

***IMPACT SELF EFFICACY* DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP  
MOTIVASI BERPRESTASI ATLET PENCAK SILAT IPSI  
PEMALANG**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

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



Oleh:  
Raiyan Achmad Pamungkas  
NIM 17602244050

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2022**

## PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

### ***IMPACT SELF EFFICACY* DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP MOTIVASI BERPRESTASI ATLET PENCAK SILAT IPSI PEMALANG**

Disusun Oleh:

Raiyan Achmad Pamungkas  
NIM 17602244050

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan

Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, Februari 2022

Mengetahui,  
Ketua Program Studi

Disetujui,  
Dosen Pembimbing,

Yogyakarta, 18 Februari 2022

Mengetahui,  
Ketua Program Studi

Disetujui,  
Dosen Pembimbing,

Prof. Dr. Endang Rini Sukamti, M.S.  
NIP 196004071986012001

Prof. Dr. Siswantoyo, S.Pd., M.Kes.  
NIP 197203101999031002

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Raiyan Achmad Pamungkas  
NIM : 17602244050  
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Judul TAS : Impact *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial terhadap Motivasi Berprestasi Atlet Pencak Silat IPSI Pemalang

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

Yogyakarta, Februari 2022



Raiyan Achmad Pamungkas  
NIM 17602244050

**HALAMAN PENGESAHAN**

Tugas Akhir Skripsi

**IMPACT SELF EFFICACY DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP  
MOTIVASI BERPRESTASI ATLET PENCAK SILAT IPSI  
PEMALANG**

Disusun Oleh:

Raiyan Achmad Pamungkas  
NIM 17602244050

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi

Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 1 Maret 2022

**TIM PENGUJI**

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Siswantoyo, S.Pd., M.Kes. Ketua Penguji/Pembimbing		05/03/2022
Agus Supriyanto, M.Si. Sekretaris		13/04/2022
Dr. Awan Hariono, M.Or. Penguji		27/03/2022

Yogyakarta, Maret 2022  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,

  
Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed.  
NIP. 196407071988121001

## MOTTO

*“You can't put a limit on anything. The more you dream, the farther you get.*

Anda tidak bisa menaruh batasan dalam hal apapun. Semakin banyak anda bermimpi, semakin jauh yang bisa anda dapatkan”

— Michael Phelps —

“Jika kamu menungguku menyerah, kamu akan menungguku selamanya”

— Uzumaki Naruto —

*“Sepiro gedening sengsoro yen tinompo amung dadi coba.*

Sebesar apapun penderitaan apabila diterima dengan hati yang ikhlas maka hanya akan menjadi cobaan semata”

— Raden Mas Imam Koesoepangat —

“Boleh lelah, tetapi jangan menyerah”

— Raiyan —

## PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, segala puji syukur bagi Allah SWT Tuhan semesta alam, Engkau berikan berkah dari buah kesabaran dan keikhlasan dalam mengerjakan Tugas Akhir Skripsi ini, sehingga dapat selesai tepat pada waktunya. Karya ini saya persembahkan kepada:

1. Kepada kedua orang tua saya, Bapak Muzaki dan Mamah Endang Harmanti. Terimakasih atas do'a dan dukungan yang ikhlas sampai sejauh ini, serta kakak-kakak dan adik saya: Moushawi Almahy, Rahmi Khairunnisa Qanitah, Kaisar El Hak Al Arief. Terimakasih untuk kebersamaanya dalam kesedihan maupun kebahagiaan, serta semua pertolongan yang sudah kalian berikan.
2. Papah Krist CK, Mamah Nita, dan keluarga, yang selalu mendukung dan tidak hentinya menguatkan sampai saat ini.
3. Teman-teman yang selalu ada dalam susah, sedih, maupun senang, dan memberi *support* saya dalam keadaan apapun terimakasih yang tak terhingga saya ucapkan.

**IMPACT SELF EFFICACY DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP  
MOTIVASI BERPRESTASI ATLET PENCAK SILAT IPSI  
PEMALANG**

Oleh:  
Raiyan Achmad Pamungkas  
NIM 17602244050

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui (1) *Impact self efficacy* terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang. (2) *Impact* dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang. (3) *Impact self efficacy* dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *ex post facto*. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet pencak silat IPSI (Ikatan Pencak Silat Seluruh Indonesia) di Pemalang dengan jumlah 170 atlet. Teknik *sampling* menggunakan rumus Slovin 10% berjumlah 81 atlet. Instrumen yang digunakan untuk mengukur *self efficacy*, dukungan sosial, dan motivasi berprestasi yaitu angket. Analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif dan statistik inferensial.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) *Self efficacy* memberikan *impact* terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang yaitu sebesar 17,37%. (2) Dukungan sosial memberikan *impact* terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang yaitu sebesar 82,63%. (3) *Self efficacy* dan dukungan sosial memberikan *impact* terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang yaitu sebesar 100,00%.

Kata kunci: *self efficacy*, dukungan sosial, motivasi berprestasi

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “*Impact Self Efficacy dan Dukungan Sosial terhadap Motivasi Berprestasi Atlet Pencak Silat IPSI Pemalang*“ 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 Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Siswantoyo, S.Pd., M.Kes., selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Ketua Penguji, Sekretaris, dan Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
5. Prof. Dr. Endang Rini Sukanti, M.S., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Bapak Drs. Agung Nugroho AM., M.Si., selaku Dosen Pembimbing Akademik atas segala bantuan dan arahan yang diberikan.

7. Bapak Dr. Awan Hariono, M.Or., yang telah memberikan motivasi dan semangat kepada saya.
8. Keluarga Puslatda Pencak Silat D.I. Yogyakarta dan UKM Pencak Silat UNY yang banyak mendukung dan berbagi ilmu dalam menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi.
9. Pengurus, pelatih, dan Atlet Pencak Silat IPSI Pemalang yang telah memberi izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
10. Teman teman PKO FIK selama saya kuliah, yang selalu menjadi teman setia menemani, hingga saya dapat menyelesaikan kuliah ini.
11. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT/Tuhan Yang Maha Esa\*) dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, Februari 2022  
Penulis,



Raiyan Achmad Pamungkas  
NIM 17602244050

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	
.....	<b>Erro</b>
<b>r! Bookmark not defined.</b>	
<b>HALAMAN MOTTO</b> .....	v
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	vi
<b>ABSTRAK</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xv
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	8
C. Pembatasan Masalah .....	8
D. Rumusan Masalah.....	9
E. Tujuan Penelitian .....	9
F. Manfaat Penelitian .....	10
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori.....	11
1. Pencak Silat.....	11
a. Pengertian Pencak Silat.....	11
b. Teknik Dasar Pencak Silat .....	14

c. Perlengkapan Gelanggang.....	17
2. Hakikat Psikologi Olahraga .....	18
3. Motivasi Berprestasi.....	20
a. Pengertian Motivasi .....	21
b. Pengertian Motivasi Berprestasi .....	23
c. Aspek-Aspek Motivasi Berprestasi.....	26
d. Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Berprestasi.....	27
4. <i>Self Efficacy</i> .....	28
a. Pengertian <i>Self Efficacy</i> .....	28
b. Aspek-Aspek <i>Self Efficacy</i> .....	30
5. Dukungan Sosial .....	32
a. Pengertian Dukungan Sosial .....	32
b. Aspek-Aspek Dukungan Sosial .....	34
B. Kajian Penelitian yang Relevan .....	35
C. Kerangka Berpikir .....	38
D. Pertanyaan Penelitian .....	41

### **BAB III. METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	42
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	43
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	43
D. Definisi Operasional Variabel.....	45
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data .....	46
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	50
G. Teknik Analisis Data.....	52

### **BAB IV. HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN**

A. Hasil Penelitian .....	57
1. Hasil Analisis Statistik Deskriptif.....	57
a. <i>Self Efficacy</i> ( $X_1$ ).....	57
b. Dukungan Sosial ( $X_2$ ) .....	59
c. Motivasi Berprestasi ( $Y$ ).....	61
2. Hasil Analisis Statistik Inferensial .....	64

a. Uji Normalitas.....	64
b. Uji Linieritas .....	64
c. Uji Multikolinearitas .....	65
3. Analisis Regresi Linier Berganda.....	66
4. Hasil Analisis Uji t (Parsial) .....	67
5. Hasil Analisis Uji F (Simultan).....	68
6. Koefisien Determinasi ( $R^2$ ) .....	68
B. Pembahasan.....	69
C. Keterbatasan Penelitian .....	74
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	76
B. Implikasi.....	76
C. Saran.....	77
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>78</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>83</b>

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Berpikir .....	40
Gambar 2. Desain Penelitian .....	42
Gambar 3. Histogram <i>Self Efficacy</i> ( $X_1$ ) .....	58
Gambar 4. Histogram Indikator <i>Self Efficacy</i> ( $X_1$ ).....	59
Gambar 5. Histogram Dukungan Sosial ( $X_2$ ).....	60
Gambar 6. Histogram Indikator Dukungan Sosial ( $X_2$ ) .....	61
Gambar 7. Histogram Motivasi Berprestasi (Y) .....	62
Gambar 8. Histogram Indikator Motivasi Berprestasi (Y).....	63

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Daftar Atlet IPSI di Kabupaten Pematang.....	43
Tabel 2. Hasil Perhitungan Sampel .....	45
Tabel 3. Alternatif Jawaban Angket .....	48
Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen <i>Self Efficacy</i> .....	48
Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Dukungan Sosial .....	49
Tabel 6. Kisi-kisi Instrumen Motivasi Berprestasi .....	50
Tabel 7. Hasil Analisis Validitas Instrumen .....	51
Tabel 8. Hasil Analisis Reliabilitas Instrumen .....	52
Tabel 9. Norma Kategori Penilaian .....	52
Tabel 10. Norma Mean Aritmatik .....	53
Tabel 11. Deskriptif Statistik <i>Self Efficacy</i> ( $X_1$ ) .....	57
Tabel 12. Norma Penilaian <i>Self Efficacy</i> ( $X_1$ ) .....	57
Tabel 13. Indikator <i>Self Efficacy</i> Atlet Pencak Silat IPSI Pematang.....	58
Tabel 14. Deskriptif Statistik Dukungan Sosial ( $X_2$ ).....	59
Tabel 15. Norma Penilaian Dukungan Sosial ( $X_2$ ).....	60
Tabel 16. Indikator Dukungan Sosial Atlet Pencak Silat IPSI Pematang .....	61
Tabel 17. Deskriptif Statistik Motivasi Berprestasi (Y) .....	62
Tabel 18. Norma Penilaian Motivasi Berprestasi (Y) .....	62
Tabel 19. Indikator Motivasi Berprestasi Atlet Pencak Silat IPSI Pematang..	63
Tabel 20. Hasil Uji Normalitas .....	64
Tabel 21. Hasil Uji Linieritas .....	65
Tabel 22. Hasil Uji Multikolinearitas .....	65
Tabel 23. Hasil Analisis Regresi Linear Berganda.....	66
Tabel 24. Hasil Analisis Uji Parsial ( <i>t test</i> ) .....	67

Tabel 25. Hasil Analisis Uji F (Simultan) .....	68
Tabel 26. Hasil Analisis Koefisien Determinasi ( $R^2$ ).....	68
Tabel 27. Hasil Analisis Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif .....	69

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Instrumen Penelitian .....	85
Lampiran 2. Data Uji Coba .....	92
Lampiran 3. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	95
Lampiran 4. Tabel r.....	101
Lampiran 5. Data Penelitian.....	102
Lampiran 6. Deskriptif Statistik.....	111
Lampiran 7. Uji Normalitas .....	114
Lampiran 8. Uji Linearitas .....	115
Lampiran 9. Uji Multikolinearitas .....	116
Lampiran 10. Uji Regresi.....	117
Lampiran 11. Penghitungan Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif.....	118
Lampiran 12. Surat Bimbingan Skripsi.....	120

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Olahraga sebagai salah satu unsur yang berpengaruh dalam kehidupan manusia, telah ikut berperan dalam mengharumkan nama daerah dan bangsa, baik melalui kompetisi di tingkat nasional maupun internasional. Setiap bangsa di seluruh dunia berlomba-lomba menciptakan prestasi dalam kegiatan olahraga, karena prestasi olahraga yang baik akan meningkatkan citra bangsa di dunia internasional. Olahraga bela diri menjadi olahraga prestasi yang menarik dan diminati banyak orang, dari mulai usia dini sampai dengan usia dewasa. Olahraga bela diri selain dapat untuk menjaga kesehatan dan kesegaran tubuh, dapat juga berguna sebagai alat antisipasi adanya gangguan. Setiap jenis olahraga beladiri memiliki ciri khasnya untuk mencapai hasil terbaik, karena fokus pembinaan setiap jenis olahraga bervariasi bergantung pada pengelompokkannya ke dalam olahraga individual atau regu (Fenanlampir, 2020: 12).

Catatan prestasi Indonesia sangat memprihatinkan, baik di tingkat Asia Tenggara maupun dunia. Kontingen Indonesia banyak yang mengalami kegagalan dalam mengikuti berbagai kompetisi internasional. Jadi, sudah sangat jelas sekali bahwa keterpurukan prestasi olahraga Indonesia saat ini merupakan suatu realitas dari kondisi olahraga Indonesia. Keterpurukan prestasi olahraga Indonesia saat ini yang semakin jauh disebabkan karena beberapa cabang olahraga individual, yang menjadi andalan bagi bangsa Indonesia untuk memperoleh medali, juga ikut

mengalami penurunan prestasi. Salah satu di antaranya dapat dilihat pada cabang olahraga pencak silat.

Pencak silat sebagai olahraga bela diri asli atau tradisi bangsa Indonesia mengalami penurunan prestasi sejak lima tahun terakhir ini. Olahraga bela diri asal Indonesia ini, yang seharusnya dimiliki dan didominasi oleh bangsa Indonesia, sekarang telah dimiliki dan lebih maju di negara lain dibandingkan di Indonesia. Sementara di Indonesia sendiri, perkembangan olahraga bela diri ini tertinggal dibandingkan dengan olahraga bela diri yang berasal dari luar, seperti taekwondo, karate, wushu dan judo.

Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI) membentuk cabang-cabang di tingkat propinsi dan kabupaten. Pembentukan IPSI cabang merupakan salah satu usaha regenerasi atau pencarian bibit-bibit atlet-atlet pencak silat. IPSI Pemalang merupakan salah satu IPSI cabang di Jawa Tengah, yang mengelolakan meelakukan pembinaan terhadap atlet-aatlet pencak silat tim prestasi daerah Pemalang. Berdasarkan data yang peneliti peroleh dari Ketua IPSI Kabupaten Pemalang pada tanggal 05 Mei 2021 atlet pencak silat yang berada di Pemalang berjumlah 170 atlet dan tergabung dalam beberapa perguruan, yaitu: Persaudaraan Setia Hati Teratai, Tapak Suci, Persinas Asad, Inseba, Jutako, Nusyah, dan Pagar Nusa. Di samping itu, IPSI Kabupaten Pemalang hanya mampu meraih sampai dengan medali perak atau juara dua di beberapa pertandingan yang diikuti di tingkat provinsi Jawa Tengah, sehingga prestasi atlet pencak silat di Pemalang cenderung rendah dari tahun 2009-2019.

Akan tetapi, berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dengan beberapa atlet dan pelatih IPSI Kabupaten Pemalang bahwa prestasi yang diperoleh atlet di berbagai cabang olahraga terutama cabang olahraga Pencak Silat cenderung mengalami penurunan. Jika dilihat, IPSI Kabupaten Pemalang memiliki *management* yang mengurus segala kebutuhan atlet dan telah memiliki jadwal latihan yang terstruktur dan pelatih tetap meskipun masih dalam masa pandemi Covid-19.

Para pakar olahraga setuju bahwa pencapaian performa yang optimal dapat dicapai tidak hanya karena pengaruh keterampilan fisik semata tetapi juga dipengaruhi oleh faktor psikologikal (Kenioua & Boumesjed, 2017: 36). Demi mencapai suatu prestasi tinggi dalam suatu pertandingan atau kompetisi, diperlukan waktu yang cukup lama untuk dapat menguasai semua keterampilan, motivasi serta kemampuan untuk menghadapi masalah-masalah yang timbul dalam kegiatan berlatih dan bertanding.

Atlet yang mencapai sukses pada puncak prestasi sebanyak 60% sampai 90% dipengaruhi oleh faktor mental dan kemampuan atlet menguasai kondisi psikologisnya. Kondisi psikologis ini meliputi intelektual, motivasi, kepribadian, dan koordinasi kerja otot dan syaraf. Weinberg & Gould (2015: 57) mengungkapkan bahwa 80-90% prestasi olahraga ditentukan oleh aspek psikologis terutama motivasi. Motivasi atlet menjadi salah satu faktor kunci dalam menentukan kemenangan seorang atlet dalam bertanding bahkan hingga menjadi seorang juara.

Motivasi dalam olahraga adalah keseluruhan daya penggerak (motif-motif) di dalam diri individu yang menimbulkan kegiatan berolahraga, menjamin kelangsungan latihan, dan memberi arah pada kegiatan latihan untuk mencapai tujuan yang dikehendaki (Sholicha, 2020: 91). Manusia sebagai makhluk sosial dipengaruhi oleh berbagai motif, salah satunya adalah motivasi berprestasi. Usaha mencapai sukses atau berhasil dalam suatu pertandingan atau kompetisi untuk mencapai prestasi. Motivasi adalah dasar dari semua olahraga prestasi. Ketidakmampuan atlet dalam memenuhi kebutuhan dapat berdampak pada motivasi berprestasi yang dirasakan. Motivasi berprestasi merupakan suatu usaha untuk mencapai sukses dan bertujuan untuk berhasil dalam kompetisi dengan suatu ukuran atau keunggulan. Motivasi berprestasi sangat menentukan performa atlet dalam bertanding maupun berlatih. Pengukuran terhadap aspek motivasi mampu membantu atlet atau pelatih untuk mengetahui, mengembangkan, dan memberikan program latihan yang tepat bagi atlet (Arifin & Wahyudi, 2021: 78)

Motivasi berprestasi atlet memang berkembang secara alami pada diri masing-masing atlet. Tujuan untuk berprestasi menjadi satu faktor pendorong atlet untuk termotivasi. Dalam kaitannya dengan hal ini, motivasi dapat dikembangkan atau bahkan dihilangkan. Oleh karena itu, perlu diketahui bahwa ada beberapa faktor yang mampu mengubah, mengurangi dan atau merubah meningkatkan aspek motivasi. Motivasi, *attitude*, dan *self efficacy* serta *anxiety* merupakan beberapa faktor psikologi yang dapat mempengaruhi prestasi seorang atlet (Alim, 2018: 83).

Membentuk kembali motivasi berprestasi itu sendiri dipengaruhi dari dalam maupun dari luar individu itu sendiri, sehingga untuk membangkitkan motivasi

berprestasi yang dimiliki oleh atlet dilakukan melalui dalam diri sendiri (intrinsik) dan dari luar diri (ekstrinsik) atlet (Ningsih, dkk., 2021: 1). Faktor internal yang memengaruhi motivasi untuk dapat berprestasi adalah salah satunya yaitu *self efficacy*. *Self efficacy* memainkan peranan penting dalam motivasi untuk berprestasi, individu memotivasi dirinya sendiri dan mengatur perilaku dengan menggunakan pemikiran tentang masa depan, sehingga individu tersebut membentuk keyakinan yang kuat terhadap kemampuan dirinya akan melakukan usaha lebih besar ketika individu tersebut gagal dalam menghadapi tantangan. *Self efficacy* juga menjadi kunci pendorong atlet untuk mencapai target atau tujuan yang sudah ditetapkan serta mampu menghadapi hambatan atau kendala dalam pencapaian tersebut (Narotama & Rustika, 2019: 12).

Teori *self-efficacy* menjelaskan bahwa kesuksesan seorang atlet diperoleh atas rasa kepercayaan diri dan keyakinannya untuk sukses. Hal ini menunjukkan bahwa sebuah prestasi dapat diraih oleh atlet hanya ketika atlet tersebut memiliki keyakinan atas kemampuannya untuk mendapatkan prestasi yang diinginkan. Kata kunci dari teori ini terletak pada keyakinan (kepercayaan diri) atas kemampuannya (Arifin & Wahyudi, 2021: 83). *Self-efficacy* merupakan bagian penting yang perlu dimiliki atlet bila ingin meraih prestasi olahraga, karena *self-efficacy* dapat membuat para atlet tetap kuat dalam menghadapi berbagai macam hambatan yang dialami untuk tetap berjuang, memiliki keyakinan untuk bisa melakukan yang terbaik (Selviana & Dwi, 2022: 2).

Variabel *self efficacy* menjadi penting untuk diteliti. *Self efficacy* pada dasarnya adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau

pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang perlu dilakukan untuk mencapai hasil yang diinginkan. *Self efficacy* adalah persepsi diri sendiri mengenai seberapa kemampuan yang dimiliki untuk dapat berfungsi dalam situasi tertentu sehingga melakukan tindakan yang diharapkan (Yulianto & Suprihatiningsih, 2019: 371). Atlet yang mempunyai *self efficacy* yang baik dapat diartikan sebagai individu yang mempunyai keyakinan dan kemampuan untuk melaksanakan tugas, dalam hal ini tugas pada atlet berupa prestasi yang akan diarahkannya saat bertanding.

Dukungan atau keterlibatan orangtua sebagai orang terdekat yang dimiliki oleh seorang atlet menjadi faktor yang memegang peranan penting sebagai penentu motivasi berprestasi (Manuaba & Susilawati, 2019: 161). Dukungan sosial tersebut bisa didapatkan dari orangtua, saudara, orang dewasa dan teman sebaya. Konsep operasional dari dukungan sosial adalah *perceived support* (dukungan yang dirasakan), yang memiliki dua elemen dasar diantaranya adalah persepsi bahwa ada sejumlah individu yang dapat mengandalkan saat dibutuhkan dan derajat kepuasan terhadap dukungan yang ada.

Dukungan sosial merupakan bentuk pemberian informasi serta merasa dirinya dicintai dan diperhatikan, terhormat, dan dihargai, serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban timbal balik dari orangtua, kekasih atau kerabat, teman, jaringan lingkungan sosial serta dalam lingkungan masyarakat (Saputri, dkk., 2019: 62). Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, percaya diri, dan kompeten. Atlet yang mendapatkan dukungan sosial yang bersumber dari pelatih, teman dan orangtua dapat

meningkatkan semangat dan percaya diri seorang atlet pada saat bertanding (Omchan, 2019: 2).

Seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh Munawijaya (2016) dalam penelitiannya juga mengungkapkan bahwa motivasi berprestasi yang dimiliki atlet pada dasarnya akan tercermin dari bentuk tanggung jawab dan kedisiplinan mereka saat berlatih tepat waktu, percaya diri dan yakin untuk dapat memenangkan pertandingan. Widiyanto, dkk., (2018: 2) menyatakan bahwa motivasi berprestasi atlet mendorongnya untuk memiliki persiapan matang sebelum bertanding, sehingga atlet memiliki harapan untuk sukses, mampu mengatasi tekanan-tekanan saat latihan atau bertanding serta mampu mengendalikan diri saat gagal. Ada banyak faktor yang mempengaruhi motivasi berprestasi. Paramitha, dkk., (2021: 32) menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi berprestasi antara lain keyakinan, kecakapan diri, motivasi akademi, praktik pengasuhan, sosial ekonomi, ekspektasi guru, sistem pendidikan dan kultur. Paramitha, dkk., (2021: 32), juga menyebutkan bahwa faktor intrinsik yang berpengaruh pada motivasi berprestasi adalah kemungkinan untuk sukses, ketakutan gagal, *value*, *self efficacy*, usia, pengalaman dan jenis kelamin.

Berdasarkan fenomena tersebut, terdapat suatu hal yang menarik bagi penulis untuk meneliti permasalahan yang ada. Motivasi berprestasi merupakan suatu usaha dan dorongan yang diperoleh dari kemampuan dan kesanggupan dengan ambisi, inisiatif, bertanggung jawab, untuk mencapai sebuah kesuksesan yang bertujuan untuk berhasil dalam pertandingan atau kompetisi sesuai target dengan standar keunggulan. Motivasi berprestasi atlet mempengaruhi kemampuan

dan keinginan atlet dalam berlatih sebagai usaha untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Selain itu, faktor eksternal dan internal yang dimiliki oleh atlet dapat memicu meningkatnya motivasi berprestasi.

Paparan di atas tentunya menarik untuk dikaji dan diteliti lebih dalam, oleh karena itu, peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul **“*Impact self efficacy* dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang”**.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, ada beberapa hal yang dapat diidentifikasi dari permasalahan tersebut yaitu:

1. Faktor mental mempengaruhi prestasi atlet khususnya pencak silat.
2. Belum diketahui tingkat motivasi berprestasi atlet Pencak Silat di era masa kini.
3. Kurangnya *self efficacy* atlet pencak silat IPSI Pemalang.
4. Belum diketahui faktor penyebab menurunnya motivasi berprestasi atlet Pencak Silat.
5. *Impact self efficacy* dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang belum diketahui.

## **C. Pembatasan Masalah**

Dari identifikasi masalah di atas jelas bahwa permasalahan yang terkait sangat luas, karena banyaknya masalah yang terkait dengan motivasi berprestasi, maka peneliti akan memfokuskan pada masalah yang berkaitan dengan *self efficacy*

dan dukungan sosial, karena kedua faktor tersebut dianggap sangat berpengaruh terhadap motivasi berprestasi atlet.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka yang menjadi masalah pokok dalam penelitian adalah:

1. Seberapa besar *impact self efficacy* terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang?
2. Seberapa besar *impact* dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang?
3. Seberapa besar *impact self efficacy* dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini sesuai dengan permasalahan yang ada, untuk menganalisis:

1. *Impact self efficacy* terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang.
2. *Impact* dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang.
3. *Impact self efficacy* dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang.

## **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik secara teoretis maupun praktis sebagai berikut:

1. Secara teoritis
  - a. Secara teoritis, penelitian ini di harapkan dapat bermanfaat memberikan sumbangan perkembangan ilmu pengetahuan khususnya mengenai *impact self efficacy*, dukungan sosial dan faktor demografis terhadap motivasi berprestasi atlet IPSI (Ikatan Pencak Silat Seluruh Indonesia).
  - b. Sebagai bahan acuan dan bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya.
2. Secara Praktis
  - a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang ilmu yang telah dipelajari selama studi dan pengalaman penulis dalam bidang kependidikan.
  - b. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi maupun saran bagi atlet yang membutuhkan cara untuk meningkatkan motivasi berprestasi yang baik dan benar.
  - c. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi, pembandingan, dan acuan untuk penelitian selanjutnya dengan menambah wawasan atau variabel lain, sehingga berguna untuk para atlet yang membutuhkan.

