

**PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
MOTIVASI BERPRESTASI PADA ATLET PENCAK SILAT
WONOSOBO *FIGHTING CLUB***

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



**Oleh:
Noorafni Fauziah Trisnandi
NIM. 19602241020**

**DEPARTEMEN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2023**

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP MOTIVASI BERPRESTASI PADA ATLET PENCAK SILAT WONOSOBO *FIGHTING CLUB*

Disusun Oleh:

Noorafni Fauziah Trisnandi
NIM. 19602241020

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan

Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, Mei 2023

Mengetahui,
Ketua Program Studi



Dr. Fauzi, M.Si.
NIP 196312281990021002

Disetujui,
Dosen Pembimbing,



Dr. Agung Nugroho AM., M.Si.
NIP 196109081988111001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Noorafni Fauziah Trisnandi
NIM : 19602241020
Departemen : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Judul TAS : Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Sosial terhadap Motivasi Berprestasi pada Atlet Pencak Silat Wonosobo *Fighting Club*

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, 24 Mei 2023



Noorafni Fauziah Trisnandi
NIM. 19602241020

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
MOTIVASI BERPRESTASI PADA ATLET PENCAK SILAT
WONOSOBO FIGHTING CLUB**

Disusun Oleh:
Noorafni Fauziah Trisnandi
NIM. 19602241020

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi

Departemen Pendidikan Keahlian Olahraga

Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 14 Juni 2023

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Agung Nugroho AM., M.Si. Ketua Penguji/Pembimbing		22/6/2023
Danardono, S.Pd., M.Or. Sekretaris		22/6/2023
Dr. Lismadiana, M.Pd. Penguji		22-06-2023

Yogyakarta, 13 Juni 2023
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Ph. Dekan

Prof. Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP. 198208152005011002

MOTTO

“Cukuplah Allah [menjadi penolong] bagi kami dan Dia sebaik-baik pelindung”.
(QS. Ali Imran :173)

“Hatiku tenang karena mengetahui bahwa apa yang melewatkanmu tidak akan pernah menjadi takdirku, dan apa yang ditakdirkan untukku tidak akan pernah melewatkanmu”. (Umar bin Khattab)

“Pada hakikatnya, yang mengubah kehidupan kita bukanlah pendidikan melainkan diri kita sendiri yang memanfaatkan pendidikan itu dengan baik”. (RHL)

“Growing with my self. Focus on my goals, my growth and my glow. You deserved happy life. And you are awesome”
(Noorafni Fauziah Trisnandi)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucap rasa syukur kepada Alah SWT, saya persembahkan karya sederhana ini kepada :

1. Allah SWT pencipta semesta alam yang telah memberikan segala nikmat dan kebaikan. Tugas akhir ini adalah bagian dari tanggung jawab yang harus saya selesaikan tepat waktu.
2. Kedua orang tua saya, Bapak Dani Triyono dan Ibu Rini Ramadyahna yang selalu memberi nasihat, motivasi, dukungan serta doa yang mengiringi setiap langkah saya.
3. Kepada abang dan kakak saya yang selalu memberi semangat dan dukungan dalam pengerjaan skripsi ini.
4. Sahabat-sahabat saya yang siap sedia memberikan bantuan, semangat, dukungan dan perjuangan yang kita lewati bersama sampai detik ini.

**PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
MOTIVASI BERPRESTASI PADA ATLET PENCAK SILAT
WONOSOBO *FIGHTING CLUB***

Oleh:
Noorafni Fauziah Trisnandi
NIM. 19602241020

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) Pengaruh efikasi diri terhadap motivasi berprestasi pada atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*. (2) Pengaruh dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi pada atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*. (3) Pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi pada atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*.

Penelitian ini merupakan deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *ex post facto*. Populasi penelitian adalah atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* yang berjumlah 45 atlet. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, dengan kriteria atlet usia 15-22 tahun, bersedia menjadi sampel, pernah mengikuti pertandingan. Berdasarkan kriteria tersebut yang memenuhi berjumlah 35 atlet. Instrumen efikasi diri, dukungan sosial, dan motivasi berprestasi menggunakan angket. Analisis data menggunakan regresi berganda.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) Ada pengaruh yang signifikan antara efikasi diri terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*, dengan *p-value* $0,000 < 0,05$. (2) Ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*, dengan *p-value* $0,000 < 0,05$. (3) Ada pengaruh yang signifikan efikasi diri dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*, dengan *p-value* $0,000 < 0,05$.

Kata kunci: *efikasi diri, 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 “Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Sosial terhadap Motivasi Berprestasi pada Atlet Pencak Silat Wonosobo *Fighting Club*“ 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 Dr. Agung Nugroho AM., M.Si., selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Sekretaris, dan Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Bapak Dr. Fauzi, M.Si., selaku Ketua Departemen Pendidikan Kepelatihan Olahraga beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
5. Bapak Prof. Dr. Awan Hariono, S.Pd., M.Or. Dosen Pencak Silat yang telah memberikan ilmu pengetahuan serta pengalamannya yang begitu berharga.

6. Pengurus, pelatih, dan Atlet Pencak Silat Wonosobo *Fighting Club* yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
7. Teman teman PKO FIK angkatan 2019 selama saya kuliah, yang selalu menjadi teman setia menemani, hingga saya dapat menyelesaikan kuliah ini
8. 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, 24 Mei 2023



Noorafni Fauziah Trisnandi
NIM. 19602241020

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Batasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	10
1. Hakikat Pencak Silat	10
a. Pengertian Pencak Silat.....	10
b. Teknik Dasar Pencak Silat	13
2. Hakikat Psikologi Olahraga	18
3. Hakikat Motivasi Berprestasi.....	20
a. Pengertian Motivasi	20
b. Pengertian Motivasi Berprestasi	23
c. Aspek-Aspek Motivasi Berprestasi.....	25

d. Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Berprestasi.....	27
4. Hakikat Efikasi Diri	28
a. Pengertian Efikasi Diri.....	28
b. Aspek-Aspek Efikasi Diri	30
5. Hakikat Dukungan Sosial.....	32
a. Pengertian Dukungan Sosial	32
b. Aspek-Aspek Dukungan Sosial	35
6. Pengaruh Efikasi Diri terhadap Motivasi Berprestasi.....	36
7. Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Motivasi Berprestasi ...	38
B. Penelitian yang Relevan	39
C. Kerangka Berpikir	43
D. Hipotesis Penelitian.....	45
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	47
B. Tempat dan Waktu Penelitian	47
C. Populasi dan Sampel Penelitian	48
D. Definisi Operasional Variabel.....	49
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	50
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	54
G. Teknik Analisis Data	57
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	62
1. Hasil Analisis Deskriptif	62
2. Hasil Uji Prasyarat	66
3. Hasil Uji Regresi Linear Berganda	67
4. Hasil Uji Hipotesis	68
5. Hasil Koefisien Determinasi	70
B. Pembahasan.....	71
C. Keterbatasan Penelitian	78
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	80

B. Implikasi	80
C. Saran	81
DAFTAR PUSTAKA	83
LAMPIRAN	90

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Berpikir	45
Gambar 2. Desain Penelitian.....	47
Gambar 3. Histogram Efikasi Diri	63
Gambar 4. Histogram Dukungan Sosial	64
Gambar 5. Histogram Motivasi Berprestasi.....	65

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Alternatif Jawaban Angket.....	51
Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Efikasi Diri	51
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Dukungan Sosial	52
Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Motivasi Berprestasi.....	53
Tabel 5. Hasil Analisis Validitas Variabel Efikasi Diri	54
Tabel 6. Hasil Analisis Validitas Variabel Dukungan Sosial.....	55
Tabel 7. Hasil Analisis Validitas Variabel Motivasi Berprestasi	56
Tabel 8. Hasil Analisis Reliabilitas Instrumen	57
Tabel 9. Norma Kategori.....	58
Tabel 10. Deskriptif Statistik Efikasi Diri.....	62
Tabel 11. Norma Penilaian Efikasi Diri	62
Tabel 12. Deskriptif Statistik Dukungan Sosial	63
Tabel 13. Norma Penilaian Dukungan Sosial	64
Tabel 14. Deskriptif Statistik Motivasi Berprestasi	65
Tabel 15. Norma Penilaian Motivasi Berprestasi.....	65
Tabel 16. Hasil Uji Normalitas.....	66
Tabel 17. Hasil Uji Linieritas	67
Tabel 18. Hasil Analisis Regresi Linear Berganda	67
Tabel 19. Hasil Analisis Pengaruh Efikasi Diri terhadap Motivasi Berprestasi.....	68
Tabel 20. Hasil Analisis Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Motivasi Berprestasi.....	69
Tabel 21. Hasil Analisis Uji F (Simultan).....	70
Tabel 22. Hasil Analisis Koefisien Determinasi	70
Tabel 23. Hasil Analisis Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif.....	71

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Permohonan Validasi Instrumen.....	91
Lampiran 2. Surat Keterangan Validasi.....	92
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian	93
Lampiran 4. Surat Keterangan Penelitian	94
Lampiran 5. Instrumen Uji Coba	95
Lampiran 6. Data Uji Coba.....	102
Lampiran 7. Uji Validitas dan Reliabilitas	105
Lampiran 8. Instrumen Penelitian.....	108
Lampiran 9. Data Penelitian	115
Lampiran 10. Deskriptif Statistik	121
Lampiran 11. Menghitung Norma Penilaian	123
Lampiran 12. Uji Normalitas	125
Lampiran 13. Uji Linearitas.....	126
Lampiran 14. Uji Hipotesis.....	127
Lampiran 15. Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif	129
Lampiran 16. Tabel r	130
Lampiran 17. Tabel F	131
Lampiran 18. Dokumentasi	132

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan suatu rangkaian kegiatan terstruktur dan berulang yang dilakukan guna meningkatkan kebugaran jasmani. Tidak sedikit masalah yang ada dalam olahraga antara lain adalah meningkatkan kebugaran tubuh yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan seseorang. Hal tersebut diperlukan untuk keberlangsungan kehidupan dan sosial manusia. Dalam sebuah olahraga dapat mengembangkan sikap-sikap positif dan pengetahuan terkait dengan pelajaran hidup. Keuntungan lain bahwa olahraga sebagai tempat pengembangan dan pertumbuhan fisik khususnya pada usia tumbuh kembang anak. Olahraga mampu berperan serta dalam meningkatkan fungsi promotif (promosi kesehatan) dan dapat mencegah ketegangan psikologis seseorang.

Setiap cabang olahraga yang bersifat kompetitif, sudah tentu mengharapkan tercapainya suatu prestasi puncak, salah satunya melalui olahraga Pencak Silat. Pendapat Herdiman, dkk., (2022: 121) bahwa pencak silat berarti permainan (keahlian dalam mempertahankan diri dengan kepandaian menangkis, menyerang, dan membela diri, baik dengan atau tanpa senjata. Olahraga pencak silat masuk dalam kategori cabang olahraga beladiri yang dipertandingkan pada *event-event* resmi seperti PON (Pekan Olahraga Nasional), POPNAS (Pekan Olahraga Pelajar Nasional), POMNAS (Pekan Olahraga Mahasiswa Nasional), *SEA GAMES*, *ASIAN GAMES*, dan Kejuaraan Dunia, serta ajang olahraga bergengsi lainnya. Hartati, dkk., (2019: 2) mengungkapkan bahwa pencak silat

secara fungsinya sebagai olahraga seni dan prestasi dikategorikan menjadi dua, yaitu kategori seni dan laga. Bentuk aktivitas utama dalam pencak silat seperti, menendang, memukul, menangkis, menghindar, meloncat, membanting dan menjatuhkan lawan.

Prinsip dasar pertandingan pencak silat adalah mendapatkan point dengan melakukan serangan dan bela. Dalam mendapatkan point sedapat mungkin tidak terhalang oleh tangkisan lawan. Berdasarkan alat yang digunakan untuk serangan menggunakan dua alat yaitu lengan/tangan dan tungkai/kaki. Pada saat bertanding pesilat yang melakukan serang-bela sering terjadi melakukan pelanggaran (Nugroho, 2020: 67). Pencak silat tidak hanya memerlukan tuntutan fisik yang tinggi namun mental perlu diperhatikan dengan benar. Ada istilah bahwa dalam sebuah pertandingan aspek psikologis memiliki pengaruh 80% dan lainnya adalah 20%. Temuan penelitian lainnya juga melaporkan bahwa aspek psikologis berkontribusi lebih dari 50% terhadap keberhasilan atlet saat bertanding (Setiawan, dkk., 2020: 159). Oleh karena itu, psikologi olahraga salah satu bagian penting guna tercapainya *high performance* atlet. 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 (Purnomo & Jemaina, 2018: 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. Paramita, dkk., (2021: 32) berpendapat 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.

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, atau meningkatkan aspek motivasi. Seperti yang diungkapkan Alim (2018: 83) bahwa motivasi, *attitude*, efikasi diri, serta *anxiety* merupakan beberapa faktor psikologi yang dapat mempengaruhi prestasi seorang atlet.

Membentuk kembali motivasi berprestasi 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 (Sholihah, 2021: 95). Faktor internal yang memengaruhi motivasi untuk dapat berprestasi adalah salah satunya yaitu efikasi diri. Efikasi diri 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. Efikasi diri 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 efikasi diri 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. Efikasi diri merupakan bagian penting yang perlu dimiliki atlet bila ingin meraih prestasi olahraga, karena efikasi diri 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 efikasi diri menjadi penting untuk diteliti. Efikasi diri 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. Efikasi diri 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 efikasi diri yang baik dapat diartikan sebagai individu yang mempunyai keyakinan dan kemampuan untuk melaksanakan tugas,

dalam hal ini tugas pada atlet berupa prestasi yang akan diarahinya 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, terhorma, 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).

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dengan atlet dan pelatih pencak silat Wonosobo *Fighting Club*, menunjukkan bahwa atlet kurang mempunyai keyakinan atas dirinya sendiri. Hal tersebut terlihat saat bertanding, atlet masih ragu-ragu dalam melakukan tendangan atau serangan. Atlet tidak

yakin dengan kemampuannya, karena menurut atlet performanya sedang menurun. Berdasarkan hasil wawancara atlet pada tanggal 10-12 Januari 2023, ada berbagai kendala dan kesulitan yang dihadapi ketika akan melakukan pertandingan. Seperti yang diungkapkan oleh atlet, yang menyatakan bahwa kesulitan dalam bertanding disebabkan kurangnya dukungan orang tua seperti izin melakukan latihan, orang tua beranggapan berlatih pencak silat akan memengaruhi nilai akademik, keinginan orang tua dan anak yang tidak sama. Hal itu menyebabkan kurangnya rasa keyakinan diri ketika melakukan pertandingan, sehingga atlet cenderung pesimis dan kurang bersemangat.

Beberapa hasil penelitian terdahulu diantaranya penelitian yang dilakukan Manuaba & Susilawati (2019) menunjukkan bahwa terdapat hubungan dukungan sosial dan efikasi diri dengan motivasi berprestasi pada remaja awal dan tengah. Hayes (2012) dalam penelitiannya mengungkapkan terdapat hubungan antara keterlibatan orangtua dengan motivasi berprestasi. Hal ini juga dibuktikan dari penelitian Putra & Nurhadiani (2020) yang menyatakan adanya hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan motivasi berprestasi. Selanjutnya penelitian Puspitasari, dkk., (2021) membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara dukungan sosial dan efikasi diri secara bersama-sama terhadap motivasi berprestasi.

Paparan di atas tentunya menarik untuk dikaji dan diteliti lebih dalam, oleh karena itu, peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Efikasi diri dan Dukungan Sosial terhadap Motivasi Berprestasi pada Atlet Pencak Silat Wonosobo *Fighting Club*”.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* kurang mempunyai keyakinan atas dirinya sendiri.
2. Sebagian atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* kurang mendapatkan dukungan orang tua seperti izin melakukan latihan.
3. Kurangnya motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*.
4. Sebagian besar dari atlet berangkat latihan sendiri tanpa ditemani dengan orang tua, hal ini tidak hanya hanya di latihan saja namun juga ketika atlet bertanding.
5. Pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi pada atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* 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 atlet pencak silat, maka peneliti akan memfokuskan pada masalah yang berkaitan dengan efikasi diri dan dukungan sosial, karena faktor tersebut dianggap sangat berpengaruh terhadap motivasi berprestasi pada atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*.

D. Rumusan Masalah

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

1. Adakah pengaruh efikasi diri terhadap motivasi berprestasi pada atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*?
2. Adakah pengaruh dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi pada atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*?
3. Adakah pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi pada atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*?

E. Tujuan Penelitian

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

1. Pengaruh efikasi diri terhadap motivasi berprestasi pada atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*.
2. Pengaruh dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi pada atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*.
3. Pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi pada atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*.

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 efikasi pengaruh diri dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi pada atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*.

- 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 kepelatihan olahraga.
 - b. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi maupun saran bagi atlet yang membutuhkan cara untuk meningkatkan efikasi diri , dukungan sosial, dan motivasi berprestasi pada atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* 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. Hakikat Pencak Silat

a. Pengertian Pencak Silat

Pencak silat merupakan olahraga yang cukup populer di Indonesia. Hausal, dkk., (2018: 74) menyatakan bahwa pencak silat berarti “permainan (keahlian dalam mempertahankan diri dengan kepandaian menangkis, menyerang, dan membela diri, baik dengan atau tanpa senjata”. Ditinjau dari segi harfiahnya, pencak silat berasal dari kata pencak dan silat. Pencak berarti: gerak dasar bela diri yang terikat pada peraturan dan digunakan dalam belajar, latihan dan pertunjukan. Silat berarti: gerak bela diri yang sempurna, yang bersumber pada kerohanian yang suci murni, guna keselamatan diri/kesejahteraan dan untuk menghindarkan diri dari bahaya. Seiring berjalannya waktu, semakin banyak para ahli yang mendefinisikan pencak dan silat hingga akhirnya definisi pencak dan silat tersebut dijadikan satu. Penggunaan kata/istilah pencak silat baru digunakan setelah seminar pencak silat di Tugu (Kedu) tahun 1973. Hal ini dilakukan karena menurut para tokoh pendiri IPSI memiliki makna yang sama, selain itu juga untuk mempersatukan perguruan pencak dan perguruan silat yang ada saat itu (Pratama & Trilaksana, 2018: 109).

