

**KEPERCAYAAN DIRI PELATIH EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DI  
SMP NEGERI SE-KOTA YOGYAKARTA**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

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



**Oleh :**

**Yunike Sri Lestari**

**16601241135**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI**

**JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2020**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**KEPERCAYAAN DIRI PELATIH EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DI  
SMP NEGERI SE-KOTA YOGYAKARTA**

Disusun oleh:

Yunike Sri Lestari  
NIM 16601241135

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan


Ujian Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Mengetahui,  
Koordinator Program Studi PJKR



Dr. Jaka Sunardi, M.Kes., AIFO.  
NIP. 19610731 199001 1 001

Yogyakarta, 11 Mei 2020  
Disetujui,  
Dosen Pembimbing



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

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yunike Sri Lestari

NIM : 16601241135

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TAS : Kepercayaan Diri Pelatih Ekstrakurkuler Olahraga di SMP  
Negeri se-Kota Yogyakarta

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

Yogyakarta, Mei 2020  
Yang menyatakan,



Yunike Sri Lestari  
NIM. 16601241135

## **MOTO**

*“Sesungguhnya bersama kesulitan pasti ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain)”*

*(QS 94: 6-7)*

## **PERSEMBAHAN**

Dengan mengucapkan puji syukur, kupersembahkan karya ini kepada:

1. Kedua orang tuaku, Bapak Sujarwo dan Ibu Waryuni yang sudah menyayangiku, membimbingku dan selalu mendoakanku serta selalu memberikan motivasi dan telah memberikan pengorbanan yang belum bisa saya balas. Semoga Bapak dan Ibu selalu diberikan kesehatan dan kelancaran dalam semua hal dan semoga persembahan ini dapat memberikan sedikit kebahagiaan untuk Bapak dan Ibu.
2. Pakdhe dan Budheku (seperti orang tuaku), Bapak Sucipto dan Ibu Warsiti yang sudah menyayangiku, membimbingku dan selalu mendoakanku serta selalu memberikan motivasi dan telah memberikan pengorbanan yang belum bisa saya balas. Semoga Bapak dan Ibu selalu diberikan kesehatan dan kelancaran dalam semua hal dan semoga persembahan ini dapat memberikan sedikit kebahagiaan untuk Bapak dan Ibu.
3. Kakak ku, Ida Bagus Rakhe Arsane yang juga telah menyayangiku dan selalu mendoakanku. Semoga selalu diberikan kelancaran dan kemudahan dalam segala hal.
4. Keluarga besar Martawireja yang telah memberiku dukungan, motivasi, semangat dan selalu mendoakanku. Semoga kalian selalu diberi kesehatan dan kelancaran dalam segala urusan dan di lindungi oleh Allah SWT.

## HALAMAN PENGESAHAN




Tugas Akhir Skripsi

### KEPERCAYAAN DIRI PELATIH EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DI SMP NEGERI SE-KOTA YOGYAKARTA

Disusun oleh:  
Yunike Sri Lestari  
NIM. 16601241135

telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi  
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Pada tanggal 20 Mei 2020

#### TIM PENGUJI

| Nama/Jabatan                                       | Tanda Tangan  | Tanggal      |
|--|---|--------------|
| Ermawan Susanto, M.Pd.<br>Ketua Penguji/Pembimbing |  | 5 Juni 2020  |
| Yuyun Ari Wibowo, M.Or.<br>Sekretaris              |  | 12 Juni 2020 |
| Fathan Nurcahyo, M.Or.<br>Penguji                  |  | 11 Juni 2020 |

Yogyakarta, 12 Juni 2020

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,



Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes  
NIP. 19650301 199001 1 001

# KEPERCAYAAN DIRI PELATIH EKSTRAKURIKULER OLAAHRAGA DI SMP NEGERI SE-KOTA YOGYAKARTA

**Oleh:**

Yunike Sri Lestari  
16601241135

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei, dengan teknik pengumpulan data menggunakan instrumen berupa angket. Sampel dalam penelitian ini adalah pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta yang berjumlah 30 orang dari 8 sekolah, yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 10%, kategori “tinggi” sebesar 26,67%, kategori “sedang” sebesar 43,33%, kategori “rendah” sebesar 13,33%, dan pada kategori “sangat rendah” sebesar 6,67%.

**Kata kunci:** *kepercayaan diri, pelatih ekstrakurikuler, SMP Negeri se-Kota Yogyakarta*

# **THE SELF- CONFIDENCE OF SPORTS EXTRACURRICULAR COACHES IN STATE JUNIOR HIGH SCHOOLS IN YOGYAKARTA**

By:  
Yunike Sri Lestari  
16601241135

## **ABSTRACT**

The study aims to determine the self-confidence of sports extracurricular trainers in state junior high schools Yogyakarta.

This is a descriptive study with quantitative approach. The research sampling was sports extracurricular trainers in Yogyakarta City Public Middle Schools, totaling 30 people from 8 schools taken by purposive sampling. Data collection techniques using questionnaire. Data analysis techniques using quantitative descriptive as outlined in the form of percentages.

The results showed that the self-confidence of sports extracurricular trainers in Yogyakarta City Public Middle Schools was in the “very high” category by 10%, the “high” category by 26.67%, the “moderate” category by 43.33%, the “low” by 13.33%, and in the “very low” category of 6.67%.

**Keyword:** Self-Confidence, Extracurricular, Trainers, Junior High Schools in Yogyakarta City.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadirat Allah SWT, atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan kulegelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Kepercayaan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta” dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Ermawan Susanto, M.Pd. selaku dosen pembimbing TAS yang sudah banyak memberikan semangat dorongan dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Dr. Jaka Sunardi, M.Kes., AIFO, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
4. Kepala Sekolah SMP Negeri 1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 15 Yogyakarta yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini

5. Pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri 1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 15 Yogyakarta yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
7. Teman-teman PJKR D 2016 yang selalu memberikan dukungan dan semangat dalam menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini.

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

Yogyakarta, Mei 2020

Penulis



Yusike Sri Lestari

NIM. 16601241135

## DAFTAR ISI

Halaman

|  |          |
|--|----------|
| HALAMAN SAMBUNG .....                        | i        |
| LEMBAR PERSETUJUAN.....                      | ii       |
| SURAT PERNYATAAN.....                        | iii      |
| HALAMAN MOTO .....                           | iv       |
| PERSEMBAHAN .....                            | v        |
| HALAMAN PENGESAHAN.....                      | vi       |
| ABSTRAK .....                                | vii      |
| <i>ABSTRACT</i> .....                        | viii     |
| KATA PENGANTAR .....                         | ix       |
| DAFTAR ISI.....                              | xi       |
| DAFTAR TABEL.....                            | xiii     |
| DAFTAR GAMBAR .....                          | xv       |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                         | xvii     |
| <b>BAB I. PENDAHULUAN.....</b>               | <b>1</b> |
| A. Latar Belakang Masalah.....               | 1        |
| B. Identifikasi Masalah .....                | 6        |
| C. Batasan Masalah.....                      | 6        |
| D. Rumusan Masalah .....                     | 6        |
| E. Tujuan Penelitian .....                   | 7        |
| F. Manfaat Penelitian .....                  | 7        |
| <b>BAB II. KAJIAN TEORI.....</b>             | <b>8</b> |
| A. Deskripsi Teori.....                      | 8        |
| 1. Hakikat Efikasi Diri .....                | 8        |
| a. Pengertian Efikasi Diri .....             | 8        |
| b. Faktor-faktor Keyakinan Diri Pelatih..... | 11       |
| 2. Hakikat Kepercayaan Diri.....             | 14       |
| a. Pengertian Kepercayaan Diri .....         | 14       |
| 3. Hakikat Pelatih.....                      | 18       |
| a. Pengertian Pelatih.....                   | 18       |
| b. Tugas dan Peran Pelatih .....             | 20       |
| c. Gaya Kepemimpinan Pelatih.....            | 27       |
| d. Komunikasi Pelatih .....                  | 29       |
| e. Pengetahuan Pelatih .....                 | 31       |
| f. Kualitas Pelatih yang Baik .....          | 31       |
| 4. Hakikat Ekstrakurikuler.....              | 32       |

|                             |  |           |
|-----------------------------|--|-----------|
| a.                          | Pengertian Ekstrakurikuler .....               | 32        |
| b.                          | Fungsi Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga ..... | 35        |
| c.                          | Jenis Kegiatan Ekstrakurikuler.....            | 36        |
| d.                          | Manfaat Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga..... | 36        |
| e.                          | Tujuan Ekstrakurikuler Olahraga .....          | 37        |
| B.                          | Penelitian yang Relevan .....                  | 38        |
| C.                          | Kerangka Berfikir.....                         | 41        |
| <b>BAB III.</b>             | <b>METODE PENELITIAN .....</b>                 | <b>43</b> |
| A.                          | Desain Penelitian.....                         | 43        |
| B.                          | Tempat dan Waktu Penelitian .....              | 43        |
| C.                          | Populasi dan Sampel Penelitian .....           | 43        |
| D.                          | Definisi Operasional Variabel.....             | 46        |
| E.                          | Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....     | 46        |
| F.                          | Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....     | 48        |
| G.                          | Teknik Analisis Data.....                      | 50        |
| <b>BAB IV.</b>              | <b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>    | <b>53</b> |
| A.                          | Hasil Penelitian .....                         | 53        |
| 1.                          | Karakteristik Responden .....                  | 53        |
| 2.                          | Analisis Kepercayaan Diri Pelatih .....        | 60        |
| a.                          | Faktor Motivasi .....                          | 62        |
| b.                          | Faktor Strategi Permainan.....                 | 68        |
| c.                          | Faktor Teknik .....                            | 74        |
| d.                          | Faktor Pengembangan Karakter.....              | 80        |
| B.                          | Pembahasan.....                                | 86        |
| C.                          | Keterbatasan Penelitian .....                  | 93        |
| <b>BAB V.</b>               | <b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>              | <b>94</b> |
| A.                          | Kesimpulan .....                               | 94        |
| B.                          | Implikasi.....                                 | 94        |
| C.                          | Saran.....                                     | 94        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b> |  | <b>96</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>        |  | <b>98</b> |

## DAFTAR TABEL

|   | Halaman |
|---|---------|
| Tabel 1. Rincian Subjek Penelitian .....  | 45      |
| Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Kepercayaan Diri .....   | 47      |
| Tabel 3. Hasil Uji Validitas Instrumen .....  | 49      |
| Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas .....   | 50      |
| Tabel 5. Skor Alternatif Jawaban Instrumen Penelitian.....  | 51      |
| Tabel 6. Tingkatan Kategori .....   | 52      |
| Tabel 7. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan Jenis Kelamin.....                                     | 53      |
| Tabel 8. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan Usia .....   | 54      |
| Tabel 9. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan Lama Mengelola Ekstrakurikuler .....                   | 55      |
| Tabel 10. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan Mengikuti Pelatihan.....                              | 56      |
| Tabel 11. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan Frekuensi Mengikuti Pelatihan.....                    | 58      |
| Tabel 12. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan Level Lisensi Kepelatihan .....                       | 59      |
| Tabel 13. Deskriptif Statistik Kepercayaan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta .....                                     | 60      |
| Tabel 14. Distribusi Frekuensi Tingkat Kepercayaan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta .....                             | 61      |
| Tabel 15. Diskriptif Statistik berdasarkan Faktor Motivasi .....  | 62      |
| Tabel 16. Distribusi Frekuensi Tingkat Kepercayaan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan Faktor Motivasi ..... | 63      |
| Tabel 17. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 1 .....   | 64      |

|   |    |
|---|----|
| Tabel 18. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 2 .....   | 65 |
| Tabel 19. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 3 .....   | 67 |
| Tabel 20. Deskriptif Statistik berdasarkan Faktor Strategi Permainan.....   | 68 |
| Tabel 21. Distribusi Frekuensi Tingkat Kepercayaan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan Faktor Strategi Permainan.....    | 69 |
| Tabel 22. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 4 .....   | 70 |
| Tabel 23. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 5 .....   | 71 |
| Tabel 24. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 6 .....   | 73 |
| Tabel 25. Deskriptif Statistik berdasarkan Faktor Teknik .....  | 74 |
| Tabel 26. Distribusi Frekuensi Tingkat Kepercayaan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan Faktor Teknik.....                | 75 |
| Tabel 27. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 7 .....   | 76 |
| Tabel 28. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 8 .....   | 77 |
| Tabel 29. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 9 .....   | 79 |
| Tabel 30. Deskriptif Statistik berdasarkan Faktor Pengembangan Karakter....   | 80 |
| Tabel 31. Distribusi Frekuensi Tingkat Kepercayaan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan Faktor Pengembangan Karakter..... | 81 |
| Tabel 32. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 10.....   | 82 |
| Tabel 33. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 11 .....  | 83 |
| Tabel 34. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 12.....   | 85 |

## DAFTAR GAMBAR

|  | Halaman |
|--|---------|
| Gambar 1. Ilmu-ilmu Penunjang yang Memperkaya Bidang Ilmu pada Teori dan Metodologi Latihan .....  | 31      |
| Gambar 2. Diagram Lingkaran Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan Jenis Kelamin.....                   | 54      |
| Gambar 3. Diagram Lingkaran Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan Usia .....                           | 55      |
| Gambar 4. Diagram Lingkaran Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan Lama Mengelola Ekstrakurikuler ..... | 56      |
| Gambar 5. Diagram Lingkaran Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan Mengikuti Pelatihan                  | 57      |
| Gambar 6. Diagram Lingkaran Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan Frekuensi Mengikuti Pelatihan .....  | 58      |
| Gambar 7. Diagram Lingkaran Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan Level Lisensi Kepelatihan.....       | 59      |
| Gambar 8. Diagram Lingkaran Kepercayaan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta .....   | 61      |
| Gambar 9. Diagram Lingkaran berdasarkan Faktor Motivasi .....  | 63      |
| Gambar 10. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 1 .....   | 64      |
| Gambar 11. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 2 .....   | 66      |
| Gambar 12. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 3 .....   | 67      |
| Gambar 13. Diagram Lingkaran berdasarkan Faktor Strategi Permainan .....   | 69      |
| Gambar 14. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 4 .....   | 70      |
| Gambar 15. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 5 .....   | 72      |
| Gambar 16. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 6 .....   | 73      |

|  |    |
|--|----|
| Gambar 17.Diagram Lingkaran berdasarkan Faktor Teknik .....          | 75 |
| Gambar 18.Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 7 .....        | 76 |
| Gambar 19.Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 8 .....        | 78 |
| Gambar 20.Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 9 .....        | 79 |
| Gambar 21.Diagram Lingkaran berdasarkan Faktor Pengembangan Karakter | 81 |
| Gambar 22.Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 10 .....       | 82 |
| Gambar 23.Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 11 .....       | 84 |
| Gambar 24.Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 12 .....       | 85 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|   | Halaman |
|---|---------|
| Lampiran 1. Surat Pengajuan Proposal .....  | 99      |
| Lampiran 2. Kartu Bimbingan Skripsi .....   | 100     |
| Lampiran 3. Surat Izin Penelitian dari Fakultas.....                                    | 101     |
| Lampiran 4. Surat Jawaban Penelitian dari Dinas Pendidikan .....                        | 102     |
| Lampiran 5. Surat Keterangan Penelitian dari Sekolah .....                              | 103     |
| Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian dari Sekolah .....                              | 104     |
| Lampiran 7. Surat Keterangan Penelitian dari Sekolah .....                              | 105     |
| Lampiran 8. Instrumen Kepercayaan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di<br>SMP ..... | 106     |
| Lampiran 9. Daftar Nama Pelatih untuk Uji Coba.....                                     | 110     |
| Lampiran 10. Data Uji Coba .....  | 111     |
| Lampiran 11. Uji Validitas dan Reliabilitas.....  | 112     |
| Lampiran 12. Tabel r.....   | 113     |
| Lampiran 13. Biodata Pelatih Ekstrakurikuler.....                                       | 114     |
| Lampiran 14. Data Karakteristik Responden.....  | 115     |
| Lampiran 15. Analisis Karakteristik Responden .....                                     | 117     |
| Lampiran 16. Data Penelitian.....   | 119     |
| Lampiran 17. Deskriptif Statistik.....  | 121     |
| Lampiran 18. Deskriptif Statistik tiap Butir.....                                       | 124     |
| Lampiran 19. Dokumentasi Penelitian.....  | 129     |

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Sekolah merupakan tempat dilaksanakannya aktivitas belajar mengajar yang dilakukan oleh tenaga pendidik atau guru dengan peserta didik. Selain untuk kegiatan belajar mengajar dibidang akademik, sekolah merupakan tempat untuk peserta didik melakukan kegiatan olahraga, tidak sedikit dari peserta didik yang menyukai olahraga karena dibidang olahraga terdapat banyak pilihan cabang olahraga disekolah. Untuk membantu mencapai tujuan yang diinginkan perlu proses dan pengelohan kepelatihan untuk peserta didik yang unggul pada umur-umur tertentu.

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

Ektrakurikuler adalah salah satu tempat bagi para siswa untuk mengembangkan kemampuan yang di miliki diberbagai bidang. Ada berbagai macam kegiatan ektrakurikuler disekolah yaitu ektrakurikuler dibidang kesenian, kerohanian, jurnalistik, kepemimpinan dan dibidang olahraga. Dalam mengembangkan bakat yang dimiliki peserta didik melalui ektrakurikuler upaya yang perlu dilakukan yaitu dengan pembinaan mulai dari usia dini.

Pengembangkan bakat siswa dalam mencapai tujuan prestasi yang tinggi diperlukan suatu proses dan pengolahan kepelatihan terhadap bibit atlet yang unggul. Hal ini diperlukan pembinaan terhadap bibit olahragawan melalui ekstrakurikuler disekolah, hampir semua sekolah memiliki kegiatan ekstrakurikuler yang dapat dipilih salah satunya ekstrakurikuler dibidang olahraga. ekstrakurikuler olahraga disekolah biasanya diadakan setiap pekan. Ekstrakurikuler dibidang olahraga banyak memiliki manfaat untuk meraih prestasi dibidang olahraga akan tetapi beberapa sekolah masih ada yang belum dengan baik memanfaatkan program ekstrakurikuler di bidang olahraga untuk meraih prestasi olahraga.

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga dapat dimanfaatkan, diharapkan sekolah mampu mengadakan program yang dapat membantu mengembangkan ekstrakurikuler bidang olahraga untuk mencapai prestasi olahraga. Untuk mencapai itu maka sekolah membutuhkan sistem pembinaan yang baik, sistem pembinaan ini tidak berdiri sendiri melainkan saling terkait antar berbagai komponen.

Ekstrakurikuler memiliki berbagai unsur didalamnya unsur-unsur tersebut, yaitu lingkungan, atlet dan pelatih. Lingkungan dalam konteks ekstrakurikuler olahraga disekolah yaitu dukungan dari pengambil kebijakan disekolah yaitu kepala sekolah. Atlet dalam konteks ini, yaitu siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga disekolah harus benar-benar disiapkan untuk mengikuti berbagai kompetisi olahraga yang digelar setiap tahunnya. Untuk mencapai prestasi olahraga yang diinginkan sekolah maka kegiatan

ekstrakurikuler perlu diadakan seleksi supaya siswa yang terpilih benar-benar siswa yang memiliki potensi tinggi dan memenuhi persyaratan yang diajukan, persyaratan tersebut seperti keadaan fisik yang sangat mendukung untuk mencapai prestasi olahraga yang diinginkan. Adapun pelatih dalam konteks ini yaitu seorang guru atau pelatih yang benar-benar memiliki kompetensi yang baik dalam bidang olahraga.

Pelatih sangat berpengaruh dalam membina peserta didik, dalam pelaksanaan ekstrakurikuler disekolah apabila ditangani oleh seorang pelatih yang kompeten maka keterbatasan dan masalah yang ada dipelaksanaan ektrsakurikuler disekolah dapat ditangani. Peran pelatih disini sangat penting yaitu dapat mempengaruhi dalam hal kinerja, perilaku, dan kesejahteraan psikologis peserta didik atau atlet. Dalam hal ini perhatian harus banyak dicurahkan pada persiapan dan kinerja pelatih sebagaimana yang telah diberikan kepada atlet, karena pelatih memiliki otoritas yang tinggi. Maka dari itu dalam pelaksanaan ekstrakurikuler disekolah dibutuhkan seorang pelatih yang berkompetensi.

Latar belakang pendidikan kepelatihan yang dimiliki oleh pelatih mempengaruhi kualitas yang dimiliki pelatih dalam mendidik peserta didik yang megikuti ekstrakurikuler olahraga di sekolah. Pelatih yang mempunyai latar belakang pendidikan kepelatihan memiliki pengetahuan dan pengalaman tentang bagaimana cara melatih dan teknik yang benar. Beberapa pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta memiliki latar belakang pendidikan kepelatihan karena beberapa pelatih lulusan dari Pendidikan Kepelatihan Olahraga (PKO) akan tetapi terdapat pelatih lulusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan

Rekreasi (PJKR). Sedangkan beberapa pelatih yang tidak memiliki latar belakang pendidikan kepelatihan, mereka mengikuti pelatihan yang diadakan oleh daerah maupun pelatihan di tingkat nasional.

Hasil analisis data peserta kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat (PPM) Pasca UNY dan LPPM tahun 2016 dan 2017 di Kota Yogyakarta dan Kabupaten Sleman hampir 90% guru-guru SMP yang menjadi pelatih ekstrakurikuler olahraga disekolah tidak memiliki pengetahuan dan latar belakang pendidikan kepelatihan. Oleh karena itu proses pembinaan melibatkan usaha pelatih dengan cara positif memengaruhi pembelajaran dan pengembangan atlet mereka (Chusion & Kitchen, 2011: 42). Sedangkan di sisi lain hasil penelitian di Canada yang dilakukan secara nasional menunjukkan bahwa secara umum (60%) kegiatan ekstrakurikuler olahraga ditangani oleh guru yang tidak punya latar belakang pendidikan melatih (Martin, Rocchi, & Kendellen, 2017).

Pentingnya kemampuan seorang pelatih terdapat hal yang penting lagi yaitu kepercayaan diri, kepercayaan diri seorang pelatih disini juga sangat penting karena mengingat terdapat keterkaitan antara kompetensi yang dimiliki seorang pelatih dengan kepercayaan diri. Kepercayaan diri seorang pelatih sangat membantu untuk persepsi para atlet, oleh sebab itu kepercayaan diri sangat mempengaruhi perilaku dan kompetensi yang dimiliki oleh pelatih. Akan tetapi, pengaruh yang di timbulkan dari perilaku pelatih terhadap persepsi, motivasi, dan penampilan seorang atlet sebagian ditiru oleh atlet terhadap perilaku dan kompetensi pelatih mereka.

Karakteristik yang mempengaruhi kepercayaan diri pelatih yaitu a) jenis kelamin, antara laki-laki dan perempuan memiliki kepercayaan diri yang tinggi atau rendah dalam melatih ekstrakurikuler olahraga di sekolah, b) usia dalam hal ini usia mempengaruhi kepercayaan diri pelatih karena pelatih yang usianya masih muda cenderung lebih kreatif dan mudah untuk mendekati diri dengan peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler untuk pelatih yang sudah tua mereka memiliki kepercayaan diri yang tidak kalah dengan pelatih yang masih muda karena berdasarkan dari pengalaman yang dimiliki dalam mengelola ekstrakurikuler mereka sudah lumayan memahami karakteristik atlet, c) lama mengelola ekstrakurikuler olahraga pengalaman seberapa lama yang dimiliki pelatih selama mengelola kegiatan ekstrakurikuler olahraga di sekolah mempengaruhi kepercayaan diri pelatih dalam mengelola ekstrakurikuler, d) mengikuti pelatihan dalam hal ini pelatih yang mengikuti pelatihan tentunya memiliki kepercayaan diri yang tinggi karena setidaknya mempunyai pengetahuan yang cukup terkait cabang olahraga yang ditekuni dan didapat selama mengikuti pelatihan, e) frekuensi dalam mengikuti pelatihan juga mempengaruhi kepercayaan diri pelatih dalam mengelola ekstrakurikuler olahraga di sekolah karena dengan banyaknya mengikuti pelatihan cabang olahraga yang dibina sesuai dengan cabang yang ditekuni membuat kepercayaan diri pelatih tinggi, f) level lisensi kepelatihan tentunya mempengaruhi kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler karena pelatih yang memiliki sertifikat lisensi sebagai pelatih lebih diutamakan oleh sekolah untuk mengelola dan mengembangkan ekstrakurikuler olahraga yang ada di sekolah.

Hingga saat ini di Indonesia sepengetahuan penulis belum ada kajian yang mengaitkan antara kepercayaan diri pelatih dalam konteks pembinaan olahraga ekstrakurikuler disekolah khususnya maupun dalam pembinaan olahraga nasional pada umumnya. Dengan demikian berdasarkan latar belakang diatas peneliti akan meneliti tentang “Kepercayaan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Sedikitnya informasi mengenai kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri untuk para pelatih sesuai bidang cabang olahraganya.
2. Pelaksanaan ekstrakurikuler di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta banyak mengalami berbagai keterbatasan sarana dan prasarana.
3. Belum diketahuinya kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta.

## **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah yang ada dan semua keterbatasannya, maka penelitian dibatasi pada kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi dan batasan masalah diatas dapat dirumuskan permasalahan yaitu “seberapa tinggi kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta“

## **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan dilakukannya penelitian ini yaitu untuk mengetahui kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta

## **F. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan dapat memiliki manfaat yaitu:

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini akan mengungkap mengenai kepercayaan diri seorang pelatih. Dengan diungkapnya variabel tersebut diharapkan akan sangat berguna sebagai referensi untuk pengembangan penelitian yang lebih lanjut dalam kajian bidang kepercayaan diri seorang pelatih ekstrakurikuler di sekolah

### 2. Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini mengungkap tentang kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga dan bermanfaat untuk:

- a. Kepala Sekolah, diharapkan untuk memberi dukungan untuk terselenggaranya ekstrakurikuler olahraga yang lebih baik lagi.
- b. Pelatih ekstrakurikuler olahraga, untuk bahan informasi mengenai keadaan kepercayaan diri sehingga bisa digunakan sebagai bahan introspeksi diri untuk meningkatkan kepercayaan diri sebagai pelatih.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Deskripsi Teori**

##### **1. Hakikat Efikasi Diri**

###### **a. Pengertian Efikasi Diri**

Efikasi Diri termasuk salah satu bagian dari psikologi. Efikasi Diri yaitu keyakinan diri mengenai hal yang ingin dicapainya atau yang di inginkan dan suatu tujuan yang menghasilkan sesuatu dan mengimplementasikan. Menurut Bandura dalam Syam, (2017: 93) efikasi diri merupakan keyakinan diri dari seseorang akan kemampuannya untuk melaksanakan serangkaian tindakan yang diperlukan untuk menghasilkan sesuatu. Pajers dalam Miftahun, (2009: 95) mengatakan bahwa efikasi diri adalah suatu penilaian terhadap kemampuan diri dalam melakukan tugas khusus dalam hal yang lebih spesifik.