## **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

## **A. Kajian Teori**

### **1. Pencak Silat**

#### **a. Pengertian Pencak Silat**

Pencak silat merupakan olahraga yang cukup populer di Indonesia. Purnomo (2021: 74) pencak silat berarti “permainan (keahlian dalam mempertahankan diri dengan kepandaian menangkis, menyerang, dan membela diri, baik dengan atau tanpa senjata”. Pencak silat pada mulanya adalah metode perkelahian yang efektif, dimana manusia yang menguasai metode tersebut di satu sisi akan dapat mengalah dan menaklukkan lawannya dengan mudah (Wilson, 2020: 12).

Kriswanto (2015: 13) menyatakan bahwa pencak silat merupakan sistem beladiri yang diwariskan oleh nenek moyang sebagai budaya bangsa Indonesia sehingga perlu dilestarikan, dibina, dan dikembangkan. Indonesia merupakan negara yang menjadi pusat ilmu beladiri tradisional pencak silat. Istilah resmi pencak silat di beberapa daerah berbeda-beda, contohnya:

- 1) Sumatera Barat dengan istilah *Silek* dan *Gayuang*.
- 2) Di pesisir timur Sumatra Barat dan Malaysia dengan istilah *Bersilat*.
- 3) Jawa Barat dengan istilah *Maempok* dan *Penca*.
- 4) Jawa Tengah, Yogyakarta, dan Jawa Timur dengan istilah *Pencak*.
- 5) Madura dan Pulau Bawean dengan istilah *Mancak*.
- 6) Bali dengan istilah *Mancak* atau *Encak*.
- 7) Kabupaten Dompu dan NTB dengan istilah *Mpaa Sila*.

Pendapat Fajriyudin, dkk., (2021: 51) mendefinisikan pencak silat adalah hasil budaya manusia Indonesia untuk membela, mempertahankan eksistensi (kemandiriannya), dan integritasnya (manunggal) terhadap lingkungan hidup/alam

sekitarnya untuk mencapai keselarasan hidup guna meningkatkan iman dan takwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Kamus bahasa Indonesia, pencak silat diartikan permainan (keahlian) dalam mempertahankan diri dengan kepandaian menangkis, menyerang, dan membela diri dengan atau tanpa senjata. Pencak silat juga merupakan seni beladiri, sehingga di dalamnya terdapat unsur keindahan dan tindakan. Pencak silat merupakan hasil budi dan akal manusia, lahir dari sebuah proses perenungan, pembelajaran, dan pengamatan.

Popularitas seni bela diri telah membantu memberikan kontribusi untuk kepentingan yang berkembang dalam penelitian seni bela diri selama bertahun-tahun, yang dapat digambarkan melalui beberapa cara. Pertama, ada indikasi bahwa dalam beberapa tahun terakhir lebih makalah tentang seni bela diri disajikan di dalam kongres olahraga (Sutantri, 2019: 3). Menurut Kriswanto (2015: 19) ditinjau dari identitas dan kaidahnya, pencak silat adalah substansi dan sarana pendidikan mental spiritual dan pendidikan jasmani untuk membentuk manusia yang mampu menghayati dan mengamalkan ajaran falsafah budi pekerti luhur. Penerapan tentang dari belajar pencak silat itu harus mengandung arti bahwa:

- 1) Manusia sebagai makhluk Tuhan harus mematuhi dan melaksanakan secara konsisten dan konsekuen nilai-nilai ketuhanan dan keagamaan, baik secara vertikal maupun horizontal.
- 2) Manusia sebagai makhluk individu atau makhluk pribadi wajib meningkatkan dan mengembangkan kualitas kepribadiannya untuk mencapai kepribadian yang luhur, yakni kepribadian yang bernilai dan berkualitas tinggi serta ideal menurut pandangan masyarakat dan ajaran agama.
- 3) Manusia sebagai makhluk sosial wajib memiliki pemikiran, orientasi, wawasan, pandangan, motivasi, sikap, tingkah laku, dan perbuatan sosial yang luhur, dalam arti bernilai dan berkualitas tinggi serta ideal menurut pandangan masyarakat.
- 4) Manusia sebagai makhluk alam semesta berkewajiban untuk melestarikan kondisi dan keseimbangan alam semesta yang

memberikan kemajuan, kesejahteraan, dan kebahagiaan kepada manusia sebagai karunia Tuhan.

Lebih lanjut menurut Kriswanto (2015: 20-22) terdapat 4 aspek utama dalam pencak silat, yaitu:

- 1) Aspek Mental Spiritual  
Aspek mental spiritual meliputi sikap dan sifat bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti luhur, cinta tanah air, penuh persaudaraan dan tanggung jawab, suka memaafkan, serta mempunyai rasa solidaritas tinggi dengan menjunjung tinggi kebenaran, kejujuran, dan keadilan.
- 2) Aspek Seni  
Aspek seni dari pencak silat merupakan wujud kebudayaan dalam bentuk kaidah gerak dan irama, sehingga perwujudan taktik ditekankan kepada keselarasan, keseimbangan dan keserasian antara raga, irama, dan rasa.
- 3) Aspek Bela Diri  
Aspek beladiri meliputi sifat dan sikap kesiagaan mental dan fisik yang dilandasi dengan sikap kesatria, tanggap dan selalu melaksanakan atau mengamalkan ilmu bela dirinya dengan benar, menjauhkan diri dari sikap dan perilaku sombong dan menjauhkan diri dari rasa dendam.
- 4) Aspek Olahraga  
Aspek olahraga meliputi sifat dan sikap menjamin kesehatan jasmani dan rohani serta berprestasi di bidang olahraga. Aspek olahraga meliputi pertandingan dan demonstrasi bentuk-bentuk jurus, baik untuk tunggal, ganda atau regu.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa Pencak Silat adalah sebuah cabang olahraga tradisional, warisan budaya luhur bangsa Indonesia dan merupakan sistem bela diri yang mempunyai empat nilai, yaitu: etis, teknis, estetis, dan atletis.

## **b. Teknik Dasar Pencak Silat**

Menurut Ediyono & Widodo (2019: 17) teknik adalah sistem atau cara melakukan suatu gerakan atau tidak melakukan apa-apa dalam pencak silat. Diam, atau tidak melakukan apa-apa juga merupakan suatu teknik, contoh nya adalah sikap tenang dengan memandang tajam ke arah lawan. Ada ratusan bahkan ribuan teknik dalam pencak silat yang mencakup beragam gaya dan bentuk. Contoh : teknik memukul, pukulan lurus ke depan bisa dilakukan dengan tangan terkepal atau jari terbuka, menggunakan buku jari tangan, dan sebagai nya yang disesuaikan dengan tujuan/sasaran dan kondisi lawan. Teknik memukul tidak selalu ke depan, bisa menyamping/diagonal, ke atas, vertikal, atau mengayun dari atas ke bawah dan dari kiri ke kanan atau sebaliknya. Masing-masing aliran/perguruan mempunyai teknik sendiri dan kemungkinan kesamaan dengan pencak silat lain nya.

Berkaitan dengan keterampilan dasar, maka dalam pencak silat ada beberapa teknik dasar. Berikut ini adalah teknik-teknik dasar pencak silat:

### 1) Kuda-kuda

Kuda-kuda adalah suatu posisi yang menjadi tumpuan untuk melakukan sikap pasang, teknik-teknik serangan, dan teknik pembelaan diri (Kriswanto, 2015:43). Kuda-kuda adalah teknik yang memperlihatkan sikap dari kedua kaki dalam keadaan statis. Teknik ini digunakan untuk mendukung sikap pasang pencak silat. Kuda-kuda juga digunakan sebagai latihan dasar pencak silat untuk memperkuat otot-otot kaki. Otot yang dominan dalam melakukan kudakuda adalah *quadriceps femoris* dan *hamstring* (Lubis & Wardoyo, 2016:18).

### 2) Sikap Pasang

Sikap pasang adalah teknik berposisi siap tempur optimal dalam menghadapi lawan yang dilaksanakan secara taktis dan efektif (Ediyono & Widodo, 2019: 1). Pengertian lain dari sikap pasang adalah sikap taktik untuk menghadapi lawan yang berpola menyerang atau menyambut (Lubis & Wardoyo, 2016:20).

### 3) Pola Langkah

Langkah merupakan teknik gerak kaki dalam pemindahan dan perubahan posisi untuk mendekati atau menjauhi lawan guna mendapatkan posisi yang lebih baik atau menguntungkan yang dikombinasikan dan dikoordinasikan dengan sikap tubuh dan sikap tangan (Lubis & Wardoyo, 2016:24). Pendapat menurut Ediyono & Widodo (2019: 2) yang menyebutkan bahwa gerak langkah, adalah teknik pemindahan atau perubahan posisi disertai kewaspadaan mental dan indera secara optimal untuk mendapatkan posisi yang menguntungkan dalam rangka mendekati atau menjauhi lawan untuk kepentingan serangan dan belaan.

### 4) Belaan

Belaan adalah upaya untuk mengagalkan serangan, yang terdiri dari dua macam yaitu tangkisan dan hindaran. Menurut Lubis & Wardoyo (2016:37) tangkisan adalah suatu teknik belaan untuk mengagalkan serangan lawan dengan melakukan tindakan menahan serangan lawan dengan tangan, kaki, dan tubuh. Sedangkan hindaran adalah suatu teknik mengagalkan serangan lawan yang dilakukan tanpa menyentuh tubuh lawan (alat serang).

### 5) Serangan

Serangan adalah teknik untuk merebut inisiatif lawan dan atau membuat lawan tidak dapat melakukan serangan atau bela-an yang dilakukan secara taktis. Serangan dapat dikatakan sebagai balaan atau pertahanan aktif (Ediyono & Widodo, 2019: 3). Menurut Lubis & Wardoyo (2016:28), serangan terdiri dari dua jenis, yaitu serangan tangan dan serangan kaki. Serangan tangan terdiri dari beberapa jenis seperti: pukulan depan, pukulan samping, pukulan sangkol, pukulan lingkaran, tabasan, tebaran, sangga, tamparan, kepret, tusukan, totokan, patukan, cengkraman, gentusan, sikuan, dan dobrakan. Serangan tungkai dan kaki, terdiri dari tendangan (tendangan lurus, tusuk, kepret, jejag, gajul, tendangan T/samping, dan lain-lain), sapuan, dan dengkulan.

#### 6) Tangkapan

Tangkapan adalah suatu teknik menangkap tangan, kaki, ataupun anggota badan lawan dengan satu atau dua tangan an akan dilanjutkan dengan gerakan lain (Lubis & Wardoyo, 2016:43). Tangkapan adalah bela-an dengan cara menahan lengan atau tungkai dari serangan lawan dengan cara ditangkap. Tangkapan merupakan teknik dan taktik serangan pada jarak jangkauan dekat dan sedang yang dilaksanakan dengan menangkap salah satu komponen tubuh lawan (Kriswanto, 2015:96).

#### 7) Kunci-an

Kunci-an adalah suatu teknik untuk menguasai lawan atau membuat lawan tidak berdaya dengan menggunakan kaki, tangan, ataupun anggota badan lainnya yang diawali dengan teknik tangkapan (Lubis & Wardoyo, 2016:43). Kunci-an adalah menguasai lawan dengan tangkapan sempurna untuk melumpuhkan lawan

agar tidak berdaya, tidak dapat bergerak, atau untuk melucuti senjata musuh (Kriswanto, 2015:113).

#### 8) Jatuhan

Jatuhan adalah teknik dan taktik serangan pada jarak jangkauan jauh dan sedang yang dilaksanakan dengan menggunakan tungkai atau kaki untuk menjatuhkan lawan (Kriswanto, 2015:104). Jatuhan langsung yaitu menghilangkan tumpuan badan lawan dengan cara: sapuan, sirkel, dan guntingan. Jatuhan tak langsung yaitu jatuhan dari proses tangkapan yang dilanjutkan dengan ungkitan, kaitan, dorongan, tarikan, dan sapuan atas.

Menurut Lubis & Wardoyo (2016: 18-43) ada beberapa keterampilan dalam pencak silat, antara lain: (1) kuda-kuda, (2) sikap pasang, (3) pola langkah, (4) belaan, (5) hindaran, (6) serangan. Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa teknik-teknik pencak silat di antaranya yaitu sikap, teknik menyerang, teknik menghindar, teknik menangkis, dan teknik melangkah. Semua teknik tersebut harus dikuasai dengan baik oleh seorang pesilat agar bisa berprestasi dengan baik.

#### **c. Perlengkapan Gelanggang**

Gelanggang yang digunakan adalah matras tebal 5 cm, permukaan rata dan tidak memantul, berukuran 10 x 10 m dengan warna dasar hijau dan bidang tanding berbentuk lingkaran dalam bidang gelanggang dengan garis tengah 8 meter. Pada tengah-tengah dibuat lingkaran dengan garis tengah 3 meter, lebar garis 5 cm, dengan sudut merah dan biru, serta sudut netral (Lubis & Wardoyo, 2016: 37). Menurut Kriswanto (2015: 151) perlengkapan gelanggang yang wajib disediakan oleh panitia pelaksana terdiri atas:

- 1) meja dan kursi pertandingan,
- 2) meja dan kursi wasit juri,
- 3) formulir pertandingan dan alat tulis menulis,
- 4) jam pertandingan, gong (alat lainnya yang sejenis) dan bel,
- 5) lampu babak atau alat lainnya untuk menentukan babak,
- 6) lampu isyarat berwarna merah, biru, dan kuning untuk memberikan isyarat yang diperlukan sesuai dengan proses pertandingan yang berlangsung,
- 7) bendera warna merah dan biru, bertangkai, masing-masing dengan ukuran 30 cm x 30 cm untuk juri tanding dan bendera dengan ukuran yang sama, warna kuning untuk pengamat waktu,
- 8) papan informasi catatan waktu peragaan pesilat kategori tunggal, ganda dan regu,
- 9) tempat senjata,
- 10) papan nilai dan atau alat sistem penilaian digital atau penilaian secara manual,
- 11) timbangan,
- 12) perlengkapan pengeras suara (*sound system*),
- 13) ember, kain pel, keset kaki,
- 14) alat perekam suara/gambar, operator, dan perlengkapannya (alat ini tidak merupakan alat bukti yang sah dalam menentukan kemenangan),
- 15) papan nama: ketua pertandingan, dewan wasit juri, sekretaris pertandingan, pengamat waktu, dokter pertandingan, juri sesuai dengan urutannya (1 sampai 5). Bila diperlukan istilah tersebut dapat diterjemahkan ke dalam bahasa lain yang dituliskan di bagian bawah.

Berdasarkan pendapat di atas gelanggang pertandingan kategori Tunggal, Ganda, dan Regu (TGR) dapat di lantai dilapisi matras dengan tebal 5 cm, permukaan rata, dan tidak memantul, boleh ditutup alas yang tidak licin, berukuran 10 x 10 m dengan warna hijau dan garis putih. Untuk kategori tanding bidang gelanggang sama dengan TGR ukuran 10 x 10 m, bidang tanding berbentuk lingkaran dalam bidang gelanggang dengan garis tengah 8 m.

## **2. Hakikat Psikologi Olahraga**

Secara garis besar psikologi dapat dikaji dalam beberapa bidang kajian ilmu, salah satunya adalah psikologi olahraga. Psikologi olahraga adalah suatu kajian ilmu yang dinilai dapat menjadi faktor kunci dan dapat mempengaruhi performa bertanding suatu atlet (Tangkudung & Mylsidayu, 2017: 2). Tangkudung & Mylsidayu (2017: 4) menyatakan bahwa psikologi merupakan bagian dari ilmu fisiologi. Psikologi merupakan penentu utama performa dalam olahraga. Psikologi diartikan sebagai sebagai suatu ilmu pengetahuan yang mempelajari semua aspek tingkah laku manusia (kognitif, psikomotor, dan afektif) ditinjau dari semua sudut dan menyajikan prinsip-prinsip elementer, esensial, dan universal (Nurwansyah & Sepdanius, 2021: 372). Perilaku gerak manusia yang tidak hanya berorientasi pada tujuan fisik semata, namun aspek psikis juga sangat dibutuhkan.

Menurut Weinberg & Gould (2015: 4) psikologi olahraga adalah studi ilmiah tentang orang atau perilakunya dalam aktivitas olahraga dan penerapan praktis dari pengetahuan tersebut. Psikologi olahraga mengkaji tentang faktor-faktor psikologis yang berpengaruh terhadap belajar keterampilan dan prestasi olahraga serta bagaimana atlet terpengaruh oleh faktor-faktor dalam dan luar dirinya. Psikologi olahraga adalah ilmu yang mengkaji manusia dan perilakunya dalam aktivitas olahraga dan latihan yang berpengaruh terhadap kepribadian dan penampilan atlet (Weinberg & Gould, 2015: 5).

Tangkudung & Mylsidayu (2017: 12) menyatakan bahwa psikologi olahraga sangat berkaitan dengan kegiatan-kegiatan eksperimental yang merupakan cakupan dari psikologi eksperimen. Contohnya; (1) pengaruh pakaian renang terhadap kenyamanan seorang olahragawan renang, atau kostum senam yang

menentukan perasaan nyaman atau tidak nyaman bagi seorang olahragawan senam saat sedang bertanding, dan (2) penelitian mengenai usia yang tepat bagi seorang anak untuk mulai dilatih menjadi olahragawan bulutangkis yang andal.

Menurut Tangkudung & Mylsidayu (2017: 12) kegiatan dalam psikologi olahraga antara lain: (1) mempelajari bagaimana faktor psikologis mempengaruhi penampilan fisik seseorang, dan (2) memahami bagaimana keterlibatan seseorang dalam olahraga mempengaruhi perkembangan psikis, kesehatan, dan kesejahteraan psikis. Batasan psikologi olahraga lainnya fokus pada belajar dan performa, dan memperhitungkan baik pelaku atau penonton.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa psikologi olahraga adalah suatu ilmu yang mempelajari gejala-gejala kejiwaan/tingkah laku yang terjadi pada olahragawan ketika mereka berolahraga. Psikologi olahraga juga berkaitan dengan perasaan nyaman dan bugar (*wellness*), serta keharmonisan kepribadian seseorang. Artinya, berolahraga secara teratur memiliki pengaruh tertentu terhadap kondisi psikis seseorang, yang berpengaruh terhadap kualitas kepribadian. Kondisi psikis akan berpengaruh secara positif dengan berolahraga, dan membentuk aspek/ciri kepribadian yang positif pula. Psikologi olahraga mempunyai manfaat dan peran yang besar terhadap prestasi olahraga. Oleh karena itu, apabila psikologi olahraga dapat dipelajari dengan baik oleh pelatih, maka dapat diterapkan dalam proses latihan ataupun pertandingan dengan harapan mendapat prestasi yang maksimal.

### **3. Motivasi Berprestasi**

### **a. Pengertian Motivasi**

Aspek motivasi memegang peranan dalam kejiwaan seseorang, sebab motivasi merupakan salah satu faktor penentu sebagai pendorong tingkah laku manusia, sehingga dengan adanya motivasi seseorang lebih giat dalam berlatih untuk mencapai hasil yang lebih maksimal. Motivasi berasal dari bahasa latin yaitu "*movore*" yang mengandung arti "*to more*" yang mengartikan menggerakkan atau mendorong untuk bergerak (Komaruddin, 2016: 34). Motivasi berasal dari kata "*movere*" bahasa Yunani yang berarti bergerak. Berdasarkan berbagai literatur dapat dikatakan bahwa motivasi adalah sumber penggerak dan pendorong tingkah laku manusia. Setiap individu untuk mencapai tujuannya harus memenuhi kebutuhannya lebih dahulu, baru motivasi itu muncul mendorongnya untuk menentukan sikap atau kesiapan untuk beraktivitas, baru kemudian segera menentukan aktivitasnya (Dimiyati, 2019: 70).

Pendapat Handaka, dkk., (2020: 200) bahwa "Motif dalam psikologi berarti rangsangan, dorongan, pembangkit tenaga bagi terjadinya suatu tingkah laku". Motif merupakan stimulus dari dalam diri yang dapat berupa motivasi. Motif erat hubungannya dengan gerak; dalam hal ini gerakan yang dilakukan oleh manusia atau disebut juga perbuatan atau tingkah laku. Lebih lanjut dijelaskan bahwa motif melingkupi semua penggerak, alasan atau dorongan dalam diri manusia yang menyebabkan ia berbuat sesuatu.

Pendapat Suralaga (2021: 64) motivasi didefinisikan sebagai keadaan internal yang membangkitkan, mengarahkan, dan mempertahankan perilaku. Studi mengenai motivasi difokuskan pada bagaimana dan mengapa orang memprakarsai

tindakan yang diarahkan pada tujuan tertentu, berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk memulai kegiatan, dan seberapa persisten siswa berusaha untuk mencapai tujuannya serta bagaimana yang mereka rasakan dan pikirkan. Motivasi adalah konstruksi teoretis yang digunakan untuk menjelaskan inisiasi, arah, intensitas, kegigihan, dan kualitas perilaku.

Motivasi didefinisikan sebagai dorongan yang berasal dari luar atau dalam individu untuk melakukan suatu aktivitas yang menjamin aktivitas tersebut serta dapat menentukan arah haluan dan besaran upaya yang dikerahkan untuk aktivitas, sehingga dapat mencapai tujuan yang ditetapkan (Buckley & Doyle, 2016; Rocchi & Pelletier et al., 2017: 367). Motivasi mengakibatkan tumbuhnya kekuatan dalam diri seseorang untuk bergerak, berusaha, demi tujuan tertentu yang ingin dicapai. Dorongan yang ada dalam diri untuk melakukan perubahan tingkah laku yang lebih baik dalam mencapai suatu tujuan.

Motivasi mencakup faktor psikologis dan fisik yang menyebabkan individu untuk bertindak dengan cara tertentu pada waktu tertentu (Kaya, et al., 2015: 45). Pendapat lain dari menurut Komarudin (2016: 24) menyatakan bahwa “motivasi dapat didefinisikan sebagai dorongan yang berasal dari dalam atau dari luar diri individu untuk melakukan suatu aktivitas yang bisa menjamin kelangsungan aktivitas tersebut, serta dapat menentukan arah, haluan, dan besaran upaya yang dikerahkan untuk melakukan aktivitas, sehingga dapat mencapai tujuan yang telah ditetapkan”.

Tangkudung & Mylsidayu (2017: 78) menyatakan motivasi berolahraga bervariasi antara individu yang satu dengan yang lainnya karena perbedaan

kebutuhan dan kepentingan. Selanjutnya, motivasi tersebut bisa berkembang yang awalnya tidak ada hasrat untuk bertanding akhirnya termotivasi untuk berprestasi dan mengikuti pertandingan. Individu yang memiliki motivasi yang tinggi tetapi memiliki kemampuan yang rendah, maka akan menghasilkan penampilan yang rendah pula, begitu juga individu yang kemampuan dan motivasinya rendah akan menghasilkan penampilan yang rendah pula. Oleh sebab itu, untuk memperoleh penampilan maksimal diperlukan motivasi dan kemampuan yang tinggi pula dengan persepsi teknik yang diterima benar.

Berdasarkan pengertian di atas, maka motivasi secara umum berarti sumber dorongan atau kekuatan dalam diri seseorang untuk mencapai tujuan tertentu yang ingin dicapai.

#### **b. Pengertian Motivasi Berprestasi**

Sebagian besar atlet mempunyai motivasi yang disebut dengan motivasi berprestasi dimana ada dorongan dalam diri untuk berusaha meningkatkan kemampuan yang dimiliki. Motivasi berprestasi merupakan suatu usaha untuk mencapai sebuah kesuksesan yang bertujuan untuk berhasil dalam pertandingan atau kompetisi. Adanya kebutuhan yang ingin dicapai mengakibatkan berubahnya tingkah laku yang dilakukan dalam mencapai tujuan tertentu (Wati & Jannah, 2021: 127).

Terdapat tiga kebutuhan pokok yang ada dalam diri seseorang yang mendorong tingkah laku, yaitu: a) *need for achievement* (kebutuhan berprestasi), adalah kebutuhan guna mencapai kesuksesan yang berpacu pada tingkah laku pada usaha untuk mencapai prestasi yang diinginkan, b) *need for affiliation* (kebutuhan

berafiliasi), adalah kebutuhan terkait dukungan dan kehangatan hubungan akrab dengan orang lain, c) *need for power* (kebutuhan berkuasa), adalah kebutuhan mempengaruhi orang lain yang mengakibatkan diri kurang memiliki kepedulian dengan perasaan orang lain (Ridha, 2020: 2).

Motivasi berprestasi adalah motivasi yang bertujuan untuk mendapatkan pengakuan atau menghindari celaan dari diri sendiri maupun orang lain dan berhubungan dengan performa dalam situasi yang menerapkan standar keunggulan. Motivasi berprestasi merupakan keinginan yang kuat untuk mencapai kesuksesan atau prestasi dengan cepat, dimana kesuksesan itu tergantung pada kemampuan pemain itu sendiri. Motivasi berprestasi adalah kebutuhan atau hasrat untuk mengatasi kendala-kendala, menggunakan kekuatan, berusaha melakukan sesuatu yang sukar, sebaik dan secepat mungkin (Selviana & Dwi, 2022: 5).

Motivasi berprestasi adalah usaha untuk mencapai sukses yang bertujuan untuk berhasil dalam kompetisi dengan suatu ukuran keunggulan. Ukuran keunggulan tersebut dikarenakan oleh prestasinya sendiri dan prestasi orang lain yang tidak diperoleh sebelumnya. Tanpa memiliki motivasi berprestasi yang kuat, seorang atlet tidak mungkin mencapai prestasi yang setinggi-tingginya. Motivasi berprestasi adalah suatu dorongan dengan keunggulan, baik dari diri sendiri ataupun dari orang lain, oleh karena itu pemain yang memiliki motivasi berprestasi kuat akan selalu berusaha lebih baik dari apa yang pernah dicapainya sendiri, dan juga selalu berusaha untuk berpacu dengan prestasi orang lain (Nurhayati, dkk., 2021: 140).

Apabila seseorang mempunyai motivasi berprestasi yang tinggi untuk memenuhi keinginan dan kebutuhan dalam diri, maka diri akan memiliki kemampuan dan kesanggupan agar dapat bertanggung jawab dalam melakukan sesuatu, berinisiatif, berambisi menyelesaikan masalah, terampil menyelesaikan tugas, dan melakukan pekerjaan dengan baik dan sukses sesuai target atau tujuan . Atlet yang mempunyai motivasi berprestasi akan dapat menyelesaikan hal-hal yang menantang dan sulit, mengorganisasi dan memanipulasi objek fisik/ide, menguasai, meningkatkan harga diri dengan suatu hal yang sukses yang telah dicapai dengan menggunakan kemampuan yang dimiliki, dan mengatasi dan melawan orang lain (Mylsidayu, 2015: 37).

