

**PENGARUH KEPERCAYAAN DIRI
TERHADAP *PEAK PERFORMANCE* ATLET BOLA BASKET
SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) NEGERI DI KOTA
MALANG**

SKRIPSI

Oleh :

**LINA ASTRANI
NIM : 04410066**



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2010**

**PENGARUH KEPERCAYAAN DIRI
TERHADAP *PEAK PERFORMANCE* ATLET BOLA BASKET
SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) NEGERI DI KOTA
MALANG**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada:
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)**

**Oleh :
LINA ASTRIANI
NIM : 04410066**



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2010**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH KEPERCAYAAN DIRI
TERHADAP *PEAK PERFORMANCE* ATLET BOLA BASKET
SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) NEGERI DI KOTA
MALANG**

SKRIPSI

Oleh :

**LINA ASTRIANI
NIM : 04410066**

Telah Disetujui Pada Tanggal 15 Januari 2010

Dosen Pembimbing

**Yulia Sholihatun, M. Si
NIP. 19700724 200501 2 003**

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

**Dr. H. Mulyadi, M. Pd. I
NIP. 19550717 198203 1 005**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lina Astriani
Nim : 04410066
Fakultas : Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap *Peak Performance* Atlet Bola Basket Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri Di Kota Malang

Menyatakan bahwa skripsi tersebut adalah karya saya sendiri dan bukan karya orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi akademis.

Malang, 15 Januari 2010

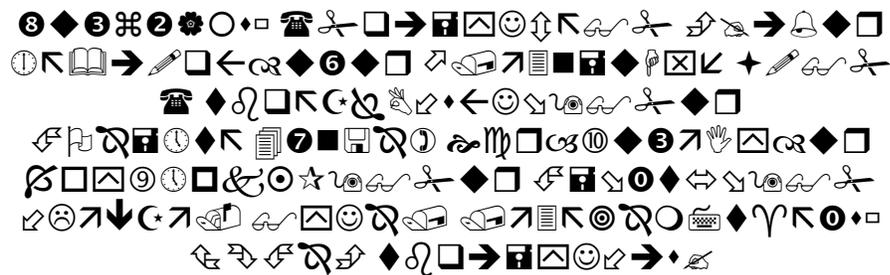
Yang menyatakan,

Lina Astriani

MOTTO

Emerson dalam makalahnya seputar percaya diri mengatakan, suatu saat pengetahuan manusia akan mencapai suatu keyakinan yang mengatakan bahwa sikap iri merupakan tindakan yang bodoh dan sikap menjiplak orang lain adalah tindakan bunuh diri. Manusia akan menyadari bahwa dirinya harus menjadi dirinya sendiri, apapun kondisinya.

Tiada seorangpun yang mengetahui sejauh mana kemampuannya kecuali bila mencobanya. Firman Allah QS at-Taubah ayat 105:



“Bekerjalah kamu, Maka Allah dan rasul-Nya serta orang-orang mukmin akan melihat pekerjaanmu itu, dan kamu akan dikembalikan kepada (Allah) yang mengetahui akan yang ghaib dan yang nyata, lalu diberitakan-Nya kepada kamu apa yang Telah kamu kerjakan”.

(QS at-Taubah: 105)

(dari La Tahzan jangan bersedih, h. 202-203)

Manfaatkan setiap pengalaman burukmu untuk meningkatkan kekuatan, keberanian, dan kepercayaan dirimu. Dan katakan pada dirimu sendiri, “Aku masih sanggup menghadapi apa yang akan terjadi setelah ini”

(Eleanor Roosevelt)

PERSEMBAHAN

Bismillaahirrahmaanirrahiim

Kupersembahkan karya ini untuk orang-orang yang penuh arti dalam hidupku

Ayah dan ibunda tercinta

Yang dengan cinta, kasih sayang dan do'a mereka aku selalu optimis untuk

meraih kesuksesan yang gemilang dalam hidup ini

Suamiku

Yang selalu setia mendampingi, memberi semangat dan motivasi dalam suka

dan duka

Guru-guruku

yang telah memberikan ilmunya kepadaku dengan penuh kesabaran dan

ketelatenan.

Teman-temanku, sahabat-sahabatku

Yang telah membuat hidupku lebih bermakna dan dinamis.

Semoga kita semua termasuk orang-orang yang dapat meraih

Kesuksesan dan kebahagiaan dunia-akhirat.

Amieeen....

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan syukur kehadirat Allah Yang Maha Rahman, dengan segala keterbatasan yang ada, skripsi dengan judul “Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap *Peak Performance* Atlet Bola Basket Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri Di Kota Malang”. Ini akhirnya dapat diselesaikan untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S. Psi.) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Shalawat serta salam tetap tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW, keluarga, sahabat serta pengikut beliau sampai akhir masa. Dalam menyelesaikan penelitian ini, tentunya tidak lepas dari dukungan, bantuan, arahan serta motivasi dari berbagai pihak. Untuk itu dengan rasa hormat, penulis menghaturkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. DR. H. M. Imam Suprayogo M. A. selaku rektor UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Bapak Dr. H. Mulyadi, M. Pd.I. selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Ibu Yulia Sholihatun, M. Si. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan banyak masukan dan bimbingan hingga terselesaikannya penelitian ini.
4. Bapak dan ibu dosen Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah mendidik kami dan bersedia membagi ilmu dan pengalamannya kepada kami selama kami menuntut ilmu di Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
5. Teman-teman seperjuangan angkatan 2004 yang telah memberikan motivasi
6. Seluruh pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu yang telah membantu hingga terselesaikannya Skripsi ini.

Semoga Allah swt. memberikan balasan yang setimpal atas kebaikan yang telah diberikan kepada penulis, *aamiin*. Tak lupa, penulis juga mohon maaf yang

sebesar-besarnya jika ada kesalahan yang telah penulis lakukan. Semoga Allah swt. menilai segala aktivitas kita sebagai Ibadah, *aamiin*.

Penulis menyadari bahwa dalam penyelesaian penelitian ini merupakan yang terbaik bagi usaha yang telah penulis lakukan, namun bukan yang terbaik yang pernah ada, karenanya setiap sumbangan yang membangun merupakan kontribusi yang akan sangat berarti bagi penulis dan penelitian ini. Semoga tulisan sederhana ini dapat berarti dan bermanfaat bagi penulis, pembaca serta pengembangan ilmu pengetahuan secara umum Amin.

Malang, Januari 2010

Lina Astriani

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
A. <i>Peak Performance</i>	9
1. <i>Pengertian Peak Performance</i>	9
2. <i>Karakteristik peak performance</i>	10
B. Kepercayaan Diri Atlet	15
1. <i>Pengertian Kepercayaan Diri</i>	15
2. <i>Tahap Terbentuknya Kepercayaan Diri Atlet</i>	19
3. <i>Membangun Kepercayaan Diri Atlet</i>	21

4. Kajian Keislaman	26
C. Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap <i>Peak Performance</i>	
Atlet Bola Basket	28
D. Hipotesis	30
BAB III METODE PENELITIAN	31
A. Identifikasi variabel penelitian	31
B. Definisi operasional variabel penelitian	31
a. Kepercayaan Diri	31
b. Peak Performance	33
C. Populasi dan metode pengambilan sampel	32
D. Metode Pengambilan Data	35
E. Proses Penelitian	37
F. Validitas Dan Reliabilitas	40
a. Uji Validitas	40
b. Uji Reliabilitas	42
G. Metode Analisi Data	43
a. Analisis Deskriptif	43
b. Pengkategorian Tingkat Kepercayaan Diri Terhadap <i>Peak Performance</i>	44
c. Analisa Regresi Linier Sederhana (<i>Simple Linear Regression Analysis</i>)	45
i. Uji Hipotesis Koefisien Model Regresi	46
ii. Uji Asumsi Model Regresi	48
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	52
A. Hasil Penelitian	52
1. Pengujian Instrumen Penelitian	52
a. Uji Validitas	52
b. Uji Reliabilitas	54

2. Analisis Statistika Deskriptif	55
3. Pengkategorian tingkat kepercayaan diri terhadap <i>peak performance</i>	57
4. Analisis Regresi Linier Sederhana (<i>Simple Linear Regression Analysis</i>)	59
a. Uji Hipotesis Koefisien Model Regresi	62
b. Uji Asumsi Model Regresi	64
B. Pembahasan	67
1. Tingkat Kepercayaan Diri Atlet Bola Basket	67
2. Tingkat <i>Peak Performance</i> Atlet Bola Basket	69
3. Pengaruh Kepercayaan diri Terhadap <i>Peak Performance</i> Atlet Bola Basket	70
BAB V PENUTUP	78
A. Kesimpulan	78
B. Saran	79
DAFTAR PUSTAKA	xiii

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Data Jumlah Atlet Bola Basket Pada SMAN Dan SMKN Di Kota Malang

Tabel 3.2. Distribusi Frekuensi Umur Responden Atlet Basket

Tabel 3.3. Distribusi Frekuensi Asal Sekolah Responden Atlet Basket

Tabel 3.4. *Blueprint* Kepercayaan Diri

Tabel 3.5. *Blueprint Peak Performance*

Tabel 4.1. Hasil Uji Validitas

Tabel 4.2. Hasil Uji Reliabilitas

Table 4.3. Distribusi Frekuensi Umur Responden Atlet Basket

Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi Asal Sekolah Responden Atlet Basket

Tabel 4.5. Hasil Deskriptif Variabel Kepercayaan Diri

Table 4.6. Hasil Deskriptif Variabel *Peak Performance*

Tabel 4.7. Ringkasan Hasil Analisis Regresi

Tabel 4.8. Pengujian Model Regresi Secara Simultan

Table 4.9. Hipotesis Pengujian Model Regresi Secara Simultan

Table 4.10. Pengujian Model Regresi Secara Parsial

Table 4.11. Uji Hipotesis Koefisien Regresi Variabel Kepercayaan Diri

Tabel 4.12. Uji Asumsi Normalitas

Tabel 4.13. Uji Asumsi Homoskedastisitas

Tabel 4.14. Uji Asumsi Non-Autokorelasi

Tabel 4.15. Hasil Rekapitulasi Pengujian Asumsi

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1. Rancangan Penelitian

Gambar 4.1. Pie Chart Umur Responden Atlet Basket

Gambar 4.2. Pie Chart Asal Sekolah Responden Atlet Basket

Gambar 4.3. Pie Chart Tingkat Kepercayaan Diri

Gambar 4.4. Pie Chart Tingkat *Peak Performance*

Gambar 4.5. Plot Kenormalan Glat

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Instrument Kuesioner Penelitian**
- Lampiran 2. Rekapitulasi Jawaban Responden Variabel Kepercayaan Diri**
- Lampiran 3. Rekapitulasi Jawaban Responden Variabel *Peak Performance***
- Lampiran 4. Output SPSS 15.0 Untuk Pengujian Validitas**
- Lampiran 5. Output SPSS 15.0 Untuk Pengujian Reliabilitas**
- Lampiran 6. Output SPSS 15.0 Untuk Analisis Regresi Linier Sederhana**
- Lampiran 7. Output SPSS 15.0 Untuk Pengujian Asumsi Analisis Regresi
Linier Sederhana**
- Lampiran 8. Bukti Konsultasi**
- Lampiran 9. Surat Izin Pencarian Data**
- Lampiran 10. Rekomendasi Pertama**
- Lampiran 11. Rekomendasi Kedua**
- Lampiran 12. Surat Keterangan**
- Lampiran 13. Daftar Sekolah Menengah Atas**
- Lampiran 14. Daftar Sekolah Kejuruan**

ABSTRAK

Astriani, Lina. 2009. Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap *Peak Performance* Atlet Bola Basket Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri Malang. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Malang.

Dosen Pembimbing: Yulia Sholihatun, M. Si

Kata Kunci: Kepercayaan Diri Atlet, *Peak Performance* Atlet

Kepercayaan diri merupakan landasan bagi *peak performance* (penampilan puncak) atlet dalam situasi kompetitif. Kepercayaan diri yang tinggi akan mengarah pada penampilan puncak, sedangkan kepercayaan diri yang rendah akan membuat atlet tidak mempunyai daya tahan dan kekuatan, mudah menyerah, dan berakibat pada penampilan yang buruk.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui : (1) Bagaimana tingkat kepercayaan diri atlet bola basket, (2) Bagaimana tingkat *peak performance* atlet bola basket, (3) Apakah ada pengaruh tingkat kepercayaan diri terhadap tingkat *peak performance* atlet bola basket.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Subyek penelitian adalah atlet bola basket pada SMAN dan SMKN di Kota Malang. Sampel diambil dengan cara acak atau random menggunakan *disproportionate stratified random sampling*, dengan rumus slovin dan didapatkan sampel sebanyak 82 atlet, namun peneliti menginginkan menambah sampel hingga 100 responden guna mendapatkan hasil yang lebih baik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel kepercayaan diri dan *peak performance* yang dikaji dalam penelitian ini sama-sama berada pada kategori tinggi dengan persentase masing-masing sebesar 43%. Berdasarkan hasil penelitian pada pengaruh variabel bebas secara parsial dan simultan terhadap variabel terikat terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri terhadap *peak performance* pada tingkat kesalahan 5%,. kekuatan hubungan antara kepercayaan diri dengan *peak performance* adalah sebesar positif 0.271, hal ini berarti bahwa semakin tinggi kepercayaan diri atlet bola basket maka *peak performance* juga akan semakin tinggi pula. Keakuratan pengaruh kepercayaan diri terhadap *peak performance* ini adalah sebesar 73,3% dan sisanya ($100\% - 73.3\% = 26.7\%$) dijelaskan oleh variabel bebas lain yang tidak diikutsertakan dalam penelitian ini.

ABSTRACT

Astriani, Lina. 2009. Effect of Self Confidence Toward Peak Performance Athlete Basketball The State High School In Malang City. Faculty Of Psychology. The State Islamic University (UIN) Maulana Malik Ibrahim of Malang.

Advisor: Yulia Sholihatun, M. Si

Keywords : Athlete Self Confidence, Athlete Peak Performance.

Self-confidence is the foundation for peak Performance athletes in competitive situations. High confidence will lead to peak performance, whereas low confidence will make the athlete does not have the endurance and strength, easy to give up, and result in poor performance.

This study aims to determine: (1) What level of confidence of basketball athletes, (2) What level of peak performance basketball athlete, (3) Is there any influence of the confidence level of peak performance level basketball athletes.

This research is quantitative research. Research subject is basketball athlete at SMAN and SMK in Malang. Take methods random sampling *disproportionate stratified random sampling*, and obtained a sample of 82 athletes, but researchers want to add the sample to 100 respondents in order to obtain better results.

The results showed that the variables of confidence and peak performance are examined in this study were both located in the high category with their respective percentages of 43%. Based on the results of research on the influence of independent variables and simultaneously partially bound to the variable is a significant relationship exists between self-confidence to the peak performance at the 5% error rate,. power relationship between self-confidence to peak performance is positive for 0271, this means that the higher the confidence of the basketball athletes peak performance will also be higher as well. The accuracy of self-confidence influence on peak performance is 73.3% and for the rest (100% - 73.3% = 26.7%) explained by other independent variables are not included in this study.

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Olahraga pada hakekatnya merupakan kegiatan fisik dan psikis yang dilandasi semangat perjuangan melawan diri sendiri, orang lain atau unsur alam (baca: cuaca). Jika dipertandingkan harus dilaksanakan secara kesatria sehingga merupakan sarana untuk membentuk kepribadian dalam rangka meningkatkan kualitas hidup yang lebih luhur (Dinata, 2008:52).

Bola basket adalah salah satu cabang olahraga beregu di tanah air yang mengalami perkembangan yang cukup pesat. Hal ini disebabkan, jenis olahraga ini bukan hanya sebagai olahraga prestasi tetapi juga sebagai olahraga pendidikan ataupun sebagai olahraga rekreasi. Cabang olahraga bola basket mempunyai perkembangan yang cukup pesat, apalagi dengan semakin gencarnya penayangan pertandingan-pertandingan menarik dari Liga Bola Basket Amerika (NBA) oleh televisi dan ditambah beberapa iklan promosi yang dilatarbelakangi oleh pemain ini sehingga timbul kesan bahwa tiada hari tanpa bermain bola basket. Terlihat bahwa yang paling banyak menerima pengaruh dari penayangan tersebut adalah kaum muda, yang merupakan kelompok usia terbanyak menerima pengaruh tayangan.

Olahraga bola basket juga memiliki karakteristik sosial tertentu dengan corak permainan yang banyak mengandung unsur “pura-pura, menipu, dan muslihat”. Ini dapat terlihat dari tindakan para pemain yang sarat dengan usaha

untuk mengelabui lawannya dengan berbagai gerak tipuan atau gerak pura-pura yang dilakukan dengan menggunakan hampir setiap bagian tubuhnya. Contohnya, tipuan untuk mengecoh lawan yang dilakukan dengan menggerakkan mata, kepala, bahu, kedua tangan dan lengan, pinggang, kedua kaki dan tungkai, gerakan pura-pura mendribel, menembak, dan mengoper.

Novak menggambarkan sifat permainan bola basket ibarat “musik *jazz* yang penuh unsur improvisasi”. Ada unsur kebebasan berbuat, eksplosif, penuh alunan irama cepat atau lambat yang dinamis, dan menggetarkan. Menonjol pula sifat individualistis, namun di dalam pelaksanaannya tetap membutuhkan kerjasama dengan semangat persatuan yang utuh (Dinata, 2008:8).

Bola basket dimainkan di dalam batas ruang tiga dimensi, sebab ring basket ditempatkan pada ketinggian tertentu di atas permukaan tanah. Usaha memasukkan bola ke dalam ring basket banyak memberi kesempatan kepada para pemain untuk berimprovisasi dengan bebas seperti dengan *jump shot*, *hook shot*, *lay up shot*, dan *slam dunk*. Berbagai gaya penampilan pemain saat berada di udara, itulah yang paling menarik untuk ditonton, disamping berbagai improvisasi dan variasi lainnya yang dilakukan pada permukaan lapangan permainan. Dengan waktu permainan yang dibatasi, skor pertandingan bisa melonjak tinggi, tetapi perbedaan satu angka sekalipun akan menentukan pemenangnya. Inilah salah satu daya tarik lain dari bola basket, yaitu kejar-mengejar angka dalam tempo permainan yang relatif cepat.

Permainan bola basket memiliki nilai-nilai tertentu yang sifatnya universal. Sebagai permainan yang sifatnya rekreatif, bola basket bisa dimainkan

mulai dari usia anak-anak sampai dewasa. Juga dikenal oleh orang-orang yang sudah berusia cukup lanjut, baik oleh pria maupun wanita dengan aturan permainan yang dimodifikasi, sesuai dengan tingkat usia dan kemampuan fisik. Nilai rekreatifnya tercermin dari terpenuhinya kebutuhan seseorang untuk melakukan suatu kelayakan atau hanya sekedar melepas gejolak emosi kejiwaannya.

Kebutuhan untuk melakukan gerakan-gerakan tubuh atau fisik yang bertenaga juga terpenuhi dengan bermain bola basket. Berlari cepat, berhenti dengan tiba-tiba, melempar, menangkap, melompat dan mendarat, dalam keseimbangan tubuh yang baik merupakan ketrampilan yang paling banyak dilakukan dalam bermain bola basket. Daya tahan kerja jantung yang baik, merupakan nilai kesehatan fisik paling utama yang diperoleh melalui partisipasi aktif di dalam permainan bola basket, disamping tentunya perolehan kekuatan otot-otot dan kemampuan koordinasi gerak tubuh yang sempurna.

Menang dan kalah dalam kejuaraan biasanya menjadi standar ukuran berhasil tidaknya seorang atlet mengembangkan ketrampilan olahraganya. Padahal untuk memenangkan pertandingan, yang penting adalah tampil dengan baik (Satiadarma, 2000:17). Karena itu, persoalan yang sering ditanyakan oleh pengurus dan pelatih olahraga pada hakikatnya terarah pada suatu sasaran yaitu membina atlet agar mereka mencapai penampilan puncak (*peak performance*) (Satiadarma, 2000:159).

Namun demikian, sejumlah orang memiliki pandangan yang keliru tentang arti dari penampilan puncak. Mereka beranggapan bahwa pengertian penampilan

puncak adalah kemenangan. Atlet yang mencapai penampilan puncak adalah mereka yang menang, memperoleh medali emas, piala, dan seterusnya. Padahal penampilan puncak tidak menjamin seorang atlet akan menang. Dalam beberapa kasus memang penampilan puncak tidak harus menghasilkan juara, terlebih lagi di dalam olahraga beregu misalnya pada tim-tim bola basket.

Penampilan merupakan aspek penting untuk ditinjau baik pada saat atlet mengalami kekalahan maupun mengalami kemenangan. Kemenangan dapat terjadi karena faktor kebetulan atau keberuntungan, dan jika atlet terlalu terbuai didalam kemenangan ia kurang peduli dengan penampilannya. Akhirnya koreksi penampilan tidak dilakukan, dan diwaktu mendatang ia dapat berbuat kesalahan fatal karena tidak memperoleh koreksi atas penampilannya terdahulu (Satiadarma, 2000:214).

Banyak studi yang menunjukkan bagaimana pentingnya peranan faktor psikologis dalam meningkatkan performa seorang atlet dalam menghadapi pertandingan. Fungsi faktor psikologis adalah sebagai penggerak atau pengarah penampilan atlet. Faktor psikologis sering terungkap dalam ungkapan seperti: adu akal, taktik, motivasi, tertekan, determinasi, atau yang menghambat, seperti: kecemasan, ketegangan, hilang konsentrasi dan tidak percaya diri (Sudarwati, 2007:13).

Hasil studi yang dilakukan Sudarwati (2007), menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dengan motivasi berprestasi pada atlet bulutangkis pelatnas Cipayung. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi keyakinan diri seorang atlet, maka motivasi berprestasinya pun akan tinggi.

Sebaliknya semakin rendah keyakinan dirinya, maka motivasi berprestasinya akan rendah. Penelitian lain dilakukan oleh Ashar (2006), menunjukkan bahwa ada pengaruh motivasi ekstrinsik dan motivasi instrinsik terhadap performance pemain Sepak Bola di PS. UNIOR UIN Malang. Penelitian faktor psikologis lain yang mempengaruhi performa atlet juga dilakukan oleh Kurniawan (2007) menunjukkan bahwa ada pengaruh *psywar* (baca: tekanan atau teror mental) terhadap kecemasan dan performa atlet bola basket “STETSA Fantastic Four” SMA Negeri 4 Malang, tapi pada paruh kedua subyek menjadi lebih resistan.

Berdasarkan pada penelitian diatas, membuktikan bahwa faktor psikologis sangatlah penting dalam bidang olahraga. Gill, Gould, Weiss, Weinberg, Rushall, dan Terry dalam Satiadarma (2000), secara umum berpandangan bahwa atlet yang memiliki ketrampilan yang baik pada umumnya memiliki skor rendah dalam derajat kecemasan, ketegangan, depresi, marah, dan bingung. Mereka sebaliknya memiliki kecenderungan memperoleh skor tinggi dalam aspek kepercayaan diri, konsep diri, harga diri, keberanian, kebutuhan berprestasi, kecenderungan untuk mendominasi, agresi, inteligensi, kemandirian, ketegangan mental, independensi atau otonomi, kemampuan sosial, stabilitas pribadi dan kecenderungan ekstroversi (Satiadarma, 2000:40).

Bola basket merupakan salah satu kegiatan ekstrakurikuler di beberapa Sekolah Menengah Atas (SMA) yang ada di Malang. Menurut Rozzy Ferdian, seorang pelatih bola basket “STETSA Fantastic Four” SMA Negeri 4 Malang (2003-sekarang), bahwa kemampuan faktor fisik, taktik dan teknik yang dimiliki oleh atlet Fantastic Four sama dengan atlet-atlet dari tim sekolah lain. Namun,

ketika dalam pertandingan pada tahun 2003 atlet Fantastic Four tidak dapat mengeluarkan seluruh kemampuan yang dimilikinya secara maksimal, baik taktik maupun teknik permainannya. Oleh karena itu, hasil yang dicapai tidak optimal terbukti dengan gagalnya menjadi juara dan kalah dalam pertandingan dengan lawan yang tingkat permainannya lebih rendah. Bahkan kekalahan yang dialami belum sampai menguras stamina para pemain. Ketika ditanyakan kepada pemain, jawaban yang sering dikemukakan adalah kurangnya keyakinan akan kemampuan dirinya, kurangnya motivasi yang kuat untuk menjadi juara, merasa takut kalah, tegang, takut tidak dapat bermain bagus, serta tidak dapat keluar dari tekanan yang besar yakni hilangnya konsentrasi. Hal-hal di atas dapat menjadi salah satu penyebab kekalahan atlet bola basket “STETSA Fantastic Four” SMA Negeri 4 Malang (hasil wawancara dengan pelatih bola basket “STETSA Fantastic Four” di SMA Negeri 4 Malang tanggal 27 Februari 2009).

Berdasarkan hasil wawancara di atas, dapat disimpulkan bahwa yang mempengaruhi performa atlet beragam diantaranya motivasi, kepercayaan diri konsentrasi, kecemasan, dan *self efficacy*. Faktor-faktor tersebut dapat berpengaruh terhadap penampilan atlet itu sendiri. Dan dari beberapa faktor tersebut pernah dilakukan pengujian dalam hal motivasi, kecemasan dan *self efficacy*. Tetapi faktor kepercayaan diri atlet, peneliti masih belum menemukan pengujiannya.

Pendapat pelatih tersebut sejalan dengan ungkapan Dinata (2008) bahwa, untuk meningkatkan prestasi seorang atlet bukan hanya dilihat dari segi kemampuan fisiknya saja, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh faktor psikis dari

setiap atlet. Demikian pula dalam cabang olahraga bola basket, disamping dituntut kemampuan fisik juga sangat dipengaruhi oleh faktor psikis. Hal ini secara jelas dapat dilihat pada seorang atlet yang akan melakukan tembakan ke keranjang yang apabila terjadi gangguan terhadap psikisnya maka besar kemungkinan tembakan tersebut tidak akan berhasil. Akan tetapi, apabila seorang atlet mempunyai kekuatan psikis yang stabil, maka besar kemungkinan tembakan tersebut akan berhasil (Dinata, 2008:54).

