

**PERBEDAAN KEPERCAYAAN DIRI ATLET BOLA VOLI DI KLUB
PERVAS DAN YUSO SLEMAN SAAT MENGHADAPI PERTANDINGAN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Oleh:
JHEVONNA CAHYA LUCKYZA
NIM 20602241064

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2024

LEMBAR PERSETUJUAN

**PERBEDAAN KEPERCAYAAN DIRI ATLET BOLA VOLI DI KLUB
PERVAS DAN YUSO SLEMAN SAAT MENGHADAPI PERTANDINGAN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

**JHEVONNA CAHYA LUCKYZA
NIM 20602241064**

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal:..... 18 Mei 2024

Koordinator Program Studi



Dr. Fauzi, M.Si.
NIP 196312281990021002

Dosen Pembimbing,



Dr. Risti Nurfadhila, S.Pd., M.Or.
NIP 199008262023212021

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Jhevonna Cahya Luckyza
NIM : 20602241064
Departemen : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Judul TAS : Perbedaan Kepercayaan Diri Atlet Bola Voli di Klub Pervas dan Yuso Sleman Saat Menghadapi Pertandingan

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, 27 Juni 2024



Jhevonna Cahya Luckyza
NIM 20602241064

LEMBAR PENGESAHAN

**PERBEDAAN KEPERCAYAAN DIRI ATLET BOLA VOLI DI KLUB
PERVAS DAN YUSO SLEMAN SAAT MENGHADAPI PERTANDINGAN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

JHEVONNA CAHYA LUCKYZA
NIM 20602241064

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: 28 Mei 2024

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Risti Nurfadhila, S.Pd., M.Or. Ketua		28/6 2024
Okky Indera Pamungkas, S.Pd., M.Or. Sekretaris		27/6/2024
Dr. Danang Wicaksono, M.Or. Penguji Utama		27/6 2024

Yogyakarta, 28 Juni 2024
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or.
NIP. 198306162008121002

MOTTO

“Pendidikan adalah senjata paling ampuh yang dapat Anda gunakan untuk mengubah dunia.” – Nelson Mandela

“Dalam setiap kegagalan, kekuatan mental kita yang tengah diuji. Sebaliknya, dalam kesuksesan, kerendahan hati kitalah yang tengah diuji”.
(Jhevonna Cahya Luckyza)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, segala puji syukur bagi Allah SWT yang telah melimpahkan berkat dan rahmat-Nya kepada penulis beserta keluarga dan kerabatnya sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya. Penulis mempersembahkan skripsi untuk:

1. Ayahku, cinta pertamaku Aipda Imam Lukito. Terimakasih telah mengajarkan penulis untuk tetap teguh pada pendiriannya, dan selalu mendukung penulis dalam menyelesaikan skripsi. Terimakasih sudah berjuang dan mendoakan penulis sehingga penulis bisa berada di titik yang sekarang. Sehat selalu dan hiduplah lebih lama lagi supaya bisa menyaksikan pencapaian hidup penulis.
2. Mamaku, sekaligus surgaku mama Yeni Kartika Rahayu. Terimakasih sebesar-besarnya penulis berikan kepada beliau yang sudah melahirkan, mendidik, merawat, serta mendoakan dari masih bayi hingga sekarang. Terimakasih atas nasihat yang selalu diberikan walau kadang pikiran kita tidak sejalan. Terimakasih pula atas kesabaran dan kebesaran hatinya menghadapi penulis yang keras kepala ini. Panjang umur, sehat selalu dan hidup lebih lama ya, ma
3. Adik lelakiku, Bripda Jaghad Abyluna Luckyza. Terimakasih sudah mau direpotkan dalam segala hal. Penulis berharap adik laki-laki ini selalu diberikan kuat dalam menjalani setiap lika-liku kehidupan. Berjanjilah untuk tetap bersama dengan penulis sampai kapanpun. Sehat selalu Tole, BRIGADE!!.

PERBEDAAN KEPERCAYAAN DIRI ATLET BOLA VOLI DI KLUB PERVAS DAN YUSO SLEMAN SAAT MENGHADAPI PERTANDINGAN

Oleh:
JHEVONNA CAHYA LUCKYZA
NIM 20602241064

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan (1) Mengetahui kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas saat menghadapi pertandingan. (2) Mengetahui kepercayaan diri atlet bola voli di klub Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan. (3) Mengetahui perbedaan kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif komparatif. Populasi penelitian adalah atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman berjumlah 208 atlet. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Kriteria sampel sebagai berikut (1) masih aktif latihan di klub Pervas dan Yuso Sleman, (2) berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, (3) berusia minimal 14 tahun, (4) pernah mengikuti pertandingan. Berdasarkan kriteria tersebut yang memenuhi sebagai sampel berjumlah 40 atlet klub Pervas dan 40 atlet klub Yuso Sleman. Instrumen kepercayaan diri menggunakan angket. Analisis data menggunakan *independent-samples t-test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) Kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas saat menghadapi pertandingan berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “rendah” sebesar 30,00% (12 atlet), “cukup” sebesar 57,50% (23 atlet), “tinggi” sebesar 12,50% (5 atlet), dan “sangat tinggi” sebesar 0,00% (0 atlet). (2) Kepercayaan diri atlet bola voli di Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “rendah” sebesar 12,50% (5 atlet), “cukup” sebesar 60,00% (24 atlet), “tinggi” sebesar 27,50% (11 atlet), dan “sangat tinggi” sebesar 0,00% (0 atlet). (3) Ada perbedaan yang signifikan kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan. Dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan lebih baik daripada kepercayaan diri menghadapi pertandingan atlet bola voli di Pervas, dengan selisih sebesar (-5,8).

Kata Kunci: Kepercayaan Diri, Bola Voli, Pervas, Yuso Sleman

DIFFERENCES IN SELF CONFIDENCE OF VOLLEYBALL ATHLETES FROM PERVAS CLUB AND YUSO SLEMAN CLUB IN FACING THE MATCH

Abstract

This research aims to (1) determine the self-confidence of volleyball athletes of Pervas Club In Facing The Match, (2) find out the self-confidence of volleyball athletes of Yuso Sleman Club In Facing The Match, and (3) figure out the differences in self-confidence of volleyball athletes of Pervas and Yuso Sleman Club In Facing The Match.

This research was a descriptive comparative study. The research population was for about 208 volleyball athletes of Pervas Club and Yuso Sleman Club. The sampling technique used purposive sampling. The criteria were (1) still actively training at Pervas and Yuso Sleman Club, (2) male and female, (3) aged at least 14 years old, and (4) had participated in matches. Based on these criteria, there were 40 athletes from Pervas Club and 40 athletes from Yuso Sleman Club. The self-confidence instrument used a questionnaire. The data analysis used independent-samples t-test.

The research results show that (1) the self-confidence of volleyball athletes of Pervas club In Facing The Match are as follows: in the "very low" level at 0.00% (0 athlete), in the "low" level at 30.00% (12 athletes), in the "medium" level at 57.50% (23 athletes), in the "high" level at 12.50% (5 athletes), and in the "very high" level at 0.00% (0 athlete). (2) The self-confidence of volleyball athletes of Yuso Sleman In Facing The Match is as follows: in the "very low" level at 0.00% (0 athlete), in the "low" level at 12.50% (5 athletes), in the "medium" level at 60.00% (24 athletes), in the "high" level at 27.50% (11 athletes), and in the "very high" level at 0.00% (0 athlete). (3) There is a significant difference in the self-confidence of volleyball athletes of Pervas Club and Yuso Sleman Club In Facing The Match. The difference in self-confidence of volleyball athletes from Pervas Club and Yuso Sleman Club is at (-5.8), meaning that the self-confidence of volleyball athletes from Yuso Sleman club is better than the self-confidence of volleyball athletes of Pervas Club.

Keywords: *Self-Confidence, Volleyball Athletes, Pervas, Yuso Sleman*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas kasih dan karunia-Nya, sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi yang berjudul “Perbedaan Kepercayaan diri Menghadapi Pertandingan Atlet Bola Voli di Klub Pervas dan Yuso Sleman“ ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar sarjana Pendidikan.

Terselesaikannya Tugas Akhir Skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan peran berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., AIFO., selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh pendidikan.
2. Bapak Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
3. Bapak Dr. Fauzi, M.Si., selaku Ketua Departemen Pendidikan Keahlian Olahraga beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Ibu Dr. Risti Nurfadhila, S.Pd., M.Or., selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

5. Sekretaris dan Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Pengurus, pelatih, dan Atlet Bola Voli di Klub Pervas dan Yuso Sleman yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
7. Teman teman PKO FIKK angkatan 2020 selama saya kuliah, yang selalu menjadi teman setia menemani, hingga saya dapat menyelesaikan kuliah ini
8. Teman teman yang selalu menjadi teman dan mensupport hingga saya dapat menyelesaikan kuliah ini
9. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Semoga bantuan yang telah diberikan semua pihak dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan kebaikan dari Allah SWT. Penulis berharap semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 27 Juni 2024
Penulis,



Jhevonna Cahya Luckyza
NIM 20602241064

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	9
1. Hakikat Psikologi Olahraga.....	9
2. Hakikat Kepercayaan Diri.....	12
3. Hakikat Mental Dalam Bola Voli.....	23
B. Hasil Penelitian yang Relevan.....	29
C. Kerangka Berpikir.....	35
D. Pertanyaan Penelitian.....	37

BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	39
B. Tempat dan Waktu Penelitian	39
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	39
D. Definisi Operasional Variabel.....	41
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	41
F. Validitas dan Reliabilitas.....	43
G. Teknik Analisis Data.....	45
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	49
1. Karakteristik Atlet.....	49
2. Hasil Analisis Deskriptif.....	51
3. Hasil Uji Prasyarat.....	53
4. Hasil Uji Perbedaan.....	54
B. Pembahasan.....	55
C. Keterbatasan Penelitian	58
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	60
B. Implikasi	61
C. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	64
LAMPIRAN	69

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Berpikir.....	37
Gambar 2. Diagram Batang Kepercayaan Diri Atlet Bola Voli di Klub Pervas dan Yuso Sleman Saat Menghadapi Pertandingan.....	52

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Sampel Penelitian.....	40
Tabel 2. Alternatif Jawaban Angket.....	42
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Kepercayaan Diri.....	43
Tabel 4. Norma Berdasarkan Mean Aritmatik.....	46
Tabel 5. Karakteristik Atlet berdasarkan Jenis Kelamin.....	49
Tabel 6. Karakteristik Atlet berdasarkan Usia.....	50
Tabel 7. Karakteristik Atlet berdasarkan Lama Latihan.....	50
Tabel 8. Deskriptif Statistik Kepercayaan Diri Atlet Bola Voli di klub Pervas dan Yuso Sleman Saat Menghadapi Pertandingan.....	51
Tabel 9. Norma Penilaian Kepercayaan Diri Atlet Bola Voli di klub Pervas dan Yuso Sleman Saat Menghadapi Pertandingan.....	51
Tabel 10. Hasil Uji Normalitas.....	53
Tabel 11. Hasil Uji Homogenitas.....	54
Tabel 12. Uji Perbedaan Kepercayaan Diri Atlet Bola Voli di klub Pervas dan Yuso Sleman Saat Menghadapi Pertandingan.....	54

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari FIKK.....	70
Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian.....	71
Lampiran 3. Instrumen Penelitian.....	73
Lampiran 4. Data Kepercayaan Diri Atlet Pervas.....	76
Lampiran 5. Data Kepercayaan Diri Atlet Yuso Sleman.....	78
Lampiran 6. Deskriptif Statistik Kepercayaan Diri Atlet Pervas.....	79
Lampiran 7. Deskriptif Statistik Kepercayaan Diri Atlet Yuso Sleman.....	80
Lampiran 8. Hasil Analisis Uji Normalitas.....	81
Lampiran 9. Hasil Analisis Uji Homogenitas.....	82
Lampiran 10. Hasil Analisis <i>Independent Sample Test</i>	83
Lampiran 11. Tabel t.....	84
Lampiran 12. Dokumentasi.....	85

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan bola besar yang sangat digemari masyarakat Indonesia selain sepakbola dan bulu tangkis. Induk organisasi cabang olahraga bola voli adalah Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia (PBVSI). Dalam penyelenggaraannya PBVSI mengikuti peraturan *Federation Internationale de Volley Ball* (FIVB) yang merupakan induk organisasi bola voli internasional. Secara resmi FIVB menetapkan bahwa bola voli memiliki dua kategori kecabangan yaitu bola voli pantai yang pertandingannya dilakukan di pantai dengan 2 orang pemain dan bola voli *indoor/outdoor* yang terdiri dari 6 orang pemain. Dalam olahraga permainan yang menggunakan alat bantu bola besar, net, dan lapangan sebagai media permainannya, prestasi bola voli di Indonesia sangat membanggakan (Fadillah, 2023, p. 345).

Bola voli merupakan olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tiap tim terdiri dari 6 pemain di lapangan, dibatasi dengan net, tiap tim memiliki tiga kali sentuhan untuk mengembalikan bola pada tim lawan (Sumiyati, 2023, p. 34). Pertandingan dapat dimainkan selama lima set yang berarti pertandingan dapat berlangsung sekitar 90 menit, dimana seorang pemain dapat melakukan 250-300 aksi yang didominasi oleh kekuatan otot kaki yang eksplosif (Sumiyati, 2023, p. 34).

Bola voli adalah olahraga *intermittent* dengan dominasi serangan cepat dan diikuti oleh intensitas rendah dan intensitas tinggi yang terjadi berulang kali selama pertandingan berlangsung, sehingga pemain memerlukan kecepatan dan kelincahan baik tubuh bagian atas maupun tubuh bagian bawah secara maksimal (Rodríguez-Marroyo, et al., 2017, p. 364). Terdapat empat aspek yang perlu diperhatikan dalam permainan bola voli, yaitu: fisik, teknik, taktik, dan mental (Navkaria & Wijaya, 2021, p. 94). Aspek mental merupakan aspek yang sangat penting yang dibutuhkan hampir di seluruh cabang olahraga (Nopiyanto, dkk., 2019, p. 27). Salah satu hal yang menentukan keberhasilan atlet dalam menguasai keterampilan dan mengikuti kompetisi bola voli adalah aspek psikologis atau mental. Aspek mental akan membantu atlet dalam menghadapi tantangan penguasaan teknik gerak dan pertandingan (Sujarwo, 2023, p. 2; Dimiyati, dkk., 2023, p. 3). Berdasarkan pendapat beberapa ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa aspek mental sangat penting dalam olahraga bola voli.

Salah satu aspek mental yang perlu dimiliki oleh atlet bola voli di antaranya konsentrasi, kecemasan, motivasi, komunikasi, percaya diri, penetapan tujuan, kepemimpinan, dan hubungan interpersonal dalam tim. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek mental yang sangat penting dan berpengaruh pada performa atlet bola voli (Rahmad, dkk., 2021, p. 436). Percaya diri merupakan aspek yang sangat penting bagi seseorang untuk dapat mengembangkan potensinya. Percaya diri (*self confidence*) adalah meyakinkan pada kemampuan dan penilaian (*judgement*) diri sendiri dalam

melakukan tugas dan memilih pendekatan yang efektif (Prasetiawan, dkk., 2022, p. 44). Senada dengan hal tersebut, Nur, dkk., (2023, p. 11) mengemukakan rasa percaya diri merupakan keyakinan pada kemampuan diri sendiri yang mana percaya diri itu berawal dari tekad pada diri sendiri untuk melakukan segala sesuatu yang diinginkan dan dibutuhkan dalam hidup. Rasa percaya diri lebih menekankan pada kepuasan yang dirasakan individu terhadap dirinya, dengan kata lain individu yang percaya diri adalah individu yang merasa puas pada dirinya sendiri.