Saputro & Siswantoy (2018: 2) menyatakan bahwa salah satu olahraga yang mencirikan Negara Indonesia adalah olahraga beladiri pencak silat.

Walaupun di Negara lain juga memiliki olahraga beladiri masing-masing, akan tetapi beladiri pencak silat merupakan salah satu olahraga beladiri asli Indonesia yang berasal dari tanah melayu dan dipercaya sudah ada sejak zaman pra sejarah. Hal itu dikarenakan dengan silat inilah bisa mempertahankan hidup dikerasnya kehidupan rimba.

Pencak silat merupakan bagian dari kebudayaan bangsa Indonesia yang berkembang sejak berabad-abad yang lalu. Dengan berbagai situasi geografis dan etnologis serta perkembangan zaman yang dialami oleh bangsa Indonesia, pencak silat hadir sebagai budaya dan metode membela diri dan menjadi kearifan lokal bagi pengusung budaya tersebut. Berkelahi dengan menggunakan teknik pertahanan diri (pencak silat) ialah seni bela diri Asia yang berakar dari budaya Melayu. Seni bela diri ini secara luas dikenal di Indonesia, Malaysia, Brunei, dan Singapura (Ediyono & Widodo, 2019: 3).

Secara historis, pencak silat merupakan sebuah keterampilan beladiri yang difungsikan sesuai dengan kebutuhan pelakunya dalam menghadapi berbagai tantangan, terutama yang berasal dari alam, binatang, dan manusia. Hal ini menjadi indikasi mengapa jurus-jurus dalam pencak silat sering menirukan gerakan binatang (jurus harimau terbang, ular mematuk, monyet) (Ediyono & Widodo, 2019: 3). Setiawan & Mulyana (2023: 81) menyatakan bahwa pencak silat merupakan salah satu bukti bahwa Indonesia memiliki banyak budaya, pencak silat merupakan warisan budaya yang telah diakui. Pencak silat adalah suatu budaya nenek moyang bangsa indonesia yang perlu dilestarikan dan disebarluaskan keberadaanya. Pencak silat merupakan sistem pembelaan diri

yang memiliki gerakan-gerakan yang unit melibatkan semua komponen tubuh manusia.

Pencak silat merupakan salah satu olahraga beladiri dan merupakan budaya asli Indonesia. Pencak silat adalah warisan nenek moyang bangsa Indonesia. Pencak silat adalah olahraga yang terdiri atas sikap (posisi) dan gerak-gerak (pergerakan). Gerakan dasar pencak silat adalah suatu gerakan terencana, terarah, terkoordinasi dan terkendali. Dalam pertandingan pencak silat teknik-teknik dasar tidak semua digunakan dan dimainkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku dan kategori yang dipertandingkan. Kategori tersebut adalah kategori tanding, tunggal, ganda dan regu. Perkembangan bela diri pencak silat di Indonesia sudah sangat berkembang pesat, penyebaran pencak silat sudah mencakup seluruh daerah (Jusuf, dkk., 2020: 1).

Pencak silat terdiri atas empat aspek dalam pelajarannya, aspek tersebut antara lain meliputi: (1) aspek mental spiritual, (2) aspek beladiri, (3) aspek seni, dan (4) aspek olahraga. Keempat aspek mempunyai teknik, taktik dalam unsur pembelaan dan serangan yang berbeda. Teknik pencak silat dalam pertandingan sangat banyak, namun demikian teknik yang tepat pada pertandingan sangat berbeda dengan teknik-teknik beladiri dikarenakan pada pertandingan pencak silat harus sesuai dengan pertaturan pertandingan pencak silat yang berlaku (Nugroho, 2020: 68).

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, contohnya 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 sebagainya 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 lainnya.

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 bala-an 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 lingkar, tabasan, tebang-an, 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 jangkau dekat dan sedang yang dilaksanakan dengan menangkap salah satu komponen tubuh lawan (Kriswanto, 2015: 96).

7) Jatuhan

Jatuhan adalah teknik dan taktik serangan pada jarak jangkau 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 peraturan terbaru yaitu Munas IPSI XVI tahun 2016 pesilat tidak bisa menggunakan teknik perguruannya masing masing. Beberapa perubahan cukup menonjol dalam peraturan pertandingan pencak silat dalam munas IPSI XVI tahun 2016 antara lain:

1) Prosedur penimbangan

Penimbangan akan dilakukan pada pagi hari pertandingan, sebelum dimulainya pertandingan pertama, hanya untuk mereka yang dijadwalkan bertanding pada hari yang sama. Selama penimbangan, atlet tetap harus mengenakan seragam pencak silat standar tanpa sabuk, pelindung kemaluan atau pelindung lainnya. Namun jika atlet kelebihan berat badan, ia akan diberikan pilihan untuk telanjang, handuk akan disediakan serta ruang terpisah akan disediakan untuk melakukan penimbangan untuk atlet.

2) Semua serangan diperbolehkan.

Dalam peraturan terbaru semua serangan yang mengarah ke *body protector* dilegalkan. Serangan seperti sikutan, dengkulan, tarikan, bantingan pinggul, serangan melompat semua diperbolehkan bahkan serangan ke area belakang. Namun beberapa serangan juga tidak diperbolehkan seperti menyerang kepala, kuncian, bantingan ke belakang / *suplex*, tarik sikut, tarik dengkul, menarik leher dan menginjak lawan.

3) Guntingan boleh diserang.

Dalam peraturan sebelumnya yang suka memanfaatkan guntingan untuk mengulur waktu pertandingan kini tidak bisa lagi bersantai, karena guntingan sekarang boleh diserang. Guntingan boleh diserang dengan tendangan maupun pukulan, tapi tidak boleh menginjak. Selain itu, pesilat yang menggunting juga boleh menangkap serangan tersebut dan menjatuhkan serta mendapatkan poin.

4) Serangan bawah bisa dua kali.

Guntingan, sapuan depan atau belakang dapat dilakukan dua kali dan dikombinasikan masing masing. Contohnya jika gagal melakukan sapuan boleh dilanjutkan dengan guntingan.

5) Poin serangan.

Tidak ada lagi poin satu yang ada hanya 2, 3 dan 4. Untuk serangan tangan seperti pukulan dan sikutan bernilai 2, serangan kaki seperti tendangan bernilai 3 dan jatuhan bernilai 4.

6) Guntingan bisa sambil menarik.

Ketika melakukan guntingan pesilat dapat sambil menarik lawan, baik itu body protector, tangan, baju, kaki semua diperbolehkan untuk membantu proses guntingannya.

7) Penilaian juri menggunakan digital scoring.

Juri yang menilai 3 orang, jika dua juri memasukan nilai secara bersamaan selama 2 detik maka nilai akan masuk ke sistem digital dan jika hanya 1 juri yang memasukan, maka tidak masuk ke sistem digital. Bila dalam pertandingan terjadi selisih angka hingga 20 poin, maka pertandingan akan dihentikan dan menang WMP (Wasit menghentikan pertandingan).

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.

2. Hakikat Psikologi Olahraga

Secara garis besar psikologi dapat dikaji dalam beberapa bidang kajian ilmu, salah satunya adalah psikologi olahraga. 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).

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 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 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. Tangkudung & Mylsidayu (2017: 12) menyatakan bahwa psikologi olahraga sangat berkaitan dengan kegiatan-kegiatan eksperimental yang merupakan cakupan dari psikologi eksperimen. Contohnya;

- a. 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

- b. penelitian mengenai usia yang tepat bagi seorang anak untuk mulai dilatih menjadi olahragawan bulutangkis yang andal.

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. Hakikat 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 (Komarudin, 2017: 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 seseorang berusaha untuk mencapai tujuannya serta bagaimana yang dirasakan dan pikirkan. Motivasi adalah konstruksi teoritis yang digunakan untuk menjelaskan inisiasi, arah, intensitas, kegigihan, dan kualitas perilaku.

Agustin, dkk., (2019: 60) menyatakan bahwa 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. 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.

Mylsidayu (2022: 36) menyatakan bahwa motivasi mencakup faktor psikologis dan fisik yang menyebabkan individu untuk bertindak dengan cara tertentu pada waktu tertentu. Pendapat lain dari menurut Komarudin (2017: 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).

Ridha (2020: 2) menyatakan bahwa terdapat tiga kebutuhan pokok yang ada dalam diri seseorang yang mendorong tingkah laku, yaitu: (1) *need for achievement* (kebutuhan berprestasi), adalah kebutuhan guna mencapai kesuksesan yang berpacu pada tingkah laku pada usaha untuk mencapai prestasi yang diinginkan, (2) *need for affiliation* (kebutuhan berafiliasi), adalah kebutuhan terkait dukungan dan kehangatan hubungan akrab dengan orang lain, (3) *need for power* (kebutuhan berkuasa), adalah kebutuhan mempengaruhi orang lain yang mengakibatkan diri kurang memiliki kepedulian dengan perasaan orang lain.

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 (Purnomo & Jemainan, 2018: 99).

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 (Myalsidayu, 2022: 37).

Motivasi berprestasi termuat nilai tugas secara operasional seperti *attainment value*, *intrinsic motivation*, dan *utility value* atau *extrinsic value*. Maksudnya, 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. Dirgantara (2020: 757) menyatakan bahwa motivasi berprestasi merupakan suatu dorongan atau keinginan dalam diri untuk mencapai kesuksesan yang setinggi mungkin, sehingga tercapai kecakapan pribadi yang tinggi, dan individu berusaha keras dengan sebaik-baiknya dalam pencapaian prestasi di bidang olahraga. 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 instinsik dan motivasi ekstrinsik (Mylsidayu, 2022: 34). Sebagaimana dijelaskan sebagai berikut:

1) Motivasi instrinsik

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-teman yang 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 kena sanksi 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. Hakikat Efikasi Diri

a. Pengertian Efikasi Diri

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

Efikasi diri adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Efikasi diri ini merupakan hal yang sangat dibutuhkan para pemain dalam menghadapi setiap pertandingan karena tanpa efikasi diri, maka atlet tidak

dapat mengeluarkan kemampuan terbaiknya (Selviana & Dwi, 2022: 3). Nafila & Al Fatah (2022: 2) juga ikut menegaskan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan pada seseorang adalah efikasi diri, yaitu dimana individu dengan efikasi diri tinggi akan memperlihatkan sikap yang lebih gigih, tidak cemas, dan tidak mengalami tekanan dalam menghadapi suatu hal.

Wulandari & Marlina (2023: 2) menyatakan efikasi diri adalah persepsi diri sendiri mengenai seberapa kemampuan yang dimiliki untuk dapat berfungsi dalam situasi tertentu, sehingga melakukan tindakan yang diharapkan. Efikasi diri dapat diartikan sebagai kunci pendorong individu untuk mencapai targetnya dan mampu menghadapi hambatan atau kendala dalam pencapaian tersebut. Fatimah, dkk., (2021: 25) menyatakan efikasi diri 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.

Efikasi diri merupakan sikap yakin dan percaya pada seseorang atas kemampuannya dalam menguasai situasi dan menghasilkan sesuatu yang menguntungkan. Jadi dapat dikatakan juga bahwa efikasi diri merupakan kepercayaan diri seseorang. Selain itu efikasi diri juga diartikan sebagai kunci pendorong individu untuk mencapai targetnya dan mampu menghadapi hambatan atau kendala dalam pencapaian tersebut (Narotama & Rustika, 2019: 12). Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa efikasi diri 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 Efikasi Diri

Aspek-aspek dalam efikasi diri terdiri dari *level* (tingkat), *generality* (keluasan), dan *strength* (kekuatan) (Pango & Wibowo, 2020: 2). Masing-masing aspek efikasi diri dijelaskan sebagai berikut:

1) *Level* (tingkat)

Berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas yang dihadapi. Tingkat dalam *s* efikasi diri berkaitan dengan tingkat kesulitan suatu tugas yang dilakukan. Apabila tugas-tugas yang diberikan kepada individu disusun menurut tingkat kesulitannya, maka perbedaan efikasi diri 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 (Johanda, dkk., 2019: 2).

2) *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 efikasi diri yang tinggi akan mampu menguasai beberapa bidang sekaligus untuk menyelesaikan suatu tugas, dan sebaliknya (Johanda, dkk., 2019: 2).

3) *Strength* (kekuatan)

Berkaitan dengan kekuatan atau kemantapan individu terhadap keyakinan yang dimilikinya untuk menyelesaikan tugas. Tingkat efikasi diri yang rendah mudah digoyangkan oleh pengalaman-pengalaman yang memperlemahkannya, sedangkan seorang yang memiliki efikasi diri tinggi akan tekun dalam meningkatkan usaha meskipun dijumpai pengalaman yang memperlemahkannya. Individu yang mempunyai efikasi diri 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 (Johanda, dkk., 2019: 3).

Aspek-aspek efikasi diri lainnya menurut Bandura (1997: 116) yaitu kognitif, motivasi, afeksi, dan juga seleksi. Penjelasan dari masing-masing aspek efikasi diri akan dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Kognitif, merupakan kemampuan seseorang memikirkan cara-cara yang digunakan dan merancang tindakan yang akan diambil untuk mencapai tujuan yang diharapkan.
- 2) Motivasi, merupakan kemampuan seseorang memotivasi diri melalui pikirannya untuk melakukan sesuatu tindakan dan keputusan untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

- 3) Afeksi, merupakan kemampuan mengatasi perasaan emosi yang timbul pada diri sendiri untuk mencapai tujuan yang diharapkan.
- 4) Seleksi, merupakan kemampuan seseorang untuk menyeleksi tingkah laku dan lingkungan yang tepat, sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan.

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

5. Hakikat Dukungan Sosial

a. Pengertian Dukungan Sosial

Manusia sebagai makhluk sosial dalam menghadapi dan menjalani kehidupannya memerlukan bantuan dan dukungan sosial dari orang-orang sekitarnya untuk membantu menghadapi berbagai masalah. Dukungan sosial tersebut bisa didapatkan dari orangtua, saudara, orang dewasa dan teman sebaya (Rahma & Rahayu, 2018: 194). 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 (Mailani, 2018: 129).

Dukungan sosial dapat berupa pemberian informasi, 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 (Adiningtiyas, 2019: 2). Dukungan sosial dianggap memberikan pengaruh yang penting bagi kesehatan mental individu (Buresova, et al., 2020: 2). Dukungan sosial memberikan efek di mana individu merasa tidak sendiri serta mendapatkan dukungan dalam berbagai bentuk, sehingga bisa bertahan menghadapi masa-masa yang sulit (Vollman, et al., 2011: 146).

Masa-masa sulit atlet ini dapat terkait dengan persoalan relasi dengan organisasi olahraga, adaptasi lingkungan fisik dan cuaca dalam setiap momen pertandingan di berbagai lokasi yang berbeda, termasuk tekanan dalam latihan dan pertandingan (Egan, 2019: 537). Dukungan sosial juga memegang peran yang tidak kalah penting saat para atlet sedang bertanding. Beberapa riset telah menegaskan besarnya dukungan sosial bagi atlet di berbagai aktivitas terkait kehidupan olah raga yang ditekuninya (DeFreese & Smith, 2014: 619).

Salah satu figur yang dianggap mampu memberikan dukungan sosial yang besar kepada atlet adalah pelatihnya (Cnen, et al., 2020; Lu, et al., 2016: 202; Thelwell, et al., 2017: 19). Dukungan dari pelatih menjadi sangat besar maknanya mengingat pelatih adalah orang terdekat atlet dalam kehidupannya berolahraga (Cranmer & Sollitto, 2015: 253). Pelatih bukan hanya memberikan arahan teknik, strategi dan pengajaran kompetensi bertanding, tetapi juga motivator yang handal dalam menyemangati dan memberikan kenyamanan atletnya dalam berbagai situasi.

Sementara itu, beberapa studi lain menekankan pentingnya keberadaan keluarga dan rekan sesama atlet dalam memberikan dukungan sosial untuk

menguatkan perjuangan atlet yang bersangkutan (Brown, et al., 2018: 71; Gaudreau, et al., 2016: 89). Keluarga dianggap selalu memberikan dukungan sosial yang sangat krusial bagi kesehatan mental individu (Sari & Thamrin, 2021: 146). Adapun rekan sesama atlet dapat memberikan dukungan bukan hanya melalui suntikan moril dan penyemangat, tetapi juga seringkali sebagai sumber berbagi cerita atas segala keluh kesah terkait kehidupan sebagai atlet. Dukungan sosial memberikan rasa aman dan juga nyaman bagi individu untuk melewati masa-masa yang dianggap berat dalam hidupnya.

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 (Maimunah, 2020: 275). Kemudian Sulfemi & Yasita (2020: 133) 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. 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 (Saputri, dkk., 2019: 62). 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. Bagi atlet, dukungan sosial akan memompa semangat dalam berlatih sekaligus ketika mengikuti berbagai kompetisi.

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 (Solichah, dkk., 2022: 52). Sebagaimana dijelaskan sebagai berikut:

1) Dukungan emosional

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 (Purnamasari, dkk., 2018: 20).

2) Dukungan penghargaan

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 (Purnamasari, dkk., 2018: 20).

3) Dukungan instrumental

Dukungan instrumental merupakan bentuk dukungan langsung yang diwujudkan melalui bantuan jasa atau material yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah-masalah secara praktis (Purnamasari, dkk., 2018: 20).