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka penulis mengajukan penelitian tentang bagaimana “Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap *Peak Performance* Atlet Bola Basket Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri Di Kota Malang”.

B. RUMUSAN MASALAH

Dalam penelitian ini, rumusan masalahnya adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat kepercayaan diri atlet bola basket?
2. Bagaimana tingkat *peak performance* atlet bola basket?
3. Apakah ada pengaruh tingkat kepercayaan diri terhadap tingkat *peak performance* atlet bola basket?

C. TUJUAN PENELITIAN

Ada beberapa tujuan dalam penelitian ini, antara lain:

1. untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri atlet bola basket?
2. untuk mengetahui tingkat *peak performance* atlet bola basket?

3. untuk mengetahui pengaruh tingkat kepercayaan diri terhadap tingkat *peak performance* atlet bola basket?

D. MANFAAT PENELITIAN

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis.

1. manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah sumbangan keilmuan dalam bidang psikologi pada khususnya dan pada bidang keilmuan lain.

2. manfaat praktis

Bagi peneliti bisa mengetahui tentang pengaruh kepercayaan diri terhadap *peak performance*.

Bagi subyek, bisa mengetahui tentang pengaruh kepercayaan diri terhadap *peak performance* dan diharapkan bisa menjadi wacana untuk menjadi lebih baik dan bersemangat serta lebih percaya diri.

Bagi mahasiswa psikologi, untuk memberi masukan pengetahuan tentang kepercayaan diri dan *peak performance* (penampilan puncak).

BAB II

KAJIAN TEORI

A. PEAK PERFORMANCE

1. Pengertian *Peak Performance*

Persoalan yang sering ditanyakan oleh pengurus dan pelatih olahraga pada hakikatnya terarah pada suatu sasaran yaitu bagaimana membina atlet agar mereka mencapai penampilan puncak (*peak performance*). Menurut Satiadarma, penampilan puncak adalah penampilan optimum yang dicapai oleh seorang atlet. Anshel mengatakan, optimum tidak sama dengan maksimum, di dalam konteks olahraga (Satiadarma, 2000:159). Pada dasarnya arti dari penampilan puncak itu sendiri para pakar Psikologi masih belum membuat suatu kesimpulan tentang definisi dari penampilan puncak. Tetapi mereka lebih mengutamakan tentang gambaran dan karakteristik dari penampilan puncak.

Satiadarma menggambarkan bahwa penampilan puncak adalah: 1) penampilan puncak tidak sama dengan menjadi juara, 2) seorang juara belum tentu memperoleh gelar juaranya pada saat ia berada pada kondisi penampilan puncaknya, 3) penampilan puncak atlet dapat terjadi hanya sekali dalam kehidupan seorang atlet, dapat pula terjadi berulang kali, 4) penampilan puncak atlet pada suatu situasi sulit dibedakan dengan penampilan puncak pada saat situasi lainnya, karena berperannya sejumlah faktor eksternal secara kompleks, 5) penampilan prestasi puncak hendaknya tidak dijadikan tolok ukur bahwa seorang atlet harus menjadi juara, dan 6) penampilan puncak hanya membuka peluang

yang lebih besar bagi atlet untuk tampil dengan baik di dalam pertandingan (Satiadarma, 2000:163).

Berdasarkan pendapat dan gambaran tentang penampilan puncak diatas, dapat disimpulkan bahwa penampilan puncak (*peak performance*) adalah suatu kondisi optimal yang dimiliki seorang atlet saat melakukan segala bentuk kegiatan olahraganya ketika bertanding.

2. Karakteristik *Peak Performance*

Ravizza menjelaskan bahwa 80% atlet yang mengalami apa yang dikenal sebagai momentum besar olahraga (*greatest moment in sports*) melaporkan bahwa dalam kondisi tersebut mereka mengalami hal-hal seperti: 1) hilangnya rasa takut; mereka tidak merasa takut gagal, 2) tidak terlalu memikirkan penampilan, 3) terlibat secara sederhana di dalam aktivitas olahraganya, 4) penyempitan dan pemusatan perhatian, 5) merasakan tidak terlalu berupaya, tidak memaksakan, sesuatu berjalan dengan sendirinya, 6) merasakan demikian mudah untuk mengendalikan segalanya, 7) disorientasi waktu dan tempat, seolah-olah hal-hal lain menjadi lebih lambat, dan peluang untuk melakukan sesuatu menjadi demikian besar, 8) segala sesuatunya sepertinya demikian menyatu dan terintegrasi dengan baik, 9) perasaan akan adanya suatu keunikan yang berlangsung seolah-olah tanpa didasari, dan bersifat sementara (Satiadarma, 2000:164).

Loehr juga memperoleh masukan yang hampir sama dari para atlet seperti yang diuraikan oleh Ravizza, bahwa mereka bermain seperti kesetanan namun

sangat terkendali. Mereka merasakan waktu bergerak demikian lambat sehingga mereka tidak harus terburu-buru dan segala sesuatunya terselesaikan dengan baik. Mereka merasakan mampu berkonsentrasi dengan demikian baiknya dan sangat menikmati aktivitas yang dilakukan. Lebih jauh lagi mereka juga mengemukakan bahwa sepertinya bisa melakukan apa saja sekehendak hati (Satiadarma, 2000:164).

Garfied dan Bennett yang melakukan interview terhadap ratusan atlet bintang (*elite athletes*) menjelaskan bahwa ada delapan kondisi spesifik yang mereka alami ketika mereka berada dalam penampilan puncak, yaitu: 1) *Mental rileks*. Kondisi ini dilukiskan sebagai kondisi ketenangan internal. Individu atau atlet tidak merasa terburu-buru waktu untuk melakukan sesuatu. Sebaliknya, mereka melakukan aktivitasnya dengan tenang, efektif, tidak melampaui batas waktu, karenanya mereka merasakan waktu bergerak lebih lambat daripada pergerakan yang mereka lakukan. 2) *Fisik rileks*. Dalam kondisi ini atlet tidak merasakan adanya ketegangan, atau kesulitan dalam melakukan suatu gerakan tertentu. Segala aktivitas motorik dapat dilakukannya dengan mudah, refleks yang dilakukan terarah secara tepat dan akurat. 3) *Optimis*. Atlet merasa penuh percaya diri, yakin dengan apa yang dilakukannya akan membuahkan hasil sesuai dengan harapan; mereka tidak merasakan adanya keraguan untuk memberikan reaksi yang tepat bahkan terhadap ancaman tantangan lawan yang tangguh sekalipun. 4) *Terpusat pada kekinian*. Atlet merasakan adanya keseimbangan psikofisik, segala sesuatu bekerja secara harmonis sebagai suatu kesatuan yang selaras dan berlangsung secara otomatis pada saat kini. 5) *Berenergi tinggi*. Istilah yang

dikenal awam adalah “panas”. Biasanya awam menggunakan istilah “belum panas” untuk memberikan penilaian terhadap atlet yang tampaknya belum siap bertanding, masih mencoba-coba melakukan serangan dan lain-lain. Dalam kondisi puncak, atlet menikmati aktivitas dengan keterlibatan emosi yang tinggi (“*joy and ecstasy as the perfect emotion*”). 6) *Kesadaran tinggi*. Dalam kondisi ini atlet memiliki kesadaran yang tinggi tentang apa yang terjadi pada dirinya dan pada diri lawannya. Atlet peka terhadap perubahan posisi, sasaran, serangan, pertahanan dan sebagainya. Atlet menjadi peka terhadap berbagai rangsangan dan mampu mengantisipasi rangsang secara akurat. 7) *Terkendali*. Atlet seolah-olah tidak secara sengaja mengendalikan gerakan-gerakannya, namun segala sesuatu berlangsung seperti ada hal lain yang mengendalikan. Segala sesuatu berlangsung dengan benar. 8) *Terseludung*. Dalam kondisi ini atlet merasa seperti berada di dalam kepompong, sehingga ia mampu menutup pengindraannya dari gangguan-gangguan eksternal maupun internal. Akibatnya, atlet menjadi lebih mudah mengakses ketrampilan psikologisnya dan menyingkirkan berbagai kendala atau hambatan psikofisik dalam menjawab tantangan. Ia seperti diselimuti atau diseludungi oleh energi tertentu yang mampu memisahkan dirinya dengan lingkungan yang mengganggu (Satiadarma, 2000:165-166).

Adapun McCafrey dan Orlick yang menginterview sejumlah pegolf profesional menyimpulkan sejumlah elemen yang berperan besar pada atlet pada penampilan puncak mereka. Elemen-elemen tersebut adalah 1) komitmen penuh, 2) kualitas diatas kuantitas, 3) sasaran yang jelas, 4) latihan imagery setiap hari, 5) memusatkan perhatian pada tiap pukulan (kekinian), 6) mengenali situasi yang

menekan (terkendali), 7) berlatih dan merencanakan mengikuti pertandingan, 8) memusatkan perhatian pada pertandingan yang akan diikuti, 9) menggunakan strategi untuk mengendalikan gangguan, 10) melakukan evaluasi pasca-tanding, 11) memahami secara jelas perbedaan kondisi bermain baik dan bermain buruk (Satiadarma, 2000: 166-170).

Orlick mengemukakan bahwa penampilan puncak atlet, persyaratan kondisi fisik atlet berbeda tergantung dari jenis cabang olahraganya; namun persyaratan kondisi mental mereka lebih kurang sama. Niat (*desire*), determinasi (*determination*), sikap (*attitude*), tekad (*heart*) dan motivasi diri (*self-motivation*), merupakan hal-hal yang kerap kali ditekankan oleh mereka yang mengalami penampilan puncak. Sejumlah ungkapan tersebut biasanya tergabung di dalam konsep komitmen. Adapun pengukuran komitmen biasanya dilakukan melalui evaluasi perilaku atlet terhadap rencana sasaran (*goal setting*) (Satiadarma, 2000: 170).

Jackson mengemukakan bahwa hal yang mendasari seorang atlet berada dalam penampilan puncak adalah alur internal (*flow*). Csikszentmihalyi mengemukakan bahwa alur internal merupakan landasan motivasi intrinsik yaitu motivasi yang didorong oleh perolehan hadiah yang bersifat internal. Hadiah internal misalnya kepuasan, kebanggaan, kenikmatan, harga diri, dan sejumlah hal lainnya yang bersumber pada hal-hal yang intrinsik, tidak menitik beratkan tindakannya untuk memperoleh hadiah dari luar seperti pujian masyarakat, bonus uang, peningkatan fasilitas hidup dan lain-lain. Baginya, aktivitas itu sendiri telah memberikan kepuasan batin (Satiadarma, 2000: 171).

Jackson menjelaskan bahwa karakteristik dari alur internal meliputi: 1) perasaan terkendali atau mampu mengendalikan situasi, 2) penuh percaya diri, 3) perasaan terlibat secara penuh 4) keyakinan untuk tidak berbuat kesalahan (Satiadarma, 2000: 171).

Orlick dan Partington yang melakukan interview terhadap sejumlah atlet Olympiade menjelaskan bahwa 99% dari mereka yang mengalami penampilan puncak di gelanggang Olympiade menggunakan latihan mental dalam program latihan mereka sehari-hari (Satiadarma, 2000: 166-170).

Pada penelitian selanjutnya, Eklund berkesimpulan bahwa gagalnya sejumlah atlet berpenampilan puncak adalah terganggunya konsentrasi mereka pada saat pertandingan. Melalui program mental, penampilan atlet akan terarah menuju penampilan puncak. Karena, program latihan mental dapat meningkatkan kemampuan konsentrasi atlet serta kualitas penampilan atlet. Meningkatnya kualitas penampilan memberi dampak positif pada emosi atlet, bersama dengan itu pula efek negative atlet mengalami penurunan. Karena kualitas penampilan meningkat, pemusatan perhatian pada pertandingan juga meningkat; selanjutnya hal ini membawa atlet pada konsisi penampilan puncak (Satiadarma, 2000: 172).

Berdasarkan dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa penampilan puncak (*peak performance*) adalah suatu kondisi optimal yang dimiliki seorang atlet saat melakukan segala bentuk kegiatan olahraganya ketika bertanding, yang didasarkan pada indikator antara lain: komitmen penuh; kualitas diatas kuantitas; sasaran yang jelas; latihan *imagery* setiap hari; memusatkan perhatian pada tiap pukulan; mengenali situasi yang menekan (terkendali);

berlatih dan merencanakan mengikuti pertandingan; memusatkan perhatian pada pertandingan yang akan diikuti; mengunkaan strategi untuk mengendalikan gangguan; melakukan evaluasi pasca tanding; memahami secara jelas perbedaan kondisi bermain baik dan bermain buruk.

B. KEPERCAYAAN DIRI ATLET

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Rasa percaya diri (*self confidence*) menurut *The American Heritage Dictionary* didefinisikan sebagai “*consciousness of one’s own powers and abilities*” (kesadaran akan kekuatan dan kemampuan diri sendiri). Sementara *Webster’s New World Dictionary* mendefinisikannya sebagai “*reliance on one’s own power*” (bergantung pada kekuatan diri sendiri). selain itu *Longman Dictionary of Contemporary English* yang menyatakan bahwa jika anda punya *self confidence*, anda *sure that you can do things well* (yakin bahwa anda bisa melakukan hal-hal dengan baik) (Widarso, 2005:xi).

Dalam kamus Psikologi juga disebutkan bahwa, percaya diri adalah kepercayaan akan kemampuan sendiri yang memadai dan menyadari kemampuannya yang dimiliki, serta dapat memanfaatkan secara tepat (Anshari, 1996).

Menurut Lauster, kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan bertanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan

dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan berpartisipasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangannya (Lauster, 1992:4). Oleh karena itu Lauster menggambarkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki ciri-ciri tidak mementingkan diri sendiri (toleransi), tidak membutuhkan dukungan orang lain, optimis, dan gembira.

Seorang individu yang punya rasa percaya diri akan senantiasa merasa bahwa ia adalah individu yang positif dan berpotensi bisa andil sekaligus bisa bekerja sama dengan orang lain dalam pelbagai macam segmen kehidupan. Disamping itu, ia mampu memanfaatkan rasa percaya diri yang dimilikinya untuk menyukseskan setiap aktifitas yang dilakukannya dengan baik, tepat waktu, penuh vitalitas, sekaligus mendapat sambutan baik dari orang banyak (Al-Uqshari, 2005:10).

Menurut Weinberg dan Gould, rasa percaya diri (*self confidence*) erat kaitannya dengan falsafah pemenuhan diri (*self fulfilling prophesy*) dan keyakinan diri (*self efficacy*). Seorang atlet yang memiliki rasa percaya diri yang baik percaya bahwa dirinya akan mampu menampilkan kinerja olahraga seperti yang diharapkan (Satiadarma, 2000:245).

Weinberg dan Gould juga menjelaskan bahwa rasa percaya diri memberi dampak positif pada hal-hal dibawah ini: 1) *Emosi*. Jika seseorang memiliki rasa percaya diri yang tinggi, ia akan lebih mudah mengendalikan dirinya di dalam suatu keadaan yang menekan, ia dapat menguasai dirinya untuk bertindak tenang dan dapat menentukan saat yang tepat untuk melakukan suatu tindakan. 2) *Konsentrasi*. Dengan memiliki rasa percaya diri yang tinggi, seorang individu

akan lebih mudah memusatkan perhatiannya pada hal tertentu tanpa merasa terlalu khawatir akan hal-hal lainnya yang mungkin akan merintangai rencana tindakannya. 3) *Sasaran*. Individu dengan rasa percaya diri yang tinggi cenderung untuk mengarahkan tindakannya pada sasaran yang cukup menantang, karenanya juga ia akan mendorong dirinya sendiri untuk berupaya lebih baik. Sedangkan mereka yang kurang memiliki rasa percaya diri yang baik cenderung untuk mengarahkan sasaran perilakunya pada target yang lebih mudah, kurang menantang, sehingga ia juga tidak memacu dirinya sendiri untuk lebih berkembang. 4) *Usaha*. Individu dengan rasa percaya diri yang tinggi tidak mudah putus semangat atau frustrasi dalam berupaya meraih cita-citanya. Ia cenderung tetap berusaha sekuat tenaga sampai usahanya membuahkan hasil. Sebaliknya mereka yang memiliki rasa percaya diri yang rendah akan mudah patah semangat dan menghentikan usahanya ditengah jalan ketika menemui suatu kesulitan tertentu. 5) *Strategi*. Individu dengan rasa percaya diri yang tinggi cenderung terus berusaha untuk mengembangkan berbagai strategi untuk memperoleh hasil usahanya. Ia akan mencoba berbagai strategi dan berani mengambil resiko atas strategi yangyang diterapkannya. Sebaliknya mereka yang memiliki rasa percaya diri yang rendah cenderung tidak mau mencoba strategi baru, dan cenderung bertindak statis. 6) *Momentum*. Dengan rasa percaya diri yang tinggi, seorang individu akan menjadi lebih tenang, ulet, tidak mudah patah semangat, terus berusaha mengembangkan strategi dan membuka berbagai peluang bagi dirinya sendiri. Akibatnya, hal ini akan lebih memberikan kesempatan pada dirinya untuk memperoleh momentum atau saat yang tepat untuk bertindak. Tanpa rasa percaya

diri yang tinggi, usaha individu menjadi terbatas, peluang yang dikembangkannya juga menjadi terbatas, sehingga momentum untuk bertindak menjadi terbatas pula (Satiadarma, 2000:245-246).

Timo Scheumenamann adalah seorang pemain sepakbola dan pakar futsal juga mengatakan bahwa, tanpa kepercayaan diri, kemampuan bermain bola seorang pemain tidak akan muncul kepermukaan. Kepercayaan diri memampukan pemain untuk bermain lepas tanpa dihantui rasa bersalah (Scheumenamann, 2005:29).

Menurut Cox, secara umum individu dengan kepercayaan diri yang tinggi bekerja lebih keras, ulet dalam tugas-tugas untuk periode waktu yang lama, dan mencapai pada level yang lebih tinggi. Secara spesifik Valey mengemukakan kepercayaan diri dalam olahraga adalah “*the belief or degree of certainty individuals possess about their ability to be successful in sport*” keyakinan atau tingkat kepastian individu memiliki kemampuan untuk sukses dalam olahraga (Gloria, 2007:4). Menurut teori Valey, setiap atlet membawa ciri kepercayaan diri dalam olahraga dan tingkat daya kompetitif sampai sebuah situasi kompetitif. Faktor-faktor ini akan memprediksi tingkat kepercayaan diri dalam olahraga yang kemudian memprediksi performa.

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan atas kemampuan yang dimiliki oleh atlet untuk mencapai kesuksesan dalam situasi kompetitif (pertandingan). Atlet yang mempunyai rasa percaya diri tinggi akan senantiasa selalu bersifat optimis untuk berprestasi, disamping itu ia mampu memanfaatkan rasa percaya diri yang dimilikinya untuk

menyukkseskan setiap aktifitas (pertandingan) yang dilakukannya dengan baik serta tepat sasaran.

2. Tahap Terbentuknya Kepercayaan Diri Atlet

Secara garis besar, terbentuknya kepercayaan diri menurut Hakim yang kuat terjadi melalui tahapan sebagai berikut: 1) terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu, 2) pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan kuat untuk berbuat sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya, 3) pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau sulit menyesuaikan diri, 4) pengalaman didalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya (Hakim, 2002:6). Kekurangan pada salah satu proses tersebut, kemungkinan besar akan mengakibatkan seseorang mengalami hambatan untuk memperoleh kepercayaan pada dirinya sendiri.

Whitman mengatakan bahwa keinginan untuk menutupi diri sendiri selain disebabkan oleh konsep diri yang negatif juga timbul akibat kurangnya suatu kepercayaan diri kepada kemampuan diri sendiri. Orang yang kurang percaya diri akan cenderung sedapat mungkin menghindari situasi komunikasi (Rahmat, 1994:109).

Menurut Kartono, kepercayaan seseorang pada diri sendiri maupun kepercayaan yang didapat dari orang lain sangat bermanfaat bagi perkembangan

pribadinya. Seseorang yang mempunyai kepercayaan diri dapat bertindak dengan tegas dan tidak ragu-ragu. Orang yang punya rasa percaya diri tidak dipandang sebagai suatu pengalaman yang sangat bermanfaat bagi masa depannya. Selain itu kepercayaan kepada diri sendiri menyebabkan orang yang bersangkutan mempunyai sikap yang optimis, kreatif, dan memiliki harga diri (Kartono, 2000:202).

Menurut Satiadarma, kelebihan percaya diri oleh sebagian masyarakat olahraga dikenal dengan istilah *overconfidence*. Weinberg dan Gould mengemukakan bahwa hal ini sesungguhnya adalah rasa percaya diri yang keliru. Jadi mungkin istilah yang lebih tepat digunakan adalah *falseconfidenc*. Hal yang sama juga dikemukakan oleh Dieter Hackfort, seorang pakar psikologi olahraga Jerman, mengatakan bahwa sesungguhnya tidak ada *overconfidence* yang ada adalah kesalahan persepsi diri dan menyebabkan kesalahan rasa percaya diri. Karena, menurut Hackfort kekurangan rasa percaya diri maupun kelebihan rasa percaya diri merupakan ketidak-sesuaian atau ketidak-serasian keyakinan seseorang dengan kenyataan yang ada, namun keyakinan tersebut tetap dipertahankan oleh individu yang bersangkutan sebagai keyakinan yang keliru. Hackfort selanjutnya menjelaskan bahwa baik kelebihan maupun kekurangan rasa percaya diri seringkali menimbulkan perilaku kompensasi misalnya menutupi kecemasannya dengan berlaku santai secara berlebihan (Satiadarma, 2000:248).

3. Membangun Kepercayaan Diri Atlet

Kepercayaan diri merupakan salah satu kunci untuk menuju kesuksesan. Untuk mengambil langkah dalam hidup, kita harus percaya diri akan setiap keputusan yang kita ambil. Oleh karena itu kepercayaan diri sangat penting dan menurut pakar ilmu jiwa sepakat bahwasanya ada lima prinsip yang mesti di patuhi demi memperkuat rasa percaya diri. Dan lima prinsip itu adalah sebagai berikut: 1) cara terbaik untuk memperoleh rasa percaya diri adalah dengan jalan menumbuhkan dalam diri kita mental-mental positif yang mampu mengantarkan kita menuju kesuksesan, 2) bersikaplah secara bijaksana dalam mencanangkan target-target kehidupan, dan upayakan target yang sudah kita canangkan itu tidak terlalu muluk-muluk, melebihi potensi dan kemampuan yang kita miliki, 3) jika kita ingin memiliki rasa percaya diri yang lebih kuat dalam berinteraksi dengan orang lain, maka kita lebih dahulu dituntut untuk belajar bagaimana cara bergaul yang baik dengan orang lain. Karena orang lain biasanya senang menjalani tali persahabatan hanya dengan seorang individu yang mau memberikan perhatian dan penghormatannya kepada mereka, 4) untuk memperoleh kepercayaan diri, disarankan kita senantiasa memperhatikan penampilan psikis dan fisik kita dengan baik, 5) pilihlah teman yang siap memberikan kepercayaannya kepada kita, karena jika kita berhasil mendapatkan teman yang bisa memberi kepercayaannya kepada kita, otomatis rasa percaya diri dalam diri kita akan tumbuh dan semakin bertambah kuat (al-Uqshary, 2005:39-43).

Weinberg dan Guold mengemukakan bahwa untuk meningkatkan rasa percaya diri seorang atlet dibutuhkan: 1) penyelesaian akhir (pencapaian hasil), 2)

berperilaku penuh percaya diri, 3) berfikir dengan penuh percaya diri, 4) menggunakan latihan *imagery* untuk meningkatkan rasa percaya diri, 5) mengkondisikan kemampuan dan ketrampilan fisik, dan 6) melakukan persiapan yang cukup (Satiadarma, 2000:254).

Percaya diri adalah elemen terpenting dalam pertandingan. Sebaliknya kehilangan kepercayaan diri akan langsung berakibat buruk pada prestasi. Kepercayaan diri dibangun diatas bukti keberhasilan yang nyata. Dengan kata lain, mustahil bagi anak didik untuk memupuk kepercayaan diri bila ia tidak memiliki catatan keberhasilan sama sekali (Scheunemann, 2005:132).

Pengertian kepercayaan diri di atas, dijelaskan erat kaitannya dengan keyakinan diri (*self-efficacy*). Menurut Sudarwati, keyakinan diri adalah suatu kondisi di mana seseorang memiliki keyakinan diri akan kemampuan yang dimilikinya. Keyakinan diri berkembang dari pengalaman-pengalaman seseorang dalam menjalankan suatu tugas. Keberhasilan yang berturut-urut akan meningkatkan keyakinan dalam mengerjakan suatu tugas. Sebaliknya kegagalan yang berturut-turut juga akan menurunkan keyakinan dalam menyelesaikan tugas tersebut (Sudarwati, 2007:18).

Menurut Sudarwati ada empat faktor yang membentuk keyakinan diri seorang atlet, yaitu:

- 1) Pengalaman sukses

Pengalaman sukses (*performance accomplishments*) yang dialami oleh atlet mempunyai dampak langsung pada keyakinan akan kemampuannya. Sebaliknya pengalaman-pengalaman kegagalan atlet menimbulkan keraguan akan

kemampuannya dalam melakukan suatu tugas. Keberhasilan akan membangun keyakinan atlet, sebaliknya kegagalan akan merusak keyakinan yang sudah terbangun dalam diri atlet.

2) Mengamati orang lain

Mengamati orang lain (*vicarious experience*) merupakan informasi yang didapat oleh seorang atlet dengan melihat penampilan dan kemampuan orang lain, misalnya pelatih atau idola idolanya. Hal ini merupakan informasi penting bagi atlet yang belum mempunyai pengalaman dalam tugas-tugasnya dan untuk menilai kemampuannya.

3) Persuasi verbal

Persuasi verbal (*verbal persuasion*) merupakan teknik persuasi yang dilakukan oleh atlet itu sendiri (berbicara dengan dirinya sendiri) atau orang lain untuk meningkatkan keyakinan dirinya. Teknik ini digunakan untuk memberikan semangat atau motivasi penghargaan (*reward*), dan umpan balik sehingga atlet tersebut terpacu untuk memperlihatkan penampilan terbaiknya.