Kepercayaan diri berisi keyakinan yang terkait dengan kekuatan, kemampuan diri untuk melakukan dan meraih sukses, serta bertanggung jawab terhadap apa yang telah ditetapkan oleh dirinya (Sulistiadinata & Purbangkara, 2020, p. 33). Penampilan terbaik adalah korelasi langsung antara kepercayaan diri yang tinggi dan keberhasilan performa olahraga. Hal ini termasuk kepercayaan atas kemampuannya menghadapi lingkungan yang semakin menantang dan kepercayaan atas keputusan atau pendapatnya. Kepercayaan diri merupakan kunci penting terhadap performa atlet dalam olahraga tim (Nopiyanto, dkk., 2019, p. 28). Kepercayaan diri menjadi faktor utama dalam menentukan kualitas atlet ketika latihan maupun pertandingan, bahkan dalam kehidupan sehari-hari sekalipun (Murni, dkk., 2020, p. 94). Kepercayaan diri yang baik, segala halangan dan rintangan dapat teratasi dengan baik dan kesalahan-kesalahan yang dilakukan atlet bisa diminimalisir (Syahid & Wismanadi, 2018, p. 2).

Kurangnya rasa percaya diri pada atlet tidak akan menunjang tercapainya prestasi yang tinggi (Nisa & Jannah, 2021, p. 36). Kurang percaya diri berarti juga meragukan kemampuan diri sendiri dan cenderung untuk mempersepsikan segala sesuatu dari sisi negatif, sehingga menjadi bibit ketegangan, khususnya pada waktu menghadapi pertandingan melawan pemain yang seimbang kekuatannya, sehingga ketegangan tersebut akan berakhir pada kegagalan (Saharyllah, dkk., 2022, p. 29). Orang yang memiliki percaya diri yang baik akan mempunyai toleransi dan menghormati semua orang. Percaya diri akan memberikan suatu keberanian untuk memiliki semangat. Percaya diri juga menunjukkan bahwa manusia mempunyai hak yang sama untuk meraih sukses. Percaya diri merupakan hal yang sangat penting yang seharusnya dimiliki oleh semua orang. Adanya rasa percaya diri seseorang akan mampu meraih segala keinginan dalam hidupnya.

Berdasarkan hasil observasi di lapangan pada bulan Desember 2023 di klub bola voli Pervas dan Yuso Sleman menunjukkan bahwa performa atlet yang berlatih minimal 2 tahun di klub bola voli Pervas dan Yuso Sleman tidak lebih baik dari atlet yang baru masuk bergabung. Atlet saat latihan performanya bagus, tetapi ketika bertanding performanya tidak bagus. Berdasarkan pengamatan dan wawancara, atlet masih mengalami kegagalan dalam melakukan *smash* yang efektif dan efisien dikarenakan kurangnya kepercayaan diri saat bertanding. Idealnya, seorang atlet bola voli memerlukan waktu yang lama untuk dapat mempercayai dirinya di dalam pertandingan, atlet harus memiliki kepercayaan diri ketika bertanding (Murni,

dkk., 2020, p. 94). Tanpa adanya kepercayaan diri, maka banyak masalah yang akan timbul, atlet akan dihadapkan pada banyak masalah ketika bertanding, masalah internal, maupun eksternal. Keadaan ini akan merugikan baik itu tim maupun atlet secara individu untuk menampilkan penampilan terbaiknya (Akbar, dkk., 2023, p. 174).

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa aspek kepercayaan diri mempunyai hubungan yang signifikan dengan teknik bola voli. Penelitian Fadillah (2023) hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dari percaya diri terhadap hasil tes keterampilan *smash* bola voli, dengan nilai korelasi sebesar 0,916. Hasil penelitian Nur, dkk., (2023) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara percaya diri terhadap hasil tes keterampilan *smash* bola voli, dengan nilai korelasi sebesar 0.519. Penelitian Yanto & Barlian (2020) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh langsung percaya diri terhadap kemampuan *smash* dengan nilai Sig = 0, dan korelasi sebesar 0,921. Selanjutnya penelitian Bustomi (2019) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara rasa percaya diri dengan hasil keterampilan *jumping service* bola voli sebesar 46%.

Percaya diri mempengaruhi performa bermain. Individu dalam olahraga biasanya merujuk “bermain untuk menang” (Mirhan, 2016, p. 2). Atlet yang percaya diri cenderung bermain untuk menang: biasanya atlet tidak takut untuk mengambil risiko, sehingga dapat menguasai/mengontrol kompetisi untuk keuntungannya. Ketika atlet tidak percaya diri, mereka cenderung mengalami kekalahan saat bertanding (Candra & Prasetyo, 2022, p.

12). Berdasarkan pemaparan hasil observasi tersebut, penelitian ini bermaksud untuk membuktikan lebih dalam mengenai **“Perbedaan Kepercayaan Diri Atlet Bola Voli di Klub Pervas dan Yuso Sleman Saat Menghadapi Pertandingan”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Pemain Pervas masih mengalami kegagalan dalam melakukan *smash* yang efektif dan efisien dikarenakan kurangnya kepercayaan diri saat bertanding.
2. Pemain Yuso Sleman masih mengalami kegagalan dalam melakukan *smash* yang efektif dan efisien dikarenakan kurangnya kepercayaan diri saat bertanding.
3. Performa atlet yang berlatih minimal 2 tahun di klub bola voli Pervas dan Yuso Sleman tidak lebih baik dari atlet yang baru masuk bergabung.
4. Perbedaan kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan belum diketahui secara pasti.

C. Batasan Masalah

Melihat berbagai masalah yang muncul, maka masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini dibatasi pada perbedaan kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan.

D. Rumusan Masalah

Mengacu pada identifikasi dan batasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah yang diajukan yaitu:

1. Bagaimana tingkat kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas saat menghadapi pertandingan?
2. Bagaimana tingkat kepercayaan diri atlet bola voli di klub Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan?
3. Apakah terdapat perbedaan kepercayaan atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Mengetahui kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas saat menghadapi pertandingan.
2. Mengetahui kepercayaan diri atlet bola voli di klub Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan.
3. Mengetahui perbedaan kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan.

F. Manfaat Penelitian

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

1. Secara Teoritis

- a. Penulis berharap penelitian ini mampu menjadi salah satu bahan bacaan atau referensi untuk menunjukkan bukti-bukti secara ilmiah tentang perbedaan kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan.
- b. Dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan khususnya bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti tentang kepercayaan diri pemain bola voli.

2. Secara Praktis

- a. Peneliti, dapat mengetahui kebenaran perbedaan kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan.
- b. Pelatih dan atlet, dapat mengetahui pentingnya kepercayaan diri pemain bola voli

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Psikologi Olahraga

Psikologi adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku manusia. Objek material psikologi adalah terbatas pada aktivitas-aktivitas yang teramati melalui perwujudan tingkah laku atau perbuatan manusia. Berdasarkan batasan ini dapat dikatakan bahwa psikologi mencoba menerangkan hakikat perilaku manusia dengan menggali nilai-nilai yang terkandung dalam jiwa itu, meliputi kekuatan-kekuatannya, modus-modusnya, fungsi-fungsinya serta aktivitas-aktivitas yang dimanifestasikan ke dalam tingkah laku nyata (Dimiyati, 2019, p. 16). Dewi, dkk., (2018, p. 4) menjelaskan bahwa psikologi olahraga merupakan bidang studi baru dalam perkembangan ilmu psikologi, sejalan dengan perkembangan psikologi terapan atau *applied psychology* dalam berbagai bidang kehidupan. Psikologi olahraga adalah psikologi terapan, ilmu psikologi yang diterapkan terhadap atlet dan situasi dalam olahraga. Objek studi psikologi pada umumnya adalah gejala kejiwaan yang diselidiki dari tingkah laku dan pengalaman individu. Psikologi olahraga tumbuh dan berkembang menjadi cabang dari ilmu psikologi karena ada gejala kusus yang perlu dijadikan objek studi ilmu psikologi.

Psikologi olahraga adalah psikologi yang diterapkan dalam bidang olahraga, meliputi faktor-faktor yang berpengaruh secara langsung

terhadap atlet dan faktor-faktor di luar atlet yang dapat memengaruhi penampilan (*performance*) atlet tersebut Psikologi olahraga adalah ilmu yang mempelajari tentang tingkah laku dan pengalaman manusia berolahraga dalam interaksinya dengan manusia lainnya dan dalam situasi sosial yang merangsang. 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 (Kurniawan, dkk., 2021, p. 5).

Selanjutnya Kurniawan, dkk., (2021, p. 7) menjelaskan beberapa manfaat psikologi olahraga bagi guru/pelatih olahraga antara lain:

- a. memahami gejala-gejala psikologis yang muncul pada anak didik/atlet seperti motivasi, perasaan, pikiran, kecemasan, sikap, dan lain-lain,
- b. mengetahui, memahami, dan menginternalisasi gejala-gejala psikologi yang dianggap dapat memengaruhi peningkatan dan kemunduran prestasi anak didik/atlet,
- c. pengetahuan dan pemahaman tentang sejumlah faktor psikologi tersebut dapat dijadikan bahan untuk memecahkan problem-problem aplikatif dalam membina anak didik/ atlet,

- d. untuk mempelajari kemungkinan penerapan teori-teori psikologi olahraga dalam usaha pembinaan atlet, misalnya pembinaan mental (*mental training*), dan
- e. mempelajari hasil-hasil penelitian psikologis olahraga sebagai bahan perbandingan, serta kemungkinan menerapkan dalam latihan.

Selanjutnya Dewi, dkk., (2018, p. 6) menyatakan bahwa prestasi olahraga yang tinggi tidak hanya bergantung pada penguasaan teknik dan taktik saja, tetapi peranan kemantapan jiwa dalam melakukan latihan dan pertandingan ternyata juga ikut berpengaruh. Sampai seberapa jauh peranan kejiwaan itu terhadap pencapaian prestasi dalam olahraga menjadi masalah yang ingin dipecahkan baik oleh para ahli olahraga maupun ahli ilmu jiwa. Psikologi olahraga merupakan bidang terapan yang mengkaji tingkah laku atlet sebagai individu dan sebagai peserta kegiatan olahraga yaitu: (1) Identifikasi terhadap ciri-ciri psikis atlet dalam jenis olahraga tertentu. (2) Pengembangan serta pembinaan ciri-ciri psikis yang menunjang kegiatan olahraga. (3) Perhatian terhadap keadaan-keadaan yang mempengaruhi peningkatan prestasi.

Berdasarkan uraian tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa psikologi olahraga merupakan sebagai seorang individu dan gejala-gejala psikologis dan sosial yang berpengaruh terhadap kepribadian dan penampilan. Ada tujuan utama mengkaji psikologi olahraga, yaitu 1) mengkaji pengaruh dari faktor-faktor psikologis terhadap penampilan

Olahragawan; dan 2) mengkaji pengaruh dari keikutsertaannya dalam aktivitas jasmani dalam mengembangkan kesehatan dan kesejahteraan.

2. Hakikat Kepercayaan Diri

a. Pengertian Percaya Diri

Mengukur jika seorang pemain merasa tertantang oleh situasi tekanan dan dapat berkinerja baik meskipun sedang dalam kondisi di bawah tekanan. Kepercayaan diri dapat berpengaruh pada sifat emosional, perasaan dan imajinasi seorang pemain. Komarudin (2017, p. 36) menjelaskan bahwa “pemain yang memiliki kepercayaan diri selalu berpikir positif untuk menampilkan sesuatu yang terbaik dan memungkinkan timbul keyakinan pada dirinya bahwa dirinya mampu melakukannya, sehingga penampilannya tetap baik”. Sebaliknya pemain yang memiliki pikiran negatif dan tidak percaya pada dirinya mampu melakukannya, sehingga penampilannya menurun.

Mylsidayu (2018, p. 103) bahwa “kepercayaan diri adalah sebetulnya keyakinan kuat pada jiwa, kesepahaman dengan jiwa, dan kemampuan menguasai jiwa”. Pemain yang memiliki kepercayaan diri selalu berpikiran positif terhadap situasi dan kondisi dan pemain tersebut merasa yakin bisa menampilkan sesuatu yang maksimal sehingga penampilannya tetap baik dan stabil, tetapi pemain yang berpikiran negatif terhadap situasi dan kondisi, sehingga berpikiran ragu dalam menampilkan sesuatu, pada pemain tersebut kurang

adanya rasa percaya diri dan penampilannya akan menurun. Begitu pula Komarudin (2017, p. 67) menjelaskan bahwa “kepercayaan berisi keyakinan yang terkait dengan kekuatan, kemampuan diri untuk melakukan dan meraih sukses, serta bertanggung jawab terhadap apa yang telah ditetapkan oleh dirinya”.

Kepercayaan diri adalah rasa keyakinan dalam diri dimana ia akan mampu menyelesaikan tugasnya dengan baik dalam suatu kinerja. Percaya diri merupakan salah satu modal utama dan syarat mutlak untuk mencapai prestasi olahraga. Kepercayaan diri dipengaruhi oleh aspek objektif yang berkaitan dengan aspek motivasi berprestasi yaitu *feed back*/melakukan evaluasi pada diri individu suatu penilaian terhadap diri sendiri sangat penting. Dilihat dari Individu yang memiliki kepercayaan diri dan motivasi berprestasi tinggi sangat menyukai *feed back* atas pekerjaan yang telah dilakukannya. Ia menganggap *feed back* sangat berguna sebagai perbaikan hasil kerja dimasa mendatang (evaluasi) (Komarudin & Risqi, 2020, p. 47).

Kepercayaan diri merupakan perasaan yakin atau memiliki tingkat kepastian tentang suatu kemampuan untuk sukses dalam olahraga. Kepercayaan diri terfokus kepada apa yang dapat dilakukan dengan kemampuan yang dimiliki seorang atlet. Kondisi mental ini berasal dari determinasi diri yang berfungsi untuk memacu diri sehingga akan memberikan pengaruh yang baik

terhadap perkembangan atlet pemula dimana determinasi merupakan gabungan antara motivasi intrinsik yang tinggi dan komitmen diri untuk sukses dalam tujuan yang diinginkan (Martins et al., 2017, p. 39).

Kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang, tanpa adanya kepercayaan diri akan banyak menimbulkan masalah pada diri seseorang. Kepercayaan diri secara umum merupakan bagian penting dan karakteristik kepribadian seseorang yang dapat memfasilitasi kehidupan seseorang. Lebih lanjut dikatakan pula bahwa kepercayaan diri yang rendah akan memiliki pengaruh negatif terhadap penampilan seseorang. Kepercayaan diri adalah sesuatu yang harus mampu menyalurkan segala yang diketahui dan segala yang dikerjakan. Kepercayaan diri itu lahir dari kesadaran bahwa jika memutuskan untuk melakukan sesuatu, sesuatu itu pula yang harus dilakukan. Kepercayaan diri itu akan datang dari kesadaran seorang individu bahwa individu tersebut memiliki tekad untuk melakukan apapun, sampai tujuan yang ia inginkan tercapai (Nisa & Jannah, 2021, p. 38)

Percaya diri adalah yakin akan kemampuannya untuk menyelesaikan suatu pekerjaan dan masalah. Seseorang dengan percaya diri, akan merasa dirinya berharga dan mempunyai kemampuan menjalani kehidupan, mempertimbangkan berbagai pilihan dan membuat keputusan sendiri. Weinberg & Gould (2015, p.

245) menjelaskan; “rasa percaya diri (*self confidence*) erat kaitannya dengan falsafah pemenuhan diri (*self-fulfilling prophesy*) dan keyakinan diri (*self-efficacy*). Seorang pemain yang memiliki rasa percaya diri yang baik percaya bahwa dirinya akan mampu menampilkan kinerja olahraga seperti yang diharapkan.

Kepercayaan diri adalah keyakinan atau kesadaran akan kemampuan diri untuk melaksanakan suatu tugas dengan baik. Kepercayaan diri sering digunakan untuk merujuk kepada sikap positif dan sehat dalam diri pemain untuk tampil optimal. Kepercayaan diri merupakan salah satu faktor penentu suksesnya seorang pemain. “Kepercayaan diri menguatkan motivasi mencapai prestasi dalam Sepakbola, karena semakin tinggi kepercayaan atas kemampuan diri, semakin kuat pula semangat untuk berusaha mencapai prestasi (Dimiyati, 2019, p. 46).

