarkan lama mengelola ekstrakurikuler pada tabel 8 sebagai berikut:

Tabel 8. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Sleman Berdasarkan Lama Mengelola Ekstrakurikuler

No	Lama Mengelola Ekstrakurikuler	Frekuensi	Persentase
1	< 5 tahun	6	15.0%
2	6-10 tahun	3	7.0%
3	11-15 tahun	7	18.0%
4	> 15 tahun	24	60.0%
Jumlah		40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 8 tersebut di atas, karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan lama mengelola ekstrakurikuler dapat disajikan pada gambar 4 sebagai berikut:



Gambar 4. Diagram Lingkaran Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman Berdasarkan Lama Mengelola Ekstrakurikuler

Berdasarkan tabel 8 dan gambar 4 di atas menunjukkan bahwa karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan lama mengelola ekstrakurikuler yaitu, < 5 tahun sebesar 15.0% (6 orang), 6-10 tahun sebesar 7,0% (3 orang), 11-15 tahun sebesar 18.0% (7 orang), dan > 15 tahun sebesar 60,0% (24 orang).

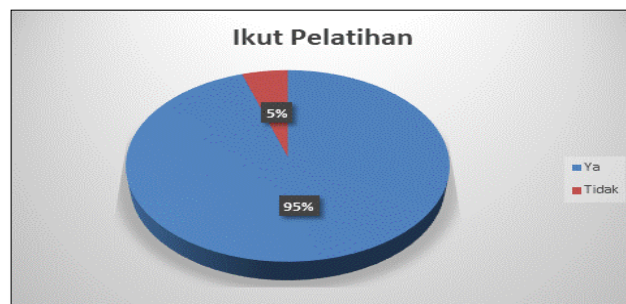
d. Mengikuti Pelatihan

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

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

No	Mengikuti Pelatihan	Frekuensi	Persentase
1	Ya	38	95.0%
2	Tidak	2	5.0%
Jumlah		40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 9 tersebut di atas, karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan mengikuti pelatihan dapat disajikan pada gambar 5 sebagai berikut:



Gambar 5. Diagram Lingkaran Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman Berdasarkan Mengikuti Pelatihan

Berdasarkan tabel 9 dan gambar 5 di atas menunjukkan bahwa karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan mengikuti pelatihan yaitu, “ya” sebesar 95.0% (38 orang) dan “tidak” tahun sebesar 5.0% (2 orang).

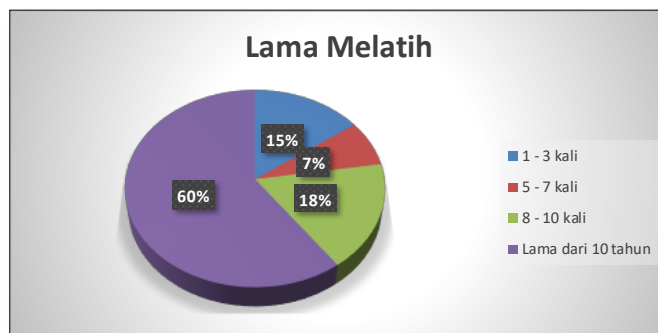
e. Frekuensi Mengikuti Pelatihan

Karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se- Kabupaten Sleman berdasarkan mengikuti pelatihan pada tabel 10 sebagai berikut.

Tabel 10. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se- Kabupaten Sleman Berdasarkan Frekuensi Mengikuti Pelatihan

No	Mengikuti Pelatihan	Frekuensi	Persentase
1	1-3 kali	6	15.0%
2	5-7 kali	3	7.0%
3	8-10 kali	13	18.0%
4	> 10 kali	22	60.0%
Jumlah		40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 10 tersebut di atas, karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan frekuensi mengikuti pelatihan dapat disajikan pada gambar 6 sebagai berikut:



Gambar 6. Diagram Lingkaran Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman Berdasarkan Frekuensi Mengikuti Pelatihan

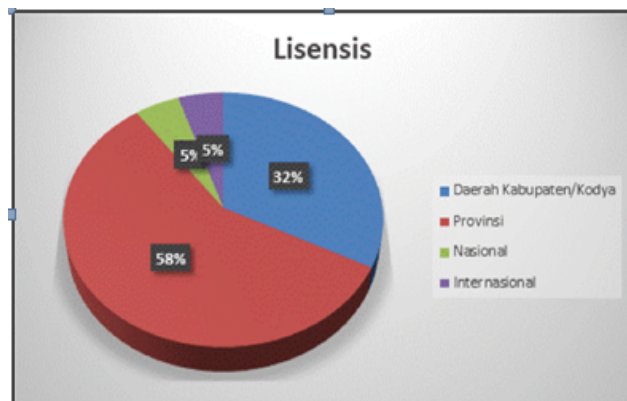
Berdasarkan tabel 10 dan gambar 6 di atas menunjukkan bahwa karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan frekuensi mengikuti pelatihan yaitu, 1-3 kali sebesar 15.0% (6 orang), 5-7 kali sebesar 7.0% (3 orang), 8-10 kali sebesar 18.0% (13 orang), dan > 10 tahun tahun sebesar 60.0% (22 orang).

f. Level Lisensi Kepelatihan

Karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se- Kabupaten Sleman berdasarkan mengikuti pelatihan pada tabel 11 sebagai berikut:

Tabel 11. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se- Kabupaten Sleman Berdasarkan Level Lisensi Kepelatihan

No	Mengikuti Pelatihan	Frekuensi	Persentase
1	Daerah Kabupaten/Kodya	13	20.0%
2	Provinsi	23	77.5%
3	Nasional	4	5.0%
4	Internasional	0	0%
Jumlah		40	100%



Gambar 7. Diagram Lingkaran Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman Berdasarkan Level Lisensi Kepelatihan

Berdasarkan tabel 11 dan gambar 7 di atas menunjukkan bahwa karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan level lisensi kepelatihan yaitu, Daerah Kabupaten/Kodya sebesar 20.0% (13 orang), Provinsi sebesar 77.5% (23 orang), Nasional sebesar 5.0% (4 orang), dan Internasional tahun sebesar 0% (0 orang).

1. Analisis Keyakinan Diri Pelatih

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman didapat skor terendah (*minimum*) 37,00, skor tertinggi (*maksimum*) 53,00, rerata (*mean*) 46,10, nilai tengah (*median*) 46,50, nilai yang sering muncul (*mode*) 49,00, standar deviasi (SD) 3,56. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 12 sebagai berikut:

Tabel 12. Deskriptif Statistik Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman

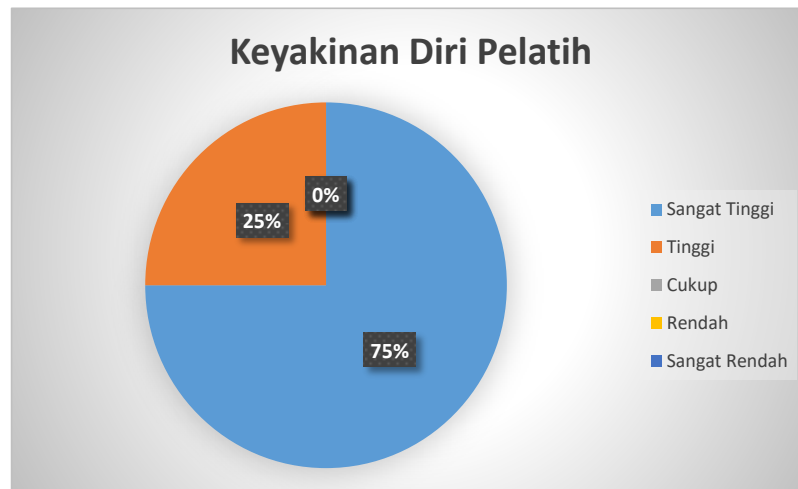
Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	46.10
<i>Median</i>	46.50
<i>Mode</i>	49.00
<i>Std. Deviation</i>	3.56
<i>Minimum</i>	37.00
<i>Maximum</i>	53.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman disajikan pada tabel 12 sebagai berikut.

Tabel 13. Norma Penilaian Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$53,49 < X \leq 44$	Sangat Tinggi	30	80%
2	$43 < X \leq 38$	Tinggi	10	20%
3	$33 < X \leq 28$	Cukup	0	0%
4	$23 < X \leq 18$	Rendah	0	0%
5	$X \leq 13$	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah			40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 13 tersebut di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman dapat disajikan pada gambar 8 sebagai berikut:



Gambar 8. Diagram Lingkaran Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman

Berdasarkan tabel 13 dan gambar 8 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 orang), “rendah” sebesar 0% (0 orang), “cukup” sebesar 0% (0 orang), “tinggi” sebesar 25% (10 orang), dan “sangat tinggi” sebesar 75% (30 orang). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 46,10, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler dalam kategori “tinggi”.

a. Faktor Motivasi

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan faktor motivasi didapat skor terendah (*minimum*) 9,00, skor tertinggi (*maksimum*) 15,00, rerata (*mean*) 11,50, nilai tengah (*median*) 11,50, nilai yang sering muncul (*mode*) 12,00, *standar deviasi* (SD) 1,48. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 14 sebagai berikut.