Schunk dalam Syam (2017: 95) menyatakan bahwa efikasi diri adalah penilaian terhadap kemampuan yang dimiliki seseorang. Dikatakan bahwa efikasi diri mengacu pada harapan seseorang jika dirinya mampu melakukan sesuatu ataupun menghasilkan sesuatu yang diharapkan dalam situasi tertentu. Menurut Woolfolk dalam Miftahun (2009: 95) efikasi diri diartikan dengan fokus terhadap kemampuan seseorang untuk dapat menyelesaikan sejumlah tugas dengan sukses.

Efikasi diri atau *self-efficacy* merupakan inti dari teori *social cognitive* yang telah dikemukakan oleh Albert Bandura dimana *self-efficacy* memfokuskan belajar yang observasional, determinisme timbal balik, pengalaman sosial dalam mengembangkan suatu kepribadian. *Self Efficacy* sebagai penentu bagaimana orang berpikir, merasa, berperilaku dan memotivasi diri (Bandura, 1994:2).

Menurut Bandura dalam Jess Feist & Feist (2010:212) *self efficacy* yaitu percaya diri seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki dalam mengontrol diri sendiri dan kejadian disekitarnya.

Menurut Alwisol (2009:287) mengemukakan efikasi diri sebagai persepsi mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu, disini efikasi diri merupakan rasa percaya diri atas kemampuan yang dimiliki dalam melakukan tindakan yang diharapkan. Alwisol (2009:288) Efikasi diri bisa didapat dengan meningkatkan atau menurunkan dengan kombinasi empat sumber, yaitu pengalaman vikarius (*vicarious experiences*), pengalaman menguasai sesuatu prestasi (*performance accomplishment*), pembangkitan emosi (*emotional physiological states*) dan persuasi sosial (*social persuasion*).

Efikasi diri merupakan keyakinan diri untuk meningkatkan kemampuan yang ada pada diri seseorang untuk mencapai suatu tujuan yang di harapkan. Menurut Bandura dan Woods (dalam Ghufon, 2010:74) mengatakan bahwa efikasi diri menekankan pada keyakinan yang ada dalam diri sendiri untuk meningkatkan kemampuan diri dengan memotivasi, mengasah kemampuan kognitif dan hal yang diperlukan di situasi tertentu.

Gist dan Mitchell (Judge dan Erez, dalam Ghufon, 2010:75) mengemukakan bahwa efikasi diri setiap individu akan berbeda meskipun memiliki kemampuan yang sama hal ini dikarenakan efikasi diri berpengaruh terhadap pilihan, tujuan, mengatasi masalah dan kegigihan dalam melakukan usaha. Disini dapat dikatakan bahwa individu dengan keyakinan diri yang tinggi percaya akan kemampuan yang dimiliki untuk mengubah suatu kejadian di

lingkungannya. Sedangkan seseorang dengan keyakinan diri yang rendah mereka akan beranggapan bahwa dirinya tidak mampu mengerjakan sesuatu yang ada disekitarnya. Keyakinan diri sangat penting dalam memotivasi seseorang untuk menyelesaikan pekerjaan untuk mencapai sebuah tujuan yang diinginkan.

Schunk (Anwar, 2009:23) mengemukakan bahwa *self efficacy* memiliki peran penting dalam mempengaruhi suatu usaha, dengan menilai seberapa kuat usaha yang dilakukan untuk mencapai keberhasilan. Menurut Woolfolk (Anwar, 2009:23) mengemukakan bahwa *self efficacy* adalah kemampuan seseorang untuk menilai diri sendiri terhadap kemampuannya dalam mengerjakan sesuatu untuk mencapai hasil yang diinginkan.

Bandura dalam Miftahun (2009: 96) efikasi diri mempunyai tiga dimensi yaitu (a) tingkat kesulitan tugas. Jika seseorang dihadapkan pada tugas yang disusun menurut tingkat kesulitan maka efikasi diri akan diarahkan pada tugas yang mudah terlebih dahulu, kemudian sedang dan sulit yang sesuai batas kemampuan pada setiap tingkat kesulitan. (b) luas bidang perilaku (*generality*) yaitu luas bidang perilaku merupakan sejauh mana individu yakin akan kemampuannya dalam berbagai situasi tugas, mulai dari saat melakukan suatu aktivitas atau situasi tertentu hingga dalam serangkaian tugas atau situasi yang bervariasi. (c) kemantapan keyakinan (*strength*) merupakan derajat kemampuan seseorang terhadap keyakinan atau pengharapannya. Seseorang dengan efikasi diri yang lemah akan mudah menyerah pada pengalaman-pengalaman yang tidak menunjang, sedang seseorang dengan efikasi diri yang tinggi akan mendorong

seseorang itu untuk tetap bertahan dalam usahanya walaupun ditemukan pengalaman yang tidak menunjang atau menghambat.

Menurut Bandura dalam Miftahun (2009: 96) terdapat tiga komponen yang memberikan dorongan untuk terbentuknya efikasi diri yaitu: (a) pengharapan akan hasil (*outcome expectancy*), yaitu harapan mengenai kemungkinan hasil yang diperoleh untuk tercapainya suatu tujuan dengan bentuk pikiran kognitif. (b) pengharapan akan efikasi (*efficacy expectancy*) harapan mengenai perilaku yang dipengaruhi oleh persepsi seseorang terhadap kemampuan kinerja yang berkaitan dengan hasil. (c) nilai hasil (*outcome value*) nilai hasil merupakan nilai yang di dapat seseorang dimana nilai tersebut sangat mempengaruhi motivasi seseorang untuk mendapatkan nilai tersebut.

Anthony (1992) menyatakan bahwa tingkat pendidikan menjadi sumber informasi dari efikasi diri seseorang, dimana seseorang yang memiliki tingkat pendidikan yang rendah akan bergantung dibawah kekuasaan orang yang lebih pandai darinya namun sebaliknya seseorang yang memiliki tingkat pendidikan yang tinggi ia tidak akan tergantung pada orang lain dan cenderung lebih mandiri karena ia mampu memenuhi tantangan hidup dengan memperhatikan situasi dan kenyataan sekitar.

#### **b. Faktor-faktor keyakinan diri pelatih**

Dalam menilai ada tidaknya efikasi diri pada seorang pelatih secara utuh perlu dilihat dari beberapa faktor sebagai berikut:

- 1) Faktor Motivasi

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

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa motivasi merupakan suatu dorongan yang muncul dari dalam diri seseorang untuk melakukan aktivitasnya dan menentukan arah untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Motivasi tidak hanya dari dalam diri sendiri melainkan bisa dari orang lain seperti motivasi dari pelatih, karena motivasi dari pelatih juga penting untuk keberhasilan dan kesuksesan para peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga disekolah.

## 2) Faktor Strategi Permainan

Dalam suatu permainan strategi sangat penting sehingga pelatih harus bisa dalam mengatur strategi yang tepat untuk menentukan keberhasilan dari tim dan atlet untuk meraih kemenangan. Menurut Suharno dalam Irianto (2002: 90) mengemukakan bahwa strategi merupakan suatu akal atau siasat yang digunakan sebelum bertanding untuk mencari kemenangan secara positif. Sedangkan menurut Eka Sapri Alviyanto (2013) menyatakan strategi merupakan suatu siasat atau pola pikir yang digunakan sesaat sebelum pertandingan dimulai untuk mencari kemenangan secara positif.

Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa strategi permainan merupakan suatu arahan yang terlebih dahulu diberikan oleh pelatih kepada atletnya sebelum bertanding yang bertujuan untuk mencapai keberhasilan dalam bertanding.

### 3) Faktor Teknik

Teknik dalam cabang olahraga merupakan hal yang sangat penting maka dari itu teknik yang benar dapat diperoleh dari seorang pelatih yang memiliki pengetahuan dan arahan yang tepat mengenai teknik yang akan diajarkan kepada peserta ekstrakurikuler olahraga dan akan terasa banyak sekali manfaatnya apabila atlet dapat menguasai teknik yang benar. Menurut Sulistyono dalam Sudjarwo (1993: 42) mengemukakan bahwa keuntungan dari penguasaan teknik yaitu terjadinya efisiensi dan efektifitas gerakan untuk mencapai prestasi maksimal. Hal ini akan mempermudah atlet dalam pencapaian prestasi yang maksimal.

### 4) Faktor Pengembangan Karakter

Menurut Shield dan Bredemier (1995) menyatakan bahwa lingkungan olahraga melambangkan nilai kebudayaan dan sarana tempat remaja mencari pengalaman dan belajar tentang banyak nilai yang dianut dimasyarakat. Wells, Rudel, Paisley (2006) system peragaan atau memberi contoh dapat mengarahkan perubahan yang diperlukan untuk meningkatkan lingkungan olahraga.

Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa pembentukan karakter dalam olahraga disini pelatih sangat berperan penting karena proses pembentukan karakter terjadi pada saat proses latihan itu selama mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga di sekolah.

## **2. Hakikat Kepercayaan Diri**

### **a. Pengertian Kepercayaan Diri**

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan atau kepercayaan yang ada pada diri sendiri bahwa mampu melakukan tugas dengan baik. Menurut Satiadarma (2000: 25) menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan rasa keyakinan yang ada dalam diri dimana ia akan mampu menyelesaikan tugas dengan baik dalam kinerja. Percaya diri menjadi modal utama dan syarat yang harus dimiliki baik oleh pelatih atau atlet untuk mencapai prestasi dalam olahraga.

Kepercayaan diri atau *self-confidence* menurut Horn dalam Mylsidayu (2015: 103) menyatakan bahwa *self-confidence* adalah keyakinan bahwa seseorang memiliki sumber daya internal, terutama kemampuan dalam mencapai keberhasilan, hal ini berakar dari keyakinan dan harapan. Menurut Gunarsa dalam supriyanto (2019) kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang mutlak dan harus dimiliki oleh seorang atlet dibidang olahraga apapun karena hal tersebut berkaitan dengan keyakinan. Menurut Lauster dalam Herlambang (2013) mengemukakan bahwa kepercayaan diri ditentukan sebagai sikap yakin atau perasaan yakin terhadap kemampuan diri sendiri sehingga tidak akan terpengaruh oleh orang lain. Menurut Taylor dalam Herlambang (2013) menyatakan bahwa percaya diri merupakan keinginan melakukan apa yang ingin dilakukan, serta kapan dan bagaimana untuk melakukannya.

Davies dalam Herlambang (2013) rasa percaya diri adalah suatu keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki, keyakinan terhadap tujuan dalam kehidupan dan percaya bahwa dengan akal budi mampu melaksanakan apa yang telah direncanakan, diinginkan dan diharapkan. Menurut Anthony dalam

Herlambang (2013 ) mengemukakan bahwa kepercayaan diri merupakan suatu sikap yang ada pada diri seseorang dimana dapat menerima suatu kenyataan dalam mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, memiliki kemandirian dan mempunyai kemampuan untuk memiliki dan mencapai segala sesuatu yang diinginkan. Cashmore dalam Wardani (2015) mendefinisikan kepercayaan diri adalah sebagai atribut yang dimiliki oleh seseorang yang percaya akan kemampuan yang dimiliki dan atas pertimbangan dari mereka sendiri.

Sieler dalam Wardani (2015) menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan karakteristik dari seorang individu yang memungkinkan bagi seseorang untuk memiliki suatu pandangan yang positif atau realistis terhadap diri mereka sendiri maupun dalam situasi yang sedang mereka alami. *Self-efficacy* (Bandura dalam Yusuf, 2011) merupakan suatu sikap percaya diri terhadap kemampuan diri sendiri untuk menampilkan tingkah laku yang mengarahkan pada hasil yang diharapkan. Affiatin dan Andayani (1997) mengemukakan bahwa kepercayaan diri akan membuat seseorang mampu untuk menerima pikiran dan perasaan orang lain, sehingga dalam mengambil keputusan tidak akan terlepas dari intelektualnya, dan diharapkan seorang itu mampu menghadapi tantangan, bekerja keras, kreatif, mandiri dan tidak ragu-ragu dalam mengambil keputusan.

Menurut Lauster (1992), kepercayaan diri seseorang diperoleh dari pengalaman hidup, dimana kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang berupa kemampuan dan keyakinan yang dimiliki seseorang sehingga tidak mudah terpengaruh oleh orang lain dan melakukannya sesuai dengan kehendak, cukup toleran, dan bertanggung jawab. Kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa

faktor (Ghufron&Risnawita, 2012: 37-38) yaitu konsep diri, harga diri, pengalaman dan pendidikan.

Faktor-faktor Kepercayaan Diri yang berasal dari dalam diri individu atau faktor internal antara lain:

#### 1. Kondisi fisik

Kondisi fisik seorang individu akan berpengaruh terhadap kepercayaan diri, seseorang yang mempunyai kondisi fisik yang kurang sempurna seperti halnya cacat fisik, terlalu tinggi, terlalu pendek atau yang lainnya akan menimbulkan perasaan tidak berharga terhadap keadaan fisiknya karena merasa ada yang kurang pada dirinya (Suryabrata, 1993).

#### 2. Usia

Menurut Al-Mighwar (2006), kepercayaan diri akan terbentuk dan berkembang sejalan dengan jalannya waktu. Seperti pada saat remaja kepercayaan diri seseorang sangat rapuh karena pada masa itu suatu kegagalan atau penolakan akan dirasakan sebagai suatu yang menyakitkan karena pada masa puber terdapat kritik dari teman-teman dan orang tua, tidak sedikit banyak anak laki-laki maupun perempuan yang mengalami rasa kurang percaya diri.

#### 3. Jenis kelamin

Menurut Hurlock (1993), mengatakan walaupun pengaruh perubahan fisik sama kuat antara laki-laki dan perempuan atau bahkan lebih kuat laki-laki dari pada perempuan namun laki-laki mempunyai kesempatan yang lebih banyak untuk menyesuaikan diri dari pada perempuan.

#### 4. Harga diri

Menurut Mappiare (1982), perasaan gembira yang diperoleh berakibat penghargaan terhadap diri, penting dalam menumbuhkan rasa percaya diri remaja. Harga diri merupakan fondasi untuk kepercayaan diri (Murdoko, 2004).

Faktor-faktor yang berasal dari luar individu atau faktor eksternal antara lain:

### 1. Tingkat Pendidikan

Tingkat pendidikan mempunyai pengaruh dalam menemukan kepercayaan diri seseorang. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin banyak hal yang dipelajari dan hal ini membuat seseorang lebih mengenal kekurangan dan kelebihanannya, sehingga dapat menentukan keberhasilannya sendiri, hal ini menandakan bahwa seseorang yang demikian memiliki kepercayaan diri dalam menangani sesuatu tanpa khawatir dan takut untuk mengalami kegagalan (Monk, dkk, 2004).

### 2. Dukungan Sosial

Menurut Sari (dalam Puspitasari, 1999), menyatakan dukungan dari lingkungan sekitar seperti keluarga, masyarakat, sekolah, dan teman merupakan faktor yang menentukan terwujudnya kepercayaan diri.

### 3. Kesuksesan dalam mencapai tujuan

Kesuksesan yang telah dicapai seseorang akan memberikan kegembiraan hal ini menumbuhkan kepercayaan diri seseorang maka dari itu banyak kesuksesan yang akan diperolehnya. Seseorang akan memiliki kepercayaan pada dirinya dari pada dengan orang yang sering mengalami kegagalan (Daradjad, 1999).

Berdasarkan beberapa pengertian diatas mengenai efikasi diri dan kepercayaan diri dapat diartikan bahwa efikasi diri merupakan bentuk yang lebih spesifik dari kepercayaan diri. Perbedaan antara efikasi diri dan kepercayaan diri yaitu dari aspek sifat individu. Dimana efikasi diri lebih bersifat khusus yang berkaitan dengan tugas-tugas spesifik dan tergantung pada individu dalam melaksanakan tugas yang sesuai dengan tingkat kesulitan, luas bidang tugas dan kemampuan keyakinan, sedangkan kepercayaan diri lebih bersifat umum dimana kepercayaan diri lebih menetap menjadi bagian dari kepribadian individu.

### **3. Hakikat Pelatih**

#### **a. Pengertian Pelatih**

Pelatih merupakan seseorang yang memiliki tugas untuk melatih, mendidik, dan membina seorang atlet untuk lebih berkembang dalam prestasi olahraga yang akan di capai. Pelatih atau *coach* merupakan sebuah sebutan atau gelar yang biasa atlet sebutkan untuk seorang yang memancarkan rasa hormat atau *respect*, status dan bertanggung jawab. Pelatih merupakan sosok yang penting bagi atlet karena tanpa adanya bimbingan dari seorang pelatih prestasi tinggi yang ingin di capai akan sulit untuk dicapai. Menurut Wibowo & Andriyani (2015: 15) mengemukakan bahwa pelatih olahraga merupakan seorang yang memberikan latihan fisik, latihan teknik, latihan taktik dan latihan mental untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Seorang pelatih dalam melaksanakan tugasnya sangat perlu untuk memiliki bahan dan informasi yang benar tentang cara melatih supaya dapat menyusun program latihan dengan baik sesuai porsi para atlet, oleh karena itu setiap pelatih harus memiliki tiga tahapan utama yaitu, kemampuan menyusun

program, kemampuan melaksanakan program, dan kemampuan mengkaji atau mengevaluasi hasil program.

Sukadiyanto dalam Mylsidayu & Kurniawan, (2015: 10) menyatakan pelatih seseorang yang memiliki kemampuan profesional untuk membantu mengungkapkan potensi atlet menjadi kemampuan yang nyata secara optimal dalam waktu yang relatif singkat. Menurut Pete, dkk dalam Mylsidayu & Kurniawan, (2015: 10) mengemukakan bahwa pelatih adalah seorang profesional yang tugasnya membantu atlet dan tim dalam memperbaiki penampilan olahraga. Sedangkan menurut Tite Julianti, dkk, dalam Mylsidayu & Kurniawan, (2015: 10) menyatakan pelatih adalah seorang manusia yang memiliki pekerjaan sebagai perangsang (simulator) untuk mengoptimalkan kemampuan aktivitas gerak atlet yang dikembangkan dan ditingkatkan melalui berbagai metode latihan yang disesuaikan dengan kondisi internal dan eksternal individu pelakunya.

Arnandho (2017: 8) menyatakan pelatih adalah seorang profesional yang bertugas membantu, membimbing, membina dan mengarahkan atlet berbakat untuk merealisasikan prestasi maksimal dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Dari berbagai pendapat yang telah dikemukakan diatas dapat disimpulkan bahwa pelatih adalah seseorang yang memiliki peranan penting untuk mendidik, mengarahkan dan mengembangkan potensi yang dimiliki oleh seorang atlet supaya bisa mencapai prestasi yang ingin dicapai atau maksimal dalam olahraga.

Brooks dan Fahey (dalam Dimiyati, 2006: 149), menyatakan bahwa pelatih mempunyai berbagai tugas yaitu sebagai perencana, pemimpin, tema, pembimbing, dan pengontrol dalam memberikan program latihan. Sedangkan

Harsono (1988: 31) mengatakan bahwa tinggi rendahnya prestasi atlet tergantung dari tinggi rendahnya pengetahuan dan kemampuan serta keterampilan pelatih, pendidikan formal dalam olahraga dan kepelatihan akan membantu dari segi kognitif dan psikomotorik pelatih.

Dari berbagai pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa pelatih adalah seseorang yang memiliki tugas sebagai pembimbing, pemimpin bagi anak didiknya dalam mengasah kemampuan/potensi yang dimiliki anak didiknya dalam bidang olahraga, patut menjadi contoh yang baik dan bertanggung jawab atas satu tim yang dibinanya.

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

Tugas dan peran sebagai pelatih olahraga tidaklah sedikit karena menyandang gelar sebagai pelatih adalah sebutan yang diberikan para atlet untuk seorang yang dihormati, disegani dan bertanggung jawab dalam membina seorang atlet maupun suatu tim. Disini tugas seorang pelatih lebih luas dari pada sekedar dilapangan saja hal ini dikarenakan pelatih sebagai seorang guru, bapak, pendidik dan teman sejati. Pelatih sebagai seorang guru yaitu pelatih yang dihormati, pelatih sebagai pendidik yaitu seorang yang bertanggungjawab membina para atlet, pelatih sebagai seorang teman sejati dimana seorang pelatih juga harus siap dan bisa dipercaya bagi para atlet dalam mencurahkan isi hati para atlet.

Sukadiyanto (2005: 4) mengatakan bahwa tugas seorang pelatih yaitu: (a) merencanakan, menyusun, melaksanakan, dan mengevaluasi proses berlatih, (b) mengorganisir dan mengelola proses latihan, (c) mencari dan memilih olahragawan yang berbakat, (d) meningkatkan pengetahuan keterampilan, (e)

memimpin dalam perlombaan. Menurut Djoko Pekik Irianto (2002: 16) mengatakan bahwa tugas dari seorang pelatih yaitu membantu atlet atau olahragawan dalam mencapai kesempurnaan.

Beberapa tugas utama, peran, kepribadian pelatih dan kode etik pelatih yang perlu diperhatikan oleh seorang pelatih (dalam Harsono, 2015: 12-25):

#### 1) Perilaku

Pelatih adalah seseorang yang dapat mencontohkan hal-hal yang baik kepada para anak didiknya atau atlet. Pelatih yang baik harus memiliki perilaku yang sesuai dengan norma-norma yang ada dalam masyarakat, sebagai seorang pelatih harus bisa mendemonstrasikan nilai-nilai yang diajarkannya. Atlet maupun orang tua atlet akan menilai apakah pelatih itu memiliki perilaku yang baik atau tidak, karena biasanya para atlet dari sikapnya, gayanya akan menirukan dari pelatihnya maka dari itu seorang pelatih harus mencerminkan personalitas yang baik.

#### 2) Kepemimpinan

Seorang pelatih harus memiliki wibawa sebagai pemimpin yang tegas, tidak meragukan dan bertanggung jawab. Seorang pelatih harus bisa menjadi pemimpin yang dapat memimpin tim yang diasuhnya, memberikan motivasi bagi para atletnya, bisa bekerjasama dengan banyak orang, mudah bergaul dengan semua orang, dan dapat mengemukakan pendapat dan pandangannya secara terbuka dan jujur.

#### 3) Sikap Sportif

Sikap sportif tidak hanya dimiliki oleh seorang atlet tetapi juga seorang pelatih, pelatih harus memiliki sikap sportif karena dalam suatu pertandingan tentunya ada menang dan ada kalah maka dari itu seorang pelatih harus bisa menerima hasil dari suatu pertandingan dengan lapang dada, tidak sombong apabila mendapat kemenangan. Seorang pelatih juga harus mengajarkan para atletnya untuk bersikap sportif seperti tidak mengajarkan untuk berbuat curang, menghormati keputusan wasit dan beretika baik selama pertandingan maupun selesai pertandingan.

#### 4) Pengetahuan dan Keterampilan

Sebagai seorang pelatih pengetahuan dan keterampilan mengenai cabang olahraga yang diajarkan sangat penting, karena sebagai seorang pelatih dia harus memiliki pengetahuan yang benar terkait program-program yang akan diberikan, peraturan dalam permainan dan pertandingan, pelatih juga harus memperhatikan aspek fisik, taktik, teknik dan mental. Tidak hanya dalam hal pengetahuan seorang pelatih juga harus bisa menguasai dalam hal keterampilannya. Seorang pelatih harus bisa mencontohkan gerakan-gerakan yang akan diberikan dengan teknik yang baik dan benar.

#### 5) Keseimbangan Emosional

Seorang pelatih harus mampu mengendalikan emosinya baik itu dalam keadaan tertekan maupun keadaan lainnya. Sebagai seorang pelatih tentunya seringkali dalam tekanan emosi dan keadaan tegang yang berlanjut sehingga dalam menghadapi keadaan itu seorang pelatih untuk tetap berkepala dingin

dalam menghadapi situasi itu, dan harus bisa mengendalikan emosinya supaya hal seperti itu tidak mengeruhkan suasana dan membuat para pemain menjadi down.

#### 6) Imajinasi

Imajinasi merupakan sebuah kemampuan daya ingat untuk khayalan yang diinginkan tetapi tidak nampak. Pelatih yang memiliki daya imajinasi yang tinggi biasanya pelatih itu adalah pelatih yang inovatif. Pelatih yang inovatif merupakan pelatih yang selalu mencari atau menemukan hal yang baru untuk diajarkan kepada anak didiknya. Pelatih yang memiliki imajinasi yang tinggi akan berimajinasi mengenai pola-pola permainan baru, taktik, teknik serta teknik pertahanan dan penyerangan yang baru. Oleh karena itu biasanya seorang pelatih yang berimajinasi tinggi akan lebih kreatif dan akan lebih berhasil dalam membentuk sebuah tim.

#### 7) Ketegasan dan Keberanian

Sebagai seorang pelatih tentunya harus memiliki ketegasan dan keberanian dalam mengambil keputusan. Bersikap tegas disini yaitu seorang pelatih harus tegas dalam mengambil keputusan tidak membedakan atau mementingkan posisi atlet, jabatan orang tua atlet maupun yang lainnya. Seorang pelatih juga harus berani dalam melindungi atletnya yang masih belum dewasa dalam hal emosional terhadap kritik-kritik dari masyarakat.

#### 8) Humor

Seorang pelatih tentunya memiliki sifat humor, tidak hanya seorang pelatih saja tetapi kebanyakan orang tentunya memiliki sifat humor masing-

masing. Sifat humor yang dimiliki seorang pelatih sangat membantu supaya dalam melatih maupun dalam pertandingan tidak selalu dalam suasana yang tegang. Sifat humor ini akan merilekskan ketegangan dalam latihan maupun dalam bertanding. Akan tetapi penyajian humor juga harus melihat situasi dan kondisi yang tepat, tidak semua situasi dapat diselingi dengan humor.