Self confidence dapat ditingkatkan/dibangun dalam berbagai cara antara lain seperti *acomplishing* melalui kinerja, bertindak percaya diri, berpikir percaya diri, menggunakan citra, menggunakan tujuan *mapping*, optimis pada kondisi fisik, dan mempersiapkan semuanya sebelum bertanding (Tangkudung & Mylsidayu, 2017, p. 129). Ada beberapa cara untuk membangkitkan *self confidence* pada diri olahragawan apabila mengalami penurunan *self confidence* dalam pertandingan, yakni sebagai berikut:

- 1) Bangkitkan kembali ingatan pada kesuksesan yang pernah diraih di masa lalu

- 2) Ingatlah kembali kekuatan yang ada pada diri, kuatkan kenyataan bahwa telah bermain di masa lalu berarti dapat mengulanginya lagi.
- 3) Percaya pada kemampuan dan diri sendiri.
- 4) Hindari menghakimi diri sendiri.
- 5) Jangan terlalu berhati-hati agar tidak melakukan kesalahan selama bertanding.

Berdasarkan uraian tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan kepercayaan diri dalam penulisan ini adalah keyakinan terhadap kemampuan dirinya sendiri yang dimiliki oleh pemain agar mendapatkan hasil yang maksimal dan meraih kesuksesan.

b. Tipe-Tipe Percaya Diri

Tangkudung & Mylsidayu (2017, pp. 123-126) menjelaskan bahwa ada beberapa tipe percaya diri yang dimiliki seseorang, di antaranya yaitu:

1) Percaya diri yang proporsional

Percaya diri yang optimal berarti seseorang akan merasa menjadi begitu yakin dapat mencapai tujuan, akan berusaha keras untuk dapat melakukannya. Seseorang tidak akan selalu tampil baik, tetapi penting untuk mencapai potensi. Keyakinan yang kuat akan membantu mengurangi kesalahan dan dengan kesalahan akan berusaha untuk memperbaiki dan dapat menuju kesuksesan, serta setiap orang memiliki tingkat percaya diri yang optimal. Beberapa ciri atau karakteristik individu yang mempunyai rasa percaya diri yang proporsional (optimal) yakni.

- a) Percaya akan kompetensi/kemampuan diri, hingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun hormat orang lain.
 - b) Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok.
 - c) Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri.
 - d) Punya pengendalian diri yang baik (tidak *moody* dan emosinya stabil).
 - e) Memiliki internal *locus of control* (memandang keberhasilan atau kegagalan, bergantung pada usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak tergantung/mengharapkan bantuan orang lain).
 - f) Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain, dan situasi di luar dirinya.
 - g) Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.
- 2) Tidak percaya diri (*Lack confidence*)

Banyak orang memiliki keterampilan fisik untuk dapat meraih sukses akan tetapi banyak yang kurang percaya diri pada kemampuannya pada waktu permainan ataupun pertandingan. Keraguan diri merusak kinerja yakni keraguan dapat

menciptakan kegelisahan, memecahkan konsentrasi dan menimbulkan keraguan, individu yang kurang percaya diri menjadi terganggu, seseorang menjadi ragu akan kemampuan dia sendiri. Kurang percaya diri artinya meragukan kemampuan sendiri. Kurang percaya diri merupakan hambatan untuk mencapai prestasi. Olahragawan akan merasa kurang mampu/kurang percaya atas kemampuannya apabila mengalami kegagalan. Akibatnya mudah putus asa dan apabila dituntut untuk berprestasi lebih tinggi maka akan mengalami frustrasi. Olahragawan yang *lack of confidence* (kurang percaya diri) cenderung menetapkan target lebih rendah dari tingkat kemampuannya, sehingga individu seperti ini tidak akan menjadi juara. Karakteristik individu yang kurang percaya diri sebagai berikut.

- a) Berusaha menunjukkan sikap konformis, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok.
- b) Menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan.
- c) Sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri, namun di lain pihak memasang harapan yang tidak realistik terhadap diri sendiri.
- d) Pesimis, mudah menilai segala sesuatu dari sisi negatif.

e) Takut gagal, sehingga menghindari segala risiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil.

3) Terlalu Percaya diri (*overconfidence*)

Seseorang yang terlalu percaya diri diartikan bahwa kepercayaannya lebih besar dari kemampuannya. Kinerja menjadi menurun karena percaya bahwa tidak perlu mempersiapkan diri atau mengerahkan usaha untuk mendapatkan hasil yang semaksimal mungkin. Olahragawan tidak bisa terlalu percaya, namun jika keyakinan anda didasarkan pada keterampilan dan kemampuan aktual sebagai aturan umum terlalu percaya diri bisa mengakibatkan kegagalan. Individu yang *over confidence* mengakibatkan sesuatu yang kurang menguntungkan karena merasa tidak terkalahkan atau menganggap lemah lawan. *Over confidence* ini terjadi karena olahragawan menilai kemampuan dirinya sendiri melebihi dari kemampuan yang dimiliki, sehingga sering melakukan perhitungan yang salah dalam menghadapi pertandingan dan kalah.

c. Manfaat Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri sangat mendukung pemain untuk mencapai keberhasilan dalam perlombaan. Berkurang atau hilangnya kepercayaan diri dapat mengakibatkan penampilan pemain di bawah kemampuan yang sesungguhnya. Untuk itu pemain tidak perlu ragu dengan kemampuan yang dimilikinya, sepanjang pemain telah

berlatih dengan sungguh-sungguh dan memiliki pengalaman mengikuti perlombaan yang banyak. Komarudin (2017, p. 72), menyatakan bahwa “kepercayaan diri dalam olahraga sangat penting, yang erat hubungannya dengan “*emotional security*”. Makin kuat kepercayaan pada dirinya makin kuat pula *emotional security*nya. Rasa percaya diri menimbulkan rasa aman, yang tampak pada sikap dan tingkah laku pemain”.

Tangkudung & Mylsidayu (2017, p. 121) menyatakan bahwa Kepercayaan diri ditandai dengan harapan yang tinggi. Keberhasilan dapat membantu individu untuk membangkitkan emosi positif, memfasilitasi konsentrasi, mencapai tujuan, meningkatkan kepercayaan, upaya meningkatkan strategi permainan, menjaga momentum, dan mempengaruhi kinerja. Pada intinya, kepercayaan dapat mempengaruhi perilaku dan kognisi. Sementara itu pendapat Dimiyati (2019, p. 48-49) menjelaskan dampak kepercayaan diri bagi pemain yaitu:

- 1) Kepercayaan diri akan memberikan pemain perasaan positif, ketika pemain merasa yakin, maka dia akan lebih tenang dan santai dalam menghadapi tekanan.
- 2) Kepercayaan diri dapat mendorong pemain untuk meregangkan diri sendiri dalam mencapai hasil yang lebih tinggi.
- 3) Kepercayaan diri dapat mendorong upaya dan ketekunan. Pemain yang memiliki keyakinan diri akan melakukan pekerjaan dengan penuh kerja keras dan bertahan lebih lama, terutama dalam kondisi yang sulit.
- 4) Kepercayaan diri dapat mempengaruhi cara bermain pemain. Pemain yang memiliki rasa percaya diri cenderung bermain untuk menang, dalam arti bahwa mereka ingin

menguasai bola, tidak takut untuk mengambil risiko, dan mengambil kendali pertandingan.

Weinberg & Gould (2015, p. 322) menjelaskan bahwa rasa percaya diri dapat memberi dampak positif pada individu pemain, yaitu:

- 1) Meningkatkan emosi positif, artinya adalah ketika seorang pemain memiliki kepercayaan diri, pemain tersebut akan merasa tenang dan rileks meskipun sedang berada dalam tekanan.
- 2) Memfasilitasi konsentrasi, artinya kepercayaan diri dapat memfasilitasi pemain untuk tetap berkonsentrasi selama pertandingan. Tetapi ketika pemain tersebut merasa kurang percaya diri, pemain tersebut cenderung merasa ragu untuk melakukan penampilan yang terbaik.
- 3) Memberi efek positif pada tujuan, artinya adalah pemain yang memiliki kepercayaan diri akan tertantang dan aktif untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.
- 4) Meningkatkan kerja keras, artinya pemain yang bertanding dengan lawan yang sepadan maka pemain tersebut yang memiliki kepercayaan diri akan melakukan usaha yang lebih untuk memenangkan suatu pertandingan, jadi dengan kata lain pemain akan bertanding untuk meraih kemenangan.

Percaya diri sangat dipengaruhi oleh adanya harapan positif akan sesuatu hal tertentu. Harapan positif akan membawa dampak positif pada penampilan, demikian juga harapan negatif akan membawa dampak negatif pada penampilan (falsafah pemenuhan diri atau *self fulfilling prophesy*). Bandura (Krisno, dkk., 2020, p. 2) menyatakan adapun positif dan negatifnya harapan seseorang juga banyak dipengaruhi oleh keyakinan diri orang tersebut bahwa ia akan mampu menyelesaikan atau merampungkan tugasnya dengan baik (keyakinan diri atau *self-efficacy*).

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa manfaat kepercayaan diri sangat mendukung pemain untuk mencapai keberhasilan dalam perlombaan. Berkurang atau hilangnya kepercayaan diri dapat mengakibatkan penampilan pemain di bawah kemampuan yang sesungguhnya. Untuk itu pemain tidak perlu ragu dengan kemampuan yang dimilikinya, sepanjang pemain telah berlatih dengan sungguh-sungguh dan memiliki pengalaman mengikuti perlombaan yang banyak.

d. Aspek-aspek Kepercayaan Diri

Wulandari, dkk., (2021, p. 121) mengemukakan aspek-aspek kepercayaan diri dari yang positif, yaitu: (1) Keyakinan akan kemampuan diri, yaitu sikap positif individu tentang dirinya bahwa ia mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukan. (2) Optimis, yaitu sikap positif individu yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan, dan kemampuan. (3) Objektif, yaitu sikap individu yang memandang permasalahan ataupun segala sesuatu sesuai dengan kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri. (4) Bertanggung jawab, yaitu kesediaan individu untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya. (5) Rasional dan realistis, yaitu kemampuan menganalisis suatu masalah, sesuatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Pendapat Sabarrudin, dkk., (2022, p. 435) bahwa kepercayaan diri mencakup tiga aspek yaitu:

- 1) Aspek tingkah laku adalah kepercayaan diri untuk mampu bertindak dan melakukan segala sesuatu sendiri, meliputi: keyakinan diri, sikap penerimaan, dan sikap optimis.
- 2) Aspek emosi adalah aspek yang berkenaan dengan keyakinan dan kemampuan untuk menguasai segenap sisi emosi, meliputi: penilaian diri, ekspresi emosi, dan sikap positif.
- 3) Aspek spiritual adalah aspek kepercayaan diri yang berupa keyakinan pada takdir Tuhan serta keyakinan bahwa hidup memiliki tujuan hidup yang positif.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kepercayaan diri terdiri atas aspek tingkah laku, aspek emosi dan aspek spiritual. Aspek ini akan dikembangkan menjadi butir-butir instrumen untuk mengukur kepercayaan diri atlet.

3. Hakikat Mental dalam Bola Voli

Aspek mental merupakan aspek yang sangat penting yang dibutuhkan hampir di seluruh cabang olahraga. Untuk meningkatkan prestasi maksimal tidak hanya dibutuhkan kemampuan fisik, teknik, taktik, atau strategi, tetapi latihan mental memegang peranan penting untuk menghasilkan mental yang baik. Hal ini sesuai dengan pendapat Rushall (Komarudin, 2013: 2) "*mental skills training for sport is designed to*

produce psychology state and skills in athletes that will lead to performance anchacement”.

Apabila dalam aspek tersebut terpenuhi oleh sebuah tim sudah bisa dipastikan prestasi akan bisa diraih, seperti yang dikatakan oleh (Ibrahim, 2008:112) “untuk meraih prestasi puncak sebagai suatu perwujudan aktualisasi diri bagi atlet, modal utama adalah harus memiliki kesehatan yang prima, baik fisik maupun mental, agar tercapai prestasi yang optimal”.

Olahraga bola voli, ditemukan pada tahun 1895 di YMCA di Holyoke, Massachusetts telah menjadi salah satu olahraga paling populer di dunia. Bola voli yaitu suatu cabang olahraga beregu, dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu menempati petak lapangan permainan yang dibatasi oleh jaring atau net. Bola voli adalah olahraga yang dapat dimainkan oleh anak-anak sampai orang dewasa wanita maupun pria. Bermain bola voli akan berkembang secara baik unsur-unsur daya pikir kemampuan dan perasaan. Di samping itu, kepribadian juga dapat berkembang dengan baik terutama kontrol pribadi, disiplin, kerjasama, dan rasa tanggung jawab terhadap apa yang diperbuatnya (Syamsuryadin, dkk., 2021, p. 193).

Permainan bola voli adalah permainan tim yang beranggotakan 6 orang permainan dengan tujuan permainan mematikan bola di daerah lawan, serta salah satu permainan yang menjadi permainan yang memasyarakat di Indonesia (Destriana, dkk., 2021, p. 115). Pendapat (Arte, et al., 2019, p. 138) bahwa permainan bola voli termasuk salah satu

olahraga beregu yang dimainkan oleh dua regu, setiap regu terdiri dari enam orang. Dalam praktiknya kedua regu harus melewatkan bola di atas net serta menjatuhkannya pada daerah pertahanan lawan guna meraih kemenangan.

Permainan bola voli adalah olahraga yang berbentuk bolak-balik di udara di atas jaring. Jaring dengan maksud untuk menjatuhkan bola ke dalam plot bidang berlawanan untuk mencari kemenangan. Dalam permainan bola voli bisa digunakan bagian tubuh dan permainan bola voli bisa dimainkan oleh dua tim, masing-masing tim terdiri dari enam pemain. Bola voli merupakan permainan yang dimainkan oleh dua tim yang dipisahkan oleh sebuah net, permainan menggunakan tangan dengan cara dipantulkan. Tujuan permainan bola voli yakni melewatkan bola dari atas net agar dapat jatuh menyentuh dasar (lantai) wilayah lapangan lawan serta untuk mencegah bola yang sama dari lawan. Setiap tim dapat memainkan tiga pantulan untuk mengembalikan bola di luar perkenaan blok. Memantulkan bola merupakan salah satu karakteristik permainan bola voli yang dilakukan maksimal tiga kali, setelah itu bola harus segera diseberangkan ke wilayah lawan. Seluruh permainan melibatkan keterampilan dalam mengolah bola dengan kedua tangan (Wijaya & Kartika, 2021, p. 42).

Haq & Hermanzoni (2019, p. 294) bahwa permainan bola voli termasuk salah satu olahraga beregu yang dimainkan oleh dua regu, setiap regu terdiri dari enam orang. Dalam praktiknya kedua regu harus

melewatkan bola di atas net serta menjatuhkannya pada daerah pertahanan lawan guna meraih kemenangan. Bola voli adalah salah satu olahraga kompetitif dan rekreasi yang paling sukses dan populer di dunia. Pendapat Saputra & Aziz (2020, p. 32) bahwa permainan bola voli adalah olahraga yang berbentuk bolak-balik di udara di atas jaring. Jaring dengan maksud untuk menjatuhkan bola ke dalam plot bidang berlawanan untuk mencari kemenangan. Dalam permainan bola voli bisa digunakan bagian tubuh dan permainan bola voli bisa dimainkan oleh dua tim, masing-masing tim terdiri dari enam pemain.

Dearing (2019, p. vi) bahwa untuk bola voli wanita, jarak jaringnya adalah 2,24 meter tinggi; untuk bola voli putra, netnya adalah 2,43 meter tinggi. Lapangan berbentuk persegi empat dengan ukuran 9 x 18 meter dan dengan ketinggian net 2,24 m untuk putri dan 2,43 m untuk putra. Jaring harus digantung erat untuk menghindari kendur dan untuk memungkinkan bola didorong ke gawang untuk memantul dengan bersih, bukan jatuh langsung ke lantai. Pada pertandingan bola voli ketinggian net pria adalah 2,43 meter dan untuk perempuan adalah 2,24 meter. Laporta, et al., (2021, p. 161) menjelaskan bahwa dalam permainan bola voli bisa digunakan bagian tubuh dan permainan bola voli bisa dimainkan oleh dua tim, masing-masing tim terdiri dari enam pemain.