Motivasi berprestasi termuat nilai tugas secara operasional seperti *attainment value*, *intrinsic motivation*, dan *utility value* atau *extrinsic value*. Maknanya, ketika individu dalam hal ini atlet Judo memiliki nilai yang diletakkan pada suatu tugas maka nilai tersebut akan meningkatkan keyakinan atlet untuk mencapai tujuan yang lebih tinggi dari harapan yang ingin dicapainya. Motivasi berprestasi telah dipandang sebagai konstruk psikologis tradisional yang telah dikembangkan sejak lama dalam penelitian psikologi (Bempechat & Shernoff 2012: 316).

Berdasarkan uraian yang telah disebutkan dapat ditarik kesimpulan bahwa motivasi berprestasi merupakan suatu usaha dan dorongan yang diperoleh dari kemampuan dan kesanggupan dengan ambisi, inisiatif, bertanggung jawab, untuk mencapai sebuah kesuksesan yang bertujuan untuk berhasil dalam pertandingan atau kompetisi sesuai target dengan standar keunggulan.

### **c. Aspek-Aspek Motivasi Berprestasi**

Motivasi berprestasi individu dipengaruhi oleh adanya kerangka acuan yang sudah disusun oleh individu tersebut sebelumnya. Motivasi berprestasi merupakan suatu dorongan atau keinginan dalam diri untuk mencapai kesuksesan yang setinggi mungkin, sehingga tercapai kecakapan pribadi yang tinggi, sehingga individu berusaha keras dengan sebaik-baiknya dalam pencapaian prestasi di bidang olahraga (Nasution, 2017: 39). Aspek-aspek motivasi berprestasi dibedakan menjadi lima aspek. Sebagaimana dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Aspek tanggung jawab, berupa adanya rasa tanggung jawab atas tugas yang dikerjakannya, berusaha secara optimal menyelesaikan tugas tersebut, dan tidak akan meninggalkan tugas tersebut sebelum berhasil menyelesaikannya.
- 2) Aspek resiko pemilihan tugas, adanya kecenderungan pada individu yang motivasi berprestasi nya tinggi untuk lebih realistis dalam memilih tugas. Individu lebih suka tugas dengan tantangan moderat yang akan menjanjikan kesuksesan. Individu tidak suka dengan pekerjaan yang terlalu mudah dimana tidak ada tantangan dan pekerjaan yang terlalu sulit dimana kemungkinan suksesnya rendah.
- 3) Aspek kreatif inovatif, inovatif adalah melakukan sesuatu dengan cara yang berbeda dengan cara sebelumnya. Kreatif adalah mencari cara baru untuk menyelesaikan tugas dengan seefektif dan seefisien mungkin. Individu tidak menyukai pekerjaan rutin yang sama dari waktu ke waktu. Jika dihadapkan pada tugas yang bersifat rutin, individu akan berusaha mencari cara lain untuk

menghindari rutinitas yang sama setiap harinya, namun jika tidak dapat menghindarinya individu akan tetap dapat menyelesaikannya.

- 4) Aspek umpan balik, adanya umpan balik yang konkrit tentang apa yang sudah individu lakukan dengan membandingkan prestasi yang dimiliki terhadap orang lain dan tentunya akan digunakan untuk memperbaiki prestasi yang dimiliki.
- 5) Aspek waktu penyelesaian tugas, individu akan berusaha menyelesaikan setiap tugas dalam waktu secepat dan seefisien mungkin tanpa menunda-nunda dan cenderung memakan waktu yang lama.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek motivasi berprestasi dibagi menjadi lima aspek, yaitu: aspek tanggung jawab, aspek resiko pemilihan tugas, aspek kreatif inovatif, aspek umpan balik, aspek waktu penyelesaian tugas.

#### **d. Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Berprestasi**

Terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi motivasi berprestasi atlet, yaitu: motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik (Mylsidayu, 2015: 34). Sebagaimana dijelaskan sebagai berikut:

##### **1) Motivasi intrinsik**

Merupakan motivasi yang bersumber dari dalam individu untuk melakukan aktivitas olahraga yang bersifat permanen dan mandiri. Motivasi intrinsik terbagi menjadi dua, yaitu motivasi intrinsik positif dan motivasi intrinsik negatif. Motivasi intrinsik positif adalah keinginan untuk tumbuh dan berkembang, mengekspresikan diri, seperti ingin karier dalam olahraga lebih baik, dan aktualisasi

diri. Motivasi instrinsik negatif, karena tekanan, acaman, ketakutan, dan kekhawatiran seperti takut tertinggal dengan teman-temanyang lain dalam tim.

## 2) Motivasi ekstrinsik

Merupakan motivasi yang bersumber dari luar individu untuk melakukan aktivitas olahraga yang bersifat sementara, tergantung, dan kurang stabil. Motivasi ekstrinsik terbagi menjadi dua, yakni motivasi ekstrinsik positif dan motivasi ekstrinsik negatif. Motivasi ekstrinsik positif berupa hadiah, iming-iming yang membangkitkan, niat untuk berbuat sesuatu, seperti bonus jika menang pertandingan. Motivasi ekstrinsik negatif, sesuatu yang dipaksakan di luar agar orang menghindari dari sesuatu yang tidak diinginkan, seperti kenasanksi atau hukuman ketika terlambat latihan.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi motivasi berprestasi yaitu, motivasi dari dalam diri (instrinsik) dan motivasi dari luar diri (ekstrinsik).

## 4. *Self Efficacy*

### a. *Pengertian Self Efficacy*

*Self efficacy* mengacu pada keyakinan diri atas kemampuan dalam mengorganisasikan dan melaksanakan kinerja yang dibutuhkan untuk mencapai hasil yang telah ditentukan sebelumnya. *Self efficacy* dapat membantu individu menentukan sejauh mana usaha yang akan dikerahkan dalam suatu aktivitas meskipun menghadapi rintangan. *Self efficacy* didefinisikan sebagai keyakinan seseorang mengenai kapasitasnya untuk bisa mencapai tingkat performa pada suatu aktivitas yang mempengaruhi kehidupan mereka (Mahesti & Rustika, 2020: 54).

*Self efficacy* adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. *Self efficacy* ini merupakan hal yang sangat dibutuhkan para pemain dalam menghadapi setiap pertandingan karena tanpa *self efficacy*, maka pemain tidak dapat mengeluarkan kemampuan terbaiknya (Selviana & Dwi, 2022: 3). Riani & Rozali (2014) juga ikut menegaskan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan pada seseorang adalah *self efficacy*, yaitu dimana individu dengan *self efficacy* tinggi akan memperlihatkan sikap yang lebih gigih, tidak cemas, dan tidak mengalami tekanan dalam menghadapi suatu hal.

*Self efficacy* adalah persepsi diri sendiri mengenai seberapa kemampuan yang dimiliki untuk dapat berfungsi dalam situasi tertentu, sehingga melakukan tindakan yang diharapkan (Alwisol, 2009). *Self efficacy* dapat diartikan sebagai kunci pendorong individu untuk mencapai targetnya dan mampu menghadapi hambatan atau kendala dalam pencapaian tersebut. *Self efficacy* adalah keyakinan diri individu terhadap kemampuannya untuk mengorganisasikan, mengontrol dan melaksanakan serangkaian tindakan dengan menggunakan keterampilan yang dimiliki untuk melaksanakan tugas secara efektif, sehingga dapat mencapai hasil yang diharapkan (Putri et al., 2012).

*Self efficacy* merupakan sikap yakin dan percaya pada seseorang atas kemampuannya dalam menguasai situasi dan menghasilkan sesuatu yang menguntungkan (Santrock, 2003). Jadi dapat dikatakan juga bahwa *self-efficacy* merupakan kepercayaan diri seseorang. Selain itu *self efficacy* juga diartikan sebagai kunci pendorong individu untuk mencapai targetnya dan mampu

menghadapi hambatan atau kendala dalam pencapaian tersebut (Narotama & Rustika, 2019).

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* adalah suatu kondisi dimana suatu individu yakin akan kemampuan yang dimilikinya, serta mampu menghadapi suatu tantangan dan tugasnya dengan baik dalam rangka mencapai tujuannya.

**b. Aspek-Aspek *Self Efficacy***

Aspek-aspek dalam *self efficacy* terdiri dari *level* (tingkat), *generality* (keluasan), dan *strength* (kekuatan) masing-masing aspek *self efficacy* terdiri dari:

a. *Level* (tingkat)

Berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas yang dihadapi. Tingkat dalam *self efficacy* berkaitan dengan tingkat kesulitan suatu tugas yang dilakukan. Apabila tugas-tugas yang diberikan kepada individu disusun menurut tingkat kesulitannya, maka perbedaan *self efficacy* secara individual mungkin terbatas pada tugas-tugas sederhana, menengah atau tinggi. Individu akan melakukan tindakan yang dirasakan mampu untuk dilaksanakannya dan akan tugas-tugas yang diperkirakan yang di luar batas kemampuan yang dimiliki.

b. *Generality* (keluasan)

Berkaitan dengan penguasaan individu terhadap bidang, tugas atau pekerjaannya. Individu dapat merasa yakin terhadap kemampuan dirinya, tergantung pada pemahaman kemampuan dirinya yang terbatas pada suatu aktivitas

dan situasi tertentu atau pada serangkaian aktivitas dan situasi yang lebih luas serta bervariasi. Individu dengan *self efficacy* yang tinggi akan mampu menguasai beberapa bidang sekaligus untuk menyelesaikan suatu tugas, dan sebaliknya.

c. *Strength* (kekuatan)

Berkaitan dengan kekuatan atau kemantapan individu terhadap keyakinan yang dimilikinya untuk menyelesaikan tugas. Tingkat *self efficacy* yang rendah mudah digoyangkan oleh pengalaman-pengalaman yang memperlemahkannya, sedangkan seorang yang memiliki *self efficacy* tinggi akan tekun dalam meningkatkan usaha meskipun dijumpai pengalaman yang memperlemahkannya. Individu yang mempunyai *self efficacy* yang lemah akan mudah menyerah, sebaliknya individu yang memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuannya akan gigih dalam berusaha meskipun banyak hambatan, kesulitan, serta pengalaman yang tidak menunjang. Tingkat kekuatan ini tergantung pada situasi beberapa informasi berupa persepsi dari hasil tindakan yang didapat melalui kehidupan, modeling, peristiwa verbal, dan keadaan emosi yang mengancam.

Aspek-aspek *self efficacy* lainnya yaitu kognitif, motivasi, afeksi, dan juga seleksi. Penjelasan dari masing-masing aspek *self efficacy* akan dijelaskan sebagai berikut:

- a. Kognitif, merupakan kemampuan seseorang memikirkan cara-cara yang digunakan dan merancang tindakan yang akan diambil untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

- b. Motivasi, merupakan kemampuan seseorang memotivasi diri melalui pikirannya untuk melakukan sesuatu tindakan dan keputusan untuk mencapai tujuan yang diharapkan.
- c. Afeksi, merupakan kemampuan mengatasi perasaan emosi yang timbul pada diri sendiri untuk mencapai tujuan yang diharapkan.
- d. Seleksi, merupakan kemampuan seseorang untuk menyeleksi tingkah laku dan lingkungan yang tepat sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan.

Berdasarkan penjelasan aspek-aspek *self efficacy* yang telah dijabarkan diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa aspek *self efficacy* terdiri dari *level* (tingkat), *generality* (keluasan), *strength* (kekuatan), kognitif, motivasi, afeksi dan juga seleksi.

## **5. Dukungan Sosial**

### **a. Pengertian Dukungan Sosial**

Manusia sebagai makhluk sosial dalam menghadapi dan menjalani kehidupannya memerlukan bantuan dan dukungan soaila dari orang-orang sekitarnya untuk membantu menghadapi berbagai masalah. Dukungan sosial tersebut bisa didapatkan dari orangtua, saudara, orang dewasa dan teman sebaya (Sepfitri, 2011). Dukungan sosial terdiri dari informasi verbal atau nonverbal atau nasehat, bantuan yang nyata atau terlihat, atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosial dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya. Dukungan sosial dapat berupa pemberian infomasi, bantuan tingkah laku, ataupun materi yang didapat dari hubungan sosial akrab yang dapat membuat

seseorang merasa diperhatikan, bernilai, dan dicintai. Dengan kata lain dukungan sosial sangat dibutuhkan oleh seseorang, dengan adanya dukungan sosial yang diberikan maka seseorang merasa bersemangat dan merasa dihargai (Imoratin & Ranu, 2014).

Bentuk pemberian informasi serta merasa dirinya dicintai dan diperhatikan, terhormat, dan dihargai, serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban timbal balik dari orangtua, kekasih atau kerabat, teman, jaringan lingkungan sosial serta dalam lingkungan masyarakat (Taylor, 2003). Kemudian Taylor (2015) mengemukakan bahwa dukungan sosial sama dengan informasi dan umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa individu dicintai, diperhatikan, dihargai, dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik.

Dukungan sosial merupakan keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai, dan mampu menyayangi (Sarrason, 2001). Hubungan antar pribadi yang di dalamnya terdapat satu atau lebih ciri-ciri, antara lain: bantuan atau pertolongan dalam bentuk bantuan fisik, perhatian emosional, pemberian informasi dan pujian (Etzion dalam Tresna, 2009). Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan keberadaan, kesediaan, kepedulian berupa informasi verbal atau nonverbal atau nasehat, bantuan yang nyata atau terlihat, atau tingkah laku yang diberikan orang lain sehingga merasa nyaman, aman, dihargai, dan dapat diandalkan.

## **b. Aspek-Aspek Dukungan Sosial**

Setiap aspek kehidupan, dukungan sosial sangat diperlukan. Terdapat lima aspek dukungan sosial, diantaranya yaitu: dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dukungan jaringan sosial (Safarino, 2011). Sebagaimana dijelaskan sebagai berikut:

### 1) Dukungan emosional

Merupakan suatu bentuk dukungan yang diberikan melalui empati, perhatian, kasih sayang dan kepedulian terhadap individu lain. Bentuk dukungan emosional dapat menimbulkan rasa nyaman, perasaan dilibatkan, dan dicintai. Dukungan emosional meliputi perilaku seperti memberikan perhatian dan afeksi serta bersedia mendengarkan keluhkesah orang lain.

### 2) Dukungan penghargaan

Merupakan suatu bentuk dukungan yang diberikan seseorang dengan menunjukkan suatu penghargaan positif terhadap individu. Bentuk dukungan ini memiliki tujuan untuk menumbuhkan perasaan berharga atas diri sendiri, kompeten dan bermakna.

### 3) Dukungan instrumental

Merupakan bentuk dukungan langsung yang di wujudkan melalui bantuan jasa atau material yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah-masalah secara praktis.

### 4) Dukungan informasi

Merupakan dukungan yang diungkapkan dengan memberikan nasehat/saran, penghargaan, bimbingan atau pemberian umpan baik mengenai apa yang dilakukan individu untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi.

#### 5) Dukungan jaringan sosial

Merupakan bentuk dukungan dengan memberikan rasa kebersamaan dalam kelompok serta berbagi dalam hal minat dan aktivitas sosial.

Adapun sumber dukungan sosial menurut Sarafino dan Smith (2011) bisa berasal dari berbagai sumber seperti dari orang tua, teman, pacar, dan organisasi komunitas. Selanjutnya dalam penelitian ini dukungan sosial bersumber dari orang tua, guru dan juga teman adalah tujuan utama dalam proses perjalanan hidup. Berdasarkan penjelasan aspek-aspek dukungan sosial yang telah dijabarkan di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa aspek dukungan sosial terdiri dari dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan jaringan sosial.

### **B. Kajian Penelitian yang Relevan**

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

1. Penelitian yang dilakukan Puspitasari, dkk., (2021) berjudul “Hubungan Dukungan Sosial dan *Self efficacy* terhadap Motivasi Berprestasi Siswa SMA”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) Hubungan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi; (2) Hubungan *self efficacy* terhadap motivasi berprestasi; (3) Hubungan dukungan sosial dan *self efficacy* terhadap motivasi

berprestasi (4) Besarnya sumbangan variabel independen terhadap dependen. Rancangan penelitian ini yaitu dukungan sosial dan *self efficacy* sebagai variabel bebas, sedangkan motivasi berprestasi sebagai variabel terikat. Populasi penelitian siswa SMAN 1 Wates dengan sampel 183 siswa yang diperoleh melalui teknik *simple random sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan terdiri dari skala dukungan sosial, skala *self efficacy*, dan skala motivasi berprestasi. Teknik analisis data berupa statistik deskriptif dengan hasil yang diperoleh pada variabel dukungan sosial mempunyai persentase nilai 74,3 persen kategori tinggi, sedangkan pada kategori sedang 25,7 persen. Hasil dari *Self efficacy* mendapatkan nilai sebesar 83,6 persen kategori tinggi, dan kategori sedang 16,4 persen. Motivasi berprestasi memiliki nilai sebesar 79,8 persen, sedangkan pada kategori sedang 20,2 persen. Kemudian, untuk pengaruh variabel prediktor terhadap kriterium yaitu 45,4 persen. Secara keseluruhan dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara dukungan sosial dan *self efficacy* secara bersama-sama terhadap motivasi berprestasi.

2. Penelitian yang dilakukan Mardianti, dkk., (2021) berjudul “Hubungan Dukungan Sosial Guru dan *Self efficacy* Siswa Dengan Motivasi Berprestasi Siswa Kelas 5 SDN Gugus V Mataram”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial guru dan *self efficacy* siswa dengan motivasi berprestasi siswa kelas 5 SDN Gugus V Mataram. Pendekatan penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasi. Sampel dalam penelitian ini yaitu siswa kelas 5 SDN Gugus V Mataram yang berjumlah 147

siswa dengan teknik pengambilan sampel *proportional random sampling*. Metode yang digunakan untuk pengambilan data yaitu berupa angket. Data yang diperoleh kemudian diolah dengan teknik analisis korelasi *product moment* dan analisis korelasi berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial guru dan *self efficacy* siswa secara bersama-sama dengan motivasi berprestasi siswa. Dengan nilai R sebesar 776 dan p sebesar 0,000 yang lebih kecil daripada 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial guru dan *self efficacy* siswa, semakin tinggi pula motivasi berprestasi siswa. Tingkat hubungannya terlihat dari nilai koefisien determinasi sebesar 59,1%.

3. Penelitian yang dilakukan Selviana & Dwi (2022) berjudul “Pengaruh *Self efficacy* dan Motivasi Berprestasi terhadap Kecemasan Menghadapi Pertandingan Sepak Bola pada Pemain Bola SSB Bintang Ragunan”. Penelitian Ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self efficacy* dan motivasi berprestasi terhadap kecemasan menghadapi pertandingan sepak bola pada pemain SSB Bintang Ragunan. Teknik pengambil sampel menggunakan sensus (sampel jenuh) berjumlah 90 orang. Metode pengumpulan data menggunakan skala Likert. Instrumen tes dalam penelitian ini menggunakan tiga skala, yaitu skala kecemasan menghadapi pertandingan terdiri dari 32 aitem dan 25 aitem valid, skala *self efficacy* terdiri dari 24 aitem dan 21 aitem valid, serta skala motivasi berprestasi terdiri dari 36 aitem dan 25 item valid. Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh bahwa terdapat pengaruh *self efficacy* dan motivasi berprestasi

terhadap kecemasan menghadapi pertandingan sepak bola pada pemain SSB Bintang Ragunan.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Putri & Rustika (2018) berjudul “Peran kemandirian dan *self efficacy* terhadap motivasi berprestasi pada siswa kelas unggulan SMA Dwijendra Denpasar”. Penelitian ini bertujuan untuk melihat peran dari kemandirian dan *self efficacy* terhadap motivasi berprestasi pada siswa kelas unggulan. Subjek pada penelitian ini berjumlah 376 siswa kelas kelas unggulan SMA Dwijendra Denpasar. Alat ukur penelitian yang digunakan adalah skala motivasi berprestasi, skala kemandirian dan skala *self efficacy*. Hasil dari uji analisis regresi berganda menunjukkan nilai  $R=0,576$  ( $p<0,05$ ) yang berarti bahwa kemandirian tidak berpengaruh secara signifikan terhadap motivasi berprestasi. Koefisien beta terstandarisasi dari *self efficacy* menunjukkan nilai sebesar 0,543 dan memiliki taraf signifikansi sebesar 0,000 ( $p<0,05$ ) yang berarti bahwa *self efficacy* berpengaruh secara signifikan terhadap motivasi berprestasi.

### **C. Kerangka Berpikir**

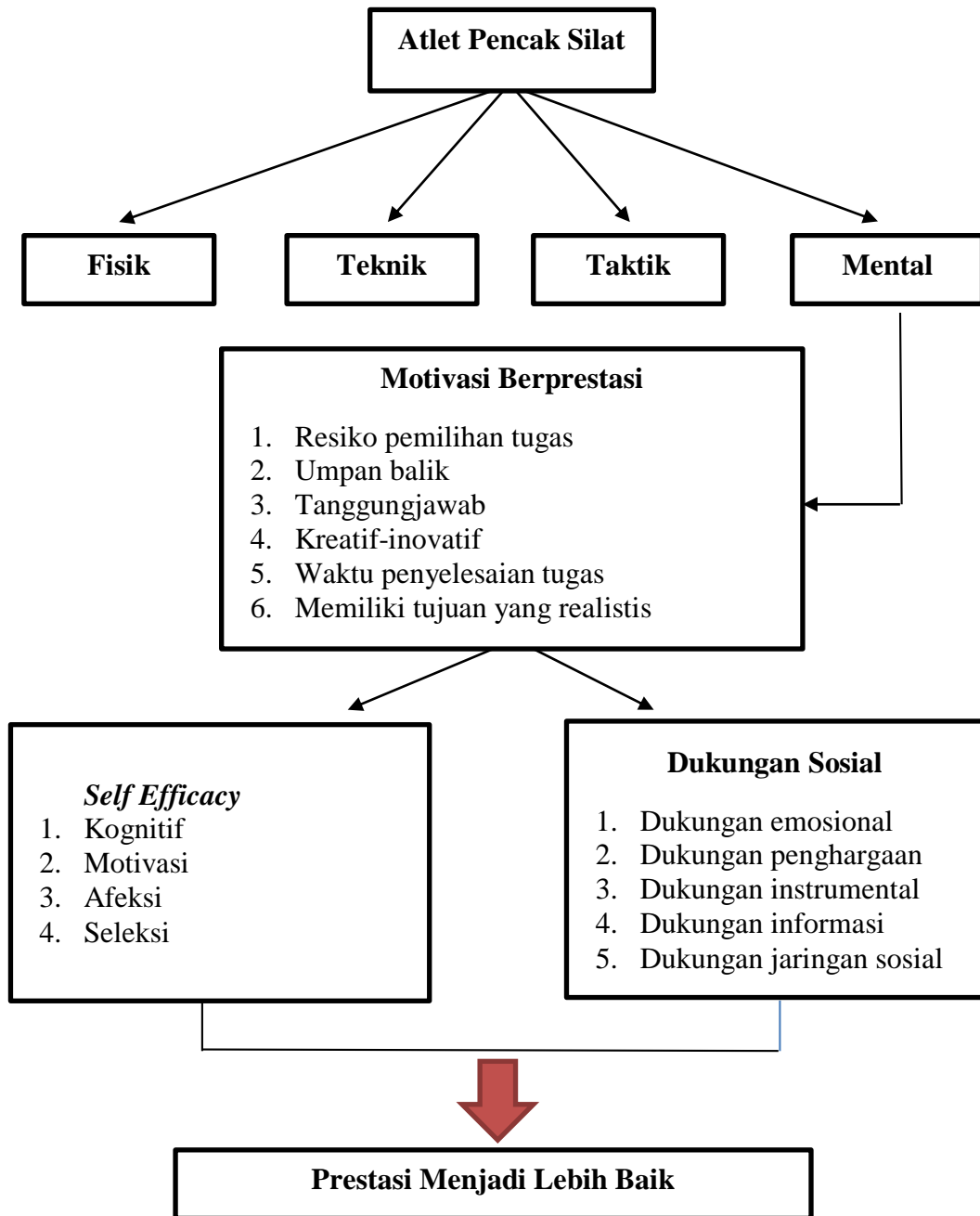
Mencapai suatu prestasi tinggi dalam suatu pertandingan atau kompetisi, diperlukan waktu yang cukup lama untuk dapat menguasai semua keterampilan, motivasi serta kemampuan untuk menghadapi masalah-masalah yang timbul dalam kegiatan berlatih dan bertanding. Atlet yang mencapai sukses pada puncak prestasi sebanyak 60% sampai 90% dipengaruhi oleh faktor mental dan kemampuan atlet menguasai kondisi psikologisnya. Kondisi psikologis ini meliputi intelektual, motivasi, kepribadian, dan koordinasi kerja otot dan syaraf.

Manusia sebagai makhluk sosial dipengaruhi oleh berbagai motif, salah satunya adalah motivasi berprestasi. Usaha mencapai sukses atau berhasil dalam suatu pertandingan atau kompetisi untuk mencapai prestasi. Aspek-aspek motivasi berprestasi adalah aspek tanggung jawab, aspek resiko pemilihan tugas, aspek kreatif inofatif, aspek umpan balik, aspek waktu penyelesaian tugas.

Membentuk kembali motivasi berprestasi itu sendiri dipengaruhi dari dalam maupun dari luar individu itu sendiri, sehingga untuk membangkitkan motivasi berprestasi yang dimiliki oleh atlet dilakukan melalui dalam diri sendiri (intrinsik) dan dari luar diri (ekstrinsik) atlet. Faktor eksternal motivasi berprestasi adalah dukungan sosial. Dukungan atau keterlibatan orangtua sebagai orang terdekat yang dimiliki oleh seorang atlet menjadi faktor yang memegang peranan penting sebagai penentu motivasi berprestasi (Manuaba & Susilawati, 2019). Aspek-aspek dukungan sosial terdiri dari dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan jaringan sosial.

Faktor internal yang memicu atlet memiliki motivasi berprestasi dari dalam diri yaitu *self efficacy*. Atlet yang memiliki *self efficacy* yang tinggi akan cenderung memiliki motivasi berprestasi yang tinggi pula ketika berkeinginan mencapai tujuan tertentu. *Self efficacy* juga menjadi kunci pendorong atlet untuk mencapai target atau tujuan yang sudah ditetapkan serta mampu menghadapi hambatan atau kendala dalam pencapaian tersebut (Narotama & Rustika, 2019). Aspek-aspek *self efficacy* terdiri dari *level* (tingkat), *generality* (keluasan), *strength* (kekuatan), kognitif, motivasi, afeksi dan juga seleksi.