#### 9) Kebugaran

Kesehatan, kebugaran dan vitalitas seorang pelatih juga sangat penting karena disamping kegiatan kesehariannya seorang pelatih juga harus mempersiapkan rencana latihan yang akan diberikan esoknya dan harus mengevaluasi, menganalisis mengenai pekerjaan yang lalu. Sehingga seorang pelatihpun harus memiliki kebugaran jasmani yang baik.

#### 10) Pendewasaan Anak

Dalam pendewasaan anak partisipasi dalam olahraga sangat penting seperti aspek pertumbuhan watak, budi pekerti, cara menghadapi stres dan tantangan-tantangan yang lain. Disini setiap pelatih berperan penting dalam proses pendewasaan anak seperti mengajarkan sifat kepemimpinan, kekompakan tim, pengambilan inisiatif, ambisi, disiplin dan berpikir positif.

#### 11) Kegembiraan Pelatih

Peran pelatih disini yaitu harus dapat mengajarkan kegembiraan baik itu dalam bertanding maupun dalam berlatih. Usahakan dalam setiap berlatih diselipkan kegembiraan akan tetapi tidak melupakan disiplin.

#### 12) Hargai Wasit

Seorang pelatih harus dapat menghargai keputusan yang dikeluarkan oleh wasit, apabila tidak setuju dengan hasil keputusan salurkan dengan saluran yang resmi dan tidak memancing emosi official yang lain.

#### 13) Hargai Tim Tamu

Sebagai seorang pelatih menghargai tim tamu itu sangat penting, memperlakukan tim lawan dengan baik dan dihormati. Tidak menganggap tim lawan sebagai saingan tetapi disini anggap sebagai latihan bersama yang menyuguhkan permainan yang seru dan sportif.

#### 14) Pujian dan Hukuman

Pujian dan hukuman sangat berpengaruh terhadap sikap dan perilaku atlet, maka dari itu seorang pelatih harus bisa memberikan pujian dan hukuman secara bijaksana dan sesuai pada tempat dan kondisi. Seorang pelatih apabila memberikan suatu pujian dan hukuman secara berlebihan bisa membuat atlet itu merasa tidak nyaman.

#### 15) Perhatian Pelatih

Perhatian pelatih kepada atletnya sangat penting bagi kemajuan atlet. Pelatih harus mengoreksi secara terus menerus kesalahan yang dilakukan para atlet hal ini dilakukan supaya atlet benar-benar mengerti dan menguasai apa yang dimaksud atau yang diajarkan pelatih. Perhatian lebih baik diberikan pada saat awal-awal musim latihan. Kurangnya perhatian oleh pelatih akan membentuk *handicaping habits*.

#### 16) Perhatian Pribadi

Pelatih yang sukses biasanya sangat memperhatikan para atlet-atletnya. Disini para atlet membutuhkan perhatian pribadi dari seorang pelatih, supaya atlet merasa bahwa mereka benar-benar diakui sebagai atlet bukan hanya digunakan sebagai sesuatu untuk sebuah pertandingan saja. Akan tetapi dalam memberikan perhatian pribadi kepada atlet jangan sampai menimbulkan iri dengan teman maka dari itu pelatih harus bisa memberikan perhatian pribadi ke semua atlet dengan adil.

#### 17) Berpikir Positif

Berpikiran positif dalam berolahraga itu sangat penting, oleh karena itu seorang pelatih harus selalu berpikiran positif terhadap sesuatu yang dihadapi. Tidak hanya pelatih yang harus berpikiran positif disini seorang pelatih juga harus mengajarkan atau mendidik para atlet untuk selalu berpikiran positif. Karena dalam setiap menghadapi pertandingan apabila tidak selalu berpikir positif itu akan mengakibatkan fokus, konsentrasi dan mental atlet akan lemah, hal itu dapat mengganggu dalam bermain.

#### 18) Berbahasa yang Baik dan Benar

Sebagai seorang pelatih keterampilan dalam berbicara yang baik sangat diperlukan, pelatih harus bisa menggunakan bahasa yang baik dan benar supaya mudah dipahami oleh atlet maupun orang lain tentang apa yang dimaksud.

#### 19) Siap Mental

Seorang pelatih apabila sudah bertekad untuk menjadi seorang pelatih maka harus siap mental karena untuk menjadi seorang pelatih olahraga tentunya tidak sedikit beban yang harus ditanggung. Maka dari itu secara mental pelatih

harus siap untuk mengabdikan diri sepenuhnya demi kebesaran profesi pelatih olahraga, siap untuk mengamalkan semua pengetahuan yang kita dapat untuk semua orang, siap untuk berkorban baik itu mental maupun fisik, siap untuk dikritik oleh semua orang.

### **c. Gaya Kepemimpinan Pelatih**

Sebagai seorang pelatih tentunya harus memiliki jiwa seorang pemimpin, maka dari itu setiap pelatih memiliki gaya memimpin atau gaya kepemimpinannya sendiri-sendiri. Menurut Lippits dan White ada tiga macam gaya kepemimpinan yaitu otoriter, demokrasi dan liberal. Berikut adalah ciri-ciri dari setiap gaya kepemimpinan:

#### 1) Gaya Kepemimpinan Otoriter

Gaya kepemimpinan otoriter memiliki ciri-ciri yaitu:

- a) Wewenang yang mutlak ada pada pimpinan
- b) Keputusan diambil dan dibuat oleh pimpinan
- c) Kebijakan dibuat oleh pimpinan
- d) Komunikasi berlangsung satu arah dari pimpinan ke bawahan
- e) Tidak adanya kesempatan bagi bawahan untuk memberikan saran, pendapat ataupun pertimbangan
- f) Prakarsa harus berasal dari pimpinan
- g) Tugas-tugas dari bawahan diberikan secara instruktif
- h) Pengawasan terhadap tingkah laku, sikap, perbuatan atau kegiatan para bawahan yang dilakukan secara ketat
- i) Pimpinan menuntut prestasi yang sempurna dari bawahan tanpa syarat

- j) Pimpinan menuntut kesetiaan tanpa syarat
- k) Lebih banyak kritik daripada pujian
- l) Pimpinan selalu kasar dalam bersikap
- m) Tanggung jawab keberhasilan dipikul oleh pemimpin saja
- n) Cenderung ada ancaman, paksaan dan hukuman.

## 2) Gaya Kepemimpinan Demokratis

Gaya kepemimpinan ini memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- a) Pimpinan bersedia berbagi wewenang dengan bawahan
- b) Keputusan yang diambil bersama antara pimpinan dan bawahan
- c) Wewenang seorang pimpinan tidak mutlak
- d) Pengawasan yang dilakukan secara wajar
- e) Komunikasi yang terjadi berlangsung secara timbal balik
- f) Bawahan memiliki banyak kesempatan untuk menyampaikan saran dan pendapat kepada pimpinan
- g) Prakarsa datang dari bawahan
- h) Antara pujian dan kritik seimbang
- i) Tugas-tugas dari bawahan yang diberikan lebih bersifat permintaan daripada instruktif
- j) Pimpinan kesetiaan bawahan secara wajar
- k) Pimpinan selalu mendorong prestasi bawahan dalam batas masing-masing
- l) Tercipta suasana saling hormat menghormati, percaya dan saling menghargai antara pimpinan dengan bawahan

- m) Pimpinan selalu memperhatikan perasaan dalam bersikap maupun bertindak
- n) Tanggung jawab keberhasilan ditanggung secara bersama-sama

### 3) Gaya Kepemimpinan Liberal atau Laissez Faire

Gaya Kepemimpinan Liberal atau Laissez Faire memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- a) Keputusan lebih banyak dibuat oleh bawahan
- b) Kebijakan dibuat oleh bawahan
- c) Pemimpin melimpahkan sepenuhnya wewenang kepada bawahan
- d) Tidak adanya pengawasan terhadap tingkah laku
- e) Pimpinan berkomunikasi apabila diperlukan oleh bawahan
- f) Tidak adanya pengarahan dari pimpinan
- g) Prakarsa selalu berasal dari bawahan
- h) Peran seorang pimpinan sangat sedikit dalam kegiatan kelompok
- i) Tanggung jawab keberhasilan organisasi dipikul oleh perseorangan
- j) Kepentingan pribadi lebih penting daripada kepentingan kelompok

Dari ketiga gaya kepemimpinan seorang pelatih tidak ada dari ketiga tersebut yang baik dan benar untuk digunakan, kecuali dikombinasikan sesuai dengan situasi dan kondisi pada saat dilapangan.

#### **d. Komunikasi Pelatih**

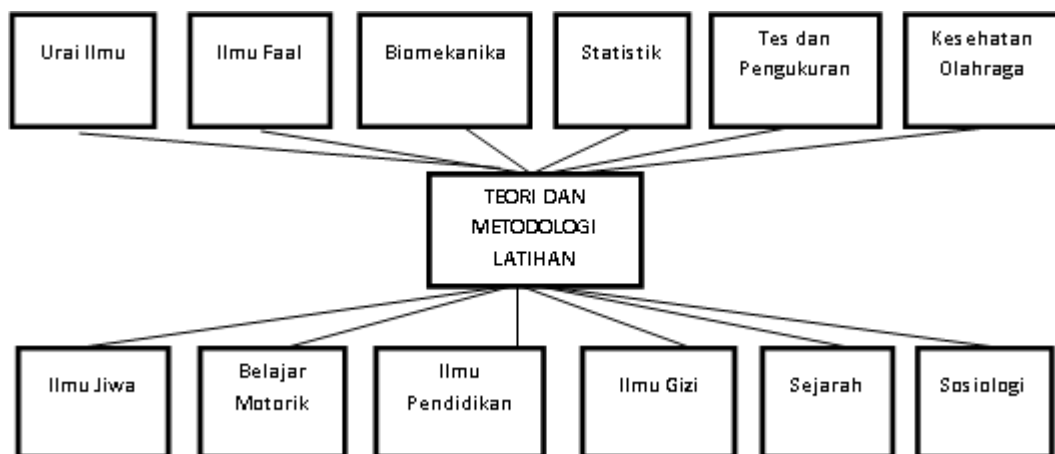
Dalam melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler olahraga pada proses latihan tentunya diperlukan adanya komunikasi yang baik antara pelatih dan atlet, Irianto (2002: 24-25) komunikasi hendaknya dilakukan:

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

Sebagai pelatih yang baik tentunya harus selalu belajar kapan dan bagaimana mendengarkan dan berbicara kepada atlet. Dalam berkomunikasi dengan atlet pelatih harus secara teratur karena itu merupakan tanggung jawab ari seorang pelatih. Komunikasi dilakukan tidak hanya pada saat atlet mempunyai masalah saja akan tetapi komunikasi dilakukan setiap saat.

#### e. Pengetahuan Pelatih

Sebagai pelatih profesional tentunya harus mengetahui ilmu-ilmu yang mendukung dalam proses pelatihannya. Menurut Bomp (1994: 2) mengemukakan bahwa ilmu pendukung dalam melaksanakan metode latihan yang perlu dikuasai pelatih seperti dalam gambar berikut:



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

#### f. Kualitas Pelatih yang Baik

Prestasi atlet dsangat dipengaruhi oleh kualitas dari seorang pelatih. Untuk menjadi seorang pelatih yang baik memiliki syarat, menurut Suharno (1993: 6) syarat menjadi pelatih yang baik yaitu memiliki kemampuan menguasai ilmu sesuai dengan bidangnya secara teoritis dan praktis, memiliki *skill* yang baik

sesuai dengan cabang olahraga. Selain harus memiliki *skill* yang baik pelatih juga harus memiliki kepribadian yang baik sesuai dengan norma.

Menurut Yunus (1998: 13) mengemukakan 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 srategi melatih atau belajar mengajar
- 5) Keterampilan sosial mencakup kemapuan bergaul, berkomunikasi, mempengaruhi orang lain dan memimpin

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa syarat untuk menjadi pelatih yang baik yaitu (1) Memiliki keterampilan yang baik dalam cabang olahraga yang ditekuni, (2) Mempunyai pengetahuan yang baik yang meliputi penguasaan dalam ilmu keolahragaan baik secara teoritis maupun praktis dan pengalaman, (3) Menghayati sebagai pelatih dalam cabang olahraga yang ditekuni, (4) Memiliki kemampuan bersosialisasi yang baik.

#### **4. Hakikat Ekstrakurikuler**

##### **a. Pengertian Ekstrakurikuler**

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilaksanakan diluar jam sekolah yang memiliki fungsi untuk mewedahi dan mengembangkan potensi siswa, dan minat bakat siswa. Menurut Direktorat Pembinaan SMA dalam Wibowo & Andriyani, (2015: 2) kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan

pendidikan diluar mata pelajaran dan pelayanan konseling untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan potensi, minat, bakat peserta didik melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan disekolah/madrasah.

Kegiatan ekstrakurikuler secara spesifik merupakan kegiatan latihan dalam cabang olahraga tertentu yang dikoordinir langsung oleh sekolah. Menurut Wibowo & Andriyani, (2015: 3) kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan salah stau kegiatan yang dilaksanakan dalam rangka pembinaan siswa. Menurut Depdikbud dalam Wibowo & Andriyani (2015: 2) mengemukakan bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan kegiatan yang dilakukan diluar jam pelajaran tatap muka, yang dilaksanakan untuk lebih memperluas wawasan atau kemampuan peningkatan dan penerapan nilai pengetahuan dan keterampilan dan kemampuan olahraga.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan suatu kegiatan yang dilaksanakan dalam rangka untuk membina siswa. Aturan dan dasar hukum mnegenai kegiatan ekstrakurikuler olahraga terdapat pada Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 39 Tahun 2008 tentang pembinaan kesiswaan (Wibowo & Andriyani, 201: 3). Dalam pasal 1 Undang-undang disebutkan bawah pembinaan kesiswaan, dalam hal ini terkait kegiatan ekstrakurikuler olahraga yaitu: (1) Mengembangkan potensi siswa secara optimal dan terpadu meliputi bakat, minat, dan kreativitas; (2) Memantapkan kepribadian siswa untuk mewujudkan ketahanan sekolah sebagai lingkungan pendidikan sehingga

terhindar dari usaha dan pengaruh negatif dan bertentangan dengan tujuan pendidikan; (3) Mengaktualisasikan potensi siswa dalam pencapaian prestasi unggulan sesuai bakat dan minat; dan (4) menyiapkan siswa agar menjadi warga masyarakat yang berakhlak mulia, demokratis, menghormati hak-hak asasi manusia dalam rangka mewujudkan masyarakat madani (*civil society*).

Subagyo (2003: 23) ekstrakurikuler merupakan suatu kegiatan yang dilakukan diluar jam pelajaran (tatap muka) yang dilaksanakan baik diluar sekolah maupun dalam lingkungan sekolah guna untuk memperkaya dan menambah wawasan pengetahuan serta kemampuan yang telah dimiliki oleh siswa dari berbagai bidang. Menurut Yudha M. Saputra (1998) menyatakan bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan suatu kegiatan diluar jam pelajaran yang dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah dengan tujuan untuk menyalurkan bakat siswa dalam bidang olahraga, memperluas pengetahuan, dan membina manusia seutuhnya. Menurut Hastuti (2008: 63) mengatakan bahwa ekstrakurikuler merupakan suatu kegiatan yang diselenggarakan untuk memenuhi tuntutan dalam menguasai bahan dan kajian dengan lokasi waktu yang telah diatur secara tersendiri berdasarkan kebutuhan.

Dari berbagai pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa ekstrakurikuler merupakan suatu kegiatan yang ada di sekolah yang dilaksanakan secara tatap muka baik di sekolah maupun luar sekolah untuk mengasah potensi yang dimiliki siswa dalam bidang olahraga.

## **b. Fungsi Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga**

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga memiliki banyak fungsi dalam mendidik siswa, menurut Permendikbud dalam Wibowo & Andriyani, (2015: 3-4) fungsi kegiatan ekstrakurikuler yaitu:

### 1) Pengembangan

Kegiatan ekstrakurikuler secara otomatis untuk mengembangkan potensi, minat, bakat yang dimiliki siswa, kreativitas dari seorang siswa akan tersalurkan secara positif sehingga kegiatan ekstrakurikuler dapat dikatakan berfungsi untuk pengembangan peserta didik.

### 2) Sosial

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga dapat membangun komunitas tersendiri karena didalamnya terjadi interaksi-interaksi sosial antara siswa satu dengan siswa yang lainnya. Interaksi sosial yang terjadi antar siswa dapat mengembangkan kemampuan dan tanggung jawab peserta didik.

### 3) Rekreatif

Kegiatan ekstrakurikuler bisa bersifat rekreatif karena peserta didik yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tidak semuanya untuk meraih sebuah prestasi tetapi juga memanfaatkannya untuk mengisi waktu luang, mengembangkan suasana rileks, menggembirakan dan menyenangkan untuk menunjang proses perkembangan.

### 4) Persiapan Karier

Kegiatan ekstrakurikuler selain dari ketiga fungsi tadi diisi kegiatan ekstrakurikuler berfungsi sebagai persiapan karier. Hal ini terjadi pada siswa yang

mempunyai cita-cita sebagai olahragawan yang diakui publik karena apabila mendapat pengakuan dari publik mengenai prestasi olahraga yang diraih maka dalam hal mencari pekerjaan akan lebih mudah.

### **c. Jenis Kegiatan Ekstrakurikuler**

Dalam kegiatan ekstrakurikuler disekolah sangat dipengaruhi oleh kemampuan siswa, kemampuan guru, kemampuan kebijakan dari sekolah dan tergantung dari kondisi lingkungan sekolah. Berikut beberapa jenis ekstrakurikuler yang ada disekolah: ekstrakurikuler seni musik, ekstrakurikuler seni tari dan peran, ekstrakurikuler seni media, ekstrakurikuler olahraga dan banyak lagi ekstrakurikuler yang ada disekolah. Kegiatan ekstrakurikuler yang ada disekolah contohnya seperti: bola voli, sepak bola, bulutangkis, bola basket, tenis meja, seni bela diri dll.

### **d. Manfaat Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga**

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga disekolah membawa dampak positif bagi siswa dan memiliki manfaat-manfaat yang positif. Beberapa manfaat yang didapat siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler disekolah yaitu:

- 1) Menjadi media bagi peserta didik untuk menyalurkan energi secara positif
- 2) Menjadi media untuk menggunakan waktu luang secara positif
- 3) Meningkatkan harga diri dan kepercayaan diri peserta didik
- 4) Meningkatkan kemampuan bersosialisasi dan berkomunikasi
- 5) Meningkatkan kebugaran jasmani peserta didik
- 6) Sebagai sarana mengaktualisasikan diri

#### **e. Tujuan Ekstrakurikuler Olahraga**

Ekstrakurikuler merupakan wadah bagi para peserta didik untuk mengasah kemampuan atau bakat yang ada pada dirinya maka dari itu sekolah memfasilitasi dengan diadakannya kegiatan ekstrakurikuler di sekolah. Ekstrakurikuler sendiri memiliki fungsi, manfaat serta tujuan. Tujuan dari ekstrakurikuler olahragapun bermacam-macam seperti untuk menyalurkan minat dan bakat peserta dalam bidang olahraga dll.

Menurut Depdikbud (2013: 7) menyatakan tujuan dari ekstrakurikuler yaitu (1) meningkatkan dan memantapkan pengetahuan peserta didik, (2) mengenal hubungan antara mata pelajaran dengan kehidupan di masyarakat, (3) mengembangkan bakat. Tujuan ekstrakurikuler menurut Suryosubroto (2009: 287) yaitu:

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

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

seniman, dan sebagainya. Bari beberapa tujuan tersebut tentunya perlu dipertimbangkan lagi dalam mengembangkan kokurikuler maupun ekstrakurikuler.

Hasil dari berbagai pendapat yang telah dikemukakan oleh para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler tentunya memiliki tujuan yang ingin dicapai. Tujuan-tujuan dimaksudkan untuk lebih memperhatikan peserta didik dalam mengembangkan minat, bakat dan potensi yang dimiliki peserta didik supaya peserta didik lebih tahu ke arah mana bakat yang dimiliki untuk dikembangkan maka dari itu sekolah memfasilitasinya dengan mengadakan dan mengelola kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler sendiri di kelola oleh pihak sekolah secara terstruktur sekolah juga memfasilitasi dengan adanya pelatih yang sudah ahli maupun memiliki lisensi dalam satu bidang olahraga tertentu.

## **B. Penelitian yang Relevan**

Penelitian yang relevan tentunya memiliki manfaat yaitu sebagai acuan untuk mempermudah penelitian yang sedang dikerjakan supaya lebih jelas. Penelitian yang relevan sebagai berikut:

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. Metode yang digunakan yaitu survei. Teknik pengumpulan data menggunakan angket yang berjumlah 12 butir pernyataan valid dengan nilai reliabilitas sebesar 0,897. Sampel dalam penelitian ini yaitu pelatih ekstrakurikuler olahraga di

SMA se-Kabupaten Bantul yang berjumlah 40 orang dari 8 sekolah, yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Dari penelitian yang telah dilakukan diperoleh hasil yaitu keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri se-Kabupaten Bantul termasuk dalam kategori cukup karena sebanyak 13 orang atau 32,50% dalam kategori yang cukup dan tinggi sedangkan untuk kategori rendah diperoleh sebanyak 9 orang atau 22,50%. Ini menyebabkan tingkat keyakinan diri seorang pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri se-Kabupaten Bantul cukup bervariasi.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Novita Kusumadewi (2019) yang berjudul “Tingkat Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang menggunakan metode survei dengan teknik pengambilan data yaitu menggunakan angket. Pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling* dimana pelatih ekstrakurikuler olahraga sebagai sampelnya. Sebanyak 30 orang dari 9 sekolah SMP se-Kota Yogyakarta berpartisipasi dalam penelitian ini. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini mengenai keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama Se-Kota Yogyakarta termasuk dalam kategori sangat tinggi yaitu sebesar 7%, dimana kategori tinggi sebesar 33%, kategori sedang 27%, kategori rendah 33% dan kategori sangat rendah 0%. Hasil penelitian ini diperoleh dari beberapa faktor yang ada didalamnya.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Intan Sulistianingsih (2019) yang berjudul “Keyakinan Diri Pelatih dan Pembina Ekstrakurikuler Olahraga SMA/SMK/MA se-Kota Yogyakarta” penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang menggunakan metode survei dan instrumen yang digunakan yaitu angket. Pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling* yang menggunakan pelatih ekstrakurikuler olahraga sebagai sampelnya. Sampelnya yaitu 30 pelatih dan pembina ekstrakurikuler olahraga di SMA/SMK/MA se-Kota Yogyakarta. Hasil yang diperoleh berdasarkan penelitian yang dilakukan mengenai keyakinan diri pelatih dan pembina ekstrakurikuler olahraga di SMA/SMK/MA se-Kota Yogyakarta yaitu kategori sangat tinggi 17%, tinggi 23%, cukup 30%, rendah 27%, dan sangat rendah sebesar 3%.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Dian Genika Prasna (2014) yang berjudul “Tingkat Keyakinan Diri Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Dalam Melaksanakan Kurikulum 2013 se-Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan menggunakan metode penelitian yaitu observasi dan wawancara dengan teknik pengumpulan data yaitu angket. Penelitian ini memiliki tujuan yaitu untuk mengetahui tingkat keyakinan diri guru penjas Sekolah Dasar dalam melaksanakan kurikulum 2013 se-Kecamatan Kalasan. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 25 guru penjas yang sudah memakai kurikulum 2013. Berdasarkan hasil analisis bahwa tingkat keyakinan diri guru penjas Sekolah Dasar se-Kecamatan Kalasan dalam melaksanakan kurikulum 2013 pada kategori “sangat yakin”

sebanyak 5 guru (20,0%), “yakin” sebanyak 11 guru (44,0%), “kurang yakin” sebanyak 9 guru (36,0%), pada kategori “tidak yakin” sebanyak 0 (0,00%), dan kategori “sangat tidak yakin” sebanyak 0 (0,00%) dapat disimpulkan bahwa tingkat keyakinan guru penjas Sekolah Dasar dalam melaksanakan kurikulum 2013 se-Kecamatan Kalasan berada pada kategori “yakin” yaitu sebesar 44,0%.

### **C. Kerangka Berpikir**

Sekolah memiliki berbagai macam kegiatan yang ditujukan kepada para peserta didik untuk mengembangkan potensi yang dimiliki lebih dalam maka dari itu sekolah mengadakan kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler sendiri ada beberapa jenis yaitu ekstrakurikuler seni musik, ekstrakurikuler seni tari dan peran, ekstrakurikuler dibidang karya ilmiah, ekstrakurikuler dibidang olahraga misalnya: sepak bola, bola voli, bola basket, futsal, sepak takraw, tenis meja, tenis lapangan, dan lain-lain. Kegiatan ekstrakurikuler di sekolah biasanya dibawah pengawasan bidang kesiswaan, ekstrakurikuler juga memiliki struktur organisasi yang jelas di dalamnya. Sekolah mendukung kegiatan ekstrakurikuler dengan memfasilitasinya seperti tempat, pelatih dan lain-lain supaya siswa yang memiliki bakat dapat menyalurkan bakatnya melalui ekstrakurikuler di sekolah.

Pelaksanaan ekstrakurikuler di sekolah tidak selamanya berjalan dengan lancar karena dalam pelaksanaannya banyak mengalami berbagai keterbatasan, maka dari itu tidak sedikit kegiatan ekstrakurikuler di sekolah mengalami kendala atau mati suri penyebabnya bisa dikarenakan minat siswa pada olahraga tertentu,

ketidakcocokan antara siswa dengan pelatih dan tidak tertangani oleh guru atau pelatih cabang olahraga yang kompeten.

Peran pelatih dalam kegiatan ekstrakurikuler itu sangat penting supaya kegiatan ekstrakurikuler di bidang olahraga bisa mencapai prestasi yang diinginkan dan di rasakan manfaatnya. Pelatih akan melakukan tugas dengan baik apabila didasari dengan kepercayaan diri dalam diri pelatih itu, apabila pelatih itu kurang yakin atau percaya dengan kemampuan yang dimilikinya maka pelatih akan melakukan tugas cenderung kurang baik.

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri Se-Kota Yogyakarta dalam pelaksanaan latihannya cenderung dengan gaya latihan yang sama dari waktu ke waktu atau monoton, hal ini bisa dikarenakan penguasaan materi dan kurangnya pengalaman dari pelatih itu sehingga materi yang diberikan cenderung biasa saja. Oleh karena itu dilakukannya penelitian ini guna mengetahui seberapa tinggi tingkat kepercayaan diri yang dimiliki oleh pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri Se-Kota Yogyakarta.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

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

Jenis penelitian ini yaitu penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif yaitu penelitian yang digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah dikumpulkan apa adanya. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui seberapa besar kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta. Dalam penelitian ini metode yang digunakan yaitu metode survei dengan teknik pengumpulan datanya yaitu menggunakan angket/kuesioner.