Berdasarkan pendapat ahli di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa bola voli adalah permainan yang terdiri atas dua regu yang beranggotakan enam pemain, dengan diawali memukul bola untuk dilewatkan di atas net

agar mendapatkan angka, namun tiap regu dapat memainkan tiga pantulan untuk mengembalikan bola. Permainan dilakukan di atas lapangan berbentuk persegi empat dengan ukuran 9 x 18 meter dan dengan ketinggian net 2,24 m untuk putri dan 2,43 m untuk putra yang memisahkan kedua bidang lapangan.

Permainan bola voli ada beberapa bentuk penguasaan keterampilan permainan yang harus di kuasai. Keterampilan bermain dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal. Tujuan permainan bola voli adalah memperagakan teknik dan taktik memainkan bola di lapangan untuk meraih kemenangan dalam setiap pertandingan. Penguasaan keterampilan bermain dalam permainan bola voli terdiri atas; *service, receive, attack, block, toss*, dan *dig* (Azzaky & Irsyada, 2019, p. 2).

Bola voli adalah olahraga beregu yang menyatukan 6 orang pemain yang memiliki tugas masing-masing dalam setiap tim maka dalam olahraga ini setiap tim memiliki ciri khas atau karakteristik permainan yang berbeda-beda antara satu tim dengan tim lainnya, dikarenakan setiap tim memiliki individu pemain yang berbeda-beda dengan teknik permainan dan keterampilan bermain yang berbeda-beda. Serangan adalah suatu strategi yang digunakan oleh pemain untuk mendapatkan suatu poin, serangan juga sangat berperan penting pada kemenangan saat pertandingan. setiap tim bola voli , pelatih selalu memiliki teknik atau taktik tersendiri dalam

melakukan serangan, karena setiap pelatih memiliki keinginan dan tujuan agar serangan yang dibangun tim menjadi akurat dan mendapatkan poin (Irwanto & Nuriawan, 2021, p. 2).

Pertandingan bola voli, penggunaan *skill* yang dimiliki serta penggunaan taktik dan siasat terkadang lebih rendah dibandingkan penggunaan emosi tinggi. Penggunaan teknik menjadi tidak terarah dan pertandingan menjadi emosional. Hal ini tidak kondusif bagi pertandingan yang sportif dan menarik. Kekompakan tim akan melemah karena ada kesenjangan harapan dan kenyataan. Koordinasi dan kerjasama tim akan mempengaruhi hasil akhir dari pertandingan terutama pada pertandingan beregu. Secara psikologis kondisi mental akan berpengaruh terhadap perilaku atlet dan kekompakan tim di lapangan. Kondisi mental penting dalam olahraga bola voli adalah kepercayaan diri.

Kepercayaan diri berisi keyakinan yang terkait dengan kekuatan, kemampuan diri untuk melakukan dan meraih sukses, serta bertanggung jawab terhadap apa yang telah ditetapkan oleh dirinya. Penampilan terbaik adalah korelasi langsung antara kepercayaan diri yang tinggi dan keberhasilan performa olahraga. Hal ini termasuk kepercayaan atas kemampuannya menghadapi lingkungan yang semakin menantang dan kepercayaan atas keputusan atau pendapatnya (Sulistiadinata & Purbangkara, 2020, p. 33).

B. Hasil 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 Murni, dkk., (2020) berjudul “Tingkat Kepercayaan diri menghadapi pertandingan atlet bola voli Club Tugu Muda Semarang dalam Bertanding Event Kejuaraan Antar Club di Kabupaten Jepara”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri atlet club bola voli Tugu Muda Semarang dalam bertanding even kejuaraan antar club di Kabupaten Jepara. Penelitian ini dilakukan di club tugu muda Semarang yang berjumlah 14 atlet. Teknik penentuan sampel dengan menggunakan *total sampling*. Sempel penelitian ini yaitu atlet bola voli Club Tugu Muda Semarang yang sebanyak 14 atlet. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan data menggunakan angket. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri menghadapi pertandingan atlet bola voli Club Tugu Muda Semarang dalam bertanding berada pada kategori tinggi sebanyak (79%), kategori sedang sebanyak (14%), dan kategori sangat tinggi sebanyak (7%) dengan faktor pembentuk pada faktor internal (konsep diri, harga diri, pengalaman dan kondisi fisik) yang kategori tinggi sebanyak (50%), kategori sangat tinggi sebanyak (29%) dan yang memiliki kepercayaan diri kategori sedang sebanyak (21%). Pada faktor eksternal (pendidikan, pekerjaan dan lingkungan) yang kategori tinggi

(86%), kategori sangat tinggi (0%) dan yang memiliki kepercayaan diri kategori sedang sebanyak (14%).

2. Penelitian yang dilakukan Rahmad, dkk., (2021) berjudul “Pengaruh Kondisi Fisik Umum terhadap Kepercayaan diri menghadapi pertandingan atlet bola voli SMA N 8 Padang”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pengaruh kondisi fisik umum terhadap kepercayaan diri menghadapi pertandingan atlet bola voli SMA N 8 Padang. Populasi dalam penelitian ini adalah semua atlet Bola voli SMA N 8 Padang yang berjumlah 13 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 9 orang dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Data daya tahan aerobik dilakukan dengan bleep test, kekuatan otot lengan menggunakan tes *pull up*, kecepatan menggunakan tes lari 10 meter, kelenturan menggunakan tes kayang (*bridge*), dan kepercayaan diri diukur menggunakan kuesioner. Jenis penelitian ini adalah korelasional. Berdasarkan hasil analisis data, bahwa ternyata kondisi fisik umum mempunyai hubungan yang berarti (signifikan) dengan kepercayaan diri menghadapi pertandingan atlet bola voli SMA N 8 Padang. Dimana hal ini dapat dilihat berdasarkan analisis uji signifikan diperoleh $t_h = 1,912 > t_t = 1,895$. Artinya semakin baik kondisi fisik umum atlet, semakin baik pula kepercayaan diri atlet.
3. Penelitian yang dilakukan Nur, dkk., (2023) berjudul “Hubungan Percaya Diri terhadap Kemampuan *Smash* Bola Voli Tim Rajawali PIR Trans Sosa”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar

Kontribusi Percaya Diri terhadap Kemampuan *Smash* Bola Voli Tim Rajawali Pir Trans Sosa Unit IV Hutaraja Tinggi Kabupaten Padang Lawas. Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode angket. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen angket dan teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif dengan rumus persentase. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 15 orang dengan menggunakan teknik sampling jenuh yaitu semua anggota populasi dijadikan sampel. Berdasarkan analisis data dan pembahasan yang telah dipaparkan terdahulu, maka dapat dikemukakan kesimpulan sebagai berikut: diperoleh $r_o = 0.519 > r_t = 0.514$ pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$. Kesimpulan dari penelitian ini adalah hubungan percaya diri terhadap kemampuan *smash* bola voli tim Rajawali Pir Trans Sosa dengan diperoleh $r_o = 0.519 > r_t = 0.514$.

4. Penelitian yang dilakukan Purnomo & Hariono (2020) berjudul "Kepercayaan diri pada kemampuan *smash* tiga meter pada bola voli ". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri atlet dalam *smash* tiga meter pada bola voli . Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Instrumen yang digunakan adalah angket kepercayaan diri atlet sebanyak 20 pertanyaan. Subjek penelitian adalah 12 atlet ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 1 Pundong Bantul. Teknik analisis data yang digunakan adalah validitas yang diukur dengan menggunakan rumus Korelasi *Product Moment* dan reliabilitas diperoleh 0,428 dengan menggunakan *Cronbach's Alpha*. Hasil penelitian

menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri menghadapi pertandingan atlet bola voli SMA Negeri 1 Pundong saat melakukan smash tiga meter berada pada kategori: Sangat Rendah, 5 orang (41,6%); Rendah, 3 orang (25%); Tinggi, 2 orang (16,7%); Sangat tinggi, 2 orang (16,7%). Kemampuan *smash* tiga meter hanya bisa dilakukan oleh terutama di *spiker* terbuka dan serba bisa. Hal itu diperlukan untuk mendukung kemampuannya dalam melakukan *smash* tiga meter.

5. Penelitian yang dilakukan Syahrial, dkk., (2021) berjudul “Evaluasi Kecemasan dan Kepercayaan Diri Atlet Klub Bola Voli Pambers Tahun 2021”. Tujuan penelitian untuk mengetahui bagaimana tingkat kecemasan dan kepercayaan diri atlet Klub Bola Voli Pambers tahun 2021. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis deskriptif, adapun metode yang digunakan yaitu evaluasi. Metode yang digunakan adalah menyebarkan angket dengan teknik pengumpulan data. Adapun yang menjadi populasi adalah sebanyak 12 atlet, sehingga pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling*, yaitu dimana seluruh atlet dijadikan sampel. Hasil penelitian (1) Tingkat kecemasan pada Atlet Klub bola Voli Pambers Tahun 2021 berada dalam kategori agak rendah dengan perolehan sebanyak 12 atlet (100%), ini merupakan hal yang baik, artinya atlet dapat mengelola tingkat kecemasannya. (2) Tingkat kepercayaan diri atlet Klub bola Voli Pambers Tahun 2021 berada pada kategori agak rendah, dengan diperolehnya sebanyak sebanyak 3 atlet (25%) berada pada kategori rendah dan 5 atlet (41,6%) berada pada kategori agak rendah,

sebanyak 2 atlet (16,6%) berada pada kategori agak tinggi dan 2 atlet (16,6%) berada pada kategori tinggi.

6. Penelitian yang dilakukan Fadillah (2023) berjudul “Hubungan Kekuatan Otot Lengan, Koordinasi Mata Tangan, dan Rasa Percaya Diri terhadap Keterampilan *Spike* Bola voli”. Penelitian Ini bertujuan untuk mengetahui hubungan otot lengan (X1), koordinasi mata tangan (X2) dan percaya diri siswa (X3) terhadap hasil *spike* bola voli (Y). Sampel penelitian berjumlah 39 orang seluruh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli. Metode dalam penelitian ini berupa tes praktek dan penyebaran angket. Variabel koordinasi diukur dengan instrumen *wall past test*, sementara keterampilan bola voli di ukur dengan *spike*, angket digunakan untuk penilaian kepercayaan diri siswa. Hasil pengujian hipotesis yang di peroleh dalam tarap signifikan $\alpha = 0.05$ adalah (1) terdapat hubungan yang signifikan dari otot lengan terhadap hasil tes keterampilan *spike*, (2) terdapat hubungan yang signifikan dari koordinasi mata tangan terhadap hasil tes keterampilan *spike* bola voli, (3) terdapat hubungan yang signifikan dari percaya diri terhadap hasil tes keterampilan *spike* bola voli, (4) Hubungan otot lengan, koordinasi mata tangan, dan rasa percaya diri secara bersama-sama terhadap hasil tes keterampilan *spike* bola voli adalah sebesar 88%.
7. Penelitian yang dilakukan Nopiyanto, dkk., (2022) berjudul “Pengaruh Latihan *Imagery* terhadap Kepercayaan Diri Atlet”. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *imagery* terhadap kepercayaan diri atlet putra di klub bola voli Panorama. Peneliti menggunakan metode

kuantitatif dengan pendekatan kuasi eksperimen *one group pre-test posttest design*. Peneliti melakukan perlakuan dengan memberikan latihan *imagery* selama delapan pertemuan. Teknik dan instrumen pada penelitian ini menggunakan angket kepercayaan diri yang sudah divalidasi oleh dua ahli. Sampel dalam penelitian dalam penelitian ini berjumlah 20 atlet. Data dianalisis menggunakan uji-t. Hasil analisis uji-t menunjukkan bahwa $t_{hitung} = 9,132 > t_{tabel} 2,093$. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri atlet berada pada kategori baik dengan presentase sebesar 45%, sedangkan hasil *post-test* menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kepercayaan diri atlet dengan presentase sebesar 60%.

Berdasarkan tujuh (7) penelitian yang relevan secara umum tujuan penelitian adalah untuk mengetahui perbedaan kepercayaan diri menghadapi pertandingan atlet bola voli. Instrumen penelitian dilakukan dengan menggunakan angket yang disebar ke beberapa sampel. Metode penelitian diatas menggunakan survei, evaluasi, dan penyebaran angket. Dengan teknik analisis data menggunakan uji prasyarat.

Sedangkan dalam penelitian ini, variabel yang akan diteliti yaitu kepercayaan diri. Tujuan penelitian yang akan diteliti adalah untuk mengetahui kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan. Metode yang digunakan yaitu deskriptif komparatif. Dengan instrumen menggunakan angket questioner. Analisis data menggunakan *independent-samplest-test*.

C. Kerangka Berpikir

Pertandingan bola voli dimainkan pada atlet putra dan atlet putri. Namun untuk dapat memenangkan kejuaraan dalam pertandingan bola voli, seorang atlet pemain bola voli memiliki tingkat kecemasan dalam suatu pertandingan, disebabkan kepercayaan diri seorang atlet pemain bola voli sangat dibutuhkan dalam suatu pertandingan untuk dapat menekankan rasa kecemasan seorang atlet serta motivasi dan dukungan baik dari pelatih, supporter, orang tua dan rekan satu tim akan meningkatkan performa atlet pemain bola voli. Menurut Setyobroto (2002) “tanpa memiliki penuh rasa percaya diri sendiri atlet tidak akan dapat mencapai prestasi tinggi, karena ada hubungan antara motif berprestasi dan percaya diri. Percaya diri adalah rasa percaya bahwa ia sanggup dan mampu untuk mencapai prestasi tertentu; apabila prestasinya sudah tinggi maka individu yang bersangkutan akan lebih percaya diri”

Permainan bola voli merupakan permainan olahraga berregu yang membutuhkan kerjasama tim. Selain membutuhkan keterlibatan kerjasama antar individu dalam sebuah tim, bola voli juga merupakan cabang olahraga yang memiliki unsur gerak kompleks. Kompleks tersebut diindikasikan dengan keterampilan teknik, taktik, fisik dan mental. Penjelasan tersebut mengindikasikan bahwa ada banyak faktor yang mempengaruhi tercapainya prestasi dalam olahraga. Berkaitan dengan hal tersebut, Menurut (Harsono, 1988 : 100), untuk mencapai prestasi maksimal harus ada 4 aspek

yang perlu diperhatikan dan dilatih secara seksama oleh atlet yaitu 1) latihan fisik, 2) latihan teknik, 3) latihan taktik, dan 4) latihan mental.