4) Kondisi fisiologis

Kondisi fisiologis (*physiological state*) merupakan penilaian performa berdasarkan rangsangan fisiologis yang melibatkan emosi. Dalam olahraga sering terjadi peningkatan rangsangan fisiologis yang dikaitkan dengan penampilan yang baru dilakukan. Indikator dari *physiological state* mempunyai pengaruh dalam fungsi fisiologis pada kegiatan yang membutuhkan kekuatan fisik dan stamina. Seorang atlet sering menginterpretasikan rangsangan fisiologis sebagai suatu

sinyal rasa cemas akan performa dan penampilannya sehingga menimbulkan perasaan ragu-ragu. Perasaan ragu-ragu dalam penampilan dapat menyebabkan berkurangnya keyakinan diri atlet sehingga ia tidak dapat tampil secara optimal.

Hal yang sama juga dijelaskan oleh Bandura dalam Satiadarma (2000) mengemukakan bahwa keyakinan diri seseorang bersumber pada empat sumber utama, yaitu:

1) Hasil seseorang yang pernah dicapai

Hasil yang pernah dicapai seorang atlet memberikan pengaruh yang cukup besar pada keyakinan diri atlet. Jika atlet sering berhasil, ia akan memiliki keyakinan yang lebih besar untuk memenangkan pertandingan; sebaliknya jika ia sering kalah, keyakinannya untuk menang juga akan berkurang.

2) Model

Contoh perilaku yang harus ditampilkan atlet dapat diberikan oleh pelatihnya melalui antara lain pemutaran film, atau mendatangkan pakar cabang olahraga tertentu untuk memberikan penjelasan langsung. Melalui cara ini atlet dapat belajar meniru perilaku para pakar yang dilihatnya pada film ataupun secara langsung tentang teknik melakukan sesuatu secara benar. Belajar dengan mencontoh model ini juga dikenal sebagai *vicarious experiences*. Dan agar proses tersebut dapat terlaksana dengan baik, ada empat syarat utama yang harus dipenuhi oleh atlet, yaitu: perhatian, retensi, reproduksi motorik, dan motivasi. Perhatian merupakan hal yang sangat dibutuhkan seseorang untuk belajar. Tanpa perhatian, proses belajar tidak akan berlangsung dengan baik. Retensi adalah kemampuan individu untuk mempertahankan informasi selama jangka waktu

tertentu di dalam ingatan. Dengan adanya kemampuan tersebut, individu dapat menyimpan informasi untuk kelak dipelajari kembali dan diterapkan ke dalam latihan di lapangan. Selanjutnya, reproduksi motorik adalah proses di mana individu mencobakan hal yang telah dipelajari dengan penerapan langsung di lapangan. Tentunya kesemua proses belajar ini tidak akan dapat terlaksana dengan baik tanpa adanya motivasi yang cukup dari individu yang bersangkutan.

3) Persuasi verbal

Persuasi verbal adalah teknik untuk membangkitkan semangat individu yang kerap kali digunakan pelatih dan disampaikan secara verbal. Misalnya pelatih memberikan semangat bahwa atlet akan mampu melakukan tugasnya dengan baik.

4) Gugahan emosional

Adapun gugahan emosional mempengaruhi perilaku atlet. Gugahan emosional sangat dipengaruhi oleh persepsi seseorang terhadap suatu keadaan tertentu. Jadi, jika persepsi individu dapat dikendalikan dengan baik, maka individu pun dapat mengendalikan gugahan emosional dengan baik pula. Selanjutnya dampak fisik serta motorik atlet akibat gugahan emosional ini pun dapat dikendalikan.

Berdasarkan keterangan diatas, dapat di simpulkan bahwa membangun kepercayaan diri seorang atlet itu berawal dari diri seorang atlet itu sendiri, atlet harus bisa mengidentifikasi yang menyebabkan kurangnya percaya diri, kemudian menumbuhkan mental-mental positif yang ada dalam diri atlet. Dengan munculnya mental-mental positif dalam diri atlet, maka akan terpancar dari

penampilan fisik atlet yang lebih meyakinkan. Dengan mengasah bakat dan talenta yang ada dalam diri atlet sehingga iapun bisa dan mampu mengukir prestasi.

4. Kajian Keislaman

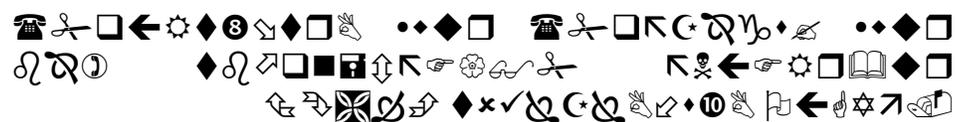
Manusia diciptakan Allah sebagai makhluk yang paling tinggi, bukan sebagai makhluk yang paling sempurna. Karena manusia tidak sekuat binatang secara fisik dan tidak sebaik malaikat secara ibadah. Tetapi manusia dikaruniai akal sebagai sesuatu yang lebih dari segala makhluk yang ada di bumi ini.

Manusia di ciptakan secara sempurna dan lebih bagus dari pada makhluk lain. Hal ini terkandung dalam al-Quran pada surat at-Tiin ayat 4:



Artinya: “Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya” (QS. At-Tiin: 4).

Manusia di ciptakan oleh Allah sebagai makhluk yang paling tinggi derajatnya diantara makhluk-makhluk yang lainnya. Maka sesungguhnya manusia memiliki kekuatan untuk mengembangkan diri terutama kearah yang baik atau kejalan Allah, pernyataan ini terdapat dalam firman Allah QS. al-Imron ayat 139:



Artinya: “Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman” (QS. al-Imron: 139)

Allah menciptakan manusia dengan berbagai bentuk, suku, warna kulit, dan berbagai perbedaan lain agar saling mengenal. Hal ini menggambarkan bahwa manusia adalah makhluk hidup bersosialisasi dan tidak mungkin tidak membutuhkan orang lain. Dengan kekurangan yang dimilikinya, maka berhubungan dengan orang lain akan dapat melengkapi kekurangannya, dan dengan kelebihan akan dapat membagi dengan orang lain.

Sebagai seorang muslim, sepatutnya ada rasa kepercayaan diri pada dirinya sendiri, sebab kekuatan yang ada pada dirinya itu digantungkannya kepada kekuatan yang mengatur alam ini yaitu Allah Yang Maha Esa. Seseorang harus mempercayai bahwa Allah itu selalu ada di dekat kita, Dialah Maha segala-galanya yang menguasai alam seluruh jagat raya, hanya kepada-Nyalah manusia diharuskan untuk berserah diri.

Fadlullah mengatakan bahwa doa memiliki makna ibadah yang dinamis dan mampu mengatasi setiap kondisi yang tidak dibatasi oleh waktu. Nilai penting doa adalah mampu menyentuh ruang kesadaran manusia untuk berhubungan dengan Allah Swt. Doa berarti menciptakan optimisme dalam jiwa, sebagai antitesis terhadap sikap pesimis dan lari dari tanggung jawab yang di emban. Nabi Muhammad Saw bersabda hadis riwayat Tirmidzi dan Ibnu Majah: *“Tidak ada sesuatupun yang paling mulia selain berdoa kepada Allah”* (Sapuri, 2009:68).

Hadis ini memberikan pengertian bahwa orang yang berdoa amat mulia di sisi Allah. Kemuliaan adalah lambang kesuksesan-kesuksesan berikutnya. Kemampuan untuk melakukan sesuatu atau aktivitas merupakan salah satu anugrah yang jika kita syukuri akan membawa manusia ke tingkat orang-orang

yang beruntung baik di dunia maupun di akhirat. Jadi doa sangat penting bagi perkembangan psikologis seseorang. Para atlet yang melakukan doa melalui cara-cara tertentu yang dianjurkan oleh syariat akan mendatangkan manfaat dan tentunya akan mengubah cara pandang mereka dalam mempelajari suatu ilmu pengetahuan.

Mazhahiri menjelaskan, bahwa doa adalah kenikmatan yang paling nikmat. Sehingga dengannya manusia akan pandai bersyukur (Sapuri, 2009:69). Doa memberikan sumbangsih spiritual. Kemampuan seorang siswa dalam melakukan kegiatan tentu didukung oleh rasa percaya diri dan kestabilan emosi yang ada pada dirinya. Sehingga semakin konsisten siswa melakukan doa dengan adab yang benar, akan semakin mendukung kemampuan mereka dalam melakukan aktivitas positif.

C. PENGARUH KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP *PEAK PERFORMANCE* ATLET BOLA BASKET

Faktor psikologi sangatlah penting dalam perkembangan seorang pemain (baca: atlet). Tanpa kepercayaan diri misalnya, seorang pemain tidak akan bisa memperlihatkan semua kemampuannya diatas lapangan hijau. Begitu juga dengan permainan sebagai tim (atau *teamwork*) tidak akan bisa terjalin dengan baik apabila hubungan antar pemain tidak harmonis (Scheunemann, 2005:127).

Menurut Weinberg dan Gould, rasa percaya diri (*self confidence*) erat kaitannya dengan falsafah pemenuhan diri (*self fulfilling prophesy*) dan keyakinan diri (*self efficacy*). Seorang atlet yang memiliki rasa percaya diri yang baik

percaya bahwa dirinya akan mampu menampilkan kinerja olahraga seperti yang diharapkan (Satiadarma, 2000:245).

Menurut Sudarwati, keyakinan diri adalah suatu kondisi di mana seseorang memiliki keyakinan diri akan kemampuan yang dimilikinya. Keyakinan diri berkembang dari pengalaman-pengalaman seseorang dalam menjalankan suatu tugas. Keberhasilan yang berturut-urur akan meningkatkan keyakinan dalam mengerjakan suatu tugas. Sebaliknya kegagalan yang berturut-turut juga akan menurunkan keyakinan dalam menyelesaikan tugas tersebut (Sudarwati, 2007:18).

Selain itu, kepercayaan diri juga dapat memengaruhi usaha dan ketahanan seseorang dalam menghadapi situasi yang mengancam, tantangan yang sulit, serta hal-hal yang berisiko tinggi untuk gagal. Kepercayaan diri merupakan kunci terhadap optimisme, perubahan tingkah laku yang positif, dan pencapaian tujuan. Ketika atlet merasa berada pada tingkat kepercayaan diri yang tinggi, ia akan mempunyai kekuatan dan daya tahan yang lebih dalam menghadapi situasi apa pun. Sementara itu, atlet dengan kepercayaan diri yang rendah akan mudah menyerah ketika menghadapi situasi yang mengancam atau situasi yang tidak menyenangkan. Dengan kata lain, ketika seorang atlet menghadapi suatu tantangan yang sangat sulit, ia memerlukan kekuatan dan daya tahan yang lebih untuk mengatasinya. Oleh karena itu, ia perlu memiliki kepercayaan diri yang tinggi untuk menghasilkan suatu yang diharapkan, yaitu prestasi dan tentunya penampilan puncak yang tinggi.

Kepercayaan diri yang tinggi akan mengarah pada penampilan puncak, sedangkan kepercayaan diri yang rendah akan membuat atlet tidak mempunyai

daya tahan dan kekuatan, mudah menyerah, dan berakibat pada penampilan yang buruk.

Kepercayaan diri merupakan landasan bagi *peak performance* (penampilan puncak) atlet dalam situasi kompetitif. Semakin tinggi tingkat kepercayaan diri seorang atlet, maka semakin baik pula penampilan puncak yang dicapai. Dalam olahraga, situasi kompetitif terutama terdapat pada saat pertandingan atau kompetisi. Proses yang terjadi dalam suatu kompetisi dinilai mengancam bagi atlet karena terdiri dari evaluasi internal dan eksternal terhadap kompetensi atlet tersebut. Evaluasi internal artinya atlet perlu membuktikan kepada diri sendiri bahwa ia mempunyai kemampuan untuk berprestasi. Evaluasi eksternal artinya orang lain yang memberikan penilaian akan kemampuan dan prestasinya. Ditambah lagi karena kompetisi menghasilkan informasi tentang keberhasilan dan kegagalan atlet. Jackson menjelaskan bahwa karakteristik dari alur internal meliputi: 1) perasaan terkendali atau mampu mengendalikan situasi, 2) penuh percaya diri, 3) perasaan terlibat secara penuh 4) keyakinan untuk tidak berbuat kesalahan (Satiadarma, 2000: 171).

D. HIPOTESIS

Hipotesis dari penelitian ini adalah kepercayaan diri berpengaruh terhadap *peak performance* atlet bola basket Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri di kota Malang.

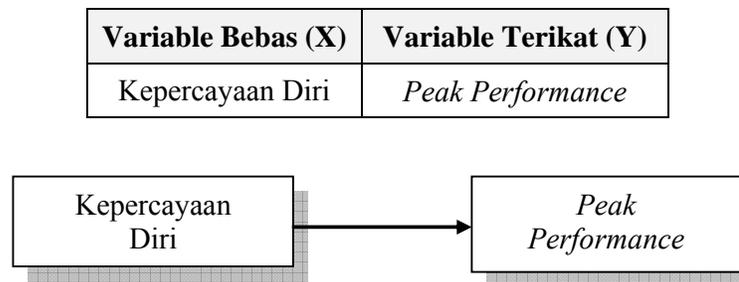
BAB III
METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, karena menggunakan data berupa angka-angka, kemudian dianalisa. Karena angka-angka tersebut sesudah sampai pada prosentase kemudian ditafsirkan dengan kalimat-kalimat yang bersifat kualitatif maka teknik ini disebut teknik deskriptif dengan prosentase (Arikunto, 2002:246).

Adapun rancangan penelitian ini adalah sebagai berikut:

Gambar 3.1. Rancangan Penelitian



B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

a. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah keyakinan atas kemampuan yang dimiliki oleh atlet untuk mencapai kesuksesan dalam situasi kompetitif (pertandingan). Atlet yang mempunyai rasa percaya diri tinggi akan senantiasa selalu bersifat optimis untuk berprestasi, disamping itu ia mampu memanfaatkan rasa percaya diri yang

dimilikinya untuk menyukseskan setiap aktifitas (pertandingan) yang dilakukannya dengan baik serta tepat sasaran.

b. Penampilan Puncak (*Peak Performance*)

Penampilan puncak (*peak performance*) adalah suatu kondisi optimal yang dimiliki seorang atlet saat melakukan segala bentuk kegiatan olahraganya ketika bertanding, yang didasarkan pada indikator antara lain: komitmen penuh; kualitas diatas kuantitas; sasaran yang jelas; latihan *imagery* setiap hari; memusatkan perhatian pada tiap pukulan; mengenali situasi yang menekan (terkendali); berlatih dan merencanakan mengikuti pertandingan; memusatkan perhatian pada pertandingan yang akan diikuti; mengunkaan strategi untuk mengendalikan gangguan; melakukan evaluasi pasca tanding; memahami secara jelas perbedaan kondisi bermain baik dan bermain buruk.

C. Populasi dan Metode Pengambilan Sampel

Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian. Sedangkan Alimul menjelaskan bahwa ppopulasi adalah seluruh subyek atau obyek dengan karakteristik tertentu yang akan diteliti. Bukan hanya obyek atau subyek yang dipelajari saja tetapi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki subyek atau obyek tertentu (Arikunto, 2002:115).

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti, dikatakan penelitian sebagai sample, karena bermaksud untuk menggeneralisasikan hasil penelitian sample, yaitu mengangkat kesimpulan penelitian sebagai suatu yang berlalu pada populasi (Arikunto, 2002:117).

Adapun pedoman pengambilan sample menurut Arikunto, yaitu untuk menentukan jumlah sampel yang akan diambil, adalah apabila subyek kurang dari 100, lebih baik diambil semua, akan tetapi jika jumlah subyeknya besar maka jumlah sample yang akan diambil adalah antara 10-15% atau 20-25% (Arikunto, 2002:120).

Populasi yang akan diambil adalah atlet bola basket yang merupakan atlet pada SMAN dan SMKN di Kota Malang dengan jumlah 470 atlet, dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 3.1. Data Jumlah Atlet Bola Basket Pada SMAN dan SMKN di Kota Malang

No.	Sekolah	Atlet Inti	Atlet Cadangan	Jumlah
1.	SMAN 1 Malang	12	11	23
2.	SMAN 2 Malang	10	9	19
3.	SMAN 3 Malang	13	11	24
4.	SMAN 4 Malang	12	12	24
5.	SMAN 5 Malang	11	12	23
6.	SMAN 6 Malang	13	11	24
7.	SMAN 7 Malang	12	13	25
8.	SMAN 8 Malang	11	12	23
9.	SMAN 9 Malang	11	10	21
10.	SMAN 10 Malang	12	12	24
11.	SMKN 1 Malang	14	10	24
12.	SMKN 2 Malang	10	11	21
13.	SMKN 3 Malang	9	11	20
14.	SMKN 4 Malang	9	12	21
15.	SMKN 5 Malang	11	13	24
16.	SMKN 6 Malang	9	3	12
17.	SMKN 7 Malang	11	3	14
18.	SMKN 8 Malang	12	5	17
19.	SMKN 9 Malang	12	7	19
20.	SMKN 10 Malang	11	11	22
21.	SMKN 11 Malang	13	12	25
22.	SMKN 12 Malang	10	11	21
Jumlah				470

Dalam penelitian ini, sampel diambil dengan cara acak atau random menggunakan *disproportionate stratified random sampling* (Sugiono, 2006).

Dengan rumus slovin, menurut Israel (1992) adalah sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Dimana :

n : Ukuran sampel

N : Ukuran populasi = 470 Atlet Basket

e : Persen kelonggaran = 0,10

Jadi, jumlah sampel yang diambil sebanyak :

$$\begin{aligned} n &= \frac{470}{1 + 470(0.10)^2} \\ &= 82,46 \text{ Orang} \approx 82 \text{ Orang} \end{aligned}$$

Dari hasil perhitungan ini didapatkan jumlah total sampel yang akan diambil sebanyak 82 responden. Namun peneliti menginginkan menambah sampel hingga 100 responden guna mendapatkan hasil yang lebih baik. Mereka diminta mengisi daftar pertanyaan-pertanyaan yang ada di lembar pertanyaan (kuesioner) yang dibuat oleh peneliti. Di samping itu juga dilakukan wawancara langsung untuk memperjelas pertanyaan atau jawaban tertentu.

Keseluruhan jumlah responden atlet basket dalam penelitian ini adalah 100 atlet yang secara lengkap akan dijabarkan berdasarkan klasifikasi umur dan asal sekolah.

Tabel 3.2. Distribusi Frekuensi Umur Responden Atlet Basket

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 15 Tahun	36	36.0	36.0	36.0
16 Tahun	35	35.0	35.0	71.0
17 Tahun	29	29.0	29.0	100.0
Total	100	100.0	100.0	

Berdasarkan persebaran umur responden diketahui bahwa responden dengan umur 15 tahun sebanyak 36 orang (36%), 16 tahun sebanyak 35 orang (35%) dan 17 tahun sebanyak 29 orang (29%).

Tabel 3.3. Distribusi Frekuensi Asal Sekolah Responden Atlet Basket**Asal Sekolah**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid SMAN 1 MALANG	23	23.0	23.0	23.0
SMAN 4 MALANG	24	24.0	24.0	47.0
SMAN 10 MALANG	24	24.0	24.0	71.0
SMKN 6 MALANG	12	12.0	12.0	83.0
SMKN 8 MALANG	17	17.0	17.0	100.0
Total	100	100.0	100.0	

Berdasarkan persebaran asal sekolah responden diketahui bahwa responden dari SMAN 1 Malang sebanyak 23 orang (23%), dari SMAN 4 Malang sebanyak 24 orang (24%), dari SMAN 10 Malang sebanyak 24 orang (24%), dari SMKN 6 Malang sebanyak 12 orang (12%) dan dari SMKN 8 Malang sebanyak 17 orang (17%). Dari persebaran ini dapat digambarkan sebagai berikut :

D. Metode Pengambilan Data

Dalam penelitian ini, metode yang digunakan untuk pengambilan data adalah menggunakan beberapa data untuk memperoleh suatu informasi penting

dan relevan yang terkait dengan permasalahan yang akan diteliti. Adapun metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Observasi

Menurut Arikunto, observasi atau yang disebut juga pengamatan meliputi kegiatan pemusatan perhatian terhadap sesuatu obyek dengan menggunakan seluruh alat indra (Arikunto, 2002:133). Sedangkan menurut Fauzi, observasi tidak hanya berarti melihat dan memandang saja, tetapi mengamati secara teliti, selektif, dan sistematis, sehingga semua aspek yang berperan dalam situasi tingkah laku dapat dicatat, dianalisis, dan dihubungkan secara tepat untuk dijadikan suatu pernyataan, penilaian, kesimpulan, dan dugaan atau hipotesis (Fauzi, 1999:32).

Observasi yang dilakukan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah untuk menentukan lokasi penelitian dan merumuskan masalah penelitian. Observasi yang dilakukan ini sifatnya sebagai pelengkap sehingga peneliti tidak melampirkan atau mencantumkan dalam lampiran.

b. Wawancara

Wawancara yaitu suatu cara pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh informasi langsung dari sumbernya (Soehartono, 2004:31). Wawancara ini dilakukan oleh peneliti kepada pelatih maupun atlet bola basket, untuk memperoleh data tentang hal-hal yang berhubungan dengan kesiapan atlet dan aktivitas-aktivitasnya.

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah untuk memperoleh data langsung dari tempat penelitian, meliputi; buku-buku yang relevan, peraturan-peraturan laporan kegiatan, data yang relevan penelitian (Soehartono, 2004:31). Data yang digali adalah identitas responden meliputi nama/nomor punggung, umur, posisi atlet dalam suatu tim, dan asal sekolah; dan pengetahuan tentang jumlah populasi.

d. Angket

Dalam pengumpulan data ini peneliti menggunakan metode questioner atau angket. Questioner atau angket adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang ia ketahui. Penelitian ini menggunakan angket tertutup yang sudah disediakan jawabannya, sehingga responden tinggal memilih (Arikunto, 2002:151-152).

E. Proses Penelitian

Instrument penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengambil informasi dan data yang terdiri dari sumber data atau pengambilan data dengan memperhatikan masalah-masalah dari variabel yang di teliti. Dalam penelitian ini instrument yang digunakan adalah angket atau kuesioner. Jenis angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner tertutup, dimana responden sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih. Angket yang digunakan ini juga menggunakan kuesioner langsung yaitu responden menjawab tentang dirinya, bentuk angket yang digunakan adalah skala bertingkat, yaitu

sebuah pernyataan diikuti oleh kolom-kolom yang menunjukkan tingkatan-tingkatan, misalnya mulai dari sangat setuju sampai ke sangat tidak setuju.

Adapun metode pengisian angket yang akan digunakan adalah menggunakan skala model *Thurstone*, perangsangannya adalah pernyataan. Respon yang diharapkan diberikan oleh subyek adalah taraf kesetujuan atau ketidak setujuan dalam tingkatan 1, 2, 3 kategori rendah (*Low*); 4, 5, 6 kategori sedang (*Medium*); dan 7, 8, 9 kategori tinggi (*High*). Dalam pada itu menurut pernyataan itu ada yang searah (mendukung) teori yang mendasari program yang dipersoalkan dan ada pula yang tak searah (tak mendukung) teori yang mendasari hal yang dipersoalkan. Pernyataan yang mendukung itu secara teknis disebut pernyataan mendukung (*favorable statement*), dan yang tidak mendukung disebut pernyataan tak mendukung (*unfavorable statement*) (Suryabrata, 2005: 186).

Angket ini akan digunakan untuk pengambilan data tentang kepercayaan diri dan *peak performance* atlet bola basket. Angket kepercayaan diri mengadaptasi alat ukur Vealy (1986) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan atau tingkat kepastian individu memiliki kemampuan untuk sukses dalam olahraga. Dengan skalanya yang terkenal *Trait Sport Confidence Inventory* (TSCI) yang terdiri dari 13 item. Respon yang diharapkan diberikan oleh subyek adalah taraf kesetujuan atau ketidak setujuan dalam tingkatan 1, 2, 3 kategori rendah (*Low*); 4, 5, 6 kategori sedang (*Medium*); dan 7, 8, 9 kategori tinggi (*High*). Adapun *blueprint* kepercayaan diri dan penyebaran item yang *favourable* dan *unfavourable* adalah sebagai berikut:

Tabel 3.4. *Blueprint Kepercayaan Diri*

Variabel	Indikator	<i>Favou rable</i>	<i>Unfavo rable</i>	Jumlah
Kepercayaan Diri	Menjalani keahlian yang dibutuhkan untuk meraih kesuksesan	1	-	1
	Membuat keputusan yang benar-benar kritis/penting	2	-	1
	Kemampuan untuk bermain dalam kondisi tertekan	3	-	1
	Menjalankan strategi untuk mencapai kesuksesan	4	-	1
	Konsentrasi yang cukup untuk menjadi sukses	5	-	1
	menyesuaikan diri terhadap situasi yang berbeda dan tetap sukses	6	-	1
	Meraih tujuan-tujuan kompetitif anda	7	-	1
	Menjadi sukses	8	-	1
	Meraih kesuksesan secara konsisten	9	-	1
	Berfikir dan merespon selama pertandingan secara sukses	10	-	1
	Menghadapi tantangan dalam pertandingan	11	-	1
	Sukses ketika dalam kondisi banyak kesulitan yang anda hadapi	12	-	1
	Cepat pulih kembali dari permainan anda yang buruk sehingga anda bisa berhasil	13	-	1
	Total	13	-	13

Sedangkan angket *peak performance* mengacu pada teorinya McCaffrey dan Orlik, dengan aspek antara lain: niat, determinasi, sikap, tekad dan motivasi, dengan indikator antara lain: komitmen penuh; kualitas diatas kuantitas; sasaran yang jelas; latihan *imagery* setiap hari; memusatkan perhatian pada tiap pukulan; mengenali situasi yang menekan (terkendali); berlatih dan merencanakan mengikuti pertandingan; memusatkan perhatian pada pertandingan yang akan diikuti; mengunkaan strategi untuk mengendalikan gangguan; melakukan evaluasi

pasca tanding; memahami secara jelas perbedaan kondisi bermain baik dan bermain buruk. Adapun *blueprint peak performance* dan penyebaran item yang *favourable* dan *unfavourable* adalah sebagai berikut:

Tabel 3.5. *Blueprint Peak Performance*

Aspek	Indikator	<i>Favou rable</i>	<i>Unfavo urable</i>	Jumlah
Niat	Komitmen penuh	11	15	2
	Berlatih dan merencanakan mengikuti pertandingan	3,6	-	2
	Latihan <i>imagery</i> setiap hari	2,19	-	2
	Memusatkan perhatian pada pertandingan yang akan diikuti	5,7	-	2
Determinasi	Memusatkan perhatian pada tiap pukulan	4	-	1
	Mengenali situasi yang menekan (terkendali)	17	13	2
	Menggunakan strategi untuk mengendalikan gangguan	12,25	8,18	4
Sikap	Melakukan evaluasi pasca tanding	22,24	20	3
	Memahami secara jelas perbedaan kondisi bermain baik dan bermain buruk	21	23	2
Tekad	Kualitas diatas kuantitas	1,9	14	2
Motivasi diri	Sasaran yang jelas	10	16	2
Total		17	8	25

F. Validitas Dan Reliabilitas

a. Uji Validitas

Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas konstruksi teoritis yaitu validitas yang menunjukkan sejauhmana skor-skor hasil pengukuran dengan instrumen yang dipersiapkan itu merefleksikan konstruksi teoritis yang mendasari penyusunan alat ukur tersebut (Arikunto, 2002:146).