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

Tempat penelitian yaitu di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari-Maret 2020

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

Suharsimi Arikunto (2006: 130) menyatakan populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Menurut Siyoto & Sodik (2015: 64) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari subjek/obyek yang memiliki karakteristik dan kuantitas yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini yaitu pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta yang berjumlah 76 pelatih dari 16 SMP Negeri se-Kota Yogyakarta.

Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 131) sampel merupakan sebagian atau wakil dari populasi yang akan diteliti, dimana dalam mengambil sampel harus dilakukan dengan cara yang benar-benar dapat berfungsi sebagai contoh atau dapat menggambarkan keadaan populasi yang sebenarnya atau *representative* (mewakili).

Sedangkan menurut Sugiyono (2007: 35) sampel adalah sebagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu dengan *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2015: 118). Kriteria sampel yang diambil dalam penelitian ini yaitu (1) SMP Negeri se-Kota Yogyakarta, (2) ada ekstrakurikuler olahraga di sekolah, (3) ada pelatih ekstrakurikuler olahraga di sekolah, (4) pelatih bersedia menjadi sampel. Pengambilan sampel pada penelitian ini berjumlah 30 pelatih dari 8 sekolah. Rincian sampel penelitian disajikan pada tabel 1 sebagai berikut:

**Tabel 1. Rincian Subjek Penelitian**

| No | Nama Sekolah             | Alamat  | Pelatih         |
|----|--------------------------|---|-----------------|
| 1. | SMP Negeri 1 Yogyakarta  | Jl. Cik Di Tiro No.29, Terban, Kec.Gondokusuman,Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55223                   | 6               |
| 2. | SMP Negeri 2 Yogyakarta  | Jl. Panembahan Senopati No. 28-30,Prawirodirjan, Kec.Gondomanan,Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55121   | 2               |
| 3. | SMP Negeri 3 Yogyakarta  | Jl. Pajeksan No. 18, Sosromenduran, Gedong Tengen, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55271                | 2               |
| 4. | SMP Negeri 4 Yogyakarta  | Jl. Hayam Wuruk No. 18, RT. 41/RW. 11, Bausasran, Kec. Danurejan, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55211 | 2               |
| 5. | SMP Negeri 5 Yogyakarta  | Jl. Wardhani No. 1, Kotabaru, Kec. Gondokusuman, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55224                  | 4               |
| 6. | SMP Negeri 6 Yogyakarta  | R.W. Monginsidi No. 1, Cokrodiningratan, Kec. Jetis, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55233              | 7               |
| 7. | SMP Negeri 8 Yogyakarta  | Jl. Kahar Muzakir No. 2, Kel, Terban, Kec. Gondokusuman, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55223          | 4               |
| 8. | SMP Negeri 15 Yogyakarta | Jl. Tegal Lempuyangan No. 61, Bausasran, Kec. Danurejan, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55211          | 3               |
|    |                          | <b>Jumlah</b>   | <b>30 orang</b> |

#### **D. Definisi Operasional Variabel**

Variabel dalam penelitian ini yaitu kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta. Definisi operasionalnya yaitu kepercayaan diri sebagai acuan untuk melakukan sesuatu pada diri seorang pelatih ekstrakurikuler olahraga sebagai ciri yang didalamnya terdapat sebuah kepercayaan mengenai kepercayaan diri, objektif, optimis, tanggung jawab, rasional yang diukur menggunakan angket.

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

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

Teknik pengumpulan data merupakan cara-cara yang dilakukan peneliti untuk memperoleh data agar diperoleh data yang valid, reliable, dan obyektif (Sugiyono, 2015: 236). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunakan kuesioner atau angket. Kuesioner menurut Sugiyono (2015: 250) merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu pasti variabel yang akan diukur dan apa yang bisa diharapkan dari responden.

##### **2. Instrumen Pengumpulan Data**

Sugiyono (2015: 191) menyatakan instrumen penelitian merupakan alat ukur seperti tes, kuesioner, pedoman wawancara dan pedoman observasi yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data dalam suatu penelitian. Angket yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan angket tertutup.

Model pengukuran yang digunakan untuk penelitian ini yaitu *Coaching Competence Skale (CCS)* ini mengemukakan empat variabel laten yang terdiri dari 12 item. Empat variabel latennya yaitu motivasi, strategi permainan,

pengembangan karakter dan teknik. Motivasi didefinisikan sebagai contoh bagi atlet terhadap kemampuan yang dimiliki oleh pelatih yang akan mempengaruhi keterampilan atlet dan mood atlet. Teknik didefinisikan sebagai alat evaluasi bagi atlet terhadap kemampuan pelatih dalam hal instruksional dan diagnostik.

Pengembangan karakter didefinisikan sebagai alat evaluasi untuk atlet yang mempengaruhi perkembangan pribadi dalam olahraga terhadap kemampuan pelatih. Strategi permainan didefinisikan sebagai alat evaluasi bagi para atlet terhadap kemampuan pelatih dalam memimpin kompetisi dan pertandingan. Kisi-kisi instrumen disajikan dalam tabel sebagai berikut:

**Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Kepercayaan Diri Pelatih**

| Variabel   | Faktor                | Butir     |         |
|--|-----------------------|-----------|---------|
|  |                       | Positif   | Negatif |
| Kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta | Motivasi              | 1, 2      | 3       |
|  | Strategi Permainan    | 5         | 4, 6    |
|  | Teknik                | 7, 8      | 9       |
|  | Pengembangan Karakter | 10        | 11, 12  |
| <b>Jumlah</b>  |                       | <b>12</b> |         |

### 3. Uji Coba Penelitian Instrumen

Uji coba instrumen dilakukan untuk mengetahui baik buruknya instrumen tersebut untuk digunakan dalam penelitian. Untuk mengetahui kevalidan instrumen dalam penelitian maka dilakukan uji validitas. Uji coba pada penelitian ini diadopsi dari penelitian yang sudah di uji cobakan sebelumnya oleh Novita Kusumadewi (2019) dengan penelitian “Tingkat Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga Sekolah Menengah Pertama se-Kota Yogyakarta” uji

coba dilakukan kepada pelatih ekstrakurikuler SMP dan SMA pada Kabupaten Sleman dan Kota Yogyakarta yang berjumlah 33 orang.

#### **F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen**

Dalam penelitian ini uji validitas dan reliabilitas akan digunakan untuk menguji angket/kuesioner tentang penelitian yang diteliti yaitu kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di smp negeri se-kota yogyakarta. Untuk mengetahui instrumen baik atau tidak untuk digunakan maka dilakukan langkah-langkah sebagai berikut:

##### 1. Validitas

Validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen (Suharsimi Arikunto, 2002: 144). Instrumen yang valid atau sahih biasanya memiliki validitas yang tinggi, akan tetapi sebaliknya apabila instrumennya kurang valid maka memiliki validitas yang rendah. Uji coba instrumen dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah instrumen yang digunakan benar-benar instrumen yang baik atau tidak. Menurut Muri Yusuf, (2014: 234) validitas merupakan seberapa jauh instrumen itu benar-benar mengukur objek yang hendak diukur.

**Tabel 3. Hasil Uji Validitas Instrumen**

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

Hasil dari uji validitas 12 butir pertanyaan pada tabel 2 dikatakan valid untuk keseluruhan. Hasil ini dikatakan valid dikarenakan hasil dari r hitung lebih besar dari r tabel.

## 2. Reliabilitas

Suharsimi, (2002: 154) Reliabilitas yaitu suatu instrumen yang cukup untuk dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena dianggap instrumen itu sudah baik. Menurut Muri Yusuf, (2014: 242) reliabilitas merupakan suatu konsistensi atau kestabilan skor dalam suatu instrumen penelitian terhadap individu yang sama, dan diberikan pada waktu yang berbeda.

Untuk memperoleh reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* (Suharsimi Arikunto, 2010: 136). Hasil penghitungan dengan bantuan program SPSS 23.

Berdasarkan hasil analisis yang di peroleh, hasil uji reliabilitas instrumen pada tabel 3 sebagai berikut:

**Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas**

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

#### **G. Teknik Analisis Data**

Analisis data merupakan salah satu langkah dalam kegiatan penelitian yang sangat menentukan ketepatan dan kesahihan dari hasil penelitian (Muri Yusuf, 2014: 255). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket atau kuesioner, teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik analisis data deskriptif persentase. Jawaban yang diperoleh setiap instrumen menggunakan *scala likert* yang mempunyai gradasi dari sangat positif atau sangat negatif.

*Scala likert* (Sugiyono, 2007: 93-95) digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. *Scala likert* mempunyai 5 jawaban yaitu: sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Pemberian skor terhadap masing-masing jawaban sebagai berikut:

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

| <b>Pernyataan</b> | <b>Skor Positif</b> | <b>Skor Negatif</b> |
|-------------------|---------------------|---------------------|
| SS                | 5                   | 1                   |
| S                 | 4                   | 2                   |
| R                 | 3                   | 3                   |
| TS                | 2                   | 4                   |
| STS               | 1                   | 5                   |

Keterangan:

SS: Sangat Setuju

TS : Tidak Setuju

S : Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

R : Ragu-ragu

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik analisis data deskriptif persentase. Menggunakan rumus sebagai berikut (Sudijono, 2015: 43):

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

Keterangan:

P: Angka Persentase

F: Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

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

Dalam penelitian ini analisis yang digunakan yaitu deskriptif kuantitatif. Dalam menentukan hasil dari penelitian ini dilihat berdasarkan tingkat kepercayaan diri baik secara menyeluruh maupun setiap faktor yang disajikan dalam presentase dengan kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, sangat rendah (Sudijono, 2012: 175)

**Tabel 6. Tingkatan Kategori**

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

Keterangan:

M : Nilai Rata-rata (*mean*)

SD : Standar Deviasi

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

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

Hasil dari penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta. Pembahasan yang dilakukan untuk pertama kali yaitu hasil statistik kemudian pembahasan mengenai instrumen setiap butirnya. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta. Tes kepercayaan diri dilakukan dalam bentuk kuesioner checklist pada masing-masing faktor yaitu faktor motivasi 3 butir soal, faktor strategi permainan 3 butir soal, faktor teknik 3 butir soal, faktor pengembangan karakter 3 butir soal, sehingga jumlah keseluruhan ada 12 butir soal. Hasil penelitian sebagai berikut:

#### **1. Karakteristik Responden**

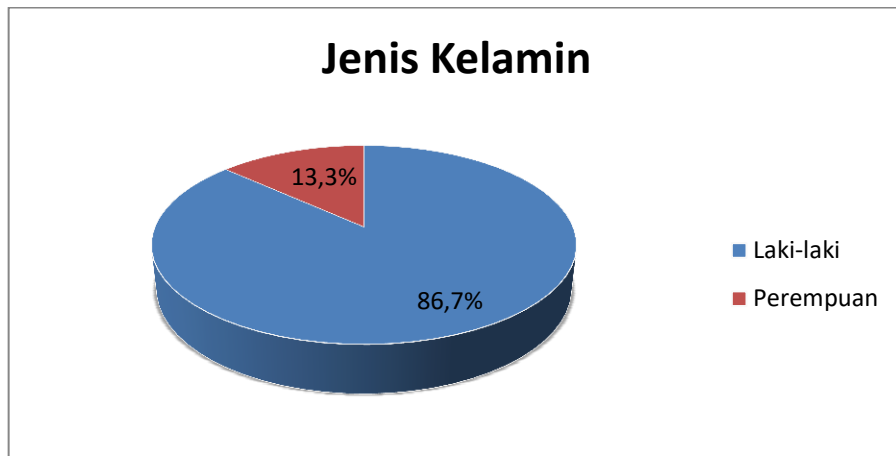
##### **a. Jenis Kelamin**

Karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan jenis kelamin dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan disajikan pada tabel 7 sebagai berikut:

**Tabel 7. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Jenis Kelamin**

| <b>No.</b>    | <b>Jenis Kelamin</b> | <b>Frekuensi</b> | <b>Presentase</b> |
|---------------|----------------------|------------------|-------------------|
| 1             | Laki-laki            | 26               | 86.7%             |
| 2             | Perempuan            | 4                | 13.3%             |
| <b>Jumlah</b> |                      | <b>30</b>        | <b>100%</b>       |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 7 diatas karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan dari jenis kelamin pada gambar 2 sebagai berikut:



**Gambar 2. Diagram Lingkaran Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Jenis Kelamin**

Berdasarkan dari tabel 7 dan gambar 2 diatas diperoleh hasil bahwa karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan jenis kelamin yaitu, laki-laki sebesar 86.7% (26 orang), dan perempuan sebesar 13.3% (4 orang).

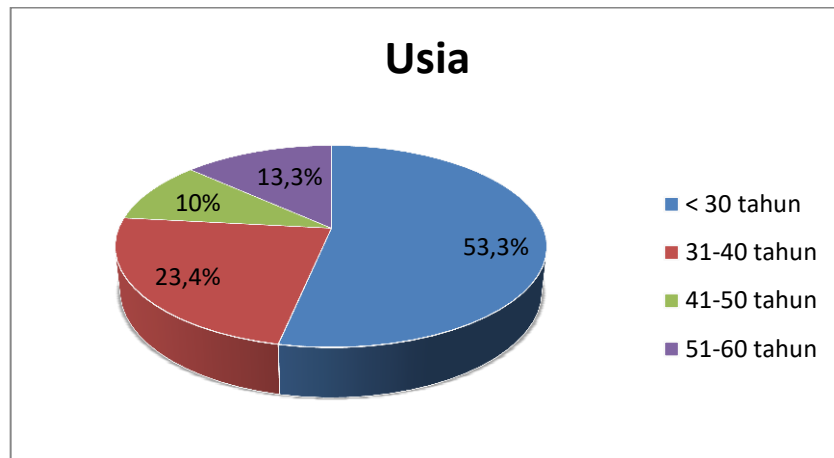
b. Usia

Karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada usia pada tabel 8 sebagai berikut:

**Tabel 8. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Usia**

| No            | Usia        | Frekuensi | Presentase  |
|---------------|-------------|-----------|-------------|
| 1             | < 30 tahun  | 16        | 53.3%       |
| 2             | 31-40 tahun | 7         | 23.4%       |
| 3             | 41-50 tahun | 3         | 10%         |
| 4             | 51-60 tahun | 4         | 13.3%       |
| <b>Jumlah</b> |             | <b>30</b> | <b>100%</b> |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 8 diatas karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan dari usia oada gambar 3 sebagai berikut:



**Gambar 3. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Usia**

Berdasarkan dari tabel 8 dan gambar 3 diatas menunjukkan karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan usia yaitu, < 30 tahun sebesar 53.3% (16 orang), 31-40 tahun sebesar 23.4% (7 orang), 41-50 tahun sebesar 10% (3 orang) dan usia 51-60 tahun sebesar 13.3% (4 orang).

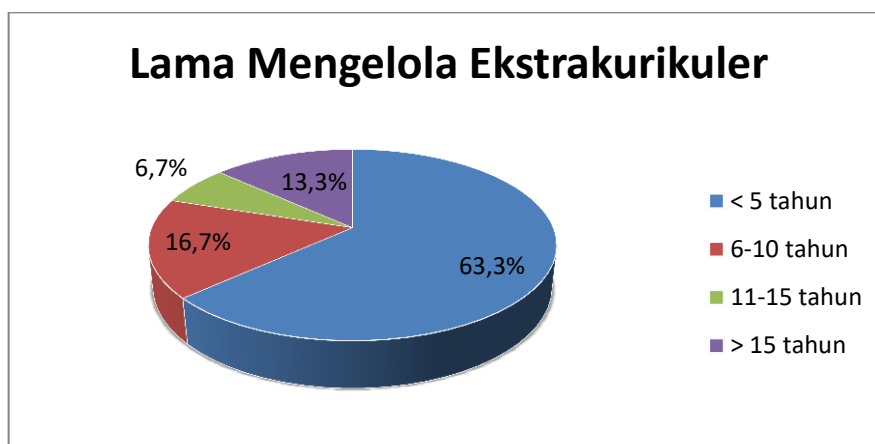
c. Lama Mengelola Ekstrakurikuler

Karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada lama mengelola ekstrakurikuler pada tabel 9 sebagai berikut:

**Tabel 9. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Lama Mengelola Ekstrakurikuler**

| No            | Lama Mengelola Ekstrakurikuler | Frekuensi | Presentase  |
|---------------|--------------------------------|-----------|-------------|
| 1             | < 5 tahun                      | 19        | 63.3%       |
| 2             | 6-10 tahun                     | 5         | 16.7%       |
| 3             | 11-15 ahun                     | 2         | 6.7%        |
| 4             | >15 tahun                      | 4         | 13.3%       |
| <b>Jumlah</b> |                                | <b>30</b> | <b>100%</b> |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 9 diatas karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan dari lama mengelola ekstrakurikuler pada gambar 4 sebagai berikut:



**Gambar 4. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Lama Mengelola Ekstrakurikuler**

Berdasarkan dari tabel 9 dan gambar 4 diatas menunjukkan karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan dari lama mengelola ekstrakurikuler yaitu, < 5 tahun sebesar 63.3% (19 orang), 6-10 tahun sebesar 16.7% (5 orang), 11-15 tahun sebesar 6.7% (2 orang), > 15 tahun sebesar 13.3% (4 orang).

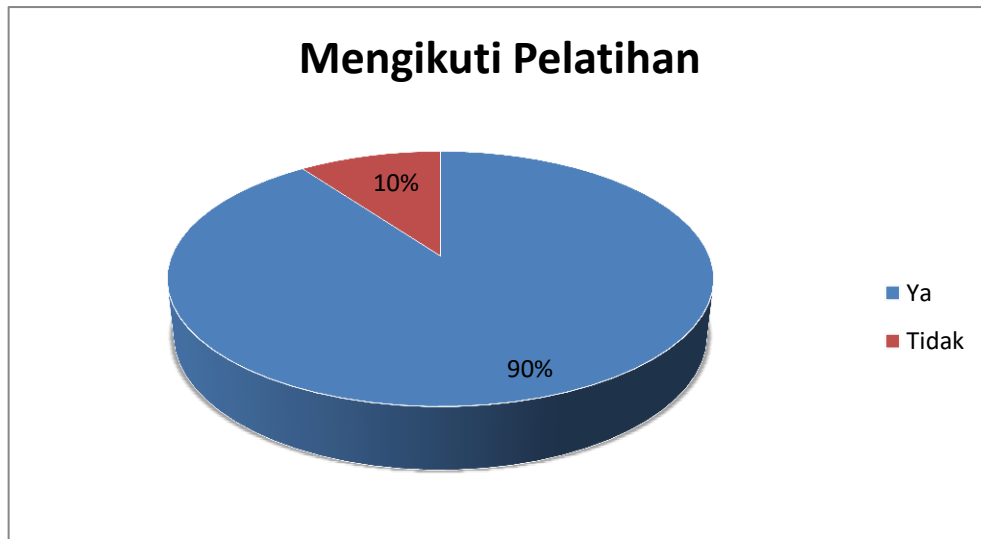
d. Mengikuti Pelatihan

Karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada mengikuti pelatihan pada tabel 10 sebagai berikut:

**Tabel 10. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Mengikuti Pelatihan**

| No            | Mengikuti Pelatihan | Frekuensi | Presentase  |
|---------------|---------------------|-----------|-------------|
| 1             | Ya                  | 27        | 90%         |
| 2             | Tidak               | 3         | 10%         |
| <b>Jumlah</b> |                     | <b>30</b> | <b>100%</b> |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 10 diatas karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan dari mengikuti pelatihan pada gambar 5 sebagai berikut:



**Gambar 5. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Mengikuti Pelatihan**

Berdasarkan dari tabel 10 dan gambar 5 diatas menunjukkan karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan dari mengikuti pelatihan yaitu, untuk “ya” sebesar 90% (27 orang), dan untuk “tidak” sebesar 10% (3 orang).

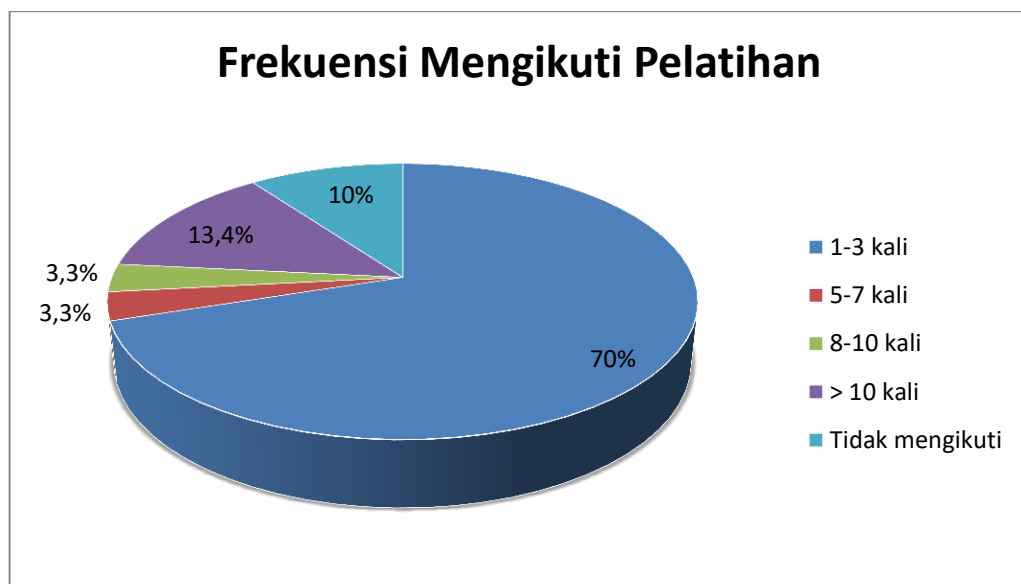
e. Frekuensi Mengikuti Pelatihan

Karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan dari frekuensi mengikuti pelatihan pada tabel 11 sebagai berikut:

**Tabel 11. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Frekuensi Mengikuti Pelatihan**

| No            | Mengikuti Pelatihan       | Frekuensi | Presentase  |
|---------------|---------------------------|-----------|-------------|
| 1             | 1-3 kali                  | 21        | 70%         |
| 2             | 5-7 kali                  | 1         | 3.3%        |
| 3             | 8-10 kali                 | 1         | 3.3%        |
| 4             | >10 kali                  | 4         | 13.4%       |
| 5             | Tidak mengikuti pelatihan | 3         | 10%         |
| <b>Jumlah</b> |                           | <b>30</b> | <b>100%</b> |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 11 diatas karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan dari frekuensi mengikuti pelatihan pada gambar 6 sebagai berikut:



**Gambar 6. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Frekuensi Mengikuti Pelatihan**

Berdasarkan dari tabel 11 dan gambar 6 diatas menunjukkan karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan dari frekuensi mengikuti pelatihan yaitu, 1-3 kali sebesar 70% (21 orang), 5-7 kali sebesar 3.3% (1 orang), 8-10 kali sebesar 3.3% (1 orang), > 10 kali sebesar 13.4% (4 orang), dan yang tidak mengikuti pelatihan sebesar 10% (3 orang).

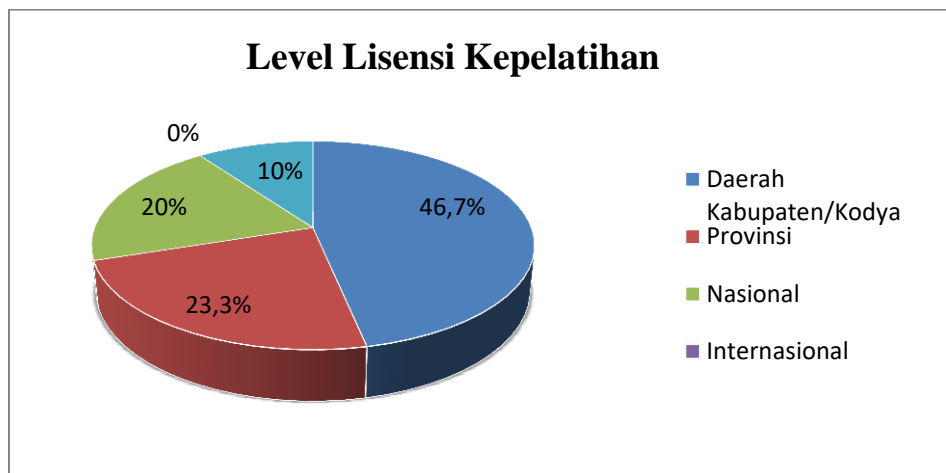
f. Level Lisensi Kepelatihan

Karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan dari level lisensi kepelatihan pada tabel 12 sebagai berikut:

**Tabel 12. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Level Lisensi Kepelatihan**

| No            | Level Lisensi Kepelatihan | Frekuensi | Presentase  |
|---------------|---------------------------|-----------|-------------|
| 1             | Daerah Kabupaten/Kodya    | 14        | 46.7%       |
| 2             | Provinsi                  | 7         | 23.3%       |
| 3             | Nasional                  | 6         | 20%         |
| 4             | Internasional             | 0         | 0%          |
| 5             | Tidak Mengikuti           | 3         | 10%         |
| <b>Jumlah</b> |                           | <b>30</b> | <b>100%</b> |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 12 diatas karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan dari level lisensi kepelatihan pada gambar 7 sebagai berikut:



**Gambar 7. Karakteristik Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Level Lisensi Kepelatihan**

Berdasarkan dari tabel 12 dan gambar 7 diatas menunjukkan karakteristik pelatih ekstrakurikuler di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan dari level lisensi kepelatihan yaitu, pada tingkat Daerah Kabupaten/Kodya sebesar 46.7%

(14 orang), Provinsi sebesar 23.3% (7 orang), Nasional sebesar 20% (6 orang), Internasional 0%, dan yang tidak mengikuti pelatihan sebesar 10% (3 orang).