Tabel 14. Deskriptif Statistik Berdasarkan Faktor Motivasi

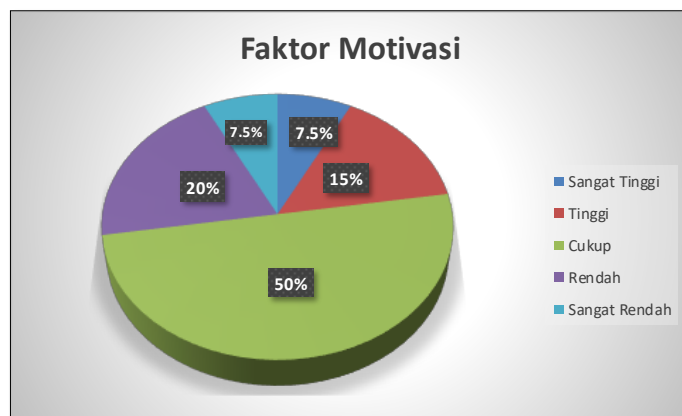
Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	11.50
<i>Median</i>	11.50
<i>Mode</i>	12.00
<i>Std. Deviation</i>	1.48
<i>Minimum</i>	9.00
<i>Maximum</i>	15.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan faktor motivasi disajikan pada tabel 15 sebagai berikut:

Tabel 15. Norma Penilaian Berdasarkan Faktor Motivasi

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$13,72 < X$	Sangat Tinggi	3	7.5%
2	$12,24 < X \leq 13,72$	Tinggi	6	15%
3	$10,76 < X \leq 12,24$	Cukup	20	50%
4	$9,28 < X \leq 10,76$	Rendah	8	20%
5	$X \leq 9,28$	Sangat Rendah	3	7.5%
Jumlah			40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 15 tersebut di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman dapat berdasarkan faktor motivasi disajikan pada gambar 9 sebagai berikut.



Gambar 9. Diagram Lingkaran Berdasarkan Faktor Motivasi

Berdasarkan tabel 15 dan gambar 9 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan faktor motivasi berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 7,5% (3 orang), “rendah” sebesar 20,00% (8 orang), “cukup” sebesar 50,00% (20orang), “tinggi” sebesar 15,00% (6 orang), dan “sangat tinggi” sebesar 7,5% (3 orang).

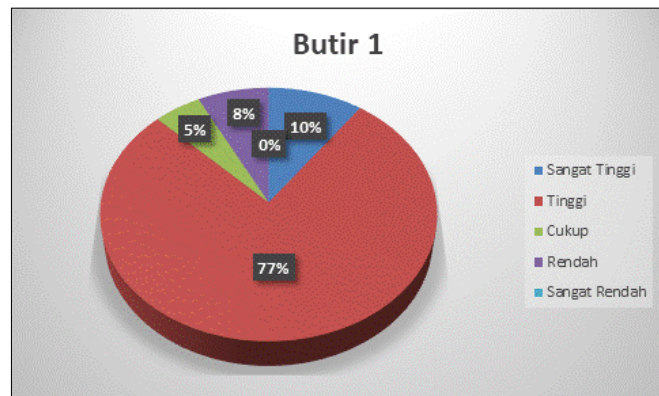
1) Butir 1

Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 1 disajikan pada tabel 16 sebagai berikut:

Tabel 16. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 1

Pernyataan	Pilihan Jawaban	Frekuensi	%
Jika saya membuat rencana pengelolaan program Eskul olahraga, saya yakin berhasil melaksanakan program tersebut	Sangat Tinggi	4	10.0%
	Tinggi	31	77.0%
	Cukup	2	5.0%
	Rendah	3	8.0%
	Sangat Rendah	0	0.00%
Jumlah		40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 16 tersebut di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 1 dapat disajikan pada gambar 10 sebagai berikut:



Gambar 10. Diagram Lingkungan Analisis Pernyataan Butir Nomor 1

Berdasarkan tabel 16 dan gambar 10 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 1 berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 10,0% (4 orang), “tinggi” sebesar 77,0% (31 orang), “cukup” sebesar 5,0% (2 orang), “rendah” sebesar 8,0% (3 orang), dan “sangat rendah” sebesar 0,0% (0 orang). Dapat disimpulkan keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 1 paling banyak pada kategori “tinggi”.

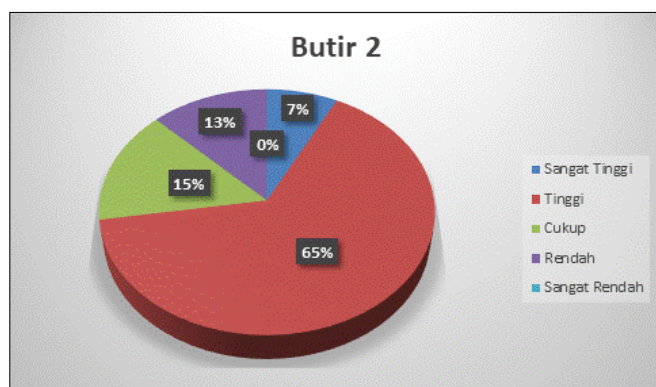
2) Butir 2

Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 2 disajikan pada tabel 17 sebagai berikut.

Tabel 17. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 2

Pernyataan	Kategori	Frekuensi	%
Jika saya gagal dalam melaksanakan program Eskul olahraga, saya terus berusaha sampai berhasil	Sangat Tinggi	3	7.0%
	Tinggi	26	65.0%
	Cukup	6	15.0%
	Rendah	5	13.0%
	Sangat Rendah	0	0.00%
Jumlah		40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 17 tersebut di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 2 dapat disajikan pada gambar 11 sebagai berikut:



Gambar 11. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Butir Nomor 2

Berdasarkan tabel 17 dan gambar 11 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 2 berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 7% (3 orang), “tinggi” sebesar 65,0% (26 orang), “cukup” sebesar 15,0% (6 orang), “rendah” sebesar 13,0% (5 orang), dan “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 orang). Dapat disimpulkan keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 2 paling banyak pada kategori “tinggi”.

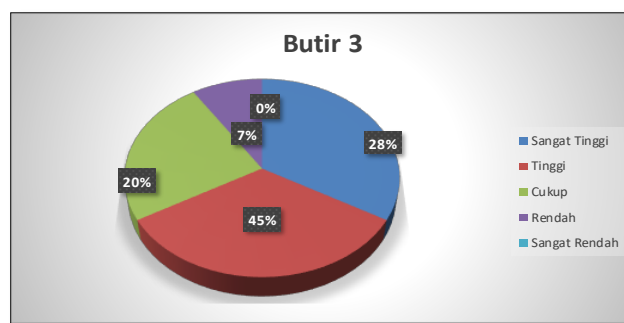
3) Butir 3

Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 3 disajikan pada tabel 18 sebagai berikut:

Tabel 18. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 3

Pernyataan	Kategori	Frekuensi	%
Jika saya menginginkan program latihan Eskul olahraga lebih baik, biasanya itu tidak tercapai	Sangat Rendah	0	0.00%
	Rendah	3	7.00%
	Cukup	8	20.00%
	Tinggi	18	45.0%
	Sangat Tinggi	11	28.0%
Jumlah		40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 18 tersebut di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 3 disajikan pada gambar 12 sebagai berikut:



Gambar 12. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Butir Nomor 3

Berdasarkan tabel 18 dan gambar 12 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 3 berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 28.0% (11 orang), “tinggi” sebesar 45,00% (18 orang), “cukup” sebesar 20,00% (8 orang), “rendah” sebesar 7,00% (3 orang), dan “sangat rendah” sebesar 0% .

b. Faktor Strategi Permainan

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan faktor

strategi permainan didapat skor terendah (*minimum*) 8,00, skor tertinggi (*maksimum*) 15,00, rerata (*mean*) 11,25, nilai tengah (*median*) 11,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 11,00, *standar deviasi* (SD) 1,71. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 19 sebagai berikut:

Tabel 19. Deskriptif Statistik Berdasarkan Faktor Strategi Permainan

Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	11.25
<i>Median</i>	11.00
<i>Mode</i>	11.00
<i>Std. Deviation</i>	1.71
<i>Minimum</i>	8.00
<i>Maximum</i>	15.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan faktor strategi permainan disajikan pada tabel 20 sebagai berikut:

Tabel 20. Norma Penilaian Berdasarkan Faktor Strategi Permainan

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$13,82 < X$	Sangat Tinggi	4	10%
2	$12,11 < X \leq 13,82$	Tinggi	3	7%
3	$10,40 < X \leq 12,11$	Cukup	23	58%
4	$8,69 < X \leq 10,40$	Rendah	8	20%
5	$X \leq 8,69$	Sangat Rendah	2	5%
Jumlah			40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 20 tersebut di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman dapat berdasarkan faktor strategi permainan disajikan pada gambar 13 sebagai berikut:



Gambar 13. Diagram Lingkaran Berdasarkan Faktor Strategi Permainan

Berdasarkan tabel 20 dan gambar 13 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan faktor strategi permainan berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 5% (2 orang), “rendah” sebesar 20% (8 orang), “cukup” sebesar 58% (23 orang), “tinggi” sebesar 7% (3 orang), dan “sangat tinggi” sebesar 10% (4 orang). Keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan faktor strategi permainan berada pada kategori “cukup”.

