

HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN PENAMPILAN PUNCAK PEMAIN SEPAK BOLA AREMA INDONESIA

SKRIPSI

Oleh :

Mukhammad Sspta Winahyu

10410043

ABSTRAK

Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin akan kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakannya, dapat merasa bebas melakukan hal yang disukainya dan bertanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang dan memiliki dorongan untuk berprestasi. Kepercayaan diri merupakan landasan dari penampilan puncak, sehingga 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.

Subjek penelitian ini adalah pemain dari tim sepak bola Arema Indonesia, sampel diambil dengan cara nonprobability sampling dengan teknik sampling jenuh, teknik sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Hal ini sering dilakukan bila jumlah populasi relatif kecil, kurang dari 30 orang, atau penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil. didapatkan 24 pemain sebagai sampel yang mana 24 pemain ini merupakan keseluruhan pemain dari Arema Indonesia tahun 2014, dan pengambilan data menggunakan metode angket, observasi dan wawancara. Pada pengolahan data menggunakan *Product Moment Correlation* dari *Pearson*, dan uji validitas serta reliabilitas memakai *Alpha Cronbach*. Pengolahan data tersebut diolah dengan program SPSS 16.0 *for Windows*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel kepercayaan diri dan penampilan puncak yang dikaji dalam penelitian ini menunjukkan hasil persentase tingkat kepercayaan diri sebesar 54% dalam kategori sedang dan 46% dalam kategori tinggi. Sedangkan tingkat penampilan puncak sebesar 71% dalam kategori tinggi dan 29% dalam kategori sedang. Berdasarkan hasil penelitian, korelasi variabel bebas secara parsial dan simultan terhadap variabel terikat artinya terdapat hubungan yang signifikan. Hasil korelasi kepercayaan diri dengan penampilan puncak pemain Arema Indonesia menunjukkan angka 0.621 dengan $P = 0.001$ yang artinya hubungan antara variabel kepercayaan diri dan variabel penampilan puncak tersebut adalah 62,1%, sehingga dapat dinyatakan bahwasanya terdapat hubungan positif antara kedua variabel tersebut. Hasil ini menunjukkan bahwa ketika tingkat kepercayaan diri pemain tinggi maka penampilan puncak juga tinggi begitu pula sebaliknya. Tingkat kepercayaan diri rendah maka penampilan puncak rendah.

Kata Kunci: Kepercayaan Diri dan Penampilan Puncak.

PENDAHULUAN

Olahraga memunculkan perilaku, sedangkan psikologi adalah ilmu yang mempelajari perilaku. Maka dari itu olahraga merupakan bidang yang tidak bisa dilepaskan dari kajian psikologi. Berbagai aspek psikologi berpengaruh dalam perilaku olahraga, karena itu kajian psikologi olahraga bermanfaat untuk mencapai optimalisasi dalam aktivitas olahraga, baik individu, kelompok, pelatih, efek penonton dan hal lainnya. Sepak bola adalah olahraga yang dimainkan oleh dua kelompok berlawanan yang masing-masing berjuang untuk memasukkan bola ke gawang kelompok lawan., masing – masing kelompok beranggotakan sebelas pemain, sehingga kelompok tersebut dinamakan kesebelasan.. (Menurut pendapat Sucipto. Dkk 2000:7).

Kepercayaan diri, Rasa percaya diri (*self confidence*) erat kaitannya dengan falsafah pemenuhan diri (*self fulfilling prophecy*) dan keyakinan diri (*self efficacy*). Seorang atlet yang memiliki rasa percaya diri yang baik, percaya bahwa dirinya akan mampu menampilkan kinerja olah raga seperti yang diharapkan (Setiadarma, 2000:245). Lauster (1978) menjelaskan kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin akan kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya, dapat merasa bebas melakukan hal yang disukainya dan bertanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang dan memiliki dorongan untuk berprestasi. Lauster menyebutkan ciri dari orang yang percaya diri adalah perasaan atau sikap tidak mementingkan diri sendiri, cukup toleransi, tidak memerlukan pengakuan orang lain, selalu optimis dan tidak ragu-ragu dalam mengambil keputusan.