Berdasarkan uraian kerangka berpikir tersebut, maka perlu dilakukan penelitian terkait motivasi berprestasi atlet yang dipengaruhi *self efficacy* dan dukungan sosial yang dapat ditunjukkan dalam skema kerangka berpikir sebagai berikut:



**Gambar 1. Kerangka Berpikir**

#### **D. Pertanyaan Penelitian**

Berdasarkan tinjauan teori dan kerangka berpikir di atas, maka dapat dirumuskan hipotesis alternatif (Ha) sebagai berikut:

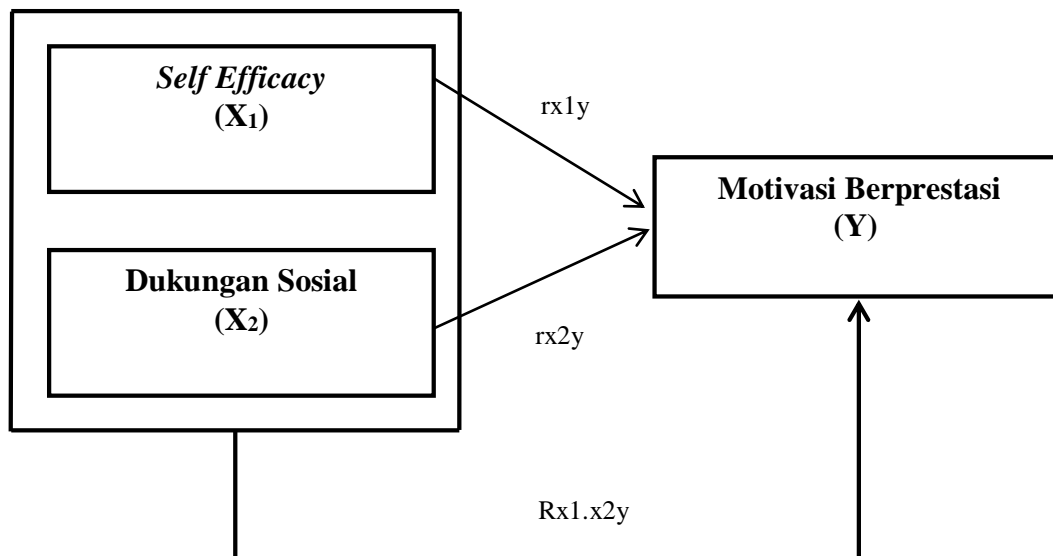
1. Seberapa besar *impact self efficacy* terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pematang.
2. Seberapa besar *impact* dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pematang.
3. Seberapa besar *impact self efficacy* dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pematang.

### BAB III

## METODE PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini yaitu deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *ex post facto*. *Ex post facto* yang artinya sesudah fakta, dengan pengambilan data secara survei. Penelitian *ex post facto* merupakan penelitian yang bertujuan menemukan penyebab yang memungkinkan perubahan perilaku, gejala atau fenomena yang disebabkan oleh suatu peristiwa, perilaku atau hal-hal yang menyebabkan perubahan pada variabel bebas yang secara keseluruhan sudah terjadi (Sukardi, 2019: 174). Sesuai dengan penjelasan di atas, maka pada penelitian ini menempatkan *self efficacy* dan dukungan sosial sebagai variabel bebas dan motivasi berprestasi sebagai variabel terikat. Desain penelitian digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2. Desain Penelitian

## B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di IPSI di Kabupaten Pemalang. Penelitian dilaksanakan pada bulan Juli sampai bulan Agustus 2021.

## C. Populasi dan Sampel Penelitian

### 1. Populasi Penelitian

Hardani, dkk., (2020: 361) menyatakan bahwa populasi adalah keseluruhan objek penelitian yang terdiri dari manusia, benda-benda, hewan, tumbuh-tumbuhan, gejala-gejala, nilai tes, atau peristiwa-peristiwa sebagai sumber data yang memiliki karakteristik tertentu di dalam suatu penelitian. Populasi dalam penelitian ini yaitu atlet pencak silat IPSI (Ikatan Pencak Silat Seluruh Indonesia) di Pemalang dengan jumlah 170 atlet.

**Tabel 1. Daftar Atlet IPSI di Kabupaten Pemalang**

No	Nama Perguruan	Jumlah Atlet
1.	PSHT	40
2.	Tapak Suci	30
3.	INSEBA	30
4.	Persinas Asad	20
5.	JUTAKO	20
6.	NURSYAH	20
7.	Pagar Nusa	10
<b>Total</b>		<b>170</b>

*Sumber: Ketua IPSI Kabupaten Pemalang*

### 2. Sampel Penelitian

Sebagaimana karakteristik populasi, sampel yang mewakili populasi adalah sampel yang benar-benar terpilih sesuai dengan karakteristik populasi itu. Sampel adalah sebagian anggota populasi yang diambil dengan menggunakan teknik pengambilan *sampling* (Hardani, dkk., 2020: 363). Peneliti tidak meneliti seluruh populasi, akan tetapi diambil sampel yang representatif. Menghitung ukuran sampel

dari sebuah populasi yang telah ditentukan dapat menggunakan rumus Slovin dengan taraf kesalahan 10%. Rumus Slovin digunakan karena tidak membutuhkan perkiraan nilai proporsi populasi dan lebih praktis. Rumus Slovin telah langsung menetapkan nilai proporsi, dimana nilai proporsi yang ditetapkan adalah nilai proporsi yang menghasilkan nilai varian tertinggi. Rumus Slovin untuk menentukan sampel adalah sebagai berikut:

$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$	keterangan = n = jumlah sampel N = jumlah total populasi e = batas toleransi eror
----------------------------	--

$$n = \frac{N}{1 + N(0,1)^2}$$

$$n = \frac{170}{1 + 170(0,01)}$$

$$n = \frac{170}{1 + 0,1}$$

$$n = \frac{170}{2,1} = 81$$

Dari jumlah sampel 81 atlet pencak silat IPSI Pemalang tersebut kemudian ditentukan jumlah masing-masing sampel di setiap perguruan silat dengan rumus:

$$ni = \frac{Ni}{N} n$$

Keterangan:

$ni$  = jumlah sampel

$Ni$  = jumlah populasi

$N$  = jumlah populasi keseluruhan

$n$  = jumlah sampel keseluruhan

Berdasarkan rumus tersebut, maka diperoleh jumlah sampel pada setiap perguruan silat disajikan pada tabel 2 sebagai berikut.

**Tabel 2. Hasil Perhitungan Sampel**

No	Nama Perguruan	Jumlah Atlet	Rumus	Jumlah Sampel
1.	PSHT	40	$\frac{40}{170} \times 81$	19
2.	Tapak Suci	30	30	14
3.	INSEBA	30	30	14
4.	Persinas Asad	20	20	10
5.	JUTAKO	20	20	10
6.	NURSYAH	20	20	10
7.	Pagar Nusa	10	10	5
<b>TOTAL</b>		<b>170</b>		<b>81</b>

Sumber: Ketua IPSI Kabupaten Pemalang

Berdasarkan hasil penentuan sampel di atas, jumlah sampel masing-masing perguruan silat dipilih menggunakan *random sampling*, yaitu pengambilan sampel secara acak dari jumlah populasi.

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

Variabel dalam penelitian ini yaitu *self efficacy* dan dukungan sosial sebagai variabel bebas dan motivasi berprestasi sebagai variabel terikat. Masing-masing variabel definisi operasionalnya sebagai berikut:

##### **1. Variabel Bebas**

###### **a. Self Efficacy (X<sub>1</sub>)**

*Self efficacy* yaitu keyakinan seseorang akan rasa percaya terhadap kemampuan diri yang mendorong seseorang untuk meraih segala sesuatu yang diinginkannya. Dimensi *self efficacy* terdiri dari kognitif, motivasi, afeksi dan juga seleksi. Variabel *self efficacy* diukur dengan menggunakan angket *self efficacy* dengan skala Likert empat alternatif jawaban.

## b. Dukungan Sosial ( $X_2$ )

Dukungan sosial yaitu keberadaan, kesediaan, kepedulian berupa informasi verbal atau nonverbal atau nasehat, bantuan yang nyata atau terlihat, atau tingkah laku yang diberikan orang lain sehingga merasa nyaman, aman, dihargai, dan dapat diandalkan. Dimensi dukungan sosial terdiri dari dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan jaringan sosial. Variabel dukungan sosial diukur dengan menggunakan angket dukungan sosial dengan skala Likert empat alternatif jawaban.

## 2. Variabel Terikat (Motivasi Berprestasi (Y))

Motivasi berprestasi merupakan merupakan suatu usaha dan dorongan yang diperoleh dari kemampuan dan kesanggupan dengan ambisi, inisiatif, bertanggung jawab, untuk mencapai sebuah kesuksesan yang bertujuan untuk berhasil dalam pertandingan atau kompetisi sesuai target dengan standar keunggulan. Dimensi motivasi berprestasi adalah aspek tanggung jawab, aspek resiko pemilihan tugas, aspek kreatif inofatif, aspek umpan balik, aspek waktu penyelesaian tugas. Variabel motivasi berprestasi diukur dengan angket motivasi berprestasi dengan skala Likert empat alternatif jawaban.

## E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

### 1. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan pemberian angket kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian. Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut: (1) Mencari data atlet pencak silat IPSI Pematang. (2) Menyebarkan angket kepada responden melalui *google form*. (3) Selanjutnya

peneliti mengumpulkan angket dan melakukan transkrip atas hasil pengisian angket. (4) Setelah memperoleh data penelitian, data diolah menggunakan analisis statistik kemudian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

## 2. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan berupa angket/kuesioner. Kuisisioner sebagai alat pengumpulan data digunakan karena dapat mengungkapkan fakta menurut pengalaman responden dan angket bersifat kooperatif, responden menyisihkan waktu untuk menjawab pernyataan secara tertulis sesuai dengan petunjuk yang diberikan oleh peneliti (Arikunto, 2019: 164). Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *likert*, karena dibutuhkan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2016).

Pernyataan-pernyataan yang disusun terdiri dari dua komponen item, yaitu *favourable* (pernyataan positif) dan *unfavourable* (pernyataan negatif). Alasannya, agar responden membaca seluruh pernyataan secara seksama. Oleh karenanya susunan pernyataan positif dan negatif tidak boleh mengikuti pola tertentu. Penempatannya harus dilakukan secara acak (*random*). Setiap item pada pernyataan tersebut memiliki empat pilihan jawaban, yaitu dapat dilihat pada Tabel 3 sebagai berikut.

**Tabel 3. Alternatif Jawaban Angket**

Pernyataan	Sangat Setuju (SS)	Setuju (S)	Tidak Setuju (TS)	Sangat Tidak Setuju (STS)
<i>Favorable</i>	4	3	2	1
<i>Unfavorable</i>	1	2	3	4

Pada penelitian ini, terdapat tiga variabel yang diteliti, sehingga terdapat tiga skala. Ketiga skala tersebut secara rinci dapat dijabarkan dalam kisi-kisi instrumen penelitian sebagai berikut.

**a. Instrumen *Self Efficacy***

Kisi-kisi instrumen *self efficacy* terdapat 4 dimensi, yaitu kognitif, motivasi, afeksi, dan seleksi. Instrumen *self efficacy* diadopsi dari penelitian Wijaya (2018). Kisi-kisi instrumen *self efficacy* sebagai berikut.

**Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen *Self Efficacy***

Variabel	Dimensi	Indikator	Nomor Butir	
			<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>
<i>Self Efficacy</i>	Kognitif	Kepercayaan individu terhadap pertandingan	1, 2	3
		Persepsi individu terhadap pertandingan	4, 5	6
	Motivasi	Perasaan individu terhadap pertandingan	7, 8	9, 10
	Afeksi	Sikap individu terhadap pertandingan	11, 12	13, 14
	Seleksi	Penilaian individu terhadap pertandingan	15	16, 17
		Penilaian individu terhadap persiapan pertandingan	18	19, 20
<b>Jumlah</b>			<b>20</b>	

**b. Instrumen Dukungan Sosial**

Kisi-kisi instrumen dukungan sosial terdapat 5 dimensi, yaitu dukungan emosional, dukungan informatif, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan jaringan sosial. Instrumen dukungan sosial diadopsi dari penelitian Wijaya (2018). Kisi-kisi instrumen dukungan sosial disajikan pada Tabel 5 sebagai berikut.

**Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Dukungan Sosial**

Variabel	Dimensi	Indikator	Nomor Butir	
			<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>
<b>Dukungan Sosial</b>	Dukungan Emosional	Empati dari orang lain	1	2, 3, 4
		Kepedulian orang lain terhadap individu ketika mengalami permasalahan	5, 6, 7, 8	9, 10
	Dukungan Informatif	Individu memperoleh nasehat atau saran dari orang lain	11	12, 13
		Individu memperoleh petunjuk atau penjelasan dari orang lain	14, 15, 16	17
	Dukungan Penghargaan	Individu memperoleh ungkapan positif	18, 19	20
		Individu memperoleh dorongan untuk maju	21, 22	23
	Dukungan Instrumental	Pemberian langsung dari orang lain	24	
		Penyediaan materi berupa perlengkapan	25, 26	27
	Dukungan Jaringan Sosial	Individu memperoleh umpan balik dari orang lain setelah bertanding	28, 29	30
	<b>Jumlah</b>			<b>30</b>

### c. Skala Motivasi Berprestasi

Kisi-kisi instrumen motivasi berprestasi terdapat 6 dimensi, yaitu tanggung jawab, resiko pemilihan tugas, kreatif inofatif, umpan balik, waktu penyelesaian tugas, dan memiliki tujuan yang realistis. Instrumen motivasi berprestasi diadopsi dari penelitian Wijaya (2018). Kisi-kisi instrumen motivasi berprestasi disajikan pada Tabel 6 sebagai berikut.

**Tabel 6. Kisi-kisi Instrumen Motivasi Berprestasi**

Variabel	Dimensi	Indikator	Nomor Butir	
			<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>

<b>Motivasi Berprestasi</b>	Resiko Pemilihan Tugas	Senang berkompetisi untuk mengungguli individu lain	1, 2	3, 4	
		Suka menggunakan prestasi sebagai ukuran keberhasilan	5, 6		
	Umpan Balik	Individu suka memperoleh umpan balik atas hasil kerja kerasnya	7, 8	9	
		Memperbaiki prestasi dengan umpan balik	10	11, 12	
	Tanggung Jawab	Individu menyukai tugas yang menuntut tanggung jawab pribadi	13, 14, 15	16	
		Individu menyelesaikan tugas yang dilakukan		17, 18	
	Kreatif-Inovatif	Individu mencari cara lain untuk menghindari rutinitas	19, 20	21	
		Menyelesaikan tugas dengan seefektif dan seefisien mungkin	22	23	
	Waktu Penyelesaian Tugas	Individu menyelesaikan tugas secepat mungkin	24	25, 26	
		Tertantang dengan tugas yang diberikan waktu	27	28	
	Memiliki Tujuan yang Realistis	Individu memiliki tujuan realistis	29, 30, 31	32	
		Individu memiliki hasil yang maksimal	33	34	
	<b>Jumlah</b>			<b>34</b>	

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

Sebelum digunakan untuk penelitian, instrumen diujicobakan terlebih dahulu. Uji coba instrumen digunakan untuk mengetahui validitas dan reliabilitas. Uji coba dilakukan pada sampel di luar populasi penelitian berjumlah 30 responden. Hasilnya dijelaskan sebagai berikut:

## 1. Validitas

“Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen” (Arikunto, 2019: 96). Menghitung validitas menggunakan rumus korelasi yang dikenal dengan rumus korelasi *Product Moment*. Nilai  $r_{xy}$  yang diperoleh akan dikonsultasikan dengan harga *product moment* ( $df = n-1$ ) pada pada taraf signifikansi 0,05 (Ananda & Fadli, 2018: 122). Jika  $r_{xy} > r_{tab}$  maka item tersebut dinyatakan valid. Rangkuman hasil uji validitas disajikan pada Tabel 7 sebagai berikut.

**Tabel 7. Hasil Analisis Validitas Instrumen**

No	Variabel	r hitung	r tabel	Keterangan
1	<i>Self Efficacy</i>	0,511-0,873	0,355	20 butir valid
2	Dukungan Sosial	0,412-0,923	0,355	30 butir valid
3	Motivasi Beprestasi	0,474-0,760	0,355	34 butir valid

(Hasil selengkapnya disajikan pada lampiran halaman)

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas instrumen mengacu pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2019: 41). Analisis keterandalan butir hanya dilakukan pada butir yang dinyatakan sah saja dan bukan semua butir yang belum diuji. Untuk memperoleh reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* (Arikunto, 2019: 47). Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang dari 0 sampai dengan 1,00.

Berdasarkan hasil analisis, hasil uji reliabilitas instrumen pada Tabel 8 sebagai berikut:

**Tabel 8. Hasil Analisis Reliabilitas Instrumen**

No	Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
1	Self Efficacy	0,944	Reliabel
2	Dukungan Sosial	0,976	Reliabel
3	Motivasi Beprestasi	0,960	Reliabel

(Hasil selengkapnya disajikan pada lampiran halaman)

### G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan suatu proses penyederhanaan data ke dalam bentuk yang lebih mudah dibaca dan diinterpretasikan. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu:

#### 1. Statistik Deskriptif

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase (Sugiyono, 2017: 112). Rumus sebagai berikut:

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

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

Azwar (2018: 43) menyatakan bahwa untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan norma penilaian pada Tabel 9 sebagai berikut:

**Tabel 9. Norma Kategori Penilaian**

No	Interval	Kategori
1	$Mi + 1,5 SDi \leq X \leq STi$	Sangat Tinggi
2	$Mi \leq X < Mi + 1,5 SDi$	Tinggi
3	$Mi - 1,5 SDi < X \leq Mi$	Rendah
4	$SRi < X \leq Mi - 1,5 SDi$	Sangat Rendah

(Sumber: Azwar, 2018: 43)

Keterangan:

Mi : Mean ideal

$1/2 (STi + SRi)$

SDi (s) : Standar Deviasi Ideal

$1/6 (ST - SR)$

STi :Skor tertinggi ideal  
SRi :Skor terendah ideal

Selanjutnya Azwar (2018: 43) menjelaskan bahwa untuk menentukan kategori menggunakan *mean* aritmatik pada Tabel 10 sebagai berikut:

**Tabel 10. Norma Mean Aritmatik**

No	Interval	Kriteria
1	3,25-4,00	Sangat Tinggi
2	2,50-3,24	Tinggi
4	1,75-2,49	Rendah
5	1,00-1,74	Sangat Rendah

## 2. Statistik Inferensial

### a. Uji Normalitas

Ananda & Fadhil (2018: 193) menyatakan bahwa “uji normalitas adalah cara untuk menetapkan apakah distribusi data dalam sampel dapat secara masuk akal dianggap berasal dari populasi tertentu dengan distribusi normal”. Uji normalitas digunakan dalam melakukan uji hipotesis statistik parametrik. Sebab, dalam statistik parametrik diperlukan persyaratan dan asumsi-asumsi. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov*. Perhitungan ini akan dibantu dengan SPSS versi 23. Dasar pengambilan keputusan bisa dilakukan berdasarkan probabilitas, yaitu:

- 1) Jika probabilitas  $> 0,05$ , maka distribusi dari populasi adalah normal.
- 2) Jika probabilitas  $< 0,05$ , maka populasi tidak berdistribusi secara normal.

### b. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah variabel independen dan variabel dependen dalam penelitian ini mempunyai hubungan yang linear jika kenaikan skor variabel independen diikuti kenaikan skor variabel dependen

(Ghozali, 2016: 47). Uji linearitas dengan menggunakan uji Anova (uji F). Perhitungan ini akan dibantu dengan SPSS versi 23. Dasar pengambilan keputusan dalam uji linearitas adalah:

- 1) Jika nilai probabilitas  $\geq 0,05$ , maka hubungan antara variabel X dengan Y adalah linear.
- 2) Jika nilai probabilitas  $\leq 0,05$ , maka hubungan antara variabel X dengan Y adalah tidak linear.

### **c. Uji Multikolinearitas**

Uji multikolinearitas adalah uji yang bertujuan untuk menguji apakah pada model regresi ditemukan adanya korelasi antar variabel bebas (independen). Model regresi yang baik seharusnya tidak terjadi korelasi di antara variabel independennya. Dengan menggunakan nilai *tolerance*, nilai yang terbentuk harus di atas 10% dengan menggunakan VIF (*Variance Inflation Factor*), nilai yang terbentuk harus kurang dari 10, bila tidak, maka akan terjadi multikolinearitas, dan model regresi tidak layak digunakan. Perhitungan menggunakan SPSS 23.

### **d. Analisis Linear Regresi Berganda**

Analisis linier berganda didasari pada hubungan fungsional maupun hubungan kausal dari dua variabel atau lebih independen dengan satu variabel dependen. Analisis regresi berganda ini akan dilakukan bila jumlah variabel independennya minimal dua (Sugiyono, 2017: 98). Adapun persamaan garis regresi sebagai berikut:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + e$$

Keterangan :

a = Konstanta  
b<sub>1</sub>, b<sub>2</sub>, b<sub>3</sub> = Koefisien regresi  
Y = Variabel Terikat  
X = Variabel Bebas  
e = Standar error

**e. Uji F Hitung (Uji Simultan)**

Uji statistik F pada dasarnya menunjukkan apakah semua variabel independen atau bebas yang dimasukkan dalam model berpengaruh secara bersama-sama terhadap variabel dependen atau terikat (Ghozali, 2016: 28).  $F_{hitung} \geq F_{tabel}$  pada  $\alpha = 5\%$ , maka H<sub>0</sub> ditolak, H<sub>a</sub> diterima atau variabel bebas secara bersama-sama berpengaruh terhadap variabel terikat.  $F_{hitung} < F_{tabel}$  pada  $\alpha = 5\%$ , maka H<sub>0</sub> diterima, H<sub>a</sub> ditolak atau variabel bebas secara bersama-sama tidak berpengaruh terhadap variabel terikat.

**f. Uji t Hitung (Uji Parsial)**

Uji Statistik t pada dasarnya menunjukkan seberapa jauh pengaruh variabel penjelas atau independen secara individual dalam menerangkan variasi variabel dependen (Ghozali, 2016: 34). Pengujian ini menggunakan tingkat signifikansi 5% dan melakukan perbandingan antara  $t_{hitung}$  dengan  $t_{tabel}$ . Jika nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  maka setiap variabel bebas yang diteliti berpengaruh signifikan terhadap variabel terikat. Sebaliknya jika nilai  $t_{hitung} < t_{tabel}$  maka setiap variabel bebas yang diteliti tidak berpengaruh signifikan terhadap variabel terikat.

**g. Koefisien determinasi (R<sup>2</sup>)**

Pada model regresi linier berganda, kontribusi variabel independen secara bersama-sama terhadap variabel dependen dapat diketahui dengan melihat besaran koefisien determinasi totalnya (R<sup>2</sup>). Jika nilai (R<sup>2</sup>) yang diperoleh mendekati 1

maka hubungan variabel independen terhadap variabel dependen semakin kuat. Sebaliknya jika nilai ( $R^2$ ) yang diperoleh mendekati 0 maka hubungan variabel independen terhadap variabel dependen lemah. Nilai ( $R^2$ ) dapat naik atau turun apabila satu variabel independen ditambahkan ke dalam model.

**BAB IV**  
**HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN**

**A. Hasil Penelitian**

**1. Hasil Analisis Statistik Deskriptif**

Hasil analisis deskriptif ditujukan untuk mengetahui seberapa besar penilaian responden terhadap *self efficacy*, dukungan sosial, dan motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang. Hasilnya dijelaskan sebagai berikut.

**a. Self Efficacy ( $X_1$ )**

Deskriptif statistik data *self efficacy* atlet pencak silat IPSI Pemalang selengkapnya pada Tabel 11 sebagai berikut.

**Tabel 11. Deskriptif Statistik *Self Efficacy* ( $X_1$ )**

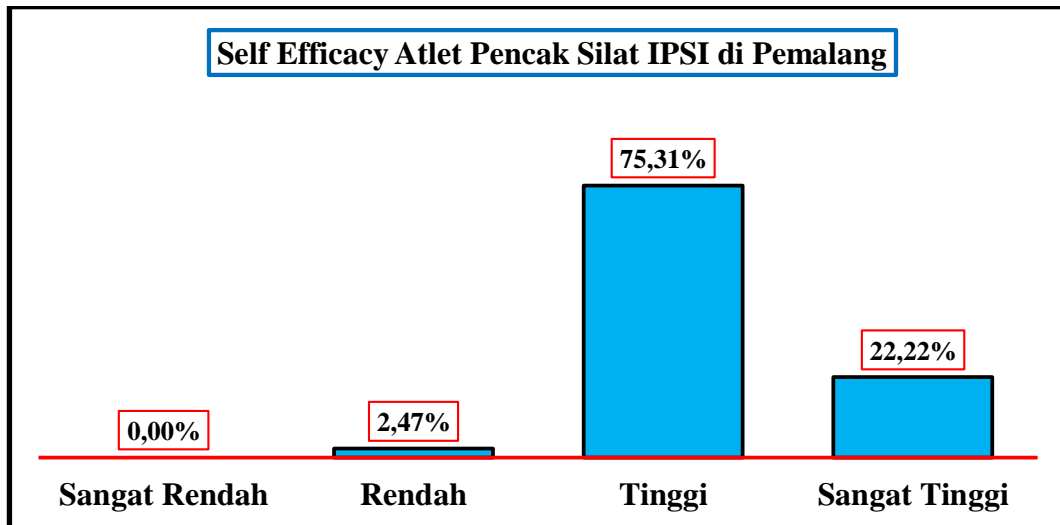
<b>Statistik</b>	
<i>N</i>	81
<i>Mean</i>	61,86
<i>Median</i>	62,00
<i>Mode</i>	65,00
<i>Std. Deviation</i>	4,90
<i>Minimum</i>	49,00
<i>Maximum</i>	72,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, *self efficacy* atlet pencak silat IPSI Pemalang disajikan pada Tabel 12 sebagai berikut.

**Tabel 12. Norma Penilaian *Self Efficacy* ( $X_1$ )**

<b>No</b>	<b>Interval</b>	<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
1	$65 \leq X \leq 80$	Sangat Tinggi	18	22,22%
2	$50 < X \leq 65$	Tinggi	61	75,31%
3	$35 < X \leq 50$	Rendah	2	2,47%
4	$20 < X \leq 35$	Sangat Rendah	0	0,00%
<b>Jumlah</b>			<b>81</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Norma Penilaian pada Tabel 12 tersebut di atas, *self efficacy* atlet pencak silat IPSI Pemalang dapat disajikan pada Gambar 3 sebagai berikut.