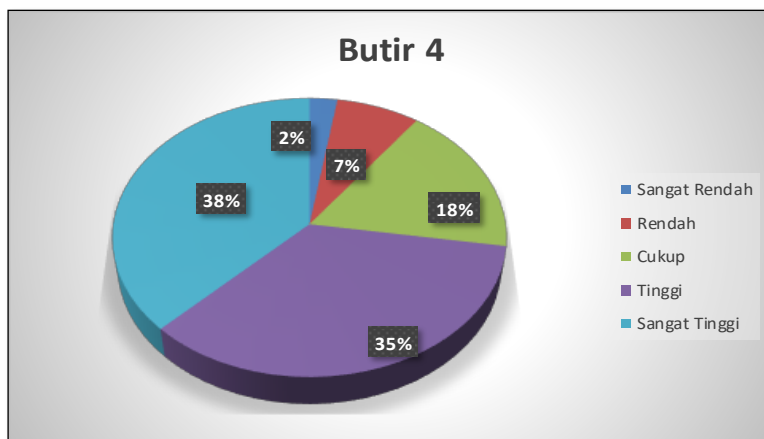
4) Butir 4

Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 4 disajikan pada tabel 21 sebagai berikut:

Tabel 21. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 4

Pernyataan	Kategori	Frekuensi	%
Jika saya memiliki ide baru untuk mencoba program latihan Eskul olahraga dan diperkirakan akan berhasil baik tapi itu rumit, maka saya tidak memulainya	Sangat Rendah	1	2%
	Rendah	3	7%
	Cukup	7	18%
	Tinggi	14	35%
	Sangat Tinggi	15	38%
Jumlah		40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 21 tersebut di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 4 dapat disajikan pada gambar 14 sebagai berikut:



Gambar 14. Diagram Lingkaran Berdasarkan Faktor Strategi Permainan

Berdasarkan tabel 21 dan gambar 14 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 4 berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 38% (15 orang), “tinggi” sebesar 35% (14 orang), “cukup” sebesar 18% (7 orang), “rendah” sebesar 7% (2 orang), dan “sangat rendah” sebesar 2% (1 orang). Dapat disimpulkan keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 4 paling banyak pada kategori “tinggi”.

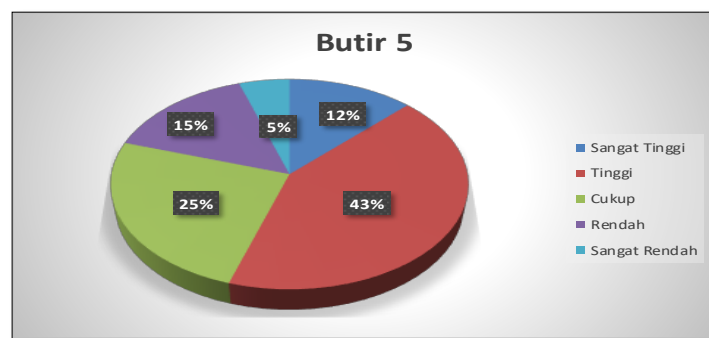
5) Butir 5

Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 5 disajikan pada tabel 22 sebagai berikut.

Tabel 22. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 5

Pernyataan	Kategori	Frekuensi	%
Banyak masalah tidak menyenangkan untuk sukses dalam mengelola program latihan Eskul olahraga tapi saya kelola sampai selesai	Sangat Tinggi	5	15%
	Tinggi	17	43%
	Cukup	10	25%
	Rendah	6	15%
	Sangat Rendah	2	5%
Jumlah		40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 22 tersebut di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 5 dapat disajikan pada gambar 15 sebagai berikut.



Gambar 15. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Butir Nomor 5

Berdasarkan tabel 22 dan gambar 15 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 5 berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 15% (5 orang), “tinggi” sebesar 43% (17 orang), “cukup” sebesar 25% (10 orang), “rendah” sebesar 25,00% (6 orang), dan “sangat rendah” sebesar 5% (2 orang). Dapat disimpulkan keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan butir nomor 5 paling banyak pada kategori “tinggi”.

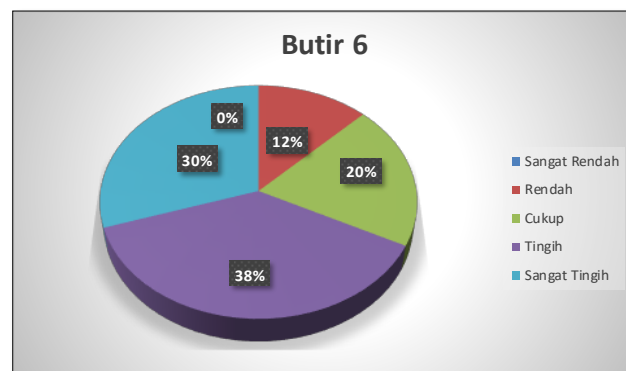
6) Butir 6

Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 6 disajikan pada tabel 23 sebagai berikut:

Tabel 23. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 6

Pernyataan	Kategori	Frekuensi	%
Saya kesulitan memecahkan masalah dalam pengelolaan program latihan Eskul Olahraga untuk berhasil baik	Sangat Rendah	0	0%
	Rendah	5	12%
	Cukup	8	20%
	Tinggi	15	38%
	Sangat Tinggi	12	30%
Jumlah		40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 23 tersebut di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 6 dapat disajikan pada gambar 17 sebagai berikut:



Gambar 16. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Butir Nomor 6

Berdasarkan tabel 23 dan gambar 16 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 6 berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 30% (12 orang), “tinggi” sebesar 38% (15 orang), “cukup” sebesar 20% (8 orang), “rendah” sebesar 12% (5 orang), dan “sangat rendah”

sebesar 0,00% (0 orang).

c. Faktor Teknik

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan faktor teknik didapat skor terendah (*minimum*) 9,00, skor tertinggi (*maksimum*) 15,00, rerata (*mean*) 11,93, nilai tengah (*median*) 12,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 11,00, *standar deviasi* (SD) 1,51. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 24 sebagai berikut.

Tabel 24. Deskriptif Statistik Berdasarkan Faktor Teknik

Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	11.93
<i>Median</i>	12.00
<i>Mode</i>	11.00
<i>Std. Deviation</i>	1.51
<i>Minimum</i>	9.00
<i>Maximum</i>	15.00

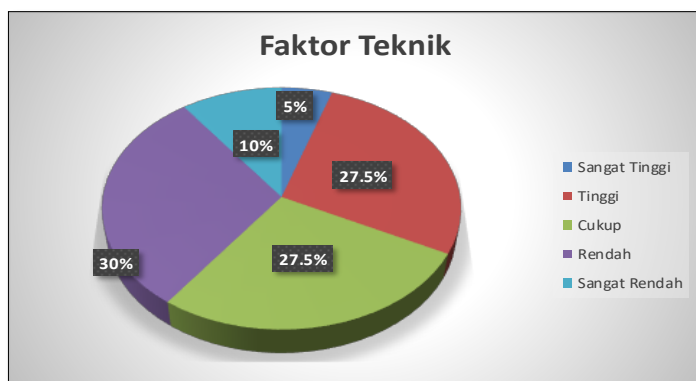
Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan faktor teknik disajikan pada tabel 25 sebagai berikut.

Tabel 25. Norma Penilaian Berdasarkan Faktor Teknik

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$14,20 < X$	Sangat Tinggi	2	5%
2	$12,69 < X \leq 14,20$	Tinggi	11	27.5%
3	$11,18 < X \leq 12,69$	Cukup	11	27.5%
4	$9,67 < X \leq 11,18$	Rendah	12	30%
5	$X \leq 9,67$	Sangat Rendah	4	10%
Jumlah			40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 25 tersebut di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman dapat

berdasarkan faktor teknik disajikan pada gambar 18 sebagai berikut.



Gambar 17. Diagram Lingkaran Berdasarkan Faktor Teknik

Berdasarkan tabel 25 dan gambar 17 menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan faktor teknik berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 10,00% (4 orang), “rendah” sebesar 30,00% (12 orang), “cukup” sebesar 27,5% (11 orang), “tinggi” sebesar 27,5% (11 orang), dan “sangat tinggi” sebesar 5,00% (2 orang).