Untuk melakukan uji validitas rumus yang digunakan dalam penelitian ini adalah *product moment* dari Karl Pearson dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{\sum XY - (\sum X)(\sum Y) / N}{\sqrt{[\sum X^2 - (\sum X)^2 / N][\sum Y^2 - (\sum Y)^2 / N]}}$$

Keterangan :

r_{xy}	= Korelasi product moment antara item dengan nilai total
X	= Nilai tiap item
N	= Jumlah subjek
Y	= Nilai total angket

Perhitungan validitas dihitung dengan menggunakan bantuan komputer versi SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) 15.0 for windows. Pada umumnya untuk penelitian-penelitian di bidang ilmu pendidikan digunakan taraf signifikansi 0,05 atau 0,01. Apakah suatu koefisien validitas dianggap memuaskan atau tidak, penilaiannya dikembalikan kepada pihak pemakai skala atau kepada mereka yang berkepentingan dalam penggunaan hasil ukur skala yang bersangkutan.

Sedangkan untuk standar pengukuran yang digunakan dalam menentukan validitas item, mengacu pada pendapatnya Suharsimi Arikunto bahwa suatu item dikatakan valid apabila r hasil lebih besar dari r tabel.

Butir-butir instrumen yang tidak valid tidak diadakan revisi melainkan dihilangkan dengan pertimbangan:

- a. Jumlah dan muatan butir item cukup representatif untuk menjangkau data tentang kepercayaan diri terhadap peak performance atlet bola basket.

- b. Item-item yang tidak valid telah terwakili oleh item-item yang valid.

b. Uji Reliabilitas

Pada prinsipnya suatu alat ukur menunjukkan sejauhmana suatu alat ukur tersebut, dapat memberikan hasil yang relatif sama bila dilaksanakan pengukuran kembali terhadap obyek yang sama (Azwar, 1998:180). Perhitungan reliabilitas dilaksanakan hanya pada item yang valid.

Teknik statistik yang digunakan untuk menguji keandalan butir adalah teknik *Alpha Cronbach*. Teknik ini digunakan karena teknik ini dapat dipakai untuk menguji reliabilitas instrumen skala Likert atau instrumen yang aitem-aitemnya dalam bentuk esai. Penghitungan reliabilitas menggunakan rumus alpha yakni :

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum sd^2 b}{\sum sd^2 t} \right)$$

a = koefisien reliabilitas alpha

k = jumlah butir

$\sum sd^2 b$ = jumlah varians butir

Uji reliabilitas dilakukan dengan bantuan komputer versi SPSS (*statistical product and service solution*) 15.0 *for windows*. Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas (r_{xx}) yang angkanya berada dalam rentang dari 0,00 sampai dengan 1,000. semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,000 berarti semakin tinggi reliabilitas. Sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendahnya reliabilitas (Azwar, 1998:180).

G. Metode Analisis Data

a. Analisis Deskriptif

Didalam penelitian ini, Analisis deskriptif terhadap indikator-indikator item pertanyaan yang bersumber dari hasil pengamatan 100 sampel dilakukan distribusi frekuensi yang bertujuan untuk menjelaskan proporsi jawaban responden pengaruh tingkat kepercayaan diri terhadap tingkat *peak performance* atlet bola basket yang berskala 1-9, dalam tingkatan 1, 2, 3 kategori rendah (*Low*); 4, 5, 6 kategori sedang (*Medium*); dan 7, 8, 9 kategori tinggi (*High*). Pengujian Analisis deskriptif dilakukan dengan cara analisis presentase dan menggunakan prosedur frequencies yang menggunakan alat bantu SPSS dengan langkah-langkah pengujiannya adalah sebagai berikut :

1. Membuat tabulasi data dari skor item-item pertanyaan dari kuesioner dengan menggunakan Excel untuk mempermudah pengerjaan pada langkah-langkah selanjutnya.
2. Menjumlahkan semua skor-skor pada item pertanyaan tersebut.
3. Masuk pada program SPSS dengan membuat nama file baru.
4. Klik pada Variabel View dan buatlah nama-nama variabel sesuai dengan banyaknya item pertanyaan yang ada pada kuesioner.
5. Melakukan pengisian data dengan meng-klik Data View lalu mengisi variabel-variabel tersebut sesuai dengan yang ada pada tabulasi data.
6. Kemudian:
 - a. Klik Analyze
 - b. Klik perintah Descriptive Statistics.

- c. Pilih Frequencies
- d. Masukkan semua nama-nama variabel tersebut ke kotak Frequencies
- e. Klik Ok.

b. Pengkategorian tingkat kepercayaan diri terhadap *peak performance*

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan dua variabel. Untuk menghitung tingkat Kepercayaan diri terhadap *peak performance* atlet bola basket dengan menggunakan pengkategorian melalui perhitungan standar deviasi, dengan rumusan:

$$SD = \sqrt{\frac{\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{n}}{n - 1}}$$

Keterangan:

SD = standar deviasi

x = nilai responden

n = jumlah responden

Untuk pengkategorian tingkat kepercayaan diri terhadap *peak performance* selain digunakan nilai standar deviasi juga memerlukan nilai mean, dengan rumus:

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{n}$$

Dengan:

x = nilai responden

n = jumlah responden

Setelah didapatkan nilai mean dan standar deviasi, maka diperoleh tingkatan katagori dengan pembagian tinggi, sedang dan rendah berdasarkan rumus yang dikemukakan oleh Azwar, yaitu:

$$\text{Tinggi} = \bar{x} + 1.SD < x$$

$$\text{Sedang} = \bar{x} - 1.SD < x \leq \bar{x} + 1.SD$$

$$\text{Rendah} = x \leq \bar{x} - 1 SD$$

c. Analisa Regresi Linier Sederhana (*Simple Linear Regression Analysis*)

Analisis regresi linier serhana merupakan salah satu analisis yang digunakan untuk mengetahui bentuk hubungan atau pengaruh antara beberapa variabel bebas terhadap variabel terikat. Secara umum, menurut Sugiyono (2007), ada tiga manfaat yang dapat diambil dari persamaan regresi, di antaranya adalah :

1. Penjelasan (explanation), yakni menjelaskan fenomena atau permasalahan yang diteliti, bagaimana bentuk hubungan atau pengaruh antara variabel-variabel bebas dan variabel terikat.
2. Prediksi (prediction), yakni memprediksi nilai variabel terikat berdasarkan nilai variabel bebas yang diketahui, yang mana prediksi dengan regresi ini dapat dilakukan secara kuantitatif
3. Faktor determinan (determinan factor), yakni menentukan variabel bebas mana (regresi berganda) yang berpengaruh dominan terhadap variabel terikat. Hal ini daapt dilakukan bila unit unit satuan dan skala data seluruh variabel relatif sama.

Untuk menguji hubungan antara variabel bebas terhadap variabel terikat di mana pada penelitian ini hubungan yang di uji adalah hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap tingkat *peak performance*, maka teknik analisis yang digunakan adalah uji regresi linier sederhana. Uji ini digunakan untuk menguji atau menganalisis pengaruh atau hubungan antara variabel bebas dengan satu atau lebih variabel, dalam teknik analisis digunakan uji anova atau uji f, uji t dan mencari besar koefisien determinasi atau R^2 adjusted perhitungan ini akan dilakukan dengan bantuan program SPSS sesuai persamaan linear berganda :

$$Y = b_0 + b_1X + \varepsilon$$

di mana :

Y = Tingkat *peak performance*

X = Tingkat kepercayaan diri

b_0 = Parameter Konstanta Model Regresi

b_1 = Parameter Koefisien Regresi untuk Variabel Tingkat
kepercayaan diri

i. Uji Hipotesis Koefisien Model Regresi

Untuk membuktikan kebenaran hipotesis digunakan Uji F dan Uji t dengan kriteria pengujian sebagai berikut :

1. Pengaruh variabel bebas secara simultan terhadap variabel terikat

Uji F digunakan untuk menguji variabel-variabel bebas secara bersama-sama terhadap variabel terikat. Pengujian ini dilakukan dengan membandingkan nilai F_{hitung} dengan nilai F_{tabel} atau perbandingan nilai sig F.

Hipotesis:

$$H_0 = \beta_0 = \beta_1 = 0$$

(tidak terdapat pengaruh simultan dan model regresi tidak dapat digunakan)

$$H_1 = \beta_0 = \beta_1 \neq 0$$

(terdapat pengaruh simultan dan model regresi dapat digunakan)

dengan $\alpha=5\%$ atau 0,05

Ketentuan dari penerimaan atau penolakan hipotesis adalah sebagai berikut :

- Bila $F_{hitung} \geq F_{tabel}$ atau $p-value \leq 0,05$: H_0 ditolak
- Bila $F_{hitung} < F_{tabel}$ atau $p-value > 0,05$: H_0 tidak ditolak

2. Pengujian pengaruh variabel bebas secara parsial terhadap variabel terikat

Uji t dilakukan untuk mengetahui pengaruh secara parsial variabel bebas terhadap variabel terikat, digunakan uji t dengan rumus sebagai berikut :

$$t_{hitung} = \frac{\beta_i}{se(\beta_i)}$$

di mana:

t_{hitung} = nilai statistik t hasil perhitungan

β_i = koefisien regresi

$se(\beta_i)$ = standar error dari koefisien regresi tersebut

Uji t ini digunakan untuk menguji hipotesis yaitu :

$H_0 : \beta_i = 0, i = 0 \text{ dan } 1$ (Koefisien regresi tidak signifikan)

$H_1 : \beta_i \neq 0, i = 0 \text{ dan } 1$ (Koefisien regresi signifikan)

Jika $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ pada taraf uji 5% maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, artinya variabel-variabel bebas berpengaruh terhadap variabel terikat. Jika : $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau nilai sig $t < 0,05$: H_0 ditolak, $t_{hitung} < t_{tabel}$ atau nilai sig $t < 0,05$: H_0 tidak ditolak.

ii. Uji Asumsi Model Regresi

Untuk mendapatkan parameter-parameter estimasi dari model dinamis yang dipakai, dalam penelitian ini digunakan metode penaksiran OLS (*Ordinary Least Square*). Penggunaan metode ini disertai dengan asumsi-asumsi yang mendasarinya. Asumsi-asumsi tersebut yaitu: Normalitas, Homoskedastisitas, dan Non-Autokorelasi.

1. Asumsi Normalitas

Distribusi normal merupakan distribusi teoritis dari variabel random yang kontinyu (Drapper dan Smith, 1992). Kurva yang menggambarkan distribusi normal adalah kurva normal yang berbentuk simetris. Untuk menguji apakah sampel penelitian merupakan jenis distribusi normal maka digunakan pengujian *Kolmogorov-Smirnov Goodness of Fit Test* terhadap masing-masing variabel .

Apabila $H_0 : F_{(x)} = F_{0(x)}$, dengan $F_{(x)}$ adalah fungsi distribusi populasi yang diwakili oleh sampel, dan $F_{0(x)}$ adalah fungsi distribusi suatu populasi berdistribusi normal.

dan $H_a : F_{(x)} \neq F_{0(x)}$ atau distribusi populasi tidak normal.

maka pengambilan keputusan apakah H_0 diterima atau ditolak didasarkan atas (Santoso, 2001, 392 - 393):

- Jika Probabilitas $> 0,05$, maka H_0 diterima.
- Jika Probabilitas $< 0,05$, maka H_0 ditolak.

2. Asumsi Homoskedastisitas

Suatu asumsi penting dari model regresi linier klasik adalah bahwa gangguan (*disturbance*) yang muncul dalam regresi adalah homoskedastisitas, yaitu semua gangguan tadi mempunyai varian yang sama. Secara matematis asumsi ini dapat dituliskan sebagai berikut (Drapper dan Smith, 1992):

$$E(u_i) = \sigma^2 \quad i = 1, 2, 3, \dots, N$$

di mana u_i merupakan gangguan atau galat pada amatan ke- i , sedangkan $E(u_i)$ merupakan nilai harapan varian dari galat tersebut. Adapun metode yang akan dibahas disini yaitu metode Korelasi Rank Spearman antara *Predicted Value* (Nilai Prediksi Menggunakan Model Regresi) dengan *Unstandardized Residual* (Galat/Error).

Koefisien korelasi Spearman dirumuskan :

$$r_s = 1 - 6 \frac{\sum d_i^2}{N(N^2 - 1)}$$

di mana d_i = selisih dari X_i dengan N = banyaknya individu.

Tingkat signifikan koefisien korelasi r_s yang didapatkan dengan rumus di atas diuji dengan statistik uji t sebagai berikut (Drapper dan Smith, 1992):

$$t = \frac{r_s \sqrt{N - 2}}{\sqrt{1 - r_s^2}}$$

Jika nilai t yang dihitung melebihi nilai t_{kritis} , kita bisa menerima hipotesis adanya sifat heteroskedastisitas, atau dengan kata lain asumsi homoskedastisitas tidak terpenuhi. Akan tetapi untuk lebih memudahkan pengambilan keputusan, digunakan probabilitas (signifikansi), yaitu:

- Jika Probabilitas $> 0,05$, maka H_0 diterima.
- Jika Probabilitas $< 0,05$, maka H_0 ditolak.

3. Uji Non-Autokorelasi

Istilah autokorelasi dapat didefinisikan sebagai korelasi antara anggota serangkaian observasi yang diurutkan menurut waktu (seperti dalam data runtun waktu) atau ruang (seperti dalam data *cross section*). Dalam konteks regresi, model regresi linier klasik mengasumsikan bahwa autokorelasi seperti itu tidak terdapat dalam *disturbance* atau gangguan u_i . Secara matematis hal tersebut dapat dituliskan sebagai berikut:

$$E(u_i u_j) = 0 \quad i \neq j$$

Untuk dapat mendeteksi adanya autokorelasi dalam situasi tertentu, ada beberapa pengujian, antara lain adalah metode grafik dan percobaan *Durbin Watson*.

Pengujian metode *Durbin Watson* adalah sebagai berikut:

- a. Lakukan regresi OLS dan dapatkan residual e_i
- b. Hitung d dengan formula berikut (Drapper dan Smith, 1992):

$$d = \frac{\sum_{t=2}^{t=N} (e_t - e_{t-1})^2}{\sum_{t=1}^{t=N} e_t^2}$$

- c. Untuk ukuran sampel tertentu dan banyaknya variabel yang menjelaskan tertentu, dapatkan nilai kritis dL dan dU .
- d. Jika hipotesis nol (H_0) adalah tidak ada korelasi serial, maka jika:

$d > dU$ dan $4 - d > dU$: menerima H_0 (tidak ada korelasi serial/autokorelasi)

$d < dL$ dan $4 - d < dL$: menolak H_0 (ada korelasi serial/autokorelasi)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Pengujian Instrumen Penelitian

a. Uji Validitas

Validitas data menunjukkan tingkat kemampuan suatu instrumen untuk mengungkapkan sesuatu yang menjadi objek pengukuran yang dilakukan dengan instrumen penelitian tersebut. Jika suatu item pernyataan dinyatakan tidak valid, maka item pernyataan itu tidak dapat digunakan dalam uji-uji selanjutnya. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan dan dapat mengungkap data dari objek yang diteliti secara tepat. Pengujian validitas indikator-indikator atau item-item pertanyaan pada penelitian ini dilakukan dengan *software SPSS 15.0 for Windows*. Hasil pengujian validitas dapat dilihat pada Tabel 4.1 sebagai berikut :

Tabel 4.1. Hasil Uji Validitas

Variabel	Indikator	Koefisien Korelasi	Nilai r_{tabel}	p -value	Hasil
X	X1	0.296	0.197	0.003	valid
	X2	0.241	0.197	0.016	valid
	X3	0.319	0.197	0.001	valid
	X4	0.202	0.197	0.044	valid
	X5	0.339	0.197	0.001	valid
	X6	0.215	0.197	0.032	valid
	X7	0.301	0.197	0.002	valid
	X8	0.275	0.197	0.006	valid
	X9	0.291	0.197	0.003	valid
	X10	0.268	0.197	0.007	valid
	X11	0.202	0.197	0.044	valid

	X12	0.426	0.197	0.000	valid
	X13	0.234	0.197	0.019	valid
Y	Y1	0.608	0.197	0.005	valid
	Y2	0.455	0.197	0.015	valid
	Y3	0.247	0.197	0.013	valid
	Y4	0.316	0.197	0.011	valid
	Y5	0.260	0.197	0.009	valid
	Y6	0.246	0.197	0.022	valid
	Y7	0.238	0.197	0.017	valid
	Y8	0.413	0.197	0.000	valid
	Y9	0.224	0.197	0.025	valid
	Y10	0.403	0.197	0.016	valid
	Y11	0.290	0.197	0.003	valid
	Y12	0.275	0.197	0.006	valid
	Y13	0.616	0.197	0.011	valid
	Y14	0.589	0.197	0.006	valid
	Y15	0.245	0.197	0.022	valid
	Y16	0.264	0.197	0.008	valid
	Y17	0.250	0.197	0.012	valid
	Y18	0.267	0.197	0.007	valid
	Y19	0.511	0.197	0.025	valid
	Y20	0.393	0.197	0.000	valid
	Y21	0.621	0.197	0.029	valid
	Y22	0.213	0.197	0.034	valid
	Y23	0.301	0.197	0.031	valid
	Y24	0.315	0.197	0.018	valid
	Y25	0.263	0.197	0.008	valid

Berdasarkan Tabel 4.1 di atas, dengan taraf signifikansi (α) = 0,05 diperoleh nilai kritis r_{tabel} sebesar 0,197 (lampiran 1). Untuk uji validitas dapat dijelaskan bahwa masing-masing indikator dalam variabel X (Kepercayaan Diri) dan variabel Y (*Peak Performance*) mempunyai koefisien korelasi yang lebih besar daripada r_{tabel} . Selain itu, *p-value* masing-masing indikator nilainya lebih kecil daripada $\alpha = 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa indikator-indikator atau

item-item pertanyaan dalam instrumen yang digunakan dalam penelitian ini telah valid.

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan bantuan *software SPSS 15.0 for Window*. Diperoleh hasil pengujian reliabilitas menggunakan koefisien *Alpha Cronbach* untuk variabel X (Kepercayaan Diri) dan variabel Y (*Peak Performance*) seperti pada Tabel 4.2 sebagai berikut :

Tabel 4.2. Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Banyak Indikator	<i>Alpha Cronbach</i>	Hasil
X (Kepercayaan Diri)	13	0.713	Reliabel
Y (<i>Peak Performance</i>)	25	0.621	Reliabel

Dari Tabel 4.2 di atas, didapatkan koefisien *Alpha Cronbach* untuk variabel X (Kepercayaan Diri) sebesar 0,713 dengan 13 buah indikator atau item pertanyaan yang digunakan, sedangkan koefisien *Alpha Cronbach* untuk variabel Y (*Peak Performance*) sebesar 0,621 dengan 25 buah indikator atau item pertanyaan yang digunakan. Kedua koefisien *Alpha Cronbach* ini lebih besar dari 0.6, sehingga dari pengujian ini dapat disimpulkan bahwa instrumen untuk mengukur kepercayaan diri dan *peak performance* yang digunakan dalam penelitian ini sudah memiliki kehandalan (reliabilitas). Sehingga masing-masing pertanyaan dapat mewakili informasi dari variabel-variabel tersebut.

2. Analisis Statistika Deskriptif

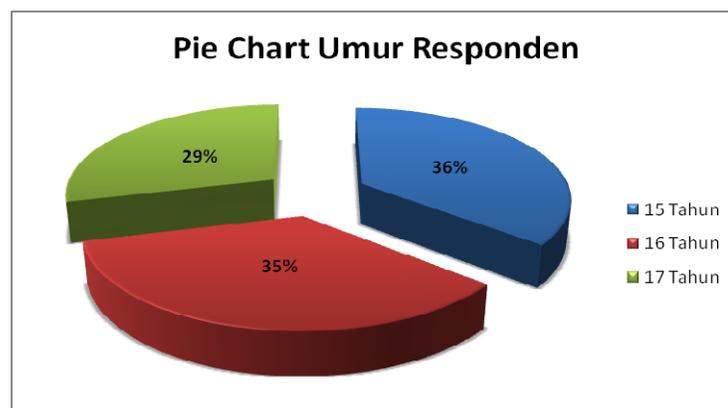
Distribusi responden diperlukan untuk memberikan dasar pemahaman tentang profil responden yang dilibatkan dalam penelitian ini. Keseluruhan jumlah responden atlet basket dalam penelitian ini adalah 100 atlet yang secara lengkap akan dijabarkan berdasarkan klasifikasi umur dan asal sekolah.

Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Umur Responden Atlet Basket

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 15 Tahun	36	36.0	36.0	36.0
16 Tahun	35	35.0	35.0	71.0
17 Tahun	29	29.0	29.0	100.0
Total	100	100.0	100.0	

Berdasarkan persebaran umur responden diketahui bahwa responden dengan umur 15 tahun sebanyak 36 orang (36%), 16 tahun sebanyak 35 orang (35%) dan 17 tahun sebanyak 29 orang (29%). Dari persebaran ini dapat digambarkan sebagai berikut :

Gambar 4.1. Pie Chart Umur Responden Atlet Basket

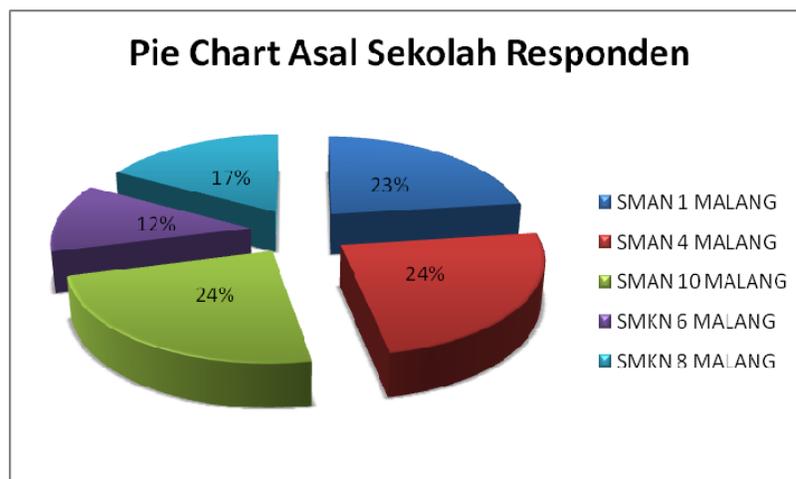


Dari Pie Chart pada Gambar 4.1, menunjukkan bahwa kecenderungan responden atlet basket adalah murid SMAN yang berumur 16 tahun.

Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi Asal Sekolah Responden Atlet Basket

		Asal Sekolah			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SMAN 1 MALANG	23	23.0	23.0	23.0
	SMAN 4 MALANG	24	24.0	24.0	47.0
	SMAN 10 MALANG	24	24.0	24.0	71.0
	SMKN 6 MALANG	12	12.0	12.0	83.0
	SMKN 8 MALANG	17	17.0	17.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Berdasarkan persebaran asal sekolah responden diketahui bahwa responden dari SMAN 1 Malang sebanyak 23 orang (23%), dari SMAN 4 Malang sebanyak 24 orang (24%), dari SMAN 10 Malang sebanyak 24 orang (24%), dari SMKN 6 Malang sebanyak 12 orang (12%) dan dari SMKN 8 Malang sebanyak 17 orang (17%). Dari persebaran ini dapat digambarkan sebagai berikut :

Gambar 4.2. Pie Chart Asal Sekolah Responden Atlet Basket

Dari Pie Chart pada Gambar 4.2, menunjukkan bahwa kecenderungan responden atlet basket berasal dari SMAN 10 Malang dan SMAN 4 Malang, masing-masing sebanyak 24 orang.