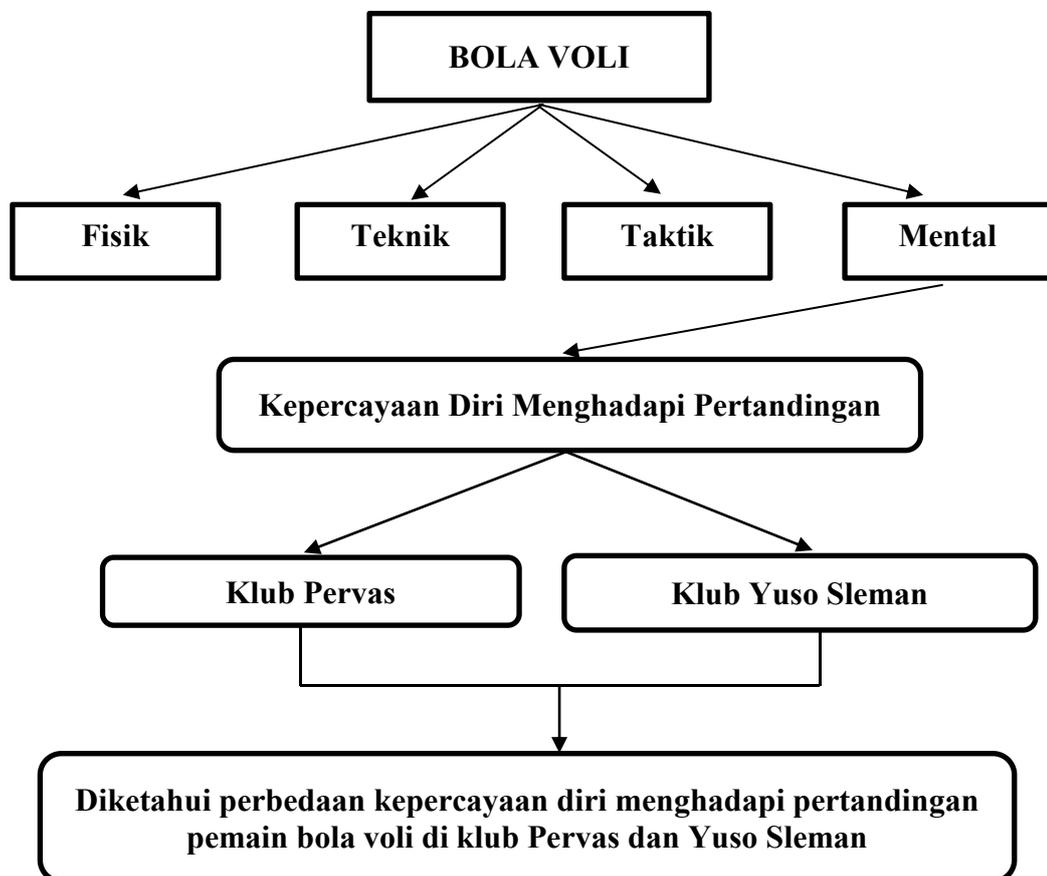
Psikologi olahraga mendefinisikan kepercayaan diri sebagai keyakinan bahwa seseorang akan berhasil dalam melakukan perilaku yang diinginkan yang berakar pada keyakinan dan harapan. Psikologi olahraga fokus pada latihan mental, strategi, dan efektif pada saat atlet mengalami tekanan psikis ataupun meningkatkan motivasi dan arousal baik saat latihan, menjelang pertandingan, saat pertandingan, dan setelah pertandingan, Setiap atlet atau pemain pasti merasakan ketegangan, kegairahan, kecemasan dan percaya diri. Faktor-faktor tersebut merupakan gejala psikis yang terjadi akibat adanya stimulasi yang datang. Kepercayaan diri dapat mempengaruhi penampilan pemain dalam pertandingan, tingkat kepercayaan diri yang sangat tinggi dapat berakibat buruk pada penampilan seseorang.

Penelitian ini lebih mengarah pada aspek mental kepercayaan diri, karena salah satu pengaruh aspek mental khusus terlihat saat pertandingan. Seorang atlet yang telah menyiapkan fisik, taktik, dan teknik yang baik dan dapat diprediksi memperoleh kemenangan, namun apabila atlet tersebut mengalami kepercayaan diri yang terlalu tinggi maka harapan yang seharusnya dapat dicapai dengan mudah. Misalnya seorang atlet yang mengalami kepercayaan diri yang tinggi pada saat atlet bertanding, kemampuan teknik, taktik, dan fisik yang dipersiapkan dengan baik akan menjadikan atlet tersebut dapat mengeluarkan kemampuan terbaiknya di

lapangan. Atlet tidak dapat menampilkan kemampuan terbaiknya jika kepercayaan dirinya rendah.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan. Bagan kerangka berpikir dapat dilihat pada gambar sebagai berikut.

Gambar 1. Kerangka Berpikir



D. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan tinjauan teori dan kerangka berpikir di atas, maka dapat diajukan pertanyaan penelitian yaitu:

1. Bagaimana kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas saat menghadapi pertandingan?
2. Bagaimana kepercayaan diri atlet bola voli di klub Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan?
3. Apakah terdapat perbedaan kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan?

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif komparatif. Pendapat Sugiyono (2019, p. 36) penelitian komparatif merupakan penelitian yang membandingkan keberadaan satu variabel atau lebih pada dua sampel yang berbeda, atau pada waktu yang berbeda. Penelitian ini membandingkan satu variabel dengan dua objek yang berbeda, yaitu perbedaan kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian yaitu di Yuso Sleman yang beralamat di Jl. Colombo Yogyakarta No.1, Karang Malang, Caturtunggal, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55281. Klub Pervas yang beralamat di Jl. Ronggo, Jetis, Tirtomartani, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55571. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Februari 2024.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Secara *universal* populasi ialah totalitas objek riset yang berbentuk barang, hewan, tanaman, indikasi klinis, indikasi instan, nilai hasil uji, manusia, informan, kejadian yang terjalin serta area yang digunakan selaku sumber informasi primer serta mempunyai ciri tertentu dalam sesuatu riset (Ibrahim, dkk., 2018, p. 105). Sesuai dengan

pendapat tersebut, yang menjadi populasi dalam penelitian adalah atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman berjumlah 208 atlet.

2. Sampel

Sampel merupakan sebagian objek yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mampu mewakili seluruh populasi (Nurdin & Hartati, 2019, p. 104). Darwin, dkk., (2020, p. 106) menyatakan bahwa sampel merupakan sebagian objek yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mampu mewakili seluruh populasi. Teknik *sampling* dilakukan dengan *purposive sampling*. Darwin, dkk., (2020, p. 115) menyatakan bahwa *purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel penelitian menggunakan pertimbangan, ukuran dan kriteria tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti sebelum dilaksanakannya proses penelitian.

Kriteria dalam penentuan sampel ini meliputi: (1) masih aktif latihan di klub Pervas dan Yuso Sleman, (2) berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, (3) berusia minimal 14 tahun, (4) pernah mengikuti pertandingan. Berdasarkan kriteria tersebut, sampel dalam penelitian ini yaitu.

Tabel 1. Sampel Penelitian

No	Klub	Laki-Laki	Perempuan	Jumlah
1	Klub Pervas	20	20	40
2	Klub Yuso Sleman	20	20	40
Jumlah		40	40	80

D. Definisi Operasional Variabel

Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah perbedaan kepercayaan diri menghadapi pertandingan atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman. Kepercayaan diri adalah keyakinan akan kemampuan diri sendiri untuk bertingkah laku sesuai dengan yang diharapkan. Dalam penelitian ini, kepercayaan diri diungkap menggunakan aspek tingkah laku, emosi, dan spiritual melalui jumlah skor pada skala kepercayaan diri. Semakin tinggi skor pada skala maka semakin tinggi kepercayaan diri, sebaliknya semakin rendah skor pada skala, maka semakin rendah kepercayaan dirinya. Variabel kepercayaan diri diukur melalui angket 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. Mekanismenya yaitu: (1) Mencari data pemain bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman. (2) Menyebarkan angket kepada responden. (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, p. 164). Pernyataan-pernyataan yang disusun terdiri atas dua komponen item, yaitu *favourable* (pernyataan positif) dan *unfavourable* (pernyataan negatif). Setiap item pada pernyataan tersebut memiliki empat pilihan jawaban, yaitu dapat dilihat pada Tabel 2 sebagai berikut.

Tabel 2. 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 diadopsi dari penelitian Mubarok (2024) berjudul “Hubungan Motivasi Berprestasi dan Kepercayaan Diri terhadap Kecemasan Menghadapi Pertandingan Atlet Bola Voli di Maguwoharjo Volley Ball Club”. Validitas instrumen kepercayaan diri sebesar 0,943 dan reliabilitas menggunakan rumus ganjil-genap sebesar 0,987 dan rumus belah dua sebesar 0,983. Kisi-kisi instrumen kepercayaan diri disajikan pada tabel 3 sebagai berikut.

Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Kepercayaan Diri Saat Menghadapi Pertandingan

Variabel	Faktor	Indikator	Sub Indikator	Nomor Butir		
				+	-	
Kepercayaan Diri	Tingkah Laku	Keyakinan diri	Yakin dengan kemampuan	1, 2	3	
			Siap menghadapi pertandingan	4	5, 6	
		Sikap penerimaan	Menerima hasil pertandingan	7, 8	9	
			Tidak emosi ketika kalah	10	11	
		Optimis	Percaya dengan hasil	12, 13	14	
			Melakukan yang terbaik	15	16, 17	
	Emosi	Ekspresi emosi	Selalu berusaha	18, 19	20, 21	
			Tenang dan fokus	22	23	
		Sikap positif	Mempunyai pikiran positif	24	25	
			Melakukan tugas dengan baik	26, 27	28	
	Spiritual	Yakin pada takdir Tuhan	Menerima hasil	29	30	
			Menerima kekalahan	31	32	
		Yakin bahwa hidup memiliki tujuan yang positif	Percaya dengan kenyataan	33	34	
			Memiliki tujuan yang positif	36	35	
	Jumlah				36	

F. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Validitas sudah menjadi bagian penting yang harus dilewati untuk mendapatkan skala yang valid. Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen” (Arikunto, 2019, p. 96). Validitas yang digunakan yaitu validitas konstruksi. Sugiyono (2019, p. 128) menyatakan bahwa validitas konstruk (*construct validity*) menunjuk pada sejauh mana suatu instrumen mampu mengukur pengertian-pengertian yang terkandung dalam materi yang akan diukur. Jadi tujuan pengujian validitas konstruk

adalah untuk mendapatkan bukti tentang sejauhmana hasil pengukuran memerikan konstruk variabel yang diukur.

Untuk menguji validitas konstruksi, dapat digunakan pendapat dari ahli (*Expert Judgment*). *Expert Judgment* ini dilakukan oleh para ahli atau dosen pembimbing untuk melihat kekuatan item butir. Kemudian setelah melakukan pengujian kepada ahli, instrumen penelitian ini akan diuji cobakan. Setelah itu ditabulasikan, untuk uji validitas setiap butir instrumen kuesioner menggunakan Validitas Aiken. Validitas instrumen kepercayaan diri sebesar 0,943.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2019, p. 86). Kuesioner dikatakan reliabel atau handal jika jawaban seseorang terhadap pernyataan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu. Koefisien reliabilitas dapat diartikan sebagai koefisien keajegan atau kestabilan hasil pengukuran. Alat ukur yang reliabel akan memberikan hasil pengukuran yang stabil dan konsisten. Artinya suatu alat ukur dikatakan memiliki koefisien reliabilitas tinggi manakala digunakan untuk mengukur hal yang sama pada waktu berbeda hasilnya sama atau mendekati sama. Beberapa cara yang dapat digunakan untuk mengestimasi reliabilitas dengan konsistensi internal diantaranya metode Belah Dua (*Split Half Method*).

Dalam teknik belah dua ini, dalam satu instrumen dikerjakan satu kali oleh sejumlah subjek penelitian. Butir-butir pada perangkat dibagi menjadi dua. Pembagian dapat menggunakan nomor ganjil-genap pada instrumen, atau separuh pertama maupun separuh kedua, maupun membelah dengan menggunakan nomor acak atau tanpa pola tertentu. Skor responden merespons setengah perangkat bagian yang pertama dikorelasikan dengan skor setengah perangkat pada bagian yang kedua. Teknik ini berpegang pada asumsi, belahan pertama dan belahan kedua mengukur konstruk yang sama, banyaknya butir dalam instrumen belahan pertama dan kedua harus dapat dibandingkan dari sisi banyaknya butir, atau paling tidak jumlahnya hampir sama. Ada beberapa formula untuk mengestimasi reliabilitas dengan metode belah dua, antara lain rumus Spearman-Brown, rumus Flanagan, dan rumus Rulon. Reliabilitas menggunakan rumus ganjil-genap sebesar 0,987 dan rumus belah dua sebesar 0,983.

G. Teknik Analisis Data

1. Analisis Deskriptif

Darwin, dkk., (2020, p. 68) menyatakan bahwa statistik deskriptif adalah pengolahan data untuk mendeskripsikan atau menggambarkan data (sampel populasi) yang telah dikumpulkan untuk membuat kesimpulan. Tahapan dalam statistik deskriptif adalah pengumpulan data, pencatatan, peringkasan, penyusunan dan penyajian data. Data yang diolah dapat berupa tabel, grafik dan diagram. Pengujian deskriptif

terdapat pengujian nilai mean, median, modus, kuartil, varians, dan standar deviasi. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase, dengan rumus sebagai berikut:.

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

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

Selanjutnya Azwar (2018, p. 43) menjelaskan bahwa untuk menentukan kategori menggunakan norma penilaian pada Tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Norma Berdasarkan Mean Aritmatik

No	Interval	Kriteria
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

2. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah uji prasyarat untuk melakukan teknik analisis statistika parametrik. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi yang menjadi syarat untuk menentukan jenis statistik yang digunakan dalam analisis selanjutnya. Uji normalitas digunakan dalam melakukan uji hipotesis statistik parametrik. Sebab, dalam statistik parametrik diperlukan persyaratan dan asumsi-asumsi. Salah satu persyaratan dan asumsi

adalah bahwa distribusi data setiap variabel penelitian yang dianalisis harus membentuk distribusi normal (Hidayati, dkk., 2019, p. 77). Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan SPSS 23. Jika nilai *p-value* > dari 0,05 maka data normal, akan tetapi sebaliknya jika hasil analisis menunjukkan nilai *p-value* < dari 0,05 maka data tidak normal.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas adalah uji prasyarat yang digunakan untuk uji statistik inferensial. Uji ini dilakukan untuk mengetahui jenis data yang akan diuji mempunyai varians yang sama atau tidak (Hidayati, dkk., 2019, p. 83). Uji homogenitas dalam penelitian menggunakan uji *Levene Test* dengan bantuan *SPSS version 23 for windows*. Kriteria pengujian yaitu: (1) Apabila *p-value* > 0,05, maka data homogen. (2) Apabila *p-value* < 0,05, maka data tidak homogen.

3. Uji Perbedaan

Uji perbedaan pada penelitian ini menggunakan uji-t (*independent-samples t-test*). *Independent-samples t-test* merupakan prosedur uji-t untuk sampel bebas dengan membandingkan rata-rata dua kelompok. *Independent t-test* merupakan metode yang digunakan untuk menguji kesamaan rata-rata dari dua populasi yang bersifat independen. Apakah ada perbedaan yang signifikan antar dua jenis sampel independen yang dimaksud adalah bahwa populasi yang satu tidak dipengaruhi atau tidak berhubungan dengan populasi yang lain (Suhirman & Yusuf, 2019, p. 153). Kriteria pengujian yaitu:

- a. Apabila $p\text{-value} < 0,05$, maka terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok 1 dengan kelompok 2.
- b. Apabila $p\text{-value} < 0,05$, maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok 1 dengan kelompok 2.

BAB IV HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Data yang digunakan merupakan data primer hasil kuesioner yang disebarkan kepada atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman, dengan rincian 40 atlet Pervas dan 40 atlet Yuso Sleman. Hasil analisis perbedaan kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan dijelaskan sebagai berikut:

1. Karakteristik Atlet

Hasil karakteristik atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman dijelaskan sebagai berikut.

a. Jenis Kelamin

Data atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman berdasarkan jenis kelamin sebagai berikut:

Tabel 5. Karakteristik Atlet berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Pervas		Yuso Sleman	
		F	%	F	%
1	Laki-Laki	20	50,00%	20	52,00%
2	Perempuan	20	50,00%	20	48,00%
Jumlah		40	100%	40	100%

Berdasarkan Tabel 5 di atas, menunjukkan bahwa atlet bola voli di klub Pervas berdasarkan jenis kelamin Laki-laki sebanyak 20 atlet (50,00%) dan Perempuan sebanyak 20 atlet (40,00%), dan atlet di Yuso Sleman berdasarkan jenis kelamin Laki-laki sebanyak 13 atlet (52,00%) dan Perempuan sebanyak 12 atlet (48,00%).

b. Usia

Data atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman berdasarkan usia sebagai berikut:

Tabel 6. Karakteristik Atlet berdasarkan Usia

No	Usia	Pervas		Yuso Sleman	
		F	%	F	%
1	18-19 Tahun	1	2,50%	2	5,00%
2	16-17 Tahun	10	25,00%	12	30,00%
	14-15 Tahun	29	72,50%	26	65,00%
Jumlah		40	100%	40	100%

Berdasarkan Tabel 6 di atas, menunjukkan bahwa atlet bola voli di klub Pervas paling banyak berada pada rentang usia 14-15 tahun dengan besaran persentase 72,50%, dan Yuso Sleman paling banyak berada pada rentang usia 14-15 tahun dengan besaran persentase 65,00%

c. Lama Latihan

Data atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman berdasarkan lama latihan sebagai berikut:

Tabel 7. Karakteristik Atlet berdasarkan Lama Latihan

No	Lama Latihan	Pervas		Yuso Sleman	
		F	%	F	%
1	4 ≤ Tahun	3	12,50%	5	12,00%
2	2-3 Tahun	28	70,00%	25	62,50%
	≤ 1 Tahun	7	17,50%	10	25,00%
Jumlah		40	100%	40	100%

Berdasarkan Tabel 7 di atas, menunjukkan bahwa atlet bola voli di klub Pervas berdasarkan 'Lama Latihan' paling banyak 2-3 tahun (70,00%), dan Yuso Sleman berdasarkan 'Lama Latihan' paling banyak 2-3 tahun (62,50%).