7) Butir 7

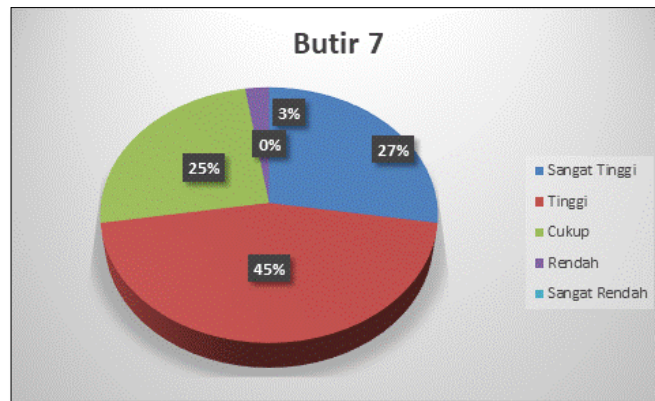
Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 7 disajikan pada tabel 26 sebagai berikut:

Tabel 26. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 7

Pernyataan	Kategori	Frekuensi	%
Jika saya telah membuat keputusan untuk melakukan pengelolaan program latihan Eskul Olahraga yang lebih baik, saya akan melakukannya	Sangat Tinggi	11	27%
	Tinggi	18	45%
	Cukup	10	25%
	Rendah	1	3%
	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah		40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 26 tersebut di atas, keyakinan diri

pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 7 dapat disajikan pada gambar diagram 18



Gambar 18. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Butir Nomor 7

Berdasarkan tabel 26 dan gambar 18 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 7 berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 27% (11 orang), “tinggi” sebesar 45% (18 orang), “cukup” sebesar 25% (10 orang), “rendah” sebesar 3% (1 orang), dan “sangat rendah” sebesar 0% (0 orang). Dapat disimpulkan keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 7 paling banyak pada kategori “tinggi”.

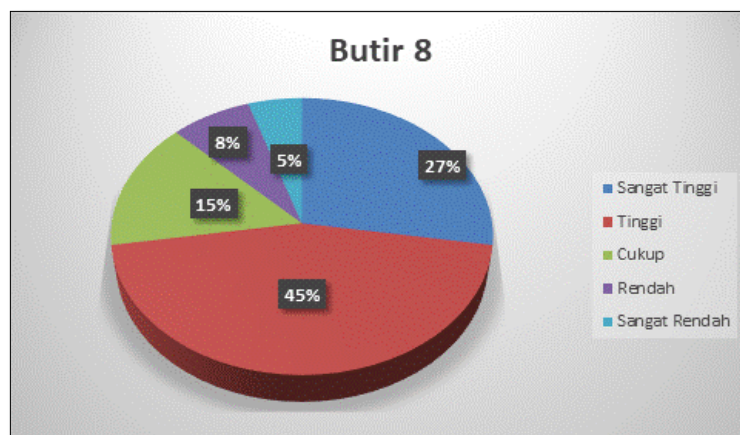
8) Butir 8

Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 8 disajikan pada tabel 27 sebagai berikut.

Tabel 27. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 8

Pernyataan	Kategori	Frekuensi	%
Jika saya memulai untuk pengelolaan program latihan Eskul olahraga dengan ide baru, saya harus segera memastikan bahwa ide itu adalah jalur yang benar, jika tidak saya berhenti	Sangat Tinggi	11	27%
	Tinggi	18	45%
	Cukup	6	15%
	Rendah	3	8%
	Sangat Rendah	2	5%
Jumlah		40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 27 tersebut di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 8 dapat disajikan pada gambar 19 sebagai berikut.



Gambar 19. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Butir Nomor 8

Berdasarkan tabel 27 dan gambar 19 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 8 berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 27% (11 orang), “tinggi” sebesar 45% (18 orang), “cukup” sebesar 15% (6 orang), “rendah” sebesar 8% (3 orang), dan “sangat rendah” sebesar 5% (2 orang).

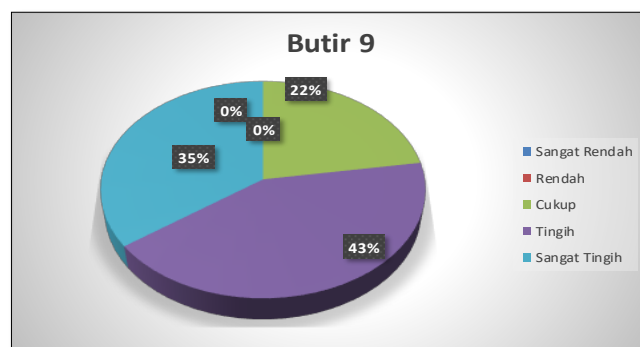
9) Butir 9

Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 9 disajikan pada tabel 28 sebagai berikut.

Tabel 28. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 9

Pernyataan	Kategori	Frekuensi	%
Ketika ada masalah tak terduga dalam pengelolaan Program latihan Eskul Olahraga membuat saya kehilangan kontrol dan keseimbangan diri	Sangat Rendah	0	0.00%
	Rendah	0	0.00%
	Cukup	9	22%
	Tinggi	17	43%
	Sangat Tinggi	14	35%
Jumlah		40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 28 tersebut di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 9 dapat disajikan pada gambar 20 sebagai berikut:



Gambar 20. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Butir Nomor 9

Berdasarkan tabel 28 dan gambar 20 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 9 berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 35% (14 orang), “tinggi” sebesar 43% (17 orang), “cukup” sebesar 22,% (9 orang), “rendah” sebesar 0,00% (0 orang), dan “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 orang).

d. Faktor Pengembangan Karakter

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan faktor pengembangan karakter didapat skor terendah (*minimum*) 9,00, skor tertinggi (*maksimum*) 15,00, rerata (*mean*) 11,93, nilai tengah (*median*) 12,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 12,00, *standar deviasi* (SD) 1,21. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 29 sebagai berikut:

Tabel 29 Deskriptif Statistik Berdasarkan Faktor Pengembangan Karakter

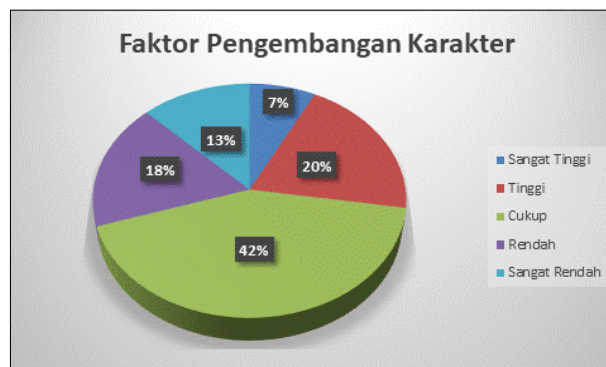
Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	11.93
<i>Median</i>	12.00
<i>Mode</i>	12.00
<i>Std, Deviation</i>	1.21
<i>Minimum</i>	9.00
<i>Maximum</i>	15.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan faktor pengembangan karakter disajikan pada tabel 30 sebagai berikut:

Tabel 30. Norma Penilaian Berdasarkan Faktor Pengembangan Karakter

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$13,73 < X$	Sangat Tinggi	3	7%
2	$12,53 < X \leq 13,73$	Tinggi	8	20%
3	$11,32 < X \leq 12,53$	Cukup	17	42%
4	$10,12 < X \leq 11,32$	Rendah	7	18%
5	$X \leq 10,12$	Sangat Rendah	5	13%
Jumlah			40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 30 tersebut di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman dapat berdasarkan faktor pengembangan karakter disajikan pada gambar 21 berikut:



Gambar 21. Diagram Lingkaran Berdasarkan Faktor Pengembangan Karakter

Berdasarkan tabel 30 dan gambar 21 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan faktor pengembangan karakter berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 18% (5 orang), “rendah” sebesar 7% (7 orang), “cukup”sebesar 42% (17 orang), “tinggi” sebesar 20% (8 orang), dan “sangat tinggi” sebesar 7% (3 orang).

10) Butir 10

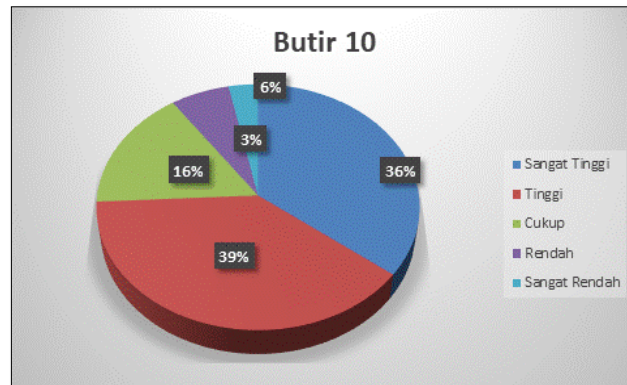
Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 10 disajikan pada tabel 31 sebagai berikut:

Tabel 31. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 10

Pernyataan	Kategori	Frekuensi	%
Jika saya membuat kegagalan dalam mengelola program Eskul olahraga, saya akan berusaha lebih keras lagi	Sangat Tinggi	11	39%
	Tinggi	21	36%
	Cukup	5	16%
	Rendah	2	6%
	Sangat Rendah	1	3%
Jumlah		40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 31 tersebut di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan

pernyataan butir nomor 10 dapat disajikan pada gambar 22 sebagai berikut:



Gambar 22. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Butir Nomor 10

Berdasarkan tabel 31 dan gambar 22 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 10 berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 27,50% (11 orang), “tinggi” sebesar 52,50% (21 orang), “cukup” sebesar 12,50% (5 orang), “rendah” sebesar 5,00% (2 orang), dan “sangat rendah” sebesar 2,50% (1 orang). Dapat disimpulkan keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 10 paling banyak pada kategori “tinggi”.