4) Dukungan informasi

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 (Purnamasari, dkk., 2018: 20).

5) Dukungan jaringan sosial

Dukungan jaringan sosial merupakan bentuk dukungan dengan memberikan rasa kebersamaan dalam kelompok serta berbagi dalam hal minat dan aktivitas sosial (Purnamasari, dkk., 2018: 20).

Adapun sumber dukungan sosial menurut Al Rasyid & Chusairi (2021: 13) bisa berasal dari berbagai sumber seperti dari orang tua, teman, orang tersayang, dan organisasi komunitas. 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.

6. Pengaruh Efikasi Diri terhadap Motivasi Berprestasi

Efikasi diri 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. Atlet yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan cenderung memiliki motivasi berprestasi yang tinggi pula ketika berkeinginan mencapai tujuan tertentu. Efikasi diri juga menjadi kunci pendorong atlet untuk mencapai target atau tujuan yang sudah ditetapkan serta mampu menghadapi hambatan atau kendala dalam pencapaian tersebut (Kusumawati, 2018: 131).

Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi cenderung untuk memfokuskan perhatian dan usahanya pada tuntutan tugas dan berusaha meminimalisasi kesulitan yang mungkin terjadi. Pervin dan John (Manuaba & Susilawati, 2019: 161) mengemukakan individu yang mempunyai efikasi diri yang tinggi akan lebih memiliki motivasi 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 efikasi diri yang tinggi akan berusaha lebih keras di dalam mengatasi rintangan-rintangan yang ada. Begitu juga sebaliknya semakin efikasi diri individu rendah, individu cenderung tidak dapat memfokuskan perhatian dan usahanya pada tuntutan tugas dan tidak akan meminimalisasi kesulitan yang mungkin terjadi.

Efikasi diri mengacu pada keyakinan akan kemampuan individu untuk menggerakkan motivasi, kemampuan kognitif, dan tindakan yang diperlukan untuk memenuhi tuntutan situasi dalam berprestasi (Hasanah, dkk., 2019: 551).

Keyakinan seseorang atas kemampuannya menjalankan tuntutan menantang atas dirinya disebut efikasi diri . Ketika individu memiliki efikasi diri yang baik, maka dirinya akan mampu dan yakin untuk menggerakkan motivasi, atau kemampuan kognitif dalam menyelesaikan tugasnya untuk memenuhi tujuan dalam meraih suatu prestasi.

7. Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Motivasi Berprestasi

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). Adanya dukungan jaringan sosial akan membantu atlet untuk mengurangi stress yang dialami dengan cara memenuhi kebutuhan akan persahabatan dan kontak sosial dengan orang lain.

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 Hati, dkk., (2021) menyatakan terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dan motivasi berprestasi. 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 (Mediastuti & Nurhadianti, 2022: 31). Dukungan sosial menunjukkan pada hubungan interpersonal yang melindungi individu terhadap konsekuensi negatif 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.

B. 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 Kusumawati (2018) berjudul “Pengaruh *Adversity Quotient*, Regulasi Diri dan Efikasi diri terhadap Motivasi Berprestasi Siswa KKO SMP Negeri 13 Yogyakarta”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *adversity quotient*, regulasi diri dan efikasi diri terhadap motivasi berprestasi siswa kelas khusus olahraga (KKO) SMP Negeri 13 Yogyakarta. Hipotesis yang diajukan adalah ada pengaruh yang signifikan antara *adversity quotient*, regulasi diri dan efikasi diri terhadap motivasi berprestasi siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis regresi. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa KKO SMP Negeri 13 Yogyakarta berjumlah 87 siswa. Metode pengumpulan data

dalam penelitian ini menggunakan skala. Analisis data seluruhnya menggunakan bantuan aplikasi IBM SPSS *Statistisc* 19. Dari hasil analisis penelitian diperoleh kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara *adversity quotient*, regulasi diri dan efikasi diri terhadap motivasi berprestasi siswa Kelas Khusus Olahraga (KKO) SMP Negeri 13 Yogyakarta. Variabel *Adversity quotient* (X1) memberikan kontribusi sebesar 44.6%, kontribusi variabel regulasi diri (X2) sebesar 47.8 %, dan variabel efikasi diri (X3) memiliki kontribusi sebesar 49.2%, sedangkan kontribusi ketiganya secara bersama-sama terhadap motivasi berprestasi sebesar 65.6%. Sisanya sebesar 34.4% dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian. Adapun persamaan penelitian yang dilakukan Kusumawati dengan penelitian ini adalah keduanya meneliti mengenai efikasi diri terhadap motivasi berprestasi, sedangkan perbedaannya terletak pada subyek penelitian yaitu pada penelitian Kusumawati dilakukan pada siswa KKO SMP Negeri 13 Yogyakarta sedangkan penelitian ini dilakukan pada atlet pencak silat Wonosobo Fighting Club.

2. Penelitian yang dilakukan Aulia & Indrawati (2018) berjudul “Hubungan antara Dukungan Sosial Orangtua dengan Efikasi diri pada Pemain Futsal Putri di Universitas Diponegoro Semarang”. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan efikasi diri pada pemain futsal putri di Universitas Diponegoro Semarang. Populasi penelitian ini adalah pemain futsal putri di Universitas Diponegoro, dengan sampel penelitian berjumlah 105 orang yang dipilih menggunakan teknik

convenience sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan skala psikologi model likert yang terdiri dari dua skala, yaitu dukungan sosial orangtua (40 aitem, $\alpha = 0,947$) dan skala efikasi diri (39 aitem, $\alpha = 0,946$). Analisis data menggunakan analisis regresi sederhana dengan bantuan SPSS versi 22.0. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial orangtua dengan efikasi diri pada pemain futsal putri di Universitas Diponegoro Semarang dengan koefisien korelasi 0,396 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Nilai koefisien korelasi menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan, artinya semakin positif dukungan sosial orangtua maka semakin tinggi efikasi diri. Nilai koefisien determinasi sebesar 0,157, artinya dukungan sosial orangtua memberikan sumbangan efektif sebesar 15,7 % pada efikasi diri. Adapun persamaan penelitian yang dilakukan Aulia & Indrawati dengan penelitian ini adalah keduanya meneliti mengenai dukungan sosial dan efikasi diri, sedangkan perbedaannya terletak pada subyek penelitian yaitu pada penelitian Aulia & Indrawati dilakukan pada pemain futsal putra dan putri di Universitas Diponegoro Semarang sedangkan penelitian ini dilakukan pada atlet pencak silat Wonosobo Fighting Club.

3. Penelitian yang dilakukan Puspitasari, dkk., (2021) berjudul “Hubungan Dukungan Sosial dan Efikasi diri terhadap Motivasi Berprestasi Siswa SMA”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dan efikasi diri terhadap motivasi berprestasi. Rancangan penelitian ini yaitu dukungan sosial dan efikasi diri 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 *efikasi diri*, 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 Efikasi diri 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 efikasi diri secara bersama-sama terhadap motivasi berprestasi. Adapun persamaan penelitian yang dilakukan Puspitasari, dkk dengan penelitian ini adalah keduanya meneliti mengenai efikasi diri terhadap motivasi berprestasi, sedangkan perbedaannya terletak pada subyek penelitian yaitu pada penelitian Puspitasari, dkk dilakukan pada siswa SMA Negeri 1 Wates sedangkan penelitian ini dilakukan pada atlet pencak silat Wonosobo Fighting Club.

4. Penelitian yang dilakukan Mardianti, dkk., (2021) berjudul “Hubungan Dukungan Sosial Guru dan Efikasi diri Siswa dengan Motivasi Berprestasi Siswa Kelas 5 SDN Gugus V Mataram”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial guru dan efikasi diri 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 efikasi diri siswa secara bersama-sama dengan motivasi berprestasi siswa. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial guru dan efikasi diri siswa, semakin tinggi pula motivasi berprestasi siswa. Tingkat hubungannya terlihat dari nilai koefisien determinasi sebesar 59,1%. Adapun persamaan penelitian yang dilakukan Mardianti, dkk dengan penelitian ini adalah keduanya meneliti mengenai pengaruh dukungan sosial dan efikasi diri terhadap motivasi berprestasi, sedangkan perbedaannya terletak pada subyek penelitian yaitu pada penelitian Kusumawati dilakukan pada siswa kelas V5 SDN Gugus V Mataram sedangkan penelitian ini dilakukan pada atlet pencak silat Wonosobo Fighting Club.

5. Penelitian yang dilakukan Swastiratu & Izzaty (2021) berjudul “Pengaruh Efikasi diri terhadap Kecemasan Bertanding pada Atlet di Daerah Istimewa Yogyakarta”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan bertanding pada atlet. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian survei. Sampel penelitian berjumlah 76 orang yang didapatkan dengan metode purposive sampling

dengan kriteria yaitu atlet aktif (masih menjadi atlet sampai sekarang) di Daerah Istimewa Yogyakarta yang pernah mengikuti pertandingan olahraga. Instrumen penelitian menggunakan skala efikasi diri yang terdiri dari 29 item (reliabilitas $\alpha=0,908$) dan skala kecemasan bertanding yang terdiri dari 28 aitem (reliabilitas $\alpha=0,946$). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif antara efikasi diri terhadap kecemasan bertanding. Garis persamaan regresi yang diperoleh adalah $Y = 116,803 + -0,601 X$. Efikasi diri mampu menjadi predictor adanya kecemasan bertanding pada para atlet di Daerah Istimewa Yogyakarta. Adapun persamaan penelitian yang dilakukan Swastiratu & Izzaty dengan penelitian ini adalah keduanya meneliti mengenai efikasi diri, sedangkan perbedaannya terletak pada subyek penelitian yaitu pada penelitian Swastiratu & Izzaty dilakukan pada atlet di Daerah Istimewa Yogyakarta sedangkan penelitian ini dilakukan pada atlet pencak silat Wonosobo Fighting Club.

C. Kerangka Berpikir

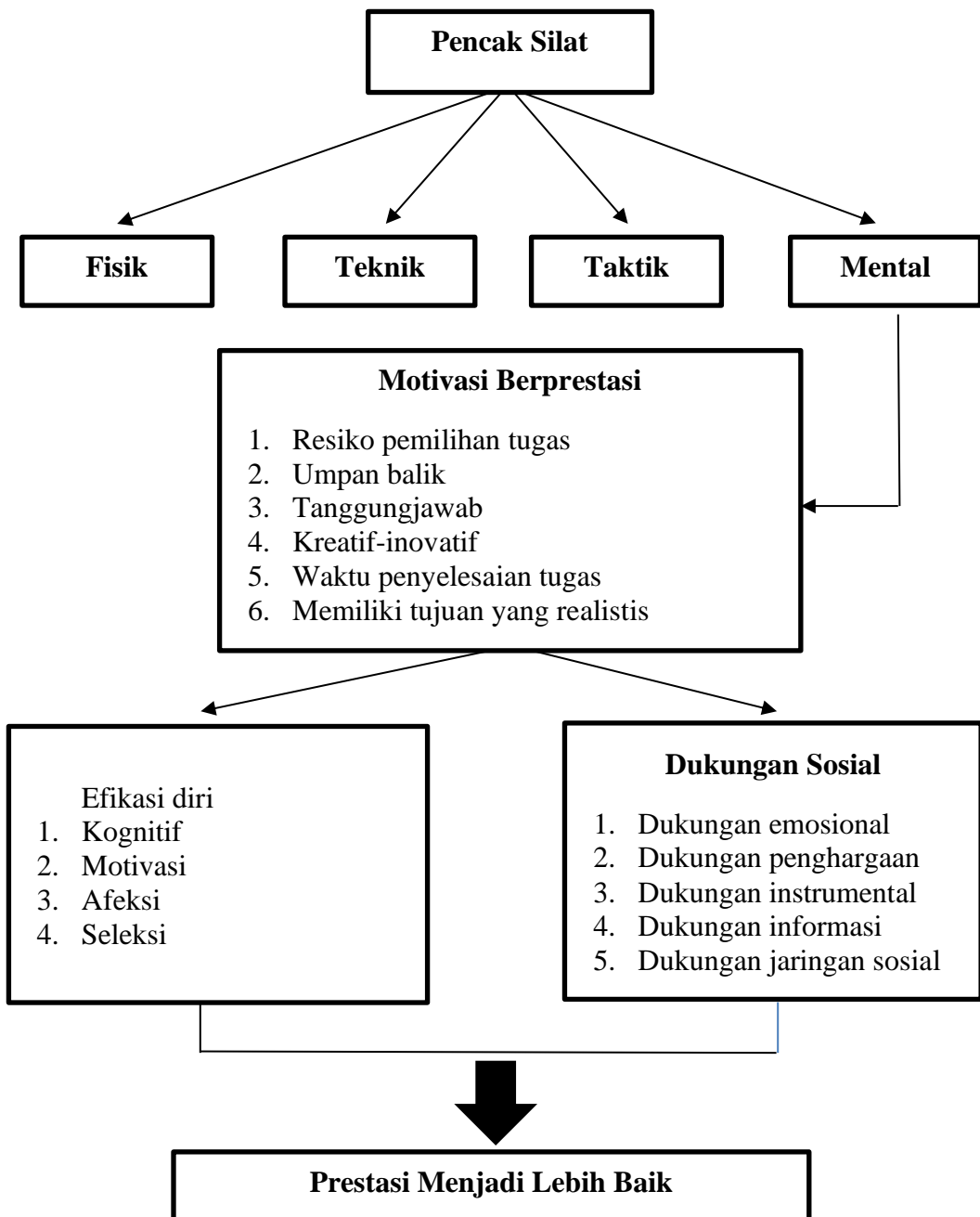
Mencapai suatu prestasi tinggi dalam suatu pertandingan atau kompetisi, diperlukan waktu yang cukup lama untuk dapat menguasai semua keterampilan, motivasi serta kemampuan untuk menghadapi masalah-masalah yang timbul dalam kegiatan berlatih dan bertanding. Atlet yang mencapai sukses pada puncak prestasi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

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 inovatif, 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. 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 efikasi diri. Atlet yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan cenderung memiliki motivasi berprestasi yang tinggi pula ketika berkeinginan mencapai tujuan tertentu. Efikasi diri juga menjadi kunci pendorong atlet untuk mencapai target atau tujuan yang sudah ditetapkan serta mampu menghadapi hambatan atau kendala dalam pencapaian tersebut. Aspek-aspek efikasi diri 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 efikasi

diri dan dukungan sosial yang dapat ditunjukkan dalam skema kerangka berpikir sebagai berikut:



Gambar 1. Kerangka Berpikir

D. Hipotesis Penelitian

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

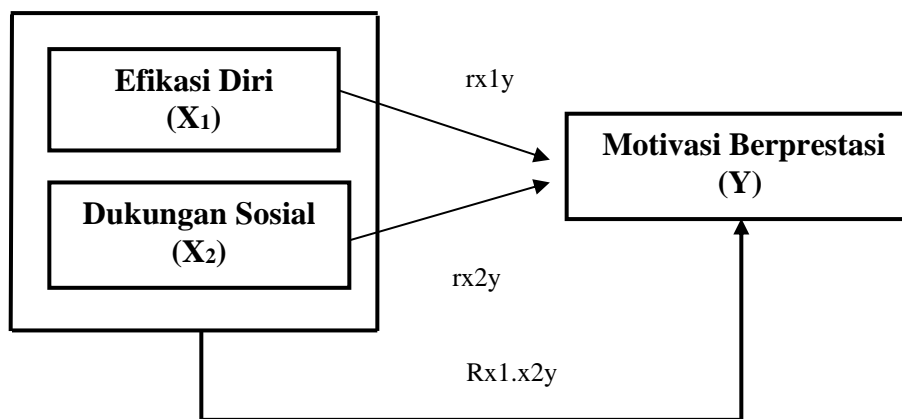
1. Ada pengaruh yang signifikan efikasi diri terhadap motivasi berprestasi pada atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*.
2. Ada pengaruh yang signifikan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi pada atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*.
3. Ada pengaruh yang signifikan efikasi diri dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi pada atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*.

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 efikasi diri 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

Tempat penelitian yaitu klub pencak silat Wonosobo *Fighting Club*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret-April 2023.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Menurut Sugiyono (2018: 126) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek / subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Pendapat Arikunto (2019: 173) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. apabila peneliti ingin meneliti semua elemennya yang ada dalam wilayah penelitian maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Populasi dalam penelitian ini yaitu atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* yang berjumlah 45 atlet.

2. Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono (2018: 139) dalam penelitian kuantitatif, sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel pada penelitian ini merupakan bagian dari jumlah populasi. Teknik *sampling* yang digunakan yaitu *purposive sampling*. *Purposive sampling* menurut Sugiyono (2018: 138) adalah pengambilan sampel dengan menggunakan beberapa pertimbangan tertentu sesuai dengan kriteria yang diinginkan untuk dapat menentukan jumlah sampel yang akan diteliti. Adapun kriterianya yaitu atlet usia 15-22 tahun, bersedia menjadi sampel, pernah mengikuti pertandingan. Berdasarkan kriteria tersebut yang memenuhi berjumlah 35 atlet.

D. Definisi Operasional Variabel

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

1. Variabel Bebas

a. Efikasi diri (X_1)

Efikasi diri yaitu keyakinan seseorang akan rasa percaya terhadap kemampuan diri yang mendorong seseorang untuk meraih segala sesuatu yang diinginkannya. Dimensi efikasi diri terdiri dari kognitif, motivasi, afeksi dan juga seleksi. Variabel efikasi diri diukur dengan menggunakan angket efikasi diri 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 inovatif, 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 sebagai berikut: (1) mencari data atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*; (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 mengungkap 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). 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 1 sebagai berikut.