## 2. Analisis Kepercayaan Diri Pelatih

Hasil penelitian yang telah dilakukan diperoleh hasil deskriptif statistik mengenai Kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta diperoleh skor terendah (*minimum*) yaitu 31, skor tertinggi (*maksimum*) 43, rerata (*mean*) 38,73, nilai tengah (*median*) 39,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 39, *standar deviasi* (SD) 2,90. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 13 sebagai berikut:

**Tabel 13. Deskriptif Statistik Kepercayaan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta**

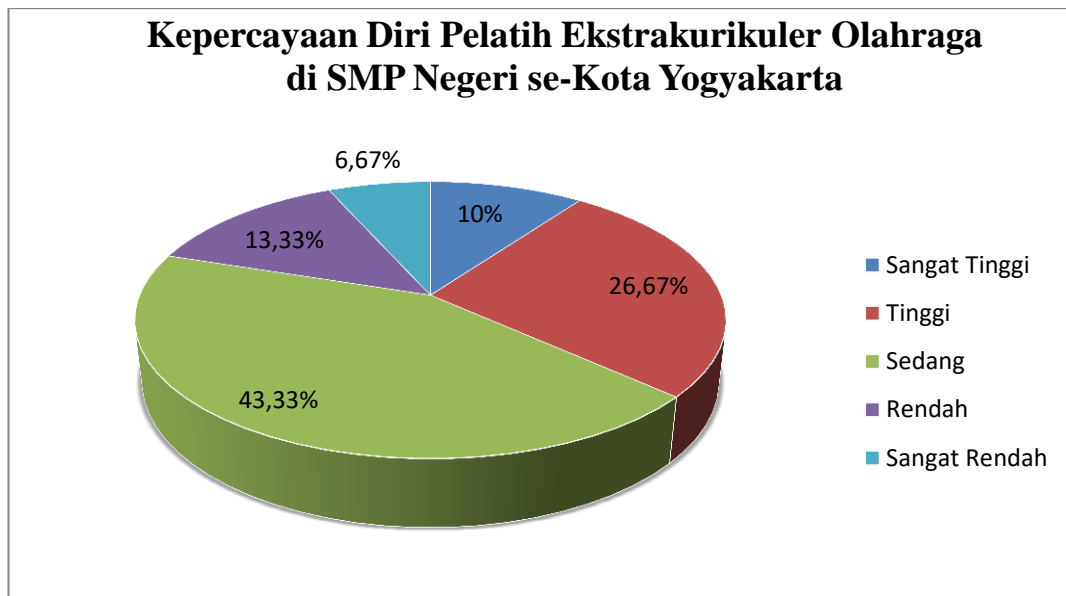
| Statistik             |       |
|-----------------------|-------|
| <i>N</i>              | 30    |
| <i>Mean</i>           | 38.73 |
| <i>Median</i>         | 39.00 |
| <i>mode</i>           | 39    |
| <i>Std. Deviation</i> | 2.90  |
| <i>Minimum</i>        | 31    |
| <i>Maximum</i>        | 43    |

Apabila disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi menjadi lima kategori sesuai yang dilakukan oleh sudijono (2012: 175). Kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta disajikan pada tabel 14 sebagai berikut:

**Tabel 14. Distribusi Frekuensi Tingkat Kepercayaan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta**

| No            | Interval         | Kategori      | Frekuensi | %           |
|---------------|------------------|---------------|-----------|-------------|
| 1             | $X \geq 43$      | Sangat Tinggi | 3         | 10%         |
| 2             | $40 \leq X < 43$ | Tinggi        | 8         | 26,67%      |
| 3             | $37 \leq X < 40$ | Sedang        | 13        | 43,33%      |
| 4             | $34 \leq X < 37$ | Rendah        | 4         | 13,33%      |
| 5             | $X < 34$         | Sangat Rendah | 2         | 6,67%       |
| <b>Jumlah</b> |                  |               | <b>30</b> | <b>100%</b> |

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 14 diatas, kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta dapat disajikan pada gambar 8 sebagai berikut:



**Gambar 8. Diagram Lingkaran Kepercayaan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta**

Berdasarkan dari tabel 14 dan gambar 8 diatas menunjukkan bahwa kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 6,67% (2 orang), “rendah” sebesar 13,33% (4 orang), “sedang” sebesar 43,33% (13 orang), ”tinggi” sebesar 26,67% (8 orang) dan kategori “sangat tinggi” sebesar 10% (3 orang).

Berdasarkan dari nilai rata-rata yaitu 38,73 maka kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta dalam kategori “sedang”.

**a. Faktor motivasi**

Hasil penelitian yang telah dilakukan diperoleh deskriptif statistik mengenai kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan faktor motivasi diperoleh skor terendah (*minimum*) yaitu 9, skor tertinggi (*maksimum*) yaitu 13, rerata (*mean*) yaitu 11.13, nilai tengah (*median*) yaitu 11.00, nilai yang sering muncul (*mode*) yaitu 11, standar deviasi (SD) yaitu 1.008. Hasil keseluruhan secara lengkap dapat dilihat pada tabel 15 sebagai berikut:

**Tabel 15. Diskriptif Statistik Berdasarkan Faktor Motivasi**

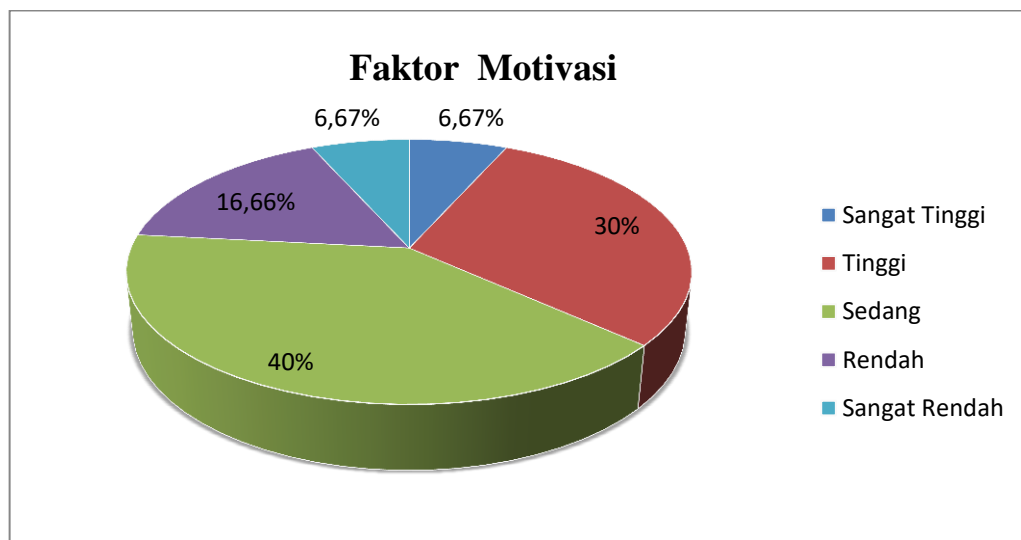
| Statistik             |       |
|-----------------------|-------|
| <i>N</i>              | 30    |
| <i>Mean</i>           | 11.13 |
| <i>Median</i>         | 11.00 |
| <i>mode</i>           | 11    |
| <i>Std. Deviation</i> | 1.008 |
| <i>Minimum</i>        | 9     |
| <i>Maximum</i>        | 13    |

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi menjadi lima kategori sesuai yang dilakukan oleh Sudijono (2012: 175), kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada faktor motivasi dapat disajikan pada tabel 16 sebagai berikut:

**Tabel 16. Distribusi Frekuensi Tingkat Kepercayaan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Faktor Motivasi**

| No            | Interval         | Kategori      | Frekuensi | %           |
|---------------|------------------|---------------|-----------|-------------|
| 1             | $X \geq 13$      | Sangat Tinggi | 2         | 6,67%       |
| 2             | $12 \leq X < 13$ | Tinggi        | 9         | 30%         |
| 3             | $11 \leq X < 12$ | Sedang        | 12        | 40%         |
| 4             | $10 \leq X < 11$ | Rendah        | 5         | 16,66%      |
| 5             | $X < 9$          | Sangat Rendah | 2         | 6,67%       |
| <b>Jumlah</b> |                  |               | <b>30</b> | <b>100%</b> |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 16 diatas kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan faktor motivasi disajikan dalam gambar 9 sebagai berikut:



**Gambar 9. Diagram Lingkaran Berdasarkan Faktor Motivasi**

Berdasarkan dari tabel 16 dan gambar 9 diatas menunjukkan kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan faktor motivasi yaitu, kategori “sangat rendah” sebesar 6,67% (2 orang), kategori “rendah” sebesar 16,66% (5 orang). Kategori “sedang” sebesar

40% (12 orang), kategori “tinggi” sebesar 30% (9 orang), dan kategori “sangat tinggi” sebesar 6,67% (2 orang).

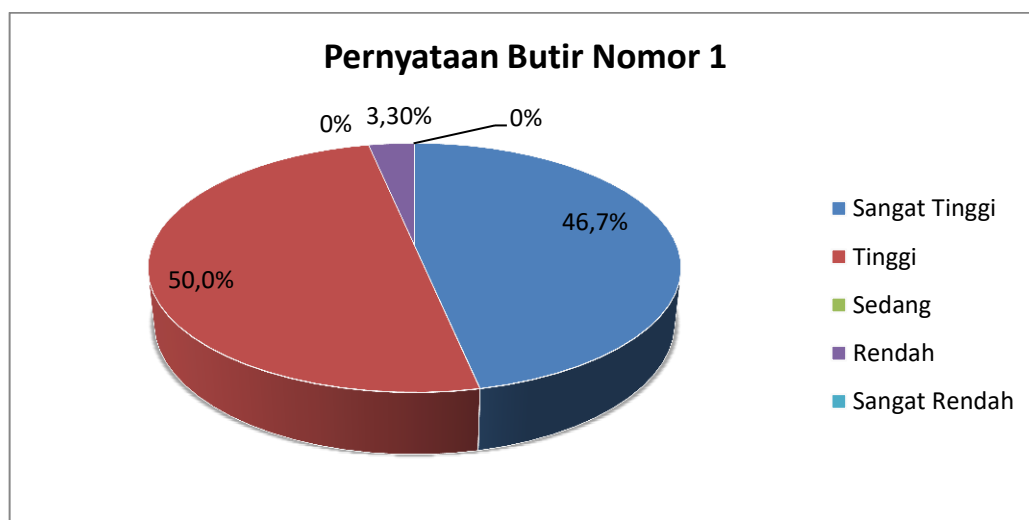
### 1) Butir 1

Hasil dari analisis kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada pernyataan butir nomor 1 disajikan pada tabel 17 sebagai berikut:

**Tabel 17. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 1**

| Pernyataan   | Pilihan Jawaban | Frekuensi | Presentase  |
|--|-----------------|-----------|-------------|
| Jika saya membuat rencana pengelolaan program ekstrakurikuler, saya yakin berhasil melaksanakan program tersebut | Sangat Tinggi   | 14        | 46.70%      |
|  | Tinggi          | 15        | 50.00%      |
|  | Sedang          | 0         | 0.00%       |
|  | Rendah          | 1         | 3.30%       |
|  | Sangat Rendah   | 0         | 0.00%       |
| <b>Jumlah</b>  |                 | <b>30</b> | <b>100%</b> |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 16 diatas kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 1 dapat disajikan dalam gambar 10 sebagai berikut:



**Gambar 10. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 1**

Berdasarkan dari tabel 17 dan gambar 10 diatas menunjukkan kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 1 yaitu, dalam kategori “sangat tinggi” sebesar 46.70% (14 orang), kategori “tinggi” sebesar 50.00% (15 orang). Kategori “sedang” sebesar 0.00%, kategori “rendah” sebesar 3.30% (1 orang), dan kategori “sangat rendah” sebesar 0.00%. Dari hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 1 paling banyak pada kategori “tinggi”.

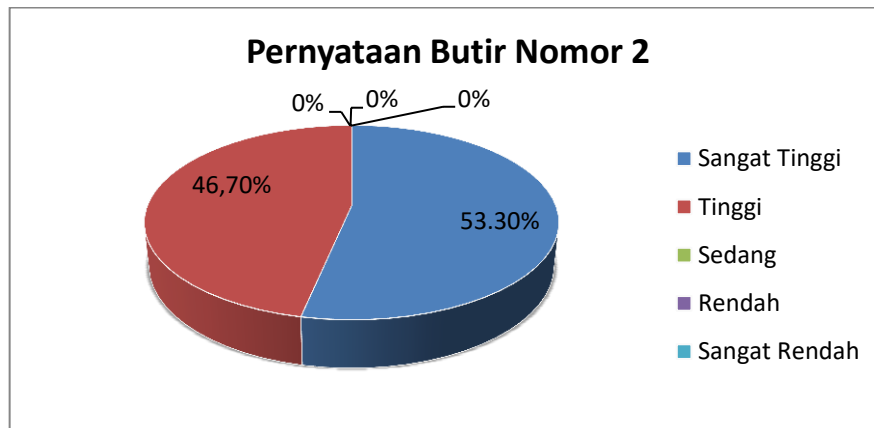
## 2) Butir 2

Hasil dari analisis kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada pernyataan butir nomor 2 disajikan pada tabel 18 sebagai berikut:

**Tabel 18. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 2**

| <b>Pernyataan</b>  | <b>Pilihan Jawaban</b> | <b>Frekuensi</b> | <b>Presentase</b> |
|--|------------------------|------------------|-------------------|
| Jika saya gagal dalam melaksanakan program ekstrakurikuler olahraga, saya terus berusaha sampai berhasil | Sangat Tinggi          | 16               | 53.30%            |
|  | Tinggi                 | 14               | 46.70%            |
|  | Sedang                 | 0                | 0.00%             |
|  | Rendah                 | 0                | 0.00%             |
|  | Sangat Rendah          | 0                | 0.00%             |
| <b>Jumlah</b>  |                        | <b>30</b>        | <b>100%</b>       |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 18 diatas kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 2 dapat disajikan dalam gambar 11 sebagai berikut:



**Gambar 11. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 2**

Berdasarkan dari tabel 18 dan gambar 11 diatas menunjukkan kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 2 yaitu, dalam kategori “sangat tinggi” sebesar 53.30% (16 orang), kategori “tinggi” sebesar 46.70% (14 orang). Kategori “sedang” sebesar 0.00%, kategori “rendah” sebesar 0,00%, dan kategori “sangat rendah” sebesar 0.00%. Dari hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 2 paling banyak pada kategori “sangat tinggi”.

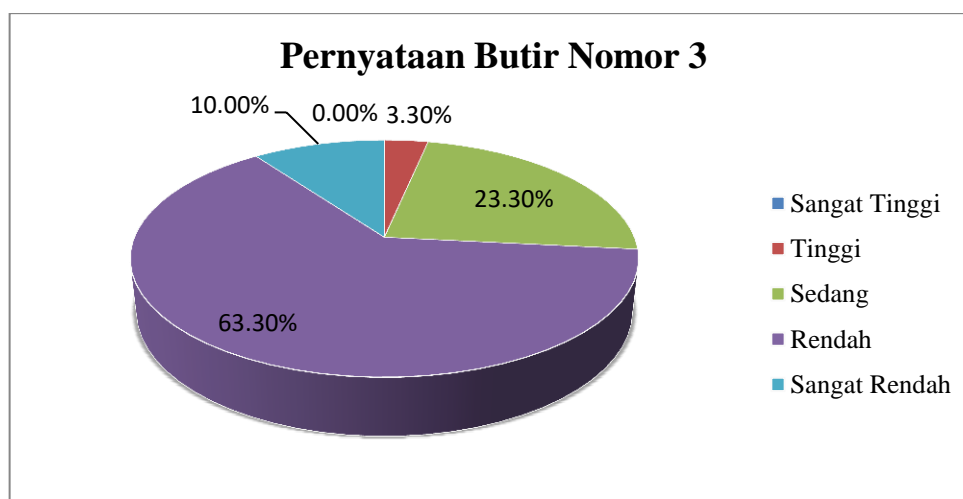
### 3) Butir 3

Hasil dari analisis kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada pernyataan butir nomor 3 disajikan pada tabel 19 sebagai berikut:

**Tabel 19. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 3**

| <b>Pernyataan</b>  | <b>Pilihan Jawaban</b> | <b>Frekuensi</b> | <b>Presentase</b> |
|--|------------------------|------------------|-------------------|
| Jika saya menginginkan prgram latihan ekstrakurikuler olahraga lebih baik, biasanya itu tidak tercapai | Sangat Tinggi          | 0                | 0.00%             |
|  | Tinggi                 | 1                | 3.30%             |
|  | Sedang                 | 7                | 23.30%            |
|  | Rendah                 | 19               | 63.30%            |
|  | Sangat Rendah          | 3                | 10.00%            |
| <b>Jumlah</b>  |                        | <b>30</b>        | <b>100%</b>       |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 19 diatas kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 3 dapat disajikan dalam gambar 12 sebagai berikut:



**Gambar 12. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 3**

Berdasarkan dari tabel 19 dan gambar 12 diatas menunjukkan kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 3 yaitu, dalam kategori “sangat tinggi” sebesar 0.00%, kategori “tinggi” sebesar 3.30% (1 orang). Kategori “sedang” sebesar 23.30% (7 orang), kategori “rendah” sebesar 63.30% (19 orang), dan kategori “sangat rendah” sebesar 10.00% (3 orang). Dari hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di

SMP Negeri se-kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 3 paling banyak pada kategori “rendah”.

#### **b. Faktor Strategi Permainan**

Hasil penelitian yang telah dilakukan diperoleh deskriptif statistik mengenai kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan faktor strategi permainan diperoleh skor terendah (*minimum*) yaitu 7, skor tertinggi (*maksimum*) yaitu 12, rerata (*mean*) yaitu 9,07, nilai tengah (*median*) yaitu 9,00, nilai yang sering muncul (*mode*) yaitu 8, standar deviasi (SD) yaitu 1,172. Hasil keseluruhan secara lengkap dapat dilihat pada tabel 20 sebagai berikut:

**Tabel 20. Diskriptif Statistik Berdasarkan Faktor Strategi Permainan**

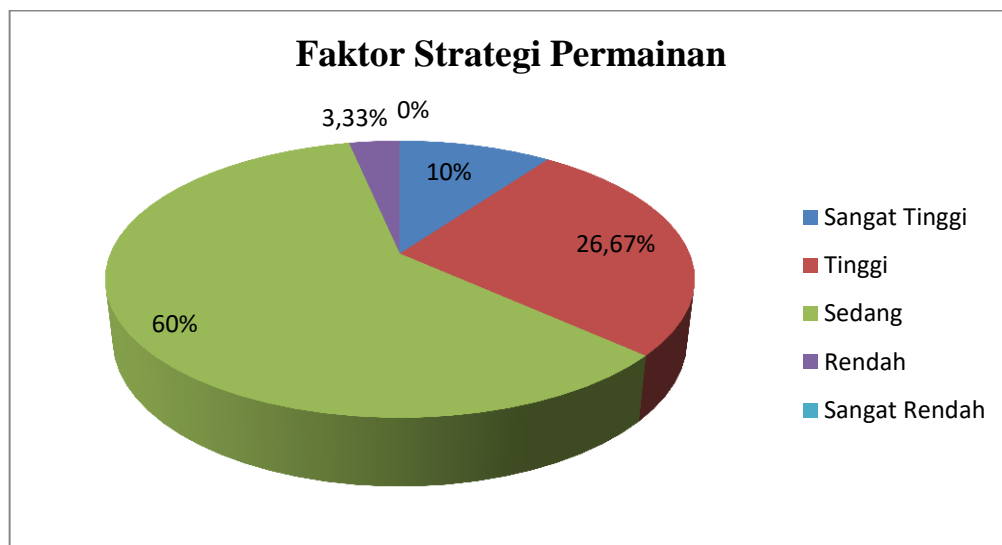
| <b>Statistik</b>      |       |
|-----------------------|-------|
| <i>N</i>              | 30    |
| <i>Mean</i>           | 9,07  |
| <i>Median</i>         | 9.00  |
| <i>Mode</i>           | 8     |
| <i>Std. Deviation</i> | 1.172 |
| <i>Minimum</i>        | 7     |
| <i>Maximum</i>        | 12    |

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada faktor strategi permainan dapat disajikan pada tabel 21 sebagai berikut:

**Tabel 21. Distribusi Frekuensi Tingkat Kepercayaan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Faktor Strategi Permainan**

| No            | Interval         | Kategori      | Frekuensi | %           |
|---------------|------------------|---------------|-----------|-------------|
| 1             | $X \geq 11$      | Sangat Tinggi | 3         | 10%         |
| 2             | $10 \leq X < 11$ | Tinggi        | 8         | 26,67%      |
| 3             | $8 \leq X < 10$  | Sedang        | 18        | 60%         |
| 4             | $7 \leq X < 8$   | Rendah        | 1         | 3,33%       |
| 5             | $X < 7$          | Sangat Rendah | 0         | 0%          |
| <b>Jumlah</b> |                  |               | <b>30</b> | <b>100%</b> |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 21 diatas kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan faktor strategi permainan disajikan dalam gambar 13 sebagai berikut:



**Gambar 13. Diagram Berdasarkan Faktor Strategi Permainan**

Berdasarkan dari tabel 21 dan gambar 13 diatas menunjukkan kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan faktor strategi permainan yaitu, kategori “sangat rendah” sebesar 0%, kategori “rendah” sebesar 3,33% (1 orang). Kategori “sedang”

sebesar 60% (18 orang), kategori “tinggi” sebesar 26,67% (8 orang), dan kategori “sangat tinggi” sebesar 10% (3 orang).

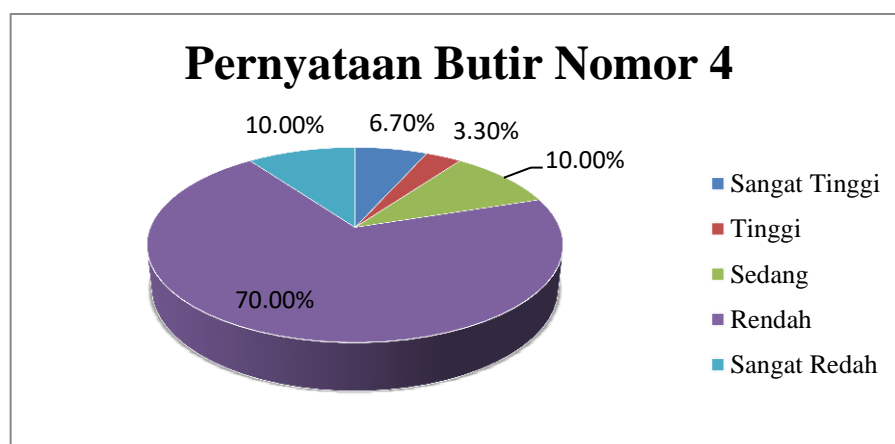
#### 1) Butir 4

Hasil dari analisis kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada pernyataan butir nomor 4 disajikan pada tabel 22 sebagai berikut:

**Tabel 22. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 4**

| Pernyataan   | Pilihan Jawaban | Frekuensi | Presentase  |
|--|-----------------|-----------|-------------|
| Jika saya memiliki ide baru untuk mencoba program latihan ekstrakurikuler olahraga dan diperkirakan akan berhasil tapi itu rumit, maka saya tidak memulainya | Sangat Tinggi   | 2         | 6.70%       |
|  | Tinggi          | 1         | 3.30%       |
|  | Sedang          | 3         | 10.00%      |
|  | Rendah          | 21        | 70.00%      |
|  | Sangat Rendah   | 3         | 10.00%      |
| <b>Jumlah</b>  |                 | <b>30</b> | <b>100%</b> |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 22 diatas kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 4 dapat disajikan dalam gambar 14 sebagai berikut:



**Gambar 14. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 4**

Berdasarkan dari tabel 22 dan gambar 14 diatas menunjukkan kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 4 yaitu, dalam kategori “sangat tinggi” sebesar 6.70% (2 orang), kategori “tinggi” sebesar 3.30% (1 orang). Kategori “sedang” sebesar 10.00% (3 orang), kategori “rendah” sebesar 70.00% (21 orang), dan kategori “sangat rendah” sebesar 10.00% (3 orang). Dari hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 4 paling banyak pada kategori “rendah”.

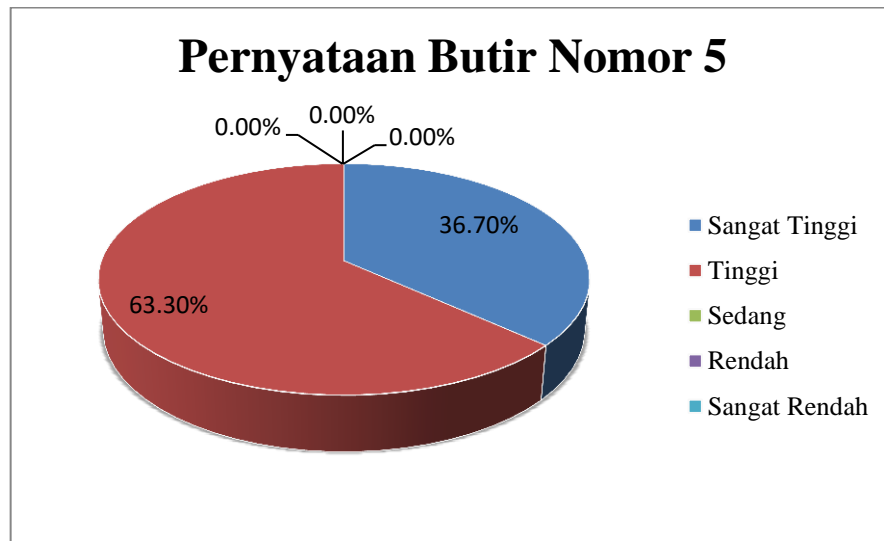
## 2) Butir 5

Hasil dari analisis kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada pernyataan butir nomor 5 disajikan pada tabel 23 sebagai berikut:

**Tabel 23. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 5**

| <b>Pernyataan</b>   | <b>Pilihan Jawaban</b> | <b>Frekuensi</b> | <b>Presentase</b> |
|---|------------------------|------------------|-------------------|
| Banyak masalah tidak menyenangkan untuk sukses dalam mengelola program latihan ekstrakurikuler olahraga tapi saya kelola sampai selesai | Sangat Tinggi          | 11               | 36.70%            |
|   | Tinggi                 | 19               | 63.30%            |
|   | Sedang                 | 0                | 0.00%             |
|   | Rendah                 | 0                | 0.00%             |
|   | Sangat Rendah          | 0                | 0.00%             |
| <b>Jumlah</b>   |                        | <b>30</b>        | <b>100%</b>       |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 23 diatas kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 5 dapat disajikan dalam gambar 15 sebagai berikut:



**Gambar 15. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 5**

Berdasarkan dari tabel 23 dan gambar 15 diatas menunjukkan kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 5 yaitu, dalam kategori “sangat tinggi” sebesar 36.70% (11 orang), kategori “tinggi” sebesar 63.30% (19 orang). Kategori “sedang” sebesar 0.00%, kategori “rendah” sebesar 0.00%, dan kategori “sangat rendah” sebesar 0.00%. Dari hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 5 paling banyak pada kategori “tinggi”.