2. Hasil Analisis Deskriptif

Deskriptif statistik data kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan pada Tabel 8 berikut.

Tabel 8. Deskriptif Statistik Kepercayaan Diri Bola Voli di klub Pervas dan Yuso Sleman Saat Menghadapi Pertandingan

Statistik	Kepercayaan Diri	
	Pervas	Yuso Sleman
<i>N</i>	40	40
<i>Mean</i>	89,05	94,85
<i>Median</i>	91,00	96,00
<i>Mode</i>	76,00	106,00
<i>Std. Deviation</i>	10,08	9,59
<i>Minimum</i>	72,00	77,00
<i>Maximum</i>	106,00	108,00

(Sumber: Lampiran Halaman)

Norma Penilaian, kepercayaan diri menghadapi pertandingan atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman pada Tabel 9 berikut.

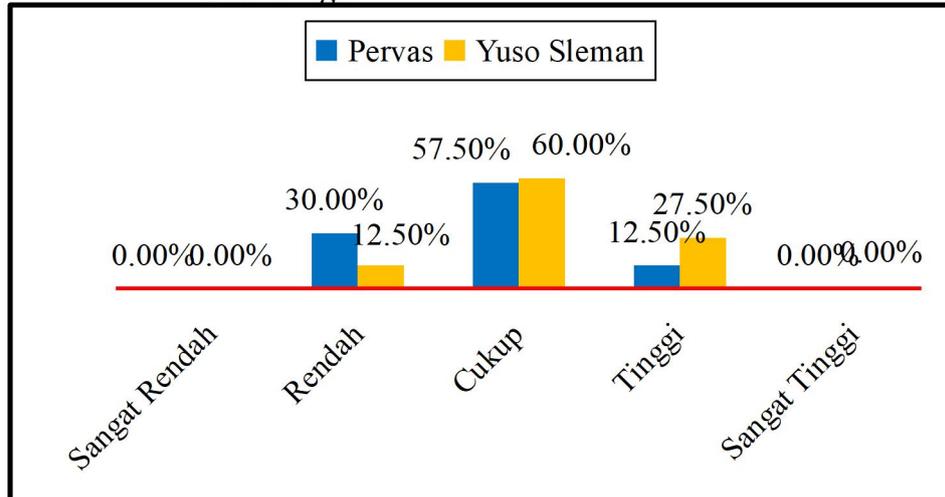
Tabel 9. Norma Penilaian Kepercayaan Diri Atlet Bola Voli di klub Pervas dan Yuso Sleman Saat Menghadapi Pertandingan

No	Interval	Kategori	Pervas		Yuso Sleman	
			F	%	F	%
1	122 <	Sangat Tinggi	0	0,00%	0	0,00%
2	102 - 122	Tinggi	5	12,50%	11	27,50%
3	81 - 101	Cukup	23	57,50%	24	60,00%
4	60 - 80	Rendah	12	30,00%	5	12,50%
5	≤ 59	Sangat Rendah	0	0,00%	0	0,00%
Jumlah			40	100%	40	100%

(Sumber: Lampiran Halaman)

Berdasarkan Tabel 9 di atas, data kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan dapat disajikan pada Gambar 2 sebagai berikut.

Gambar 2. Diagram Batang Kepercayaan Diri Atlet Bola Voli di Klub Pervas dan Yuso Sleman Saat Menghadapi Pertandingan



Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 9 dan Gambar 2 di atas menunjukkan bahwa:

- a. Kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas saat menghadapi pertandingan berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “rendah” sebesar 30,00% (12 atlet), “cukup” sebesar 57,50% (23 atlet), “tinggi” sebesar 12,50% (5 atlet), dan “sangat tinggi” sebesar 0,00% (0 atlet).
- b. Kepercayaan diri atlet bola voli di Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “rendah” sebesar 12,50% (5 atlet), “cukup” sebesar 60,00% (24 atlet), “tinggi” sebesar 27,50% (11 atlet), dan “sangat tinggi” sebesar 0,00% (0 atlet).

3. Hasil Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah variabel-variabel dalam penelitian mempunyai sebaran distribusi normal atau tidak. Analisis uji normalitas ini menggunakan rumus *Kolmogorov-Smirnov*, dengan pengolahan menggunakan bantuan komputer program *SPSS 23 for windows*. Hasilnya disajikan pada tabel 10 sebagai berikut.

Tabel 10. Hasil Uji Normalitas

Data		<i>p-value</i>	<i>Sig.</i>	Keterangan
Kepercayaan	Pervas	0,407	0,05	Normal
Diri	Yuso Sleman	0,509	0,05	Normal

(Sumber: Lampiran Halaman)

Berdasarkan tabel 10 di atas dapat dilihat bahwa data kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan memiliki $p\text{-value} > 0.05$, maka variabel berdistribusi normal. Hasil selengkapnya disajikan pada lampiran.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas berguna untuk menguji kesamaan sampel yaitu seragam atau tidak varian sampel yang diambil dari populasi. Kaidah homogenitas jika $p\text{-value} > 0,05$, maka tes dinyatakan homogen, jika $p\text{-value} < 0,05$, maka tes dikatakan tidak homogen. Hasil uji homogenitas dapat dilihat pada tabel 11 sebagai berikut:

Tabel 11. Hasil Uji Homogenitas

Data	Sig.	Keterangan
Kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan	0,571	Homogen

(Sumber: Lampiran Halaman)

Berdasarkan tabel 11 di atas dapat dilihat data kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan memiliki *p-value* $0,571 > 0,05$, sehingga data bersifat homogen. Hasil selengkapnya disajikan pada lampiran.

4. Hasil Uji Perbedaan

Uji perbedaan dalam penelitian ini diuji menggunakan analisis uji *t*, yaitu *independent sample t test* ($df = n - 2$) dengan menggunakan bantuan *SPSS 23 for windows*. Kesimpulan penelitian dinyatakan signifikan jika nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ dan nilai *p-value* < 0.05 . Hasil analisis perbedaan kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan diperoleh data pada tabel 12 sebagai berikut.

Tabel 12. Uji Perbedaan Kepercayaan Diri Atlet Bola Voli di klub Pervas dan Yuso Sleman Saat Menghadapi Pertandingan

Kepercayaan Diri	Mean	<i>t</i> hitung	<i>t</i> tabel	sig	Selisih
Pervas	89,05	2,636	1,665	0,010	-5,8
Yuso Sleman	94,85				

(Sumber: Lampiran Halaman)

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 14 di atas, dapat dilihat bahwa t_{hitung} 2,636 dan $t_{tabel (df\ 78)}$ 1,665 dengan *p-value* 0,010. Oleh karena t_{hitung} 2,636 $>$ t_{tabel} 1,665, dan *p-value* 0,010 $<$ 0,05, Hasil tersebut menunjukkan bahwa “Ada perbedaan yang signifikan kepercayaan diri

atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan ”. Selisih kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan sebesar (-5,8), artinya bahwa kepercayaan diri atlet bola voli di klub Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan lebih baik daripada kepercayaan diri atlet bola voli di Pervas saat menghadapi pertandingan .

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa kepercayaan diri atlet bola voli di klub Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan lebih baik daripada kepercayaan diri atlet bola voli di Pervas saat menghadapi pertandingan. Perbedaan kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan dikarenakan pengalaman bertanding. Atlet bola voli di klub Yuso Sleman mempunyai pengalaman bertanding yang lebih dibandingkan atlet bola voli di klub Pervas. Seperti hasil penelitian Syahrial, dkk., (2021) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri dipengaruhi oleh perbedaan rasa optimis, objektif, rasional, bertanggung jawab dan yakin akan diri sendiri yang dimiliki oleh para atlet ditemukan bahwa jadwal pertandingan yang sedikit dan pengalaman bertanding yang sedikit membuat rasa percaya diri atlet berkurang.

Kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang dalam menghadapi ataupun melakukan suatu kegiatan tanpa adanya keraguan. Sulistiadinata & Purbangkara (2020, p. 32) menyatakan bahwa kepercayaan diri itu adalah efek dari bagaimana kita merasa, meyakini dan mengetahui. Kepercayaan diri

akan muncul semakin besar apabila seseorang selalu mempunyai pikiran positif bahwa dirinya bisa, sebaliknya apabila seseorang tersebut berpikir bahwa dirinya tidak bisa, maka kepercayaan diri tersebut akan terpendam dalam diri seseorang dan hal ini lah yang sering disebut dengan tidak percaya diri yang membuat seseorang tidak bisa bermain dengan optimal. Apabila kondisi fisik seseorang berubah, maka kepercayaan diri seseorang tersebut juga akan berubah.

Atlet bola voli harus menguasai teknik dasar, kemampuan fisik dan memiliki mental yang baik untuk mencapai kinerja yang terbaik. Kepercayaan diri akan selalu ditandai dengan timbulnya rasa harapan yang tinggi untuk meraih kesuksesan. Kepercayaan diri mempunyai manfaat meningkatkan emosi positif, memfasilitasi konsentrasi, memberi efek positif pada tujuan, meningkatkan kerja keras, memberi efek kepada strategi permainan, dan memberi efek pada momentum psikologis (Diyanto, et al., 2018, p. 8). Dari penjelasan di atas kepercayaan diri akan memberikan emosi yang positif. Atlet dengan percaya diri tinggi akan membuat atlet lebih berani, apabila atlet sudah merasa percaya diri atlet akan lebih mudah melakukan segala sesuatu yang dijalannya. Kepercayaan diri ini merupakan salah satu kunci untuk meraih keberhasilan dalam dunia olahraga.

Penelitian Rahmad, dkk., (2021) bahwa selain kondisi fisik kepercayaan diri juga berperan penting sebagai penunjang agar permainan bola voli menjadi semakin mudah untuk dimainkan. Kondisi fisik dan kepercayaan diri adalah dua unsur yang saling berkaitan untuk meraih keberhasilan dalam

permainan bola voli. Semakin baik kondisi fisik umum seorang atlet, maka semakin baik pula tingkat kepercayaan diri atlet tersebut. Apabila kondisi fisik umum dan kepercayaan diri atlet itu baik, maka akan mempermudah atlet tersebut untuk memenangkan suatu pertandingan. Penelitian Bustomi (2019) juga menyebutkan bahwa percaya diri memberikan kontribusi 46% terhadap *smash* bola voli. Penelitian Hambali & Sobarna (2019) menemukan bahwa besarnya kontribusi (sumbangan) percaya diri terhadap keterampilan *smash* bola voli sebesar 54,17%.

Percaya diri merupakan modal utama seorang atlet untuk dapat maju. Atlet tanpa memiliki penuh rasa percaya diri, atlet tidak akan dapat mencapai prestasi, karena ada saling hubungan antara motif berprestasi dan percaya diri. Percaya diri biasanya erat dengan hubungan *emotional security* (Hambali & Sobarna, 2019, p. 27). Percaya diri merupakan suatu keyakinan pada kemampuan diri sendiri yang mana percaya diri berawal dari tekad pada diri sendiri untuk melakukan segala sesuatu yang diinginkan dan dibutuhkan dalam hidup. Rasa percaya diri lebih menekankan pada kepuasan yang dirasakan individu yang merasa puas pada dirinya sendiri. Atlet yang merasa tidak percaya diri, atau sering disebut *diffident*, merupakan akibat dari ketidakyakinannya pada kemampuan yang dimiliki. Atlet tersebut mempersepsi dirinya terlalu rendah, sehingga kemampuan optimalnya tidak tampak (Yanto & Barlian, 2020, p. 66).

Permainan bola voli, sering melihat fenomena dimana seorang atlet baik atlet putra maupun putri tidak dapat mengeluarkan kemampuan

terbaiknya dalam pertandingan. Idealnya, seorang atlet bola voli memerlukan waktu yang lama untuk dapat mempercayai dirinya di dalam pertandingan, atlet harus memiliki kepercayaan diri ketika bertanding. Tanpa adanya kepercayaan diri, maka banyak masalah yang akan timbul pada diri seseorang, atlet akan dihadapkan pada banyak masalah ketika bertanding, masalah internal, maupun eksternal. Keadaan ini akan merugikan baik itu tim maupun atlet secara individu untuk menampilkan penampilan terbaiknya (Murni, dkk., 2020, p. 94). Individu yang mempunyai rasa kepercayaan diri adalah individu yang mampu bekerja secara efektif, dapat melaksanakan tugas dengan baik dan bertanggung jawab, sama halnya dengan atlet, kepercayaan diri atlet merupakan keyakinan untuk dapat melakukan latihan dan pertandingan dengan rasa yang optimis, objektif, rasional, bertanggung jawab dan yakin akan diri sendiri bahwa atlet dapat melakukannya dengan baik dan benar sesuai dengan peraturan yang ada (Syahrial, dkk., 2021, p. 2).

C. Keterbatasan Penelitian

Secara keseluruhan, peneliti sangat menyadari bahwa penelitian masih memiliki banyak kelemahan terutama dalam pelaksanaannya. Penelitian dilakukan sebaik 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. Kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas saat menghadapi pertandingan berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “rendah” sebesar 30,00% (12 atlet), “cukup” sebesar 57,50% (23 atlet), “tinggi” sebesar 12,50% (5 atlet), dan “sangat tinggi” sebesar 0,00% (0 atlet).
2. Kepercayaan diri atlet bola voli di Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “rendah” sebesar 12,50% (5 atlet), “cukup” sebesar 60,00% (24 atlet), “tinggi” sebesar 27,50% (11 atlet), dan “sangat tinggi” sebesar 0,00% (0 atlet).
3. Ada perbedaan yang signifikan kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan”. Selisih kepercayaan diri menghadapi pertandingan atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman sebesar (-5,8), artinya bahwa nilai rata-rata kepercayaan diri menghadapi pertandingan atlet bola voli di klub Yuso Sleman lebih baik daripada nilai rata-rata kepercayaan diri menghadapi pertandingan atlet bola voli di Pervas.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan telah disimpulkan menunjukkan bukti ilmiah bahwa ada perbedaan yang signifikan kepercayaan diri atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman saat menghadapi pertandingan, akan berimplikasi yaitu:

1. Setiap atlet dan pelatih selalu ingin menghasilkan yang terbaik untuk membawa nama baik dalam setiap pertandingan, dan untuk menghasilkan yang terbaik tidak lepas dari faktor psikologis. Atlet diharapkan mampu meningkatkan kepercayaan diri dengan selalu giat berlatih.
2. Dukungan orang sekitar 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
 - a. Atlet agar terus memiliki keyakinan diri atas kemampuannya dalam setiap pertandingan untuk dapat meraih kemenangan, sehingga dapat mengatasi kecemasan menghadapi pertandingan khususnya bila harus bertanding dengan lawan yang berat.
 - b. Atlet untuk dapat mengontrol rasa percaya diri agar tidak berlebihan dan dapat selalu memotivasi diri sendiri dengan melakukan berbagai latihan mental.