Tabel 1. 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

Instrumen dari masing-masing variabel secara rinci dapat dijabarkan dalam kisi-kisi sebagai berikut.

a. Instrumen Efikasi Diri

Kisi-kisi instrumen efikasi diri terdapat 4 dimensi, yaitu kognitif, motivasi, afeksi, dan seleksi. Instrumen efikasi diri diadopsi dari penelitian Pamungkas (2022). Kisi-kisi instrumen efikasi diri sebagai berikut.

Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Efikasi Diri

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

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 Pamungkas (2022). Kisi-kisi instrumen dukungan sosial disajikan pada tabel 3 sebagai berikut.

Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Dukungan Sosial

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

c. Skala Motivasi Berprestasi

Kisi-kisi instrumen motivasi berprestasi terdapat 6 dimensi, yaitu tanggung jawab, resiko pemilihan tugas, kreatif inovatif, umpan balik, waktu penyelesaian

tugas, dan memiliki tujuan yang realistis. Instrumen motivasi berprestasi diadopsi dari penelitian Pamungkas (2022). Kisi-kisi instrumen motivasi berprestasi disajikan pada tabel 4 sebagai berikut.

Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Motivasi Berprestasi

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

F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

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 5 sebagai berikut.

Tabel 5. Hasil Analisis Validitas Variabel Efikasi Diri

Butir	r hitung	r tabel (df 23)	Keterangan
Butir 01	0,602	0,396	Valid
Butir 02	0,613	0,396	Valid
Butir 03	0,874	0,396	Valid
Butir 04	0,654	0,396	Valid
Butir 05	0,874	0,396	Valid
Butir 06	0,689	0,396	Valid
Butir 07	0,536	0,396	Valid
Butir 08	0,782	0,396	Valid
Butir 09	-0,042	0,396	Tidak Valid
Butir 10	0,729	0,396	Valid
Butir 11	0,874	0,396	Valid
Butir 12	0,726	0,396	Valid
Butir 13	0,616	0,396	Valid
Butir 14	0,646	0,396	Valid
Butir 15	0,726	0,396	Valid
Butir 16	0,691	0,396	Valid
Butir 17	0,646	0,396	Valid
Butir 18	0,760	0,396	Valid
Butir 19	0,874	0,396	Valid
Butir 20	0,664	0,396	Valid

Berdasarkan hasil pada tabel 5 di atas, terdapat 1 sampai 20 pernyataan pada lembar kuesioner variabel efikasi diri terdapat 1 butir tidak valid, yaitu butir

nomor 9. Hal tersebut dikarenakan nilai $r_{hitung} < r_{tabel}$ (Hasil selengkapnya disajikan pada lampiran).

Tabel 6. Hasil Analisis Validitas Variabel Dukungan Sosial

Butir	r_{hitung}	r_{tabel} (df 23)	Keterangan
Butir 01	0,772	0,396	Valid
Butir 02	0,417	0,396	Valid
Butir 03	0,605	0,396	Valid
Butir 04	0,723	0,396	Valid
Butir 05	0,417	0,396	Valid
Butir 06	0,287	0,396	Tidak Valid
Butir 07	0,783	0,396	Valid
Butir 08	0,772	0,396	Valid
Butir 09	0,772	0,396	Valid
Butir 10	0,442	0,396	Valid
Butir 11	0,744	0,396	Valid
Butir 12	0,808	0,396	Valid
Butir 13	0,763	0,396	Valid
Butir 14	0,791	0,396	Valid
Butir 15	0,488	0,396	Valid
Butir 16	0,450	0,396	Valid
Butir 17	0,605	0,396	Valid
Butir 18	0,591	0,396	Valid
Butir 19	0,752	0,396	Valid
Butir 20	0,405	0,396	Valid
Butir 21	0,666	0,396	Valid
Butir 22	0,724	0,396	Valid
Butir 23	0,772	0,396	Valid
Butir 24	0,672	0,396	Valid
Butir 25	0,627	0,396	Valid
Butir 26	0,691	0,396	Valid
Butir 27	0,621	0,396	Valid
Butir 28	0,661	0,396	Valid
Butir 29	0,738	0,396	Valid
Butir 30	0,688	0,396	Valid

Berdasarkan hasil pada tabel 6 di atas, terdapat 1 sampai 30 pernyataan pada lembar kuesioner variabel dukungan sosial terdapat 1 butir tidak valid, yaitu butir nomor 6. Hal tersebut dikarenakan nilai $r_{hitung} < r_{tabel}$ (Hasil selengkapnya disajikan pada lampiran).

Tabel 7. Hasil Analisis Validitas Variabel Motivasi Berprestasi

Butir	r hitung	r tabel (df 23)	Keterangan
Butir 01	0,914	0,396	Valid
Butir 02	0,756	0,396	Valid
Butir 03	0,656	0,396	Valid
Butir 04	0,811	0,396	Valid
Butir 05	0,661	0,396	Valid
Butir 06	0,627	0,396	Valid
Butir 07	0,743	0,396	Valid
Butir 08	0,914	0,396	Valid
Butir 09	0,629	0,396	Valid
Butir 10	0,594	0,396	Valid
Butir 11	0,693	0,396	Valid
Butir 12	0,914	0,396	Valid
Butir 13	0,756	0,396	Valid
Butir 14	0,656	0,396	Valid
Butir 15	0,914	0,396	Valid
Butir 16	0,914	0,396	Valid
Butir 17	0,488	0,396	Valid
Butir 18	0,576	0,396	Valid
Butir 19	0,693	0,396	Valid
Butir 20	0,594	0,396	Valid
Butir 21	0,284	0,396	Tidak Valid
Butir 22	0,594	0,396	Valid
Butir 23	0,914	0,396	Valid
Butir 24	0,914	0,396	Valid
Butir 25	0,386	0,396	Tidak Valid
Butir 26	0,594	0,396	Valid
Butir 27	0,914	0,396	Valid
Butir 28	0,756	0,396	Valid
Butir 29	0,656	0,396	Valid
Butir 30	0,811	0,396	Valid
Butir 31	0,353	0,396	Tidak Valid
Butir 32	0,627	0,396	Valid
Butir 33	0,743	0,396	Valid
Butir 34	0,914	0,396	Valid

Berdasarkan hasil pada tabel 7 di atas, terdapat 1 sampai 10 pernyataan pada lembar kuesioner variabel motivasi berprestasi terdapat 3 butir tidak valid, yaitu butir nomor 21, 25 dan 31. Hal tersebut dikarenakan nilai $r_{hitung} < r_{tabel}$ (Hasil selengkapnya disajikan pada lampiran).

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. Hasil uji reliabilitas disajikan pada Tabel 8 di bawah ini:

Tabel 8. Hasil Analisis Reliabilitas Instrumen

No	Variabel	<i>Cronbach's Alpha</i>	Keterangan
1	Efikasi diri (X ₁)	0,952	Reliabel
2	Dukungan Sosial (X ₂)	0,954	Reliabel
3	Motivasi Berprestasi (Y)	0,973	Reliabel

(Hasil selengkapnya disajikan pada lampiran halaman)

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 8 di atas, menunjukkan bahwa semua variabel memiliki *Coefisient Alpha Cronbach* $\geq 0,7$, sehingga instrumen dinyatakan memiliki reliabilitas yang baik.

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

No	Interval	Kategori
1	$Mi + 1,8 Sbi < X$	Sangat Tinggi
2	$Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$	Tinggi
3	$Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$	Cukup
4	$Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$	Rendah
5	$X \leq Mi - 1,8 Sbi$	Sangat Rendah

(Sumber: Azwar, 2018: 43)

Keterangan:

X = rata-rata

Mi = $\frac{1}{2}$ (skor maks ideal + skor min ideal)

Sbi = $\frac{1}{6}$ (skor maks ideal – skor min ideal)

Skor maks ideal = skor tertinggi

Skor min ideal = skor tekurang

2. Statistik Inferensial

a. Uji Prasyarat

1) 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.
- 2) 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, 2018: 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.
- 3) 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.

b. 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, 2018: 98). Adapun persamaan garis regresi sebagai berikut:

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

Keterangan :

- a = Konstanta
- b_1, b_2 = Koefisien regresi
- Y = Variabel Terikat
- X_1, X_2 = Variabel Bebas
- e = Standar error

c. Uji Hipotesis

1) 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, 2018: 68). $F_{hitung} \geq F_{tabel}$ pada $\alpha = 5\%$, maka H_0 ditolak, H_a diterima atau variabel bebas secara bersama-sama berpengaruh terhadap variabel terikat. $F_{hitung} < F_{tabel}$ pada $\alpha = 5\%$, maka H_0 diterima, H_a ditolak atau variabel bebas secara bersama-sama tidak berpengaruh terhadap variabel terikat.

2) 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, 2018: 74). 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.

3) Koefisien determinasi (R^2)

Pada model regresi linier berganda, kontribusi variabel independen secara bersama-sama terhadap variabel dependen dapat diketahui dengan melihat besaran koefisien determinasi totalnya (R^2). Jika nilai (R^2) 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 (Ghozali, 2018: 79).

BAB IV HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Hasil Analisis Deskriptif

Hasil analisis deskriptif bertujuan untuk mengetahui seberapa besar penilaian responden terhadap efikasi diri, kepercayaan diri, dan motivasi berprestasi pada atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*. Hasilnya dijelaskan sebagai berikut.

a. Efikasi diri

Deskriptif statistik data efikasi diri atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* selengkapnya pada tabel 10 berikut.

Tabel 10. Deskriptif Statistik Efikasi Diri

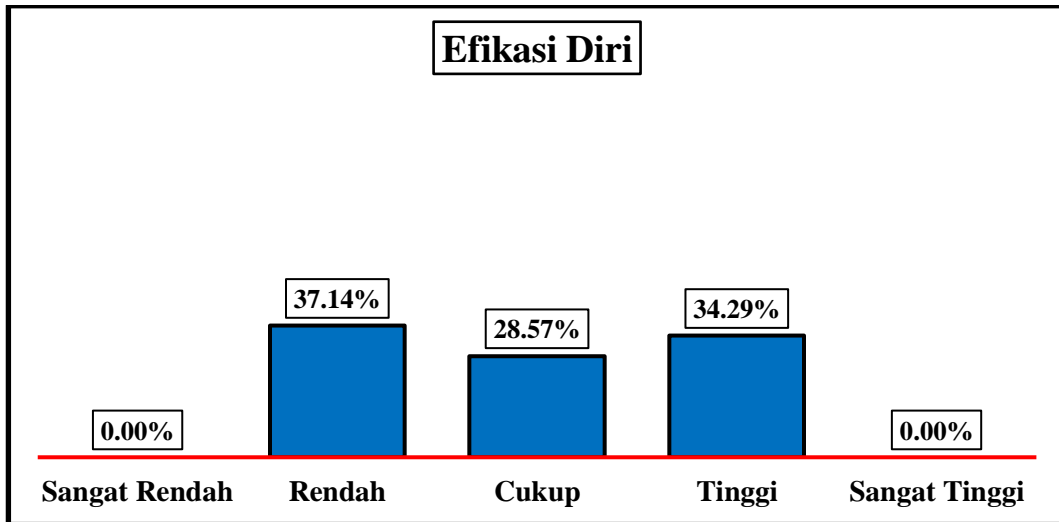
Statistik	
<i>N</i>	35
<i>Mean</i>	46,80
<i>Median</i>	44,00
<i>Mode</i>	40,00
<i>Std. Deviation</i>	7,46
<i>Minimum</i>	37,00
<i>Maximum</i>	59,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, efikasi diri atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* disajikan pada tabel 11 sebagai berikut.

Tabel 11. Norma Penilaian Efikasi Diri

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$65 < X$	Sangat Tinggi	0	0,00%
2	$53 < X \leq 65$	Tinggi	12	34,29%
3	$41 < X \leq 53$	Cukup	10	28,57%
4	$29 < X \leq 41$	Rendah	13	37,14%
5	$X \leq 29$	Sangat Rendah	0	0,00%
Jumlah			35	100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 11 tersebut di atas, efikasi diri atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* pada gambar 3 sebagai berikut.



Gambar 3. Histogram Efikasi Diri

Berdasarkan tabel 11 dan gambar 3 di atas menunjukkan bahwa efikasi diri atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “rendah” sebesar 37,14% (13 atlet), “cukup” sebesar 28,57% (10 atlet), “tinggi” sebesar 34,29% (12 atlet), dan “sangat tinggi” 0,00% (0 atlet).

b. Dukungan Sosial

Deskriptif statistik data dukungan sosial atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* selengkapnya pada tabel 12 berikut.

Tabel 12. Deskriptif Statistik Dukungan Sosial

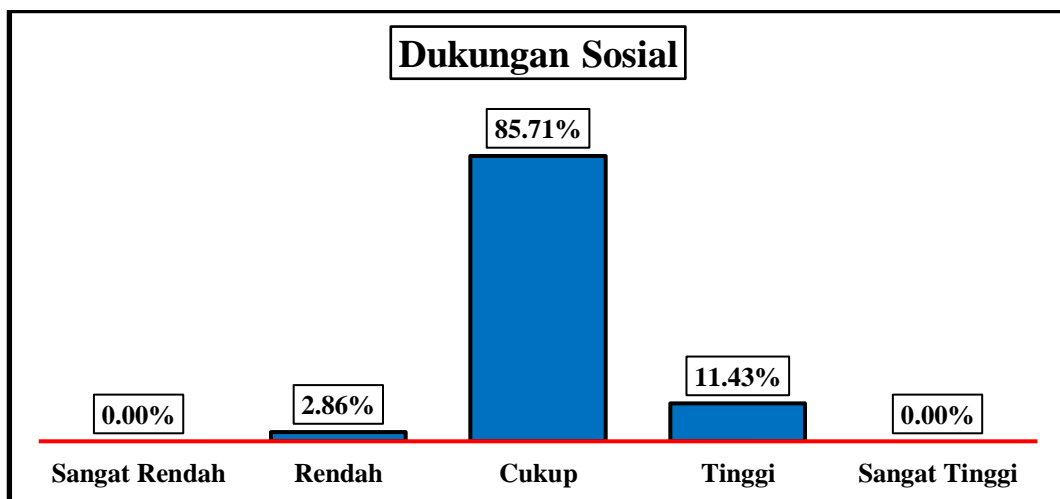
Statistik	
<i>N</i>	35
<i>Mean</i>	74,14
<i>Median</i>	74,00
<i>Mode</i>	69,00 ^a
<i>Std. Deviation</i>	6,37
<i>Minimum</i>	61,00
<i>Maximum</i>	86,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, dukungan sosial atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* disajikan pada tabel 13 sebagai berikut.

Tabel 13. Norma Penilaian Dukungan Sosial

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$99 < X$	Sangat Tinggi	0	0,00%
2	$81 < X \leq 99$	Tinggi	4	11,43%
3	$63 < X \leq 81$	Cukup	30	85,71%
4	$45 < X \leq 63$	Rendah	1	2,86%
5	$X \leq 45$	Sangat Rendah	0	0,00%
Jumlah			35	100%

Berdasarkan tabel 13 tersebut di atas, dukungan sosial atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* dapat disajikan pada gambar 4 sebagai berikut.



Gambar 4. Histogram Dukungan Sosial

Berdasarkan tabel 13 dan gambar 4 menunjukkan bahwa dukungan sosial atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “rendah” sebesar 2,86% (1 atlet), “cukup” sebesar 85,71% (30 atlet), “tinggi” 11,43% (4 atlet), dan “sangat tinggi” 0,00% (0 atlet).

c. Motivasi Berprestasi

Deskriptif statistik data motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* selengkapnya pada tabel 14 berikut.

Tabel 14. Deskriptif Statistik Motivasi Berprestasi

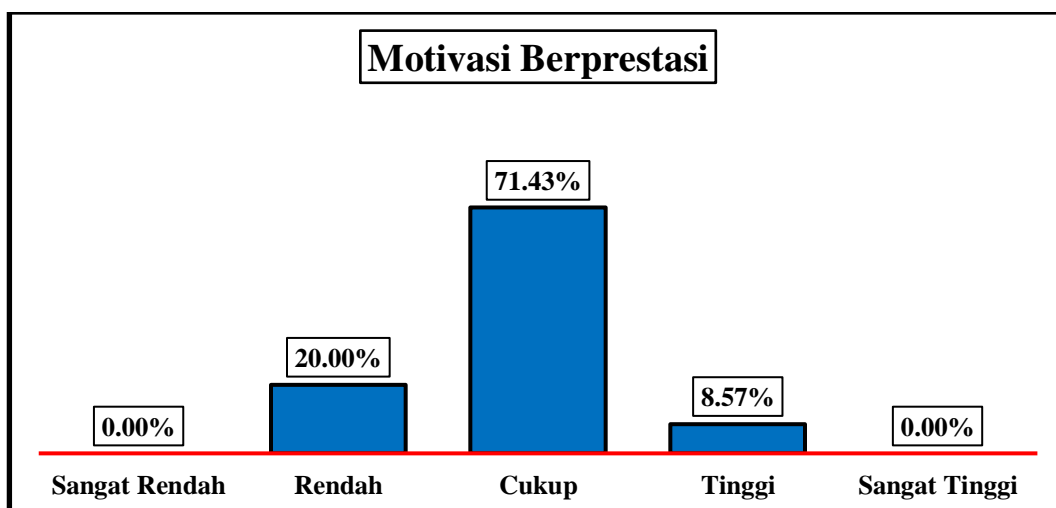
Statistik	
<i>N</i>	35
<i>Mean</i>	76,29
<i>Median</i>	76,00
<i>Mode</i>	68,00 ^a
<i>Std. Deviation</i>	7,19
<i>Minimum</i>	62,00
<i>Maximum</i>	91,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* pada tabel 15 sebagai berikut.