3. Pengkategorian tingkat kepercayaan diri terhadap *peak performance*

Tingkatan kategori dengan pembagian tinggi, sedang dan rendah berdasarkan rumus yang dikemukakan oleh Azwar, yaitu:

$$\text{Tinggi} = \bar{x} + 1.SD < x$$

$$\text{Sedang} = \bar{x} - 1.SD < x \leq \bar{x} + 1.SD$$

$$\text{Rendah} = x \leq \bar{x} - 1.SD$$

Selanjutnya, untuk mengetahui deskripsi kepercayaan diri dan *peak performance* para responden atlet basket, maka perhitungannya didasarkan pada distribusi normal yang diperoleh *mean* dan *standard deviasi*, dari hasil ini kemudian dilakukan pengelompokan menjadi tiga kategori yaitu kategori tinggi, sedang dan rendah. Hasil selengkapnya dari perhitungan bisa dilihat dari tabel 4.5 dan tabel 4.6 dibawah ini:

Tabel 4.5. Hasil Deskriptif Variabel Kepercayaan Diri

Variabel	Mean	SD	Kategori	Kriteria	Frekuensi	(%)
Kepercayaan Diri	65.13	9.18	Tinggi	$x > 74.31$	43	43%
			Sedang	$55.95 < x \leq 74.31$	38	38%
			Rendah	$x \leq 55.95$	19	19%
Jumlah					100	100%

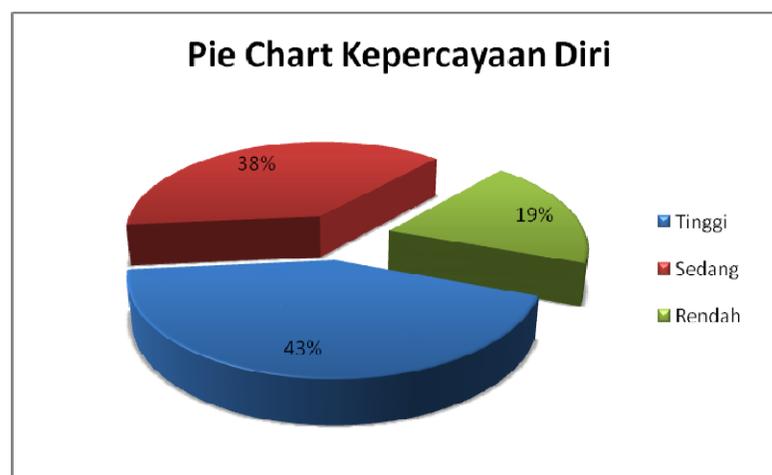
Tabel 4.6. Hasil Deskriptif Variabel *Peak Performance*

Variabel	Mean	SD	Kategori	Kriteria	Frekuensi	(%)
<i>Peak Performance</i>	121.79	13.01	Tinggi	$x > 134.80$	43	43%
			Sedang	$108.78 < x \leq 134.80$	18	16%
			Rendah	$x \leq 108.78$	39	37%
Jumlah					100	100%

Dari tabel 4.5 dan tabel 4.6 diatas dapat diketahui bahwa deskripsi dari variabel kepercayaan diri yang dikaji dalam penelitian berada pada kategori tinggi, sedangkan variabel *peak performance* juga berada pada kategori tinggi dengan presentase masing-masing untuk kepercayaan diri 43%, dan *peak performance* berada pada prosentasi 43% pula.

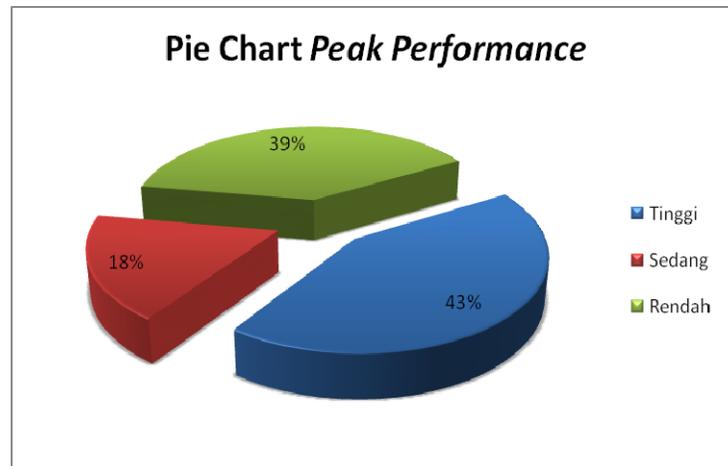
Hasil dari penelitian dapat terlihat jelas bahwa kepercayaan diri berada pada kategori tinggi dan *peak performance* juga berada pada kategori tinggi. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada Gambar 3 dan Gambar 4 dibawah ini:

Gambar 4.3. Pie Chart Tingkat Kepercayaan Diri



Dari Gambar 4.3 diatas terlihat bahwa tingkat kepercayaan diri berada pada kategori tinggi yaitu pada 43%, dan jumlah responden yang mempunyai tingkat kepercayaan diri rendah lebih sedikit dibanding dengan yang mempunyai tingkat kepercayaan diri sedang.

Gambar 4.4. Pie Chart Tingkat *Peak Performance*



Dari Gambar 4.4 diatas terlihat bahwa tingkat *peak performance* berada pada kategori tinggi yaitu pada 43%, dan jumlah responden yang mempunyai tingkat *peak performance* sedang lebih sedikit dibanding dengan yang mempunyai tingkat *peak performance* rendah.

4. Analisis Regresi Linier Sederhana (*Simple Linear Regression Analysis*)

Analisis regresi digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel kepercayaan diri terhadap *peak performance*.

Dalam pengolahan data dengan menggunakan analisis regresi linier sederhana, dilakukan beberapa tahapan untuk mencari hubungan antara variabel independen dan dependen. Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan *software* SPSS 15.0 *for windows* didapatkan ringkasan seperti pada Tabel 4.7.

Tabel 4.7. Ringkasan Hasil Analisis Regresi

Variabel	Koefisien β	t_{hitung}	Koefisien β terstandarisasi	p -value	Keterangan
Konstanta	116.788	16.187		0.000	Signifikan
Kepercayaan Diri	0.384	2.784	0.271	0.006	Signifikan
$\alpha = 0.05$					
R^2 (Koefisien Determinasi) = 0.733					
F-hitung = 7.748					
F-tabel(0.05,1:98) = 3.94					
p -value = 0.000					
t-tabel (0.05,98) = 1.985					

Model regresi yang didapatkan berdasarkan tabel 4.7 adalah sebagai berikut :

$$Y = 116.788 + 0.384 X$$

di mana :

Y : *Peak Performance*

X : Kepercayaan Diri

Interpretasi model regresi di atas adalah sebagai berikut :

1. $\beta_0 = 116.788$

Nilai konstan ini menunjukkan bahwa apabila tidak ada perubahan nilai variabel-variabel independen (X) atau nilai variabel-variabel independen konstan, maka *Peak Performance* adalah sebesar 116.788.

2. $\beta_1 = 0.384$

Koefisien regresi ini menunjukkan bahwa apabila terdapat kenaikan 1 kali variabel Kepercayaan Diri, maka akan terjadi kenaikan pada *Peak Performance* sebesar 0.384.

Dalam analisis regresi diperlukan suatu ukuran yang dapat digunakan untuk mengetahui sampai seberapa jauh ketepatan atau kecocokan garis regresi yang terbentuk dapat menerangkan kondisi yang sebenarnya. Ukuran tersebut dinamakan koefisien determinasi. Nilai R^2 antara 0 dan 1 ($0 \leq R^2 \leq 1$). Semakin dekat nilai R^2 dengan 1 maka semakin baik kecocokan data dengan model, dan sebaliknya semakin dekat nilai R^2 dengan 0 maka model regresi yang terbentuk tidak tepat untuk meramalkan peubah tak bebas Y . Secara umum interpretasi dari koefisien determinasi adalah proporsi dari keragaman total Y yang dijelaskan oleh keragaman variabel X .

Nilai R^2 (koefisien determinasi) yang diperoleh yaitu sebesar 0.733, artinya keragaman variabel bebas Kepercayaan diri (X) dapat menjelaskan 73.3% keragaman total variabel terikat *Peak Performance* (Y), sedangkan sisanya (100%-73.3%) sebesar 26.7% dijelaskan oleh variabel bebas lain yang tidak disertakan dalam penelitian ini.

Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh Kepercayaan Diri terhadap *Peak Performance* dapat dilihat pada nilai Koefisien β terstandarisasi, yang diperoleh adalah sebesar 0.271, maka dapat dikatakan bahwa pengaruh Kepercayaan Diri terhadap *Peak Performance* adalah sebesar 0.271. pengaruhnya positif, jika semakin tinggi Kepercayaan Diri maka *Peak Performance* akan semakin tinggi pula dan sebaliknya, jika semakin rendah Kepercayaan Diri maka *Peak Performance* akan semakin rendah pula.

a. Uji Hipotesis Koefisien Model Regresi

(1). Pengaruh variabel bebas secara simultan terhadap variabel terikat.

Pengujian secara simultan dilakukan untuk menunjukkan apakah semua faktor yang digunakan dalam model regresi memiliki pengaruh yang signifikan pada hubungan Kepercayaan Diri terhadap *Peak Performance*. Faktor tersebut diuji secara serentak dengan menggunakan uji F atau ANOVA. Dengan menggunakan bantuan *software SPSS 15.0 for windows*, didapatkan hasil uji F sebagai berikut :

Tabel 4.8. Pengujian Model Regresi Secara Simultan

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1227.948	1	1227.948	7.748	.006 ^a
	Residual	15530.642	98	158.476		
	Total	16758.590	99			

a. Predictors: (Constant), Kepercayaan Diri

b. Dependent Variable: Peak Performance

Hipotesis yang digunakan dalam pengujian koefisien model regresi secara simultan dapat dilihat dalam tabel 4.9 sebagai berikut :

Tabel 4.9. Hipotesis Pengujian Model Regresi Secara Simultan

Hipotesis	Nilai	Keputusan
$H_0 : \beta_i = 0$ (tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara kepercayaan diri terhadap <i>peak performance</i>)	F = 7.748 $p\text{-value} = 0.006$	Tolak H_0
$H_a : \beta_i \neq 0$ (terdapat pengaruh yang signifikan antara kepercayaan diri terhadap <i>peak performance</i>) $\alpha = 0.05$	$F_{\text{tabel}} = 3.94$	

Berdasarkan tabel 4.9, pengujian hipotesis model regresi secara simultan atau secara serentak menggunakan uji F. Dalam tabel distribusi F, didapatkan nilai F_{tabel} dengan *degrees of freedom* (df) $n_1 = 1$ dan $n_2 = 98$ adalah sebesar 3.94. Jika nilai F_{hitung} pada tabel 4.6 dibandingkan dengan F_{tabel} , maka F_{hitung} lebih besar daripada F_{tabel} ($7.748 > 3.94$). Selain itu, pada tabel 4.7 juga didapatkan nilai *p-value* sebesar 0.006. Jika *p-value* dibandingkan dengan $\alpha = 0.05$ maka *p-value* kurang dari $\alpha = 0.05$. Dari kedua perbandingan tersebut dapat diambil keputusan H_0 ditolak pada taraf $\alpha = 0.05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan secara serentak antara kepercayaan diri terhadap *peak performance*.

(2). Pengujian pengaruh variabel bebas secara parsial terhadap variabel terikat.

Pengujian model regresi secara parsial digunakan untuk mengetahui apakah masing-masing variabel independen pembentuk model regresi secara individu memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *peak performance* atau tidak. Untuk menguji hubungan tersebut digunakan uji t, yakni dengan membandingkan nilai t_{hitung} dengan t_{tabel} . Variabel independen pembentuk model regresi dikatakan berpengaruh signifikan jika $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$ atau *p-value* $< \alpha = 0,05$.

Pengujian model regresi secara parsial adalah sebagai berikut :

Tabel 4.10. Pengujian Model Regresi Secara Parsial

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	116.788	7.215		16.187	.000
	Kepercayaan Diri	.384	.138	.271	2.784	.006

a. Dependent Variable: Peak Performance

Berdasarkan tabel 4.10, pengujian hipotesis koefisien regresi variabel kepercayaan diri dapat dituliskan dalam tabel 4.11 sebagai berikut :

Tabel 4.11. Uji Hipotesis Koefisien Regresi Variabel Kepercayaan Diri

Hipotesis	Nilai	Keputusan
$H_0 : \beta_1 = 0$ (Kepercayaan Diri tidak berpengaruh signifikan terhadap <i>peak performance</i>)	$t = 2.784$ $p\text{-value} = 0.006$	Tolak H_0
$H_a : \beta_1 \neq 0$ (Kepercayaan Diri berpengaruh signifikan terhadap <i>peak performance</i>) $\alpha = 0.05$	$t_{\text{tabel}} = 1.985$	

Variabel Kepercayaan Diri memiliki koefisien regresi sebesar 0.384. Dengan menggunakan bantuan *software* SPSS, didapatkan t_{hitung} sebesar 2.784 dengan $p\text{-value}$ sebesar 0.006. Nilai t_{hitung} tersebut lebih besar daripada t_{tabel} ($2.784 > 1.985$) dan juga $p\text{-value}$ lebih kecil daripada $\alpha = 0.05$. Pengujian ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa Kepercayaan Diri berpengaruh signifikan terhadap *Peak Performance*, dengan tingkat kesalahan 5%.

b. Uji Asumsi Model Regresi

Pengujian asumsi model regresi meliputi uji asumsi normalitas galat, homoskedastisitas, dan non-autokorelasi. Uraian dari pengujian asumsi model regresi adalah sebagai berikut :

1. Pengujian Asumsi Normalitas Galat

Model regresi dapat dikatakan memenuhi asumsi normalitas jika galat atau residual yang disebabkan oleh model regresi berdistribusi normal. Untuk menguji

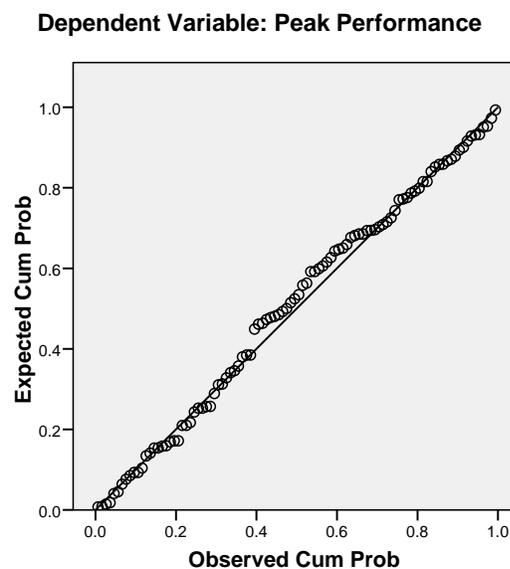
asumsi ini, dapat digunakan metode *Kolmogorov-Smirnov* seperti terlihat dalam Tabel 4.12 sebagai berikut.

Tabel 4.12. Uji Asumsi Normalitas

Statistik Uji	Nilai	Keterangan
Kolmogorov-Smirnov Z	0.624	Menyebar Normal
<i>p-value</i>	0.831	

Gambar 4.5. Plot Kenormalan Glat

Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual



Berdasarkan pengujian Kolmogorov-Smirnov Z pada tabel 4.12 di atas dapat dilihat bahwa didapatkan nilai *p-value* sebesar 0.831, di mana nilai tersebut lebih besar daripada $\alpha = 0.05$. Berdasarkan pengujian tersebut dapat dikatakan bahwa galat atau residual memiliki distribusi normal dengan tingkat kesalahan 5%. Hasil ini ditunjang pula oleh Gambar 5 di mana dapat dilihat bahwa titik-titik pada plot kenormalan galat tersebut mendekati atau berada disekitar garis lurus,

secara visual hal ini menunjukkan bahwa galat mengikuti sebaran normal. Sehingga dapat disimpulkan bahwa asumsi normalitas galat telah terpenuhi.

2. Pengujian Asumsi Homoskedastisitas

Pengujian ini bertujuan untuk menguji apakah model regresi memiliki ragam (*variance*) yang sama atau tidak. Model regresi yang baik adalah model yang memiliki ragam sama (bersifat homoskedastisitas). Pemeriksaan asumsi ini dapat dilakukan dengan menggunakan uji korelasi rank Spearman, yakni menguji korelasi antara nilai duga dengan absolut galatnya. Hasil pengujian dengan metode rank Spearman seperti terlihat dalam tabel 4.13 sebagai berikut:

Tabel 4.13. Uji Asumsi Homoskedastisitas

Statistik Uji	Nilai	Keterangan
Korelasi Rank Spearman	-0.019	Homoskedastisitas
<i>p-value</i>	0.852	

Berdasarkan pada tabel 4.13 di atas, pengujian asumsi ini didapatkan koefisien korelasi rank Spearman sebesar -0.019 dengan *p-value* sebesar 0.852 di mana *p-value* lebih besar daripada $\alpha = 0.05$. Dari pengujian ini dapat disimpulkan bahwa asumsi homoskedastisitas telah terpenuhi.

3. Pengujian Asumsi Non-Autokorelasi

Untuk menguji adanya autokorelasi digunakan Durbin Watson Test (dW). Asumsi Non-autokorelasi terpenuhi jika nilai $dU < dW < (4-dU)$ seperti terlihat dalam tabel 4.14 sebagai berikut :

Tabel 4.14. Uji Asumsi Non-Autokorelasi

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.856 ^a	.733	.638	12.58872	2.064

a. Predictors: (Constant), Kepercayaan Diri

b. Dependent Variable: Peak Performance

Berdasarkan pada tabel 4.14 di atas, nilai statistik durbin watson (dW) sebesar 2.064 berada di antara $dU=1.694$ dan $4-dU=2.306$ sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat autokorelasi berarti asumsi non-autokorelasi dalam regresi telah terpenuhi.

Tabel 4.15. Hasil Rekapitulasi Pengujian Asumsi

No.	Asumsi	Hasil
1.	Normalitas Galat	Terpenuhi
2.	Homoskedastisitas	Terpenuhi
3.	Non-Autokorelasi	Terpenuhi

Pada tabel 4.15 dapat dilihat bahwa pada ketiga pengujian asumsi dinyatakan telah terpenuhi, oleh karena itu hasil analisis regresi sederhana yang telah dilakukan dapat digunakan.

B. Pembahasan

1. Tingkat Kepercayaan Diri Atlet Bola Basket

Kepercayaan diri adalah keyakinan atas kemampuan yang dimiliki oleh atlet untuk mencapai kesuksesan dalam hidupnya. Atlet Bola Basket yang mempunyai rasa percaya diri tinggi akan senantiasa selalu bersifat optimis untuk

berprestasi, disamping itu ia mampu memanfaatkan rasa percaya diri yang dimilikinya untuk menyukseskan setiap aktifitas yang dilakukannya dengan baik, tepat sasaran, penuh vitalitas sekaligus mendapat sambutan dari orang banyak.

Hasil penelitian menggunakan pengkategorian kepercayaan diri menunjukkan bahwa variabel kepercayaan diri yang dikaji dalam penelitian ini yaitu pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 43%, menurut Rozzy Ferdian seorang pelatih SMA Negeri 4 Malang, kepercayaan diri atlet pada umumnya tinggi karena latihan mental setiap hari yang dilakukan benar-benar membantu pada saat pertandingan (hasil wawancara dengan pelatih bola basket “STETSA Fantastic Four” di SMA Negeri 4 Malang tanggal 9 Januari 2010).

Pada kategori sedang 38% dan pada kategori rendah persentasenya adalah sebesar 19%. Menurut Rozzy kurangnya kepercayaan diri atlet karena kurangnya keyakinan akan kemampuan dirinya, kurangnya motivasi yang kuat untuk menjadi juara, merasa takut kalah, tegang, takut tidak bermain bagus, serta tidak dapat keluar dari tekanan yang besar yakni hilangnya konsentrasi. Dalam beberapa situasi tertentu, sekalipun seorang atlet telah memperoleh prestasi yang baik selama latihan, pada saat pertandingan ia tidak mampu tampil dengan baik. Efektivitas gerakannya yang selama latihan tampil dengan baik seolah-olah pudar begitu saja ketika ia bertanding. Kecepatan gerakannya menjadi menurun, sebaliknya ia tampil sangat kaku. Atlet ini mungkin menghadapi masalah kurang percaya diri. Karenanya, ia menjadi ragu-ragu dalam mengambil keputusan, menentukan momentum yang tepat untuk melakukan serangan, kehilangan konsentrasi pada saat bertahan dan tidak berani mengubah strategi karena

dipengaruhi oleh kecemasan (hasil wawancara dengan pelatih bola basket “STETSA Fantastic Four” di SMA Negeri 4 Malang tanggal 9 Januari 2010).

2. Tingkat *Peak Performance* Atlet Bola Basket

Penampilan puncak (*peak performance*) adalah suatu kondisi optimal yang dimiliki seorang atlet saat melakukan segala bentuk kegiatan olahraganya ketika bertanding. Hasil penelitian menggunakan pengkategorian *peak performance* menunjukkan bahwa variabel *peak performance* yang dikaji dalam penelitian ini yaitu berada pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 43%, menurut Rozzy, penampilan puncak atlet dengan kepercayaan diri atlet pada dasarnya juga sama yaitu atlet selalu dilatih dengan latihan mental setiap hari. Dengan kepercayaan diri yang tinggi maka penampilan puncakpun akan optimal.

Pada kategori sedang sebesar 18% dan 39% pada kategori rendah. Penampilan puncak atlet cenderung lebih rendah dibandingkan dengan persentase sedang. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan Eklund dalam Satiadarma yang mengambil kesimpulan bahwa gagalnya sejumlah atlet berpenampilan puncak adalah terganggunya konsentrasi mereka saat pertandingan. Melalui program mental, penampilan atlet akan terarah menuju penampilan puncak. Karena, program latihan mental dapat meningkatkan kemampuan konsentrasi atlet serta kualitas penampilan atlet. Meningkatnya kualitas penampilan memberi dampak positif pada emosi atlet, bersama dengan itu pula efek negative atlet mengalami penurunan. Karena kualitas penampilan

meningkat, pemusatan perhatian pada pertandingan juga meningkat; selanjutnya hal ini membawa atlet pada konsisi penampilan puncak (Satiadarma, 2000: 172).

3. Pengaruh Tingkat Kepercayaan Diri Terhadap Tingkat *Peak Performance* Atlet Bola Basket

Hasil penelitian mengenai hubungan antara kepercayaan diri terhadap *peak performance*, didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri terhadap *peak performance* pada tingkat kesalahan 5%, kekuatan hubungan antara kepercayaan diri dengan *peak performance* adalah sebesar positif 0.271, hal ini berarti bahwa semakin tinggi kepercayaan diri atlet bola basket maka *peak performance* juga akan semakin tinggi pula.

Pengujian dari penelitian ini selain menggunakan uji validitas dan reliabilitas, juga menggunakan Analisis Regresi Linier Serhana yang merupakan salah satu analisis yang digunakan untuk mengetahui bentuk hubungan atau pengaruh antara beberapa variabel bebas terhadap variabel terikat. Secara umum, menurut Sugiyono (2007), ada tiga manfaat yang dapat diambil dari persamaan regresi, di antaranya adalah :

1. Penjelasan (*explanation*), yakni menjelaskan fenomena atau permasalahan yang diteliti, bagaimana bentuk hubungan atau pengaruh antara variabel-variabel bebas dan variabel terikat.
2. Prediksi (*prediction*), yakni memprediksi nilai variabel terikat berdasarkan nilai variabel bebas yang diketahui, yang mana prediksi dengan regresi ini dapat dilakukan secara kuantitatif

3. Faktor determinan (*determinan factor*), yakni menentukan variabel bebas mana (regresi berganda) yang berpengaruh dominan terhadap variabel terikat. Hal ini dapat dilakukan bila unit unit satuan dan skala data seluruh variabel relatif sama.

Untuk menguji hubungan antara variabel bebas terhadap variabel terikat di mana pada penelitian ini hubungan yang di uji adalah hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap tingkat *peak performance*, maka teknik analisis yang digunakan adalah uji regresi linier sederhana. Uji ini digunakan untuk menguji atau menganalisis pengaruh atau hubungan antara variabel bebas dengan satu atau lebih variabel, dalam teknik analisis digunakan uji anova atau uji f, uji t dan mencari besar koefisien determinasi atau R^2 adjusted perhitungan ini akan dilakukan dengan bantuan program SPSS sesuai persamaan linear berganda.

Dalam analisis regresi diperlukan suatu ukuran yang dapat digunakan untuk mengetahui sampai seberapa jauh ketepatan atau kecocokan garis regresi yang terbentuk dapat menerangkan kondisi yang sebenarnya. Ukuran tersebut dinamakan koefisien determinasi. Nilai R^2 antara 0 dan 1 ($0 \leq R^2 \leq 1$). Semakin dekat nilai R^2 dengan 1 maka semakin baik kecocokan data dengan model, dan sebaliknya semakin dekat nilai R^2 dengan 0 maka model regresi yang terbentuk tidak tepat untuk meramalkan peubah tak bebas Y . Secara umum interpretasi dari koefisien determinasi adalah proporsi dari keragaman total Y yang dijelaskan oleh keragaman variabel X .

Nilai R^2 (koefisien determinasi) yang diperoleh yaitu sebesar 0.733, artinya keragaman variabel bebas Kepercayaan diri (X) dapat menjelaskan 73.3%

keragaman total variabel terikat *Peak Performance* (Y), sedangkan sisanya (100%-73.3%) sebesar 26.7% dijelaskan oleh variabel bebas lain yang tidak disertakan dalam penelitian ini.

Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh Kepercayaan Diri terhadap *Peak Performance* dapat dilihat pada nilai Koefisien β terstandarisasi, yang diperoleh adalah sebesar 0.271, maka dapat dikatakan bahwa pengaruh Kepercayaan Diri terhadap *Peak Performance* adalah sebesar 0.271. pengaruhnya positif, jika semakin tinggi Kepercayaan Diri maka *Peak Performance* akan semakin tinggi pula dan sebaliknya, jika semakin rendah Kepercayaan Diri maka *Peak Performance* akan semakin rendah pula.

Kepercayaan diri merupakan landasan bagi *peak performance* (penampilan puncak) atlet dalam situasi kompetitif. Semakin tinggi tingkat kepercayaan diri seorang atlet, maka semakin baik pula penampilan puncak yang dicapai. Akan tetapi ketika mencermati perbandingan hasil antara tinggi, sedang, dan rendah antara kepercayaan diri dan *peak performance*, menunjukkan bahwa makin tinggi kepercayaan diri atlet maka *peak performance* juga akan semakin tinggi pula. Tetapi hal ini tidak terlihat pada atlet ketika berada pada tingkat sedang dan rendah. Dimungkinkan bagi mereka yang tingkat kepercayaan dirinya sedang atau rendah disebabkan oleh variabel bebas lain yang tidak diikutsertakan dalam penelitian ini, yaitu variabel selain kepercayaan diri seperti faktor lingkungan, keberanian, tenaga atau energi saat bertanding, motivasi, dan lain-lain.