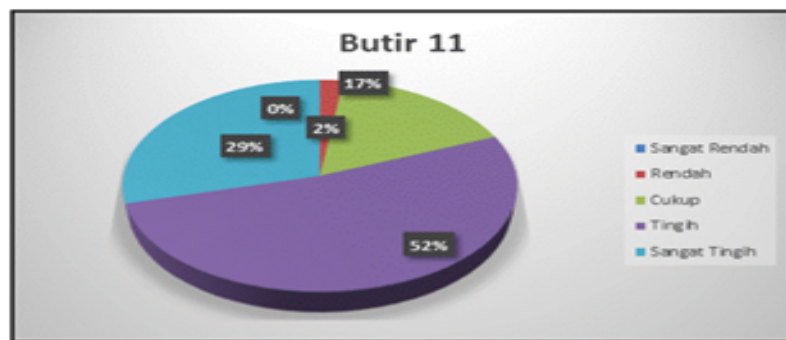
11) Butir 11

Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 11 disajikan pada tabel 32 sebagai berikut:

Tabel 32. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 11

Pernyataan	Kategori	Frekuensi	%
Saya tidak mulai belajar suatu hal baru untuk mengembangkan program latihan Eskul olahraga jika saya pikir itu terlalu sulit	Sangat Rendah	0	0%
	Rendah	1	2%
	Cukup	8	17%
	Tinggi	25	52%
	Sangat Tinggi	6	29%
Jumlah		40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 32 tersebut di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 11 dapat disajikan pada gambar 23 sebagai berikut.



Gambar 23. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Butir Nomor 11

Berdasarkan tabel 32 dan gambar 23 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 11 berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 29% (6 orang), “tinggi” sebesar 52% (25 orang), “cukup”sebesar 17% (8 orang), “rendah” sebesar 2% (1 orang), dan “sangat rendah” sebesar 0% (0 orang).

i. Butir 12

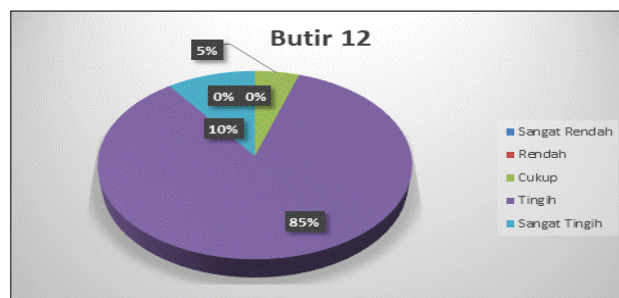
Hasil analisis keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 12 disajikan pada tabel

33 sebagai berikut:

Tabel 33. Hasil Analisis Pernyataan Butir Nomor 12

Pernyataan	Kategori	Frekuensi	%
Saya meragukan kemampuan diri saya sendiri untuk mengelola program latihan Eskul olahraga berhasil	Sangat Rendah	0	0%
	Rendah	0	0%
	Cukup	2	5.%
	Tinggi	34	85%
	Sangat Tinggi	4	10%
Jumlah		40	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 33 tersebut di atas, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 12 dapat disajikan pada gambar 24 sebagai berikut:



Gambar 24. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Butir Nomor 12

Berdasarkan tabel 33 dan gambar 24 di atas menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman berdasarkan pernyataan butir nomor 12 berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 10% (4 orang), “tinggi” sebesar 85% (34 orang), “cukup”sebesar 5% (2 orang), “rendah” sebesar 0% (0 orang), dan “sangat rendah”sebesar 0% (0 orang).

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman masuk dalam kategori “tinggi”. Secara rinci, “sangat rendah” sebesar 0% (0 orang), “rendah” sebesar 0% (0 orang), “cukup” sebesar 0% (0 orang), “tinggi” sebesar 25% (10 orang), dan “sangat tinggi” sebesar 75% (30 orang). Keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se- Kabupaten Sleman dalam kategori “tinggi”.

Analisis berdasarkan tiap butir keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman dijelaskan sebagai berikut.

1. Pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi dalam membuat rencana pengelolaan program Eskul olahraga, dan yakin akan berhasil melaksanakan program tersebut.
2. Jika pelatih gagal dalam melaksanakan program Eskul olahraga, pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi terus berusaha sampai berhasil.
3. Pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi jika menginginkan program latihan eskul olahraga lebih baik dan itu akan tercapai.
4. Jika pelatih memiliki ide baru untuk mencoba program latihan Eskul olahraga dan diperkirakan akan berhasil baik tapi itu rumit, pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi untuk memulainya.
5. Banyak masalah tidak menyenangkan untuk sukses dalam mengelola program latihan Eskul olahraga, dan pelatih mempunyai keyakinan yang

tinggi untuk mengelola sampai selesai.

6. Pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi, sekalipun mesara kesulitan memecahkan masalah dalam pengelolaan program latihan Eskul Olahraga untuk berhasil baik.
7. Jika pelatih telah membuat keputusan untuk melakukan pengelolaan program latihan Eskul Olahraga yang lebih baik, pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi akan melakukannya sampai berhasil.
8. Pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi untuk memulai pengelolaan program latihan Eskul olahraga dengan ide baru, pelatih segera memastikan bahwa ide itu adalah jalur yang benar, jika tidak maka akan berhenti.
9. Ketika ada masalah tak terduga dalam pengelolaan Program latihan Eskul Olahraga, pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi tidak akan kehilangan kontrol dan keseimbangan diri.
10. Jika pelatih membuat kegagalan dalam mengelola program Eskul olahraga, pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi akan berusaha lebih keras lagi.
11. Pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi akan belajar suatu hal baru untuk mengembangkan program latihan Eskul olahraga meskipun dipikir itu terlalu sulit.
12. Pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi atas kemampuan dirinya sendiri untuk mengelola program latihan Eskul olahraga berhasil.

Sukses tidaknya kegiatan pelatihan ekstrakurikuler olahraga disekolah dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari faktor pelatih, peserta didik, sarana dan prasarana, dan orang tua. Dari tiap setiap butir keyakinan diri pelatih

ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman, kesuksesan ekstrakurikuler olahraga di sekolah bergantung pada peran pelatih dan program latihan yang dibuat pelatih untuk ekstrakurikuleranya dengan tingkat keyakinan diri dengan persepsi dari kemampuan pelatih untuk menghasilkan prestasi atletnya.

Percaya diri merupakan salah satu modal utama dan syarat mutlak untuk mencapai prestasi olahraga. 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. Dengan demikian, persepsi ini adalah antisipasi kuat dari perilaku dan pola pikir seseorang. Greenleaf, Gould, & Dieffenbach (2001: 155) menegaskan bawa keyakinan diri juga didefinisikan sebagai penilaian tentang kemampuan seseorang untuk berhasil melaksanakan sebuah tugas. Maka, dalam pembinaan olahraga ada istilah yang sering muncul dan digunakan oleh para pelaku olahraga khususnya para pelatih, yaitu kata efektivitas dan efektif. Efektivitas (kata benda) dan efektif (kata sifat) adalah dua konsep yang berbeda secara mendasar. Keduanya sama-sama didefinisikan sebagai kemampuan untuk menghasilkan prestasi yang diinginkan. Keyakinan diri berhubungan dengan persepsi dari kemampuan pelatih untuk membantu tercapainya prestasi atlet yang dibina.

Dalam pembinaan dan pengembangan olahraga ada satu aspek yang tidak bisa diabaikan yaitu, faktor psikologis. Kesadaran akan peranan aspek psikologis dalam pencapaian suatu prestasi semakin dirasakan oleh berbagai olahragawan.

Menurut Horn dalam Mylsidayu (2015: 103), mendefinisikan *self-confidence* sebagai keyakinan bahwa seseorang memiliki sumber daya internal, terutama kemampuan, untuk mencapai keberhasilan, maksudnya *self-confidence* berakar pada keyakinan dan harapan. *Self-confidence* adalah rasa percaya pada kemampuan sendiri bahwa mampu mencapai prestasi tertentu dan apabila prestasinya sudah tinggi maka individu tersebut akan lebih *self-confidence*. *Self confidence* akan menimbulkan rasa aman yang dapat dilihat dari sikap dan tingkah laku yang tampak tenang, tidak mudah ragu-ragu, tidak mudah gugup, dan tegas.

Efikasi diri, menurut Bandura dalam Vivik Shofiah dan Raudatussalamah, (2015: 215) adalah keyakinan diri seseorang akan kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan serangkaian tindakan yang diperlukan untuk menghasilkan suatu hal. Efikasi diri merupakan penilaian terhadap kemampuan diri seseorang. Pajares dalam Miftahun, (2009: 95), menyatakan efikasi diri adalah penilaian terhadap kompetensi diri dalam melakukan suatu tugas khusus dalam konteks yang spesifik. Keyakinan diri dalam bidang olahraga sangat penting bagi pelatih dan atlet. 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 penting untuk lebih memahami jiwa atlet dan dapat menghasilkan prestasi olahraga yang sangat baik (Shelangoski, Hambrick, & Gross dalam Aji R. 2019: 37-38).

