

**TESIS**  
**EFIKASI DIRI SEBAGAI MEDIATOR ANTARA KECEMASAN DAN**  
**PRESTASI ATLET ELIT REMAJA BULUTANGKIS INDONESIA**



**Oleh:**  
**Muhammad Kashai Ramdhani Pelupessy**  
**17731251006**

**Tesis ini ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapat gelar**  
**Magister Psikologi**

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI**  
**PROGRAM PASCARSARJANA**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**2019**

## ABSTRACT

**MUHAMMAD KASHAI RAMDHANI PELUPESSY:** Self-Efficacy as a Mediator between Anxiety and Achievement of Indonesian Badminton Teenage Elite Athletes. **Thesis. Yogyakarta: Graduate Program, Yogyakarta State University, 2019.**

The purpose of this study was to find out: (1) the effect of anxiety on self-efficacy, (2) the effect of self-efficacy on athlete's achievement, (3) the effect of anxiety on athlete's achievement, (4) the effect of anxiety on athlete's achievement through self-efficacy.

This research used a quantitative approach with ex-post facto research design. The subjects of this study were Indonesian badminton elite athletes who competed in Cirebon Open 2019. The subjects were 41 athletes consisting of 24 male and 17 female athletes. The data were collected using Self-Efficacy Scale constructed by the researcher, Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2), and achievement documents obtained from the committee of Cirebon Open 2019. The data analysis technique used was regression from Hayes or ordinary least squares (OLS) which was installed on SPSS versi 23.

The results of the analysis demonstrated that self-efficacy did not significantly mediate the effects between the athletes' anxiety and achievement. However, this research showed that there was a significant negative effect of anxiety on athletes' achievement. Therefore, it was highly recommended to relieve anxiety on athletes through improving arousal.

**Keyword:** self-efficacy, anxiety, athlete's achievement.

## ABSTRAK

**MUHAMMAD KASHAI RAMDHANI PELUPESSY:** Efikasi Diri sebagai Mediator antara Kecemasan dan Prestasi Atlet Elit Remaja Bulutangkis Indonesia. **Tesis. Yogyakarta: Program Pascasarjana, Universitas Negeri Yogyakarta, 2019.**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) pengaruh kecemasan terhadap efikasi diri, (2) pengaruh efikasi diri terhadap prestasi atlet, (3) pengaruh kecemasan terhadap prestasi atlet, dan (3) pengaruh kecemasan terhadap prestasi atlet melalui efikasi diri.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian *ex-post facto*. Subjek penelitian ini adalah atlet elit remaja bulutangkis Indonesia yang bertanding di Cirebon Open 2019. Subjek berjumlah 41 orang yang terdiri dari 24 laki-laki dan 17 perempuan. Data diperoleh melalui skala efikasi diri yang di konstruk oleh peneliti, *Competitive State Anxiety Inventory-2* (CSAI-2), dan dokumen prestasi yang diperoleh dari panitia Cirebon Open 2019. Analisis data penelitian menggunakan regresi dari Hayes atau *Ordinary Least Squares* (OLS) yang di instal ke SPSS versi 23. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa efikasi diri tidak secara langsung memediasi efek antara kecemasan dan prestasi atlet. Namun, ada pengaruh yang signifikan kecemasan terhadap prestasi atlet. Oleh karena itu, disarankan untuk meningkatkan *arousal*.

**Kata kunci:** efikasi diri, kecemasan, prestasi atlet.

## HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

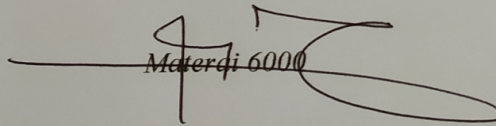
Nama : Muhammad Kashai Ramdhani Pelupessy

Nomor mahasiswa : 17731251006

Program Studi : Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa tesis ini merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar magister di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya dalam tesis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Yogyakarta, 12 Mei 2019



Materai 6000

Muh Kashai Ramdhani P

NIM 17731251006

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**EFIKASI DIRI SEBAGAI MEDIATOR ANTARA KECEMASAN DAN  
PRESTASI ATLET ELIT REMAJA BULUTANGKIS INDONESIA**

**MUHAMMAD KASHAI RAMDHANI PELUPESSY**

17731251006

Tesis ini ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan mendapatkan gelar Magister  
Psikologi Program Studi Psikologi