Gambar 3. Histogram *Self Efficacy* ( $X_1$ )

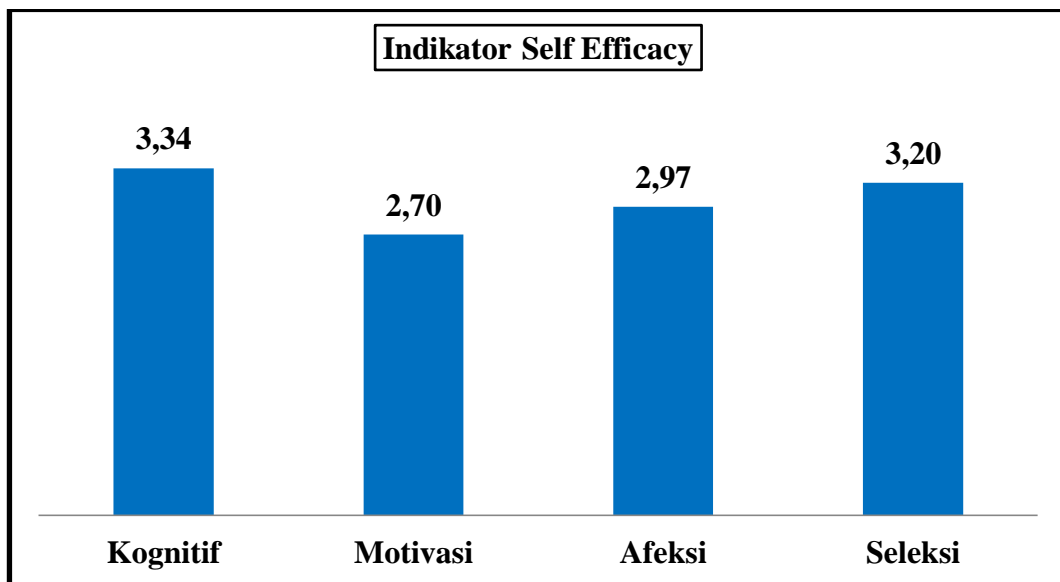
Berdasarkan Tabel 12 dan Gambar 3 di atas menunjukkan bahwa *self efficacy* atlet pencak silat IPSI Pemalang berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “rendah” sebesar 2,47% (2 atlet), “tinggi” sebesar 75,31% (61 atlet), dan “sangat tinggi” 22,22% (18 atlet).

Selanjutnya dilakukan analisis untuk mengetahui *self efficacy* atlet pencak silat IPSI Pemalang berdasarkan mean aritmatik, hasilnya sebagai berikut:

Tabel 13. Indikator *Self Efficacy* Atlet Pencak Silat IPSI Pemalang

No	Indikator	Mean	Kategori
1	Kognitif	3,34	Sangat Tinggi
2	Motivasi	2,70	Tinggi
3	Afeksi	2,97	Tinggi
4	Seleksi	3,20	Sangat Tinggi

Berdasarkan Tabel 13 di atas, indikator *self efficacy* atlet pencak silat IPSI Pemalang dapat disajikan pada Gambar 4 sebagai berikut.



**Gambar 4. Histogram Indikator *Self Efficacy* ( $X_1$ )**

Berdasarkan Tabel 13 dan gambar 4 di atas menunjukkan bahwa kecenderungan *self efficacy* atlet pencak silat IPSI Pemalang pada indikator kognitif dengan *mean* aritmatik sebesar 3,34.

**b. Dukungan Sosial ( $X_2$ )**

Deskriptif statistik data dukungan sosial atlet pencak silat IPSI Pemalang hasilnya pada Tabel 14 sebagai berikut.

**Tabel 14. Deskriptif Statistik Dukungan Sosial ( $X_2$ )**

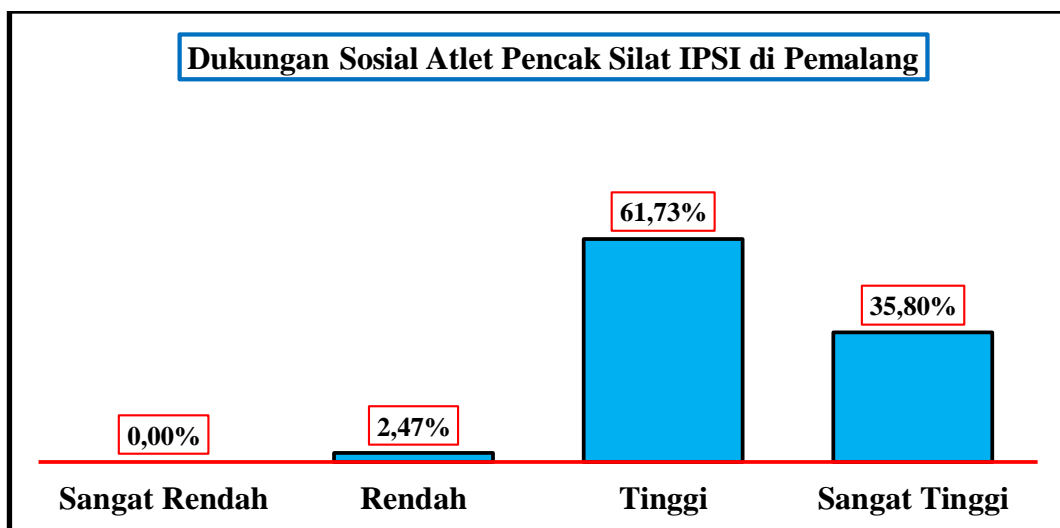
Statistik	
<i>N</i>	81
<i>Mean</i>	94,23
<i>Median</i>	95,00
<i>Mode</i>	89,00 <sup>a</sup>
<i>Std. Deviation</i>	8,80
<i>Minimum</i>	71,00
<i>Maximum</i>	111,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, dukungan sosial atlet pencak silat IPSI Pemalang disajikan pada Tabel 15 sebagai berikut.

**Tabel 15. Norma Penilaian Dukungan Sosial (X<sub>2</sub>)**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$97,5 \leq X \leq 120$	Sangat Tinggi	29	35,80%
2	$75 < X \leq 97,5$	Tinggi	50	61,73%
3	$52,5 < X \leq 75$	Rendah	2	2,47%
4	$30 < X \leq 52,5$	Sangat Rendah	0	0,00%
<b>Jumlah</b>			<b>81</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Norma Penilaian pada Tabel 15 tersebut di atas, dukungan sosial atlet pencak silat IPSI Pemalang dapat disajikan pada Gambar 5 sebagai berikut.



**Gambar 5. Histogram Dukungan Sosial (X<sub>2</sub>)**

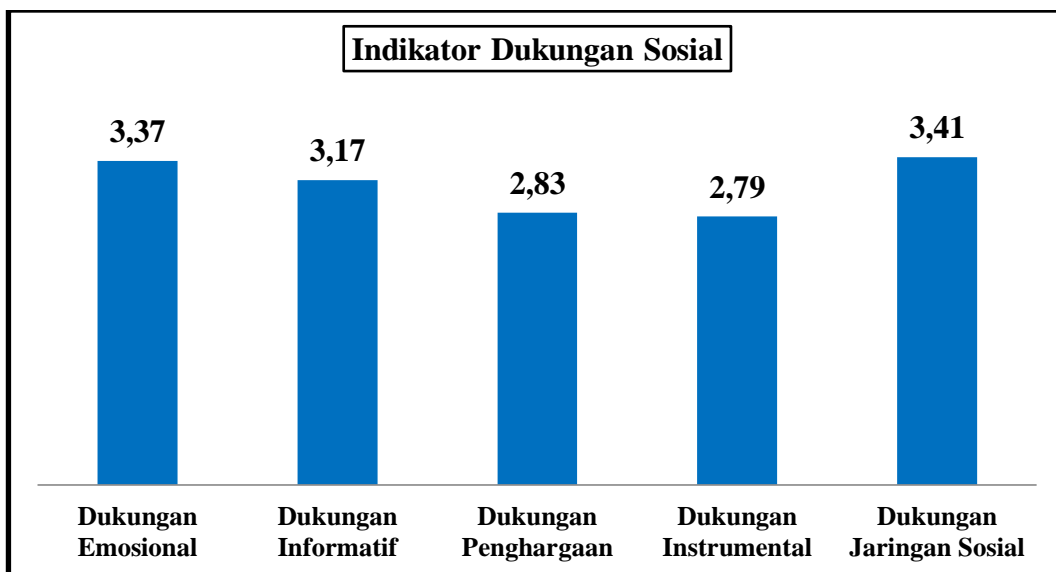
Berdasarkan Tabel 15 dan Gambar 5 di atas menunjukkan bahwa dukungan sosial atlet pencak silat IPSI Pemalang berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “rendah” sebesar 2,47% (2 atlet), “tinggi” sebesar 61,47% (50 atlet), dan “sangat tinggi” 35,80% (29 atlet).

Selanjutnya dilakukan analisis untuk mengetahui dukungan sosial atlet pencak silat IPSI Pemalang berdasarkan *mean* aritmatik, hasilnya sebagai berikut:

**Tabel 16. Indikator Dukungan Sosial Atlet Pencak Silat IPSI Pemalang**

No	Indikator	Mean	Kategori
1	Dukungan Emosional	3,37	Sangat Tinggi
2	Dukungan Informatif	3,17	Tinggi
3	Dukungan Penghargaan	2,83	Tinggi
4	Dukungan Instrumental	2,79	Tinggi
5	Dukungan Jaringan Sosial	3,41	Sangat Tinggi

Berdasarkan Tabel 17 di atas, idikator dukungan sosial atlet pencak silat IPSI Pemalang dapat disajikan pada Gambar 6 sebagai berikut.



**Gambar 6. Histogram Indikator Dukungan Sosial ( $X_2$ )**

Berdasarkan Tabel 16 dan gambar 6 di atas menunjukkan bahwa kecenderungan dukungan sosial atlet pencak silat IPSI Pemalang paling tinggi pada indikator dukungan jaringan sosial dengan *mean* aritmatik sebesar 3,41.

**c. Motivasi Berprestasi (Y)**

Deskriptif statistik data motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang hasil selengkapnya pada Tabel 17 sebagai berikut.

**Tabel 17. Deskriptif Statistik Motivasi Berprestasi (Y)**

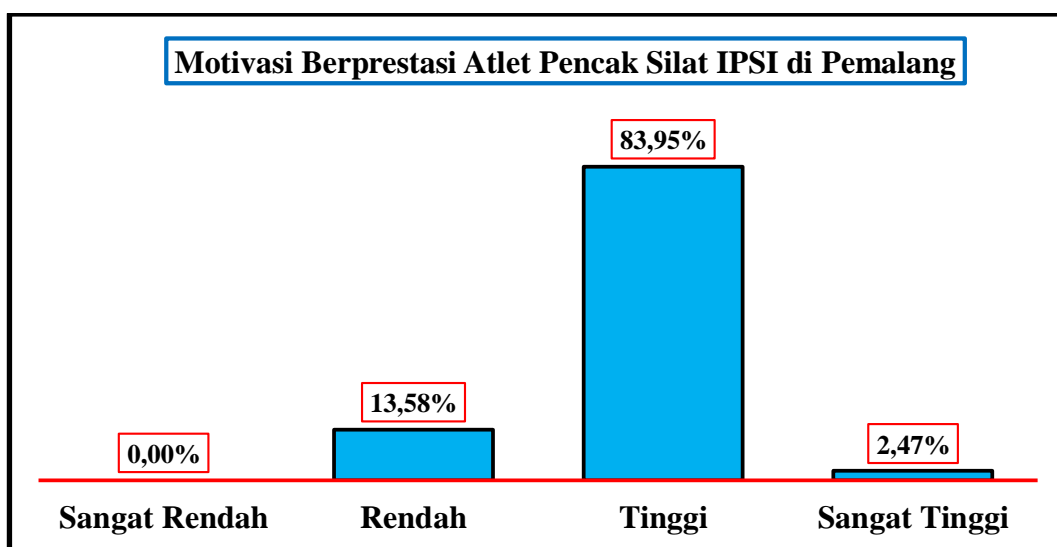
Statistik	
<i>N</i>	81
<i>Mean</i>	95,70
<i>Median</i>	96,00
<i>Mode</i>	95,00 <sup>a</sup>
<i>Std. Deviation</i>	8,74
<i>Minimum</i>	77,00
<i>Maximum</i>	112,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang disajikan pada Tabel 18 sebagai berikut.

**Tabel 18. Norma Penilaian Motivasi Berprestasi (Y)**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$110,5 \leq X \leq 136$	Sangat Tinggi	2	2,47%
2	$85 < X \leq 110,5$	Tinggi	68	83,95%
3	$59,5 < X \leq 85$	Rendah	11	13,58%
4	$34 < X \leq 59,5$	Sangat Rendah	0	0,00%
<b>Jumlah</b>			<b>81</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Norma Penilaian pada Tael 18, motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang dapat disajikan pada Gambar 7 sebagai berikut.



**Gambar 7. Histogram Motivasi Berprestasi (Y)**

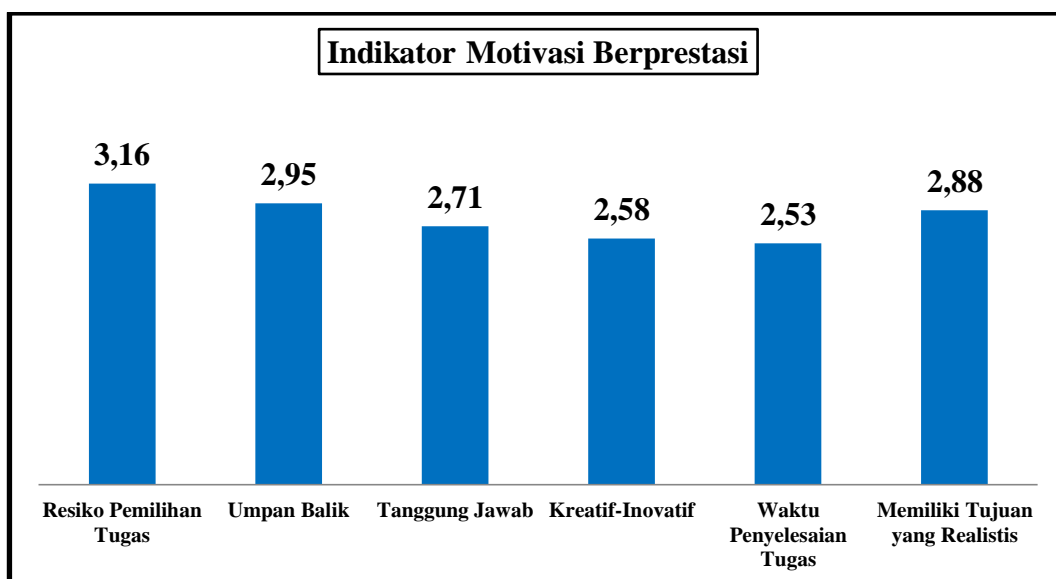
Berdasarkan Tabel 18 dan Gambar 7 di atas menunjukkan bahwa motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “rendah” sebesar 13,58% (11 atlet), “tinggi” sebesar 83,95% (40 atlet), dan “sangat tinggi” 2,47% (2 atlet).

Selanjutnya dilakukan analisis untuk mengetahui motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang berdasarkan *mean* aritmatik, hasilnya sebagai berikut:

**Tabel 19. Indikator Motivasi Berprestasi Atlet Pencak Silat IPSI Pemalang**

No	Indikator	Mean	Kategori
1	Resiko Pemilihan Tugas	3,16	Tinggi
2	Umpan Balik	2,95	Tinggi
3	Tanggung Jawab	2,71	Tinggi
4	Kreatif-Inovatif	2,58	Tinggi
5	Waktu Penyelesaian Tugas	2,53	Sangat Tinggi
6	Memiliki Tujuan yang Realistis	2,88	Tinggi

Berdasarkan Norma Penilaian pada Tabel 19 di atas, *self efficacy* atlet pencak silat IPSI Pemalang dapat disajikan pada Gambar 8 sebagai berikut.



**Gambar 8. Histogram Indikator Motivasi Berprestasi (Y)**

Berdasarkan Tabel 19 dan gambar 8 di atas menunjukkan bahwa kecenderungan motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang paling tinggi pada indikator resiko pemilihan tugas dengan *mean* aritmatik sebesar 3,16.

## 2. Hasil Analisis Statistik Inferensial

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas data dalam penelitian ini digunakan metode *Kolmogorov-Smirnov*. Hasil uji normalitas data yang dilakukan pada tiap kelompok analisis dilakukan dengan program *software SPSS version 20.0 for windows* dengan taraf signifikansi 5% atau 0,05. Rangkuman data disajikan pada Tabel 20 sebagai berikut.

**Tabel 20. Hasil Uji Normalitas**

No	Variabel	p	sig	Keterangan
1	<i>Self Efficacy</i>	0,674	0,05	Normal
2	Dukungan Sosial	0,561	0,05	Normal
3	Motivasi Beprestasi	0,466	0,05	Normal

Berdasarkan analisis statistik uji normalitas yang telah dilakukan dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* pada Tabel 20, pada variabel *self efficacy*, dukungan sosial, dan motivasi berprestasi didapat hasil uji normalitas dengan nilai signifikansi  $p > 0,05$ , yang berarti data berdistribusi normal. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran halaman.

### b. Uji Linieritas

Pengujian linieritas hubungan dilakukan melalui uji F. Hubungan antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y) dinyatakan linier apabila nilai sig  $> 0,05$ . Hasil uji linieritas dapat dilihat dalam Tabel 21 berikut ini:

**Tabel 21. Hasil Uji Linieritas**

No	Hubungan Fungsional	p	sig	Keterangan
1	Motivasi Berprestasi * Self efficacy	0,804	0,05	Linier
2	Motivasi Berprestasi * Dukungan Sosial	0,347	0,05	Linier

Dari Tabel 21 di atas, terlihat bahwa nilai signifikansi ( $p$ ) > 0,05. Jadi, hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikatnya dinyatakan linear. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran halaman.

**c. Uji Multikolinearitas**

Prasyarat yang harus terpenuhi model regresi adalah tidak adanya multikolinearitas. Dalam pengujian ini digunakan nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) pada model regresi, jika (VIF) > 10, maka variabel tersebut mempunyai persoalan dengan variabel bebas lainnya. Hasil uji multikolinearitas dapat dilihat dalam Tabel 22 berikut ini:

**Tabel 22. Hasil Uji Multikolinearitas**

No	Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
1	<i>Self Efficacy</i>	0,865	1,157	Tidak terjadi multikolinearitas
2	Dukungan Sosial	0,865	1,157	Tidak terjadi multikolinearitas

Berdasarkan Tabel 22 di atas, diperoleh nilai *variance inflation factor* (VIF), variabel *Self Efficacy* ( $X_1$ ) = 1,157 dan Dukungan Sosial ( $X_2$ ) = 1,157. Kedua variabel bebas tersebut memiliki nilai VIF lebih kecil dari 10, sehingga dapat disimpulkan bahwa antar variabel independen tidak terjadi multikolinearitas. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 6 halaman 75.

### 3. Analisis Regresi Linear Berganda

Analisis regresi ganda digunakan untuk menguji variabel bebas secara bersama dengan variabel terikatnya. Hasil analisis linear berganda pengaruh *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang disajikan pada Tabel 23 sebagai berikut:

**Tabel 23. Hasil Analisis Regresi Linear Berganda**

Coefficients <sup>a</sup>				
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients
		B	Std. Error	Beta
1	(Constant)	11,690	9,325	
	Self efficacy	0,385	0,144	0,216
	Dukungan Sosial	0,639	0,080	0,643
a. Dependent Variable: Motivasi Berprestasi				

Berdasarkan Tabel 23 di atas, maka dapat ditentukan persamaan regresi linier berganda yang dihasilkan dari penelitian ini, sebagai berikut:

$$Y = 11,690 + 0,385X_1 + 0,639X_2$$

Hasil interpretasi dari persamaan regresi berganda di atas adalah sebagai berikut:

- Konstanta sebesar 11,690, yang berarti jika variabel *self efficacy* dan dukungan sosial sama dengan nol, maka variabel motivasi berprestasi hanya sebesar 11,690.
- Jika nilai variabel *self efficacy* ( $X_1$ ) berubah dan nilai variabel lain tetap, maka nilai variabel motivasi berprestasi akan berubah sebesar 0,385.
- Jika nilai variabel dukungan sosial ( $X_2$ ) berubah dan nilai variabel lain tetap, maka nilai variabel motivasi berprestasi akan berubah sebesar 0,639.

#### 4. Hasil Analisis Uji t (Parsial)

Uji t (parsial) dilakukan untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel bebas yaitu *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang. Hasil analisis Uji t (parsial) disajikan pada Tabel 24 sebagai berikut.

**Tabel 24. Hasil Analisis Uji Parsial (*t test*)**

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	11,690	9,325		1,254	0,214
	Self efficacy	0,385	0,144	0,216	2,678	0,009
	Dukungan Sosial	0,639	0,080	0,643	7,984	0,000

a, Dependent Variable: Motivasi Berprestasi

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 24 di atas, dapat dijelaskan sebagai berikut:

- Variabel *self efficacy* didapatkan nilai t hitung 2,678 dan signifikansi (sig) 0,009. Oleh karena nilai signifikansi  $0,009 < 0,05$ , artinya bahwa “Ada *impact* yang signifikan antara *self efficacy* terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang”. Bernilai positif, artinya jika *self efficacy* semakin tinggi, maka motivasi berprestasi juga akan semakin tinggi.
- Variabel dukungan sosial didapatkan nilai t hitung 7,984 signifikansi (sig) 0,000. Oleh karena nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ , artinya bahwa “Ada *impact* yang signifikan antara dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet

pencak silat IPSI Pemalang. Bernilai positif, artinya jika dukungan sosial semakin tinggi, maka motivasi berprestasi juga akan semakin tinggi.

## 5. Hasil Analisis Uji F (Simultan)

Uji F digunakan untuk menguji hipotesis apakah variabel independen secara bersama-sama (simultan) berpengaruh terhadap variabel dependen. Hasil analisis pada Tabel 25 sebagai berikut.

**Tabel 25. Hasil Analisis Uji F (Simultan)**

ANOVA <sup>b</sup>						
	<i>Model</i>	<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig,</i>
1	Regression	3435,074	2	1717,537	50,104	0,000 <sup>a</sup>
	Residual	2673,815	78	34,280		
	Total	6108,889	80			
a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, Self efficacy						
b. Dependent Variable: Motivasi Berprestasi						

Berdasarkan Tabel 25 di atas diperoleh koefisien  $F_{hitung}$  50,104 dan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ , artinya “Ada *impact* yang signifikan antara *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang”, **diterima**.

## 6. Koefisien Determinasi ( $R^2$ )

Koefisien Determinasi ( $R^2$ ) pada intinya digunakan untuk mengukur seberapa jauh kemampuan model regresi dalam menerangkan variasi variabel dependen. Hasil analisis pada Tabel 26 sebagai berikut.

**Tabel 26. Hasil Analisis Koefisien Determinasi ( $R^2$ )**

<i>Model Summary</i>				
<i>Model</i>	<i>R</i>	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>	<i>Std. Error of the Estimate</i>
1	0,750 <sup>a</sup>	0,562	0,551	5,85488
a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, Self efficacy				

Nilai koefisien determinasi *R Square* atau *self efficacy* dan dukungan sosial dalam menjelaskan atau memprediksi variabel motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang sebesar 0,562 atau 56,20%. Hal ini berarti variabel *self efficacy* dan dukungan sosial mempunyai *impact* terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang sebesar 56,20%, sedangkan sisanya dipengaruhi faktor lain sebesar 43,80% di luar penelitian ini. Variabel lain yang mempengaruhi motivasi berprestasi seperti minat, bakat, lingkungan, keluarga, dan lain-lain.

Sumbangan efektif (SE) dan sumbangan relatif (SR) *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang disajikan pada Tabel 27 sebagai berikut:

**Tabel 27. Hasil Analisis Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif**

Variabel	SE	SR
Self efficacy	9,76%	17,37%
Dukungan Sosial	46,44%	82,63%
Jumlah	<b>56,20%</b>	<b>100,00%</b>

## B. Pembahasan

### 1. Pengaruh *Self Efficacy* terhadap Motivasi Berprestasi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa *self efficacy* memberikan *impact* terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang yaitu sebesar 17,37%. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Zhang, et al., (2015) bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara *self efficacy* dengan motivasi berprestasi. Jika atlet memiliki *self efficacy* yang tinggi sangat memungkinkan atlet itu memberi energi terhadap tubuhnya untuk menggerakkan dirinya dalam mencapai tujuan yang diinginkannya karena berada dalam proses kognitif atlet tersebut. Hasil penelitian Paramita, dkk., (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan

signifikan antara self-efficacy dengan motivasi berprestasi pada atlet judo Surabaya.

Kecenderungan *self efficacy* atlet pencak silat IPSI Pemalang pada indikator kognitif dengan *mean* aritmatik sebesar 3,34. Faktor internal yang memicu atlet memiliki motivasi berprestasi dari dalam diri yaitu *self efficacy*. Atlet yang memiliki *self efficacy* yang tinggi akan cenderung memiliki motivasi berprestasi yang tinggi pula ketika berkeinginan mencapai tujuan tertentu. *Self efficacy* juga menjadi kunci pendorong atlet untuk mencapai target atau tujuan yang sudah ditetapkan serta mampu menghadapi hambatan atau kendala dalam pencapaian tersebut (Narotama & Rustika, 2019).

Individu yang memiliki *self efficacy* yang tinggi cenderung untuk memfokuskan perhatian dan usahanya pada tuntutan tugas dan berusaha meminimalisasi kesulitan yang mungkin terjadi. Pervin dan John mengemukakan individu yang mempunyai *self efficacy* yang tinggi akan lebih memiliki motivasi belajar untuk dapat berprestasi yang tinggi pula. Hal ini dicerminkan dengan besarnya usaha yang dilakukan serta ketekunannya dalam mengatasi rintangan-rintangan yang ada. Individu akan terus mengerjakan tugastugasnya dan tidak mudah menyerah dan bertahan apabila menemui kesulitan-kesulitan. Individu yang memiliki *self efficacy* yang tinggi akan berusaha lebih keras di dalam mengatasi rintangan-rintangan yang ada. Begitu juga sebaliknya semakin *self efficacy* individu rendah, individu cenderung tidak dapat memfokuskan perhatian dan usahanya pada tuntutan tugas dan tidak akan meminimalisasi kesulitan yang mungkin terjadi.

Pervin dan John menyatakan individu yang mempunyai *self efficacy* yang rendah akan lebih memiliki motivasi belajar dan mencapai prestasi yang rendah pula. *Self efficacy* yang tinggi dapat membuat remaja terus mengerjakan tugas-tugasnya dan tidak mudah menyerah dan bertahan apabila menemui kesulitan-kesulitan, serta akan berusaha lebih keras didalam mengatasi rintangan-rintangan yang ada. Feist dan Feist (2013) menyatakan bahwa *self efficacy* merujuk pada keyakinan diri individu atas kemampuan dalam melakukan sesuatu tindakan. Individu akan lebih mungkin untuk bertindak dan lebih mungkin untuk menjadi sukses apabila memiliki keyakinan untuk dapat melakukan sesuatu yang mempunyai potensi untuk dapat mengubah kejadian di lingkungannya.

*Self Efficacy* mengacu pada keyakinan akan kemampuan individu untuk menggerakkan motivasi, kemampuan kognitif, dan tindakan yang diperlukan untuk memenuhi tuntutan situasi dalam berprestasi. Keyakinan seseorang atas kemampuannya menjalankan tuntutan menantang atas dirinya disebut *self efficacy*. Ketika siswa memiliki *self efficacy* yang baik maka dirinya akan mampu dan yakin untuk menggerakkan motivasi, atau kemampuan kognitif dalam menyelesaikan tugasnya untuk memenuhi tujuan dalam meraih suatu prestasi.