2. Saran kepada Pelatih

- a. Pada penelitian ini ditemukan bahwa ada perbedaan yang signifikan kepercayaan diri menghadapi pertandingan atlet bola voli di klub Pervas dan Yuso Sleman. Selanjutnya agar dipertimbangkan kepada para pelatih bola voli dalam meningkatkan kepercayaan diri atlet.
- b. Pelatih diharapkan mengetahui dan memperhatikan lebih dalam lagi tentang kepercayaan diri pada atlet, sehingga dapat membantu atlet untuk mengatasi masalah-masalah yang terkait tentang kepercayaan diri atlet.
- c. Disarankan bagi pelatih agar dapat memberikan semangat dan dorongan bagi para atlet agar terus berjuang dan tidak pernah menyerah dalam menghadapi setiap pertandingan yang dihadapi guna meraih prestasi dan hasil yang maksimal.
- d. Faktor psikologis atau faktor mental berperan dalam pencapaian prestasi atlet, sehingga perlu adanya kerjasama antara pembina dengan lembaga psikologi untuk meningkatkan kemampuan psikologis atau mental pada atlet yang akan menimbulkan keseimbangan pada diri atlet. Pelatih memberikan pemahaman yang mendalam tentang cabang olahraga yang dilatihkan, dari keterampilan dasar hingga taktik dan strategi lanjutan. Teknik dan peraturan permainan selalu berkembang, dan pelatih diharapkan mengikuti dan menguasai perkembangan tersebut agar atlet dapat mempunyai gambaran tentang pencapaian prestasi yang harus didapatkannya.

3. Saran kepada Peneliti Selanjutnya

- a. Peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan referensi. Tetapi penelitian ini masih hanya sebatas mengenai variabel kepercayaan diri. Oleh karenanya diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat meneliti faktor-faktor psikologis 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

- Akbar, A., Oktavianus, I., Yudi, A. A., Cahyani, F. I., & Kurniawan, R. (2023). Kepercayaan diri atlet pusat pendidikan dan latihan olahraga pelajar Sumatera Barat. *Jurnal Patriot*, 5(3), 174-183.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian; suatu pendekatan praktik. (Edisi revisi)* Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2018). *Penyusunan skala psikologi. Edisi II.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azzaky, A., & Irsyada, M. (2019). Karakteristik permainan bolavoli grand final livoli divisi utama putra tahun 2018 Magetan Jawa Timur. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 2(3).
- Bustomi, D. (2019). Hubungan antara daya ledak otot kaki, koordinasi mata-tangan, dan rasa percaya diri dengan hasil keterampilan juming service bola voli. *Biormatika: Jurnal ilmiah fakultas keguruan dan ilmu pendidikan*, 5(01), 11-20.
- Candra, O., & Prasetyo, T. (2022). *Psikologi olahraga.* Riau: UIR Press.
- Darwin, M., Mamondol, M. R., Sormin, S. A., Nurhayati, H., Sylvia, D. (2020). *Metode penelitian pendekatan kuantitatif.* Bandung: CV. Media Sains Indonesia.
- Destriana, D., Destriani, D., & Yusfi, H. (2021). Pembelajaran smash permainan bola voli: Ujicoba skala kecil. *Jurnal MensSana*, 6(2), 126-132.
- Dearing, J. (2019). *Volleyball fundamentals, second edition.* Illinois: Human Kinetics.
- Dewi, E. M., Saharullah, & Hasyim. (2018). *Psikologi olahraga. Mental training.* Makassar: Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar.
- Dimiyati. (2019). *Psikologi olahraga untuk sepakbola.* Yogyakarta: UNY Press.
- Dimiyati, D., Sujarwo, S., Komarudin, K., & Purnomo, A. (2023). Pelatihan teknik dasar bola voli dan psikologi untuk meningkatkan kualitas pelatih. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 1335-1340.
- Diyanto, K., Kusuma, D. W. Y., & Rustiadi, T. (2018). Correlation anxiety, self confidence and motivation toward athletes performance of Tunas

- Volleyball Club Pekalongan. *Journal of Physical Education and Sports*, 7(1), 7-12.
- Fadillah, R. A. N. (2023). Hubungan kekuatan otot lengan, koordinasi mata tangan, dan rasa percaya diri terhadap keterampilan spike bolavoli. *Jurnal Master Penjas & Olahraga*, 4(2), 345-351.
- Hambali, S., & Sobarna, A. (2019). Keterampilan smash bolavoli (studi korelasi antara power lengan, koordinasi mata tangan dan percaya diri pada atlet Club Osas Kabupaten Sumedang). *Jurnal Olympia*, 1(2), 25-32.
- Haq, A., & Hermanzoni, H. (2019). Analisis tingkat kemampuan teknik dasar atlet bola voli putra klub Ikatan Pemuda Tanjung Betung Kabupaten Pasaman. *Jurnal JPDO*, 2(1), 294-299
- Harsono. (2017). *Kepelatihan olahraga. (Teori dan metodologi)*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Bandung: Tambak Kusuma CV.
- Hidayati, T., Handayani, I., & Ikasari, I. H. (2019). *Statistika dasar panduan bagi dosen dan mahasiswa*. Banyumas: Penda Persada.
- Ibrahim, A., Alang, A. H., Madi, Baharudin, Ahmad, M. A., & Darmawati. (2018). *Metodologi penelitian*. Makasar: Gunadarma Ilmu.
- Ibrahim. 2008. *Perencanaan Pengajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Irwanto, E., & Nuriawan, R. (2021, November). Passing, pengumpan dan serangan pada permainan bolavoli. In *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga (SENALOG)* (Vol. 4, No. 1).
- Komarudin. 2013. *Psikologi Olahraga Latihan Mental dalam Olahraga Kompetitif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Komarudin. (2017). *Psikologi olahraga latihan mental dalam olahraga kompetitif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Komarudin, K., & Risqi, F. (2020). Tingkat kepercayaan diri, kohesivitas, dan kecerdasan emosi siswa Kelas Khusus Olahraga cabang olahraga sepakbola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(1), 1-8.
- Krisno, K., Gustiawati, R., & Iqbal, R. (2020). Tingkat kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran penjas di SMP Asrama Al Fath Kota Bekasi. *Jurnal Literasi Olahraga*, 1(2).

- Kurniawan, A. W., Wijayanto, A., Amiq, F., & Hafiz, M. (2021). Psikologi olahraga. Tulungagung: Akademia Pustaka.
- Laporta, L., Medeiros, A. I. A., Vargas, N., de Oliveira Castro, H., Bessa, C., João, P. V., ... & Afonso, J. (2021). Coexistence of distinct performance models in high-level women's volleyball. *Journal of Human Kinetics*, 78(1), 161-173.
- Martins, P., Rosado, A., Ferreira, V., & Biscaia, R. (2017). Personal and Social Responsibility Among Athletes: the Role of Self-Determination, Achievement Goals and Engagement
- Mirhan, J. B. K. J. (2016). Hubungan antara percaya diri dan kerja keras dalam olahraga dan keterampilan hidup. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 12(1).
- Murni, S., Pradipta, G. D., & Kresnapati, P. (2020). Tingkat kepercayaan diri menghadapi pertandingan atlet bola voli Club Tugu Muda Semarang dalam bertanding event kejuaraan antar club di Kabupaten Jepara. *STAND: Journal Sports Teaching and Development*, 1(2), 94-103.
- Mylsidayu, A. (2018). Psikologi olahraga. Jakarta: Bumi Aksara.
- Navkaria, R. D., & Wijaya, F. J. M. (2021). Tingkat pemahaman pelatih bolavoli di surabaya terhadap program latihan mental. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(11), 94-98.
- Nisa, K., & Jannah, M. (2021). Hubungan kepercayaan diri terhadap ketangguhan mental atlet bela diri. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3), 36-45.
- Nopiyanto, Y. E., Dimiyati, D., & Dongoran, F. (2019). Karakteristik psikologis atlet sea games indonesia ditinjau dari cabang olahraga tim. *Sporta Saintika*, 4(2), 27-46.
- Nopiyanto, Y. E., Raibowo, S., Prabowo, A., Ilahi, B. R., & Widodo, L. (2022). Pengaruh Latihan Imagery terhadap Kepercayaan Diri Atlet. *Jurnal Patriot*, 4(1), 48-57.
- Nur, A., Putra, M. A., & Sinurat, R. (2023). Hubungan percaya diri terhadap kemampuan smash bola voli Tim Rajawali Pir Trans Sosa. *Journal Of Sport Education and Training*, 4(1), 10-18.
- Nurdin, I., & Hartati, S. (2019). *Metodologi penelitian sosial*. Surabaya: Penerbit Media Sahabat Cendekia.

- Prasetiawan, A., Mulyani, R. R., & Usman, C. I. (2022). Pengaruh Self confidence terhadap prestasi belajar peserta didik kelas XI MIPA di SMAN 2 Tebo. *Educational Guidance and Counseling Development Journal*, 6(1), 44-50.
- Purnomo, A., & Hariono, A. (2020). Kepercayaan diri pada kemampuan smash tiga meter pada bolavoli. *Jurnal SPORTIF*, 6(2), 541-549.
- Rahmad, Y. N., Yenes, R., Witarsyah, W., & Arifianto, I. (2021). Pengaruh kondisi fisik umum terhadap kepercayaan diri atlet bolavoli SMA N 8 Padang. *Jurnal Patriot*, 3(4), 436-451.
- Rodríguez-Marroyo, J. A., Medina-Carrillo, J., García-López, J., Morante, J. C., Villa, J. G., & Foster, C. (2017). Validity, reliability, and sensitivity of a volleyball intermittent endurance test. *International journal of sports physiology and performance*, 12(3), 364-369.
- Sabarrudin, S., Silvianetri, S., & Nelisma, Y. (2022). Konseling kelompok untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam belajar: Studi Kepustakaan. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 4(4), 435-441.
- Saputra, N., & Aziz, I. (2020). Tinjauan tingkat kondisi fisik pemain bola voli putra Sma 2 Pariaman. *Jurnal Performa Olahraga*, 5(1), 32-38.
- Setyobroto Soedibyo. (2002). *Mental Training*. Jakarta: Percetakan Solo.
- Sleman. *Jurnal MensSana*, 6(2), 193-200.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian pendidikan: pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhirman & Yusuf. (2019). *Penelitian kuantitatif sebuah panduan praktis*. Mataram: CV Sanabil.
- Sujarwo, S. (2023). Sosialisasi aspek psikologis yang harus dimiliki oleh atlet dan pelatih bola voli: Sosialisasi aspek psikologis yang harus dimiliki oleh atlet dan pelatih bola voli. *Altruis: Journal of Community Services*, 2(1).
- Sulistiadinata, H., & Purbangkara, T. (2020). Hubungan kekuatan otot lengan, koordinasi mata tangan, dan rasa percaya diri dengan keterampilan smash pada permainan bola voli. *Jurnal Master Penjas & Olahraga*, 1(1), 32-38.
- Sumiyati, S. (2023). Hubungan koordinasi mata tangan, kekuatan otot lengan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan passing atas dalam permainan bola voli pada mahasiswa penjas kesrek STKIP YPUP Makassar. *Sports Review Journal*, 3(1), 34-44.

- Syahid, N. I., & Wismanadi, H. (2018). Latihan sparring partner terhadap peningkatan kepercayaan diri dan motivasi berprestasi pada tim bola basket putra SMAN 1 Puri Mojokerto. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 5(2).
- Syahrial, A. M., Saifuddin, S., & Amir, N. (2021). Evaluasi kecemasan dan kepercayaan diri atlet klub bola voli Pambers Tahun 2021. *Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*, 7(4).
- Syamsuryadin, S., Fauzi, F., Hartanto, A., Yachsie, B. T. P. W. B., & Arianto, A. C. (2021). Analisis teknik dasar open smash pada atlet bola voli Kabupaten.
- Tangkudung, J., & Mylsidayu, A. (2017). Mental training aspek-aspek psikologi dalam olahraga. Jakarta: Cakrawala Cendikia.
- Weinberg RS, Gould D. (2015). Yayasan Psikologi Olahraga dan Latihan.
- Wijaya, A., & Kartika, S. E. (2021). Studi literatur latihan vertical jump terhadap teknik block pada permainan bola voli. *Sportif: Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi*, 6(2), 42-51.
- Wulandari, A., Fikri, H. T., & Natasia, K. (2021). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan bertanding anggota komunitas Tari Modern Di Kota Padang. *Psyche 165 Journal*, 121-129.
- Yanto, A., & Barlian, E. (2020). Pengaruh daya ledak otot tungkai, daya ledak otot lengan dan percaya diri terhadap kemampuan smash atlet bolavoli klub Surya Bakti Padang. *Journal Of Dehasen Educational Review*, 1(2), 65-71.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari FIKK

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/1183/UN34.16/PT.01.04/2024 14 Maret 2024
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Izin Penelitian**

Yth . - Pervas Kalasan (Jl. Ronggo, Jetis, Tirtomartani, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55571.)
- Yuso Sleman (Jl. Colombo Yogyakarta No.1, Karang Malang, Caturtunggal, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55281.)

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

Nama	: Jhevonna Cahya Luckyza
NIM	: 20602241064
Program Studi	: Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1
Tujuan	: Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	: Meneliti Atlet di Club Bola Voli Pervas dan Yuso Sleman Guna Menyempurnakan Tugas Akhir Skripsi
Waktu Penelitian	: 14 Maret - 14 April 2024

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.



Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or.
NIP 19830626 200812 1 002

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

Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian

	<p style="text-align: center;">SURAT KETERANGAN No. 09.090/pbvpervas/slm/III/2024</p>
<p>YAYASAN PERSATUAN BOLA VOLI ADISUTJIPTO DAN SEKITARNYA</p>	<p>Yang bertanda tangan di bawah ini:</p> <p>Nama : Wisnu Herjanta Jabatan : Ketua PBV PERVAS</p>
<p>Alamat: GOR Kelurahan Tirtomartani Kalasan Sleman</p>	<p>Menerangkan bahwa:</p> <p>Nama : Jhevonna Cahya Luckyza NIM : 20602241064 Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1 Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta Judul Penelitian : "Perbedaan Kepercayaan Diri Atlet Bola Voli di Klub Pervas dan Yuso Sleman"</p>
<p>Tempat Latihan: GOR Kelurahan Tirtomartani Kalasan Sleman</p>	<p>Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa tersebut untuk telah melaksanakan kegiatan penelitian di klub PBV PERVAS pada tanggal 18 s/d 19 Maret 2024.</p>
<p>Sekretariat: GOR Kelurahan Tirtomartani Kalasan Sleman 089631879007 089504080194</p>	<p>Demikian surat keterangan ini saya buat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya</p>
<p>E-mail: pervasjogja@gmail.com</p>	<p>Sleman, 21 Maret 2024 Ketua PBV PERVAS</p> <p> Wisnu Herjanta</p> <p></p>

Lanjutan Lampiran 2



**PERSATUAN BOLA VOLI YUWANA SARANA OLAHRAGA
(PBV. YUSO SLEMAN)**

Alamat :

Jln. Laksda Adi Sucipto No. 64 (Dr.dr.II Sutaryo, DSAK) (0274) 516048

Jln. Solo Timur Alpa (Sukardi, S.Pd/Drs. Fauzi Idris, M.Si) Hp 0818461880

Perum Wironulyo Indah No.11 Wirosaban (Drs. Mansur, M.S) (0274) 381256/08122702567

SURAT KETERANGAN

No: 24/PBV. YUSO SLEMAN/III/2024

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Riky Dwihandaka, M.Or.

Jabatan : Sekretaris

Selaku pengurus klub bola voli YUSO Sleman, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa:

Nama : JHEVONNA CAHYA LUCKYZA

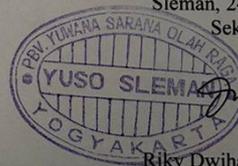
NIM : 20602241064

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1

Benar-benar telah melaksanakan pengambilan data dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi di klub bola voli YUSO Sleman pada tanggal 16-21 Maret 2024, dengan judul "PERBEDAAN KEPERCAYAAN DIRI ATLET BOLA VOLI DI KLUB PERVAS DAN YUSO SLEMAN SAAT MENGHADAPI PERTANDINGAN".

Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sleman, 24 Maret 2024
Sekretaris



Riky Dwihandaka, M.Or.