Tabel 15. Norma Penilaian Motivasi Berprestasi

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$105 < X$	Sangat Tinggi	0	0,00%
2	$87 < X \leq 105$	Tinggi	3	8,57%
3	$69 < X \leq 87$	Cukup	25	71,43%
4	$51 < X \leq 69$	Rendah	7	20,00%
5	$X \leq 51$	Sangat Rendah	0	0,00%
Jumlah			34	100%

Berdasarkan Tabel 15 di atas, motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* dapat disajikan pada Gambar 5 sebagai berikut.



Gambar 5. Histogram Motivasi Berprestasi

Berdasarkan tabel 15 dan gambar 5 di atas menunjukkan bahwa motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “rendah” sebesar 20,00% (7 atlet), “cukup” sebesar 71,43% (25 atlet), “tinggi” sebesar 8,57% (3 atlet), dan “sangat tinggi” 0,00% (0 atlet).

2. Hasil Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas ini menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov Test* yaitu dengan melihat nilai signifikansi variabel residual apabila nilainya berada di atas 0,05, maka dapat dikatakan data berdistribusi normal. Sebaliknya jika nilai signifikansi variabel residual berada di bawah 0,05, maka data terdistribusi tidak normal. Rangkuman data disajikan pada tabel 16 berikut.

Tabel 16. Hasil Uji Normalitas

<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>		
		<i>Unstandardized Residual</i>
N		35
<i>Normal Parameters^a</i>	<i>Mean</i>	0,0000000
	<i>Std. Deviation</i>	3,77580612
<i>Most Extreme Differences</i>	<i>Absolute</i>	0,114
	<i>Positive</i>	0,114
	<i>Negative</i>	-0,107
<i>Kolmogorov-Smirnov Z</i>		0,675
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		0,752
<i>a. Test distribution is Normal,</i>		

Berdasarkan analisis statistik uji normalitas yang telah dilakukan dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov Test* pada tabel 16, didapat nilai pada *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar $0,752 > 0,05$, yang berarti data berdistribusi normal. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 12 halaman 115.

b. Uji Linieritas

Pengujian linieritas 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 17 berikut:

Tabel 17. Hasil Uji Linieritas

Pengaruh Fungsional	<i>p</i>	<i>Sig.</i>	Keterangan
Motivasi berprestasi(Y) * Efikasi diri (X ₁)	0,151	0,05	Linier
Motivasi berprestasi(Y) * Dukungan sosial (X ₂)	0,091	0,05	Linier

Berdasarkan tabel 17 di atas, terlihat bahwa hubungan motivasi berprestasi(Y) dengan efikasi diri (X₁) dan motivasi berprestasi(Y) dengan dukungan sosial (X₂) dengan *p-value* > 0,05. Jadi, hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikatnya dinyatakan linear. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 13 halaman 116.

3. Hasil Uji Regresi Linier Berganda

Analisis regresi ganda digunakan untuk menguji pengaruh variabel bebas secara bersama dengan variabel terikatnya. Hasil analisis linear berganda disajikan pada tabel 18 sebagai berikut:

Tabel 18. Hasil Analisis Regresi Linear Berganda

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients
		B	Std, Error	Beta
1	(Constant)	13,245	7,862	
	Efikasi diri (X ₁)	0,532	0,099	0,551
	Dukungan sosial (X ₂)	0,515	0,116	0,456

Berdasarkan tabel 18 di atas, maka dapat ditentukan persamaan regresi linier berganda yang dihasilkan dari penelitian ini, sebagai berikut:

$$\text{Motivasi berprestasi (Y)} = 13,245 + 0,532 \text{ Efikasi diri (X}_1\text{)} + 0,515 \text{ Dukungan sosial (X}_2\text{)}$$

Hasil interpretasi dari persamaan regresi berganda di atas yaitu nilai konstanta (α) sebesar 13,245 artinya apabila efikasi diri dan dukungan sosial sama dengan nol (0), maka motivasi berprestasi sebesar 13,245.

4. Hasil Uji Hipotesis

a. Hipotesis 1

Hipotesis pertama yang akan diuji berbunyi “Ada pengaruh yang signifikan antara efikasi diri terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*”. Kaidah analisis apabila $p\text{-value} < 0,05$, maka H_0 diterima dan sebaliknya. Hasil analisis dijelaskan pada tabel 19 sebagai berikut:

Tabel 19. Hasil Analisis Pengaruh Efikasi Diri terhadap Motivasi Berprestasi

Hubungan	r hitung	r tabel (df 35 -1)	t hitung	sig
Efikasi diri terhadap motivasi berprestasi	0,744	0,329	5,378	0,000

Berdasarkan tabel 19 di atas, menunjukkan bahwa koefisien korelasi efikasi diri terhadap motivasi berprestasi didapatkan nilai r_{hitung} 0,744, t_{hitung} 5,378 dan $p\text{-value}$ 0,000 $< 0,05$, maka H_0 ditolak, artinya H_1 yang berbunyi “Ada pengaruh yang signifikan antara efikasi diri terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*” **diterima**. Koefisien korelasi tersebut bernilai positif, artinya jika efikasi diri semakin tinggi, maka motivasi berprestasi juga akan semakin tinggi.

b. Hipotesis 2

Hipotesis kedua yang akan diuji berbunyi “Ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*”. Kaidah analisis apabila $p\text{-value} < 0,05$, maka H_a diterima dan sebaliknya. Hasil analisis dijelaskan pada tabel 20 sebagai berikut:

Tabel 20. Hasil Analisis Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Motivasi Berprestasi

Hubungan	r hitung	r tabel (df 35 -1)	t hitung	sig
Dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi	0,689	0,329	4,447	0,000

Berdasarkan tabel 20 di atas, menunjukkan bahwa koefisien korelasi dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi didapatkan nilai $r_{\text{hitung}} 0,790$, $t_{\text{hitung}} 4,447$ dan $p\text{-value} 0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak, artinya H_2 yang berbunyi “Ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* ” **diterima**. Koefisien korelasi tersebut bernilai positif, artinya jika dukungan sosial semakin tinggi, maka motivasi berprestasi juga akan semakin tinggi.

c. Hipotesis 3

Uji hipotesis ketiga menggunakan uji F (Simultan). Uji F diperlukan untuk mengetahui pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen secara simultan dan untuk mengetahui ketepatan model regresi yang digunakan. Uji ketepatan model bertujuan untuk mengetahui apakah perumusan model tepat atau fit. Uji hipotesis ketiga berbunyi “Ada pengaruh yang signifikan antara efikasi diri

dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi pada atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*". Hasil analisis pada tabel 21 sebagai berikut.

Tabel 21. Hasil Analisis Uji F (Simultan)

ANOVA ^b						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1274,415	2	637,207	42,066	,000 ^a
	Residual	484,728	32	15,148		
	Total	1759,143	34			

Berdasarkan tabel 21 di atas diperoleh nilai $F_{hitung} 42,066 > F_{tabel} (df 2;32) 3,29$, sedangkan $p-value 0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak, artinya H_3 yang berbunyi "Ada pengaruh yang signifikan efikasi diri dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*", **diterima**. Dapat disimpulkan bahwa model regresi yang dipilih layak untuk menguji data dan model regresi dapat digunakan untuk memprediksi bahwa efikasi diri dan dukungan sosial bersama-sama berpengaruh terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*.

5. Koefisien Determinasi

Koefisien Determinasi (R^2) pada intinya digunakan untuk mengukur seberapa jauh kemampuan model regresi dalam menerangkan variasi variabel dependen. Hasil analisis pada tabel 22 sebagai berikut.

Tabel 22. Hasil Analisis Koefisien Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0,851 ^a	0,724	0,707	3,89201

Koefisien determinasi Hasil dari *output* pada tabel 22 menunjukkan besarnya nilai *R Square* sebesar 0,724. Hal ini berarti 72,40% variasi motivasi

berprestasi dapat dijelaskan oleh variasi dari variabel independen yaitu efikasi diri dan dukungan sosial. Sisanya sebesar 27,60% dijelaskan oleh sebab-sebab yang lain di luar model, misalnya teknik, fisik, dan bakat.

Sumbangan efektif (SE) dan sumbangan relatif (SR) efikasi diri dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* disajikan pada tabel 23 sebagai berikut:

Tabel 23. Hasil Analisis Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif

Variabel	Sumbangan Efektif	Sumbangan Relatif
Efikasi diri (X ₁)	41,00%	56,63%
Dukungan Sosial (X ₂)	31,40%	43,37%
Jumlah	72,40%	100,00%

Berdasarkan hasil pada tabel 23 di atas, menunjukkan bahwa variabel efikasi diri mempunyai sumbangan sebesar 41,00% dan dukungan sosial sebesar 31,40%. Dari kedua variabel tersebut, variabel efikasi diri mempunyai sumbangan lebih besar terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*.

B. Pembahasan

Pembahasan hasil penelitian memberikan penafsiran yang lebih lanjut mengenai hasil-hasil analisis data yang telah dikemukakan. Berdasarkan hasil penelitian dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Pengaruh Efikasi Diri terhadap Motivasi Berprestasi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan efikasi diri terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* yaitu sebesar 41,00%. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Zhang, et al., (2015) bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara efikasi

diri dengan motivasi berprestasi. Jika atlet memiliki efikasi diri 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 efikasi diri dengan motivasi berprestasi pada atlet judo Surabaya.

Efikasi diri 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. Kecenderungan efikasi diri atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* dengan rata-rata 46,83 pada kategori rendah. Faktor internal yang memicu atlet memiliki motivasi berprestasi dari dalam diri yaitu efikasi diri. Atlet yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan cenderung memiliki motivasi berprestasi yang tinggi pula ketika berkeinginan mencapai tujuan tertentu. Efikasi diri juga menjadi kunci pendorong atlet untuk mencapai target atau tujuan yang sudah ditetapkan serta mampu menghadapi hambatan atau kendala dalam pencapaian tersebut (Kusumawati, 2018: 131).

Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi cenderung untuk memfokuskan perhatian dan usahanya pada tuntutan tugas dan berusaha meminimalisasi kesulitan yang mungkin terjadi. Manuaba & Susilawati (2019: 161) mengemukakan individu yang mempunyai efikasi diri yang tinggi akan lebih memiliki motivasi 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 tugas-tugasnya dan tidak mudah menyerah dan bertahan apabila menemui kesulitan-kesulitan. Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan berusaha lebih keras di dalam mengatasi rintangan-rintangan yang ada. Begitu juga sebaliknya semakin efikasi diri individu rendah, individu cenderung tidak dapat memfokuskan perhatian dan usahanya pada tuntutan tugas dan tidak akan meminimalisasi kesulitan yang mungkin terjadi.

Individu yang mempunyai efikasi diri yang rendah akan lebih memiliki motivasi dan mencapai prestasi yang rendah pula. Efikasi diri yang tinggi dapat membuat individu 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 (Manuaba & Susilawati, 2019: 161). Lubis, dkk., (2019: 2) menyatakan bahwa efikasi diri 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.

Efikasi diri mengacu pada keyakinan akan kemampuan individu untuk menggerakkan motivasi, kemampuan kognitif, dan tindakan yang diperlukan untuk memenuhi tuntutan situasi dalam berprestasi (Hasanah, dkk., 2019: 551). Keyakinan seseorang atas kemampuannya menjalankan tuntutan menantang atas dirinya disebut efikasi diri . Ketika individu memiliki efikasi diri 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 ada pengaruh yang signifikan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* yaitu sebesar 31,40%. Sejalan dengan penelitian Manuaba & Susilawati (2019) hasil analisis dari dukungan sosial menunjukkan nilai sebesar 0,368, nilai t sebesar 3,844, dan signifikansi 0,000, sehingga dukungan sosial berhubungan secara signifikan dengan motivasi berprestasi. Sejalan dengan penelitian Hayes (2012) dalam penelitiannya mengungkapkan terdapat hubungan antara keterlibatan orangtua dengan motivasi berprestasi. Hal ini juga dibuktikan dari penelitian Putra & Nurhadianti (2020) yang menyatakan adanya hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan motivasi berprestasi.

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). Kecenderungan dukungan sosial atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* dengan rata-rata sebesar 70,87 dalam kategori tinggi. Dukungan 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.

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 Hati, dkk., (2021) menyatakan terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dan motivasi berprestasi. 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 (Mediastuti & Nurhadianti, 2022: 31). Dukungan sosial menunjukkan pada hubungan interpersonal yang melindungi individu terhadap konsekuensi negatif 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.

Dukungan sosial dianggap memberikan pengaruh yang penting bagi kesehatan mental individu (Buresova, et al., 2020: 2). Dukungan sosial

memberikan efek di mana individu merasa tidak sendiri serta mendapatkan dukungan dalam berbagai bentuk, sehingga bisa bertahan menghadapi masa-masa yang sulit (Vollman, et al., 2011: 146). Masa-masa sulit atlet ini dapat terkait dengan persoalan relasi dengan organisasi olahraga, adaptasi lingkungan fisik dan cuaca dalam setiap momen pertandingan di berbagai lokasi yang berbeda, termasuk tekanan dalam latihan dan pertandingan (Egan, 2019: 537).

3. Pengaruh antara Efikasi Diri dan Dukungan Sosial terhadap Motivasi Berprestasi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara efikasi diri dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club* yaitu sebesar 68,00%. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Manuaba & Susilawati (2019) membuktikan bahwa terdapat hubungan dukungan sosial dan efikasi diri 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 efikasi diri secara bersama-sama terhadap motivasi berprestasi. 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. Motivasi berprestasi pemain mendorong untuk memiliki persiapan matang sebelum bertanding, sehingga pemain memiliki harapan untuk sukses, mampu mengatasi tekanan-tekanan saat latihan atau bertanding serta mampu mengendalikan diri saat gagal.

Motivasi berprestasi dapat tumbuh karena dorongan dari dalam diri (intrinsik) atlet dan dari luar diri (ekstrinsik) atlet tersebut. Dukungan sosial atlet terhadap kemampuannya merupakan salah satu dorongan dari dalam dirinya. Dengan munculnya keyakinan diri yang positif dalam diri atlet, maka akan terpancar dari penampilan fisik atlet yang lebih meyakinkan, sehingga bisa dan mampu meraih prestasi terbaik. Dari luar diri atlet bisa berupa kehadiran orang lain dalam kehidupan pribadi, yang memberikan dukungan dalam menghadapi berbagai masalah yang akan timbul dalam pertandingan. Dukungan sosial adalah suatu dorongan yang dirasakan, penghargaan, dan kepedulian yang diberikan oleh orang-orang yang berada di sekeliling individu sehingga dukungan yang dirasakan akan sangat penting. Dukungan yang diperlukan atlet tergantung pada keadaan dan situasi yang dialami.

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 efikasi diri. 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.

Efikasi diri berhubungan dengan keyakinan diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan. Efikasi diri adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan. Efikasi diri berbeda dengan aspirasi (cita-cita), karena cita-cita menggambarkan sesuatu yang ideal yang seharusnya dapat dicapai, sedang efikasi diri menggambarkan penilaian kemampuan diri. Seseorang yang memiliki efikasi diri 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 masih memiliki banyak kelemahan terutama dalam pelaksanaannya. Penelitian dilakukan setinggi mungkin, namun tidak terlepas dari keterbatasan yang ada. Keterbatasan selama penelitian yaitu:

1. Pengumpulan data dalam penelitian hanya didasarkan pada hasil kuesioner, sehingga dimungkinkan adanya unsur kurang objektif dalam pengisian kuesioner.

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.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

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

1. Ada pengaruh yang signifikan antara efikasi diri terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*, dengan histogram tertinggi pada kategori rendah sebesar 37,14%.
2. Ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*, dengan histogram tertinggi pada kategori cukup sebesar 85,71%.
3. Ada pengaruh yang signifikan efikasi diri dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*, dengan histogram tertinggi pada kategori cukup sebesar 71,43%.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan telah disimpulkan menunjukkan bukti ilmiah bahwa terdapat pengaruh yang signifikan efikasi diri dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat Wonosobo *Fighting Club*, akan berimplikasi yaitu:

1. Setiap atlet dan pelatih selalu ingin menghasilkan yang terbaik untuk membawa nama baik dalam segala pertandingan, dan untuk menghasilkan yang terbaik tidak lepas dari motivasi berprestasi. Para atlet pun mampu

meningkatkan motivasi berprestasinya dengan bantuan dan dukungan 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 efikasi diri dan dukungan sosial agar motivasi berprestasi semakin meningkat.

2. Saran kepada Pelatih

- a. Pada penelitian ini ditemukan bahwa ada pengaruh signifikan dari variabel efikasi diri 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 efikasi diri 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

- Adiningtiyas, S. W. (2019). Family social support in completing thesis on students. *KOPASTA: Journal of the Counseling Guidance Study Program*, 6(1).
- Agustin, D., Rusdiyanto, R. M., & Priyono, A. (2019). Studi terhadap motivasi berprestasi tim bola voli putri Kota Cirebon Pada Porda tahun 2018. *Journal Respects*, 1(2), 60.
- Alim, A. (2018). Hubungan motivasi, attitude, anxiety dan self efficacy terhadap prestasi atlet tenis lapangan level junior dan senior. *MEDIKORA*, 17(2), 83-90.
- Al Rasyid, H., & Chusairi, A. (2021). Hubungan antara dukungan sosial dan penyesuaian diri pada mahasiswa Universitas Airlangga. *Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(2), 1306-1312.
- Ananda, R., & Fadhli, M. (2018). *Statistik pendidikan teori dan praktik dalam pendidikan*. Medan: CV. Widya Puspita.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian; suatu pendekatan praktik. (Edisi revisi)* Jakarta: Rineka Cipta.
- Aulia, M. C., & Indrawati, E. S. (2018). Hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan efikasi diri pada pemain futsal putri di Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 6(4), 119-124.
- Azwar, S. (2018). *Penyusunan skala psikologi. Edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1997). *Self efficacy: The exercise of Control*. New York: Freeman and Company.
- 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.
- Brown, C. J., Webb, T. L., Robinson, M. A., & Cotgreave, R. (2018). Athletes' experiences of social support during their transition out of elite sport: An interpretive phenomenological analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 36, 71-80.