## **2. Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Motivasi Berprestasi**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan *impact* terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang yaitu sebesar 82,63%. Sejalan dengan penelitian Hayes (2012) dalam penelitiannya mengungkapkan terdapat hubungan antara keterlibatan orangtua dengan motivasi berprestasi. Hal ini juga dibuktikan dari penelitian Kusuma, dkk., (2015) yang

menyatakan adanya hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan motivasi berprestasi.

Kecenderungan dukungan sosial atlet pencak silat IPSI Pematang paling tinggi pada indikator dukungan jaringan sosial dengan *mean* aritmatik sebesar 3,41. Dukungan jaringan sosial merupakan perasaan keanggotaan dalam suatu kelompok, saling berbagi kesenangan dan aktivitas sosial. Adanya dukungan jaringan sosial akan membantu atlet untuk mengurangi stress yang dialami dengan cara memenuhi kebutuhan akan persahabatan dan kontak sosial dengan orang lain. Namun, dalam penelitian ini dukungan jaringan sosial berpengaruh secara negatif dan tidak signifikan terhadap motivasi berprestasi

Dukungan atau keterlibatan orangtua sebagai orang terdekat yang dimiliki oleh seorang anak menjadi faktor yang memegang peranan penting sebagai penentu motivasi berprestasi. Faktor yang mempengaruhi motivasi berprestasi berasal dari luar diri (eksternal) yaitu dapat berasal dari lingkungan sekolah, keluarga, teman. Penelitian yang dilakukan oleh Toding, dkk., (2015). Menyatakan terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dan motivasi berprestasi dengan nilai korelasi sebesar 0,223. Semakin tinggi tingkat dukungan sosial seseorang, maka akan semakin tinggi motivasi berprestasi seseorang.

Dukungan sosial merupakan suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan ataupun bantuan yang diterima individu dari orang lain maupun kelompok. Dukungan sosial yang diperoleh dari berbagai sumber yakni keluarga, teman, sahabat, guru, teman dekat dan lain-lain. Dukungan sosial menunjukkan pada hubungan interpersonal yang melindungi individu terhadap konsekuensi negative

dari stress. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten. Ketika seseorang memiliki masalah, akan tetapi terdapat orang terdekat yang menemaninya dan memberikan cara dalam menyelesaikannya, seseorang tersebut akan lebih mudah menyelesaikannya dan juga merasa diperhatikan, dan tidak merasa sendirian.

### **3. Pengaruh antara *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial terhadap Motivasi Berprestasi**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa *self efficacy* dan dukungan sosial memberikan *impact* terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pernalang yaitu sebesar 100,00%. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Manuaba & Susilawati (2019) membuktikan bahwa terdapat hubungan dukungan sosial dan *self efficacy* dengan motivasi berprestasi pada remaja awal dan tengah. Selanjutnya penelitian Puspitasari, dkk., (2021) membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara dukungan sosial dan *self efficacy* secara bersama-sama terhadap motivasi berprestasi.

Motivasi berprestasi penting bagi atlet karena dengan adanya dorongan, kegiatan latihan atlet tidak hanya dijadikan sebagai formalitas melainkan makna utama latihan dilakukan untuk mencapai hasil tertentu yaitu prestasi. Salah satu faktor yang mempengaruhi motivasi berprestasi adalah *self-efficacy*. Ketika individu memiliki keyakinan yang kuat bahwa dirinya mampu menghadapi tingkat kesulitan tugas tertentu, maka individu akan berusaha dan lebih bertanggung jawab untuk menyelesaikan tugas tersebut, berusaha menyelesaikannya meskipun mungkin tugas yang mereka hadapi termasuk sulit, tetapi dengan keyakinan dirinya

yang akan mendorong individu untuk terus menerus berupaya menyelesaikan tugas-tugasnya. Bahkan individu tersebut akan berpikir tentang cara-cara yang efektif dan efisien yang mampu mereka lakukan untuk menuntaskan tugas tersebut secara bertanggung jawab. Mengembangkan kemampuan diri dan untuk berprestasi perlu adanya keyakinan diri. Individu yang menyukai kesulitan biasanya memiliki tanggung jawab pribadi untuk berprestasi, mencari umpan balik yang jelas dan lebih inovatif, sehingga individu lebih matang dalam aspek keyakinan diri, motivasional, dan seleksi.

*Self efficacy* berhubungan dengan keyakinan diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan. *Self efficacy* adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan. *Self efficacy* berbeda dengan aspirasi (cita-cita), karena cita-cita menggambarkan sesuatu yang ideal yang seharusnya dapat dicapai, sedang *self efficacy* menggambarkan penilaian kemampuan diri. Seseorang yang memiliki *self efficacy* yang tinggi ketika dalam situasi yang sulit individu dapat melakukan kontrol atas diri mereka sendiri untuk mengurangi stress dan kerentanan akan depresi (Paramita, dkk., 2021: 31).

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Secara keseluruhan, peneliti sangat menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan terutama dalam pelaksanaannya. Penelitian ini dilakukan sebaik mungkin, namun tidak terlepas dari keterbatasan yang ada. Keterbatasan selama penelitian yaitu:

1. Pengumpulan data dalam penelitian ini hanya didasarkan pada hasil kuesioner, sehingga dimungkinkan adanya unsur kurang objektif dalam pengisian kuesioner. Selain itu dalam pengisian kuesioner diperoleh adanya sifat responden sendiri seperti kejujuran dan ketakutan dalam menjawab responden tersebut dengan sebenarnya.
2. Saat pengambilan data penelitian yaitu saat penyebaran kuesioner kepada responden, tidak dapat dipantau secara langsung dan cermat apakah jawaban yang diberikan oleh responden benar-benar sesuai dengan pendapatnya sendiri atau tidak.
3. Peneliti tidak melakukan triangulasi pada penelitian ini.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. *Self efficacy* memberikan *impact* terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang yaitu sebesar 17,37%
2. Dukungan sosial memberikan *impact* terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang yaitu sebesar 82,63%
3. *Self efficacy* dan dukungan sosial memberikan *impact* terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang yaitu sebesar 100,00%.

#### **B. Implikasi**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan telah disimpulkan menunjukkan bukti ilmiah bahwa *self efficacy* dan dukungan sosial memberikan *impact* terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI Pemalang, akan berimplikasi yaitu:

1. Setiap atlet dan pelatih selalu ingin menghasilkan yang terbaik untuk membawa nama baik Pemalang dalam segala pertandingan, dan untuk menghasilkan yang terbaik tidak lepas dari motivasi berprestasi. Para atlet pun mampu meningkatkan motivasi berprestasinya dengan bantuan orang-orang sekitar.

2. Dukungan yang diterima atlet akan membuat para atlet merasa diterima dalam kelompok dan merasa dipedulikan oleh orang di sekitarnya, sehingga atlet tersebut dapat merasa nyaman dengan lingkungannya.

### **C. Saran**

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Saran kepada Atlet

Disarankan atlet dapat meningkatkan dan menjaga *self efficacy* dan dukungan sosial agar motivasi berprestasi semakin meningkat.

2. Saran kepada Pelatih

- a. Pada penelitian ini ditemukan bahwa ada pengaruh signifikan dari variabel *self efficacy* terhadap motivasi berprestasi. Selanjutnya agar dipertimbangkan kepada para pengurus serta pelatih khususnya pencak silat manapun dalam meningkatkan motivasi berprestasi pada atlet dengan memperhatikan aspek kognitif, afektif, dan konatif pada diri atlet.

- b. Pada penelitian ini ditemukan bahwa dukungan sosial signifikan mempengaruhi motivasi berprestasi pada atlet. Diharapkan pada para pengurus dan pelatih pencak silat agar lebih memfokuskan lagi terhadap dukungan sosial kepada atlet.

3. Saran kepada Peneliti Selanjutnya

- a. Peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti tentang motivasi berprestasi, maka penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk membantu peneliti meneliti motivasi berprestasi atlet. Tetapi penelitian ini masih hanya sebatas mengenai

variabel *self efficacy* dan dukungan sosial. Oleh karenanya diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat meneliti faktor-faktor lainnya.

- b. Bagi peneliti selanjutnya agar melakukan pengawasan lebih ketat pada saat pengambilan data agar hasilnya lebih objektif.
- c. Bagi peneliti selanjutnya agar melakukan uji triangulasi misalnya melakukan wawancara.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Alim, A. (2018). Hubungan motivasi, attitude, anxiety dan self efficacy terhadap prestasi atlet tenis lapangan level junior dan senior. *MEDIKORA*, 17(2), 83-90.
- Ananda, R., & Fadhli, M. (2018). *Statistik pendidikan teori dan praktik dalam pendidikan*. Medan: CV. Widya Puspita.
- Arifin, Z., & Wahyudi, H. (2021). Ragam motivasi atlet dalam berprestasi olahraga. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9(02), 77 – 86.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian; suatu pendekatan praktik. (Edisi revisi)* Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2018). *Penyusunan skala psikologi. Edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bempechat, J., & Shernoff, D. J. (2012). Parental influences on achievement motivation and student engagement. In *Handbook of research on student engagement* (pp. 315-342). Springer, Boston, MA.
- Buckley, P., & Doyle, E. (2016). Gamification and student motivation. *Interactive learning environments*, 24(6), 1162-1175.
- Dimiyati. (2019). *Psikologi olahraga untuk sepakbola*. Yogyakarta: UNY Press.
- Ediyono & Widodo. (2019). Memahami makna seni dalam pencak silat. *Panggung*, 9(2).
- Fajriyudin, M., Aminudin, R., & Fahrudin, F. (2021). Pengaruh metode continuous running terhadap peningkatan daya tahan siswa ekstrakurikuler pencak silat di Pondok Pesantren Modern Nurussalam. *Jurnal Literasi Olahraga*, 2(1), 51-59.
- Fenanlampir, A. (2020). *Ilmu kepelatihan olahraga*. Jakarta: Jakad Media Publishing.
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ginting, R. F., Lubis, H., & Leolita, Y. C. (2021). Pengaruh dukungan sosial guru terhadap motivasi belajar siswa kelas VII-H di SMP Swasta Galih Agung

- Lau Bakeri Deli Serdang Tahun Ajaran 2020-2021. *Jurnal STAI Darul Arafah*, 5(2), 1-15.
- Hakim, L. (2021). Penguatan self efficacy pada pribadi introvert. *Jurnal Konseling Pendidikan Islam*, 2(1), 203-216.
- Handaka, R. D., Ginanjar, A., & Utami, N. S. (2020). Fenomena siswa pasif kelas X dalam pembelajaran renang di SMA Negeri 1 Majenang Jawa Tengah. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(2), 191-203.
- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *Metode penelitian kualitatif & kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu.
- Hayes, D. (2012). Parental involvement and achievement outcomes in African American adolescents. *Journal of Comparative Family Studies*, 43(4), 567-582.
- Kasyfillah, A. M., & Susilarini, T. (2021). Hubungan antara dukungan sosial orangtua dan self efficacy dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia YAI. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 5(3), 69-75.
- Kaya, S., Kabakci, A. C., & Dogan, A. A. (2015). Differences in motivation for participating sport activities according to sport branches. *International Journal of Science Culture and Sport*, 3(1), 44-53.
- Kenioua, M., & Boumesjed. (2017). The relationship between self efficacy, achievement motivation and state anxiety among football player. *Revue Sciences et Pratiques des Activités Physiques Sportives et Artistiques Journal*, 11(1), 36-49.
- Komarudin. (2016). *Psikologi olahraga latihan mental dalam olahraga kompetitif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Kriswanto, E. S. (2015). *Pencak silat*. Yogyakarta: UNY Press.
- Lubis, J., & Wardoyo, H. (2016). *Pencak silat; edisi kedua*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Mahesti, N. P. R. E., & Rustika, I. M. (2020). Peran kecerdasan emosional dan self efficacy terhadap resiliensi pada Mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Psikologi Udayana*, 7(2), 53-65.
- Manuaba, I. B. P. A., & Susilawati, L. K. P. A. (2019). Hubungan dukungan sosial dan self efficacy dengan motivasi berprestasi pada remaja awal dan tengah

- yang tinggal di panti asuhan di Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 161-170.
- Mardianti, B. A., Darmiany, D., & Setiawan, H. (2021). Hubungan dukungan sosial guru dan self efficacy siswa dengan motivasi berprestasi siswa kelas 5 SDN Gugus V Mataram. *Journal of Science Instruction and Technology*, 1(1).
- Masviyah, R. J., & Mariyati, L. I. (2021, June). Hubungan antara self efficacy dan religiusitas dengan flow akademik pada mahasiswa universitas. In *Seminar Nasional Psikologi UM* (Vol. 1, No. 1, pp. 160-172).
- Myslidayu, A. (2015). *Psikologi olahraga*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Narotama, I. B. I., & Rustika, I. M. (2019). Peran harga diri dan self efficacy terhadap social loafing pada mahasiswa preklinik program studi sarjana kedokteran dan profesi dokter fakultas kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(3), 1281-1292.
- Nasution, S. I. (2017). Analisis faktor-faktor yang berpengaruh terhadap motivasi berprestasi mahasiswa prodi manajemen pendidikan islam fakultas tarbiyah dan keguruan uin raden intan lampung. *Al-Idarah: Jurnal Kependidikan Islam*, 7(2), 38-54.
- Ningsih, S., Mistar, J., & Rangkuti, Y. A. (2021). Motivasi berprestasi pada atlet karate di Dojo Wadokai Pemko Langsa. *Jurnal Olahraga Rekreasi Samudra*, 4(1), 1-8.
- Nurwansyah, A., & Sepdanius, E. (2021). Kepribadian atlet olahraga kontak fisik dan non kontak fisik di Kota Padang. *JURNAL STAMINA*, 4(8), 372-384.
- Nuryati, N., Muthmainnah, M., Lubis, H. Z., Talango, S. R., Ibrohim, B., & Nadjih, D. (2021). Metode role playing dalam meningkatkan motivasi berprestasi anak usia dini selama masa learning from home. *As-Sibyan: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2), 139-148.
- Omchan, A. (2019). Peran dukungan sosial teman sebaya bagi peningkatan motivasi berprestasi pada atlet di asrama pplp kalimantan barat. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 2(2), 1-11.
- Paramita, Y., Pratitis, N. T., & Efendy, M. (2021). Motivasi berprestasi pada atlet judo di surabaya: Bagaimana peranan self-efficacy?. *SUKMA: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 32-41.
- Purnomo, E. (2021). Pengembangan model latihan fleksibilitas dalam pembelajaran pencak silat. *Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJ PES)*, 4(01), 73-81.

- Puspitasari, Y., Lasan, B. B., & Setiyowati, A. J. (2021). Hubungan dukungan sosial dan self efficacy terhadap motivasi berprestasi siswa SMA. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan*, 1(10), 838-846.
- Putri, K. A. R. D., & Rustika, I. M. (2018). Peran kemandirian dan self efficacy terhadap motivasi berprestasi pada siswa kelas unggulan SMA Dwijendra Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(1), 12-22.
- Ridha, M. (2020). Teori motivasi Mcclelland dan implikasinya dalam pembelajaran PAI. *PALAPA*, 8(1), 1-16.
- Rocchi, M., & Pelletier, L. G. (2017). The antecedents of coaches' interpersonal behaviors: The role of the coaching context, coaches' psychological needs, and coaches' motivation. *Journal of sport and exercise psychology*, 39(5), 366-378.
- Rustandi, B., & Gumilang, R. (2020). Hubungan self efficacy dengan tingkat kecemasan pada pasien infark miokard. *Jurnal Kesehatan Rajawali*, 10(1), 11-26.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. New York: John Wiley & Sons Inc.
- Saputri, A. E., Raharjo, S. T., & Apsari, N. C. (2019). Dukungan sosial keluarga bagi orang dengan disabilitas sensorik. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 62.
- Selviana, S., & Dwi, K. (2022). Pengaruh self efficacy dan motivasi berprestasi terhadap kecemasan menghadapi pertandingan sepak bola pada pemain bola SSB Bintang Ragunan. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 6(2), 1-7.
- Sholicha, I. F. (2020). Motivasi berprestasi dan ketangguhan mental atlet. *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi)*, 15(1), 91-99.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian pendidikan: pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi. (2019). *Evaluasi pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Suralaga, F. (2021). *Psikologi pendidikan: implikasi dalam pembelajaran*. Depok: PT Rajagrafindo Persada.
- Susiani, N. E. (2021). Melatih metakognisi siswa dalam menumbuh kembangkan self efficacy (self-efficacy pada pembelajaran matematika. *EDUCATOR: Jurnal Inovasi Tenaga Pendidik dan Kependidikan*, 1(1), 31-38.

- Sutantri, S. C. (2019). Pencak Malioboro festival sebagai soft power dalam promosi pariwisata di Yogyakarta. *Susunan Redaksi*, 23.
- Tangkudung, J., & Mylsidayu, A. (2017). *Mental training aspek-aspek psikologi dalam olahraga*. Jakarta: Cakrawala Cendikia.
- Wati, K. A., & Jannah, M. (2021). Hubungan antara kejenuhan dengan motivasi berprestasi pada atlet sepak bola. *Jurnal Psikologi*, 8(03), 126-136.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2015). *Foundations of sport and exercise psychology*. Champaign, Illinois: Human Kinetics.
- Widiyanti, R., Widana, I. K., & Supandi, S. (2018). Analisis hasil potensi psikologi dan pembinaan karier bintang unggulan TNI AD pada rekrutmen talenta atlet berprestasi (Studi Kasus di DISJAS AD TA. 2013–2107). *Strategi Pertahanan Darat*, 4(3).
- Wilson, I. D. (2020). *Politik tenaga dalam-praktik pencak silat di Jawa Barat*. Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Yuliansyah, Y., & Jahin, N. P. (2018). Hubungan antara self efficacy dengan intensi berwirausaha pada siswa kelas XII SMK Negeri 6 Palembang. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 12(2), 91-100.
- Yulianto, H., & Suprihatiningsih, S. (2019). Kemampuan komunikasi matematis pada pembelajaran treffinger berdasarkan self efficacy. In *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana (PROSNAMPAS)* (Vol. 2, No. 1, pp. 371-374).
- Zhang, Z. J., Zhang, C. L., Zhang, X. G., Liu, X. M., Zhang, H., Wang, J., & Liu, S. (2015). Relationship between self-efficacy beliefs and achievement motivation in student nurses. *Chinese Nursing Research*, 2(2-3), 67-70.

# LAMPIRAN

Lampiran 1. Instrumen Penelitian

**KUISIONER PENELITIAN**

Salam Olahraga,

Semoga Anda selalu mendapat berkah serta perlindungan dari Tuhan sehingga dapat melaksanakan aktivitas sehari-hari. Peneliti merupakan mahasiswa Program Sarjana Strata-1 (S1) Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, yang saat ini sedang melakukan penelitian dalam rangka penyelesaian skripsi. Peneliti mengharap kesediaan Anda untuk dapat berpartisipasi dalam penelitian ini.

Anda dipersilakan untuk mengisi kuesioner ini dengan mengikuti petunjuk pengisian yang diberikan dan **TIDAK ADA JAWABAN SALAH** dalam kuesioner ini. Anda diharapkan mengisi jawaban sesuai keadaan Anda saat ini. Data diri dan semua jawaban Anda akan diolah secara general, bukan perorangan. Data dalam penelitian ini akan dijaga **KERAHASIAAN** nya dan hanya untuk kepentingan penelitian. Atas perhatian dan bantuannya peneliti ucapkan terima kasih.

**Isilah Terlebih Dahulu Identitas Anda:**

**Nama** :

**Jenis** :  Laki-laki  Perempuan

**Kelamin**

**Usia** :  10-20 tahun |  21-30 tahun |  30-50 tahun

**Lama** :  < 5 tahun  > 5 tahun

**menjadi atlet**

**PETUNJUK PENGISIAN**

Pilihlah jawaban dengan memberi tanda *checklist* (√) pada salah satu jawaban yang paling sesuai menurut Anda. Adapun alternatif jawaban adalah sebagai berikut:

Sangat Setuju (SS)  
 Setuju (S)  
 Tidak Setuju (TS)  
 Sangat Tidak Setuju (STS)

**Variabel *Self Efficacy* (X<sub>1</sub>)**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Peluang menang dalam pertandingan ini cukup tinggi karena saya sudah berlatih dengan baik				
2	Saya dapat memenangkan pertandingan karena saya menguasai teknik lebih baik daripada lawan-lawan saya				
3	Ketika bertanding ditingkatkan yang tinggi saya khawatir bertemu lawan yang lebih berpengalaman				
4	Apabila saya gagal dalam pertandingan, berarti usaha saya belum maksimal				
5	Menurut saya pertandingan berjenjang sama dengan di perguruan, apabila saya mampu menang bertanding di perguruan maka saya juga mampu menang di pertandingan berjenjang				
6	Saya lebih bersemangat jika mengikuti pertandingan yang berjenjang				
7	Saya bisa memenangkan pertandingan, karena orang tua saya yakin pada kemampuan bertanding saya				
8	Saya sangat bersemangat ketika menunggu partai saya dalam pertandingan				
9	Saya merasa akan gagal dalam pertandingan, sebab pelatih kurang memberikan semangat				
10	Rasanya kemungkinan untuk saya menang sangat kecil				
11	Digambarkan mengenai pertandingan saja saya sudah semangat apalagi melaksanakannya langsung				
12	Saya kurang bersemangat saat saya mengikuti kejuaraan yang tidak berjenjang				

13	Saya menggunakan perlengkapan bertanding dengan lengkap untuk membuat rasa nyaman saat mengeluarkan				
14	Saya menghindari benturan saat bertanding agar tidak cedera				
15	Fisik saya tidak lebih baik saat bertemu lawan yang lebih berpengalaman				
16	Saya melakukan pemanasan dengan maksimal menjelang partai saya agar semua kemampuan yang saya miliki bisa dikeluarkan				
17	Menjelang giliran saya bertanding, saya lebih banyak memikirkan lawan saya daripada harus pemanasan				
18	Latihan yang saya lakukan tidak mempengaruhi pertandingan				
19	Menjelang giliran saya bertanding, saya lebih banyak memikirkan lawan saya daripada harus pemanasan				
20	Fisik saya tidak lebih baik saat bertemu lawan yang lebih berpengalaman				

**Variabel Dukungan Sosial (X<sub>2</sub>)**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
----	------------	----	---	----	-----

1	Keluarga turut bersemangat sebelum saya bertanding				
2	Tim saya kurang memperhatikan perasaan khawatir yang muncul secara mendadak sebelum saya bertanding				
3	Saat saya bersemangat, justru tim saya meremehkan kemampuan saya				
4	Tim saya jarang bertanya bagaimana keadaan saya				
5	Teman atlet turut menenangkan saya saat panik sebelum pertandingan				
6	Ketika saya mendapat permasalahan dalam pertandingan, pelatih memberikan bantuan kepada saya				
7	Keluarga saya menayakan keadaan saya ketika saya gelisah				
8	Orang lain kurang mempedulikan saya ketika saya sedang menghadapi ketakutan akan pertandingan				
9	Tim kurang peduli saat saya mengalami kesulitan dalam latihan				
10	Setiap saya gelisah pelatih akan membuat suasana ceria				
11	Pelatih memberikan strategi taktik dalam pertandingan				
12	Pelatih enggan memberikan informasi yang saya butuhkan saat saya ragu				
13	Saran yang saya dapat dari tim, terkadang membuat saya jadi kurang percaya diri				
14	Ketika saya lupa mempraktekkan suatu gerakan, pelatih akan mendemonstrasikan lagi				
15	Pelatih memberikan petunjuk teknik yang benar dalam bertanding				
16	Tim memberikan penjelasan setiap saya merasa sulit menerima petunjuk dari pelatih				
17	Official enggan memberikan petunjuk peraturan dalam pertandingan				
18	Saya dan tim akan saling memuji setiap selesai pertandingan				

19	Pelatih mengakui kemampuan yang saya miliki				
20	Disaat saya menang, tim saya ada yang kecewa dengan kemenangan yang saya peroleh				
21	Tim memberikan dukungan untuk menang dalam pertandingan				
22	Keluarga dan pelatih sama-sama mendukung untuk keberhasilan pertandingan saya				
23	Keluarga bersikap acuh saat saya akan bertanding				
24	Keluarga selalu memberikan dana untuk kebutuhan pertandingan saya				
25	Setiap mengikuti pertandingan, <i>official</i> menyiapkan segala perlengkapan				
26	Setiap tim memiliki perlengkapan masing-masing				
27	Saat saya butuh <i>body protector</i> , <i>official</i> enggan menyiapkan				
28	Tim memberikan umpan balik tentang strategi, setelah pertandingan				
29	Setiap saya gagal pelatih akan memberikan umpan balik yang membangkitkan semangat saya				
30	Tim bersikap acuh kepada saya, saat saya gagal dalam pertandingan				

**Variabel Motivasi Berprestasi (Y)**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
----	------------	----	---	----	-----

1	Saya berlatih lebih dari atlet-atlet lainnya supaya dapat memenangkan pertandingan				
2	Saya totalitas dalam bertanding, meskipun beresiko cedera				
3	Saya lebih suka latihan yang ringan-ringan saja karena saya tidak memiliki target untuk menang				
4	Daripada saya kalah dalam pertandingan, lebih baik saya menyerah duluan				
5	Saya termotivasi berlatih lebih giat, khususnya pada pertandingan yang lebih tinggi tingkatannya				
6	Mengikuti pertandingan yang tingkatannya tinggi membuat saya semangat untuk jadi juara				
7	Saya mengikuti pertandingan untuk membuat penguasaan teknik/pengalaman saya makin bertambah				
8	Apapun hasil pertandingan saya selalu dibanggakan oleh pelatih				
9	Menurut saya memenangkan pertandingan untuk membanggakan keluarga hal yang biasa				
10	Menurut pelatih saya menghasilkan pertandingan yang maksimal				
11	Saya keberatan apabila disuruh melakukan teknik baru dalam pertandingan diluar kebiasaan saya				
12	Saya merupakan orang yang tidak dapat menerima pendapat/masukan dari orang lain				
13	Saya tetap latihan meskipun tidak ada pertandingan dalam waktu dekat				
14	Saya meminta program latihan tambahan untuk berlatih mandiri kepada pelatih				
15	Saya suka apabila pelatih memberikan teknik baru				
16	Saya mulai latihan saat mendekati pertandingan				
17	Setiap pelatih memberikan masukan kepada saya, saya tidak menghiraukan hingga saya mengulangi kesalahan yang sama				
18	Saya sering melewatkan program latihan tambahan mandiri yang diberikan oleh pelatih				
19	Saya suka pada tugas untuk mempelajari gerakan/teknik baru dari pelatih				
20	Saya berusaha mencari cara lain untuk menghindari rutinitas, agar dapat menyelesaikan tugas dengan lebih baik				