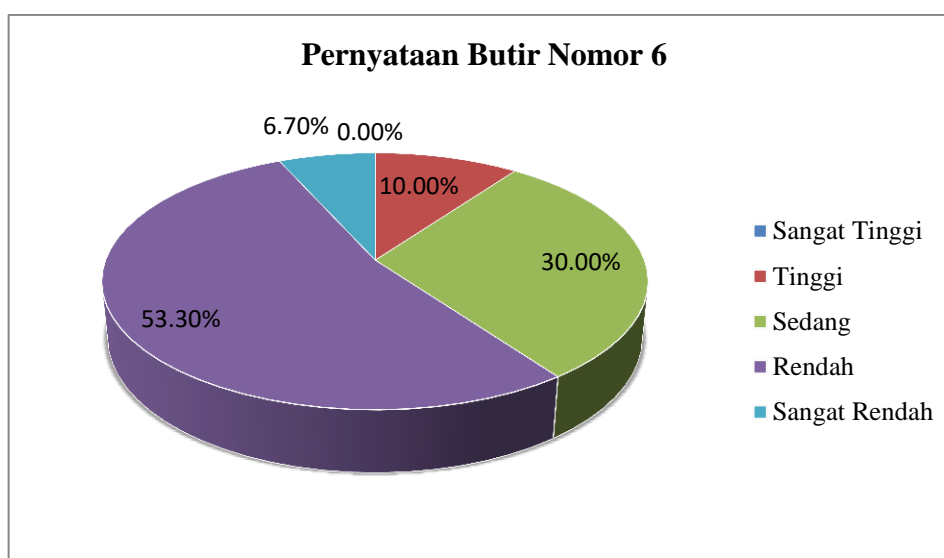
### 3) Butir 6

Hasil dari analisis kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada pernyataan butir nomor 6 disajikan pada tabel 24 sebagai berikut:

**Tabel 24. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 6**

| <b>Pernyataan</b>  | <b>Pilihan Jawaban</b> | <b>Frekuensi</b> | <b>Presentase</b> |
|--|------------------------|------------------|-------------------|
| Saya kesulitan memecahkan masalah dalam pengelolaan program latihan ekstrakurikuler olahraga untuk berhasil baik | Sangat Tinggi          | 0                | 0.00%             |
|  | Tinggi                 | 3                | 10.00%            |
|  | Sedang                 | 9                | 30.00%            |
|  | Rendah                 | 16               | 53.30%            |
|  | Sangat Rendah          | 2                | 6.70%             |
| <b>Jumlah</b>  |                        | <b>30</b>        | <b>100%</b>       |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 24 diatas kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 6 dapat disajikan dalam gambar 16 sebagai berikut:



**Gambar 16. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 6**

Berdasarkan dari tabel 24 dan gambar 16 diatas menunjukkan kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 6 yaitu, dalam kategori “sangat tinggi” sebesar 0.00%, kategori “tinggi” sebesar 10.00% (3 orang). Kategori “sedang” sebesar 30.00% (9 orang), kategori “rendah” sebesar 53.30% (16 orang), dan kategori “sangat rendah” sebesar 6.70% (2 orang). Dari hasil yang diperoleh

dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 6 paling banyak pada kategori “rendah”.

**c. Faktor Teknik**

Hasil penelitian yang telah dilakukan diperoleh deskriptif statistik mengenai kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan faktor teknik diperoleh skor terendah (*minimum*) yaitu 8, skor tertinggi (*maksimum*) yaitu 14, rerata (*mean*) yaitu 10,53, nilai tengah (*median*) yaitu 10,00, nilai yang sering muncul (*mode*) yaitu 10, standar deviasi (SD) yaitu 1,408. Hasil keseluruhan secara lengkap dapat dilihat pada tabel 25 sebagai berikut:

**Tabel 25. Diskriptif Statistik Berdasarkan Faktor Teknik**

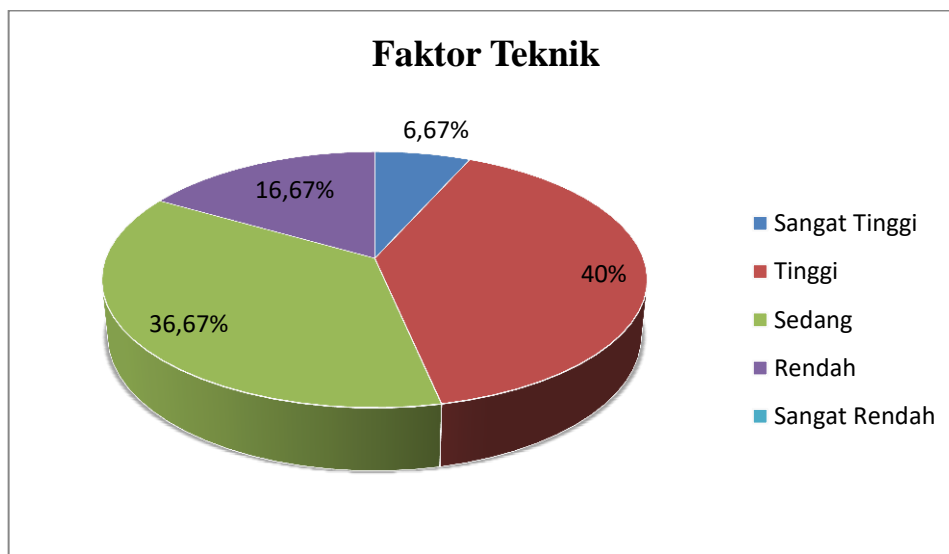
| Statistik             |       |
|-----------------------|-------|
| <i>N</i>              | 30    |
| <i>Mean</i>           | 10.53 |
| <i>Median</i>         | 10.00 |
| <i>mode</i>           | 10    |
| <i>Std. Deviation</i> | 1.408 |
| <i>Minimum</i>        | 8     |
| <i>Maximum</i>        | 14    |

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada faktor teknik dapat disajikan pada tabel 26 sebagai berikut:

**Tabel 26. Distribusi Frekuensi Tingkat Kepercayaan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Faktor Teknik**

| No            | Interval         | Kategori      | Frekuensi | %           |
|---------------|------------------|---------------|-----------|-------------|
| 1             | $X \geq 13$      | Sangat Tinggi | 2         | 6,67%       |
| 2             | $11 \leq X < 13$ | Tinggi        | 12        | 40%         |
| 3             | $10 \leq X < 11$ | Sedang        | 11        | 36,67%      |
| 4             | $8 \leq X < 10$  | Rendah        | 5         | 16,66%      |
| 5             | $X < 8$          | Sangat Rendah | 0         | 0%          |
| <b>Jumlah</b> |                  |               | <b>30</b> | <b>100%</b> |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 26 diatas kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan faktor teknik disajikan dalam gambar 17 sebagai berikut:



**Gambar 17. Diagram Lingkaran Berdasarkan Faktor Teknik**

Berdasarkan dari tabel 26 dan gambar 17 diatas menunjukkan kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan faktor teknik yaitu, kategori “sangat rendah” sebesar 0%, kategori “rendah” sebesar 16,66% (5 orang). Kategori “sedang” sebesar 36,67%

(11 orang), kategori “tinggi” sebesar 40% (12 orang), dan kategori “sangat tinggi” sebesar 6,67% (2 orang).

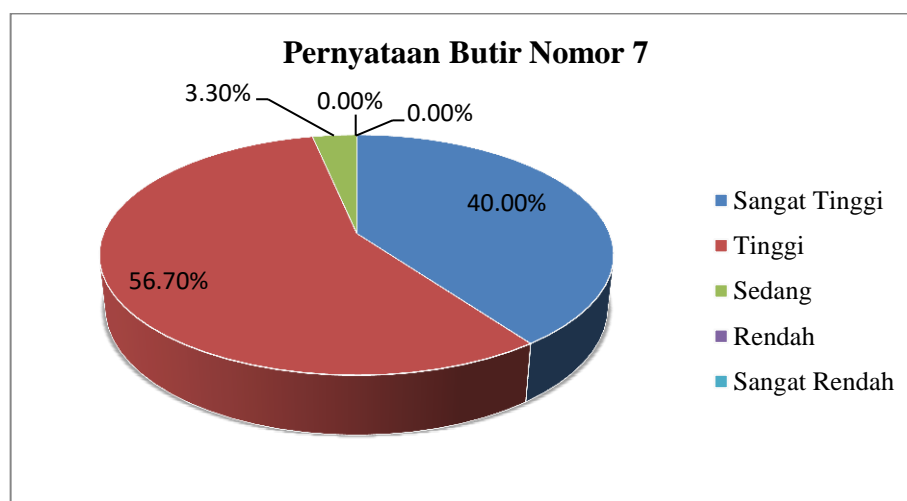
### 1) Butir 7

Hasil dari analisis kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada pernyataan butir nomor 7 disajikan pada tabel 27 sebagai berikut:

**Tabel 27. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 7**

| Pernyataan   | Pilihan Jawaban | Frekuensi | Presentase  |
|--|-----------------|-----------|-------------|
| Jika saya telah membuat keputusan untuk melakukan pengelolaan program latihan ekstrakurikuler olahraga yang lebih baik, saya akan melakukannya | Sangat Tinggi   | 12        | 40.00%      |
|  | Tinggi          | 17        | 56.70%      |
|  | Sedang          | 1         | 3.30%       |
|  | Rendah          | 0         | 0.00%       |
|  | Sangat Rendah   | 0         | 0.00%       |
| <b>Jumlah</b>  |                 | <b>30</b> | <b>100%</b> |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 27 diatas kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 7 dapat disajikan dalam gambar 18 sebagai berikut:



**Gambar 18. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 7**

Berdasarkan dari tabel 27 dan gambar 18 diatas menunjukkan kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 7 yaitu, dalam kategori “sangat tinggi” sebesar 40.00% (12 orang), kategori “tinggi” sebesar 56.70% (17 orang). Kategori “sedang” sebesar 3.30% (1 orang), kategori “rendah” sebesar 0.00%, dan kategori “sangat rendah” sebesar 0.00%. Dari hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 7 paling banyak pada kategori “tinggi”.

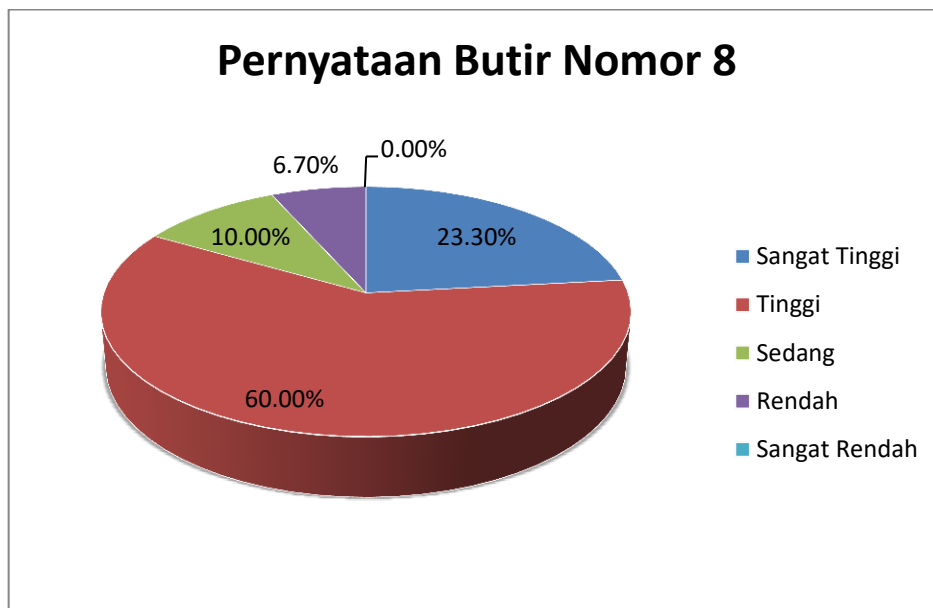
## 2) Butir 8

Hasil dari analisis kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada pernyataan butir nomor 8 disajikan pada tabel 28 sebagai berikut:

**Tabel 28. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 8**

| <b>Pernyataan</b>  | <b>Pilihan Jawaban</b> | <b>Frekuensi</b> | <b>Presentase</b> |
|--|------------------------|------------------|-------------------|
| Jika saya memulai untuk pengelolaan program latihan ekstrakurikuler olahraga dengan ide baru, saya harus segera memastikan bahwa ide itu adalah jalur yang benar, jika tidak saya berhenti | Sangat Tinggi          | 7                | 23.30%            |
|  | Tinggi                 | 18               | 60.00%            |
|  | Sedang                 | 3                | 10.00%            |
|  | Rendah                 | 2                | 6.70%             |
|  | Sangat Rendah          | 0                | 0.00%             |
| <b>Jumlah</b>  |                        | <b>30</b>        | <b>100%</b>       |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 28 diatas kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 8 dapat disajikan dalam gambar 19 sebagai berikut:



**Gambar 19. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 8**

Berdasarkan dari tabel 28 dan gambar 19 diatas menunjukkan kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 8 yaitu, dalam kategori “sangat tinggi” sebesar 23.30% (7 orang), kategori “tinggi” sebesar 60.00% (18 orang). Kategori “sedang” sebesar 10.00% (3 orang), kategori “rendah” sebesar 6.70% (2 orang), dan kategori “sangat rendah” sebesar 0.00%. Dari hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 8 paling banyak pada kategori “tinggi”.

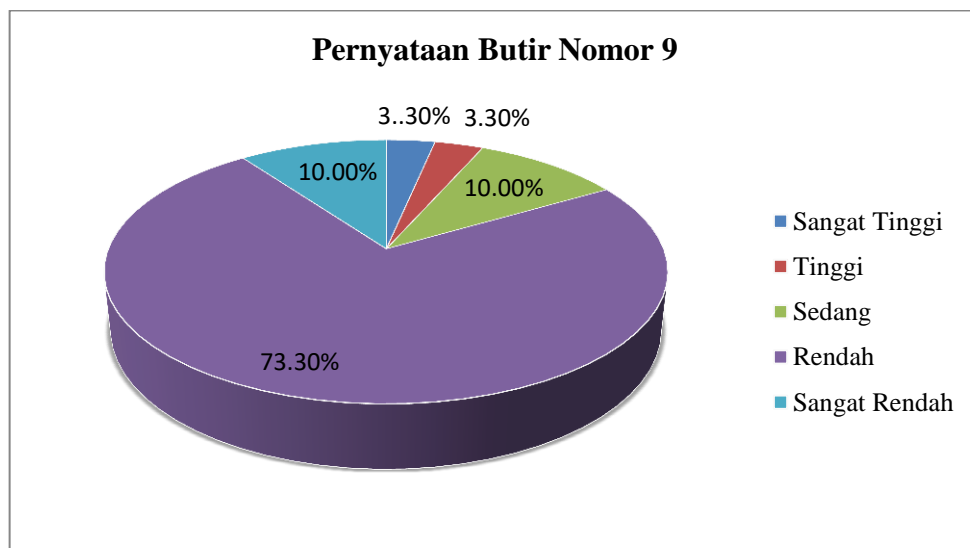
### 3) Butir 9

Hasil dari analisis kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada pernyataan butir nomor 9 disajikan pada tabel 29 sebagai berikut:

**Tabel 29. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 9**

| <b>Pernyataan</b>   | <b>Pilihan Jawaban</b> | <b>Frekuensi</b> | <b>Presentase</b> |
|---|------------------------|------------------|-------------------|
| Ketika ada masalah tak terduga dalam pengelolaan program latihan ekstrakurikuler olahraga membuat saya kehilangan kontrol dan keseimbangan diri | Sangat Tinggi          | 1                | 3.30%             |
|   | Tinggi                 | 1                | 3.30%             |
|   | Sedang                 | 3                | 10.00%            |
|   | Rendah                 | 22               | 73.30%            |
|   | Sangat Rendah          | 3                | 10.00%            |
| <b>Jumlah</b>   |                        | <b>30</b>        | <b>100%</b>       |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 29 diatas kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 9 dapat disajikan dalam gambar 20 sebagai berikut:



**Gambar 20. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 9**

Berdasarkan dari tabel 29 dan gambar 20 diatas menunjukkan kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 9 yaitu, dalam kategori “sangat tinggi” sebesar 3.30% (1 orang), kategori “tinggi” sebesar 3.30% (1 orang). Kategori “sedang” sebesar 10.00% (3 orang), kategori “rendah” sebesar 73.30%

(22 orang), dan kategori “sangat rendah” sebesar 10.00% (3 orang). Dari hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 9 paling banyak pada kategori “rendah”.

#### **d. Faktor Pengembangan Karakter**

Hasil penelitian yang telah dilakukan diperoleh deskriptif statistik mengenai kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan faktor pengembangan karakter diperoleh skor terendah (*minimum*) yaitu 3, skor tertinggi (*maksimum*) yaitu 10, rerata (*mean*) yaitu 8,00, nilai tengah (*median*) yaitu 8,00, nilai yang sering muncul (*mode*) yaitu 8, standar deviasi (SD) yaitu 1,414. Hasil keseluruhan secara lengkap dapat dilihat pada tabel 30 sebagai berikut:

**Tabel 30. Diskriptif Statistik Berdasarkan Faktor Pengembangan Karakter**

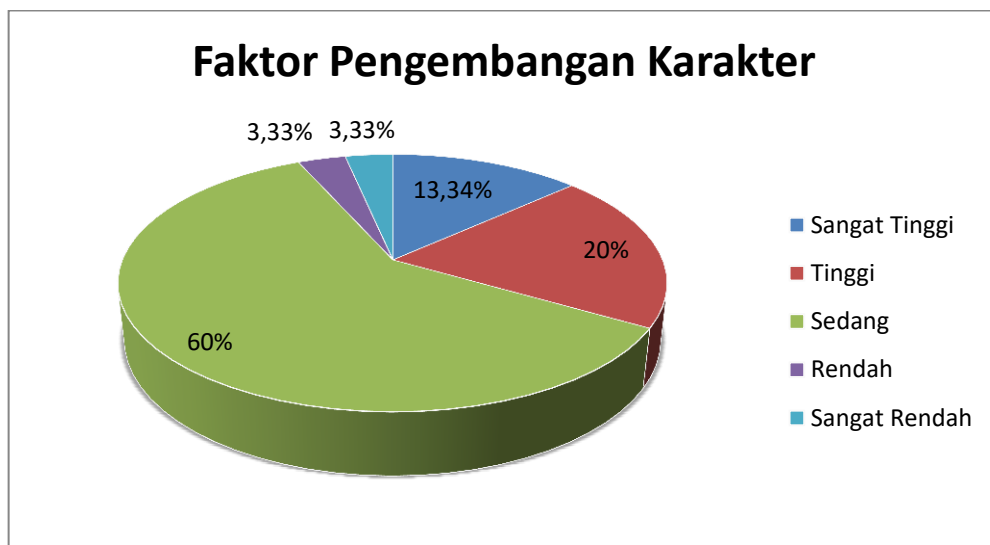
| <b>Statistik</b>      |       |
|-----------------------|-------|
| <i>N</i>              | 30    |
| <i>Mean</i>           | 8.00  |
| <i>Median</i>         | 8.00  |
| <i>mode</i>           | 8     |
| <i>Std. Deviation</i> | 1.414 |
| <i>Minimum</i>        | 3     |
| <i>Maximum</i>        | 10    |

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada faktor pengembangan karakter dapat diajikan pasda tabel 31 sebagai berikut:

**Tabel 31. Distribusi Frekuensi Tingkat Kepercayaan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta Berdasarkan Faktor Pengembangan Karakter**

| No            | Interval        | Kategori      | Frekuensi | %           |
|---------------|-----------------|---------------|-----------|-------------|
| 1             | $X \geq 10$     | Sangat Tinggi | 4         | 13,34%      |
| 2             | $9 \leq X < 10$ | Tinggi        | 16        | 20%         |
| 3             | $7 \leq X < 9$  | Sedang        | 18        | 60%         |
| 4             | $6 \leq X < 7$  | Rendah        | 1         | 3,33%       |
| 5             | $X < 6$         | Sangat Rendah | 1         | 3,33%       |
| <b>Jumlah</b> |                 |               | <b>30</b> | <b>100%</b> |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 31 diatas kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan faktor pengembangan karakter disajikan dalam gambar 21 sebagai berikut:



**Gambar 21. Diagram Lingkaran Berdasarkan Faktor Pengembangan Karakter**

Berdasarkan dari tabel 31 dan gambar 21 diatas menunjukkan kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan faktor pengembangan karakter yaitu, kategori “sangat rendah” sebesar 3,33% (1 orang), kategori “rendah” sebesar 3,33% (1 orang).

Kategori “sedang” sebesar 60% (18 orang), kategori “tinggi” sebesar 20% (6 orang), dan kategori “sangat tinggi” sebesar 13,34% (4 orang).

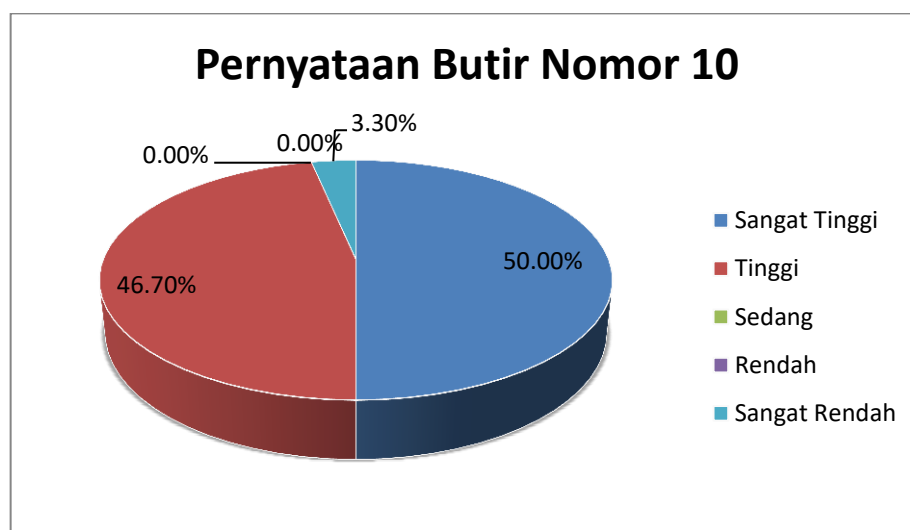
### 1) Butir 10

Hasil dari analisis kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada pernyataan butir nomor 10 disajikan pada tabel 32 sebagai berikut:

**Tabel 32. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 10**

| Pernyataan  | Pilihan Jawaban | Frekuensi | Presentase  |
|---|-----------------|-----------|-------------|
| Jika saya membuat kegagalan dalam mengelola program ekstrakurikuler olahraga, saya akan berusaha lebih keras lagi | Sangat Tinggi   | 15        | 50.00%      |
|   | Tinggi          | 14        | 46.70%      |
|   | Sedang          | 0         | 0.00%       |
|   | Rendah          | 0         | 0.00%       |
|   | Sangat Rendah   | 1         | 3.30%       |
| <b>Jumlah</b>   |                 | <b>30</b> | <b>100%</b> |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 32 diatas kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 10 dapat disajikan dalam gambar 22 sebagai berikut:



**Gambar 22. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 10**

Berdasarkan dari tabel 32 dan gambar 22 diatas menunjukkan kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 10 yaitu, dalam kategori “sangat tinggi” sebesar 50.00% (15 orang), kategori “tinggi” sebesar 46.70% (14 orang). Kategori “sedang” sebesar 0.00%, kategori “rendah” sebesar 0.00%, dan kategori “sangat rendah” sebesar 3.30% (1 orang). Dari hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 10 paling banyak pada kategori “sangat tinggi”.

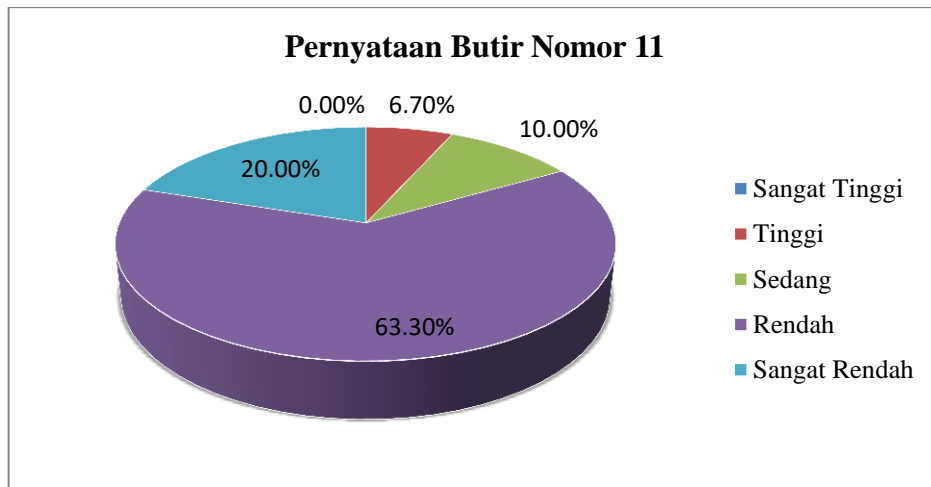
## 2) Butir 11

Hasil dari analisis kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada pernyataan butir nomor 11 disajikan pada tabel 33 sebagai berikut:

**Tabel 33. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 11**

| <b>Pernyataan</b>  | <b>Pilihan Jawaban</b> | <b>Frekuensi</b> | <b>Presentase</b> |
|--|------------------------|------------------|-------------------|
| Saya tidak mulai belajar suatu hal baru untuk mengembangkan program latihan ekstrakurikuler olahraga jika saya pikir itu terlalu sulit | Sangat Tinggi          | 0                | 0.00%             |
|  | Tinggi                 | 2                | 6.70%             |
|  | Sedang                 | 3                | 10.00%            |
|  | Rendah                 | 19               | 63.30%            |
|  | Sangat Rendah          | 6                | 20.0%             |
| <b>Jumlah</b>  |                        | <b>30</b>        | <b>100%</b>       |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 33 diatas kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 11 dapat disajikan dalam gambar 23 sebagai berikut:



**Gambar 23. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 11**

Berdasarkan dari tabel 33 dan gambar 23 diatas menunjukkan kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 11 yaitu, dalam kategori “sangat tinggi” sebesar 0.00%, kategori “tinggi” sebesar 6.70% (2 orang). Kategori “sedang” sebesar 10.00% (3 orang), kategori “rendah” sebesar 63.30% (19 orang), dan kategori “sangat rendah” sebesar 20.0% (6 orang). Dari hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 11 paling banyak pada kategori “rendah”.