Keakuratan pengaruh kepercayaan diri terhadap *peak performance* pada penelitian ini adalah sebesar 73,3% dan sisanya (100%-73.3%= 26.7%) dijelaskan

oleh variabel bebas lain yang tidak diikutsertakan dalam penelitian ini, yaitu variabel selain kepercayaan diri seperti faktor lingkungan, keberanian, tenaga atau energi saat bertanding, motivasi, dan lain-lain.

Dalam kenyataannya, secara umum ketika seorang atlet menghadapi suatu tantangan yang sangat sulit (misalkan pada suatu turnamen), ia memerlukan kekuatan dan daya tahan yang lebih untuk mengatasinya. Oleh karena itu, ia perlu memiliki kepercayaan diri yang tinggi untuk menghasilkan suatu yang diharapkan, yaitu prestasi dan tentunya penampilan puncak yang tinggi. Kenyataan ini telah dibuktikan dengan hasil penelitian ini.

Ada banyak penggerak yang menyebabkan seorang atlet bola basket dapat memperlihatkan penampilan puncak dalam suatu pertandingan. Semua penggerak biasanya datang dari dalam diri atlet itu sendiri, dan juga datang dari luar diri atlet tersebut. Akan tetapi penggerak yang datang dari dalam diri seorang atlet inilah yang bisa memberi kekuatan penuh dan terus menerus untuk memberikan penampilan puncak dan terbaik serta berprestasi. Atlet-atlet yang bertanding dengan prestasi puncak dapat menemukan kekuatan penggerak itu dari dalam dirinya sendiri. Adapun penggerak yang datang dari luar semakin membuatnya penuh tenaga dalam bertanding. Walaupun nanti jika sudah tidak ada penggerak dari luar ini, ia masih dapat terus dapat bertanding, karena penggerak masih ada, yaitu penggerak dari dalam dirinya, seperti penggerak kepercayaan diri yang dibahas pada penelitian ini.

Atlet dapat berhasil memenuhi dan mencapai prestasi yang ditargetkan itu biasa, tetapi manakala melebihi yang diharapkan atau yang ditargetkan itu yang

luar biasa. Ini hanya bisa diraih dengan performa yang luar biasa yang disebut sebagai *peak performance*. Karena memang atlet yang bertanding dengan performa puncaknya selalu melahirkan hasil yang melebihi ukuran biasa.

Faktor psikologi sangatlah penting dalam perkembangan seorang pemain. Tanpa kepercayaan diri misalnya, seorang pemain tidak akan bisa memperlihatkan semua kemampuannya diatas lapangan hijau. Begitu juga dengan permainan sebagai tim (atau *teamwork*) tidak akan bisa terjalin dengan baik apabila hubungan antar pemain tidak harmonis (Scheunemann, 2005:127).

Menurut Weinberg dan Gould, rasa percaya diri (*self confidence*) erat kaitannya dengan falsafah pemenuhan diri (*self fulfilling prophesy*) dan keyakinan diri (*self efficacy*). Seorang atlet yang memiliki rasa percaya diri yang baik percaya bahwa dirinya akan mampu menampilkan kinerja olahraga seperti yang diharapkan (Satiadarma, 2000:245).

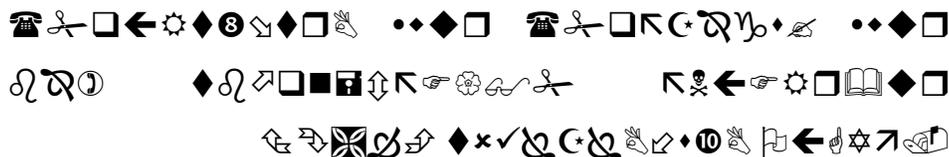
Menurut Sudarwati, keyakinan diri adalah suatu kondisi di mana seseorang memiliki keyakinan diri akan kemampuan yang dimilikinya. Keyakinan diri berkembang dari pengalaman-pengalaman seseorang dalam menjalankan suatu tugas. Keberhasilan yang berturut-urur akan meningkatkan keyakinan dalam mengerjakan suatu tugas. Sebaliknya kegagalan yang berturut-turut juga akan menurunkan keyakinan dalam menyelesaikan tugas tersebut (Sudarwati, 2007:18).

Selain itu, kepercayaan diri juga dapat memengaruhi usaha dan ketahanan seseorang dalam menghadapi situasi yang mengancam, tantangan yang sulit, serta hal-hal yang berisiko tinggi untuk gagal. Kepercayaan diri merupakan kunci terhadap optimisme, perubahan tingkah laku yang positif, dan pencapaian tujuan.

Ketika atlet merasa berada pada tingkat kepercayaan diri yang tinggi, ia akan mempunyai kekuatan dan daya tahan yang lebih dalam menghadapi situasi apa pun. Sementara itu, atlet dengan kepercayaan diri yang rendah akan mudah menyerah ketika menghadapi situasi yang mengancam atau situasi yang tidak menyenangkan. Dengan kata lain, ketika seorang atlet menghadapi suatu tantangan yang sangat sulit, ia memerlukan kekuatan dan daya tahan yang lebih untuk mengatasinya. Oleh karena itu, ia perlu memiliki kepercayaan diri yang tinggi untuk menghasilkan suatu yang diharapkan, yaitu prestasi dan tentunya penampilan puncak yang tinggi.

Kepercayaan diri yang tinggi akan mengarah pada penampilan puncak, sedangkan kepercayaan diri yang rendah akan membuat atlet tidak mempunyai daya tahan dan kekuatan, mudah menyerah, dan berakibat pada penampilan yang buruk.

Agama Islam sangat mendorong umatnya untuk memiliki rasa percaya diri yang tinggi. Manusia adalah makhluk ciptaan-Nya yang memiliki derajat paling tinggi karena kelebihan akal yang dimiliki, sehingga sepatutnya ia percaya dengan kemampuan yang dimilikinya, sebagaimana firman Allah SWT dalam Surat Al-Imron Ayat 139, sebagai berikut :



Artinya: "Janganlah kamu bersikap lemah dan janganlah (pula) kamu bersedih hati padahal kamulah orang yang paling tinggi (derajatnya) jika kamu beriman" (Q.S. Al-Imron: 139).

Percaya pada diri sendiri merupakan kemauan dan kehendak, menumbuhkan usaha sendiri dengan tidak mengharapkan bantuan orang lain. Untuk mendapatkan kepercayaan pada diri sendiri, seseorang harus melalui sebuah proses terlebih dahulu yaitu proses dalam mempercayai adanya Allah yang disebut dengan *Iman*, yaitu kepercayaan yang dimiliki secara dominan oleh setiap orang yang sesuai dengan Al-Qur'an dan As-Sunnah. Kedua adalah *Takdir* yang mengakui buruk dan baik serta sakit dan senang tidaklah terjadi kalau tidak dengan izin Allah. Dengan takdir manusia yakin bahwa Allah senantiasa akan memimpin kepada jalan yang baik, senantiasa akan memberi petunjuk kepada kebenaran.

Fadlullah mengatakan bahwa doa memiliki makna ibadah yang dinamis dan mampu mengatasi setiap kondisi yang tidak dibatasi oleh waktu. Nilai penting doa adalah mampu menyentuh ruang kesadaran manusia untuk berhubungan dengan Allah Swt. Doa berarti menciptakan optimisme dalam jiwa, sebagai antitesis terhadap sikap pesimis dan lari dari tanggung jawab yang di emban. Nabi Muhammad Saw bersabda hadis riwayat Tirmidzi dan Ibnu Majah: "*Tidak ada sesuatupun yang paling mulia selain berdoa kepada Allah*" (Sapuri, 2009:68).

Hadis ini memberikan pengertian bahwa orang yang berdoa amat mulia di sisi Allah. Kemuliaan adalah lambang kesuksesan-kesuksesan berikutnya. Kemampuan untuk melakukan sesuatu atau aktivitas merupakan salah satu anugrah yang jika kita syukuri akan membawa manusia ke tingkat orang-orang yang beruntung baik di dunia maupun di akhirat. Jadi doa sangat penting bagi perkembangan psikologis seseorang. Para atlet yang melakukan doa melalui cara-

cara tertentu yang dianjurkan oleh syariat akan mendatangkan manfaat dan tentunya akan mengubah cara pandang mereka dalam mempelajari suatu ilmu pengetahuan.

Mazhahiri menjelaskan, bahwa doa adalah kenikmatan yang paling nikmat. Sehingga dengannya manusia akan pandai bersyukur (Sapuri, 2009:69). Doa memberikan sumbangsih spiritual. Kemampuan seorang siswa dalam melakukan kegiatan tentu didukung oleh rasa percaya diri dan kestabilan emosi yang ada pada dirinya. Sehingga semakin konsisten siswa melakukan doa dengan adab yang benar, akan semakin mendukung kemampuan mereka dalam melakukan aktivitas positif.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini maka dapat ditarik kesimpulan, antara lain :

1. Tingkat Kepercayaan Diri Atlet Bola Basket

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa, persentase dan frekuensi Kepercayaan diri atlet bola basket dari jumlah total keseluruhan sampel 100 atlet, yaitu : 43% atlet tergolong dalam kategori tingkat kepercayaan diri tinggi, 38% atlet tergolong dalam kategori tingkat kepercayaan diri sedang dan atlet yang berada pada kategori tingkat kepercayaan diri rendah, dengan persentase 19%.

2. Tingkat *Peak Performance* Atlet Bola Basket

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa, persentase dan frekuensi *Peak Performance* atlet bola basket dari jumlah total keseluruhan sampel 100 atlet, yaitu : 43% atlet tergolong dalam kategori tingkat *Peak Performance* tinggi, 18% atlet tergolong dalam kategori tingkat *Peak Performance* sedang dan atlet yang berada pada kategori tingkat *Peak Performance* rendah, dengan persentase 39%.

3. Pengaruh Tingkat Kepercayaan Diri Terhadap Tingkat *Peak Performance* Atlet Bola Basket

Berdasarkan hasil penelitian pada pengaruh variabel bebas secara parsial dan simultan terhadap variabel terikat terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri terhadap *peak performance* pada tingkat kesalahan 5%,. kekuatan hubungan antara kepercayaan diri dengan *peak performance* adalah sebesar positif 0.271, hal ini berarti bahwa semakin tinggi kepercayaan diri atlet

bola basket maka *peak performance* juga akan semakin tinggi pula. Keakuratan pengaruh kepercayaan diri terhadap *peak performance* ini adalah sebesar 73,3% dan sisanya ($100\% - 73.3\% = 26.7\%$) dijelaskan oleh variabel bebas lain yang tidak diikutsertakan dalam penelitian ini

B. Saran

Sehubungan dengan penelitian ini, di bawah terdapat beberapa saran yang disampaikan

1. Bagi Pihak Atlet Bola Basket dan Pelatih di Sekolah

Berdasarkan hasil penelitian ini di mana semakin tinggi tingkat kepercayaan diri seorang atlet, maka semakin baik pula penampilan puncak yang dicapai, oleh karena itu, guna mencapai kesuksesan dalam turnamen-turnamen yang dihadapi, hendaknya atlet tetap meningkatkan kepercayaan dirinya. Kepada Pelatih di sekolah diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri atlet-atlet bola basket yang dibina dengan memberikan motivasi dan keyakinan atau bahkan ditingkatkan pula program latihan mental setiap hari, guna mendapatkan kepercayaan diri yang tinggi saat bertanding pada suatu turnamen.

2. Bagi Peneliti Lain

Berkenaan dengan kepentingan ilmiah, bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan permasalahan yang sama, dapat diusahakan untuk mengkaji masalah ini dengan jangkauan yang lebih luas dan dengan menambah variabel lain yang belum terungkap dalam penelitian ini sehingga mampu memberikan

sumbangan yang lebih besar terhadap kajian kepercayaan diri dan *peak performance*. Kemudian diharapkan agar lebih banyak untuk mencari referensi yang bersesuaian, karena kurangnya referensi yang didapatkan oleh peneliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qarni, Aidh. 2003. *La Tahzan: Jangan Bersedih*. Jakarta: Qisthi Press
- Al-Uqsari, Yusuf. 2005. *Percaya Diri: Pasti!*. Jakarta: GEMA INSANI
- Anshari, H. 1996. *Kamus Psikologi*. Surabaya: Usaha Nasional
- Arikunto, Suharsimi, 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Revisi VI*, Jakarta: Rineka Cipta
- Azhar, Muzammilul, Ahmad. 2006. *Pengaruh Motivasi Ekstrinsik Dan Motivasi Intrinsik Terhadap Performance Pemain Sepak Bola Di PS UNIOR UIN Malang*. Skripsi S1. Universitas Islam Negeri Malang
- Dinata, Marta. 2008. *Bola basket: Konsep Dan Teknik Bermain Bola Basket*. Jakarta: Cerdas Jaya
- Draper, N.R. dan H. Smith. 1992. *Analisis Regresi Terapan*. Edisi kedua. Alih bahasa oleh Sumantri, B. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama
- Gloria, Monica, Perez. 2007. *Gender And Resilience In Sports: Overcoming A Firts Set Loss In Tennis*. Akses Dari Intertet
- Hakim, Thursan. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jokyakarta: Torren Books
- Israel, G.D. 2003. *Determining Sample Size*. Institute of Food and Agricultural Sciences, University of Florida, Florida
- Kurniawan, Afif. 2007. *Pengaruh Psywar Terhadap Tingkat Kecemasan Dan Performa Atlet Bola Basket (Pada Tim Bola Basket “STETSA FANTASTIC FUOR” SMUN Malang)*. Skripsi S1. Universitas Islam Negeri Malang
- Lauster, Peter. 2002. *Tes Kepribadian*. Jakarta: Bumi Aksara
- Rahmat, J. 1991. *Psikologi Komunikasi*, Bandung: PT Remaja Rosda Karya
- Satiadarma, Monty P. 2000. *Dasar-dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan
- Sapuri, Rafy. 2009. *Psikologi Islam: Tuntutan Jiwa Manusia Modern*. Jakarta: Rajawali Pers

Scheunemann, Timo. 2005. *Dasar Sepakbola Modern: Untuk Pemain Dan Pelatih*. Malang: DIOMA

Sudarwati, Lilik, Adisasmito. 2007. *Mental Juara: Modal Atlet Berprestasi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada

Sugiyono, 2006, *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta

Suryabrata, Sumadi. 2005. *Pengembangan Alat Ukur Psikologis*. Yogyakarta: Penerbit ANDI

Widarso, Wishnubroto. 2005. *Sukses Membangun Rasa Percaya Diri "Self-Confidence"*. Jakarta: Gramedia

Lampiran 1. Instrumen Kuesioner Penelitian

Identitas Responden

Nama/Nomor Punggung :
Umur :
Posisi :
Asal Sekolah :

Petunjuk Mengerjakan Angket

Dalam angket ini disajikan sejumlah pernyataan. Bacalah setiap pernyataan dengan teliti. Anda diminta untuk menjawab pernyataan dalam angket ini dengan memberi tanda (\surd) pada kolom-kolom yang tersedia dibelakang tiap-tiap pernyataan yang sesuai dengan diri anda.

Pilihlah jawaban 1, 2, 3 jika anda merasa pernyataan tersebut **“Tidak Sesuai”**, 4, 5, 6 **“Sesuai”**, dan 7, 8, 9 **“Sangat Sesuai”** dengan anda.

Semua jawaban adalah benar, apabila benar-benar sesuai dengan diri anda dan jangan ada satupun yang terlewati. Kami akan menjaga kerahasiaan seluruh isi angket ini sehingga anda tidak perlu ragu-ragu dalam menjawab.

Atas kesungguhan dan kejujuran anda dalam menanggapi dan mengisi angket ini, kami ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.

SELAMAT MENERJAKAN

Lampiran 2. Rekapitulasi Jawaban Responden Variabel Kepercayaan Diri

X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X
6	4	9	6	6	1	9	2	7	1	6	5	6	68
3	3	2	2	6	8	2	6	4	9	5	7	9	66
1	6	7	4	3	5	4	4	5	7	6	5	8	65
5	2	6	9	5	9	9	4	4	6	9	5	6	79
9	2	2	7	6	3	5	9	7	5	7	7	7	76
9	3	1	3	5	3	9	5	8	2	4	8	3	63
4	5	4	9	6	3	5	1	6	3	5	4	1	56
1	5	2	1	4	7	6	5	1	8	5	4	1	50
6	5	8	3	6	2	5	3	8	8	1	2	2	59
1	6	3	1	3	9	9	7	9	6	5	3	5	67
4	1	3	9	9	9	9	2	8	3	5	4	1	67
6	2	9	4	7	4	1	2	2	3	5	8	3	56
7	6	4	5	1	1	2	9	2	1	4	9	8	59
3	8	4	2	6	4	3	2	7	5	7	6	4	61
3	9	9	9	1	2	5	9	3	1	4	3	2	60
9	7	4	4	7	1	7	9	7	4	7	3	2	71
5	1	2	3	4	7	4	8	6	5	2	9	9	65
5	8	8	7	6	6	3	1	7	4	7	8	3	73
8	6	4	3	3	6	7	6	8	7	5	1	3	67
7	5	4	6	4	4	9	2	8	1	4	6	9	69
9	8	9	8	6	6	6	6	4	8	6	5	3	84
5	9	8	3	5	5	6	8	8	8	7	8	1	81
4	2	8	9	4	2	4	7	1	6	6	5	5	63
1	6	8	6	6	1	7	4	5	7	8	8	4	71
6	5	5	2	3	5	3	7	4	1	4	2	5	52
2	6	7	6	2	1	1	9	8	9	7	4	6	68
5	2	2	9	5	6	2	3	7	8	4	6	3	62
9	2	6	8	7	3	3	1	7	4	5	6	3	64
2	3	3	5	7	1	6	2	9	4	9	6	6	63
7	9	1	6	3	3	9	7	5	5	8	4	5	72
1	4	2	5	5	7	7	2	6	1	2	4	8	54
7	5	8	5	9	5	4	1	3	3	6	3	6	65
1	5	3	4	4	2	8	6	7	8	4	5	7	64
6	3	1	3	6	1	4	3	4	9	4	9	3	56
5	2	9	2	8	2	7	9	2	1	1	5	3	56
5	1	7	9	3	6	6	4	4	4	8	9	7	73
3	7	8	3	7	4	1	5	4	6	8	7	3	66

8	5	2	8	9	4	5	2	5	6	3	2	6	65
4	4	7	6	7	8	1	6	7	3	9	7	7	76
1	2	8	4	9	1	7	6	3	8	9	9	9	76
1	7	7	5	9	9	3	6	4	2	8	8	1	70
6	5	6	7	4	4	8	1	5	5	2	8	1	62
8	1	7	9	9	6	7	7	3	4	2	6	9	78
4	1	6	9	3	6	4	2	9	9	1	5	2	61
2	7	5	2	7	2	7	6	9	5	5	6	1	64
9	3	7	6	8	5	2	5	8	9	4	1	6	73
7	2	6	8	1	4	2	3	7	8	2	8	4	62
9	3	1	8	1	5	3	6	2	1	1	1	4	45
3	5	6	6	8	2	4	8	9	7	6	3	9	76
7	1	5	7	7	3	7	5	1	3	9	4	3	62
7	1	6	3	7	8	4	9	7	5	9	5	3	74
7	6	6	3	9	7	2	1	6	8	8	9	5	77
1	7	1	9	7	8	8	4	6	5	2	5	3	66
1	4	9	2	9	1	4	8	8	8	4	7	6	71
2	7	8	4	4	3	2	7	2	9	4	1	4	57
5	8	2	5	2	1	8	5	7	9	3	6	5	66
8	5	7	6	2	8	3	6	8	1	2	6	7	69
7	2	1	8	8	6	1	9	7	1	4	8	8	70
7	6	3	3	3	5	6	9	1	4	6	5	4	62
9	1	8	4	1	8	1	7	9	6	8	1	1	64
9	5	1	1	8	7	8	7	9	2	2	9	8	76
7	9	5	2	6	1	1	6	7	4	1	7	5	61
8	7	7	6	6	7	8	2	9	5	6	6	4	81
1	1	1	7	1	8	5	2	6	5	9	2	3	51
8	1	4	2	4	4	6	5	5	6	4	6	4	59
6	6	7	3	8	7	4	8	5	1	1	6	8	70
9	1	4	8	5	1	6	6	4	9	3	6	2	64
4	8	5	3	4	2	6	1	6	4	4	1	7	55
9	9	5	1	1	1	9	5	7	2	3	8	2	62
3	6	5	4	5	6	5	3	7	7	6	2	5	64
4	9	1	4	5	1	4	4	3	3	7	2	8	55
7	2	7	1	4	5	8	3	4	2	1	1	5	50
1	3	3	3	4	8	3	1	5	8	3	2	8	52
2	8	1	5	7	2	7	1	1	9	2	7	7	59
7	2	4	3	7	3	6	4	4	9	2	9	3	63
6	2	7	1	4	4	8	1	3	2	9	2	5	54
1	4	4	9	5	8	1	2	5	2	2	5	3	51
9	4	2	2	3	7	2	8	9	6	6	5	9	72

2	3	2	9	8	6	4	7	1	3	5	5	2	57
4	7	6	8	9	9	6	2	2	9	6	9	1	78
8	6	4	9	3	4	9	9	8	6	1	6	5	78
1	5	3	3	7	3	6	3	4	9	8	2	8	62
9	8	4	9	8	7	1	1	9	5	4	6	8	79
7	9	3	3	1	4	4	9	3	4	8	4	4	63
3	6	5	3	2	7	2	2	5	2	2	5	7	51
5	8	5	3	5	4	8	3	8	6	3	4	4	66
5	8	7	5	6	9	9	5	1	9	4	8	9	85
7	6	1	4	9	1	3	9	2	6	4	1	7	60
5	9	7	5	3	4	4	7	6	3	9	7	2	71
8	9	4	3	3	9	9	7	4	8	2	9	8	83
5	9	5	8	8	7	6	8	1	5	4	3	7	76
7	3	1	7	1	6	1	4	3	5	4	4	3	49
9	9	5	4	3	7	2	7	4	3	3	2	6	64
3	4	6	4	7	9	9	4	3	6	1	6	8	70
9	7	2	2	3	7	9	6	2	8	6	5	9	75
3	2	3	2	7	5	3	4	3	4	2	8	6	52
3	2	3	4	8	7	3	4	1	6	6	4	8	59
1	5	1	2	1	5	1	3	2	4	9	1	4	39
7	3	4	1	2	2	7	6	9	7	7	7	8	70
8	8	6	5	5	7	8	5	2	3	3	6	4	70

Lampiran 3. Rekapitulasi Jawaban Responden Variabel *Peak Performance*

Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15
4	6	3	9	9	8	7	1	5	6	4	4	1	8	7
6	8	2	3	9	8	3	8	2	5	7	7	4	4	4
2	1	7	8	4	2	4	7	3	1	3	4	7	3	2
5	1	4	3	6	5	8	5	8	2	9	8	6	8	8
5	2	8	7	2	1	7	1	1	2	3	4	8	9	1
8	9	2	9	8	7	1	5	8	1	1	6	6	3	3
8	9	7	3	3	2	4	8	5	9	2	7	8	4	5
9	3	2	2	7	9	3	6	2	6	3	5	8	3	5
6	6	5	1	8	7	7	4	5	8	2	1	2	4	5
4	6	5	7	6	6	1	9	1	9	4	4	9	1	9
2	9	5	3	8	8	9	2	9	4	2	2	4	7	5
4	9	2	7	4	4	6	2	3	7	7	6	3	1	4
5	9	1	7	8	5	3	8	7	2	7	4	9	3	2
3	9	9	5	2	8	8	1	2	2	4	7	2	8	9
2	1	3	5	4	1	1	6	6	4	9	7	8	6	9
8	1	3	2	6	3	1	3	4	8	3	9	1	4	4
4	3	8	6	1	4	3	2	5	3	9	3	1	2	5
5	2	5	8	5	4	1	7	7	6	9	5	3	8	3
3	8	3	6	9	4	5	8	2	6	1	9	2	8	7
2	1	8	6	8	6	8	5	2	4	8	4	8	3	1
3	1	7	1	6	5	4	9	4	3	7	4	2	4	9
2	6	3	1	9	2	2	2	6	6	1	3	7	6	8
1	1	2	7	5	9	7	4	2	2	4	8	6	8	2
5	5	9	8	1	2	5	6	8	2	1	1	5	9	8
7	7	7	4	4	6	9	8	7	9	7	7	1	6	8
8	2	2	2	2	9	8	6	2	3	6	6	4	3	6
1	6	3	7	8	1	3	4	2	5	3	1	2	5	5
4	4	6	1	3	7	4	3	9	2	8	8	9	5	4
7	1	7	2	4	6	3	3	1	4	5	7	3	7	3
4	9	1	5	3	5	3	4	5	6	7	4	1	8	3
8	2	5	7	3	9	4	1	8	9	4	6	3	6	4
1	3	2	9	4	1	1	8	2	8	1	5	5	6	6
2	7	8	4	2	8	2	2	2	1	9	2	4	4	6
9	4	1	3	9	8	6	9	9	4	8	1	3	2	8
4	9	5	6	7	5	9	5	3	5	2	3	9	8	6
4	1	6	9	6	7	4	5	1	7	6	8	4	9	1
2	8	5	1	5	5	5	5	3	4	5	2	9	2	2
1	2	3	5	4	7	3	2	9	7	7	5	8	1	5