- Burešová, I., Jelínek, M., Dosedlová, J., & Klimusová, H. (2020). Predictors of mental health in adolescence: the role of personality, dispositional optimism, and social support. *Sage open*, *10*(2), 2158244020917963.
- Cnen, T. W., Chiu, Y. C., & Hsu, Y. (2021). Perception of social support provided by coaches, optimism/pessimism, and psychological well-being: Gender differences and mediating effect models. *International Journal of Sports Science & Coaching*, *16*(2), 272-280.
- Cranmer, G. A., & Sollitto, M. (2015). Sport support: Received social support as a predictor of athlete satisfaction. *Communication Research Reports*, *32*(3), 253-264.
- DeFreese, J. D., & Smith, A. L. (2014). Athlete social support, negative social interactions, and psychological health across a competitive sport season. *Journal of sport and exercise psychology*, *36*(6), 619-630.
- Dimiyati. (2019). *Psikologi olahraga untuk sepakbola*. Yogyakarta: UNY press.
- Dirgantara, R. J. (2020). Pengaruh stabilitas emosi dan motivasi berprestasi terhadap kebanggaan diri atlet Muaythai Kota Balikpapan. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *8*(4), 757-766.
- Ediyono, S., & Widodo, S. T. (2019). Memahami makna seni dalam pencak silat. *Panggung*, *29*(3).
- Egan, K. P. (2019). Supporting mental health and well-being among student-athletes. *Clinics in Sports Medicine*, *38*(4), 537-544.
- Fatimah, S., Manuardi, A. R., & Meilani, R. (2021). Tingkat efikasi diri performa akademik mahasiswa ditinjau dari perspektif dimensi Bandura. *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, *4*(1), 25-36.
- Gaudreau, P., Morinville, A., Gareau, A., Verner-Filion, J., Green-Demers, I., & Franche, V. (2016). Autonomy support from parents and coaches: Synergistic or compensatory effects on sport-related outcomes of adolescent-athletes?. *Psychology of sport and exercise*, *25*, 89-99.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hartati, H., Destriana, D., & Junior, M. (2019). Latihan dot drill one foot terhadap kelincahan tendangan sabit dalam ekstrakurikuler pencak silat. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*, *8*(1).

- Hasanah, U., Dewi, N. R., & Rosyida, I. (2019, February). Self-efficacy siswa smp pada pembelajaran model learning cycle 7e (elicit, engage, explore, explain, elaborate, evaluate, and extend). In *PRISMA, Prosiding Seminar Nasional Matematika* (Vol. 2, pp. 551-555).
- Hati, I. P. P., Rusmini, H., & Sandayanti, V. (2021). Hubungan dukungan sosial dan non sosial dengan motivasi belajar pada peserta ukmppd. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 3(1), 1-11.
- Hausal, H., Lubis, J., & Puspitorini, W. (2018). Model latihan teknik dasar serangan tungkai pencak silat berbasis media belajar. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Adaptif (JPJA)*, 1(02), 58-63.
- Hayes, D. (2012). Parental involvement and achievement outcomes in African American adolescents. *Journal of Comparative Family Studies*, 43(4), 567-582.
- Herdiman, D. C., Lubis, J., & Yusmawati, Y. (2022). Model latihan kelincuhan tendangan sabit pencak silat menggunakan alat bantu ladder drill. *Jurnal Speed (Sport, Physical Education, Empowerment)*, 5(2), 121-126.
- Johanda, M., Karneli, Y., & Ardi, Z. (2019). Self-efficacy siswa dalam menyelesaikan tugas sekolah di SMP Negeri 1 Ampek Angkek. *Jurnal Neo Konseling*, 1(1).
- Jusuf, J. B. K., Raharja, A. T., Mahardhika, N. A., & Festiawan, R. (2020). Pengaruh teknik effleurage dan petrissage terhadap penurunan perasaan lelah pasca latihan Pencak Silat. *Jurnal Keolahragaan*, 8(1), 1-8.
- Komarudin. (2017). *Psikologi olahraga latihan mental dalam olahraga kompetitif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Kriswanto, E. S. (2015). *Pencak silat*. Yogyakarta: UNY Press.
- Kusumawati, E. D. (2018). Pengaruh adversity quotient, regulasi diri dan efikasi diri terhadap motivasi berprestasi siswa KKO SMP Negeri 13 Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 14(1), 131-165.
- Lubis, P. S., Alizamar, A., & Syahniar, S. (2019). Upaya guru BK dalam mengentaskan permasalahan siswa yang mengalami self efficacy rendah. *Jurnal Neo Konseling*, 1(1).
- Lubis, J., & Wardoyo, H. (2016). *Pencak silat; edisi kedua*. Jakarta: Rajawali Pers.

- Lu, F. J., Lee, W. P., Chang, Y. K., Chou, C. C., Hsu, Y. W., Lin, J. H., & Gill, D. L. (2016). Interaction of athletes' resilience and coaches' social support on the stress-burnout relationship: A conjunctive moderation perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 22, 202-209.
- Mahesti, N. P. R. E., & Rustika, I. M. (2020). Peran kecerdasan emosional dan efikasi diri terhadap resiliensi pada mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Psikologi Udayana*, 7(2), 53-65.
- Mailani, L. (2018). Prokrastinasi ditinjau dari kepercayaan diri dan dukungan sosial pada siswa SMK Pabaku. *Psikologi Prima*, 1(2), 129-139.
- Maimunah, S. (2020). Pengaruh dukungan sosial dan efikasi diri terhadap penyesuaian diri. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 275-282.
- Manuaba, I. B. P. A., & Susilawati, L. K. P. A. (2019). Hubungan dukungan sosial dan efikasi diri 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 efikasi diri siswa dengan motivasi berprestasi siswa kelas 5 SDN Gugus V Mataram. *Journal of Science Instruction and Technology*, 1(1).
- Mediastuti, R., & Nurhadiani, R. D. D. (2022). Hubungan manajemen waktu dan dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XII SMAN 4 Bekasi. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 6(2), 31-39.
- Mylsidayu, A. (2022). *Psikologi olahraga*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Nafila, A., & Al Fatah, S. A. A. (2022). Peranan self efficacy dalam mengatasi kecemasan berbicara di depan umum. *Muttaqien; Indonesian Journal of Multidisciplinary Islamic Studies*, 3(2).
- Narotama, I. B. I., & Rustika, I. M. (2019). Peran harga diri dan efikasi diri terhadap social loafing pada mahasiswa preklinik Program Studi Sarjana Kedokteran dan Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(3), 1281-1292.
- Nugroho, A. (2020). Analisis penilaian prestasi teknik dalam pertandingan pencak silat. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 16(2), 66-71.
- Nurwansyah, A., & Sepdanius, E. (2021). Kepribadian atlet olahraga kontak fisik dan non kontak fisik di Kota Padang. *JURNAL STAMINA*, 4(8), 372-384.

- 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.
- Pamungkas, R. A. (2022). *Impact self efficacy dan dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi atlet pencak silat IPSI di Peming. Skripsi sarjana*, tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Pango, W. M., & Wibowo, D. H. (2020). Relationship of academic self efficacy with career adaptability in Asrama School Students. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 11(2).
- 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.
- Pratama, R. Y., & Trilaksana, A. (2018). Perkembangan Ikatan Pencak Silat Indonesia (Ipsi) tahun 1948-1973. *Avatara*, 6(3).
- Purnamasari, I., Suharso, S., & Sunawan, S. (2018). Kontribusi empati dan dukungan sosial teman sebaya terhadap perilaku prososial siswa di SMP. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 7(2), 20-26.
- Purnomo, E., & Jemaina, N. (2018). Independent exercise motivation analysis (Studi Psikologi Olahraga). *Indonesia Performance Journal*, 2(2), 99-104.
- Puspitasari, Y., Lasan, B. B., & Setiyowati, A. J. (2021). Hubungan dukungan sosial dan efikasi diri terhadap motivasi berprestasi siswa SMA. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, 1(10), 838-846.
- Putra, R. L., & Nurhadianti, R. D. D. (2020). Adversity intelligence dan dukungan sosial orang tua dengan motivasi berprestasi siswa SMAN 6 Tambun Selatan. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 4(1), 1-10.
- Rahma, U., & Rahayu, E. W. (2018). Peran dukungan sosial keluarga dalam membentuk kematangan karier siswa SMP. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*, 11(3), 194-205.
- Ridha, M. (2020). Teori motivasi Mcclelland dan implikasinya dalam pembelajaran Pai. *Palapa*, 8(1), 1-16.
- 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.

- Saputro, D. P., & Siswantoyo, S. (2018). Penyusunan norma tes fisik pencak silat remaja kategori tanding. *Jurnal Keolahragaan*, 6(1), 1-10.
- Sari, R. P., & Thamrin, W. P. (2021). Hubungan dukungan sosial dan optimisme pada atlet bulu tangkis. *Jurnal Psikologi*, 13(2), 146-155.
- Selviana, S., & Dwi, K. (2022). Pengaruh efikasi diri 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.
- Setiawan, D., & Mulyana, D. (2023). Dampak bela diri pencak silat terhadap perkembangan sosial. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 7(1), 80-86.
- Setiawan, E., Patah, I. A., Baptista, C., Winarno, M. E., Sabino, B., & Amalia, E. F. (2020). Self-efficacy dan mental toughness: Apakah faktor psikologis berkorelasi dengan performa atlet?. *Jurnal Keolahragaan*, 8(2), 158-165.
- Sholihah, I. (2021). Komunikasi interpersonal pelatih terhadap motivasi berprestasi atlet. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9(1), 95-104.
- Solichah, I., Warni, W. E., & Wijaya, A. B. (2022). Dukungan sosial pelatih dan internal locus of control dengan psychological well-being pada atlet disabilitas. *Indonesia Performance Journal*, 5(2), 52-59.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian pendidikan: pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi. (2019). *Evaluasi pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sulfemi, W. B., & Yasita, O. (2020). Dukungan sosial teman sebaya terhadap perilaku bullying. *Jurnal Pendidikan*, 21(2), 133-147.
- Suralaga, F. (2021). *Psikologi pendidikan: Implikasi dalam pembelajaran*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Swastiratu, D. N., & Izzaty, R. E. (2021). Pengaruh self efficacy terhadap kecemasan bertanding pada atlet di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Acta Psychologia*, 3(2), 88-97.
- Tangkudung, J., & Mylsidayu, A. (2017). *Mental training aspek-aspek psikologi dalam olahraga*. Jakarta: Cakrawala Cendikia.

- Thelwell, R. C., Wagstaff, C. R., Chapman, M. T., & Kenttä, G. (2017). Examining coaches' perceptions of how their stress influences the coach-athlete relationship. *Journal of sports sciences*, 35(19), 1928-1939.
- Vollmann, M., Antoniw, K., Hartung, F. M., & Renner, B. (2011). Social support as mediator of the stress buffering effect of optimism: The importance of differentiating the recipients' and providers' perspective. *European Journal of Personality*, 25(2), 146-154.
- Wati, K. A., & Jannah, M. (2021). Hubungan antara kejenuhan dengan motivasi berprestasi pada atlet sepak bola. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi Jika*, 8(3), 126-136.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2015). *Foundations of sport and exercise psychology*. United States: Human Kinetics.
- Wulandari, Y., & Marlina, R. (2023). Efikasi diri siswa SMA Negeri 1 Pebayuran dalam pelajaran matematika. *Prosiding Sesiomadika*, 4(1).
- 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. Surat Permohonan Validasi Instrumen

Hal : Permohonan Validasi Instrumen TA
Lampiran : 1 Bandel
Kepada Yth. : Bapak Agus Supriyanto, S.Pd., M.Si.

Dengan hormat,
Sehubungan dengan pelaksanaan Tugas Akhir (TA), dengan ini saya:

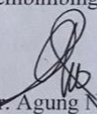
Nama : Noorafni Fauziah Trisnandi
NIM : 19602241020
Departemen : PKO

dengan hormat mohon Bapak/Ibu berkenan memberikan validasi terhadap instrumen penelitian TA yang telah saya susun. Sebagai bahan pertimbangan, bersama ini saya lampirkan: (1) proposal TA, (2) kisi-kisi instrumen penelitian TA, dan (3) draf instrumen penelitian TA.

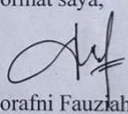
Demikian permohonan saya, atas bantuan dan perhatian Bapak/Ibu diucapkan terima kasih.

Yogyakarta, ~~27~~ ²⁹ ~~Mart~~ ^{Mart} 2025

Pembimbing,


Dr. Agung Nugroho AM., M.Si.
NIP 196109081988111001

Hormat saya,


Noorafni Fauziah Trisnandi
NIM 19602241020

Lampiran 2. Surat Keterangan Validasi

SURAT PERNYATAAN VALIDASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Agus Supriyanto, S.Pd., M.Si.
NIP : 198001182002121002

Menerangkan bahwa saudara:

Nama : Noorafni Fauziah Trisnandi
NIM : 19602241020
Departemen : PKO
Judul : Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Sosial terhadap Motivasi Berprestasi pada Atlet Pencak Silat Wonosobo *Fighting Club*

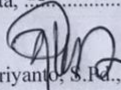
Setelah dilakukan kajian atas instrumen penelitian Tugas Akhir tersebut dapat dinyatakan:

Layak digunakan untuk penelitian
 Layak digunakan dengan perbaikan
 Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

Beberapa saran sebagai berikut:

1. Perlu diperbaiki. Item pernyataan yang sama, disesuaikan dengan indikator kerubano yg instrumen Efikasi Diri dan Dukungan Sosial
2. Untuk kutipan motivasi berprestasi ada beberapa yang perlu disesuaikan dengan indikator kerubano

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.


Yogyakarta, 29 Maret 2023

Agus Supriyanto, S.Pd., M.Si.
NIP 198001182002121002

Beri tanda ✓

60

Lampiran 3. Surat Izin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI**
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN

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

Nomor : B/1093/UN34.16/PT.01.04/2023 11 April 2023
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Izin Penelitian**

Yth . Achmad Imam Fauzi
Padepokan Silat Slamet Sutopo, Munggang, Kalibeber, Kec. Mojotengah, Kab. Wonosobo,
Jawa Tengah

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


Nama	: Noorafni Fauziah Trisnandi
NIM	: 19602241020
Program Studi	: Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1
Tujuan	: Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	: Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Sosial terhadap Motivasi Berprestasi pada Atlet Pencak Silat Wonosobo Fighting Club
Waktu Penelitian	: 13 - 17 April 2023

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

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Tembusan :

1. Kepala Layanan Administrasi;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.




Wakil Dekan Bidang Akademik,
Kemahasiswaan dan Alumni,

M

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

Lampiran 4. Surat Keterangan Penelitian



**WONOSOBO FIGHTING CLUB
(WFC)**

Sekretariat : Padepokan Silat Slamet Sutopo, Munggang, Kalibeber,
Mojotengah, Wonosobo, Jawa Tengah
Telp : +6282221232391

Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian

Yang bertanda tangan dibawah ini :

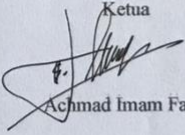
Nama : Achmad Imam Fauzi
Jabatan : Ketua
Klub : Wonosobo Fighting Club
Alamat : Padepokan Silat Slamet Sutopo, Munggang, Kalibeber, Mojotengah, Wonosobo

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Noorafni Fauziah Trisnandi
NIM : 19602241020
Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Fakultas/Lembaga : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan / Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan penelitian di Wonosobo Fighting Club dalam rangka pengambilan data untuk keperluan skripsi yang berjudul "Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Sosial terhadap Motivasi Berprestasi pada Atlet Pencak Silat Wonosobo Fighting Club".

Demikian surat ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan digunakan dengan seperlunya.