Seorang pelatih merasa berhasil apabila aktivitas olahraga yang dibimbingnya mampu membangun karakter, dan merasa biasa-biasa saja apabila

hanya mampu mengembangkan strategi bermain. Lebih lanjut Fung, menyimpulkan bahwa temuan ini memberikan panduan untuk lebih fokus dalam program pengembangan pelatih. Pelatihan tentang keyakinan diri harus ditetapkan sebagai variabel yang harus ditekankan yang terkait dengan perilaku pelatih dan atlet. Sebagai contoh, ada bukti bahwa keyakinan diri dapat memprediksi perilaku yang mampu meningkatkan prestasi olahraga (Myers, Vargas-Tonsing & Feltz, 2005: 131). Menurut Bandura dalam Miftahun (2009: 96) menyatakan terdapat tiga komponen yang memberikan dorongan bagi terbentuknya efikasi diri yaitu: (a) pengharapan akan hasil (*outcome expectancy*), yaitu adanya harapan terhadap kemungkinan hasil dari perilaku. Harapan ini dalam bentuk prakiraan kognitif tentang kemungkinan hasil yang akan diperoleh dan kemungkinan tercapai tujuan. (b) pengharapan akan efikasi (*efficacy expectancy*) yaitu harapan atas munculnya perilaku yang dipengaruhi oleh persepsi seseorang pada kemampuan kinerjanya yang berkaitan dengan hasil. Jika seseorang sering mengalami kegagalan pada suatu tugas tertentu maka ia cenderung memiliki efikasi diri yang rendah pada tugas tersebut. Sebaliknya, jika menemukan keberhasilan dalam melakukan tugas tertentu maka ia akan mempunyai efikasi diri yang tinggi pada tugas tersebut. (c) nilai hasil (*Outcome value*) yaitu nilai kebermaknaan atas hasil yang diperoleh seseorang. Nilai hasil yang sangat berarti akan memberikan pengaruh yang kuat pada motivasi seseorang untuk mendapatkannya kembali.

Efikasi diri, menurut Bandura dalam Miftahun, (2009: 96) memiliki tiga dimensi yaitu, (a) tingkat kesulitan tugas (magnitude), (b) luas bidang perilaku

(generality), dan (c) kemantapan keyakinan (strength). Pertama, tingkat kesulitan seseorang dihadapkan pada tugas yang disusun menurut tingkat kesulitan, maka efikasi diri akan diarahkan pada tugas yang mudah, sedang atau sulit sesuai dengan batas kemampuan yang dirasakan untuk menentukan sikap yang harus dilakukan untuk masing-masing tingkatan kesulitan.

Kedua, Luas bidang perilaku (*generality*) ialah sejauh mana individu akan kemampuannya dalam berbagai tugas, mulai dari saat melakukan suatu aktivitas atau situasi tertentu hingga dalam serangkaian tugas atau situasi yang bervariasi. Terakhir, kemantapan keyakinan (*strength*) adalah tingkat kemampuan individu terhadap keyakinan atau harapannya. Seseorang dengan efikasi diri yang rendah akan mudah menyerah pada pengalaman-pengalaman yang tidak menunjang. Seseorang dengan efikasi diri tinggi akan mendorong individu untuk tetap bertahan dalam usahanya walaupun memiliki pengalaman yang buruk.

Rasa percaya diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang, ada proses tertentu didalam pribadinya sehingga terjadilah pembentukan rasa percaya diri yang merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam pengambilan tindakan seseorang tidak terlalu cemas, bahkan merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Terbentuknya kemampuan percaya diri merupakan proses belajar bagaimana merespon berbagai rangsangan dari luar dirinya melalui interaksi.

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 di sini antara lain:

- a. Sulitnya mengetahui kesungguhan responden dalam mengerjakan angket.

Usaha yang dilakukan untuk memperkecil kesalahan yaitu dengan memberi gambaran tentang maksud dan tujuan penelitian ini.

- b. 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

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman masuk dalam kategori “tinggi”. Secara rinci, “sangat rendah” sebesar 0% (0 orang), “rendah” sebesar 0% (0 orang), “cukup” sebesar 0% (0 orang), “tinggi” sebesar 25% (10 orang), dan “sangat tinggi” sebesar 75% (30 orang). Keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman dalam kategori “tinggi”.

B. Implikasi

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

1. Pelatih ekstrakurikuler olahraga dan pihak sekolah dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan pertimbangan untuk lebih meningkatkan keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Kabupaten Sleman dengan menambahkan faktor-faktor yang tidak di bahas dalam penelitian ini.
2. Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan yang bermanfaat bagi pelatih olahraga dan pihak sekolah untuk memperbaiki kualitas program ekstrakurikuler di sekolahnya.
3. Hasil penelitian ini bisa di untuk meningkatkan kualitas keyakinan diri pelatih program ekstrakurikuler.

C. Saran

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

1. Agar mengembangkan penelitian lebih dalam lagi tentang keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman.
2. Untuk penelitian selanjutnya untuk menambahkan factor yang tidak di bahas dalam penelitian ini.
3. Agar melakukan penelitian tentang keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri se-Kabupaten Sleman dengan menggunakan metode lain.


DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bebredemeir dan Shield. (1995). *Character development and physical activity*. Champaign, IL: human Kinestics.
- Bompa, O.T. (1994). *Theory and methodology of training*. Toronto: Kendal/ Hunt Publishing Company.
- Cox, H, R. (2002). *Sport Psychology concepts and application*. Dubuque: Wm.C. Brow Publisher.
- Depdikbud. (1994). *Petunjuk Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- _____. (2013). *Permendikbud no 81 A tentang implementasi kurikulum*. Jakarta: Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Depdiknas. (2004). *Peningkatan keimanan dan ketakwaan melalui kegiatan ekstrakurikuler*. Jakarta: Dirjen Pendidikan Dasar dan menengah.
- Dwijowinoto, K. (1993). *Dasar-dasar ilmiah kepelatihan*. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Eka Sapri Alviyanto. (2013). Taktik olahraga. Yang diunduh dari <http://sepriblogspot.com/2009/11/taktik-olahraga.html> pada tanggal tanggal 17 juli 2019
- Harsono. (2015). *Kepelatihan olahraga. (teori dan metodologi)*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Hidayat, S. (2014). *Pelatihan olahraga*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Irianto, D.P. (2009). *Dasar kepelatihan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Kemenpora. (2005). *Undang-undang RI Nomor 3, Tahun 2005, Tentang Sistem Keolahragaan Nasional*.
- Komarudin. (2014). *Psikologi olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Miftahun, N.S. (2009). Pengaruh pelatihan komunikasi interpersonal terhadap efikasi diri sebagai pelatih pada mahasiswa. *Jurnal intervensi psikologi*, Vol. 1, No. 1.
- Mylsidayu Apta & Febi Kurniawan. (2015). *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta.
- Onang, U. (2010). *Kepemimpinan dan Komunikasi*. Bandung: Alumni.
- Satiadarma, M. P. (2000). *Dasar-Dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.

DAFTAR PUSTAKA

- Setyobroto, S. (1993). *Psikologi Kepelatihan*. Jakarta: CV. Jaya Sakti
- Soepardi. (1998). *Coaching and training*. Jakarta: Proyrk Prndidikan STO.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan. Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfa Beta.
- Suharno HP. (1993). *Ilmu Kepelatihan Yogyakarta*. Yogyakarta: FKOP IKIP Yogyakarta.
- Sukadiyanto. (2011). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: CV. Lubuk Agung
- Sutarto. (1991). *Dasaar-dasar kepemimpinan administrasi*. Yogyakarta: UGM Press.
- Vivik Shofiah dan Raudatussalamah. (2015). *Self- Efficacy Dan Self- Regulation Sebagai Unsur Penting*
- Wibowo, Y.A & Andriyani, F. (2015). *Pengembangan Ekstrakurikuler Olahraga Sekolah*. Yogyakarta: UNY Press.
- Yunus. (1998). *Olahraga pilihan bola voli*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi.

Lampiran 1. Permohonan Izin Uji Coba Penelitian

 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

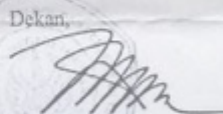
Nomor : 08.16/UN.34.16/PP/2019. 15 Agustus 2019
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Izin Uji Coba Penelitian.

Kepada Yth.
Kepala SD
di Tempat.

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

Nama : Vita Fauziatul Khusna
NIM : 115604224004
Program Studi : PGSD Penjas
Dosen Pembimbing : Ernawan Susanto, M.Pd.
NIP : 197807022002121004
Uji Coba Penelitian akan dilaksanakan pada :
Waktu : 19 s/d 30 Oktober 2019
Tempat : SD Se-Kota Yogyakarta
Judul Skripsi : Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Sleman.