<b>21</b>	Saya merasa keberatan jika diberikan tambahan latihan diluar rutinitas latihan saya				
<b>22</b>	Setiap diberikan instruksi saya akan melakukannya dengan seefektif mungkin				
<b>23</b>	Apabila mendapat teknik baru dari pelatih, saya sulit menyelesaikannya				
<b>24</b>	Instruksi yang diberikan oleh pelatih, saya selesaikan dengan baik				
<b>25</b>	Saya menyesuaikan berat badan saya apabila ditegur oleh pelatih				
<b>26</b>	Saya perlu memahami terlebih dahulu instruksi dari pelatih baru bisa meperagakannya dengan baik				
<b>27</b>	Waktu terbatas yang diberikan untuk menyelesaikan tugas/teknik baru membuat saya bersemangat				
<b>28</b>	Dengan waktu terbatas yang diberikan pelatih untuk menyelesaikan tugas/teknik baru, saya lebih suka bersantai-santai				
<b>29</b>	Saya lebih baik merasa sakit tetapi menang				
<b>30</b>	Disaat saya mengalami kekalahan, saya akan meningkatkan latihan				
<b>31</b>	Saya tetap akan ikut dalam berbagai pertandingan hingga saya memperoleh prestasi puncak				
<b>32</b>	Sebelum mengikuti pertandingan saya konsultasi dengan orang “pintar”				
<b>33</b>	Saya belum merasa puas sebelum menyandang juara 1				
<b>34</b>	Memenangkan pertandingan bukan merupakan hal yang penting				

Lampiran 2. Data Uji Coba

*Self Efficacy (X<sub>1</sub>)*

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Σ
1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	44
2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	51
3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	42
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60
5	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	45
6	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	43
7	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	45
8	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	41
9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60
10	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	41
11	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59
12	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	30
13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59
14	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	48
15	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	37
16	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	43
17	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	46
18	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	45
19	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	58
20	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59
21	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	46
22	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	48
23	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	44
24	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	49
25	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	41
26	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	45
27	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	44
28	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	46
29	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	45
30	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	43

### Dukungan Sosial (X<sub>2</sub>)

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Σ	
1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	111	
2	4	4	3	4	3	3	4	4	4	2	4	3	3	4	2	3	4	4	4	4	2	2	3	2	2	2	4	3	2	3	95	
3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	94	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	105	
5	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	110	
6	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	111
7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	94	
8	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	95	
9	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	86	
10	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	3	4	2	2	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	97	
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	4	3	91	
12	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	78	
13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	92
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	96	
15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	96	
16	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	59
17	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	90
18	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	61
19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	118
20	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	60
21	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	89
22	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	89
23	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	88
24	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	88
25	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	84	
26	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	60
27	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	89
28	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	86	
29	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	86	
30	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	112

**Motivasi Berprestasi (Y)**

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	Σ	
1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	71
2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	80	
3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	68
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	102
5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	73	
6	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	79	
7	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	83	
8	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	75
9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	101
10	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	68
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	101
12	1	1	1	1	3	2	1	1	2	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	1	1	1	3	1	1	3	3	3	3	3	1	3	72
13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	4	4	4	4	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	3	4	104
14	3	2	3	3	4	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	107
15	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	74	
16	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3	2	4	80	
17	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	4	106
18	3	2	2	2	3	3	3	3	2	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	2	4	3	2	3	4	4	4	3	4	110
19	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	114
20	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	97
21	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	80
22	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	70
23	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	86
24	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	99
25	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	4	2	4	4	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	4	4	2	4	89	
26	2	2	2	2	4	2	3	2	3	3	4	2	3	3	2	2	3	2	4	3	3	3	2	2	2	3	2	2	4	2	3	3	2	2	88	
27	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	76	
28	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	3	2	4	84	
29	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	4	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	4	3	3	2	4	84	
30	2	2	2	3	3	2	2	2	3	4	3	2	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	2	2	2	4	2	3	3	4	4	4	2	4	103

Lampiran 3. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

*Self Efficacy (X<sub>1</sub>)*

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
BUTIR 01	91.4333	198.875	.779	.746
BUTIR 02	91.5333	198.257	.780	.745
BUTIR 03	91.5333	198.326	.873	.744
BUTIR 04	91.4000	199.972	.698	.747
BUTIR 05	91.5667	204.875	.515	.754
BUTIR 06	91.5667	204.737	.527	.754
BUTIR 07	91.3667	199.895	.628	.748
BUTIR 08	91.5333	199.982	.757	.747
BUTIR 09	91.4333	202.116	.649	.750
BUTIR 10	91.5667	203.082	.664	.751
BUTIR 11	91.5333	199.982	.757	.747
BUTIR 12	91.4000	200.800	.645	.749
BUTIR 13	91.3000	203.872	.501	.753
BUTIR 14	91.4333	198.875	.779	.746
BUTIR 15	91.3667	202.930	.573	.751
BUTIR 16	91.5333	198.257	.780	.745
BUTIR 17	91.5333	198.326	.873	.744
BUTIR 18	91.3000	203.734	.511	.753
BUTIR 19	91.3333	202.920	.569	.751
BUTIR 20	91.4333	202.392	.629	.751
Total	46.9000	52.852	1.000	.944

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.944	20

## Dukungan Sosial (X<sub>2</sub>)

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
BUTIR 01	177.6000	904.869	.923	.751
BUTIR 02	177.7333	909.720	.733	.753
BUTIR 03	177.6333	907.689	.883	.752
BUTIR 04	177.6000	904.869	.923	.751
BUTIR 05	177.6333	907.689	.883	.752
BUTIR 06	177.6333	905.964	.854	.751
BUTIR 07	177.6000	904.869	.923	.751
BUTIR 08	177.6667	905.264	.838	.751
BUTIR 09	177.6000	904.869	.923	.751
BUTIR 10	177.8333	918.695	.606	.755
BUTIR 11	177.6000	904.869	.923	.751
BUTIR 12	178.3000	918.838	.412	.756
BUTIR 13	177.6333	905.964	.854	.751
BUTIR 14	177.6000	904.869	.923	.751
BUTIR 15	177.8333	918.695	.606	.755
BUTIR 16	177.6000	906.800	.871	.752
BUTIR 17	177.8000	910.097	.684	.753
BUTIR 18	177.6667	905.264	.838	.751
BUTIR 19	177.6000	904.869	.923	.751
BUTIR 20	177.6000	904.869	.923	.751
BUTIR 21	177.5667	909.771	.594	.753
BUTIR 22	177.4667	908.051	.748	.752
BUTIR 23	177.5333	914.326	.685	.754
BUTIR 24	177.7000	919.045	.573	.755
BUTIR 25	177.5333	914.120	.636	.754
BUTIR 26	177.5333	913.568	.649	.754
BUTIR 27	177.7333	909.720	.733	.753
BUTIR 28	177.7333	918.340	.702	.755
BUTIR 29	177.4333	910.875	.669	.753
BUTIR 30	177.6667	918.437	.693	.755
Total	90.3333	235.195	1.000	.976

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.976	30

## Motivasi Berprestasi (Y)

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
BUTIR 01	172.5667	775.702	.736	.747
BUTIR 02	172.6667	779.264	.590	.749
BUTIR 03	172.6667	784.713	.474	.750
BUTIR 04	172.5333	777.154	.680	.748
BUTIR 05	172.2667	768.340	.760	.745
BUTIR 06	172.7000	786.769	.492	.751
BUTIR 07	172.5000	780.190	.522	.749
BUTIR 08	172.5667	775.702	.736	.747
BUTIR 09	172.5667	783.357	.555	.750
BUTIR 10	172.2667	773.789	.669	.747
BUTIR 11	172.2667	768.340	.760	.745
BUTIR 12	172.5667	775.702	.736	.747
BUTIR 13	172.2000	778.028	.571	.748
BUTIR 14	172.0333	778.033	.603	.748
BUTIR 15	172.5667	775.702	.736	.747
BUTIR 16	172.0000	768.690	.610	.745
BUTIR 17	172.0333	778.033	.603	.748
BUTIR 18	172.0667	770.547	.684	.746
BUTIR 19	172.2667	768.340	.760	.745
BUTIR 20	172.2667	773.789	.669	.747
BUTIR 21	172.3667	780.654	.467	.749
BUTIR 22	172.2667	773.789	.669	.747
BUTIR 23	172.5667	775.702	.736	.747
BUTIR 24	172.5667	775.702	.736	.747
BUTIR 25	172.6667	784.713	.474	.750
BUTIR 26	172.2667	773.789	.669	.747
BUTIR 27	172.5667	775.702	.736	.747
BUTIR 28	172.5333	777.154	.680	.748
BUTIR 29	172.2667	768.340	.760	.745
BUTIR 30	172.0000	768.690	.610	.745
BUTIR 31	172.0333	778.033	.603	.748
BUTIR 32	172.0333	778.033	.603	.748
BUTIR 33	172.5667	775.702	.736	.747
BUTIR 34	172.0000	768.690	.610	.745
Total	87.4667	199.706	1.000	.960

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.960	34

## INTERPRETASI HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

Anderson (dalam Siyoto & Sodik, 2015) menyatakan bahwa “sebuah tes dikatakan valid apabila tes tersebut mengukur apa yang hendak diukur”. “Nilai  $r_{xy}$  yang diperoleh akan dikonsultasikan dengan harga *product moment* ( $df = n-1$ ) pada pada taraf signifikansi 0,05” (Ananda & Fadli, 2018:122). Jika  $r_{xy} > r_{tab}$  maka item tersebut dinyatakan valid. Sampel uji coba berjumlah 30, sehingga  $30-1 = 29$  ( $r$  tabel  $29 = 0,355$ )

**Tabel. Hasil Uji Validitas Instrumen**

Variabel	Butir	r hitung	r tabel	Keterangan
<i>Self Efficacy</i> (X <sub>1</sub> )	BUTIR 01	.779	0,355	Valid
	BUTIR 02	.780	0,355	Valid
	BUTIR 03	.873	0,355	Valid
	BUTIR 04	.698	0,355	Valid
	BUTIR 05	.515	0,355	Valid
	BUTIR 06	.527	0,355	Valid
	BUTIR 07	.628	0,355	Valid
	BUTIR 08	.757	0,355	Valid
	BUTIR 09	.649	0,355	Valid
	BUTIR 10	.664	0,355	Valid
	BUTIR 11	.757	0,355	Valid
	BUTIR 12	.645	0,355	Valid
	BUTIR 13	.501	0,355	Valid
	BUTIR 14	.779	0,355	Valid
	BUTIR 15	.573	0,355	Valid
	BUTIR 16	.780	0,355	Valid

	BUTIR 17	.873	0,355	Valid
	BUTIR 18	.511	0,355	Valid
	BUTIR 19	.569	0,355	Valid
	BUTIR 20	.629	0,355	Valid
Dukungan Sosial (X <sub>2</sub> )	BUTIR 01	.923	0,355	Valid
	BUTIR 02	.733	0,355	Valid
	BUTIR 03	.883	0,355	Valid
	BUTIR 04	.923	0,355	Valid
	BUTIR 05	.883	0,355	Valid
	BUTIR 06	.854	0,355	Valid
	BUTIR 07	.923	0,355	Valid
	BUTIR 08	.838	0,355	Valid
	BUTIR 09	.923	0,355	Valid
	BUTIR 10	.606	0,355	Valid
	BUTIR 11	.923	0,355	Valid
	BUTIR 12	.412	0,355	Valid
	BUTIR 13	.854	0,355	Valid
	BUTIR 14	.923	0,355	Valid
	BUTIR 15	.606	0,355	Valid
	BUTIR 16	.871	0,355	Valid
	BUTIR 17	.684	0,355	Valid
	BUTIR 18	.838	0,355	Valid

	BUTIR 19	.923	0,355	Valid
	BUTIR 20	.923	0,355	Valid
	BUTIR 21	.594	0,355	Valid
	BUTIR 22	.748	0,355	Valid
	BUTIR 23	.685	0,355	Valid
	BUTIR 24	.573	0,355	Valid
	BUTIR 25	.636	0,355	Valid
	BUTIR 26	.649	0,355	Valid
	BUTIR 27	.733	0,355	Valid
	BUTIR 28	.702	0,355	Valid
	BUTIR 29	.669	0,355	Valid
	BUTIR 30	.693	0,355	Valid
<b>Motivasi Beprestasi (Y)</b>	BUTIR 01	.736	0,355	Valid
	BUTIR 02	.590	0,355	Valid
	BUTIR 03	.474	0,355	Valid
	BUTIR 04	.680	0,355	Valid
	BUTIR 05	.760	0,355	Valid
	BUTIR 06	.492	0,355	Valid
	BUTIR 07	.522	0,355	Valid
	BUTIR 08	.736	0,355	Valid
	BUTIR 09	.555	0,355	Valid
	BUTIR 10	.669	0,355	Valid

BUTIR 11	.760	0,355	Valid
BUTIR 12	.736	0,355	Valid
BUTIR 13	.571	0,355	Valid
BUTIR 14	.603	0,355	Valid
BUTIR 15	.736	0,355	Valid
BUTIR 16	.610	0,355	Valid
BUTIR 17	.603	0,355	Valid
BUTIR 18	.684	0,355	Valid
BUTIR 19	.760	0,355	Valid
BUTIR 20	.669	0,355	Valid
BUTIR 21	.467	0,355	Valid
BUTIR 22	.669	0,355	Valid
BUTIR 23	.736	0,355	Valid
BUTIR 24	.736	0,355	Valid
BUTIR 25	.474	0,355	Valid
BUTIR 26	.669	0,355	Valid
BUTIR 27	.736	0,355	Valid
BUTIR 28	.680	0,355	Valid
BUTIR 29	.760	0,355	Valid
BUTIR 30	.610	0,355	Valid
BUTIR 31	.603	0,355	Valid
BUTIR 32	.603	0,355	Valid

	BUTIR 33	.736	0,355	Valid
	BUTIR 34	.610	0,355	Valid

Reliabilitas sebagai konsistensi pengamatan yang diperoleh dari pencatatan berulang baik pada satu subjek maupun sejumlah subjek” (Siyoto & Sodik, 2015). Uji reliabilitas penelitian ini menggunakan metode *Cronbach Alpha*. Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang dari 0 sampai dengan 1,00. Batas reliabilitas dikatakan baik yaitu minimal > 0,60,

**Tabel0, Hasil Uji Reliabilitas Instrumen**

Variabel	<i>Cronbach's Alpha</i>	Keterangan
<i>Self Efficacy</i>	0,944	Reliabel
<b>Dukungan Sosial</b>	0,976	Reliabel
<b>Motivasi Beprestasi</b>	0,960	Reliabel

Lampiran 4. 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
<b>29</b>	<b>0.355</b>	69	0.234	109	0.187	149	0.16	189	0.142	229	0.129
30	0.349	70	0.232	110	0.186	150	0.159	190	0.142	230	0.129
31	0.344	71	0.23	111	0.185	151	0.159	191	0.141	231	0.129
32	0.339	72	0.229	112	0.184	152	0.158	192	0.141	232	0.128
33	0.334	73	0.227	113	0.183	153	0.158	193	0.141	233	0.128
34	0.329	74	0.226	114	0.182	154	0.157	194	0.14	234	0.128
35	0.325	75	0.224	115	0.182	155	0.157	195	0.14	235	0.127
36	0.32	76	0.223	116	0.181	156	0.156	196	0.139	236	0.127
37	0.316	77	0.221	117	0.18	157	0.156	197	0.139	237	0.127
38	0.312	78	0.22	118	0.179	158	0.155	198	0.139	238	0.127
39	0.308	79	0.219	119	0.179	159	0.155	199	0.138	239	0.126
40	0.304	80	0.217	120	0.178	160	0.154	200	0.138	240	0.126

Lampiran 5. Data Penelitian

*SELF EFFICACY*

No	Kognitif						Motivasi				Afeksi				Seleksi						Σ
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	67
2	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	2	2	3	3	4	4	4	67
3	4	3	3	3	4	4	1	3	3	3	4	2	3	4	2	4	3	4	3	4	64
4	3	3	3	3	2	3	1	4	4	4	4	1	4	3	3	3	1	4	3	4	60
5	3	3	3	3	2	4	1	2	3	4	2	3	3	3	2	3	4	4	4	4	60
6	4	3	3	3	1	4	1	1	3	2	3	1	2	2	3	2	3	2	3	3	49
7	4	4	4	4	4	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	4	4	64
8	4	4	4	4	1	2	3	2	4	3	4	2	2	3	2	2	3	1	4	4	58
9	4	4	4	4	1	2	3	4	2	2	2	1	3	2	3	3	2	3	4	4	57
10	3	4	4	4	2	2	2	1	3	4	2	3	3	1	3	1	4	2	3	4	55
11	4	3	3	4	3	3	1	4	3	4	4	3	4	4	3	2	4	3	4	4	67
12	4	4	4	4	1	1	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	2	2	3	4	58
13	3	4	4	4	1	1	3	4	1	3	3	3	3	2	1	1	4	3	4	4	56
14	4	3	3	3	3	2	3	1	2	2	3	2	1	4	2	3	1	4	4	4	54
15	3	4	4	4	1	1	3	3	1	3	3	2	4	2	1	1	1	2	3	4	50
16	4	4	4	4	4	4	1	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	69
17	4	4	4	4	1	1	4	3	3	3	3	1	4	4	4	4	4	3	3	3	64
18	4	4	4	4	4	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	58
19	4	4	3	4	1	1	3	3	1	1	3	2	3	2	3	3	3	4	4	4	56
20	4	4	4	4	1	1	4	4	1	1	3	3	2	3	1	1	1	4	4	4	54
21	4	4	4	4	1	1	4	4	1	2	2	2	3	3	1	4	1	4	2	4	55
22	2	4	4	4	4	3	3	2	4	4	1	3	3	4	4	4	4	4	4	4	69
23	3	3	3	3	1	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	1	4	4	4	64
24	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	57
25	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	60
26	4	4	4	4	3	4	1	4	3	3	3	3	4	3	4	4	1	4	3	3	66
27	4	4	4	4	4	4	2	1	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	70
28	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	71
29	4	4	3	3	4	3	2	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	68
30	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	71
31	4	4	4	3	4	4	2	3	2	4	4	1	3	3	3	4	2	3	3	3	63

32	4	4	3	4	1	4	1	2	4	4	3	4	4	3	4	4	2	2	4	4	65
33	4	4	4	4	2	4	1	1	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	65
34	4	4	4	3	3	3	1	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	69
35	4	4	3	4	2	4	1	1	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	68
36	4	4	4	3	2	4	1	2	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	67
37	4	3	3	4	1	4	1	2	3	4	2	1	4	4	1	4	4	4	4	4	61
38	4	3	4	4	2	4	1	2	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	67
39	4	3	4	3	1	1	4	4	4	4	3	2	3	3	4	4	3	4	3	4	65
40	4	3	3	4	1	3	2	1	4	4	4	1	3	3	4	4	4	3	3	4	62
41	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	72
42	3	3	3	4	3	4	2	1	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	65
43	4	3	3	4	1	3	1	1	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	63
44	4	3	4	4	2	4	1	1	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	67
45	3	4	4	4	3	3	1	4	1	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	65
46	3	4	4	4	4	4	2	3	2	1	1	3	4	4	4	4	1	4	4	3	63
47	4	3	3	3	3	3	1	4	1	3	3	2	1	3	4	3	3	4	3	3	57
48	4	4	4	3	2	3	2	1	4	4	3	4	4	3	4	4	2	4	3	3	65
49	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59
50	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	55
51	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60
52	4	3	3	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	58
53	4	4	3	3	4	4	1	4	1	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	65
54	3	4	4	3	3	3	1	1	1	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	63
55	3	4	4	3	2	4	1	4	1	3	4	1	4	4	3	4	3	4	4	4	64
56	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	68
57	4	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57
58	4	3	3	4	4	4	3	2	4	4	4	1	3	3	2	4	1	3	3	4	63
59	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	62
60	3	4	4	1	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	62

61	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	58
62	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60
63	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	61
64	4	4	4	4	2	3	1	1	4	1	1	3	4	4	4	3	2	4	3	3	59
65	3	3	3	3	3	3	1	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	54
66	4	4	4	4	4	4	1	4	1	1	4	1	1	3	2	4	1	4	4	4	59
67	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	59
68	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	59
69	4	4	4	1	4	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	60
70	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	57
71	4	4	4	4	4	4	1	1	2	2	4	1	1	4	4	4	3	4	4	4	63
72	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	1	4	3	3	3	3	3	3	3	64
73	4	3	3	3	3	3	4	4	1	2	4	1	1	4	1	2	2	4	4	4	57
74	4	4	4	4	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60
75	4	4	4	4	2	1	2	2	4	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	58
76	4	4	4	4	3	3	1	4	1	4	4	1	3	3	2	4	1	4	4	4	62
77	4	4	4	4	3	3	4	4	1	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	66
78	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	60
79	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	65
80	4	4	4	2	3	4	4	4	2	4	4	2	2	4	1	2	3	3	3	3	62
81	4	4	4	1	4	3	4	4	2	4	4	1	4	4	2	3	2	4	4	3	65
	295	292	290	277	221	247	177	222	219	257	259	196	252	255	241	261	225	272	273	280	5011
	3,64	3,60	3,58	3,42	2,73	3,05	2,19	2,74	2,70	3,17	3,20	2,42	3,11	3,15	2,98	3,22	2,78	3,36	3,37	3,46	

## DUKUNGAN SOSIAL

No	Dukungan Emosional										Dukungan Informatif							Dukungan Penghargaan						Dukungan Instrumental					Dukungan Jaringan Sosial			Σ
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
1	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	1	2	4	2	4	4	3	4	3	99	
2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	95	
3	4	4	4	3	3	3	4	4	1	3	3	3	4	2	3	4	2	4	3	3	3	3	1	1	3	4	4	3	4	93		
4	4	4	4	3	3	3	2	3	1	4	4	4	4	1	4	3	3	3	1	2	3	3	2	2	2	4	3	4	4	91		
5	4	4	4	3	3	3	2	4	1	2	3	4	2	3	3	2	3	4	2	2	3	2	1	1	4	4	4	4	2	86		
6	4	3	3	3	3	3	1	4	1	1	3	2	3	1	2	2	3	2	3	3	3	3	1	2	3	4	4	2	3	78		
7	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	1	1	4	2	2	3	3	89		
8	4	4	4	4	4	4	1	2	3	2	4	3	4	2	2	3	2	2	3	1	1	2	3	3	4	4	4	3	4	89		
9	4	4	3	4	4	4	1	2	3	4	2	2	2	1	3	2	3	3	2	4	3	3	3	1	1	4	4	4	2	84		
10	4	4	4	4	4	4	2	2	2	1	3	4	2	3	3	1	3	1	4	4	4	4	3	2	2	4	4	4	4	92		
11	4	4	4	3	3	4	3	3	1	4	3	4	4	3	4	4	3	2	4	3	3	4	2	4	3	3	3	4	4	101		
12	4	4	4	4	4	4	1	1	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	2	4	3	2	2	3	1	4	4	4	3	90		
13	4	4	4	4	4	4	1	1	3	4	1	3	3	3	3	2	1	1	4	4	4	1	4	3	2	2	1	2	3	83		
14	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	2	2	3	2	1	4	2	3	1	4	4	3	2	3	2	4	4	4	2	82		
15	4	4	4	4	4	4	1	1	3	3	1	3	3	2	4	2	1	1	1	1	1	3	1	3	3	3	3	3	3	77		
16	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	2	1	4	4	4	3	101		
17	4	4	4	4	4	4	1	1	4	3	3	3	3	1	4	4	4	4	4	4	4	3	2	1	1	4	4	4	3	96		
18	4	4	4	4	4	4	4	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	4	4	4	2	2	1	1	3	3	81		
19	4	4	4	4	4	4	1	1	3	3	1	1	3	2	3	2	3	3	3	4	4	3	3	1	1	4	4	4	1	85		
20	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	1	1	3	3	2	3	1	1	1	1	1	1	3	1	1	3	3	3	1	71		
21	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	1	2	2	2	3	3	1	4	1	1	1	1	2	3	1	4	2	2	2	74		
22	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	1	3	3	4	4	4	4	2	2	4	3	4	1	4	4	3	4	101		
23	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	1	1	1	3	1	1	1	4	4	4	4	95		
24	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	2	1	1	4	4	4	4	106		
25	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	2	4	3	4	4	3	4	3	3	3	1	1	4	4	4	4	105		
26	4	4	4	4	4	4	3	4	1	4	3	3	4	4	4	3	4	4	1	4	4	3	3	2	1	4	4	3	3	101		
27	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	1	4	4	3	4	3	102		
28	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	1	1	2	3	3	1	4	3	3	4	97		
29	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	1	1	3	3	4	1	4	3	4	4	99		
30	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	1	3	4	4	4	103		
31	4	4	3	4	4	4	4	4	2	3	2	4	4	1	3	3	3	4	2	4	4	3	4	1	2	4	4	3	4	99		
32	4	4	4	4	4	4	1	4	1	2	4	4	3	4	4	3	4	4	2	1	1	2	3	4	1	4	3	3	4	93		
33	4	4	4	4	4	4	2	4	1	1	3	3	4	4	4	3	3	3	4	1	1	2	2	1	1	3	4	3	3	88		
34	4	4	4	4	4	4	3	3	1	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	2	2	1	3	2	1	2	4	3	4	95		
35	3	3	3	4	4	4	2	4	1	1	3	3	4	4	4	3	4	4	4	1	1	1	3	3	1	4	3	3	3	89		