Menyetujui untuk diajukan pada ujian tesis



Pembimbing,

Dr. Dimiyati, M.Si

Mengetahui:


Program Pascasarjana

Universitas Negeri Yogyakarta

Direktur,

Ketua Program Studi,

Prof. Dr. Marsigit, M.A.  
NIP 195707191983031004

  
Yulia Ayriza, M.Si., Ph.D  
NIP 195907031987022003

LEMBAR PENGESAHAN

EFIKASI DIRI SEBAGAI MEDIATOR ANTARA KECEMASAN DAN  
PRESTASI ATLET ELIT REMAJA BULUTANGKIS INDONESIA

MUHAMMAD KASHAI RAMDHANI PELUPESSY

17731251006

Dipertahankan di depan Tim Penguji Tesis Program Pascasarjana Universitas Negeri  
Yogyakarta  
Tanggal:

TIM PENGUJI


Yulia Ayryza, Ph.D  
(Ketua/Penguji)

 04-07-2019


Dr. Siti Rohmah Nurhayati, M.Si  
(Sekretaris/Penguji)

 04-07-2019

Dr. Dimiyati, M.Si  
(Pembimbing/Penguji)

 04-07-2019

Dr. Farida Agus Setiawati, M.Si  
(Penguji Utama)

 03-07-2019

Yogyakarta,  
Program Pascasarjana  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Direktur,

Prof. Dr. Marsigit, M.A  
NIP 195707191983031004

## SURAT KETERANGAN

### Pengesahan/Persetujuan Naskah Tesis

Yang bertanda tangan di bawah ini;

Nama : Dr. Sugito, M.A.

Jabatan : Wakil Direktur I PPs UNY

Menyatakan bahwa naskah tesis atas nama yang tersebut dibawah ini:

Nama Mahasiswa : Muh. Kasha Ramdhani P

NIM : 17731251006

Program studi : Psikologi

dapat digunakan untuk proses selanjutnya. Naskah tesis wajib mendapatkan persetujuan/pengehasan dari Direktur PPs.

Yogyakarta, 29 Juli 2019

Wakil direktur I,



Dr. Sugito

NIP. 19600410 198503 1 002

## HALAMAN PERSEMBAHAN

*Karya ini saya persembahkan untuk Ayahanda dan Ibunda tercinta  
Ansi Pelupessy dan Kalsum Sopamena*

*Paman dan bibiku, Sanwan Saimima, Aslamia Pelupessy, Mohammad Tuhepaly,  
dan Asma Pelupessy*

*Saudara-saudariku, Halija Pelupessy, Asghar Tuhulele, Nurmia Pelupessy,  
Zuliasra Pelupessy, dan Rizky Saimima*

*Ponakanku Wida Tuhulele dan Adma Tuhulele*

*Kekasihku yang tersembunyi di ufuk timur sana*

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT, teriring doa dan keselamatan semoga terlimpahkan kepada yang mulia Nabi Muhammad SAW, juga atas keluarga dan para sahabatnya. Selama penyusunan tesis ini, tidak lepas dari bimbingan, dukungan dan bantuan yang diberikan baik secara materil maupun spiritual dari berbagi pihak. Oleh sebab itu, perkenankanlah penulis menghaturkan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Ibu Yulia Ayryza, M.Si., Ph.D selaku Ketua Program Studi Magister Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah banyak memberikan masukan dan pengetahuan kepada penulis.
2. Bapak Dr. Dimiyati, M.Si selaku pembimbing yang telah banyak memberikan perhatian baik materil, moril, serta pengetahuan kepada penulis.
3. Ibu Dr. Rita Eka Izzaty, S.Psi., M.Si, ibu Dr. Farida Agus Setiawati, M.Si, ibu Dr. Siti Rohma Nurhayati, S.Psi., M.Si, bapak Adi Cilik Pierawan, Ph.D, ibu Dr. Rosita Endang Kusmaryani, M.Si, bapak Dr. Suwarjo, M.Si, dan ibu Endah Retnowati, M.Ed., Ph.D yang telah memberikan pengetahuan kepada kepada penulis selama menempuh studi magister psikologi di Universitas Negeri Yogyakarta.
4. Kawan-kawan Jama'ah Kliwonan Jogja, mbah Gondrong, Gus Hafidz, mas Tobi, bang Syarif, bang Shodiq, mas Harry, Adib, Afri, Solihin, dan Rio, terima kasih telah bersama-sama saling berbagi ilmu dan mengasah bathin selama di kota gudeg sampai ke Kanzus Sholawat abah Habib Luthfi bin Yahya Pekalongan. Untuk semuanya, *allahumma sholli 'alaa sayyidina Muhammad*.
5. Keluarga besar Himpunan Mahasiswa Islam (HMI) Universitas Islam Indonesia (UII), terkhusus Komisariat Mu'awiyah FTI-FPSB UII, saudaraku Alfan, Hery Azhar, dan mbak Relita, terima kasih telah berjuang bersama.
6. Sahabat-sahabat saya Mukri, Rama, Fitriyanti, Habib, Fandi, Ridwan, Fajri, dan Darmansyah, terima kasih atas dukungannya.