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

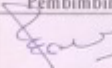
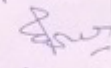
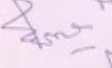

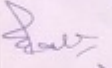

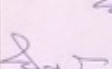



Tembusan :


1. Kaprodi PGSD Penjas
2. Pembimbing Tas.
3. Mahasiswa ybs.

Lampiran 2. Kartu Bimbingan Skripsi

KARTU BIMBINGAN
TUGAS AKHIR SKRIPSI/BUKAN SKRIPSI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Nama Mahasiswa : Vita Fauzlatul Khusna
NIM : 15609229004
Program Studi : PGSD Penjasi
Jurusan : PDR
Pembimbing : Emmawan Susanto, M.Pd

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
1	3/6 2019	Bimbingan proposal awal	
2	27/7 2019	revisi proposal awal & acc proposal	
3	5/8 2019	bimbingan bab 1	
4	22/8 2019	bimbingan bab 2 - 3	
5	13/9 2019	revisi bab 1, 2 & 3	
6	8/10 2019	bimbingan bab 1, 2 & 3 dan ttd penelitian	
7	11/10 2019	bimbingan tentang instrumen dan uji coba penelitian	
8	2/12 2019	bimbingan bab 4 & 5	
9	5/12 2019	revisi bimbingan bab 4 & 5, & ttd persetujuan skripsi	
10	9/12 2019	ACC, pendakwaan ujian skripsi	

Mengetahui
Kaprodik PGSD Penjasi.

Dr. Sabagyo, M.Pd
NIP. 19561107 198203 1 003

Lampiran 3. Pengajuan proposal

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

Kepada
Yth. Ketua Jurusan POR
Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY

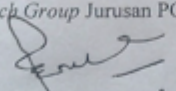
Yang bertanda tangan di bawah ini :

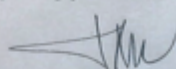
Nama Mahasiswa : VITA FAUZIATUL KHUSNA
Nomor Mahasiswa : 15609229009
Jurusan : PGSD Penjar / Pendidikan Olahraga
Prodi : PGSD Penjar

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 :

Kegakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga
Di SD Se-kabupaten Sleman

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 1009

Yogyakarta, 31 Juli 2019
Yang Mengajukan

VITA FAUZIATUL KHUSNA
NIM. 15609229009

Lampiran 4. 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, 295, 291, 541

Nomor : 09.16/UN.34.16/PP/2019.

25 September 2019

Lamp. : 1 Eks.

Hal : Permohonan Izin Penelitian.

Kepada Yth.

Kepala SD
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 : Vita Fauziatul Khusna
NIM : 115604224004
Program Studi : PGSD Penjas
Dosen Pembimbing : Ernawan Susanto, M.Pd.
NIP : 197807022002121004
Penelitian akan dilaksanakan pada :
Waktu : 25 September s/d 31 Oktober 2019
Tempat : Beberapa SD di wilayah Kabupaten Sleman
Judul Skripsi : Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Sleman.


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-19640707 198812 1 001

Tembusan :

1. Kaprodi PGSD Penjas
2. Pembimbing Tas.
3. Mahasiswa ybs.

Lampiran 5. Surat Izin Penelitian dari Pemerintah DIY



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
Kepatihan Danurejan Yogyakarta Telepon (0274) 562811 Faksimil (0274) 588613
Website : jogjapro.go.id Email : santel@jogjapro.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
NOMOR: 070/Dra.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 ucapkan terimakasih.

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


Gatot Santadi
NIP. 195909021988031003



Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian dari Sekolah

 <p>Pagani Pendidikan No: E-Sis/SDM-03/1990</p>	<p>MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH PIMPINAN CABANG MUHAMMADIYAH DEPOK SEKOLAH DASAR MUHAMMADIYAH CONDONGCATUR NSS : 102040214062 NPSN : 20401485 Terakreditasi : A</p> <p>Jl. Perumnas Ring Road Utara Gorongan Condongcatur Depok Sleman Yogyakarta Telp. (0274) 486619, BUMS. (0274) 487720 email: sdmuhcondongcatur@gmail.com website : sdmuhcc-yogya.sch.id, e-learning : sdmuhcc.net</p>
--	--

SURAT KETERANGAN
Nomor : 448/IV.4.AU/F/2019

Yang bertandatangan di bawah ini Kepala Sekolah Dasar Muhammadiyah Condongcatur, Kelurahan Condongcatur, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, menerangkan bahwa :

Nama : VITA FAUZIATUL KHUSNA
NIM : 115604224004
Program Studi : PGSD Penjas
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dosen Pembimbing : Ermawan Susanto, M.Pd.
NIP : 197807022002121004

benar-benar telah melaksanakan Penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi pada :

Waktu : 25 September s.d. 31 Oktober 2019
Tempat : SD Muhammadiyah Condongcatur dan
beberapa SD di wilayah Kabupaten Sleman
Judul Skripsi : Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SD se-Kabupaten Sleman


Demikian surat keterangan ini kami sampaikan kepada yang berkepentingan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sleman, 11 Nopember 2019
Kepala
SD Muhammadiyah Condongcatur

Sulasmi, S.Pd.
NBM. 937 391



Lampiran 7. Surat keterangan penelitian


 **PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN**
DINAS PENDIDIKAN
SD NEGERI SARIKARYA
Alamat : Kragilan Jln. Asem Gede No. 48 Condongcatur, Depok, Yogyakarta, Tlp. (0274) 6651765

SURAT KETERANGAN
NO./SDSK/XI/2019

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SD Negeri Sarikarya, Depok, Sleman Yogyakarta, menerangkan bahwa mahasiswa berikut ini telah melakukan penelitian di SD Negeri Sarikarya dengan penuh tanggungjawab:

Nama : Vita Fauziatul K
NIM : 15604224004
Program Tingkat : S1
Instansi/Perguruan Tinggi : Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Yogyakarta
No. Telpn/HP : 085217157733
Waktu : Selama 9 hari (Tgl 1 November s.d November 2019)

Demikian Surat Keterangan ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sleman, 11 November 2019
Kepala SD Negeri Sarikarya

Jaka Triyana, S.Pd., M.Pd.
Nip. 19690901 199103 1 005

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



Oleh

Tim Peneliti

Jurusan Pendidikan Olahraga

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

TAHUN 2019

SKALA EFIKASI DIRI

Keyakinan Diri Pelatih terhadap Keberhasilan Pengelolaan Ekstrakurikuler Olahraga

=====

Data Demografik Responden

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

*) Jika keberatan boleh tidak diisi

- Mohon untuk diberi tanda silak (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 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 ke pertanyaan 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/Kodya ☐ Nasional
☐ Provinsi ☐ Internasional

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 = 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 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.					

No	Item Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
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 memastikan bahwa ide itu adalah jalur yang benar, jika tidak saya berhenti.					
9	Ketika ada masalah tak terduga dalam pengelolaan Program latihan Eskul Olahraga membuat saya kehilangan 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 9. Uji Validasi

		Correlations												Skore Total
		item1	item2	item3	item4	item5	item6	item7	item8	item9	item10	item11	item12	
item1	Pearson Correlation	1	.443**	.355*	-.102	-.017	.296	.357*	.244	.001	.121	.104	.181	.406**
	Sig. (2-tailed)		.004	.025	.530	.918	.064	.024	.129	.993	.457	.524	.262	.009
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
item2	Pearson Correlation	.443**	1	.508**	.344*	.218	.484**	.124	.361*	.458**	.275	.330*	.459**	.618**
	Sig. (2-tailed)	.004		.001	.030	.177	.002	.447	.022	.003	.086	.037	.003	.000
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
item3	Pearson Correlation	.355*	.508**	1	.224	.350*	.519**	.435**	.659**	.597**	.509**	.484**	.509**	.778**
	Sig. (2-tailed)	.025	.001		.165	.027	.001	.005	.000	.000	.001	.002	.001	.000
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
item4	Pearson Correlation	-.102	.344*	.224	1	.493**	.119	.223	.207	.406**	.077	.314*	.309	.442**
	Sig. (2-tailed)	.530	.030	.165		.001	.464	.166	.199	.009	.636	.049	.052	.004
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
item5	Pearson Correlation	-.017	.218	.350*	.493**	1	.249	.303	.478**	.446**	.252	.278	.337*	.540**
	Sig. (2-tailed)	.918	.177	.027	.001		.122	.057	.002	.004	.116	.082	.034	.000
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
item6	Pearson Correlation	.296	.484**	.519**	.119	.249	1	.390*	.566**	.754**	.349*	.573**	.697**	.746**
	Sig. (2-tailed)	.064	.002	.001	.464	.122		.013	.000	.000	.028	.000	.000	.000
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
item7	Pearson Correlation	.357*	.124	.435**	.223	.303	.390*	1	.584**	.381*	.462**	.603**	.462**	.696**
	Sig. (2-tailed)	.024	.447	.005	.166	.057	.013		.000	.015	.003	.000	.003	.000
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
item8	Pearson Correlation	.244	.361*	.659**	.207	.478**	.566**	.584**	1	.685**	.352*	.534**	.423**	.776**
	Sig. (2-tailed)	.129	.022	.000	.199	.002	.000	.000		.000	.026	.000	.007	.000
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
item9	Pearson Correlation	.001	.458**	.597**	.406**	.446**	.754**	.381*	.685**	1	.404**	.714**	.646**	.802**
	Sig. (2-tailed)	.993	.003	.000	.009	.004	.000	.015	.000		.010	.000	.000	.000
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
item10	Pearson Correlation	.121	.275	.509**	.077	.252	.349*	.462**	.352*	.404**	1	.489**	.500**	.598**
	Sig. (2-tailed)	.457	.086	.001	.636	.116	.028	.003	.026	.010		.001	.001	.000
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
item11	Pearson Correlation	.104	.330*	.484**	.314*	.278	.573**	.603**	.534**	.714**	.489**	1	.628**	.764**
	Sig. (2-tailed)	.524	.037	.002	.049	.082	.000	.000	.000	.000	.001		.000	.000
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
item12	Pearson Correlation	.181	.459**	.509**	.309	.337*	.697**	.462**	.423**	.646**	.500**	.628**	1	.762**
	Sig. (2-tailed)	.262	.003	.001	.052	.034	.000	.003	.007	.000	.001	.000		.000
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40