36	3	3	3	4	4	4	2	4	1	2	4	4	3	3	4	3	4	4	3	1	1	1	3	4	1	4	3	3	4	3	90
37	3	3	3	3	3	4	1	4	1	2	3	4	2	1	4	4	1	4	4	1	1	1	2	3	1	3	3	4	4	2	79
38	3	3	3	3	4	4	2	4	1	2	3	4	4	3	3	4	4	4	4	1	1	1	3	3	4	4	3	3	4	4	93
39	3	3	4	3	4	3	1	1	4	4	4	4	3	2	3	3	4	4	3	1	1	1	2	4	1	4	3	3	4	3	87
40	4	4	3	3	3	4	1	3	2	1	4	4	4	1	3	3	4	4	4	4	4	4	2	1	2	3	4	3	4	4	94
41	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	1	1	1	2	3	2	3	4	4	4	3	96
42	3	3	4	3	3	4	3	4	2	1	4	3	4	3	4	3	4	4	3	1	1	1	2	2	1	4	3	3	3	4	87
43	3	3	4	3	3	4	1	3	1	1	3	4	4	4	4	3	4	4	3	1	1	3	2	4	1	4	3	3	4	4	89
44	4	4	3	3	4	4	2	4	1	1	4	3	4	4	4	3	4	4	3	1	1	2	2	1	1	3	3	3	3	4	87
45	3	3	4	4	4	4	3	3	1	4	1	4	4	3	4	4	3	4	3	1	1	3	2	1	1	4	3	3	4	4	90
46	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	2	1	1	3	4	4	4	4	1	1	2	3	1	4	1	4	3	3	1	1	85
47	4	4	4	4	4	4	3	3	1	4	1	4	4	2	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	4	3	3	4	4	97
48	4	4	4	4	4	3	2	3	2	1	4	4	3	4	4	3	4	4	2	1	4	3	3	2	4	4	3	3	4	3	97
49	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	3	3	3	4	4	105
50	4	4	4	3	3	4	4	4	2	4	1	4	4	1	3	4	4	4	4	1	1	3	2	4	1	3	3	4	4	4	95
51	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	1	1	3	3	4	1	4	3	3	4	4	103
52	4	4	3	4	4	3	3	3	1	4	1	4	4	3	4	4	4	4	4	1	3	2	4	1	2	3	4	4	4	4	97
53	4	4	4	4	3	3	4	4	1	4	1	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	1	4	3	3	4	4	104
54	4	4	3	4	4	3	3	3	1	1	1	4	4	1	4	4	4	4	4	1	1	3	2	1	2	4	4	3	4	4	89
55	4	3	3	4	4	3	2	4	1	4	1	3	4	1	4	4	4	4	3	1	1	3	2	2	1	4	3	3	3	4	87
56	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	1	2	4	4	3	4	4	107
57	4	4	4	3	3	3	3	3	1	1	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	1	4	3	3	4	4	101
58	3	3	4	3	3	4	4	4	3	2	4	4	4	1	4	4	2	4	1	1	4	4	3	4	1	4	3	3	4	4	96
59	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	3	4	3	4	4	105
60	4	4	4	4	4	1	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	1	1	4	4	3	3	1	4	4	3	4	4	101
61	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	1	4	3	3	4	4	107
62	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	1	4	3	3	4	4	105
63	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	1	4	3	3	4	4	107
64	4	4	3	4	4	4	2	3	1	1	4	1	1	3	4	4	4	3	2	3	3	4	3	4	1	3	3	3	1	1	85
65	3	3	3	4	4	4	3	3	1	4	1	4	4	1	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	98

66	3	3	3	4	4	4	4	4	1	4	1	1	4	1	1	3	2	4	1	4	4	3	3	4	4	3	3	3	1	4	88	
67	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	3	3	3	1	4	3	3	4	4	105	
68	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	1	4	3	3	4	4	104	
69	3	3	4	4	4	1	4	4	3	3	4	4	4	1	3	3	4	4	4	1	1	2	3	1	2	2	2	3	4	4	89	
70	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	1	3	2	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	107	
71	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	2	2	4	1	1	4	4	4	3	4	4	2	2	3	1	4	3	3	2	4	91	
72	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	1	4	3	3	4	4	106	
73	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	1	2	4	1	1	4	1	2	2	4	4	3	1	3	4	3	3	3	2	4	84	
74	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	4	1	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	103	
75	4	4	4	4	4	4	2	1	2	2	4	4	4	1	4	4	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	4	4	95	
76	4	4	4	4	4	4	3	3	1	4	1	4	4	1	3	3	2	4	1	4	4	2	2	3	1	4	3	3	4	4	92	
77	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	1	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	3	4	4	4	4	108	
78	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	4	1	1	4	4	4	4	3	3	3	2	4	1	4	3	3	1	4	87	
79	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	111
80	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	2	4	4	2	2	4	1	2	4	1	1	3	2	2	4	2	4	4	4	4	93	
81	4	4	4	4	4	1	4	3	4	4	2	4	4	1	4	4	2	3	2	4	4	3	1	3	2	3	3	4	4	4	97	
	30	30	30	30	30	29	23	25	18	23	23	27	28	20	26	27	25	28	24	20	21	22	21	20	13	29	27	26	27	28	763	
	7	5	3	3	6	1	0	9	6	7	3	9	3	7	5	3	9	2	2	3	6	0	1	7	6	1	0	7	9	3	3	
	3,7	3,7	3,7	3,7	3,7	3,5	2,8	3,2	2,3	2,9	2,8	3,4	3,4	2,5	3,2	3,3	3,2	3,4	2,9	2,5	2,6	2,7	2,6	2,5	1,6	3,5	3,3	3,3	3,4	3,4		
	9	7	4	4	8	9	4	0	0	3	8	4	9	6	7	7	0	8	9	1	7	2	0	6	8	9	3	0	4	9		

## MOTIVASI BERPRESTASI

No	Resiko Pemilihan Tugas						Umpan Balik						Tanggung Jawab						Kreatif-Inovatif						Waktu Penyelesaian Tugas						Memiliki Tujuan yang Realistik						Σ
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34			
1	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	1	2	4	2	4	4	3	3	3	3	4	101		
2	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	2	2	3	3	2	1	3	2	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	4	102			
3	3	3	3	4	4	1	3	3	3	4	2	3	4	2	4	3	2	2	3	1	4	1	3	3	3	1	1	3	4	4	4	1	3	3	95		
4	3	3	3	2	3	1	4	4	4	4	1	4	3	3	3	1	2	2	3	2	3	1	4	3	2	2	2	4	3	2	3	1	4	4	93		
5	3	3	3	2	4	1	2	3	4	2	3	3	3	2	3	4	2	2	3	4	4	1	2	3	2	1	1	3	3	2	4	1	2	3	88		
6	3	3	3	1	4	1	1	3	2	3	1	2	2	3	2	3	2	4	3	2	4	1	1	3	3	1	2	2	2	1	4	1	1	3	77		
7	4	4	4	4	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	2	3	4	1	2	3	3	3	4	2	3	1	1	3	3	4	3	3	4	2	99		
8	4	4	4	1	2	3	2	4	3	4	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	1	2	3	2	4	2	90		
9	4	4	4	1	2	3	4	2	2	2	1	3	2	3	3	2	1	1	3	3	2	3	4	3	3	1	1	3	2	1	2	3	4	2	84		
10	4	4	4	2	2	2	1	3	4	2	3	3	1	3	1	4	1	3	2	3	2	2	1	4	3	2	2	3	1	2	2	2	1	3	82		
11	3	3	2	3	3	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	1	4	4	2	4	3	4	4	3	3	1	4	3	93		
12	4	4	4	1	1	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	2	2	2	3	3	1	3	3	2	2	3	1	3	2	1	1	3	3	2	85		
13	4	4	4	1	1	3	4	1	3	3	3	3	2	1	1	4	3	2	3	2	1	3	4	1	4	3	2	3	2	1	1	3	4	1	85		
14	3	3	3	3	2	3	1	2	2	3	2	1	4	2	3	1	1	2	3	2	2	3	1	3	2	3	2	1	4	3	2	3	1	2	78		
15	4	4	4	1	1	3	3	1	3	3	2	4	2	1	1	1	2	3	2	3	2	1	3	3	1	3	3	4	2	1	1	3	3	1	80		
16	4	4	4	4	4	1	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	1	4	2	4	1	3	3	3	2	1	3	3	4	4	1	3	3	102		
17	4	4	4	1	1	4	3	3	3	3	1	4	4	4	4	4	2	1	4	2	1	4	3	3	2	1	1	4	4	1	1	4	3	3	95		
18	4	4	4	4	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	1	4	1	2	3	4	4	2	2	2	2	4	1	2	3	3	88		
19	4	4	4	1	1	3	3	1	1	3	2	3	2	3	3	3	3	1	4	2	1	3	3	3	3	1	1	3	2	1	1	3	3	1	80		
20	4	4	4	1	1	4	4	1	1	3	3	2	3	1	1	1	3	3	4	1	1	4	4	1	3	1	1	2	3	1	1	4	4	1	80		
21	4	4	4	1	1	4	4	1	2	2	2	3	3	1	4	1	3	4	1	4	1	4	4	1	2	3	1	3	3	1	1	4	4	1	86		
22	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	4	3	3	1	1	3	2	3	3	2	4	3	4	1	3	4	4	4	4	2	4	98		
23	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	1	3	3	3	3	1	1	1	4	4	1	4	4	4	3	81		
24	4	4	4	4	4	1	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	1	3	1	3	3	2	1	1	3	3	4	4	1	4	4	96		
25	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	3	1	1	3	3	4	4	3	4	3	103		
26	4	4	4	3	4	1	4	3	3	4	4	4	3	4	4	1	4	1	3	1	4	1	4	3	3	2	1	4	3	3	4	1	4	3	103		
27	4	4	4	4	4	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	3	1	4	2	1	3	3	3	1	3	3	4	4	2	1	4	97		
28	4	4	4	4	4	2	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	1	2	3	2	4	2	4	2	3	3	1	3	4	4	4	2	4	3	106		
29	4	4	4	4	3	2	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	2	3	3	4	1	3	3	4	4	3	2	3	4	104		
30	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	2	3	1	4	2	2	3	3	2	1	3	4	4	4	2	2	4	105		
31	4	4	4	4	4	2	3	2	4	4	1	3	3	3	4	2	3	2	3	4	4	2	3	3	4	1	2	3	3	4	4	2	3	2	103		
32	4	4	4	1	4	1	2	4	4	3	4	4	3	4	4	2	3	1	3	4	4	1	2	2	3	4	1	4	3	1	4	1	2	4	99		
33	4	4	4	2	4	1	1	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	1	4	1	4	1	1	2	2	1	1	4	3	2	4	1	1	3	90		
34	4	4	4	3	3	1	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	2	1	3	2	3	1	4	1	3	2	1	3	3	3	3	1	4	4	100		
35	4	4	4	2	4	1	1	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	1	3	2	4	1	1	1	3	3	1	4	3	2	4	1	1	3	94		
36	4	4	4	2	4	1	2	4	4	3	3	4	3	4	4	3	1	1	3	1	4	1	2	1	3	4	1	4	3	2	4	1	2	4	95		
37	3	3	4	1	4	1	2	3	4	2	1	4	4	1	4	4	1	1	4	2	4	1	2	1	2	3	1	4	4	1	4	1	2	3	86		
38	3	4	4	2	4	1	2	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	2	2	4	1	2	1	3	3	4	3	4	2	4	1	2	3	101		
39	3	4	3	1	1	4	4	4	4	3	2	3	3	4	4	3	2	2	3	1	1	4	4	1	2	4	1	3	3	1	1	4	4	4	95		
40	3	3	4	1	3	2	1	4	4	4	1	3	3	4	4	4	3	2	4	1	3	2	1	4	2	1	2	3	3	1	3	2	1	4	90		

41	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	1	4	1	1	4	3	4	1	2	3	2	4	3	4	4	3	4	4	110
42	3	3	4	3	4	2	1	4	3	4	3	4	3	4	4	3	2	1	4	1	4	2	1	1	2	2	1	4	3	3	4	2	1	4	94
43	3	3	4	1	3	1	1	3	4	4	4	4	3	4	4	3	2	2	3	2	3	1	1	3	2	4	1	4	3	1	3	1	1	3	89
44	3	4	4	2	4	1	1	4	3	4	4	4	3	4	4	3	2	1	3	2	4	1	1	2	2	1	1	4	3	2	4	1	1	4	91
45	4	4	4	3	3	1	4	1	4	4	3	4	4	3	4	3	1	1	4	1	3	1	4	3	2	1	1	4	4	3	3	1	4	1	95
46	4	4	4	4	4	2	3	2	1	1	3	4	4	4	4	1	1	1	3	2	4	2	3	3	1	4	1	4	4	4	4	2	3	2	97
47	4	4	4	3	3	1	4	1	4	4	2	1	4	4	4	4	2	2	4	1	3	1	4	3	3	1	1	1	3	3	3	1	4	1	92
48	4	4	3	2	3	2	1	4	4	3	4	4	3	4	4	2	1	3	4	4	3	2	1	3	3	2	4	4	3	2	3	2	1	4	100
49	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	1	1	3	1	3	2	3	3	3	1	1	3	3	4	4	2	4	4	97
50	3	3	4	4	4	2	4	1	4	4	1	3	4	4	4	4	2	4	4	2	3	2	3	3	2	4	1	3	3	4	4	2	4	1	104
51	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	1	3	3	3	3	3	4	1	3	3	4	4	4	4	4	106
52	4	4	3	3	3	1	4	1	4	4	3	4	4	4	4	4	3	2	4	1	3	1	3	2	4	1	2	3	3	3	3	1	4	1	98
53	4	3	3	4	4	1	4	1	4	4	3	4	4	4	4	4	1	1	4	1	4	1	4	3	3	4	1	4	4	4	4	1	4	1	104
54	4	4	3	3	3	1	1	1	4	4	1	4	4	4	4	4	2	2	4	1	3	1	1	3	2	1	2	4	4	3	3	1	1	1	88
55	4	4	3	2	4	1	4	1	3	4	1	4	4	4	4	3	2	1	4	1	4	1	4	3	2	2	1	4	4	2	4	1	4	1	95
56	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	4	3	4	4	3	1	2	3	3	4	4	3	4	4	103	
57	3	3	3	3	3	1	1	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	2	3	2	3	1	1	4	3	4	1	3	3	3	3	1	1	4	96
58	3	3	4	4	4	3	2	4	4	4	1	4	4	2	4	1	2	1	4	1	4	3	2	4	3	4	1	3	3	4	4	3	2	4	103
59	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	2	1	3	1	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	4	4	109
60	4	4	1	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	1	2	1	4	1	4	3	3	4	3	3	1	3	3	4	4	3	3	4	107
61	4	4	1	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	2	2	3	2	3	3	3	4	3	4	1	3	3	4	4	4	4	4	111
62	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	2	3	3	3	3	3	4	1	3	3	4	4	3	3	4	105
63	4	4	2	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	1	3	3	3	3	3	3	1	3	3	4	4	4	4	4	107
64	4	4	4	2	3	1	1	4	1	1	3	4	4	4	3	2	2	1	4	1	3	1	1	4	3	4	1	4	4	2	3	1	1	4	89
65	4	4	4	3	3	1	4	1	4	4	1	4	4	4	4	3	1	1	3	2	3	1	3	3	3	3	4	3	3	3	3	1	4	1	97
66	4	4	4	4	4	1	4	1	1	4	1	1	3	2	4	1	1	1	3	2	4	1	4	3	3	4	4	1	3	4	4	1	4	1	91
67	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	2	2	4	1	3	3	3	3	3	3	1	3	3	4	4	4	4	3	112
68	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	4	4	4	108
69	4	4	1	4	4	3	3	4	4	4	1	3	3	4	4	4	2	1	4	1	3	3	3	2	3	1	2	3	3	4	4	3	3	4	103

<b>70</b>	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	1	3	2	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	108	
<b>71</b>	4	4	4	4	4	1	1	2	2	4	1	1	4	4	4	3	2	2	2	2	4	1	1	2	2	3	1	1	4	4	4	1	1	2	86	
<b>72</b>	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	3	2	4	4	3	3	3	3	1	4	3	4	4	4	4	3	4	108	
<b>73</b>	3	3	3	3	3	4	4	1	2	4	1	1	4	1	2	2	2	2	3	1	3	4	4	3	1	3	4	1	4	3	3	4	4	1	91	
<b>74</b>	4	4	4	3	3	1	1	4	4	4	4	4	2	3	3	2	1	2	2	2	3	1	1	3	3	3	4	3	3	3	3	1	1	4	93	
<b>75</b>	4	4	4	2	1	2	2	4	4	4	1	4	4	3	3	3	2	1	3	2	1	2	2	2	2	3	4	3	3	2	1	2	2	4	90	
<b>76</b>	4	4	4	3	3	1	4	1	4	4	1	3	3	2	4	1	2	1	2	2	3	1	4	2	2	3	1	3	3	3	3	1	4	1	87	
<b>77</b>	2	2	2	3	3	2	2	1	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	4	4	4	3	3	2	3	3	3	3	4	4	1	88	
<b>78</b>	4	4	4	3	3	1	1	1	1	4	1	1	4	4	4	4	2	3	2	4	3	1	1	3	2	4	1	1	4	3	3	1	1	1	84	
<b>79</b>	4	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	98	
<b>80</b>	4	4	2	3	4	4	4	2	4	4	2	2	4	1	2	4	2	2	3	2	4	4	4	3	2	2	4	2	4	3	4	4	4	2	105	
<b>81</b>	4	4	1	4	3	4	4	2	4	4	1	4	4	2	3	2	3	1	4	1	3	4	4	3	1	3	2	4	4	4	3	4	4	2	104	
	29	29	28	22	25	17	22	22	25	27	20	25	25	24	26	23	17	14	24	14	24	17	22	22	21	20	13	25	25	23	25	18	23	23	775	
	7	9	3	7	3	8	4	1	9	1	1	5	5	8	4	1	6	1	8	9	7	7	2	0	1	7	6	2	5	0	9	6	7	3	2	
	3,	3,	3,	2,	3,	2,	2,	2,	3,	3,	2,	3,	3,	3,	3,	2,	2,	1,	3,	1,	3,	2,	2,	2,	2,	2,	1,	3,	3,	2,	3,	2,	2,	2,	2,	
	67	69	49	80	12	20	77	73	20	35	48	15	15	06	26	85	17	74	06	84	05	19	74	72	60	56	68	11	15	84	20	30	93	88		

Lampiran 6. Deskriptif Statistik

**Statistics**

		Self efficacy	Dukungan Sosial	Motivasi Berprestasi
N	Valid	81	81	81
	Missing	0	0	0
Mean		61,86	94,23	95,70
Median		62,00	95,00	96,00
Mode		65,00	89,00 <sup>a</sup>	95,00 <sup>a</sup>
Std. Deviation		4,90	8,80	8,74
Minimum		49,00	71,00	77,00
Maximum		72,00	111,00	112,00
Sum		5011,00	7633,00	7752,00

a, Multiple modes exist, The smallest value is shown

**Self efficacy**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	49	1	1,2	1,2	1,2
	50	1	1,2	1,2	2,5
	54	3	3,7	3,7	6,2
	55	3	3,7	3,7	9,9
	56	2	2,5	2,5	12,3
	57	6	7,4	7,4	19,8
	58	6	7,4	7,4	27,2
	59	5	6,2	6,2	33,3
	60	8	9,9	9,9	43,2
	61	2	2,5	2,5	45,7
	62	5	6,2	6,2	51,9
	63	6	7,4	7,4	59,3
	64	6	7,4	7,4	66,7
	65	9	11,1	11,1	77,8
	66	2	2,5	2,5	80,2
	67	6	7,4	7,4	87,7
	68	3	3,7	3,7	91,4
	69	3	3,7	3,7	95,1
	70	1	1,2	1,2	96,3
	71	2	2,5	2,5	98,8
72	1	1,2	1,2	100,0	
Total		81	100,0	100,0	

**Dukungan Sosial**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	71	1	1,2	1,2	1,2
	74	1	1,2	1,2	2,5
	77	1	1,2	1,2	3,7
	78	1	1,2	1,2	4,9
	79	1	1,2	1,2	6,2
	81	1	1,2	1,2	7,4
	82	1	1,2	1,2	8,6
	83	1	1,2	1,2	9,9
	84	2	2,5	2,5	12,3
	85	3	3,7	3,7	16,0
	86	1	1,2	1,2	17,3
	87	5	6,2	6,2	23,5
	88	2	2,5	2,5	25,9
	89	6	7,4	7,4	33,3
	90	3	3,7	3,7	37,0
	91	2	2,5	2,5	39,5
	92	2	2,5	2,5	42,0
	93	4	4,9	4,9	46,9
	94	1	1,2	1,2	48,1
	95	5	6,2	6,2	54,3
	96	3	3,7	3,7	58,0
	97	5	6,2	6,2	64,2
	98	1	1,2	1,2	65,4
	99	3	3,7	3,7	69,1
	101	6	7,4	7,4	76,5
	102	1	1,2	1,2	77,8
	103	3	3,7	3,7	81,5
	104	2	2,5	2,5	84,0
	105	5	6,2	6,2	90,1
	106	2	2,5	2,5	92,6
	107	4	4,9	4,9	97,5
	108	1	1,2	1,2	98,8
	111	1	1,2	1,2	100,0
	Total	81	100,0	100,0	

**Motivasi Berprestasi**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	77	1	1,2	1,2	1,2
	78	1	1,2	1,2	2,5
	80	3	3,7	3,7	6,2
	81	1	1,2	1,2	7,4
	82	1	1,2	1,2	8,6
	84	2	2,5	2,5	11,1
	85	2	2,5	2,5	13,6
	86	3	3,7	3,7	17,3
	87	1	1,2	1,2	18,5
	88	4	4,9	4,9	23,5
	89	2	2,5	2,5	25,9
	90	4	4,9	4,9	30,9
	91	3	3,7	3,7	34,6
	92	1	1,2	1,2	35,8
	93	3	3,7	3,7	39,5
	94	2	2,5	2,5	42,0
	95	6	7,4	7,4	49,4
	96	2	2,5	2,5	51,9
	97	4	4,9	4,9	56,8
	98	3	3,7	3,7	60,5
	99	2	2,5	2,5	63,0
	100	2	2,5	2,5	65,4
	101	2	2,5	2,5	67,9
	102	2	2,5	2,5	70,4
	103	6	7,4	7,4	77,8
	104	4	4,9	4,9	82,7
	105	3	3,7	3,7	86,4
	106	2	2,5	2,5	88,9
	107	2	2,5	2,5	91,4
	108	3	3,7	3,7	95,1
	109	1	1,2	1,2	96,3
	110	1	1,2	1,2	97,5
	111	1	1,2	1,2	98,8
	112	1	1,2	1,2	100,0
	Total	81	100,0	100,0	

Lampiran 7. Uji Normalitas

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Self efficacy	Dukungan Sosial	Motivasi Berprestasi
N		81	81	81
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	61.8642	94.2346	95.7037
	Std. Deviation	4.90090	8.79527	8.73848
Most Extreme Differences	Absolute	.080	.088	.094
	Positive	.080	.057	.052
	Negative	-.076	-.088	-.094
Kolmogorov-Smirnov Z		.722	.790	.850
Asymp. Sig. (2-tailed)		.674	.561	.466
a. Test distribution is Normal.				

Lampiran 8. Uji Linearitas

**Motivasi Berprestasi \* Self efficacy**

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Motivasi Berprestasi * Self efficacy	Between Groups	(Combined)	2131.781	20	106.589	1.608	.081
		Linearity	1249.903	1	1249.903	18.856	.000
		Deviation from Linearity	881.878	19	46.415	.700	.804
	Within Groups		3977.108	60	66.285		
	Total		6108.889	80			

**Motivasi Berprestasi \* Dukungan Sosial**

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Motivasi Berprestasi * Dukungan Sosial	Between Groups	(Combined)	4420.339	32	138.136	3.927	.000
		Linearity	3189.274	1	3189.274	90.661	.000
		Deviation from Linearity	1231.065	31	39.712	1.129	.347
	Within Groups		1688.550	48	35.178		
	Total		6108.889	80			

Lampiran 9. Uji Multikolinearitas

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	11.690	9.325		1.254	.214		
Self efficacy	.385	.144	.216	2.678	.009	.865	1.157
Dukungan Sosial	.639	.080	.643	7.984	.000	.865	1.157

a. Dependent Variable: Motivasi Berprestasi

Lampiran 10. Uji Regresi

**Variables Entered/Removed<sup>b</sup>**

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Dukungan Sosial, Self efficacy <sup>a</sup>		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: Motivasi Berprestasi

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.750 <sup>a</sup>	.562	.551	5.85488

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, Self efficacy

**ANOVA<sup>b</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3435.074	2	1717.537	50.104	.000 <sup>a</sup>
	Residual	2673.815	78	34.280		
	Total	6108.889	80			

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, Self efficacy

b. Dependent Variable: Motivasi Berprestasi

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	11.690	9.325		1.254	.214
	Self efficacy	.385	.144	.216	2.678	.009
	Dukungan Sosial	.639	.080	.643	7.984	.000

a. Dependent Variable: Motivasi Berprestasi

Lampiran 11. Penghitungan Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif

**Correlations**

		Self Efficacy	Dukungan Sosial	Motivasi Beprestasi
Self Efficacy	Pearson Correlation	1	.368**	.452**
	Sig. (2-tailed)		.001	.000
	Sum of Squares and Cross-products	1921.506	1268.580	1549.741
	Covariance	24.019	15.857	19.372
	N	81	81	81
Dukungan Sosial	Pearson Correlation	.368**	1	.723**
	Sig. (2-tailed)	.001		.000
	Sum of Squares and Cross-products	1268.580	6188.543	4442.630
	Covariance	15.857	77.357	55.533
	N	81	81	81
Motivasi Beprestasi	Pearson Correlation	.452**	.723**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	Sum of Squares and Cross-products	1549.741	4442.630	6108.889
	Covariance	19.372	55.533	76.361
	N	81	81	81

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Variabel	<i>b</i>	<i>cross product</i>	<i>Regression</i>	<i>R2</i>
<b>Self efficacy</b>	0,385	1549.741	3435.074	56.2
<b>Dukungan Sosial</b>	0,639	4442.630	3435.074	56.2

**HITUNGAN MENCARI SUMBANGAN EFEKTIF**

$$SE_{X_i} = \left| \frac{b_{X_i} \cdot \text{cross product} \cdot R^2}{\text{Regression}} \right|$$

$$1. SE_{X_1} = \left| \frac{0,385 \times 1549,741 \times 56,20}{3435,074} \right| SE_{X1} = 9,76\%$$

$$2. SE_{X_1} = \left| \frac{0,639 \times 4442,630 \times 56,20}{3435,0741} \right| SE_{X1} = 46,44\%$$

### HITUNGAN MENCARI SUMBANGAN RELATIF

$$SR_{X_i} = \frac{SE}{R^2} \times 100\%$$

1.  $SR_{X_1} = \frac{9,76}{56,2} \times 100\%$  **SR X1 = 17,37%**

2.  $SR_{X_2} = \frac{46,44}{56,2} \times 100\%$  **SR X2 = 82,63%**

Lampiran 12. Surat Bimbingan Skripsi



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN  
PROGRAM PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
Alamat : Jl. Colombo No. 1 Yogyakarta. 55281.

Nomor : 046/PKL/II/2021  
Lamp. : 1 Eksemplar proposal  
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada Yth

Bapak : Prof. Dr. Siswantoyo, M.Kes

Disampaikan dengan hormat, bahwa dalam rangka penyelesaian tugas akhir, dimohon kesediaan Bapak / Ibu untuk membimbing mahasiswa di bawah ini :

Nama : Raiyan Achmad Pamungkas  
NIM : 17602244050

Dan telah mengajukan proposal skripsi dengan judul/topik :

PENGARUH EFIKASI DIRI, DUKUNGAN SOSIAL, DAN VARJABEL DEMOGRAFIS  
TERHADAP MOTIVASI BERPRESTASI ATLET IPSI KABUPATEN PEMALANG

Demikian atas kesediaan dan perhatian dari Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.

Yogyakarta, 24 Desember 2021

Kajur PKL,

*\*) Blangko ini kalau sudah selesai  
Bimbingan dikembalikan ke Jurusan PKL  
Menurut BAN PT lama Bimbingan minimal 8 kali*

Dr. Endang Rini Sukamti, M.S  
NIP. 19600407 198601 2 001