7. Kawan-kawan tim penelitian *Asian Games* 2018, mas Faizal, mbak Nanda, mbak Chandra, dan mas Anwar, terima kasih telah berjuang bersama.
8. Kawan-kawan S2 Psikologi UNY angkatan 2017, mbak Desi, mbak Tatik, Novi, Eka, Rina, Eky, Nanda, Wewen, Santi, dan Putra, terima kasih telah berjuang bersama.
9. Abang-abang saya yang telah mendidik emosional saya selama di kota gudeg, bang gondrong Muhaimin, bang Dajal, bang Maskur, bang Helmin, bang Iswandi dan bang Bayu.

Penulis menyadari bahwa tesis ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh sebab itu saran dan kritik yang konstruktif dari semua pihak sangat diharapkan demi penyempurnaan selanjutnya. Akhirnya, hanya kepada Allah SWT penulis kembalikan semua urusan dan semoga tesis ini dapat bermanfaat bagi semua pihak, khususnya bagi diri penulis sendiri. Semoga Allah SWT meridhoi dan dicatat sebagai ibadah disisi-Nya, aamiin.

Yogyakarta, 12 Mei 2019

Penulis

Muhammad Kashai Ramdhani Pelupessy

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>ABSTRAK</b> .....	ii
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	iv
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	v
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	vi
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
<b>Latar Belakang Masalah</b> .....	1
<b>Identifikasi Masalah</b> .....	6
<b>Pembatasan Masalah</b> .....	6
<b>Rumusan Masalah</b> .....	7
<b>Tujuan Penelitian</b> .....	7
<b>Manfaat Penelitian</b> .....	8
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	9
<b>Prestasi</b> .....	9
<b>Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi</b> .....	11

<b>Efikasi Diri .....</b>	<b>13</b>
<b>Dimensi-dimensi efikasi diri .....</b>	<b>14</b>
<b>Faktor-faktor yang dipengaruhi efikasi diri .....</b>	<b>16</b>
<b>Kecemasan .....</b>	<b>17</b>
<b>Aspek-aspek kecemasan .....</b>	<b>18</b>
<b>Faktor-faktor yang dipengaruhi kecemasan .....</b>	<b>22</b>
<b>Kajian Penelitian yang Relevan .....</b>	<b>22</b>
<b>Kerangka Berpikir.....</b>	<b>35</b>
<b>Hipotesis Penelitian.....</b>	<b>38</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>40</b>
<b>Jenis Penelitian.....</b>	<b>40</b>
<b>Tempat dan Waktu Penelitian.....</b>	<b>40</b>
<b>Populasi dan Sampel Penelitian.....</b>	<b>41</b>
<b>Variabel Penelitian .....</b>	<b>42</b>
<b>Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....</b>	<b>43</b>
<b>Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian .....</b>	<b>50</b>
<b>Teknik Analisis Data .....</b>	<b>53</b>
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>55</b>
<b>Hasil Penelitian .....</b>	<b>55</b>
<b>Pembahasan.....</b>	<b>64</b>
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>74</b>
<b>Kesimpulan.....</b>	<b>77</b>

**Implikasi ..... 77**

**Saran ..... 78**

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN-LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 .....	46
Tabel 2 .....	47
Tabel 3 .....	72

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 .....	38
Gambar 2 .....	45
Gambar 3 .....	55
Gambar 4 .....	56
Gambar 5 .....	56
Gambar 6 .....	57
Gambar 7 .....	58
Gambar 8 .....	59
Gambar 9 .....	60
Gambar 10 .....	63
Gambar 11 .....	69
Gambar 12 .....	70