Lampiran 3. Instrumen Penelitian

A. Identitas Responden

Nama :.....
Jenis Kelamin :.....
Usia :.....
Level Pertandingan :.....
Lama Mengikuti Latihan :.....

B. Pengantar

Sehubungan dengan penelitian saya yang berjudul “**PERBEDAAN KEPERCAYAAN DIRI ATLET BOLA VOLI DI KLUB PERVAS DAN YUSO SLEMAN SAAT MENGHADAPI PERTANDINGAN**” yang akan digunakan sebagai penyelesaian tugas akhir, maka peneliti memohon kepada saudara untuk membantu pengisian angket penelitian. Angket ini tidak akan mempengaruhi apapun yang berhubungan dengan kepentingan saudara.

C. Petunjuk Pengisian

Pilihlah salah satu jawaban dari setiap pernyataan yang sesuai dengan anda, dengan member *chek list* (V) pada kolom yang tersedia.

Pilih salah satu yang sesuai dengan anda, yaitu:

Contoh:

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Warna bendera Negara Indonesia adalah merah putih.	√			

Keterangan:

SS Sangat Setuju
S Setuju
TS Tidak Setuju
STS Sangat Tidak Setuju

Lanjutan Lampiran Instrumen Penelitian

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
	Tingkah Laku				
	Keyakinan diri				
1	Saya merasa yakin akan kemampuan saya sendiri				
2	Saya merasa yakin untuk menunjukkan kemampuan saya				
3	Saya merasa kemampuan saya tidak lebih baik daripada orang lain				
4	Saya selalu siap dalam menghadapi setiap pertandingan				
5	Saya merasa takut ketika akan menghadapi pertandingan				
6	Saya tidak yakin teknik yang saya miliki akan membantu saya dalam pertandingan				
	Sikap penerimaan				
7	Dalam sebuah pertandingan menang dan kalah adalah hal yang wajar				
8	Saya merasa dalam sebuah pertandingan bukan kemenangan yang paling utama melainkan semangat dan usaha				
9	Saya yakin kalah dalam pertandingan jika menghadapi lawan yang tangguh				
10	Apabila saya kalah dalam sebuah pertandingan, maka saya berusaha untuk lebih giat berlatih				
11	Ketika saya kalah dalam sebuah pertandingan saya merasa bahwa saya dicurangi				
	Optimis				
12	Saya merasa tenang saat akan bertanding karena saya optimis akan menang				
13	Saya merasa apapun hasil dalam sebuah pertandingan, adalah yang terbaik untuk saya.				
14	Ketika bertanding, saya takut jika saya kalah				
15	Saya melakukan yang terbaik yang saya bisa dalam setiap pertandingan				
16	Ketika kalah dalam sebuah pertandingan, saya merasa tidak ingin mengikuti pertandingan lainnya				
17	Ketika mengetahui orang lain memiliki teknik lebih baik dair saya, saya akan menyerah				
	Emosi				
	Ekspresi emosi				
18	Saya selalu berusaha yang terbaik dalam setiap pertandingan				
19	Saya merasa lebih baik berusaha dan kalah dalam				

	pertandingan daripada tidak mengikutinya sama sekali				
20	Saya merasa tidak mampu ikut dalam pertandingan				
21	Saya merasa tidak layak ikut bertanding				
22	Saya selalu dapat tenang dan fokus dalam bertanding				
23	Saya sering panik saat akan bertanding ataupun menonton pertandingan teman saya				
	Sikap positif				
24	Saya yakin proses pelatihan akan membantu saya mengoptimalkan kemampuan saya				
25	Saya merasa iri jika tim teman saya menang dan tim saya kalah				
26	Saya merasa latihan yang baik dan sesuai akan sangat berpengaruh dalam hasil pertandingan				
27	Saya selalu melakukan tugas dan instruksi yang diberikan				
28	Saya merasa tidak perlu latihan untuk menang dalam pertandingan				
	Spiritual				
	Yakin pada takdir Tuhan				
29	Saya merasa apapun hasil dalam sebuah pertandingan adalah yang terbaik				
30	Saya percaya Tuhan selalu memberikan jalan terbaik untuk saya				
31	Ketika kalah dalam sebuah pertandingan, saya merasa itu jalan terbaik yang diberikan Tuhan untuk memotivasi saya mengoptimalkan kemampuan saya				
32	Ketika saya kalah dalam sebuah pertandingan, saya merasa Tuhan tidak adil				
	Yakin bahwa hidup memiliki tujuan yang positif				
33	Saya merasa menang atau kalah dalam sebuah pertandingan adalah jalan untuk merubah diri menjadi lebih baik				
34	Saya malas mengikuti latihan ketika kalah dalam pertandingan				
35	Saya merasa hidup saya tidak berguna ketika kalah dalam sebuah pertandingan				
36	Saya menjadi lebih mempunyai tujuan untuk latihan ketika kalah dalam pertandingan				

Lampiran 4. Data Kepercayaan Diri Atlet Pervas

DATA KEPERCAYAAN DIRI ATLET PERVAS

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	35	36	Σ	
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	91	
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	85		
3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	88		
4	3	3	2	3	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	3	3	3	103		
5	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	91	
6	3	3	2	2	2	1	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	1	1	1	1	3	2	1	1	2	2	2	3	2	1	1	78	
7	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	87	
8	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	95	
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	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	105	
10	3	3	3	3	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	3	3	2	2	92	
11	3	2	2	3	2	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	3	3	2	97	
12	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	76	
13	2	2	2	2	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	2	3	3	88	
14	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	1	3	4	3	3	106	
15	3	3	3	3	3	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	2	3	3	2	95	
16	1	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	79	
17	3	2	3	3	2	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	3	3	3	105	
18	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	79
19	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	99	
20	3	2	2	2	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	96	
21	3	2	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	97	
22	3	2	2	2	2	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	2	3	1	1	75		
23	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	1	1	2	3	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	3	1	76	
24	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	94	
25	4	3	3	3	3	3	4	2	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	100	
26	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	99	

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	35	36	Σ
27	2	2	2	2	2	1	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	88
28	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	93
29	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	3	3	84
30	2	3	2	3	3	1	1	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	3	3	76
31	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	72
32	2	1	2	2	1	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	1	2	2	1	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	1	91
33	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	76
34	3	3	3	3	3	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	3	2	1	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	78
35	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	85
36	2	3	3	3	3	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	1	2	2	3	3	3	1	2	1	3	79
37	2	1	1	1	1	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	1	1	72
38	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	1	2	2	3	2	3	3	95
39	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	104
40	3	2	1	2	1	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	93

Lampiran 5. Data Kepercayaan Diri Atlet Yuso Sleman

DATA KEPERCAYAAN DIRI ATLET YUSO SLEMAN

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	35	36	Σ		
1	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	2	2	2	3	3	3	3	3	1	89		
2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	99	
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	2	3	3	3	3	3	3	3	3	95	
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	2	2	2	2	2	2	2	2	3	90	
5	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	107	
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	2	2	3	2	3	2	3	3	1	85
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	3	3	2	2	2	2	2	3	89	
8	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	1	3	81	
9	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	4	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	105	
10	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	106	
11	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	88	
12	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	106	
13	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	2	86
14	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	96
15	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	106	
16	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	106	
17	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	4	4	4	4	4	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	99	
18	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	1	4	3	4	4	4	3	3	3	4	1	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	105	
19	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	4	2	4	3	3	3	3	3	3	1	2	2	3	4	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	98	
20	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	4	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	92	
21	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	95	
22	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	105	
23	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	4	2	3	3	2	3	2	2	2	1	2	4	98		
24	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	92
25	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	107	
26	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	99	

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	35	36	Σ	
27	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	91	
28	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	1	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	108
29	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	4	2	4	3	3	3	3	2	3	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	89	
30	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	97	
31	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	96	
32	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	101	
33	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	96		
34	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	3	1	1	3	3	3	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	77		
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	2	2	3	3	3	3	1	98		
36	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	79		
37	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	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	106		
38	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	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	77		
39	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	2	2	3	3	4	3	2	2	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	77		
40	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	3	2	3	3	2	3	3	1	78		

Lampiran 6. Deskriptif Statistik Kepercayaan Diri Atlet Pervas

Statistics

Kepercayaan Diri Atlet Pervas

N	Valid	40
	Missing	0
Mean		89,05
Median		91,00
Mode		76,00
Std. Deviation		10,08
Minimum		72,00
Maximum		106,00
Sum		3562,00

Kepercayaan Diri Atlet Pervas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	72	2	5,0	5,0	5,0
	75	1	2,5	2,5	7,5
	76	4	10,0	10,0	17,5
	78	2	5,0	5,0	22,5
	79	3	7,5	7,5	30,0
	84	1	2,5	2,5	32,5
	85	2	5,0	5,0	37,5
	87	1	2,5	2,5	40,0
	88	3	7,5	7,5	47,5
	91	3	7,5	7,5	55,0
	92	1	2,5	2,5	57,5
	93	2	5,0	5,0	62,5
	94	1	2,5	2,5	65,0
	95	3	7,5	7,5	72,5
	96	1	2,5	2,5	75,0
	97	2	5,0	5,0	80,0
	99	2	5,0	5,0	85,0
	100	1	2,5	2,5	87,5
	103	1	2,5	2,5	90,0
	104	1	2,5	2,5	92,5
	105	2	5,0	5,0	97,5
	106	1	2,5	2,5	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

Lampiran 7. Deskriptif Statistik Kepercayaan Diri Atlet Yuso Sleman

Statistics

Kepercayaan Diri Atlet Yuso Sleman

N	Valid	40
	Missing	0
Mean		94,85
Median		96,00
Mode		106,00
Std. Deviation		9,59
Minimum		77,00
Maximum		108,00
Sum		3794,00

Kepercayaan Diri Atlet Yuso Sleman

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 77	3	7,5	7,5	7,5
78	1	2,5	2,5	10,0
79	1	2,5	2,5	12,5
81	1	2,5	2,5	15,0
85	1	2,5	2,5	17,5
86	1	2,5	2,5	20,0
88	1	2,5	2,5	22,5
89	3	7,5	7,5	30,0
90	1	2,5	2,5	32,5
91	1	2,5	2,5	35,0
92	2	5,0	5,0	40,0
95	2	5,0	5,0	45,0
96	3	7,5	7,5	52,5
97	1	2,5	2,5	55,0
98	3	7,5	7,5	62,5
99	3	7,5	7,5	70,0
101	1	2,5	2,5	72,5
105	3	7,5	7,5	80,0
106	5	12,5	12,5	92,5
107	2	5,0	5,0	97,5
108	1	2,5	2,5	100,0
Total	40	100,0	100,0	

Lampiran 8. Hasil Analisis Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Kepercayaan Diri Atlet Pervas	Kepercayaan Diri Atlet Yuso Sleman
N		40	40
Normal Parameters ^a	Mean	89,0500	94,8500
	Std. Deviation	10,07905	9,59313
Most Extreme Differences	Absolute	,141	,130
	Positive	,141	,085
	Negative	-,102	-,130
Kolmogorov-Smirnov Z		,890	,822
Asymp. Sig. (2-tailed)		,407	,509
a. Test distribution is Normal,			

Lampiran 9. Hasil Analisis Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

Kepercayaan Diri

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
,324	1	78	,571

ANOVA

Kepercayaan Diri

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	672,800	1	672,800	6,950	,010
Within Groups	7551,000	78	96,808		
Total	8223,800	79			

Lampiran 10. Hasil Analisis *Independent Sample Test*

Group Statistics

Atlet		N	Mean	Std, Deviation	Std, Error Mean
Kepercayaan Diri	Klub Pervas	40	89,0500	10,07905	1,59364
	Klub Yuso Sleman	40	94,8500	9,59313	1,51681

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig,	t	df	Sig, (2-tailed)	Mean Difference	Std, Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
Kepercayaan Diri	,324	,571	-	78	,010	-5,80000	2,20009	-	-
			2,636					10,18004	1,41996
			-	77,810	,010	-5,80000	2,20009	-	-
			2,636					10,18021	1,41979

Lampiran 11. Tabel t

Titik Persentase Distribusi t (df = 41 – 80)

df \ Pr	0.25	0.10	0.05	0.025	0.01	0.005	0.001
	0.50	0.20	0.10	0.050	0.02	0.010	0.002
41	0.68052	1.30254	1.68288	2.01954	2.42080	2.70118	3.30127
42	0.68038	1.30204	1.68195	2.01808	2.41847	2.69807	3.29595
43	0.68024	1.30155	1.68107	2.01669	2.41625	2.69510	3.29089
44	0.68011	1.30109	1.68023	2.01537	2.41413	2.69228	3.28607
45	0.67998	1.30065	1.67943	2.01410	2.41212	2.68959	3.28148
46	0.67986	1.30023	1.67866	2.01290	2.41019	2.68701	3.27710
47	0.67975	1.29982	1.67793	2.01174	2.40835	2.68456	3.27291
48	0.67964	1.29944	1.67722	2.01063	2.40658	2.68220	3.26891
49	0.67953	1.29907	1.67655	2.00958	2.40489	2.67995	3.26508
50	0.67943	1.29871	1.67591	2.00856	2.40327	2.67779	3.26141
51	0.67933	1.29837	1.67528	2.00758	2.40172	2.67572	3.25789
52	0.67924	1.29805	1.67469	2.00665	2.40022	2.67373	3.25451
53	0.67915	1.29773	1.67412	2.00575	2.39879	2.67182	3.25127
54	0.67906	1.29743	1.67356	2.00488	2.39741	2.66998	3.24815
55	0.67898	1.29713	1.67303	2.00404	2.39608	2.66822	3.24515
56	0.67890	1.29685	1.67252	2.00324	2.39480	2.66651	3.24226
57	0.67882	1.29658	1.67203	2.00247	2.39357	2.66487	3.23948
58	0.67874	1.29632	1.67155	2.00172	2.39238	2.66329	3.23680
59	0.67867	1.29607	1.67109	2.00100	2.39123	2.66176	3.23421
60	0.67860	1.29582	1.67065	2.00030	2.39012	2.66028	3.23171
61	0.67853	1.29558	1.67022	1.99962	2.38905	2.65886	3.22930
62	0.67847	1.29536	1.66980	1.99897	2.38801	2.65748	3.22696
63	0.67840	1.29513	1.66940	1.99834	2.38701	2.65615	3.22471
64	0.67834	1.29492	1.66901	1.99773	2.38604	2.65485	3.22253
65	0.67828	1.29471	1.66864	1.99714	2.38510	2.65360	3.22041
66	0.67823	1.29451	1.66827	1.99656	2.38419	2.65239	3.21837
67	0.67817	1.29432	1.66792	1.99601	2.38330	2.65122	3.21639
68	0.67811	1.29413	1.66757	1.99547	2.38245	2.65008	3.21446
69	0.67806	1.29394	1.66724	1.99495	2.38161	2.64898	3.21260
70	0.67801	1.29376	1.66691	1.99444	2.38081	2.64790	3.21079
71	0.67796	1.29359	1.66660	1.99394	2.38002	2.64686	3.20903
72	0.67791	1.29342	1.66629	1.99346	2.37926	2.64585	3.20733
73	0.67787	1.29326	1.66600	1.99300	2.37852	2.64487	3.20567
74	0.67782	1.29310	1.66571	1.99254	2.37780	2.64391	3.20406
75	0.67778	1.29294	1.66543	1.99210	2.37710	2.64298	3.20249
76	0.67773	1.29279	1.66515	1.99167	2.37642	2.64208	3.20096
77	0.67769	1.29264	1.66488	1.99125	2.37576	2.64120	3.19948
78	0.67765	1.29250	1.66462	1.99085	2.37511	2.64034	3.19804
79	0.67761	1.29236	1.66437	1.99045	2.37448	2.63950	3.19663
80	0.67757	1.29222	1.66412	1.99006	2.37387	2.63869	3.19526

Lampiran 12. Dokumentasi

A. Gambar Pengambilan Data Pada Atlet Putra di Klub Pervas



B. Gambar Pengambilan Data Pada Atlet Putri di Klub Pervas



C. Gambar Pengambilan Data Pada Atlet Putri di Klub Pervas



D. Pengambilan Data Pada Atlet Putri di Klub Pervas