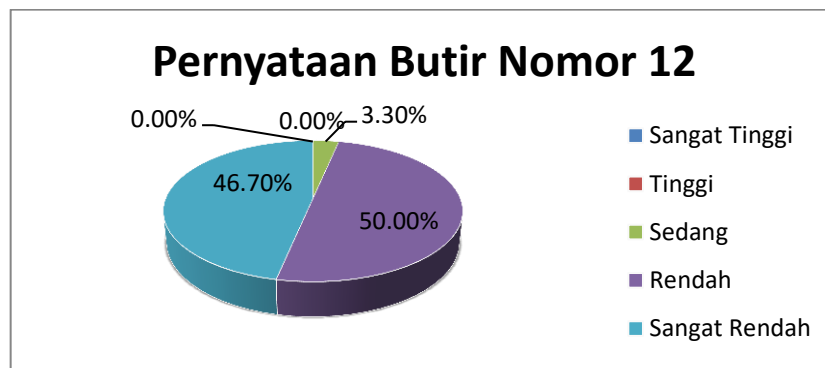
### 3) Butir 12

Hasil dari analisis kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada pernyataan butir nomor 12 disajikan pada tabel 34 sebagai berikut:

**Tabel 34. Hasil Analisis Pernyataan Nomor 12**

| Pernyataan   | Pilihan Jawaban | Frekuensi | Presentase  |
|--|-----------------|-----------|-------------|
| Saya meragukan kemampuan diri saya sendiri untuk mengelola program latihan ekstrakurikuler olahraga berhasil | Sangat Tinggi   | 0         | 0.00%       |
|  | Tinggi          | 0         | 0.00%       |
|  | Sedang          | 1         | 3.30%       |
|  | Rendah          | 15        | 50.00%      |
|  | Sangat Rendah   | 14        | 46.70%      |
| <b>Jumlah</b>  |                 | <b>30</b> | <b>100%</b> |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 34 diatas kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 12 dapat disajikan dalam gambar 24 sebagai berikut:



**Gambar 24. Diagram Lingkaran Analisis Pernyataan Nomor 12**

Berdasarkan dari tabel 34 dan gambar 24 diatas menunjukkan kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 12 yaitu, dalam kategori “sangat tinggi” sebesar 0.00%, kategori “tinggi” sebesar 0.00%. Kategori “sedang” sebesar 3.30% (1 orang), kategori “rendah” sebesar 50.00% (15 orang), dan kategori “sangat rendah” sebesar 46.70% (14 orang). Dari hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di

SMP Negeri se-kota Yogyakarta berdasarkan pernyataan butir nomor 12 paling banyak pada kategori “rendah”.

## **B. Pembahasan**

Penelitian yang dilakukan bertujuan untuk mengetahui kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta. Berdasarkan dari hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta masuk dalam kategori ”sedang”. Secara rinci, kategori sedang yaitu sebanyak 13 orang atau 43,33%, sedangkan pada kategori rendah sebanyak 13,33% sebanyak 4 orang. Hal tersebut menunjukkan bahwa kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta sangat bervariasi.

Hasil yang diperoleh pada kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan beberapa karakteristik responden yaitu

### a) Jenis Kelamin

Karakteristik responden pada jenis kelamin untuk kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta diperoleh hasil untuk laki-laki 86.7% (26 orang), untuk perempuan sebesar 13.3% (4 orang). Hasil ini diperoleh untuk membedakan berapa jumlah responden antara laki-laki dan perempuan yang menjadi sampel penelitian dari 30 pelatih.

### b) Usia

Karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada usia diperoleh hasil yaitu <30 tahun sebesar

53.3% (16 orang), untuk usia antara 31-40 tahun sebesar 23.4% (7 orang), 41-50 tahun sebesar 10% (3 orang). dan untuk usia antara 51-60 tahun sebesar 13.3% (4 orang). Dari hasil yang diperoleh di atas menyatakan bahwa untuk pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta rata-rata masih berusia dibawah 30 tahun.

c) Lama Mengelola Ekstrakurikuler

Karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada lama mengelola ekstrakurikuler diperoleh hasil yaitu <5 tahun sebesar 63.3% (19 orang), 6-10 tahun sebesar 16.7% (5 orang), 11-15 tahun sebesar 6.7% (2 orang), dan >15 tahun sebesar 13.3% (4 orang). Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian ini untuk karakteristik responden dalam kategori lama mengelola ekstrakurikuler rata-rata pelatih masih kurang dari 5 tahun dalam mengelola ekstrakurikuler.

d) Mengikuti Pelatihan

Karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada mengikuti pelatihan diperoleh hasil yaitu untuk “YA” sebesar 90% (27 orang), dan untuk “TIDAK” sebesar 10% (3 orang). Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar pelatih yang menjadi sampel telah mengikuti pelatihan sesuai dengan cabang olahraga yang ditekuni meskipun terdapat 3 orang yang tidak mengikuti pelatihan.

e) Frekuensi Mengikuti Pelatihan

Karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada frekuensi mengikuti pelatihan di peroleh hasil yaitu 1-3 kali mengikuti pelatihan sebesar 70% (21 orang), 5-7 kali sebesar 3.3% (1 orang), 8-10 kali sebesar 3.3% (1 orang), >10 kali sebesar 13.4% (4 orang), dan yang tidak mengikuti pelatihan sebesar 10% (3 orang). Berdasarkan hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa frekuensi dalam mengikuti pelatihan kebanyakan pelatih mengikuti pelatihan 1-3 kali.

f) Level Lisensi Kepelatihan

Karakteristik pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan Level Lisensi Kepelatihan dalam penelitian ini diperoleh hasil yaitu untuk level lisensi pada tingkat Daerah sebesar 46.7% (14 orang), Provinsi sebesar 23.3% (7 orang), Nasional sebesar 20% (6 orang), Internasional sebesar 0, dan untuk yang tidak mengikuti sebesar 10% (3 orang). Dari hasil yang diperoleh rata-rata para pelatih telah mengikuti pelatihan untuk mendapatkan lisensi kepelatihan.

Hasil dari analisis yang diperoleh pada kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berdasarkan pada factor motivasi, strategi permainan, pengembangan karakter dan teknik diketahui bahwa:

1) Faktor Motivasi

Faktor motivasi dalam hasil penelitian kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta termasuk dalam kategori sedang yaitu 40%, hal ini diperoleh berdasarkan tiga pernyataan dalam

kategori motivasi yang diajukan untuk pelatih dimana terdapat pernyataan yang bersifat positif dan negatif. Dari hasil yang diperoleh untuk pernyataan yang bersifat positif yang terdapat dalam nomor satu dan dua yaitu 50% dan 53.30% dan keduanya termasuk dalam kategori tinggi, sedangkan untuk pernyataan yang bersifat negatif dalam nomor tiga diperoleh hasil 63.30% yang termasuk dalam kategori rendah hal itu disebabkan karena para pelatih tidak setuju akan pernyataan yang diajukan dalam butir nomor tiga. Dari hasil yang diperoleh menandakan bahwa pelatih memiliki motivasi yang tinggi untuk keberhasilan dalam mengelola ekstrakurikuler disekolah. Motivasi merupakan suatu dorongan yang muncul dari dalam diri seseorang untuk melakukan aktivitasnya dan menentukan arah untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

## 2) Faktor Strategi Permainan

Hasil penelitian mengenai kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta dari faktor strategi permainan hasil yang diperoleh yaitu 60% termasuk dalam kategori sedang. Hasil ini diperoleh dari tiga pernyataan yang diajukan kepada pelatih dimana terdapat satu pernyataan yang bersifat positif dan dua pernyataan yang bersifat negatif. Hasil yang diperoleh untuk pernyataan yang bersifat positif yang terdapat pada nomor lima yaitu 63.30% termasuk dalam kategori tinggi hal itu menandakan pelatih setuju dengan pernyataan yang telah diajukan, sedangkan untuk pernyataan yang bersifat negatif terdapat pada nomor empat dan enam yang diperoleh hasil 70% dan 53.30% termasuk dalam kategori tinggi hal itu dikarenakan para pelatih tidak setuju dengan pernyataan yang telah diajukan.

Berdasarkan hasil yang diperoleh maka kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di faktor strategi permainan dalam kategori sedang dimana para pelatih yakin dan percaya diri akan kemampuannya dalam mengelola ekstrakurikuler untuk lebih baik lagi dan percaya dapat menyelesaikan masalah yang terjadi lebih baik dengan mencari strategi yang lain dan lebih baik lagi. karena strategi permainan merupakan suatu arahan yang terlebih dahulu diberikan oleh pelatih kepada atlet sebelum bertanding yang bertujuan untuk mencapai keberhasilan dalam bertanding.

### 3) Faktor Teknik

Hasil yang diperoleh mengenai kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta dari faktor teknik diperoleh hasil 40% yang termasuk dalam kategori tinggi. Hasil ini diperoleh dari tiga pernyataan yang diajukan dimana terdapat dua butir pernyataan yang bersifat positif dan satu pernyataan yang bersifat negatif, untuk pernyataan yang bersifat positif terdapat pada nomor tujuh dan delapan yang diperoleh hasil 56.7% dan 60% hal ini menandakan pelatih setuju dengan pernyataan yang diajukan, sedangkan untuk pernyataan yang bersifat negatif terdapat pada nomor sembilan dengan hasil 73.30% termasuk dalam kategori rendah dari hasil ini berarti pelatih tidak setuju dengan pernyataan yang telah diajukan. Dari hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa pelatih memiliki kepercayaan diri yang tinggi dalam mengelola ekstrakurikuler olahraga dengan mengembangkan ide atau teknik yang baru demi mengasah kemampuan atau skill atlet atau peserta ekstrakurikuler lebih meningkat dan berkembang dengan baik. Dalam faktor teknik berarti pelatih harus

bisa menguasai teknik yang benar maka dari itu pelatih harus memiliki pengetahuan dan arahan mengenai teknik yang diajarkan.

#### 4) Faktor Pengembangan Karakter

Faktor pengembangan karakter dalam penelitian kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta diperoleh hasil 60% yang termasuk dalam kategori sedang. Hasil ini didapat dari tiga pernyataan yang diajukan kepada pelatih yang bersifat positif dan negatif, untuk pernyataan yang bersifat positif terdapat satu pernyataan yaitu pada nomor sepuluh dengan hasil yang didapat sebesar 50% yang termasuk dalam kategori sangat tinggi hal ini menandakan bahwa pelatih sangat setuju dengan pernyataan yang telah diberikan, sedangkan untuk pernyataan yang bersifat negatif terdapat pada nomor sebelas dan dua belas dengan hasil 63.30% dan 50% termasuk dalam kategori rendah hasil ini diartikan bahwa pelatih tidak setuju dengan pernyataan yang diajukan. Berdasarkan hasil yang diperoleh dari ketiga pernyataan untuk faktor pengembangan karakter menunjukkan bahwa pelatih sangat percaya diri atau memiliki kepercayaan diri yang sedang dalam membina, melatih dan membentuk karakter atlet untuk lebih baik lagi kedepannya. Dalam faktor pengembangan karakter disimpulkan bahwa pembentukan karakter dalam olahraga disini pelatih sangat berperan penting dikarenakan proses pembentukan karakter terjadi pada saat proses latihan selama mengikuti ekstrakurikuler.

Berdasarkan dari hasil yang diperoleh dari penelitian mengenai kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota

Yogyakarta, faktor yang paling tinggi yaitu pada faktor motivasi sebesar 30% dan pada faktor teknik sebesar 40%.

Kepercayaan diri atau *self-confidence* merupakan sikap yang dimiliki oleh seorang individu yang dapat berkembang dengan baik, akan tetapi dapat mengalami penurunan yang dapat membuat individu itu tidak ingin melakukan sesuatu (Amanda dan ifdil, 2016). Menurut Hakim dalam Amanda dan Ifdil (2016) menyatakan bahwa kepercayaan diri atau *self-confidence* sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap semua aspek kelebihan yang dimilikinya dan kemampuannya membuatnya merasa mampu mencapai berbagai tujuan dalam kehidupannya. Sedangkan menurut Lauster dalam Amanda dan Ifdil (2016) mengatakan bahwa *self-confidence* merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan yang dimilikinya sehingga menjadikan individu yang bersangkutan tidak cemas dalam setiap tindakan yang dilakukan dapat bebas melakukan hal-hal yang disukai dan bertanggung jawab untuk semua perbuatan yang dilakukan dalam berinteraksi dengan orang lain. Oleh karena itu kepercayaan diri itu tidak tumbuh sendiri melainkan dengan adanya berbagai interaksi antar individu dan dalam satu lingkup lingkungan sosial yang saling terkait atau berkesinambungan satu sama lain.

Peran pelatih disini juga sangat penting dalam melakukan pembinaan dalam program latihan ekstrakurikuler olahraga di sekolah. Menurut Duran & Salmela (2002: 155) mengatakan bahwa secara luas pelatih dipercaya memiliki peran yang penting dalam kehidupan para atlet yang dapat mempengaruhi kinerja, perilaku, dan psikologis atlet. Sedangkan menurut Baric (2007) mengatakan

bahwa pelatih merupakan salah satu faktor terpenting dalam kemajuan dan perkembangan atlet.

Pelatih merupakan seseorang yang mempunyai tugas untuk membimbing anak latihnya dalam olahraga atau bertugas untuk mengasah dan mematangkan kemampuan yang dimiliki anak latihnya untuk berprestasi. Kepercayaan diri pelatih sangat berpengaruh terhadap perilaku dan kompetensi yang dimiliki oleh pelatih dalam membimbing anak latihnya untuk meningkatkan prestasinya.

### **C. Keterbatasan 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 antara lain:

1. Sulitnya mengetahui kesungguhan responden dalam mengisi angket dikarenakan keterbatasan waktu penelitian.
2. Responden yang diteliti tidak semua pelatih dari 16 SMP Negeri di Kota Yogyakarta, peneliti hanya bisa mengambil sampel sebanyak 30 pelatih dikarenakan minimnya waktu yang bertepatan dengan PTS dan kondisi cuaca serta tenaga peneliti.
3. Saat melakukan pengambilan data penelitian yaitu saat penyebaran angket penelitian kepada responden, tidak bisa dipantau secara langsung dan cermat apakah jawaban yang diberikan oleh responden benar-benar sesuai dengan pendapatnya sendiri atau tidak.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diambil kesimpulan bahwa tingkat kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta dengan kategori “sangat tinggi” yaitu sebesar 10,00%, kategori “tinggi” sebesar 26,67%, kategori “sedang” sebesar 43,33%, kategori “rendah” sebesar 13,33% dan kategori “sangat rendah” sebesar 6,67%. Yang berarti kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta berada dalam kategori sedang.

#### **B. Implikasi**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan diatas, dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Pelatih ekstrakurikuler olahraga dapat menjadikan hasil penelitian ini untuk meningkatkan kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta dan digunakan sebagai masukan yang bermanfaat untuk memperbaiki kualitas kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga.
2. Pelatih dan pihak sekolah dapat memperbaiki faktor-faktor yang kurang dalam mengelola program latihan ekstrakurikuler di sekolah.

#### **C. Saran**

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

1. Agar mengembangkan penelitian lebih dalam lagi mengenai kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta.

2. Agar melakukan penelitian mengenai kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta dengan menggunakan metode yang lain.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Mighwar, M. (2006). *Psikologi Remaja: Petunjuk Bagi Guru Dan Orang Tua*. Bandung: Pustaka Setia.
- Anthony, R. (1992). *Rahasia Membangun Kepercayaan Diri (Terjemahan oleh Waryadi, R)*. Jakarta: Bina Rupa Aksara.
- Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy. The exercise of control*. New York: Freeman
- Bompa, O.T. (1994). *Theory and methodology of training*. Toronto: Kendal/Hunt Publishing Company.
- Deni, A.U & Ifdil. (2016). Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal Pendidikan Indonesia, Vol. 2, No.2*.
- Depdikbud. (2013). *Permendikbud no 81 A tentang implementasi kurikulum*. Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Dimiyati. (2006). *Peranan Psikologi Olahraga Dalam Mengembangkan Olahraga Prestasi di Indonesia*. PSIKOLOGIKA. Vol. 11, No.22, Hal-149.
- Ghufron, M, N dan Risnawita, R. (2012). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: AR-Ruz Media.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologi dalam Coaching*. Jakarta: PT. Dirjen Dikti P2LPT.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan Olahraga. (teori dan metodologi)*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Hastuti, T.A. (2008). Kontribusi Ekstrakurikuler Bola Basket Terhadap Pembibitan Atlet dan Peningkatan Kesegaran Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. Jurusan Pendidikan Olahraga. Fakultas Ilmu Keolahragaan*.
- Hurlock, E.B. (1993). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Alih bahasa : Istiwidayanti. Jakarta: Erlangga. (Edisi kelima).
- Irianto, D.P. (2009). *Dasar Kepelatihan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Komarudin. (2014). *Psikologi Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Lauster, P. (1992). *The Personility Test*. London: Pan Bools

- Mappiare, A. (1982). *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.
- 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 Kepeleatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta.
- Saputra, Y.M. (1998). *Pengembangan Kegiatan Ekstrakurikuler*. Jakarta: Depdikbud.
- Satiadarma, P.M. (2000). *Dasar-dasar psikologi olahraga*. Jakarta. Pustaka Sinar Harapan.
- Sudijono, A. (2015). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Tindakan Komperhensif*. Bandung: Alfabeta.
- Suharno HP. (1993). *Ilmu Kepeleatihan Olahraga*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- Sukadiyanto. (2005). *Pengantar Teori Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Suryabrata, S. (1993). *Psikologi Kepribadian Jilid 2*. Yogyakarta: Rake Sarisin Perss.
- Suryobroto, S. (2009). *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT. Rajagrafindo Persada.
- Syam, A. (2017). Pengaruh kepercayaan diri (*self confidence*) berbasis kaderisasi imm terhadap prestasi belajar mahasiswa. *Jurnal Biotek*, Volume 5 Nomor 1.
- Wibowo, Y.A & Andriyani, F. (2015). *Pengembangan Ekstrakurikuler Olahraga Sekolah*. Yogyakarta: UNY Press.
- Wohon, A.M. (2019). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Kecemasan Bertanding pada Atlet Futsal Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, Volume 8 Nomor 2.
- Yunus. (1998). *Olahraga pilihan bola voli*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi.
- Yusuf, M. (2014). *Metode Peenelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Prenada Media Group.

# **LAMPIRAN**

## Lampiran 1. Pengajuan Proposal

28/1/2020  
J

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

Kepada  
Yth. Ketua Jurusan POR  
Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY

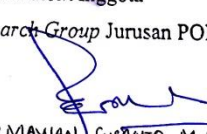
Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : YUNIKE SRI LESTARI  
Nomor Mahasiswa : 16601241135  
Jurusan : POR  
Prodi : PKR

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 :

"KEPERCAYAAN DIRI PELATIH EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DI SMP NEGERI  
SE-KOTA YOGYAKARTA"

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

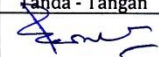





Koordinator/Anggota  
*Research Group* Jurusan POR  
  
ERMAMAN SUSANTO, M.Pd  
NIP. 197807022002121009

Yogyakarta, 28 - 1 - 2020  
Yang Mengajukan  
  
YUNIKE SRI LESTARI  
NIM. 16601241135

## Lampiran 2. Kartu Bimbingan Skripsi

### KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama Mahasiswa : YUNIKE SRI LESTARI  
 NIM : 16601241135  
 Program Studi : PJKR  
 Pembimbing : ERMANWAN SUSANTO, M.Pd.

| No. | Tanggal   | Pembahasan                               | Tanda - Tangan   |
|-----|-----------|--|--|
| 1   |           | Konsultasi judul proposal skripsi        |   |
| 2   |           | Bimbingan Bab I                          |   |
| 3   |           | Bimbingan Revisi Bab I                   |   |
| 4   |           | Bimbingan Bab II dan Revisi Bab II       |   |
| 5   | 13/2 2020 | Bimbingan Bab III                        |   |
| 6   | 18/2 2020 | Bimbingan Bab III dan Angket / Kuesioner |  |
| 7   | 23/3/2020 | Bimbingan Bab IV                         |  |
| 8   | 13/4/2020 | Bimbingan Bab V                          |  |

Ketua Jurusan POR,

Dr. Jaka Sunardi, M.kes.  
 NIP. 19610731 199001 1 001



### Lampiran 3. Surat Izin Penelitian dari Fakultas



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

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

Nomor : 139/UN34.16/PP.01/2020  
Lamp. : 1 Bendel Proposal  
Hal : Izin Penelitian

18 Februari 2020

Yth. Kepala SMP Negeri 1 Yogyakarta  
di Yogyakarta.

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

Nama : Yunike Sri Lestari  
NIM : 16601241135  
Program Studi : Pend. Jasmani Kesehatan & Rekreasi - S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  
Judul Tugas Akhir : Kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta  
Waktu Penelitian : 19 Februari - 19 Maret 2020

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

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Prof. Dr. Siswantoyo, S.Pd., M.Kes.  
NIP.19720310 199903 1 002

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

## Lampiran 4. Surat Jawaban Penelitian dari Dinas Pendidikan



**PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA  
DINAS PENDIDIKAN**

Jl. Hayam Wuruk No. 11 Yogyakarta Kode Pos : 55212 Telp. (0274) 512956, 563078, 515865, 562682  
Fax (0274) 512956  
EMAIL : pendidikan@jogjakota.go.id  
HOTLINE SMS : 08122780001 HOTLINE EMAIL : upik@jogjakota.go.id  
WEBSITE : www.jogjakota.go.id

Nomor : 070/1786  
Sifat : Biasa  
Lampiran : -  
Hal : Jawaban Izin Penelitian

Yogyakarta, 21 Februari 2020

Kepada  
Yth. Dekan Fakultas Ilmu  
Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta

di  
Yogyakarta

Menindaklanjuti surat saudara nomor 139/UN34.16/PP.01/2020 tertanggal 18 Februari 2020 perihal Permohonan Izin Penelitian.

Dengan ini kami sampaikan bahwa kami mengizinkan mahasiswa saudara sebagai berikut :

Nama : Yunike Sri Lestari  
NIM : 16601241135  
Program Studi : Pend. Jasmani Kesehatan & Rekreasi – S1  
Waktu Penelitian : 19 Februari 2020 – 19 Maret 2020

Untuk melaksanakan penelitian dengan judul “Kepercayaan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta”.

Demikian, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



KEPALA  
DINAS  
PENDIDIKAN  
**BUDI SANTOSA ASRORI, SE., M.Si.**  
NIP. 197809151994031009

Tembusan:

1. Ka. SMP Negeri 1 Yogyakarta
2. Ka. SMP Negeri 2 Yogyakarta
3. Ka. SMP Negeri 3 Yogyakarta
4. Ka. SMP Negeri 4 Yogyakarta
5. Ka. SMP Negeri 5 Yogyakarta
6. Ka. SMP Negeri 6 Yogyakarta
7. Ka. SMP Negeri 7 Yogyakarta
8. Ka. SMP Negeri 8 Yogyakarta
9. Ka. SMP Negeri 9 Yogyakarta
10. Ka. SMP Negeri 10 Yogyakarta
11. Ka. SMP Negeri 11 Yogyakarta
12. Ka. SMP Negeri 12 Yogyakarta
13. Ka. SMP Negeri 13 Yogyakarta
14. Ka. SMP Negeri 14 Yogyakarta
15. Ka. SMP Negeri 15 Yogyakarta
16. Ka. SMP Negeri 16 Yogyakarta
17. Ybs



**SEGORO AMARTO**  
SEMANGAT GOTONG ROYONG AGAWE MAJUNE NGAYOGYAKARTA  
KEMANDIRIAN – KEDISIPLINAN – KEPEDULIAN- KEBERSAMAAN

## Lampiran 5. Surat Keterangan Penelitian dari Sekolah



PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA  
DINAS PENDIDIKAN  
SMP NEGERI 1 YOGYAKARTA

Jln. Cik Di Tiro No: 29 Yogyakarta Kode Pos 55223 Telp. (0274) 560232 Fax (0274) 552977  
Email : smpn1\_jogja@yahoo.co.id website : [www.smpn1jogja.sch.id](http://www.smpn1jogja.sch.id)  
HOTLINE SMS 08122780001

### SURAT KETERANGAN

Nomor : 070 / 169

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Dra. Y. Niken Sasanti, M.Pd  
NIP : 19650704 199003 2 004  
Pangkat / Gol : Pembina Tk. I / IV b  
Jabatan : Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Yogyakarta

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Yunike Sri Lestari  
NIM : 16601241135  
Prodi : Pendidikan Jasmani dan Rekreasi S1  
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

atas nama tersebut diatas benar-benar telah melaksanakan penelitian dengan judul “ Kepercayaan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri se-Kota Yogyakarta “ yang dilaksanakan pada tanggal 19 Februari s.d 19 Maret 2020.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 17 Maret 2020  
Kepala Sekolah,  
  
Drs. Y. Niken Sasanti, M.Pd  
NIP. 19650704 199003 2 004

## Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian dari Sekolah



PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA

**DINAS PENDIDIKAN**

**SMP NEGERI 6**

Jl. RW Monginsidi No 1 Yogyakarta Kode Pos 55233 Telp. (0274) 512258 Fax (0274) 512268.

EMAIL : [smpn6yk@yahoo.com](mailto:smpn6yk@yahoo.com)

HOT LINE SMS 08564056681 HOT LINE E MAIL : [smpn6yk@yahoo.com](mailto:smpn6yk@yahoo.com)

WEBSITE : [www.smpn6yogya.sch.id](http://www.smpn6yogya.sch.id)

YOGYAKARTA 55233

### SURAT KETERANGAN

Nomor 070/148

Yang bertanda tangan di bawah ini:

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

Dengan ini menerangkan:

Nama : YUNIKE SRI LESTARI  
NIM : 16601241135  
Prodi : Pend. Jasmani Kesehatan & Rekreasi – S1

Benar-benar telah melaksanakan Penelitian di SMP Negeri 6 Yogyakarta dengan judul “Kepercayaan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga ” di SMP Negeri 6 Yogyakarta yang dilaksanakan pada tanggal 19 Februari sampai dengan 19 Maret 2020.