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 (dalam Satiadarma, 2000:157). 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*) (dalam 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, sepak bola, voley dan sebagainya. Berdasarkan pendapat dan gambaran tentang penampilan puncak diatas, dapat disimpulkan bahwa penampilan puncak adalah suatu kondisi optimal yang dimiliki seorang atlet saat melakukan segala bentuk kegiatan olahraganya ketika bertanding.

Berdasarkan pada penelitian diatas, membuktikan bahwa faktor psikologis sangatlah penting dalam bidang olahraga. Gill, Gould, Weiss, Weinberg, Rushall, dan Terry (dalam Satiadarma, 2000:40), 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 ekstroverti (Satiadarma, 2000:40). Dari fakta tersebut peneliti tertarik dengan permasalahan yang telah dihadapi oleh tim Arema yaitu tentang kepercayaan diri pemain dan penampilan yang tidak stabil sehingga mempengaruhi performa tim Arema dalam menghadapi suatu pertandingan.

Dari permasalahan tersebut maka peneliti tertarik pada bagaimana konsistensi tingkat penampilan puncak para pemain Arema dalam menghadapi setiap laga? Bagaimana tingkat kepercayaan diri para pemain bintang di Arema? Apakah kepercayaan diri ada hubungannya dengan penampilan puncak dari para pemain Arema? Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka penulis mengajukan penelitian tentang “Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penampilan Puncak Pemain Sepak Bola Arema

Indonesia”. Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka penulis mengajukan penelitian tentang “Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penampilan Puncak Pemain Sepak Bola Arema Indonesia”.

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kepercayaan Diri

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Percaya diri merupakan gambaran atas kemampuan pribadi yang berkaitan dengan tujuan tertentu. Lauster (1978) menjelaskan kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin akan kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya, dapat merasa bebas melakukan hal yang disukainya dan bertanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang dan memiliki dorongan untuk berprestasi. Lauster menyebutkan ciri dari orang yang percaya diri adalah perasaan atau sikap tidak mementingkan diri sendiri, cukup toleransi, tidak memerlukan pengakuan orang lain, selalu optimis dan tidak ragu-ragu dalam mengambil keputusan. Berikut aspek aspek kepercayaan diri menurut lauster:

- a. Keyakinan akan kemampuan diri yaitu sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa mengerti sungguh – sungguh akan apa yang dilakukannya.
- b. Optimis yaitu sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuan.
- c. Obyektif yaitu orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu yang sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.
- d. Bertanggung jawab yaitu kesedian seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
- e. Rasional dan realistis yaitu analisa terhadap suatu masalah, suatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataanya.

B. Penampilan Puncak

Pengertian penampilan puncak

Manager dan pelatih olahraga pada hakikatnya terarah pada suatu sasaran yaitu bagaimana membina atlet agar mereka mencapai penampilan puncak atau penampilan puncak (*peak performance*). Menurut Anshel, penampilan puncak adalah penampilan optimum yang dapat dicapai seseorang, optimum tidak sama dengan maksimum, di dalam konteks olahraga (dalam Satiadarma, 2000:159). Pada dasarnya arti dari penampilan puncak itu sendiri para pakar psikologi masih belum membuat suatu kesimpulan tentang definisi dari penampilan puncak. Seorang atlet mungkin tidak tengah berada pada kondisi puncak, tetapi lawan-lawan yang dihadapi dalam kondisi prima, maka besar kemungkinan ia akan menang dan orang dapat menduga bahwa ia berada dalam keadaan puncaknya.:

Dari uraian tersebut dapat diperoleh gambaran bahwa :

- a. penampilan puncak tidak sama dengan menjadi juara.
- b. seorang juara belum tentu memperoleh gelar juaranya pada saat ia berada pada kondisi penampilannya.
- c. penampilan puncak atlet dapat terjadi hanya sekali dalam kehidupan seorang atlet, dapat pula terjadi berulang kali.
- d. penampilan puncak atlet pada suatu situasi sulit dibedakan dengan penampilan puncak pada saat situasi lainnya, karena berperannya sejumlah faktor eksternal secara kompleks
- e. penampilan prestasi puncak hendaknya tidak dijadikan tolak ukur bahwa seorang atlet harus menjadi juara.
- f. penampilan puncak hanya membuka peluang 9 atau 10 yang lebih besar bagi atlet untuk tampil dengan baik di dalam pertandingan.