3	4	2	2	8	7	3	3	1	4	9	5	5	9	3
9	4	9	2	3	2	9	9	3	4	8	8	5	5	4
9	9	3	5	6	5	1	1	5	7	8	3	2	4	3
4	5	2	1	9	9	8	1	4	5	7	4	3	9	9
1	3	7	8	3	7	3	2	8	2	6	6	9	6	4
4	4	1	3	2	4	2	4	7	2	4	3	3	8	5
2	3	4	4	9	3	5	6	2	6	7	7	1	6	2
7	4	9	5	3	4	8	8	7	4	4	6	3	6	7
5	8	5	6	4	2	5	4	8	6	6	4	8	3	4
8	7	3	2	7	7	8	9	3	1	4	8	7	5	6
3	7	9	7	3	6	6	9	3	4	2	1	9	4	1
6	8	8	8	3	3	3	1	6	6	9	4	7	3	1
1	4	2	1	9	4	5	3	4	1	9	7	7	9	6
6	6	2	7	6	8	3	8	3	9	1	7	8	5	2
8	1	9	5	1	7	4	9	1	5	6	4	4	3	3
9	4	6	8	9	3	9	6	2	5	3	8	3	3	3
6	7	6	5	7	9	6	5	3	3	7	1	7	4	6
8	2	8	1	3	2	4	8	3	5	9	8	7	7	5
8	1	1	8	2	5	6	4	2	5	2	3	6	9	5
1	9	6	1	8	3	9	9	6	6	4	4	3	8	5
4	8	6	9	9	3	8	6	9	7	7	2	7	4	1
1	6	8	4	4	8	7	8	2	7	8	3	9	3	8
3	2	6	8	5	8	4	1	1	7	5	4	6	4	3
9	3	2	9	6	2	1	2	3	5	6	8	5	2	7
4	3	7	3	4	3	7	6	8	2	7	3	5	9	5
8	9	8	1	5	2	1	7	4	9	8	7	5	5	1
2	1	2	5	9	1	4	9	1	8	9	1	9	5	3
1	6	9	6	6	6	6	5	7	5	2	8	5	1	1
3	9	9	8	3	3	2	2	2	7	7	8	5	9	3
5	7	7	6	5	2	5	7	8	1	9	9	8	4	4
7	8	3	3	3	6	4	9	7	5	5	1	9	4	1
8	2	3	7	4	8	4	8	1	4	7	6	5	1	5
8	2	1	8	5	4	8	7	2	5	7	8	5	6	8
5	5	2	5	8	6	4	1	6	8	1	1	2	2	3
7	3	2	6	8	9	2	1	1	9	8	9	5	1	9
9	7	1	3	1	5	1	2	9	2	3	3	6	1	1
4	2	5	4	9	7	4	7	9	1	2	9	6	2	3
8	8	4	5	2	3	9	1	9	6	7	4	2	8	1
5	4	8	4	8	8	9	9	9	6	9	7	3	6	9
1	8	4	3	3	2	7	4	1	8	9	3	2	5	5
1	7	6	1	4	1	9	5	5	9	6	3	4	4	7

9	9	1	2	2	3	7	1	6	4	2	5	4	2	9
9	7	4	6	5	2	7	9	1	7	9	4	7	4	1
5	5	5	3	4	6	2	6	6	2	8	2	5	2	5
6	4	5	2	3	1	3	2	7	9	2	2	2	5	6
2	4	5	3	1	6	1	2	6	7	1	6	6	8	2
5	3	2	2	8	1	3	1	8	9	6	7	5	3	3
1	8	3	3	8	1	4	8	3	6	2	6	7	6	9
7	6	6	1	4	3	6	4	3	2	9	4	3	2	9
4	1	6	4	7	5	8	7	1	9	4	1	2	9	9
5	9	8	5	6	2	8	4	6	7	9	3	5	5	4
2	7	4	1	3	9	3	7	5	6	2	9	7	5	2
3	9	7	8	3	3	6	6	8	8	1	4	2	1	6
2	8	9	6	4	1	2	5	9	9	8	6	8	8	9
5	1	3	3	6	7	2	1	7	5	1	6	8	7	4
8	1	4	1	8	3	7	2	8	7	1	7	8	5	7
4	6	4	2	1	3	1	1	2	2	4	3	5	2	4
1	7	9	2	5	6	2	3	7	5	6	8	1	7	8
3	1	4	5	4	9	5	1	2	8	3	7	8	5	8
4	5	8	1	8	2	5	3	1	8	9	3	2	5	5
6	7	4	4	1	2	6	5	2	2	2	1	4	8	6
6	9	1	4	1	4	6	5	9	2	6	3	5	5	7

Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Y21	Y22	Y23	Y24	Y25	Y
7	4	3	2	2	3	8	2	2	2	117
5	6	6	6	2	4	6	2	8	9	134
5	2	5	9	2	7	6	9	8	7	118
4	5	6	3	3	8	3	6	3	3	130
3	5	2	3	8	2	1	4	9	3	101
8	1	6	7	8	1	5	2	8	6	129
3	7	6	4	6	6	4	9	9	2	140
8	9	6	1	6	7	2	1	4	6	123
4	4	1	8	6	3	3	9	1	4	114
8	3	2	8	1	5	4	7	4	1	124
9	3	1	3	8	9	4	9	2	1	128
7	2	8	9	7	7	1	6	6	7	129
8	4	6	4	1	5	1	7	4	9	129
2	3	2	4	5	1	8	6	4	1	115
7	5	9	7	8	5	5	6	5	5	134
3	6	4	7	2	6	7	6	2	3	106
7	3	5	6	7	5	5	3	5	1	106
9	8	6	7	6	9	7	7	3	3	143

1	4	6	8	2	6	4	3	1	8	124
9	7	8	3	9	2	6	2	9	7	136
7	1	1	4	1	3	4	7	3	2	102
4	6	5	8	6	5	4	1	9	3	115
5	3	2	6	7	9	7	6	5	3	121
3	5	7	5	9	1	8	4	1	2	120
8	8	1	3	6	2	5	2	3	8	143
1	2	7	8	1	9	1	6	9	4	117
2	7	2	5	4	9	6	2	7	5	105
5	6	9	4	9	5	6	3	1	3	128
6	7	5	7	2	5	6	9	1	6	117
3	7	1	2	7	6	5	7	7	8	121
4	2	3	2	1	2	2	9	3	7	114
7	8	2	8	1	3	1	7	7	3	109
4	8	9	2	4	1	1	4	8	1	105
8	7	7	7	8	7	5	3	6	2	144
7	3	9	2	3	3	9	6	1	3	132
7	5	3	6	4	9	2	1	4	8	127
1	2	4	3	5	2	2	6	3	3	94
5	2	9	7	7	5	4	9	6	2	125
7	3	2	4	1	6	5	2	2	1	101
7	6	1	4	3	4	7	4	3	1	124
8	7	6	9	1	2	6	8	2	6	126
6	6	6	5	7	3	9	4	6	1	133
7	1	6	5	7	3	3	3	3	3	116
5	2	2	9	1	4	7	6	4	1	97
4	5	8	1	1	9	6	5	1	7	114
6	4	6	9	9	1	5	1	6	1	133
2	4	1	2	6	8	3	3	4	7	118
9	8	1	8	9	4	3	1	6	9	143
4	3	3	8	8	2	9	8	7	9	135
7	8	2	2	4	2	5	8	4	5	123
5	1	3	9	4	8	5	5	4	7	123
7	6	2	5	2	3	1	7	2	6	122
2	8	8	9	7	3	6	5	6	8	132
2	8	6	9	7	2	2	7	1	1	126
9	1	2	7	4	4	3	4	7	3	126
4	7	7	3	5	3	4	8	1	9	131
1	1	1	1	4	5	5	5	8	1	99
1	6	4	6	8	6	7	8	8	5	141
5	6	7	8	1	6	2	2	1	9	137

4	9	8	3	5	5	2	9	7	5	143
9	5	2	9	2	2	6	8	5	6	121
2	3	8	6	5	2	9	1	2	7	115
3	6	6	2	5	4	3	8	6	8	127
6	6	3	4	2	2	1	4	8	3	119
6	4	1	7	9	1	1	9	8	3	118
4	7	3	6	4	4	5	9	8	2	126
5	2	1	7	1	3	9	1	9	3	121
1	8	1	2	6	3	9	7	8	5	137
4	2	2	4	5	7	4	2	7	4	116
3	3	8	3	6	8	9	3	3	3	122
2	6	4	8	7	3	4	8	5	4	135
7	9	3	3	1	5	1	4	4	1	97
6	5	7	1	9	5	2	8	6	3	132
1	5	6	7	6	8	1	3	6	8	105
2	8	9	3	2	9	8	5	1	1	122
8	8	2	6	4	9	3	7	4	4	132
8	2	5	1	3	3	7	3	9	1	146
5	5	1	9	7	4	1	7	1	4	109
1	2	2	3	2	5	3	8	3	2	103
4	7	6	4	3	6	4	2	3	2	107
1	9	4	9	4	5	1	1	8	6	130
8	4	4	8	3	8	7	2	8	7	125
8	7	8	8	7	6	1	1	7	4	116
3	8	1	5	6	6	4	8	5	4	110
7	5	5	8	2	9	1	7	3	8	121
5	2	1	7	8	1	7	6	9	8	129
6	5	2	7	1	5	5	3	2	4	109
2	2	7	8	2	8	1	2	5	1	115
3	7	6	7	4	8	4	1	5	7	138
6	6	7	9	1	1	4	6	6	1	119
1	9	1	4	7	7	5	7	4	7	127
9	8	5	7	9	6	6	7	5	3	159
8	9	7	2	6	5	4	4	7	5	123
8	3	4	3	1	2	1	1	1	5	106
4	6	4	4	3	1	7	4	7	4	88
4	3	6	1	7	8	9	9	6	4	134
7	5	2	7	4	7	5	1	3	9	123
7	9	6	3	4	7	2	9	2	1	119
5	9	4	4	6	2	5	4	6	3	108
1	4	1	2	3	5	2	2	7	8	108

Lampiran 4. Output SPSS 15.0 untuk Pengujian Validitas

A. Pengujian Validitas Indikator-Indikator dalam Variabel Kepercayaan Diri (X)

Correlations

		X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	Kepercayaan Diri
X1	Pearson Correl	1	-.025	-.012	.045	-.099	-.026	.064	.197*	.129	-.168	-.171	.061	-.007	.296**
	Sig. (2-tailed)		.806	.906	.654	.328	.796	.525	.049	.201	.095	.088	.547	.948	.003
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X2	Pearson Correl	-.025	1	.052	-.156	-.106	-.082	.109	.103	-.010	.011	-.008	-.031	-.020	.241**
	Sig. (2-tailed)	.806		.608	.120	.293	.418	.279	.306	.918	.911	.940	.758	.844	.016
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X3	Pearson Correl	-.012	.052	1	.056	.139	-.064	-.049	.005	.028	-.013	.120	.088	-.163	.319**
	Sig. (2-tailed)	.906	.608		.577	.166	.526	.631	.964	.785	.897	.235	.382	.106	.001
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X4	Pearson Correl	.045	-.156	.056	1	.101	.112	-.061	-.132	-.031	-.053	-.025	.030	-.155	.202*
	Sig. (2-tailed)	.654	.120	.577		.315	.267	.548	.189	.759	.602	.804	.770	.124	.044
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X5	Pearson Correl	-.099	-.106	.139	.101	1	.030	.023	-.117	-.055	.065	.030	.194	.077	.339**
	Sig. (2-tailed)	.328	.293	.166	.315		.766	.818	.246	.590	.524	.766	.054	.445	.001
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X6	Pearson Correl	-.026	-.082	-.064	.112	.030	1	-.047	-.107	-.040	-.047	-.039	.011	.073	.215**
	Sig. (2-tailed)	.796	.418	.526	.267	.766		.640	.289	.694	.642	.700	.916	.470	.032
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X7	Pearson Correl	.064	.109	-.049	-.061	.023	-.047	1	-.039	.025	.027	-.082	.080	.001	.301**
	Sig. (2-tailed)	.525	.279	.631	.548	.818	.640		.697	.804	.791	.415	.428	.990	.002
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X8	Pearson Correl	.197*	.103	.005	-.132	-.117	-.107	-.039	1	-.060	-.046	.018	.024	.114	.275**
	Sig. (2-tailed)	.049	.306	.964	.189	.246	.289	.697		.551	.646	.856	.815	.258	.006
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X9	Pearson Correl	.129	-.010	.028	-.031	-.055	-.040	.025	-.060	1	.042	-.004	.060	-.040	.291**
	Sig. (2-tailed)	.201	.918	.785	.759	.590	.694	.804	.551		.680	.967	.554	.689	.003
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X10	Pearson Correl	-.168	.011	-.013	-.053	.065	-.047	.027	-.046	.042	1	.067	.066	.020	.268**
	Sig. (2-tailed)	.095	.911	.897	.602	.524	.642	.791	.646	.680		.508	.516	.844	.007
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X11	Pearson Correl	-.171	-.008	.120	-.025	.030	-.039	-.082	.018	-.004	.067	1	-.046	-.088	.202*
	Sig. (2-tailed)	.088	.940	.235	.804	.766	.700	.415	.856	.967	.508		.651	.384	.044
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X12	Pearson Correl	.061	-.031	.088	.030	.194	.011	.080	.024	.060	.066	-.046	1	.048	.426**
	Sig. (2-tailed)	.547	.758	.382	.770	.054	.916	.428	.815	.554	.516	.651		.638	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X13	Pearson Correl	-.007	-.020	-.163	-.155	.077	.073	.001	.114	-.040	.020	-.088	.048	1	.234**
	Sig. (2-tailed)	.948	.844	.106	.124	.445	.470	.990	.258	.689	.844	.384	.638		.019
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Kepercayaan	Pearson Correl	.296**	.241*	.319**	.202*	.339**	.215**	.301**	.275**	.291**	.268**	.202*	.426**	.234**	1
	Sig. (2-tailed)	.003	.016	.001	.044	.001	.032	.002	.006	.003	.007	.044	.000	.019	
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

*Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

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

B. Pengujian Validitas Indikator-Indikator dalam Variabel *Peak Performance* (Y)

		Correlations																								
		Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Y21	Y22	Y23	Y24	
Y1	Pearson Correlation	1																								
	Sig. (2-tailed)																									
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Y2	Pearson Correlation	-.036	1																							
	Sig. (2-tailed)	.725																								
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Y3	Pearson Correlation	-.152	.046	1																						
	Sig. (2-tailed)	.070	.648																							
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Y4	Pearson Correlation	-.028	-.035	.036	1																					
	Sig. (2-tailed)	.784	.727	.721																						
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Y5	Pearson Correlation	-.115	-.040	-.256*	-.045	1																				
	Sig. (2-tailed)	.256	.691	.010	.660																					
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Y6	Pearson Correlation	.040	-.142	-.130	.000	.116	1																			
	Sig. (2-tailed)	.695	.157	.198	.998	.250	.682																			
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Y7	Pearson Correlation	.048	.097	.194	-.069	.124	.042	1																		
	Sig. (2-tailed)	.638	.335	.053	.498	.218	.662	.975																		
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Y8	Pearson Correlation	.076	.021	.125	.003	.130	-.071	.179	1																	
	Sig. (2-tailed)	.450	.835	.213	.975	.198	.486	.075	.268																	
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Y9	Pearson Correlation	.032	-.198	.015	-.060	.051	-.056	.061	-.112	1																
	Sig. (2-tailed)	.751	.048	.880	.431	.618	.579	.888	.258	.688																
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Y10	Pearson Correlation	-.003	.061	.005	.043	.179	-.132	-.058	-.025	-.104	1															
	Sig. (2-tailed)	.976	.550	.960	.672	.074	.192	.565	.804	.301	.666															
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Y11	Pearson Correlation	.016	-.044	.161	-.091	.013	-.057	.041	.077	-.056	-.066	1														
	Sig. (2-tailed)	.877	.665	.109	.370	.899	.576	.688	.448	.581	.516	.641														
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Y12	Pearson Correlation	-.106	-.207*	.015	.009	.093	.110	-.098	.034	-.024	.016	.041	1													
	Sig. (2-tailed)	.295	.037	.880	.832	.358	.274	.334	.736	.813	.878	.686	.696													
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Y13	Pearson Correlation	-.100	-.049	-.012	.090	-.022	.025	-.125	-.181	.030	-.149	-.040	.039	1												
	Sig. (2-tailed)	.322	.626	.909	.374	.826	.806	.216	.072	.768	.140	.689	.696	.184												
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Y14	Pearson Correlation	-.218*	-.094	.081	-.023	-.010	-.084	.187	-.071	-.039	-.042	-.041	.071	-.134	1											
	Sig. (2-tailed)	.029	.353	.425	.822	.921	.405	.062	.482	.701	.680	.686	.482	.184	.289											
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Y15	Pearson Correlation	-.052	-.038	-.038	-.207*	.069	.019	.166	.033	.017	.034	.023	.028	-.196	.107	1										
	Sig. (2-tailed)	.605	.711	.708	.039	.493	.850	.098	.746	.865	.798	.822	.785	.051	.289	.816										
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Y16	Pearson Correlation	-.004	-.092	-.005	.017	.247*	.223*	-.145	-.105	.084	.112	.151	-.021	.082	.013	.024	1									
	Sig. (2-tailed)	.968	.363	.964	.865	.013	.026	.149	.299	.406	.266	.134	.837	.415	.898	.816	.774									
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Y17	Pearson Correlation	-.185	.078	.112	-.068	-.034	-.159	-.033	.043	.015	.183	.003	.040	-.069	-.069	-.149	.029	1								
	Sig. (2-tailed)	.066	.442	.268	.503	.740	.115	.741	.671	.882	.069	.975	.695	.376	.497	.140	.774	.204								
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Y18	Pearson Correlation	.088	-.209*	.026	-.028	.097	.118	-.117	.004	.091	-.104	.121	.115	.081	-.192	.078	-.002	.128	1							
	Sig. (2-tailed)	.385	.037	.799	.781	.335	.242	.247	.987	.365	.304	.229	.255	.423	.056	.442	.382	.204	.012							
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Y19	Pearson Correlation	-.013	-.031	-.100	.087	.020	-.137	-.094	.136	-.153	.071	-.055	-.043	-.038	-.096	-.068	.091	-.084	.012	1						
	Sig. (2-tailed)	.900	.787	.321	.389	.844	.176	.351	.178	.130	.484	.586	.671	.708	.341	.500	.368	.406	.905	.990						
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Y20	Pearson Correlation	-.056	.020	.126	.075	.104	-.032	.108	.052	-.122	-.120	.017	-.052	.156	.029	.104	-.011	.129	.118	.001	1					
	Sig. (2-tailed)	.512	.843	.213	.461	.301	.755	.286	.607	.225	.236	.863	.607	.122	.771	.303	.916	.200	.243	.990	.356					
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Y21	Pearson Correlation	-.072	-.106	-.232*	-.095	.130	.014	.012	-.042	.157	.056	.091	.024	-.147	-.013	-.065	-.073	.038	.093	.007	-.093	1				
	Sig. (2-tailed)	.478	.295	.020	.349	.199	.888	.902	.679	.119	.580	.370	.813	.145	.801	.522	.470	.707	.355	.945	.355	.081	.081			
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Y22	Pearson Correlation	-.121	.018	.206*	-.111	-.010	.086	-.047	.031	.029	-.288**	.040	.183	-.114	.174	-.147	-.041	-.109	.030	-.070	.106	-.081				

Lampiran 5. Output SPSS 15.0 untuk Pengujian Reliabilitas

A. Pengujian Validitas Variabel Kepercayaan Diri (X)

Reliability**Scale: ALL VARIABLES****Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	100	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	100	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.713	13

B. Pengujian Validitas Variabel *Peak Performance* (Y)**Reliability****Scale: ALL VARIABLES****Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	100	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	100	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.621	25

Lampiran 6. Output SPSS 15.0 untuk Analisis Regresi Linier Sederhana

Regression

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Kepercayaan Diri ^a	.	Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: Peak Performance

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.856 ^a	.733	.638	12.58872	2.064

a. Predictors: (Constant), Kepercayaan Diri

b. Dependent Variable: Peak Performance

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1227.948	1	1227.948	7.748	.006 ^a
	Residual	15530.642	98	158.476		
	Total	16758.590	99			

a. Predictors: (Constant), Kepercayaan Diri

b. Dependent Variable: Peak Performance

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	116.788	7.215		16.187	.000
	Kepercayaan Diri	.384	.138	.271	2.784	.006

a. Dependent Variable: Peak Performance

Lampiran 7. Output SPSS 15.0 untuk Pengujian Asumsi Analisis Regresi

Linier Sederhana

A. Pengujian Asumsi Normalitas Galat

NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

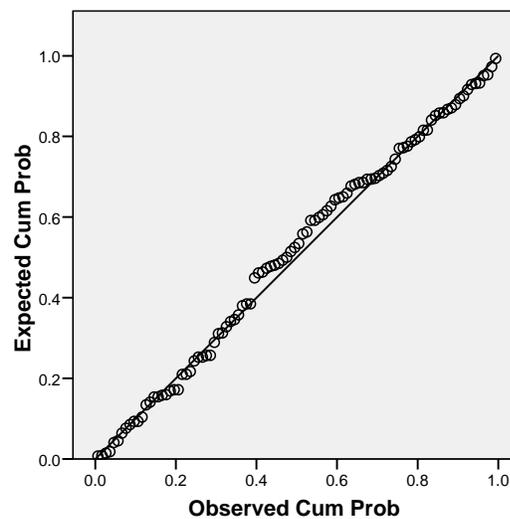
		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	12.52498184
Most Extreme Differences	Absolute	.062
	Positive	.039
	Negative	-.062
Kolmogorov-Smirnov Z		.624
Asymp. Sig. (2-tailed)		.831

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual

Dependent Variable: Peak Performance



B. Pengujian Asumsi Homoskedastisitas

Nonparametric Correlations

Correlations

			Unstandardized Predicted Value	Unstandardized Residual
Spearman's rho	Unstandardized Predicted Value	Correlation Coefficient	1.000	-.019
		Sig. (2-tailed)	.	.852
		N	100	100
	Unstandardized Residual	Correlation Coefficient	-.019	1.000
		Sig. (2-tailed)	.852	.
		N	100	100

C. Pengujian Asumsi Non-Autokorelasi

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.856 ^a	.733	.638	12.58872	2.064

a. Predictors: (Constant), Kepercayaan Diri

b. Dependent Variable: Peak Performance



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI**

Jalan Gajayana 50 Malang Telepon/Faksimile (0341) 558916 Malang 65144
Website: www.uin-malang.ac.id/www.psikologi.uin-malang.ac.id

BUKTI KONSULTASI

Nama : Lina Astriani
 NIM/Jurusan : 04410066/Psikologi
 Pembimbing : Yulia Sholihatun, M. Si
 Judul : Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap *Peak Performance* Atlet Bola Basket Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri Di Kota Malang.

No	Tanggal	Topik	Tanda Tangan Dosen Pembimbing
1	23 Juli 2008	Pengajuan Proposal	
2	25 Juni 2008	Revisi I Proposal	
3	27 Juni 2008	Revisi II Proposal	
4	30 Juni 2008	ACC Proposal	
5	26 November 2008	Seminar Proposal	
6	1 Desember 2009	Revisi Seminar Proposal	
7	28 Januari 2009	Konsultasi Bab I Dan II	
8	22 April 2009	Revisi Dan ACC Bab I Dan II	
9	8 Juli 2009	Konsultasi Bab III	
10	30 September 2009	Revisi Dan ACC Bab III	
11	10 Desember 2009	Konsultasi Bab IV Dan V	
12	17 Desember 2009	Revisi Dan ACC Bab IV Dan V	
13	30 Desember 2009	Konsultasi Abstrak dan ACC	

Malang, 15 Januari 2010

Mengetahui:

Dekan,

Dr. H. Mulyadi, M. Pd. I
NIP. 19550717 198203 1 005

Lampiran 1. Instrumen Kuesioner Penelitian

Identitas Responden

Nama/Nomor Punggung :
Umur :
Posisi :
Asal Sekolah :

Petunjuk Mengerjakan Angket

Dalam angket ini disajikan sejumlah pernyataan. Bacalah setiap pernyataan dengan teliti. Anda diminta untuk menjawab pernyataan dalam angket ini dengan memberi tanda (\surd) pada kolom-kolom yang tersedia dibelakang tiap-tiap pernyataan yang sesuai dengan diri anda.

Pilihlah jawaban 1, 2, 3 jika anda merasa pernyataan tersebut “**Tidak Sesuai**”, 4, 5, 6 “**Sesuai**”, dan 7, 8, 9 “**Sangat Sesuai**” dengan anda.

Semua jawaban adalah benar, apabila benar-benar sesuai dengan diri anda dan jangan ada satupun yang terlewati. Kami akan menjaga kerahasiaan seluruh isi angket ini sehingga anda tidak perlu ragu-ragu dalam menjawab.

Atas kesungguhan dan kejujuran anda dalam menanggapi dan mengisi angket ini, kami ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.