Wonosobo, 20 April 2023
Ketua

Achmad Imam Fauzi

Lampiran 5. Instrumen Uji Coba

**PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
MOTIVASI BERPRESTASI PADA ATLET PENCAK SILAT
WONOSOBO FIGHTING CLUB**

Salam Olahraga,

Semoga Anda selalu mendapat berkah serta perlindungan dari Tuhan sehingga dapat melaksanakan aktivitas sehari-hari. Peneliti merupakan mahasiswa Departemen Pendidikan Kepelatihan Olahraga 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 :

Usia :

Lama : < 5 tahun > 5 tahun

menjadi atlet

PETUNJUK PENGISIAN

Pilihlah jawaban dengan memberi tanda *checklist* (\checkmark) 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 Efikasi diri (X_1)

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 saya merasa khawatir bertemu lawan yang lebih berpengalaman				
4	Apabila saya gagal dalam pertandingan, berarti berlatih saya belum maksimal				
5	Menurut saya pertandingan sama saja dengan berlatih, sehingga saya tidak merasa takut				
6	Saya tidak bersemangat jika mengikuti pertandingan yang berjenjang di perguruan				
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 semangat untuk saya menang sangat kecil				
11	Digambarkan mengenai pertandingan saja saya sudah semangat apalagi melaksanakannya langsung				
12	Saya tetap yakin dengan kemampuan saya				

	meskipun lawan saya lebih berpengalaman				
13	Saya menggunakan perlengkapan bertanding dengan lengkap untuk membuat rasa nyaman				
14	Saya tidak mampu menahan emosi ketika lawan mengintimidasi				
15	Fisik saya 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	Saya tidak mudah putus asa saat bertanding				
19	Saya tidak dapat berkonsentrasi bertanding saat mempunyai masalah				
20	Latihan yang saya lakukan masih belum cukup untuk menghadapi lawan				

Variabel Dukungan Sosial (X₂)

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Keluarga ikut memberikan semangat sebelum saya bertanding				
2	Saya kurang memperhatikan perasaan khawatir yang muncul secara mendadak sebelum saya bertanding				
3	Saat saya bersemangat, justru teman saya meremehkan kemampuan saya				
4	Pelatih saya jarang bertanya bagaimana keadaan saya				
5	Teman 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 peduli ketika saya sedang menghadapi ketakutan akan pertandingan				
9	Pelatih kurang peduli saat saya mengalami kesulitan dalam latihan				
10	Setiap saya gelisah pelatih akan membuat suasana ceria				
11	Pelatih memberikan strategi dan taktik dalam pertandingan				
12	Pelatih enggan memberikan informasi yang saya butuhkan saat saya ragu dalam pertandingan				
13	Saran yang saya dapat dari pelatih, 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	Pelatih memberikan penjelasan setiap saya merasa sulit menerima petunjuk				
17	<i>Official</i> enggan memberikan petunjuk peraturan dalam pertandingan				
18	Saya akan saling memuji setiap selesai				

	pertandingan				
19	Pelatih memberikan pengakuan positif atas kemampuan yang saya miliki				
20	Di saat saya menang, teman saya ada yang kecewa dengan kemenangan yang saya peroleh				
21	Pelatih dan teman 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	Pelatih memberikan evaluasi tentang strategi, dan teknik setelah pertandingan				
29	Setiap saya gagal pelatih akan memberikan evaluasi yang membangkitkan semangat saya				
30	Pelatih 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	Saya suka menyerah sebelum bertanding				
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 di luar 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, 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 tetap berusaha agar dapat menyelesaikan tugas dengan lebih baik				
21	Saya merasa keberatan jika diberikan tambahan latihan diluar rutinitas latihan saya				

22	Setiap diberikan instruksi saya akan melakukannya dengan seefektif mungkin				
23	Apabila mendapat teknik baru dari pelatih, saya sulit menyelesaikannya				
24	Instruksi yang diberikan oleh pelatih, saya selesaikan dengan baik				
25	Saya memilih untuk pulang lebih awal daripada harus mendengarkan pelatih memberikan evaluasi				
26	Saya tidak perlu memahami instruksi dari pelatih				
27	Waktu terbatas yang diberikan untuk menyelesaikan tugas/teknik baru membuat saya bersemangat				
28	Dengan waktu terbatas yang diberikan pelatih untuk menyelesaikan tugas/teknik baru, saya lebih suka bersantai-santai				
29	Saya melakukan cara yang positif untuk memperoleh prestasi				
30	Disaat saya mengalami kekalahan, saya akan latihan lebih giat lagi				
31	Saya tetap akan ikut dalam berbagai pertandingan hingga saya memperoleh prestasi puncak				
32	Sebelum mengikuti pertandingan saya tidak rajin berlatih				
33	Saya belum merasa puas sebelum menyangang juara 1				
34	Memenangkan pertandingan bukan merupakan hal yang penting				

Lampiran 6. Data Uji Coba

Efikasi Diri

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	4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	44
2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	46
3	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	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	3	60
5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	43
6	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	47
7	3	2	2	3	2	2	2	3	4	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	50
8	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	46
9	3	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	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	40
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60
12	2	1	3	1	3	2	1	3	4	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	49
13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	4	4	4	4	3	2	61
14	2	2	4	3	4	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	62
15	2	1	2	2	2	2	1	2	4	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	44
16	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	3	2	2	2	45
17	3	3	4	3	4	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	64
18	2	2	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	64
19	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	67
20	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	58
21	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	49
22	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	40
23	2	3	3	2	3	2	2	2	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	54
24	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59

Dukungan Sosial

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	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	102
2	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	2	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	104
3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	2	2	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	102
4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	4	4	4	3	2	3	3	3	97
5	4	2	2	4	2	2	3	4	4	2	3	4	2	2	3	2	3	4	4	2	3	3	4	4	2	3	2	4	2	2	87
6	2	3	1	4	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	3	81
7	3	3	4	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	87
8	3	4	1	2	4	2	4	3	3	4	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	87
9	2	2	1	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64
10	4	2	2	2	2	3	3	4	4	2	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	4	3	3	2	2	2	85
11	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	107
12	3	3	1	1	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	80
13	3	3	1	1	3	4	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	1	3	3	3	2	2	2	3	3	77
14	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	73
15	3	3	1	1	3	3	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	3	3	3	2	1	2	2	2	63
16	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	106
17	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	86
18	3	2	4	1	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	4	2	2	2	73
19	1	3	1	1	3	3	1	1	1	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	1	1	1	3	2	1	2	3	3	64
20	1	3	1	1	3	2	1	1	1	3	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2	2	49
21	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	51
22	4	2	4	4	2	2	4	4	4	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	3	4	4	4	3	3	97
23	4	3	1	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	4	3	4	3	1	4	3	3	91
24	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	2	4	2	2	2	4	4	3	2	102

Motivasi Berprestasi

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	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	71
2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	84
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	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	69
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	2	3	3	3	3	3	3	3	3	101
5	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	2	2	2	2	2	2	2	2	2	69
6	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	77
7	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	84
8	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	75
9	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	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	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	2	3	3	3	100
12	1	1	1	1	1	2	1	1	2	3	3	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3	3	1	1	3	3	1	1	1	1	2	2	1	1	58
13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	2	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	100
14	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	96
15	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	1	2	66
16	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	72
17	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	97
18	3	2	2	2	3	3	3	3	2	4	3	3	2	2	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	2	2	2	2	3	3	3	100
19	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	105
20	3	3	3	3	3	2	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	2	3	3	99
21	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	79
22	2	2	3	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	3	2	2	2	2	2	71
23	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	81
24	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	97

Lampiran 7. Uji Validitas dan Reliabilitas

EFIKASI DIRI

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	102.0833	291.732	.602	.752
BUTIR 02	102.1667	288.667	.613	.749
BUTIR 03	101.8333	281.275	.874	.741
BUTIR 04	102.0833	289.036	.654	.749
BUTIR 05	101.8333	281.275	.874	.741
BUTIR 06	102.2083	291.216	.689	.751
BUTIR 07	102.0833	289.993	.536	.750
BUTIR 08	101.9583	288.563	.782	.748
BUTIR 09	101.4583	302.868	-.042	.764
BUTIR 10	101.8333	286.232	.729	.746
BUTIR 11	101.8333	281.275	.874	.741
BUTIR 12	102.0417	287.520	.726	.747
BUTIR 13	101.7500	289.239	.616	.749
BUTIR 14	101.7083	289.085	.646	.749
BUTIR 15	102.0417	287.520	.726	.747
BUTIR 16	101.7083	282.303	.691	.743
BUTIR 17	101.7083	289.085	.646	.749
BUTIR 18	101.6667	283.884	.760	.744
BUTIR 19	101.8333	281.275	.874	.741
BUTIR 20	101.9167	290.688	.664	.750
Total	52.2500	75.587	1.000	.940

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.952	19

DUKUNGAN SOSIAL

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	164.8750	1110.810	.772	.744
BUTIR 02	164.9583	1139.172	.417	.751
BUTIR 03	165.6667	1105.710	.605	.743
BUTIR 04	165.4583	1099.389	.723	.741
BUTIR 05	164.9583	1139.172	.417	.751
BUTIR 06	164.8333	1146.406	.287	.753
BUTIR 07	165.2917	1104.824	.783	.742
BUTIR 08	164.8750	1110.810	.772	.744
BUTIR 09	164.8750	1110.810	.772	.744
BUTIR 10	164.9167	1135.297	.442	.750
BUTIR 11	165.1667	1120.667	.744	.746
BUTIR 12	165.0417	1114.303	.808	.745
BUTIR 13	165.0000	1123.652	.763	.747
BUTIR 14	165.0417	1118.042	.791	.745
BUTIR 15	165.3333	1136.754	.488	.750
BUTIR 16	165.2917	1142.998	.450	.752
BUTIR 17	165.2083	1135.042	.605	.750
BUTIR 18	165.2083	1128.172	.591	.748
BUTIR 19	165.2083	1112.085	.752	.744
BUTIR 20	165.0417	1140.042	.405	.751
BUTIR 21	165.0833	1131.906	.666	.749
BUTIR 22	165.4583	1112.694	.724	.744
BUTIR 23	164.8750	1110.810	.772	.744
BUTIR 24	165.0000	1118.261	.672	.746
BUTIR 25	164.9167	1129.906	.627	.748
BUTIR 26	165.2917	1127.346	.691	.748
BUTIR 27	165.3750	1110.679	.621	.744
BUTIR 28	165.1250	1120.984	.661	.746
BUTIR 29	165.0417	1126.737	.738	.748
BUTIR 30	165.1250	1124.288	.688	.747
Total	83.9583	290.216	1.000	.953

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.954	29

MOTIVASI BERPRESTASI

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	165.8750	811.679	.914	.748
BUTIR 02	166.0000	814.783	.756	.749
BUTIR 03	166.0000	821.130	.656	.751
BUTIR 04	165.9167	815.297	.811	.749
BUTIR 05	166.0000	820.957	.661	.751
BUTIR 06	166.0833	826.514	.627	.753
BUTIR 07	165.9167	814.514	.743	.749
BUTIR 08	165.8750	811.679	.914	.748
BUTIR 09	165.9583	824.563	.629	.752
BUTIR 10	165.6667	820.580	.594	.751
BUTIR 11	165.6667	814.406	.693	.749
BUTIR 12	165.8750	811.679	.914	.748
BUTIR 13	166.0000	814.783	.756	.749
BUTIR 14	166.0000	821.130	.656	.751
BUTIR 15	165.8750	811.679	.914	.748
BUTIR 16	165.8750	811.679	.914	.748
BUTIR 17	165.5417	825.824	.488	.753
BUTIR 18	165.5000	819.043	.576	.751
BUTIR 19	165.6667	814.406	.693	.749
BUTIR 20	165.6667	820.580	.594	.751
BUTIR 21	165.8333	831.449	.284	.755
BUTIR 22	165.6667	820.580	.594	.751
BUTIR 23	165.8750	811.679	.914	.748
BUTIR 24	165.8750	811.679	.914	.748
BUTIR 25	165.5833	828.775	.386	.754
BUTIR 26	165.6667	820.580	.594	.751
BUTIR 27	165.8750	811.679	.914	.748
BUTIR 28	166.0000	814.783	.756	.749
BUTIR 29	166.0000	821.130	.656	.751
BUTIR 30	165.9167	815.297	.811	.749
BUTIR 31	166.0417	832.998	.353	.755
BUTIR 32	166.0833	826.514	.627	.753
BUTIR 33	165.9167	814.514	.743	.749
BUTIR 34	165.8750	811.679	.914	.748
Total	84.1667	210.667	1.000	.970

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.973	31

Lampiran 8. Instrumen Penelitian

**PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
MOTIVASI BERPRESTASI PADA ATLET PENCAK SILAT
WONOSOBO FIGHTING CLUB**

Salam Olahraga,

Semoga Anda selalu mendapat berkah serta perlindungan dari Tuhan sehingga dapat melaksanakan aktivitas sehari-hari. Peneliti merupakan mahasiswa Departemen Pendidikan Kepelatihan Olahraga 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 :

Usia :

Lama : < 5 tahun > 5 tahun

menjadi atlet

PETUNJUK PENGISIAN

Pilihlah jawaban dengan memberi tanda *checklist* (\checkmark) 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 Efikasi diri (X₁)

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 saya merasa khawatir bertemu lawan yang lebih berpengalaman				
4	Apabila saya gagal dalam pertandingan, berarti berlatih saya belum maksimal				
5	Menurut saya pertandingan sama saja dengan berlatih, sehingga saya tidak merasa takut				
6	Saya tidak bersemangat jika mengikuti pertandingan yang berjenjang di perguruan				
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	Rasanya semangat untuk saya menang sangat kecil				
10	Digambarkan mengenai pertandingan saja saya sudah semangat apalagi melaksanakannya langsung				
11	Saya tetap yakin dengan kemampuan saya meskipun lawan saya lebih berpengalaman				
12	Saya menggunakan perlengkapan bertanding				

	dengan lengkap untuk membuat rasa nyaman				
13	Saya tidak mampu menahan emosi ketika lawan mengintimidasi				
14	Fisik saya lebih baik saat bertemu lawan yang lebih berpengalaman				
15	Saya melakukan pemanasan dengan maksimal menjelang partai saya agar semua kemampuan yang saya miliki bisa dikeluarkan				
16	Menjelang giliran saya bertanding, saya lebih banyak memikirkan lawan saya daripada harus pemanasan				
17	Saya tidak mudah putus asa saat bertanding				
18	Saya tidak dapat berkonsentrasi bertanding saat mempunyai masalah				
19	Latihan yang saya lakukan masih belum cukup untuk menghadapi lawan				

Variabel Dukungan Sosial (X₂)

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Keluarga ikut memberikan semangat sebelum saya bertanding				
2	Saya kurang memperhatikan perasaan khawatir yang muncul secara mendadak sebelum saya bertanding				
3	Saat saya bersemangat, justru teman saya meremehkan kemampuan saya				
4	Pelatih saya jarang bertanya bagaimana keadaan saya				
5	Teman turut menenangkan saya saat panik sebelum pertandingan				
6	Keluarga saya menayakan keadaan saya ketika saya gelisah				
7	Orang lain peduli ketika saya sedang menghadapi ketakutan akan pertandingan				
8	Pelatih kurang peduli saat saya mengalami kesulitan dalam latihan				
9	Setiap saya gelisah pelatih akan membuat suasana ceria				
10	Pelatih memberikan strategi dan taktik dalam pertandingan				
11	Pelatih enggan memberikan informasi yang saya butuhkan saat saya ragu dalam pertandingan				
12	Saran yang saya dapat dari pelatih, terkadang membuat saya jadi kurang percaya diri				
13	Ketika saya lupa mempraktekkan suatu gerakan, pelatih akan mendemonstrasikan lagi				
14	Pelatih memberikan petunjuk teknik yang benar dalam bertanding				
15	Pelatih memberikan penjelasan setiap saya merasa sulit menerima petunjuk				
16	<i>Official</i> enggan memberikan petunjuk peraturan dalam pertandingan				
17	Saya akan saling memuji setiap selesai pertandingan				
18	Pelatih memberikan pengakuan positif atas kemampuan yang saya miliki				

19	Di saat saya menang, teman saya ada yang kecewa dengan kemenangan yang saya peroleh				
20	Pelatih dan teman memberikan dukungan untuk menang dalam pertandingan				
21	Keluarga dan pelatih sama-sama mendukung untuk keberhasilan pertandingan saya				
22	Keluarga bersikap acuh saat saya akan bertanding				
23	Keluarga selalu memberikan dana untuk kebutuhan pertandingan saya				
24	Setiap mengikuti pertandingan, <i>official</i> menyiapkan segala perlengkapan				
25	Setiap tim memiliki perlengkapan masing-masing				
26	Saat saya butuh <i>body protector</i> , <i>official</i> enggan menyiapkan				
27	Pelatih memberikan evaluasi tentang strategi, dan teknik setelah pertandingan				
28	Setiap saya gagal pelatih akan memberikan evaluasi yang membangkitkan semangat saya				
29	Pelatih 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	Saya suka menyerah sebelum bertanding				
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 di luar 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, 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 tetap berusaha agar dapat menyelesaikan tugas dengan lebih baik				
21	Setiap diberikan instruksi saya akan melakukannya dengan seefektif mungkin				

22	Apabila mendapat teknik baru dari pelatih, saya sulit menyelesaikannya				
23	Instruksi yang diberikan oleh pelatih, saya selesaikan dengan baik				
24	Saya tidak perlu memahami instruksi dari pelatih				
25	Waktu terbatas yang diberikan untuk menyelesaikan tugas/teknik baru membuat saya bersemangat				
26	Dengan waktu terbatas yang diberikan pelatih untuk menyelesaikan tugas/teknik baru, saya lebih suka bersantai-santai				
27	Saya melakukan cara yang positif untuk memperoleh prestasi				
28	Disaat saya mengalami kekalahan, saya akan latihan lebih giat lagi				
29	Sebelum mengikuti pertandingan saya tidak rajin berlatih				
30	Saya belum merasa puas sebelum menyangang juara 1				
31	Memenangkan pertandingan bukan merupakan hal yang penting				

Lampiran 9. Data Penelitian

EFIKASI DIRI (X1)

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	Σ
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57
2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	40
3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	46
4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	38
5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57
6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	41
7	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	44
8	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	46
9	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	41
10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57
11	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	38
12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57
13	1	1	1	1	3	2	1	1	2	3	3	1	3	3	1	3	3	3	1	37
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	4	4	4	3	59
15	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	55
16	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	40
17	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	3	2	43
18	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	56
19	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	4	4	4	3	54
20	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	4	3	3	3	55
21	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	55
22	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	43
23	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	45
24	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	40

25	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	56
26	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	40
27	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	41
28	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	44
29	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	42
30	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	51
31	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	40
32	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	40
33	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	45
34	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	38
35	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57

DUKUNGAN SOSIAL (X2)

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	Σ	
1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	74	
2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	68	
3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	75	
4	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	77	
5	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	84	
6	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	69	
7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	1	1	1	3	2	1	1	2	3	3	3	72	
8	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	70
9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	78	
10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	85	
11	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	74	
12	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	2	3	80	
13	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	69	
14	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	2	72	
15	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	1	3	79	
16	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	75	
17	3	4	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	76	
18	3	3	2	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	86	
19	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	1	65	
20	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	1	73	
21	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	73	
22	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	4	81	
23	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	3	1	1	3	3	3	1	2	2	3	3	4	64	
24	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	77	
25	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	76	
26	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	69	
27	2	2	3	3	3	3	3	3	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	4	64	
28	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	71	

29	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	4	67
30	2	2	2	3	3	3	2	2	3	4	4	3	2	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	4	86
31	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	4	61
32	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	2	4	77
33	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	71
34	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	76
35	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	81