Lampiran 9. Uji Reliabilitas

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	40	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.878	12

Lampiran 10. (lanjutan)

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	42.25	20.551	.261	.891
item2	41.88	20.215	.546	.870
item3	42.10	18.605	.717	.859
item4	42.45	20.767	.333	.881
item5	42.10	20.400	.451	.874
item6	41.95	19.433	.690	.862
item7	42.28	18.769	.608	.866
item8	42.25	18.500	.711	.859
item9	42.00	18.872	.753	.858
item10	41.93	20.071	.516	.871
item11	42.08	18.533	.697	.860
item12	41.93	19.199	.707	.861

Lampiran 11. Tabel r Product Moment

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

Lampiran 12. Analisis Karakteristik Responden

Jenis_Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Pria	28	70.0	70.0	70.0
	Wanita	12	30.0	30.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Usia_Guru

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Dibawah 30 tahun	6	15.0	15.0	15.0
	30 - 40 Tahun	10	25.0	25.0	40.0
	41 - 50 Tahun	10	25.0	25.0	65.0
	51 - 60 Tahun	14	35.0	35.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Lampiran 12. (lanjutan)

Lama Melatih

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang dari 5 tahun	6	15.0	15.0	15.0
	6-10 tahun	3	7.5	7.5	22.5
	11 - 15 tahun	7	17.5	17.5	40.0
	15 tahun	24	60.0	60.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Pelatih Yang Ikut Pelatihan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ya	38	95.0	95.0	95.0
	Tidak	2	5.0	5.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Lampiran 12. (lanjutan)

Usia pelatih

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1 -3 tahun	2	5.0	5.0	5.0
	4 - 7 tahun	3	7.5	7.5	12.5
	8 - 10 tahun	13	32.5	32.5	45.0
	Lama dari 10 tahun	22	55.0	55.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Level_Lisensi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Daerah Kabupaten/Kodya	13	32.5	32.5	5.0
	Provinsi	23	57.5	57.5	10.0
	Nasional	2	5.0	5.0	42.5
	Internasional	2	5.0	5.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Lampiran 13. Data Penelitian

NO	item1	item2	item3	item4	item5	item6	item7	item8	item9	item10	item11	item12	Skore_Total
	Motivasi			Strategi permainan			Teknik			Pengembangan karakter			
1	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	46
2	4	4	4	2	4	4	2	3	3	4	2	4	40
3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	46
5	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	47
6	4	4	4	3	4	4	4	4	4	5	4	3	47
7	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	43
8	2	4	3	3	2	4	2	2	4	4	4	4	38
9	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
10	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
11	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	42
12	3	3	5	3	4	5	5	5	5	5	5	5	53
13	5	5	5	3	4	5	5	5	5	5	5	5	57
14	4	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	56
15	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
16	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	5	4	46
17	5	5	5	3	3	5	3	5	5	3	4	4	50
18	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
19	5	5	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	53
20	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	44
21	4	5	5	5	5	4	4	4	5	5	4	5	55
22	3	4	4	3	4	4	4	4	4	5	4	5	48
23	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
24	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	40
25	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	37
26	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	42
27	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	47
28	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	42
29	5	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	43
30	3	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	44
31	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
32	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	47
33	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	47
34	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	44
35	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	47
36	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	42
37	5	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	43
38	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
39	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	40
40	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	37

Lampiran 14. Deskriptif Statistik

Statistics

Keyakinan diri pelatih
ekstrakurikuler olahraga di SD
se-Sleman

Statistics

Skore_Total

N	Valid	40
	Missing	0
Mean		46.1
Std. Error of Mean		46.5
Median		49.
Mode		3.56479
Std. Deviation		37.
Minimum		53.
Maximum		1844.
Sum		1837

Lampiran 14. (lanjutan)

Keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SD se-Sleman

Skore_Total

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	37	1	2.5	2.5	2.5
	38	1	2.5	2.5	5.0
	41	2	5.0	5.0	10.0
	42	2	5.0	5.0	15.0
	43	4	10.0	10.0	25.0
	44	1	2.5	2.5	27.5
	45	5	12.5	12.5	40.0
	46	4	10.0	10.0	50.0
	47	4	10.0	10.0	60.0
	48	5	12.5	12.5	72.5
	49	7	17.5	17.5	90.0
	50	1	2.5	2.5	92.5
	52	2	5.0	5.0	97.5
	53	1	2.5	2.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Lampiran 14. (lanjutan)

DESKRIPTIF STATISTIK TIAP FAKTOR

		MOTIVASI			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9	3	7.5	7.5	7.5
	10	8	20.0	20.0	27.5
	11	9	22.5	22.5	50.0
	12	11	27.5	27.5	77.5
	13	6	15.0	15.0	92.5
	14	1	2.5	2.5	95.0
	15	2	5.0	5.0	100.0
Total		40	100.0	100.0	

		TEKNIK			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9	4	10.0	10.0	10.0
	11	12	30.0	30.0	40.0
	12	11	27.5	27.5	67.5
	13	7	17.5	17.5	85.0
	14	4	10.0	10.0	95.0
	15	2	5.0	5.0	100.0
Total		40	100.0	100.0	

STRATEGI PERMAINAN					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	8	2	5.0	5.0	5.0
	9	6	15.0	15.0	20.0
	10	2	5.0	5.0	25.0
	11	13	32.5	32.5	57.5
	12	10	25.0	25.0	82.5
	13	3	7.5	7.5	90.0
	14	2	5.0	5.0	95.0
	15	2	5.0	5.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Lampiran 14. (lanjutan)

PENGEMBANGAN_KARAKTER					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9	1	2.5	2.5	2.5
	10	4	10.0	10.0	12.5
	11	7	17.5	17.5	30.0
	12	17	42.5	42.5	72.5
	13	8	20.0	20.0	92.5
	14	2	5.0	5.0	97.5
	15	1	2.5	2.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Lampiran 15. Deskriptif Statistik Tiap Butir

Butir 1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	3	7.5	7.5	7.5
	Cukup	2	5.0	5.0	12.5
	Tinggi	31	77.5	77.5	90.0
	Sangat Tinggi	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Butir 2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	5	12.5	12.5	12.5
	Cukup	6	15.0	15.0	27.5
	Tinggi	26	65.0	65.0	92.5
	Sangat Tinggi	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Butir 3

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	3	7.5	7.5	7.5
	Cukup	8	20.0	20.0	27.5
	Tinggi	18	45.0	45.0	72.5
	Sangat Tinggi	11	27.5	27.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Lampiran 15. (lanjutan)

Butir 4

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	1	2.5	2.5	2.5
	Rendah	3	7.5	7.5	10.0
	Cukup	7	17.5	17.5	27.5
	Tinggi	14	35.0	35.0	62.5
	Sangat Tinggi	15	37.5	37.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Butir 5

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	2	5.0	5.0	5.0
	Rendah	6	15.0	15.0	20.0
	Cukup	10	25.0	25.0	45.0
	Tinggi	17	42.5	42.5	87.5
	Sangat Tinggi	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Butir 6

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	5	12.5	12.5	12.5
	Cukup	8	20.0	20.0	32.5
	Tinggi	15	37.5	37.5	70.0
	Sangat Tinggi	12	30.0	30.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Lampiran 15. (lanjutan)

Butir 7

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	1	2.5	2.5	2.5
	Cukup	10	25.0	25.0	27.5
	Tinggi	18	45.0	45.0	72.5
	Sangat Tinggi	11	27.5	27.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Butir 8

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	2	5.0	5.0	5.0
	Rendah	3	7.5	7.5	12.5
	Cukup	6	15.0	15.0	27.5
	Tinggi	18	45.0	45.0	72.5
	Sangat Tinggi	11	27.5	27.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Butir 9

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cukup	9	22.5	22.5	22.5
	Tinggi	17	42.5	42.5	65.0
	Sangat Tinggi	14	35.0	35.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Lampiran 15. (lanjutan)

Butir 10

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	1	2.5	2.5	2.5
	Rendah	2	5.0	5.0	7.5
	Cukup	5	12.5	12.5	20.0
	Tinggi	21	52.5	52.5	72.5
	Sangat Tinggi	11	27.5	27.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Butir 11

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	1	2.5	2.5	2.5
	Cukup	8	20.0	20.0	22.5
	Tinggi	25	62.5	62.5	85.0
	Sangat Tinggi	6	15.0	15.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Lampiran 15. (lanjutan)

Butir 12

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cukup	2	5.0	5.0	5.0
	Tinggi	34	85.0	85.0	90.0
	Sangat Tinggi	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Lampiran 16. Dokumentasi penelitian



Gambar 25. Penjelasan pengisian angket



Gambar 26. Pengisian angket keyakinan diri pelatih olahraga ekstrakurikuler