SELAMAT MENERJAKAN

Lampiran 2. Rekapitulasi Jawaban Responden Variabel Kepercayaan Diri

X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X
6	4	9	6	6	1	9	2	7	1	6	5	6	68
3	3	2	2	6	8	2	6	4	9	5	7	9	66
1	6	7	4	3	5	4	4	5	7	6	5	8	65
5	2	6	9	5	9	9	4	4	6	9	5	6	79
9	2	2	7	6	3	5	9	7	5	7	7	7	76
9	3	1	3	5	3	9	5	8	2	4	8	3	63
4	5	4	9	6	3	5	1	6	3	5	4	1	56
1	5	2	1	4	7	6	5	1	8	5	4	1	50
6	5	8	3	6	2	5	3	8	8	1	2	2	59
1	6	3	1	3	9	9	7	9	6	5	3	5	67
4	1	3	9	9	9	9	2	8	3	5	4	1	67
6	2	9	4	7	4	1	2	2	3	5	8	3	56
7	6	4	5	1	1	2	9	2	1	4	9	8	59
3	8	4	2	6	4	3	2	7	5	7	6	4	61
3	9	9	9	1	2	5	9	3	1	4	3	2	60
9	7	4	4	7	1	7	9	7	4	7	3	2	71
5	1	2	3	4	7	4	8	6	5	2	9	9	65
5	8	8	7	6	6	3	1	7	4	7	8	3	73
8	6	4	3	3	6	7	6	8	7	5	1	3	67
7	5	4	6	4	4	9	2	8	1	4	6	9	69
9	8	9	8	6	6	6	6	4	8	6	5	3	84
5	9	8	3	5	5	6	8	8	8	7	8	1	81
4	2	8	9	4	2	4	7	1	6	6	5	5	63
1	6	8	6	6	1	7	4	5	7	8	8	4	71
6	5	5	2	3	5	3	7	4	1	4	2	5	52
2	6	7	6	2	1	1	9	8	9	7	4	6	68
5	2	2	9	5	6	2	3	7	8	4	6	3	62
9	2	6	8	7	3	3	1	7	4	5	6	3	64
2	3	3	5	7	1	6	2	9	4	9	6	6	63
7	9	1	6	3	3	9	7	5	5	8	4	5	72
1	4	2	5	5	7	7	2	6	1	2	4	8	54
7	5	8	5	9	5	4	1	3	3	6	3	6	65
1	5	3	4	4	2	8	6	7	8	4	5	7	64
6	3	1	3	6	1	4	3	4	9	4	9	3	56
5	2	9	2	8	2	7	9	2	1	1	5	3	56
5	1	7	9	3	6	6	4	4	4	8	9	7	73
3	7	8	3	7	4	1	5	4	6	8	7	3	66

8	5	2	8	9	4	5	2	5	6	3	2	6	65
4	4	7	6	7	8	1	6	7	3	9	7	7	76
1	2	8	4	9	1	7	6	3	8	9	9	9	76
1	7	7	5	9	9	3	6	4	2	8	8	1	70
6	5	6	7	4	4	8	1	5	5	2	8	1	62
8	1	7	9	9	6	7	7	3	4	2	6	9	78
4	1	6	9	3	6	4	2	9	9	1	5	2	61
2	7	5	2	7	2	7	6	9	5	5	6	1	64
9	3	7	6	8	5	2	5	8	9	4	1	6	73
7	2	6	8	1	4	2	3	7	8	2	8	4	62
9	3	1	8	1	5	3	6	2	1	1	1	4	45
3	5	6	6	8	2	4	8	9	7	6	3	9	76
7	1	5	7	7	3	7	5	1	3	9	4	3	62
7	1	6	3	7	8	4	9	7	5	9	5	3	74
7	6	6	3	9	7	2	1	6	8	8	9	5	77
1	7	1	9	7	8	8	4	6	5	2	5	3	66
1	4	9	2	9	1	4	8	8	8	4	7	6	71
2	7	8	4	4	3	2	7	2	9	4	1	4	57
5	8	2	5	2	1	8	5	7	9	3	6	5	66
8	5	7	6	2	8	3	6	8	1	2	6	7	69
7	2	1	8	8	6	1	9	7	1	4	8	8	70
7	6	3	3	3	5	6	9	1	4	6	5	4	62
9	1	8	4	1	8	1	7	9	6	8	1	1	64
9	5	1	1	8	7	8	7	9	2	2	9	8	76
7	9	5	2	6	1	1	6	7	4	1	7	5	61
8	7	7	6	6	7	8	2	9	5	6	6	4	81
1	1	1	7	1	8	5	2	6	5	9	2	3	51
8	1	4	2	4	4	6	5	5	6	4	6	4	59
6	6	7	3	8	7	4	8	5	1	1	6	8	70
9	1	4	8	5	1	6	6	4	9	3	6	2	64
4	8	5	3	4	2	6	1	6	4	4	1	7	55
9	9	5	1	1	1	9	5	7	2	3	8	2	62
3	6	5	4	5	6	5	3	7	7	6	2	5	64
4	9	1	4	5	1	4	4	3	3	7	2	8	55
7	2	7	1	4	5	8	3	4	2	1	1	5	50
1	3	3	3	4	8	3	1	5	8	3	2	8	52
2	8	1	5	7	2	7	1	1	9	2	7	7	59
7	2	4	3	7	3	6	4	4	9	2	9	3	63
6	2	7	1	4	4	8	1	3	2	9	2	5	54
1	4	4	9	5	8	1	2	5	2	2	5	3	51
9	4	2	2	3	7	2	8	9	6	6	5	9	72

2	3	2	9	8	6	4	7	1	3	5	5	2	57
4	7	6	8	9	9	6	2	2	9	6	9	1	78
8	6	4	9	3	4	9	9	8	6	1	6	5	78
1	5	3	3	7	3	6	3	4	9	8	2	8	62
9	8	4	9	8	7	1	1	9	5	4	6	8	79
7	9	3	3	1	4	4	9	3	4	8	4	4	63
3	6	5	3	2	7	2	2	5	2	2	5	7	51
5	8	5	3	5	4	8	3	8	6	3	4	4	66
5	8	7	5	6	9	9	5	1	9	4	8	9	85
7	6	1	4	9	1	3	9	2	6	4	1	7	60
5	9	7	5	3	4	4	7	6	3	9	7	2	71
8	9	4	3	3	9	9	7	4	8	2	9	8	83
5	9	5	8	8	7	6	8	1	5	4	3	7	76
7	3	1	7	1	6	1	4	3	5	4	4	3	49
9	9	5	4	3	7	2	7	4	3	3	2	6	64
3	4	6	4	7	9	9	4	3	6	1	6	8	70
9	7	2	2	3	7	9	6	2	8	6	5	9	75
3	2	3	2	7	5	3	4	3	4	2	8	6	52
3	2	3	4	8	7	3	4	1	6	6	4	8	59
1	5	1	2	1	5	1	3	2	4	9	1	4	39
7	3	4	1	2	2	7	6	9	7	7	7	8	70
8	8	6	5	5	7	8	5	2	3	3	6	4	70

Lampiran 3. Rekapitulasi Jawaban Responden Variabel *Peak Performance*

Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15
4	6	3	9	9	8	7	1	5	6	4	4	1	8	7
6	8	2	3	9	8	3	8	2	5	7	7	4	4	4
2	1	7	8	4	2	4	7	3	1	3	4	7	3	2
5	1	4	3	6	5	8	5	8	2	9	8	6	8	8
5	2	8	7	2	1	7	1	1	2	3	4	8	9	1
8	9	2	9	8	7	1	5	8	1	1	6	6	3	3
8	9	7	3	3	2	4	8	5	9	2	7	8	4	5
9	3	2	2	7	9	3	6	2	6	3	5	8	3	5
6	6	5	1	8	7	7	4	5	8	2	1	2	4	5
4	6	5	7	6	6	1	9	1	9	4	4	9	1	9
2	9	5	3	8	8	9	2	9	4	2	2	4	7	5
4	9	2	7	4	4	6	2	3	7	7	6	3	1	4
5	9	1	7	8	5	3	8	7	2	7	4	9	3	2
3	9	9	5	2	8	8	1	2	2	4	7	2	8	9
2	1	3	5	4	1	1	6	6	4	9	7	8	6	9
8	1	3	2	6	3	1	3	4	8	3	9	1	4	4
4	3	8	6	1	4	3	2	5	3	9	3	1	2	5
5	2	5	8	5	4	1	7	7	6	9	5	3	8	3
3	8	3	6	9	4	5	8	2	6	1	9	2	8	7
2	1	8	6	8	6	8	5	2	4	8	4	8	3	1
3	1	7	1	6	5	4	9	4	3	7	4	2	4	9
2	6	3	1	9	2	2	2	6	6	1	3	7	6	8
1	1	2	7	5	9	7	4	2	2	4	8	6	8	2
5	5	9	8	1	2	5	6	8	2	1	1	5	9	8
7	7	7	4	4	6	9	8	7	9	7	7	1	6	8
8	2	2	2	2	9	8	6	2	3	6	6	4	3	6
1	6	3	7	8	1	3	4	2	5	3	1	2	5	5
4	4	6	1	3	7	4	3	9	2	8	8	9	5	4
7	1	7	2	4	6	3	3	1	4	5	7	3	7	3
4	9	1	5	3	5	3	4	5	6	7	4	1	8	3
8	2	5	7	3	9	4	1	8	9	4	6	3	6	4
1	3	2	9	4	1	1	8	2	8	1	5	5	6	6
2	7	8	4	2	8	2	2	2	1	9	2	4	4	6
9	4	1	3	9	8	6	9	9	4	8	1	3	2	8
4	9	5	6	7	5	9	5	3	5	2	3	9	8	6
4	1	6	9	6	7	4	5	1	7	6	8	4	9	1
2	8	5	1	5	5	5	5	3	4	5	2	9	2	2
1	2	3	5	4	7	3	2	9	7	7	5	8	1	5

3	4	2	2	8	7	3	3	1	4	9	5	5	9	3
9	4	9	2	3	2	9	9	3	4	8	8	5	5	4
9	9	3	5	6	5	1	1	5	7	8	3	2	4	3
4	5	2	1	9	9	8	1	4	5	7	4	3	9	9
1	3	7	8	3	7	3	2	8	2	6	6	9	6	4
4	4	1	3	2	4	2	4	7	2	4	3	3	8	5
2	3	4	4	9	3	5	6	2	6	7	7	1	6	2
7	4	9	5	3	4	8	8	7	4	4	6	3	6	7
5	8	5	6	4	2	5	4	8	6	6	4	8	3	4
8	7	3	2	7	7	8	9	3	1	4	8	7	5	6
3	7	9	7	3	6	6	9	3	4	2	1	9	4	1
6	8	8	8	3	3	3	1	6	6	9	4	7	3	1
1	4	2	1	9	4	5	3	4	1	9	7	7	9	6
6	6	2	7	6	8	3	8	3	9	1	7	8	5	2
8	1	9	5	1	7	4	9	1	5	6	4	4	3	3
9	4	6	8	9	3	9	6	2	5	3	8	3	3	3
6	7	6	5	7	9	6	5	3	3	7	1	7	4	6
8	2	8	1	3	2	4	8	3	5	9	8	7	7	5
8	1	1	8	2	5	6	4	2	5	2	3	6	9	5
1	9	6	1	8	3	9	9	6	6	4	4	3	8	5
4	8	6	9	9	3	8	6	9	7	7	2	7	4	1
1	6	8	4	4	8	7	8	2	7	8	3	9	3	8
3	2	6	8	5	8	4	1	1	7	5	4	6	4	3
9	3	2	9	6	2	1	2	3	5	6	8	5	2	7
4	3	7	3	4	3	7	6	8	2	7	3	5	9	5
8	9	8	1	5	2	1	7	4	9	8	7	5	5	1
2	1	2	5	9	1	4	9	1	8	9	1	9	5	3
1	6	9	6	6	6	6	5	7	5	2	8	5	1	1
3	9	9	8	3	3	2	2	2	7	7	8	5	9	3
5	7	7	6	5	2	5	7	8	1	9	9	8	4	4
7	8	3	3	3	6	4	9	7	5	5	1	9	4	1
8	2	3	7	4	8	4	8	1	4	7	6	5	1	5
8	2	1	8	5	4	8	7	2	5	7	8	5	6	8
5	5	2	5	8	6	4	1	6	8	1	1	2	2	3
7	3	2	6	8	9	2	1	1	9	8	9	5	1	9
9	7	1	3	1	5	1	2	9	2	3	3	6	1	1
4	2	5	4	9	7	4	7	9	1	2	9	6	2	3
8	8	4	5	2	3	9	1	9	6	7	4	2	8	1
5	4	8	4	8	8	9	9	9	6	9	7	3	6	9
1	8	4	3	3	2	7	4	1	8	9	3	2	5	5
1	7	6	1	4	1	9	5	5	9	6	3	4	4	7

9	9	1	2	2	3	7	1	6	4	2	5	4	2	9
9	7	4	6	5	2	7	9	1	7	9	4	7	4	1
5	5	5	3	4	6	2	6	6	2	8	2	5	2	5
6	4	5	2	3	1	3	2	7	9	2	2	2	5	6
2	4	5	3	1	6	1	2	6	7	1	6	6	8	2
5	3	2	2	8	1	3	1	8	9	6	7	5	3	3
1	8	3	3	8	1	4	8	3	6	2	6	7	6	9
7	6	6	1	4	3	6	4	3	2	9	4	3	2	9
4	1	6	4	7	5	8	7	1	9	4	1	2	9	9
5	9	8	5	6	2	8	4	6	7	9	3	5	5	4
2	7	4	1	3	9	3	7	5	6	2	9	7	5	2
3	9	7	8	3	3	6	6	8	8	1	4	2	1	6
2	8	9	6	4	1	2	5	9	9	8	6	8	8	9
5	1	3	3	6	7	2	1	7	5	1	6	8	7	4
8	1	4	1	8	3	7	2	8	7	1	7	8	5	7
4	6	4	2	1	3	1	1	2	2	4	3	5	2	4
1	7	9	2	5	6	2	3	7	5	6	8	1	7	8
3	1	4	5	4	9	5	1	2	8	3	7	8	5	8
4	5	8	1	8	2	5	3	1	8	9	3	2	5	5
6	7	4	4	1	2	6	5	2	2	2	1	4	8	6
6	9	1	4	1	4	6	5	9	2	6	3	5	5	7

Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Y21	Y22	Y23	Y24	Y25	Y
7	4	3	2	2	3	8	2	2	2	117
5	6	6	6	2	4	6	2	8	9	134
5	2	5	9	2	7	6	9	8	7	118
4	5	6	3	3	8	3	6	3	3	130
3	5	2	3	8	2	1	4	9	3	101
8	1	6	7	8	1	5	2	8	6	129
3	7	6	4	6	6	4	9	9	2	140
8	9	6	1	6	7	2	1	4	6	123
4	4	1	8	6	3	3	9	1	4	114
8	3	2	8	1	5	4	7	4	1	124
9	3	1	3	8	9	4	9	2	1	128
7	2	8	9	7	7	1	6	6	7	129
8	4	6	4	1	5	1	7	4	9	129
2	3	2	4	5	1	8	6	4	1	115
7	5	9	7	8	5	5	6	5	5	134
3	6	4	7	2	6	7	6	2	3	106
7	3	5	6	7	5	5	3	5	1	106
9	8	6	7	6	9	7	7	3	3	143

1	4	6	8	2	6	4	3	1	8	124
9	7	8	3	9	2	6	2	9	7	136
7	1	1	4	1	3	4	7	3	2	102
4	6	5	8	6	5	4	1	9	3	115
5	3	2	6	7	9	7	6	5	3	121
3	5	7	5	9	1	8	4	1	2	120
8	8	1	3	6	2	5	2	3	8	143
1	2	7	8	1	9	1	6	9	4	117
2	7	2	5	4	9	6	2	7	5	105
5	6	9	4	9	5	6	3	1	3	128
6	7	5	7	2	5	6	9	1	6	117
3	7	1	2	7	6	5	7	7	8	121
4	2	3	2	1	2	2	9	3	7	114
7	8	2	8	1	3	1	7	7	3	109
4	8	9	2	4	1	1	4	8	1	105
8	7	7	7	8	7	5	3	6	2	144
7	3	9	2	3	3	9	6	1	3	132
7	5	3	6	4	9	2	1	4	8	127
1	2	4	3	5	2	2	6	3	3	94
5	2	9	7	7	5	4	9	6	2	125
7	3	2	4	1	6	5	2	2	1	101
7	6	1	4	3	4	7	4	3	1	124
8	7	6	9	1	2	6	8	2	6	126
6	6	6	5	7	3	9	4	6	1	133
7	1	6	5	7	3	3	3	3	3	116
5	2	2	9	1	4	7	6	4	1	97
4	5	8	1	1	9	6	5	1	7	114
6	4	6	9	9	1	5	1	6	1	133
2	4	1	2	6	8	3	3	4	7	118
9	8	1	8	9	4	3	1	6	9	143
4	3	3	8	8	2	9	8	7	9	135
7	8	2	2	4	2	5	8	4	5	123
5	1	3	9	4	8	5	5	4	7	123
7	6	2	5	2	3	1	7	2	6	122
2	8	8	9	7	3	6	5	6	8	132
2	8	6	9	7	2	2	7	1	1	126
9	1	2	7	4	4	3	4	7	3	126
4	7	7	3	5	3	4	8	1	9	131
1	1	1	1	4	5	5	5	8	1	99
1	6	4	6	8	6	7	8	8	5	141
5	6	7	8	1	6	2	2	1	9	137

4	9	8	3	5	5	2	9	7	5	143
9	5	2	9	2	2	6	8	5	6	121
2	3	8	6	5	2	9	1	2	7	115
3	6	6	2	5	4	3	8	6	8	127
6	6	3	4	2	2	1	4	8	3	119
6	4	1	7	9	1	1	9	8	3	118
4	7	3	6	4	4	5	9	8	2	126
5	2	1	7	1	3	9	1	9	3	121
1	8	1	2	6	3	9	7	8	5	137
4	2	2	4	5	7	4	2	7	4	116
3	3	8	3	6	8	9	3	3	3	122
2	6	4	8	7	3	4	8	5	4	135
7	9	3	3	1	5	1	4	4	1	97
6	5	7	1	9	5	2	8	6	3	132
1	5	6	7	6	8	1	3	6	8	105
2	8	9	3	2	9	8	5	1	1	122
8	8	2	6	4	9	3	7	4	4	132
8	2	5	1	3	3	7	3	9	1	146
5	5	1	9	7	4	1	7	1	4	109
1	2	2	3	2	5	3	8	3	2	103
4	7	6	4	3	6	4	2	3	2	107
1	9	4	9	4	5	1	1	8	6	130
8	4	4	8	3	8	7	2	8	7	125
8	7	8	8	7	6	1	1	7	4	116
3	8	1	5	6	6	4	8	5	4	110
7	5	5	8	2	9	1	7	3	8	121
5	2	1	7	8	1	7	6	9	8	129
6	5	2	7	1	5	5	3	2	4	109
2	2	7	8	2	8	1	2	5	1	115
3	7	6	7	4	8	4	1	5	7	138
6	6	7	9	1	1	4	6	6	1	119
1	9	1	4	7	7	5	7	4	7	127
9	8	5	7	9	6	6	7	5	3	159
8	9	7	2	6	5	4	4	7	5	123
8	3	4	3	1	2	1	1	1	5	106
4	6	4	4	3	1	7	4	7	4	88
4	3	6	1	7	8	9	9	6	4	134
7	5	2	7	4	7	5	1	3	9	123
7	9	6	3	4	7	2	9	2	1	119
5	9	4	4	6	2	5	4	6	3	108
1	4	1	2	3	5	2	2	7	8	108

Lampiran 4. Output SPSS 15.0 untuk Pengujian Validitas

A. Pengujian Validitas Indikator-Indikator dalam Variabel Kepercayaan Diri (X)

Correlations

		X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	Kepercayaan Diri
X1	Pearson Correl	1	-.025	-.012	.045	-.099	-.026	.064	.197*	.129	-.168	-.171	.061	-.007	.296**
	Sig. (2-tailed)		.806	.906	.654	.328	.796	.525	.049	.201	.095	.088	.547	.948	.003
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X2	Pearson Correl	-.025	1	.052	-.156	-.106	-.082	.109	.103	-.010	.011	-.008	-.031	-.020	.241**
	Sig. (2-tailed)	.806		.608	.120	.293	.418	.279	.306	.918	.911	.940	.758	.844	.016
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X3	Pearson Correl	-.012	.052	1	.056	.139	-.064	-.049	.005	.028	-.013	.120	.088	-.163	.319**
	Sig. (2-tailed)	.906	.608		.577	.166	.526	.631	.964	.785	.897	.235	.382	.106	.001
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X4	Pearson Correl	.045	-.156	.056	1	.101	.112	-.061	-.132	-.031	-.053	-.025	.030	-.155	.202*
	Sig. (2-tailed)	.654	.120	.577		.315	.267	.548	.189	.759	.602	.804	.770	.124	.044
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X5	Pearson Correl	-.099	-.106	.139	.101	1	.030	.023	-.117	-.055	.065	.030	.194	.077	.339**
	Sig. (2-tailed)	.328	.293	.166	.315		.766	.818	.246	.590	.524	.766	.054	.445	.001
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X6	Pearson Correl	-.026	-.082	-.064	.112	.030	1	-.047	-.107	-.040	-.047	-.039	.011	.073	.215**
	Sig. (2-tailed)	.796	.418	.526	.267	.766		.640	.289	.694	.642	.700	.916	.470	.032
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X7	Pearson Correl	.064	.109	-.049	-.061	.023	-.047	1	-.039	.025	.027	-.082	.080	.001	.301**
	Sig. (2-tailed)	.525	.279	.631	.548	.818	.640		.697	.804	.791	.415	.428	.990	.002
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X8	Pearson Correl	.197*	.103	.005	-.132	-.117	-.107	-.039	1	-.060	-.046	.018	.024	.114	.275**
	Sig. (2-tailed)	.049	.306	.964	.189	.246	.289	.697		.551	.646	.856	.815	.258	.006
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X9	Pearson Correl	.129	-.010	.028	-.031	-.055	-.040	.025	-.060	1	.042	-.004	.060	-.040	.291**
	Sig. (2-tailed)	.201	.918	.785	.759	.590	.694	.804	.551		.680	.967	.554	.689	.003
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X10	Pearson Correl	-.168	.011	-.013	-.053	.065	-.047	.027	-.046	.042	1	.067	.066	.020	.268**
	Sig. (2-tailed)	.095	.911	.897	.602	.524	.642	.791	.646	.680		.508	.516	.844	.007
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X11	Pearson Correl	-.171	-.008	.120	-.025	.030	-.039	-.082	.018	-.004	.067	1	-.046	-.088	.202*
	Sig. (2-tailed)	.088	.940	.235	.804	.766	.700	.415	.856	.967	.508		.651	.384	.044
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X12	Pearson Correl	.061	-.031	.088	.030	.194	.011	.080	.024	.060	.066	-.046	1	.048	.426**
	Sig. (2-tailed)	.547	.758	.382	.770	.054	.916	.428	.815	.554	.516	.651		.638	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
X13	Pearson Correl	-.007	-.020	-.163	-.155	.077	.073	.001	.114	-.040	.020	-.088	.048	1	.234**
	Sig. (2-tailed)	.948	.844	.106	.124	.445	.470	.990	.258	.689	.844	.384	.638		.019
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Kepercayaan	Pearson Correl	.296**	.241*	.319**	.202*	.339**	.215**	.301**	.275**	.291**	.268**	.202*	.426**	.234**	1
	Sig. (2-tailed)	.003	.016	.001	.044	.001	.032	.002	.006	.003	.007	.044	.000	.019	
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

*Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

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

Lampiran 5. Output SPSS 15.0 untuk Pengujian Reliabilitas

A. Pengujian Validitas Variabel Kepercayaan Diri (X)

Reliability**Scale: ALL VARIABLES****Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	100	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	100	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.713	13

B. Pengujian Validitas Variabel *Peak Performance* (Y)**Reliability****Scale: ALL VARIABLES****Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	100	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	100	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.621	25

Lampiran 6. Output SPSS 15.0 untuk Analisis Regresi Linier Sederhana

Regression

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Kepercayaan Diri ^a	.	Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: Peak Performance

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.856 ^a	.733	.638	12.58872	2.064

a. Predictors: (Constant), Kepercayaan Diri

b. Dependent Variable: Peak Performance

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1227.948	1	1227.948	7.748	.006 ^a
	Residual	15530.642	98	158.476		
	Total	16758.590	99			

a. Predictors: (Constant), Kepercayaan Diri

b. Dependent Variable: Peak Performance

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	116.788	7.215		16.187	.000
	Kepercayaan Diri	.384	.138	.271	2.784	.006

a. Dependent Variable: Peak Performance

Lampiran 7. Output SPSS 15.0 untuk Pengujian Asumsi Analisis Regresi

Linier Sederhana

A. Pengujian Asumsi Normalitas Galat

NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

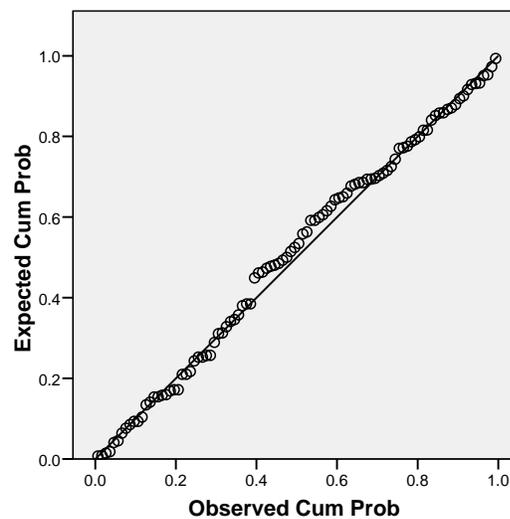
		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	12.52498184
Most Extreme Differences	Absolute	.062
	Positive	.039
	Negative	-.062
Kolmogorov-Smirnov Z		.624
Asymp. Sig. (2-tailed)		.831

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual

Dependent Variable: Peak Performance



B. Pengujian Asumsi Homoskedastisitas

Nonparametric Correlations

Correlations

			Unstandardized Predicted Value	Unstandardized Residual
Spearman's rho	Unstandardized Predicted Value	Correlation Coefficient	1.000	-.019
		Sig. (2-tailed)	.	.852
		N	100	100
	Unstandardized Residual	Correlation Coefficient	-.019	1.000
		Sig. (2-tailed)	.852	.
		N	100	100

C. Pengujian Asumsi Non-Autokorelasi

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.856 ^a	.733	.638	12.58872	2.064

a. Predictors: (Constant), Kepercayaan Diri

b. Dependent Variable: Peak Performance



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI**

Jalan Gajayana 50 Malang Telepon/Faksimile (0341) 558916 Malang 65144
Website: www.uin-malang.ac.id/www.psikologi.uin-malang.ac.id

BUKTI KONSULTASI

Nama : Lina Astriani
 NIM/Jurusan : 04410066/Psikologi
 Pembimbing : Yulia Sholihatun, M. Si
 Judul : Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap *Peak Performance* Atlet Bola Basket Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri Di Kota Malang.

No	Tanggal	Topik	Tanda Tangan Dosen Pembimbing
1	23 Juli 2008	Pengajuan Proposal	
2	25 Juni 2008	Revisi I Proposal	
3	27 Juni 2008	Revisi II Proposal	
4	30 Juni 2008	ACC Proposal	
5	26 November 2008	Seminar Proposal	
6	1 Desember 2009	Revisi Seminar Proposal	
7	28 Januari 2009	Konsultasi Bab I Dan II	
8	22 April 2009	Revisi Dan ACC Bab I Dan II	
9	8 Juli 2009	Konsultasi Bab III	
10	30 September 2009	Revisi Dan ACC Bab III	
11	10 Desember 2009	Konsultasi Bab IV Dan V	
12	17 Desember 2009	Revisi Dan ACC Bab IV Dan V	
13	30 Desember 2009	Konsultasi Abstrak dan ACC	

Malang, 15 Januari 2010

Mengetahui:

Dekan,

Dr. H. Mulyadi, M. Pd. I
NIP. 19550717 198203 1 005