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	Σ	
1	3	3	3	3	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	79	
2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	68	
3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	1	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	76	
4	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	71	
5	3	3	3	3	2	2	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	91	
6	2	3	3	3	3	2	3	3	3	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	68	
7	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	75
8	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	82	
9	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	78	
10	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	87	
11	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	75	
12	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	82	
13	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	1	3	2	1	1	2	3	3	1	3	3	73	
14	3	2	2	3	2	1	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	78	
15	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	2	2	3	3	3	4	3	3	3	80	
16	1	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	1	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	71	
17	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	67	
18	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	4	3	3	3	90	
19	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	1	1	3	3	3	1	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	73	
20	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	3	3	83	
21	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	83	
22	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	76	
23	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	75	
24	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	76	
25	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	80	
26	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	72	
27	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	65	
28	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	79	

Lampiran 10. Deskriptif Statistik

Statistics				
		Efikasi diri (X1)	Dukungan Sosial (X2)	Motivasi Berprestasi (Y)
N	Valid	35	35	35
	Missing	0	0	0
Mean		46,80	74,14	76,29
Median		44,00	74,00	76,00
Mode		40,00	69,00 ^a	68,00 ^a
Std. Deviation		7,46	6,37	7,19
Minimum		37,00	61,00	62,00
Maximum		59,00	86,00	91,00
Sum		1638,00	2595,00	2670,00

a, Multiple modes exist, The smallest value is shown

Efikasi diri (X1)					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	37	1	2,9	2,9	2,9
	38	3	8,6	8,6	11,4
	40	6	17,1	17,1	28,6
	41	3	8,6	8,6	37,1
	42	1	2,9	2,9	40,0
	43	2	5,7	5,7	45,7
	44	2	5,7	5,7	51,4
	45	2	5,7	5,7	57,1
	46	2	5,7	5,7	62,9
	51	1	2,9	2,9	65,7
	54	1	2,9	2,9	68,6
	55	3	8,6	8,6	77,1
	56	2	5,7	5,7	82,9
	57	5	14,3	14,3	97,1
	59	1	2,9	2,9	100,0
Total		35	100,0	100,0	

Dukungan Sosial (X2)					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	61	1	2,9	2,9	2,9
	64	2	5,7	5,7	8,6
	65	1	2,9	2,9	11,4
	67	1	2,9	2,9	14,3
	68	1	2,9	2,9	17,1
	69	3	8,6	8,6	25,7
	70	1	2,9	2,9	28,6
	71	2	5,7	5,7	34,3
	72	2	5,7	5,7	40,0
	73	2	5,7	5,7	45,7
	74	2	5,7	5,7	51,4
	75	2	5,7	5,7	57,1

	76	3	8,6	8,6	65,7
	77	3	8,6	8,6	74,3
	78	1	2,9	2,9	77,1
	79	1	2,9	2,9	80,0
	80	1	2,9	2,9	82,9
	81	2	5,7	5,7	88,6
	84	1	2,9	2,9	91,4
	85	1	2,9	2,9	94,3
	86	2	5,7	5,7	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

Motivasi Berprestasi (Y)					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	62	1	2,9	2,9	2,9
	65	1	2,9	2,9	5,7
	67	2	5,7	5,7	11,4
	68	3	8,6	8,6	20,0
	71	3	8,6	8,6	28,6
	72	1	2,9	2,9	31,4
	73	2	5,7	5,7	37,1
	75	3	8,6	8,6	45,7
	76	3	8,6	8,6	54,3
	77	1	2,9	2,9	57,1
	78	2	5,7	5,7	62,9
	79	2	5,7	5,7	68,6
	80	2	5,7	5,7	74,3
	82	2	5,7	5,7	80,0
	83	2	5,7	5,7	85,7
	84	1	2,9	2,9	88,6
	87	1	2,9	2,9	91,4
	88	1	2,9	2,9	94,3
	90	1	2,9	2,9	97,1
	91	1	2,9	2,9	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

Lampiran 11. Menghitung Norma Penilaian

Tabel. Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$Mi + 1,8 Sbi < X$	Sangat Tinggi
2	$Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$	Tinggi
3	$Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$	Cukup
4	$Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$	Rendah
5	$X \leq Mi - 1,8 Sbi$	Sangat Rendah

Keterangan:

X = rata-rata

$Mi = \frac{1}{2}$ (skor maks ideal + skor min ideal)

$Sbi = \frac{1}{6}$ (skor maks ideal – skor min ideal)

Skor maks ideal = skor tertinggi

Skor min ideal = skor tekurang

Variabel Efikasi Diri

Skor maks ideal = $19 \times 4 = 76$

Skor min ideal = $19 \times 1 = 19$

$Mi = \frac{1}{2} (76 + 19) = 47,5$

$Sbi = \frac{1}{6} (76 - 19) = 9,5$

Sangat Baik : $Mi + 1,8 Sbi < X$
 : $47,5 + (1,8 \times 9,5) < X$
 : **$65 < X$**

Baik : $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$
 : $47,5 + (0,6 \times 9,5) < X \leq 47,5 + (1,8 \times 9,5)$
 : **$53 < X \leq 65$**

Cukup : $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$
 : $47,5 - (0,6 \times 9,5) < X \leq 47,5 + (0,6 \times 9,5)$
 : **$41 < X \leq 53$**

Kurang : $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$
 : $47,5 - (1,8 \times 9,5) < X \leq 47,5 - (0,6 \times 9,5)$
 : **$29 < X \leq 41$**

Sangat Kurang : $X \leq Mi - 1,8 Sbi$
 : $X \leq 47,5 - (1,8 \times 9,5)$
 : **$X \leq 29$**

Variabel Dukungan Sosial

Skor maks ideal	$= 29 \times 4 = 116$
Skor min ideal	$= 29 \times 1 = 29$
Mi	$= \frac{1}{2} (116 + 29) = 72,5$
Sbi	$= \frac{1}{6} (116 - 29) = 14,5$
Sangat Baik	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $72,5 + (1,8 \times 14,5) < X$: $99 < X$
Baik	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $72,5 + (0,6 \times 14,5) < X \leq 72,5 + (1,8 \times 14,5)$: $81 < X \leq 99$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $72,5 - (0,6 \times 14,5) < X \leq 72,5 + (0,6 \times 14,5)$: $63 < X \leq 81$
Kurang	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $72,5 - (1,8 \times 14,5) < X \leq 72,5 - (0,6 \times 14,5)$: $45 < X \leq 63$
Sangat Kurang	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 72,5 - (1,8 \times 14,5)$: $X \leq 45$

Variabel Dukungan Sosial

Skor maks ideal	$= 31 \times 4 = 124$
Skor min ideal	$= 31 \times 1 = 31$
Mi	$= \frac{1}{2} (124 + 31) = 77,5$
Sbi	$= \frac{1}{6} (124 - 31) = 15,5$
Sangat Baik	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $77,5 + (1,8 \times 15,5) < X$: $105 < X$
Baik	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $77,5 + (0,6 \times 15,5) < X \leq 77,5 + (1,8 \times 15,5)$: $87 < X \leq 105$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $77,5 - (0,6 \times 15,5) < X \leq 77,5 + (0,6 \times 15,5)$: $69 < X \leq 87$
Kurang	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $77,5 - (1,8 \times 15,5) < X \leq 77,5 - (0,6 \times 15,5)$: $51 < X \leq 69$
Sangat Kurang	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 77,5 - (1,8 \times 15,5)$: $X \leq 51$

Lampiran 12. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		35
Normal Parameters ^a	Mean	.0000000
	Std. Deviation	3.77580612
Most Extreme Differences	Absolute	.114
	Positive	.114
	Negative	-.107
Kolmogorov-Smirnov Z		.675
Asymp. Sig. (2-tailed)		.752
a. Test distribution is Normal.		

Lampiran 13. Uji Linearitas

Motivasi Berprestasi (Y) * Efikasi diri (X1)

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Motivasi Berprestasi (Y) * Efikasi diri (X1)	Between Groups	(Combined)	1381.276	14	98.663	5.222	.000
		Linearity	974.923	1	974.923	51.601	.000
		Deviation from Linearity	406.353	13	31.258	1.654	.151
	Within Groups		377.867	20	18.893		
	Total		1759.143	34			

Motivasi Berprestasi (Y) * Dukungan Sosial (X2)

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Motivasi Berprestasi (Y) * Dukungan Sosial (X2)	Between Groups	(Combined)	1512.810	20	75.640	4.299	.004
		Linearity	836.224	1	836.224	47.526	.000
		Deviation from Linearity	676.586	19	35.610	2.024	.091
	Within Groups		246.333	14	17.595		
	Total		1759.143	34			

Lampiran 14. Uji Hipotesis

Correlations				
		Efikasi diri (X1)	Dukungan Sosial (X2)	Motivasi Berprestasi (Y)
Efikasi diri (X1)	Pearson Correlation	1	.424*	.744**
	Sig. (2-tailed)		.011	.000
	Sum of Squares and Cross-products	1891.600	685.000	1358.000
	Covariance	55.635	20.147	39.941
	N	35	35	35
Dukungan Sosial (X2)	Pearson Correlation	.424*	1	.689**
	Sig. (2-tailed)	.011		.000
	Sum of Squares and Cross-products	685.000	1378.286	1073.571
	Covariance	20.147	40.538	31.576
	N	35	35	35
Motivasi Berprestasi (Y)	Pearson Correlation	.744**	.689**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	Sum of Squares and Cross-products	1358.000	1073.571	1759.143
	Covariance	39.941	31.576	51.739
	N	35	35	35
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).				
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).				

Variables Entered/Removed ^b			
Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Dukungan Sosial (X2), Efikasi diri (X1) ^a	.	Enter
a. All requested variables entered.			
b. Dependent Variable: Motivasi Berprestasi (Y)			

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.851 ^a	.724	.707	3.89201
a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial (X2), Efikasi diri (X1)				

ANOVA ^b						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1274.415	2	637.207	42.066	.000 ^a
	Residual	484.728	32	15.148		
	Total	1759.143	34			
a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial (X2), Efikasi diri (X1)						
b. Dependent Variable: Motivasi Berprestasi (Y)						

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	13.245	7.862		1.685	.102
	Efikasi diri (X1)	.532	.099	.551	5.378	.000
	Dukungan Sosial (X2)	.515	.116	.456	4.447	.000
a. Dependent Variable: Motivasi Berprestasi (Y)						

Lampiran 15. Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif

Variabel	<i>b</i>	<i>cross product</i>	<i>Regression</i>	<i>R²</i>
Efikasi diri (X₁)	,532	1358,000	1274,415	72,40
Dukungan Sosial (X₂)	,515	1073,571	1274,415	72,40

HITUNGAN Mencari Sumbangan Efektif

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

1. $SE_{X_1} = 41,00\%$

2. $SE_{X_2} = 31,40\%$

HITUNGAN Mencari Sumbangan Relatif

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

1. $SR_{X_1} = 56,63\%$

2. $SR_{X_2} = 43,37\%$

Lampiran 16. Tabel r

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

Lampiran 17. Tabel F

df untuk penyebut (N2)	df untuk pembilang (N1)														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	161	199	216	225	230	234	237	239	241	242	243	244	245	245	246
2	18.51	19.00	19.16	19.25	19.30	19.33	19.35	19.37	19.38	19.40	19.40	19.41	19.42	19.42	19.43
3	10.13	9.55	9.28	9.12	9.01	8.94	8.89	8.85	8.81	8.79	8.76	8.74	8.73	8.71	8.70
4	7.71	6.94	6.59	6.39	6.26	6.16	6.09	6.04	6.00	5.96	5.94	5.91	5.89	5.87	5.86
5	6.61	5.79	5.41	5.19	5.05	4.95	4.88	4.82	4.77	4.74	4.70	4.68	4.66	4.64	4.62
6	5.99	5.14	4.76	4.53	4.39	4.28	4.21	4.15	4.10	4.06	4.03	4.00	3.98	3.96	3.94
7	5.59	4.74	4.35	4.12	3.97	3.87	3.79	3.73	3.68	3.64	3.60	3.57	3.55	3.53	3.51
8	5.32	4.46	4.07	3.84	3.69	3.58	3.50	3.44	3.39	3.35	3.31	3.28	3.26	3.24	3.22
9	5.12	4.26	3.86	3.63	3.48	3.37	3.29	3.23	3.18	3.14	3.10	3.07	3.05	3.03	3.01
10	4.96	4.10	3.71	3.48	3.33	3.22	3.14	3.07	3.02	2.98	2.94	2.91	2.89	2.86	2.85
11	4.84	3.98	3.59	3.36	3.20	3.09	3.01	2.95	2.90	2.85	2.82	2.79	2.76	2.74	2.72
12	4.75	3.89	3.49	3.26	3.11	3.00	2.91	2.85	2.80	2.75	2.72	2.69	2.66	2.64	2.62
13	4.67	3.81	3.41	3.18	3.03	2.92	2.83	2.77	2.71	2.67	2.63	2.60	2.58	2.55	2.53
14	4.60	3.74	3.34	3.11	2.96	2.85	2.76	2.70	2.65	2.60	2.57	2.53	2.51	2.48	2.46
15	4.54	3.68	3.29	3.06	2.90	2.79	2.71	2.64	2.59	2.54	2.51	2.48	2.45	2.42	2.40
16	4.49	3.63	3.24	3.01	2.85	2.74	2.66	2.59	2.54	2.49	2.46	2.42	2.40	2.37	2.35
17	4.45	3.59	3.20	2.96	2.81	2.70	2.61	2.55	2.49	2.45	2.41	2.38	2.35	2.33	2.31
18	4.41	3.55	3.16	2.93	2.77	2.66	2.58	2.51	2.46	2.41	2.37	2.34	2.31	2.29	2.27
19	4.38	3.52	3.13	2.90	2.74	2.63	2.54	2.48	2.42	2.38	2.34	2.31	2.28	2.26	2.23
20	4.35	3.49	3.10	2.87	2.71	2.60	2.51	2.45	2.39	2.35	2.31	2.28	2.25	2.22	2.20
21	4.32	3.47	3.07	2.84	2.68	2.57	2.49	2.42	2.37	2.32	2.28	2.25	2.22	2.20	2.18
22	4.30	3.44	3.05	2.82	2.66	2.55	2.46	2.40	2.34	2.30	2.26	2.23	2.20	2.17	2.15
23	4.28	3.42	3.03	2.80	2.64	2.53	2.44	2.37	2.32	2.27	2.24	2.20	2.18	2.15	2.13
24	4.26	3.40	3.01	2.78	2.62	2.51	2.42	2.36	2.30	2.25	2.22	2.18	2.15	2.13	2.11
25	4.24	3.39	2.99	2.76	2.60	2.49	2.40	2.34	2.28	2.24	2.20	2.16	2.14	2.11	2.09
26	4.23	3.37	2.98	2.74	2.59	2.47	2.39	2.32	2.27	2.22	2.18	2.15	2.12	2.09	2.07
27	4.21	3.35	2.96	2.73	2.57	2.46	2.37	2.31	2.25	2.20	2.17	2.13	2.10	2.08	2.06
28	4.20	3.34	2.95	2.71	2.56	2.45	2.36	2.29	2.24	2.19	2.15	2.12	2.09	2.06	2.04
29	4.18	3.33	2.93	2.70	2.55	2.43	2.35	2.28	2.22	2.18	2.14	2.10	2.08	2.05	2.03
30	4.17	3.32	2.92	2.69	2.53	2.42	2.33	2.27	2.21	2.16	2.13	2.09	2.06	2.04	2.01
31	4.16	3.30	2.91	2.68	2.52	2.41	2.32	2.25	2.20	2.15	2.11	2.08	2.05	2.03	2.00
32	4.15	3.29	2.90	2.67	2.51	2.40	2.31	2.24	2.19	2.14	2.10	2.07	2.04	2.01	1.99
33	4.14	3.28	2.89	2.66	2.50	2.39	2.30	2.23	2.18	2.13	2.09	2.06	2.03	2.00	1.98
34	4.13	3.28	2.88	2.65	2.49	2.38	2.29	2.23	2.17	2.12	2.08	2.05	2.02	1.99	1.97
35	4.12	3.27	2.87	2.64	2.49	2.37	2.29	2.22	2.16	2.11	2.07	2.04	2.01	1.99	1.96
36	4.11	3.26	2.87	2.63	2.48	2.36	2.28	2.21	2.15	2.11	2.07	2.03	2.00	1.98	1.95
37	4.11	3.25	2.86	2.63	2.47	2.36	2.27	2.20	2.14	2.10	2.06	2.02	2.00	1.97	1.95
38	4.10	3.24	2.85	2.62	2.46	2.35	2.26	2.19	2.14	2.09	2.05	2.02	1.99	1.96	1.94
39	4.09	3.24	2.85	2.61	2.46	2.34	2.26	2.19	2.13	2.08	2.04	2.01	1.98	1.95	1.93
40	4.08	3.23	2.84	2.61	2.45	2.34	2.25	2.18	2.12	2.08	2.04	2.00	1.97	1.95	1.92
41	4.08	3.23	2.83	2.60	2.44	2.33	2.24	2.17	2.12	2.07	2.03	2.00	1.97	1.94	1.92
42	4.07	3.22	2.83	2.59	2.44	2.32	2.24	2.17	2.11	2.06	2.03	1.99	1.96	1.94	1.91
43	4.07	3.21	2.82	2.59	2.43	2.32	2.23	2.16	2.11	2.06	2.02	1.99	1.96	1.93	1.91
44	4.06	3.21	2.82	2.58	2.43	2.31	2.23	2.16	2.10	2.05	2.01	1.98	1.95	1.92	1.90
45	4.06	3.20	2.81	2.58	2.42	2.31	2.22	2.15	2.10	2.05	2.01	1.97	1.94	1.92	1.89

(Sumber: Sugiyono, 2017: 139)

Lampiran 18. Dokumentasi