Demikian keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan seperlunya.

Yogyakarta, 9 Maret 2020  
Kepala Sekolah  
  
**Dra. T. SUGIYARTI**  
NIP. 19620702 198303 2 011

SEGORO AMARTO

## Lampiran 7. Surat Keterangan Penelitian dari Sekolah



PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA  
DINAS PENDIDIKAN  
**SMP NEGERI 2**

Jl.P.Senopati No.28-29 Yogyakarta Kode Pos : 55121 Telp.(0274)374088 Fax (0274374088  
EMAIL : [smpduayogya@yahoo.com](mailto:smpduayogya@yahoo.com)  
HOT LINE SMS : 08122780001 HOTLINE EMAIL : [upik@jogjakota.go.id](mailto:upik@jogjakota.go.id)  
WEBSITE: [www.jogjakota](http://www.jogjakota)

### SURAT KETERANGAN

Nomor : 070/ 189

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : WIDAYAT UMAR, S.Pd., M.Pd.Si.  
NIP : 19700313 199301 1 002  
Pangkat : Pembina Tk. I, IV/b  
Jabatan : Kepala Sekolah

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : YUNIKE SRI LESTARI  
NIM : 16601241135  
Program Studi : PJKR  
Perguruan Tinggi : UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Yang bersangkutan telah melaksanakan Penelitian dalam rangka menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul : KEPERCAYAAN DIRI PELATIH EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 9Maret 2020



WIDAYAT UMAR, S.Pd., M.Pd.Si.  
NIP. 19700313 199301 1 002

**Lampiran 8. Instrumen Kepercayaan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga  
di Sekolah Menengah Pertama**

Angket Untuk Pelatih

---

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

---



Oleh  
Tim Peneliti  
Jurusan Pendidikan Olahraga

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

**SKALA EFIKASI DIRI**

**Kepercayaan 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  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 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

**INSTRUMEN  
UNTUK PELATIH**

**SKALA EFIKASI DIRI**

**Kepercayaan 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 kepercayaan 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 ekstrakurikuler olahraga, saya yakin berhasil melaksanakan program tersebut.   |                 |   |   |    |     |
| 2   | Jika saya gagal dalam melaksanakan program ekstrakurikuler olahraga, saya terus berusaha sampai berhasil.  |                 |   |   |    |     |
| 3   | Jika saya menginginkan program latihan ekstrakurikuler olahraga lebih baik, biasanya itu tidak tercapai.   |                 |   |   |    |     |
| 4   | Jika saya memiliki ide baru untuk mencoba program latihan ekstrakurikuler olahraga dan diperkirakan akan berhasil baik tapi itu rumit, maka saya tidak memulainya. |                 |   |   |    |     |

|           |   |           |          |          |           |            |
|-----------|---|-----------|----------|----------|-----------|------------|
| 5         | Banyak masalah tidak menyenangkan untuk sukses dalam mengelola program latihan ekstrakurikuler olahraga tapi saya kelola sampai selesai.  |           |          |          |           |            |
| <b>No</b> | <b>Item Pernyataan</b>  | <b>SS</b> | <b>S</b> | <b>R</b> | <b>TS</b> | <b>STS</b> |
| 6         | Saya kesulitan memecahkan masalah dalam pengelolaan program latihan ekstrakurikuler olahraga untuk berhasil baik.   |           |          |          |           |            |
| 7         | Jika saya telah membuat keputusan untuk melakukan pengelolaan program latihan ekstrakurikuler olahraga yang lebih baik, saya akan melakukannya.   |           |          |          |           |            |
|           | <b>Item Pernyataan</b>  | <b>SS</b> | <b>S</b> | <b>R</b> | <b>TS</b> | <b>STS</b> |
| 8         | Jika saya memulai untuk pengelolaan program latihan ekstrakurikuler 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 ekstrakurikuler olahraga membuat saya kehilangan kontrol dan keseimbangan diri.  |           |          |          |           |            |
| 10        | Jika saya membuat kegagalan dalam mengelola program ekstrakurikuler olahraga, saya akan berusaha lebih keras lagi.  |           |          |          |           |            |
| 11        | Saya tidak mulai belajar suatu hal baru untuk mengembangkan program latihan ekstrakurikuler olahraga jika saya pikir itu terlalu sulit.   |           |          |          |           |            |
| 12        | Saya meragukan kemampuan diri saya sendiri untuk mengelola program latihan ekstrakurikuler olahraga berhasil.   |           |          |          |           |            |

**Terima Kasih**

**Bapak dan Ibu telah mengisi Skala ini dengan jujur.**

### Lampiran 9. Daftar Nama Pelatih untuk Uji Coba

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

**Lampiran 10. Data Uji Coba**

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

## lampiran 11. Uji Validitas dan Reliabilitas

### VALIDITAS

**Item-Total Statistics**

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

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

### RELIABILITAS

**Reliability Statistic**

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|------------------|------------|
| .897             | 12         |

**Lampiran 12. Tabel r**

| <b>Tabel r Product Moment</b>   |       |    |       |     |       |     |       |     |       |     |       |
|---------------------------------|-------|----|-------|-----|-------|-----|-------|-----|-------|-----|-------|
| <b>Pada Sig.0,05 (Two Tail)</b> |       |    |       |     |       |     |       |     |       |     |       |
| 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 |
| n9                              | 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 |
| vn37                            | 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 13. Biodata Pelatih Ekstrakurikuler****BIODATA PELATIH EKSTRAKURIKULER**

| No | Nama | Ekstrakurikuler   | Sekolah                  |
|----|------|-------------------|--------------------------|
| 1  | Yi   | Bulutangkis       | SMP Negeri 1 Yogyakarta  |
| 2  | Na   | Bola Voli         |                          |
| 3  | Dy   | Basket            |                          |
| 4  | Sr   | Pencak Silat      |                          |
| 5  | Nh   | Sepak Bola        |                          |
| 6  | Bs   | Pencak Silat      |                          |
| 7  | Ko   | Sepak Bola        | SMP Negeri 2 Yogyakarta  |
| 8  | Wi   | Taekwondo         | SMP Negeri 3 Yogyakarta  |
| 9  | Ks   | Bola Basket       |                          |
| 10 | To   | Pencak Silat      |                          |
| 11 | Rn   | Bola Basket       | SMP Negeri 4 Yogyakarta  |
| 12 | Jo   | Pencak Silat      | SMP Negeri 5 Yogyakarta  |
| 13 | Yo   | Bola Basket Putra |                          |
| 14 | Ia   | Bola Basket Putri |                          |
| 15 | Ai   | Taekwondo         |                          |
| 16 | Ba   | Futsal            |                          |
| 17 | Ek   | Sepak Bola        | SMP Negeri 6 Yogyakarta  |
| 18 | Pr   | Bola Basket Putri |                          |
| 19 | Ar   | Taekwondo         |                          |
| 20 | Bi   | Pencak Silat      |                          |
| 21 | Wu   | Bulutangkis Putra |                          |
| 22 | An   | Bulutangkis Putri |                          |
| 23 | Aa   | Bola Basket Putra |                          |
| 24 | Fd   | Bola Basket       | SMP Negeri 8 Yogyakarta  |
| 25 | Hm   | Karate            |                          |
| 26 | Po   | Pencak Silat      |                          |
| 27 | Fn   | Futsal            |                          |
| 28 | Ri   | Bola Basket Putra | SMP Negeri 15 Yogyakarta |
| 29 | Ds   | Bola Voli         |                          |
| 30 | Mn   | Bola Basket Putri |                          |

**Lampiran 14. Data Karakteristik Responden**

**DATA KARAKTERISTIK RESPONDEN**

| No | Jenis Kelamin | Usia        | Lama Mengelola Ekstrakurikuler | Mengikuti Pelatihan | Frekuensi Mengikuti Pelatihan | Level Lisensi |
|----|---------------|-------------|--------------------------------|---------------------|-------------------------------|---------------|
| 1  | Laki-laki     | 41-50 tahun | >15 tahun                      | Ya                  | 1-3 Kali                      | Nasional      |
| 2  | Perempuan     | 31-40 tahun | < 5 tahun                      | Tidak               |                               |               |
| 3  | Perempuan     | < 30 tahun  | < 5 tahun                      | Ya                  | 1-3 Kali                      | Daerah        |
| 4  | Laki-laki     | 51-60 tahun | 6-10 tahun                     | Ya                  | 1-3 Kali                      | Daerah        |
| 5  | Laki-laki     | 31-40 tahun | 6-10 tahun                     | Ya                  | 1-3 Kali                      | Provinsi      |
| 6  | Laki-laki     | 51-60 tahun | 6-10 tahun                     | Ya                  | 1-3 Kali                      | Nasional      |
| 7  | Laki-laki     | < 30 tahun  | 6-10 tahun                     | Ya                  | 1-3 Kali                      | Provinsi      |
| 8  | Laki-laki     | 31-40 tahun | 11-15 tahun                    | Ya                  | 5-7 Kali                      | Daerah        |
| 9  | Laki-laki     | < 30 tahun  | < 5 tahun                      | Ya                  | 1-3 Kali                      | Daerah        |
| 10 | Laki-laki     | 51-60 tahun | < 5 tahun                      | Ya                  | >10 Kali                      | Provinsi      |
| 11 | Laki-laki     | 51-60 tahun | < 5 tahun                      | Ya                  | 1-3 Kali                      | Daerah        |
| 12 | Laki-laki     | < 30 tahun  | < 5 tahun                      | Ya                  | 1-3 Kali                      | Nasional      |
| 13 | Laki-laki     | 41-50 tahun | > 15 tahun                     | Ya                  | >10 Kali                      | Nasional      |
| 14 | Laki-laki     | < 30 tahun  | 6-10 tahun                     | Ya                  | 1-3 Kali                      | Daerah        |
| 15 | Laki-laki     | < 30 tahun  | < 5 tahun                      | Ya                  | 1-3 Kali                      | Daerah        |
| 16 | Laki-laki     | 41-50 tahun | > 15 tahun                     | Ya                  | >10 Kali                      | Provinsi      |
| 17 | Laki-laki     | < 30 tahun  | < 5 tahun                      | Tidak               |                               |               |
| 18 | Laki-laki     | < 30 tahun  | < 5 tahun                      | Ya                  | 1-3 Kali                      | Daerah        |
| 19 | Perempuan     | 31-40 tahun | < 5 tahun                      | Ya                  | 1-3 Kali                      | Daerah        |
| 20 | Laki-laki     | < 30 tahun  | < 5 tahun                      | Ya                  | 1-3 Kali                      | Daerah        |
| 21 | Laki-laki     | < 30 tahun  | < 5 tahun                      | Ya                  | >10 Kali                      | Provinsi      |
| 22 | Perempuan     | 31-40 tahun | 11-15 tahun                    | Tidak               |                               |               |

|    |           |             |            |    |           |          |
|----|-----------|-------------|------------|----|-----------|----------|
| 23 | Laki-laki | < 30 tahun  | < 5 tahun  | Ya | 1-3 Kali  | Nasional |
| 24 | Laki-laki | < 30 tahun  | < 5 tahun  | Ya | 1-3 Kali  | Daerah   |
| 25 | Laki-laki | < 30 tahun  | < 5 tahun  | Ya | 8-10 Kali | Daerah   |
| 26 | Laki-laki | < 30 tahun  | < 5 tahun  | Ya | 1-3 Kali  | Provinsi |
| 27 | Laki-laki | < 30 tahun  | < 5 tahun  | Ya | 1-3 Kali  | Daerah   |
| 28 | Laki-laki | < 30 tahun  | < 5 tahun  | Ya | 1-3 Kali  | Daerah   |
| 29 | Laki-laki | 31-40 tahun | < 5 tahun  | Ya | 1-3 Kali  | Provinsi |
| 30 | Laki-laki | 31-40 tahun | > 15 tahun | Ya | 1-3 Kali  | Nasional |

## Lampiran 15. Analisis Karakteristik Responden

### jeniskelamin

|       |           | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-----------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Laki-laki | 26        | 86.7    | 86.7          | 86.7               |
|       | Perempuan | 4         | 13.3    | 13.3          | 100.0              |
|       | Total     | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

### usia

|       |             | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | <30 Tahun   | 16        | 53.3    | 53.3          | 53.3               |
|       | 31-40 Tahun | 7         | 23.3    | 23.3          | 76.7               |
|       | 41-50 Tahun | 3         | 10.0    | 10.0          | 86.7               |
|       | 51-60 Tahun | 4         | 13.3    | 13.3          | 100.0              |
|       | Total       | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

### lamamengelola

|       |             | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | <5 Tahun    | 19        | 63.3    | 63.3          | 63.3               |
|       | 6-10 Tahun  | 5         | 16.7    | 16.7          | 80.0               |
|       | 11-15 Tahun | 2         | 6.7     | 6.7           | 86.7               |
|       | >15 Tahun   | 4         | 13.3    | 13.3          | 100.0              |
|       | Total       | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

**mengikutipelatihan**

|       |       | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Ya    | 27        | 90.0    | 90.0          | 90.0               |
|       | Tidak | 3         | 10.0    | 10.0          | 100.0              |
|       | Total | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

**frekuensimengikutipelatihan**

|       |           | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-----------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | 0         | 3         | 10.0    | 10.0          | 10.0               |
|       | 1-3 Kali  | 21        | 70.0    | 70.0          | 80.0               |
|       | 5-7 Kali  | 1         | 3.3     | 3.3           | 83.3               |
|       | 8-10 Kali | 1         | 3.3     | 3.3           | 86.7               |
|       | >10 Kali  | 4         | 13.3    | 13.3          | 100.0              |
|       | Total     | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

**levellisensi**

|       |          | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|----------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Tidak    | 3         | 10.0    | 10.0          | 10.0               |
|       | Daerah   | 14        | 46.7    | 46.7          | 56.7               |
|       | Provinsi | 7         | 23.3    | 23.3          | 80.0               |
|       | Nasional | 6         | 20.0    | 20.0          | 100.0              |
|       | Total    | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

**Lampiran 16. Data Penelitian**

| responden | Butir 1 | Butir 2 | Butir 3 | Butir 4 | Butir 5 | Butir 6 | Butir 7 | Butir 8 | Butir 9 | Butir 10 | Butir 11 | Butir 12 |
|-----------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|----------|----------|----------|
| 1         | 5       | 4       | 2       | 5       | 4       | 2       | 4       | 4       | 2       | 4        | 2        | 2        |
| 2         | 4       | 4       | 3       | 3       | 4       | 3       | 4       | 4       | 2       | 5        | 4        | 1        |
| 3         | 4       | 4       | 2       | 5       | 4       | 2       | 5       | 5       | 2       | 5        | 4        | 1        |
| 4         | 4       | 4       | 3       | 3       | 4       | 3       | 4       | 4       | 3       | 4        | 3        | 2        |
| 5         | 4       | 4       | 2       | 2       | 4       | 2       | 4       | 4       | 2       | 4        | 2        | 2        |
| 6         | 5       | 5       | 2       | 2       | 4       | 2       | 4       | 2       | 2       | 5        | 2        | 2        |
| 7         | 4       | 5       | 2       | 2       | 4       | 2       | 5       | 4       | 1       | 5        | 1        | 1        |
| 8         | 4       | 5       | 4       | 4       | 5       | 3       | 4       | 4       | 2       | 4        | 2        | 2        |
| 9         | 5       | 5       | 2       | 2       | 4       | 3       | 4       | 4       | 2       | 5        | 2        | 2        |
| 10        | 5       | 5       | 2       | 2       | 4       | 3       | 4       | 3       | 2       | 4        | 2        | 2        |
| 11        | 4       | 4       | 3       | 3       | 4       | 3       | 4       | 4       | 3       | 4        | 3        | 3        |
| 12        | 5       | 5       | 3       | 1       | 5       | 4       | 5       | 5       | 2       | 5        | 2        | 1        |
| 13        | 5       | 5       | 1       | 1       | 4       | 2       | 5       | 5       | 1       | 1        | 1        | 1        |
| 14        | 5       | 5       | 2       | 2       | 5       | 2       | 4       | 4       | 2       | 4        | 2        | 1        |
| 15        | 5       | 4       | 2       | 2       | 4       | 2       | 4       | 4       | 2       | 4        | 2        | 1        |
| 16        | 4       | 4       | 3       | 2       | 5       | 2       | 5       | 4       | 4       | 5        | 2        | 2        |
| 17        | 5       | 5       | 2       | 2       | 5       | 2       | 4       | 4       | 2       | 4        | 2        | 2        |
| 18        | 5       | 5       | 2       | 2       | 5       | 1       | 3       | 3       | 2       | 4        | 2        | 1        |
| 19        | 5       | 5       | 2       | 2       | 5       | 2       | 4       | 4       | 2       | 5        | 2        | 1        |
| 20        | 5       | 5       | 2       | 2       | 5       | 1       | 4       | 5       | 2       | 4        | 2        | 1        |
| 21        | 4       | 4       | 1       | 2       | 4       | 2       | 4       | 3       | 1       | 4        | 1        | 1        |
| 22        | 2       | 5       | 2       | 2       | 4       | 2       | 4       | 5       | 5       | 4        | 2        | 2        |

|        |     |     |    |    |     |    |     |     |    |     |    |    |
|--------|-----|-----|----|----|-----|----|-----|-----|----|-----|----|----|
| 23     | 4   | 4   | 2  | 2  | 5   | 3  | 5   | 4   | 3  | 5   | 1  | 1  |
| 24     | 4   | 4   | 3  | 2  | 4   | 4  | 4   | 4   | 2  | 5   | 1  | 1  |
| 25     | 4   | 5   | 3  | 2  | 5   | 3  | 5   | 2   | 2  | 5   | 3  | 2  |
| 26     | 4   | 5   | 2  | 2  | 4   | 2  | 5   | 5   | 2  | 5   | 1  | 2  |
| 27     | 4   | 5   | 1  | 1  | 5   | 4  | 5   | 5   | 2  | 5   | 2  | 1  |
| 28     | 5   | 4   | 2  | 2  | 4   | 2  | 5   | 4   | 2  | 5   | 2  | 2  |
| 29     | 5   | 4   | 2  | 2  | 4   | 3  | 5   | 4   | 2  | 4   | 2  | 2  |
| 30     | 4   | 4   | 2  | 2  | 4   | 2  | 5   | 4   | 2  | 5   | 2  | 2  |
| Jumlah | 127 | 136 | 66 | 68 | 131 | 73 | 131 | 120 | 65 | 132 | 61 | 47 |

## Lampiran 17. Deskriptif Statistik

### Kepercayaan Diri

#### Statistics

##### KepercayaanDiri

|                |         |       |
|----------------|---------|-------|
| N              | Valid   | 30    |
|                | Missing | 0     |
| Mean           |         | 38,73 |
| Median         |         | 39,00 |
| Mode           |         | 39    |
| Std. Deviation |         | 2,900 |
| Range          |         | 12    |
| Minimum        |         | 31    |
| Maximum        |         | 43    |
| Sum            |         | 1162  |

## DESKRIPTIF STATISTIK TIAP FAKTOR/INDIKATOR

### Indikator Motivasi

#### Statistics

##### Motivasi

|                |         |       |
|----------------|---------|-------|
| N              | Valid   | 30    |
|                | Missing | 0     |
| Mean           |         | 11,13 |
| Median         |         | 11,00 |
| Mode           |         | 11    |
| Std. Deviation |         | 1,008 |
| Range          |         | 4     |
| Minimum        |         | 9     |
| Maximum        |         | 13    |
| Sum            |         | 334   |

## Indikator Strategi Permainan

### Statistics

StrategiPermainan

|                |         |       |
|----------------|---------|-------|
| N              | Valid   | 30    |
|                | Missing | 0     |
| Mean           |         | 9,07  |
| Median         |         | 9,00  |
| Mode           |         | 8     |
| Std. Deviation |         | 1,172 |
| Range          |         | 5     |
| Minimum        |         | 7     |
| Maximum        |         | 12    |
| Sum            |         | 272   |

## Indikator Teknik

### Statistics

Teknik

|                |         |       |
|----------------|---------|-------|
| N              | Valid   | 30    |
|                | Missing | 0     |
| Mean           |         | 10,53 |
| Median         |         | 10,00 |
| Mode           |         | 10    |
| Std. Deviation |         | 1,408 |
| Range          |         | 6     |
| Minimum        |         | 8     |
| Maximum        |         | 14    |
| Sum            |         | 316   |

## Indikator Pengembangan Karakter

### Statistics

PengembanganKarakter

|                |         |       |
|----------------|---------|-------|
| N              | Valid   | 30    |
|                | Missing | 0     |
| Mean           |         | 8,00  |
| Median         |         | 8,00  |
| Mode           |         | 8     |
| Std. Deviation |         | 1,414 |
| Range          |         | 7     |
| Minimum        |         | 3     |
| Maximum        |         | 10    |
| Sum            |         | 240   |

### Lampiran 18. Deskriptif Statistik Tiap Butir

**Descriptive Statistics**

|                    | N  | Range | Minimum | Maximum | Sum  | Mean  | Std. Deviation |
|--------------------|----|-------|---------|---------|------|-------|----------------|
| Butir1             | 30 | 3     | 2       | 5       | 132  | 4.40  | .675           |
| butir2             | 30 | 1     | 4       | 5       | 136  | 4.53  | .507           |
| butir3             | 30 | 3     | 1       | 4       | 66   | 2.20  | .664           |
| butir4             | 30 | 4     | 1       | 5       | 68   | 2.27  | .944           |
| butir5             | 30 | 1     | 4       | 5       | 131  | 4.37  | .490           |
| butir6             | 30 | 3     | 1       | 4       | 73   | 2.43  | .774           |
| butir7             | 30 | 2     | 3       | 5       | 131  | 4.37  | .556           |
| butir8             | 30 | 3     | 2       | 5       | 120  | 4.00  | .788           |
| butir9             | 30 | 4     | 1       | 5       | 65   | 2.17  | .791           |
| butir10            | 30 | 4     | 1       | 5       | 132  | 4.40  | .814           |
| butir11            | 30 | 3     | 1       | 4       | 61   | 2.03  | .765           |
| butir12            | 30 | 2     | 1       | 3       | 47   | 1.57  | .568           |
| JUMLAH             | 30 | 12    | 31      | 43      | 1162 | 38.73 | 2.900          |
| Valid N (listwise) | 30 |       |         |         |      |       |                |

**Butir1**

|               | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|---------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Rendah  | 1         | 3.3     | 3.3           | 3.3                |
| Tinggi        | 15        | 50.0    | 50.0          | 53.3               |
| Sangat Tinggi | 14        | 46.7    | 46.7          | 100.0              |
| Total         | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

**butir2**

|       |               | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Tinggi        | 14        | 46.7    | 46.7          | 46.7               |
|       | Sangat Tinggi | 16        | 53.3    | 53.3          | 100.0              |
|       | Total         | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

**butir3**

|       |               | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Rendah | 3         | 10.0    | 10.0          | 10.0               |
|       | Rendah        | 19        | 63.3    | 63.3          | 73.3               |
|       | Sedang        | 7         | 23.3    | 23.3          | 96.7               |
|       | Tinggi        | 1         | 3.3     | 3.3           | 100.0              |
|       | Total         | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

**butir4**

|       |               | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Rendah | 3         | 10.0    | 10.0          | 10.0               |
|       | Rendah        | 21        | 70.0    | 70.0          | 80.0               |
|       | Sedang        | 3         | 10.0    | 10.0          | 90.0               |
|       | Tinggi        | 1         | 3.3     | 3.3           | 93.3               |
|       | Sangat Tinggi | 2         | 6.7     | 6.7           | 100.0              |
|       | Total         | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

**butir5**

|       |               | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Tinggi        | 19        | 63.3    | 63.3          | 63.3               |
|       | Sangat Tinggi | 11        | 36.7    | 36.7          | 100.0              |
|       | Total         | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

**butir6**

|       |               | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Rendah | 2         | 6.7     | 6.7           | 6.7                |
|       | Rendah        | 16        | 53.3    | 53.3          | 60.0               |
|       | Sedang        | 9         | 30.0    | 30.0          | 90.0               |
|       | Tinggi        | 3         | 10.0    | 10.0          | 100.0              |
|       | Total         | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

**butir7**

|       |               | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sedang        | 1         | 3.3     | 3.3           | 3.3                |
|       | Tinggi        | 17        | 56.7    | 56.7          | 60.0               |
|       | Sangat Tinggi | 12        | 40.0    | 40.0          | 100.0              |
|       | Total         | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

**butir8**

|       |               | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Rendah        | 2         | 6.7     | 6.7           | 6.7                |
|       | Sedang        | 3         | 10.0    | 10.0          | 16.7               |
|       | Tinggi        | 18        | 60.0    | 60.0          | 76.7               |
|       | Sangat Tinggi | 7         | 23.3    | 23.3          | 100.0              |
|       | Total         | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

**butir9**

|       |               | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Rendah | 3         | 10.0    | 10.0          | 10.0               |
|       | Rendah        | 22        | 73.3    | 73.3          | 83.3               |
|       | Sedang        | 3         | 10.0    | 10.0          | 93.3               |
|       | Tinggi        | 1         | 3.3     | 3.3           | 96.7               |
|       | Sangat Tinggi | 1         | 3.3     | 3.3           | 100.0              |
|       | Total         | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

**butir10**

|       |               | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Rendah | 1         | 3.3     | 3.3           | 3.3                |
|       | Tinggi        | 14        | 46.7    | 46.7          | 50.0               |
|       | Sangat Tinggi | 15        | 50.0    | 50.0          | 100.0              |
|       | Total         | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

**butir11**

|       |               | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Rendah | 6         | 20.0    | 20.0          | 20.0               |
|       | Rendah        | 19        | 63.3    | 63.3          | 83.3               |
|       | Sedang        | 3         | 10.0    | 10.0          | 93.3               |
|       | Tinggi        | 2         | 6.7     | 6.7           | 100.0              |
|       | Total         | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

**butir12**

|       |               | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Rendah | 14        | 46.7    | 46.7          | 46.7               |
|       | Rendah        | 15        | 50.0    | 50.0          | 96.7               |
|       | Sedang        | 1         | 3.3     | 3.3           | 100.0              |
|       | Total         | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

## Lampiran 19. Dokumentasi Penelitian