Berdasarkan pendapat dan gambaran tentang penampilan puncak di atas, dapat disimpulkan bahwa penampilan puncak adalah suatu kondisi optimal yang dimiliki seorang atlet saat melakukan segala bentuk kegiatan olahraganya ketika bertanding.

METODE PENELITIAN

A. Rancangan 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 yang bersifat kualitatif. Maka teknik ini disebut teknik deskriptif dengan prosentase (Arikunto, 2002:246). Menurut Saifuddin Azwar penelitian dengan pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerical (angka) yang diolah dengan metode statistika.

Subjek penelitian ini adalah pemain dari tim sepak bola Arema Indonesia, dimana fenomena yang terjadi sebagai permasalahan yang ingin diteliti adalah hubungan kepercayaan diri dengan penampilan puncak pemain saat bertanding di lapangan dalam permainan sepak bola. Peneliti menentukan kurang lebih 30 sampel terdiri dari satu tim Arema Indonesia yang dapat mengisi kuesioner yang telah disiapkan oleh peneliti.

Adapun standart validitas item yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah $r_{xy} \geq 0,300$. Dalam penelitian ini, uji validitas menggunakan bantuan SPSS (*statistical product and service solution*) 16.0 *for windows*. Hasil pengujian pertama pada variabel Kepercayaan diri ada sejumlah 20 aitem dan dari keseluruhan aitem kepercayaan diri valid. Pada selanjutnya pada variabel penampilan puncak dari 18 aitem pernyataan terdapat 17 aitem yang valid dan 1 aitem tidak valid. Dari keseluruhan aitem pernyataan yang berjumlah 38 aitem terdapat 37 aitem pernyataan valid dan 1 aitem yang gugur atau tidak valid.

koefisien *Alpha Cronbach* untuk variabel X (Kepercayaan Diri) sebesar 0,932 dengan 20 buah indikator atau item pernyataan yang digunakan, sedangkan koefisien *Alpha Cronbach* untuk variabel Y (Penampilan Puncak) sebesar 0,903 dengan 18 buah indikator atau item pernyataan 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 Penampilan Puncak yang digunakan dalam penelitian ini sudah memiliki kehandalan (reliabilitas).

Sehingga masing-masing pernyataan dapat mewakili informasi dari variabel-variabel tersebut.

PEMBAHASAN

A. Kepercayaan Diri pemain Arema Indonesia

Berdasarkan dari hasil analisis skala kepercayaan diri yang terdiri dari 24 subyek pemain Arema Indonesia, maka tingkat kepercayaan diri pemain Arema Indonesia terbagi menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah. Kategori kepercayaan diri tinggi memiliki prosentase 47% (sebesar 11 pemain), kategori sedang 53 % (13 pemain), dan kategori rendah 0%. Dengan demikian dapat di ambil kesimpulan bahwasanya tingkat kepercayaan diri pemain Arema dalam kondisi rata - rata dengan presentasi 50% dengan frekuensi 12 pemain dalam tingkat kepercayaan diri tinggi dan 12 pemain dalam tingkat kepercayaan diri yang sedang.

B. Penampilan Puncak pemain Arema Indonesia

Berdasarkan dari hasil analisis skala penampilan puncak yang terdiri dari 24 subyek pemain Arema Indonesia. Maka dapat diketahui tingkat penampilan puncak pemain Arema Indonesia yang terbagi menjadi tiga kategori yaitu Tinggi, sedang dan tinggi. Kategori penampilan puncak pada tingkat tinggi dengan jumlah prosentase 71% (sebesar 17 Pemain) pada tingkat sedang dengan dengan prosentasi 29% (sebesar 7 pemain) dan pada tingkat rendah tidak ada (0%). Dengan demikian dapat di ambil kesimpulan bahwasanya tingkat kepercayaan diri pemain Arema dalam kondisi tinggi.

C. Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penampilan Puncak Pemain Sepak

Bola Arema Indonesia

1. Pengolahan Data Primer

Berdasarkan hasil dari korelasi hasil analisis dengan menggunakan Uji korelasi Berdasarkan hasil analisis uji korelasi *product moment* antara kepercayaan diri dengan penampilan puncak pemain sepak bola Arema Indonesia menunjukkan menunjukkan angka 0.621 dengan $P = 0.001$ yang artinya hubungan antara variabel kepercayaan diri dan variabel penampilan puncak tersebut adalah 62,1%, dengan keakuratan hubungan kepercayaan diri terhadap penampilan puncak 62,1% dan sisanya ($100\% - 62,1\% = 37,9\%$)

dijelaskan oleh variabel bebas lain yang tidak diikutsertakan dalam penelitian ini, yaitu variabel selain kepercayaan diri. Sehingga dari uraian pembahasan analisis data diatas dapat dinyatakan bahwasanya terdapat hubungan positif antara kedua variabel tersebut. Jadi dari penelitian ini dapat terdapat hubungan yang mana semakin tinggi skala kepercayaan diri pemain, maka akan semakin tinggi pula nilai skala penampilan puncak dan juga sebaliknya dengan semakin rendah kepercayaan diri pemain maka semakin rendah pula penampilan puncak dari pemain.

2. Pengolahan Data Sekunder

Berdasarkan data yang terkumpul dari data statistik pemain arema selama paruh musim pertama Indonesia Super League dan skala rata-rata kepercayaan diri pemain. Dari kedua data tersebut peneliti mengolah data tersebut dengan cara mengkorelasikan kedua data tersebut dengan menggunakan grafik agar mendapatkan data yang diinginkan, dapat dilihat gambar grafik 4.4, 4.5, 4.6 dan 4.7. Hasil dari gabungan data tersebut sebagaimana Dapat dilihat mulai dari gambar grafik 4.4 (penjaga gawang) dalam grafik ini menunjukkan gambaran suatu pola yang sama dari variabel rating dan variabel kepercayaan diri yang mana ketika skala kepercayaan diri tinggi diikuti pula dengan rating pemain juga tinggi, grafik yang kedua yaitu pemain belakang dalam grafik ini juga dapat dilihat bahwasanya terdapat alur yang sama antara variabel rating dan kepercayaan diri, grafik ketiga pemain tengah dalam grafik ini sangat terlihat dimana variabel rating dan kepercayaan diri memiliki pola yang searah dan yang terakhir grafik pemain depan sama dapat kita lihat variabel rating memiliki pola yang searah dengan variabel kepercayaan diri. Jadi dapat kita simpulkan bahwasanya ketika skala kepercayaan diri tinggi maka rating pemain juga tinggi dan sebaliknya ketika skala kepercayaan diri rendah maka skor rating juga rendah

D. Saran

Sehubungan dengan penelitian ini, di bawah terdapat beberapa saran yang disampaikan untuk tujuan yang lebih baik diantaranya adalah:

1. Bagi Tim Arema Indonesia

Berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh hasil yaitu semakin tinggi kepercayaan diri seorang pemain, maka semakin baik pula penampilan puncak yang dicapai, oleh karena itu, guna mencapai kesuksesan dalam pertandingan - pertandingan yang dihadapi, hendaknya atlet tetap meningkatkan kepercayaan dirinya. Dalam hal ini official tim Arema Indonesia perlu memberikan motivasi dan keyakinan atau kepercayaan kepada setiap pemain. Hal ini akan lebih efektif apabila program latihan mental diberikan setiap hari, guna mendapatkan kepercayaan diri pemain yang tinggi saat bertanding pada suatu pertandingan.

2. Bagi Peneliti lain

Tercapainya hasil penelitian ini sebenarnya tidak semata hanya karena adanya aspek kepercayaan diri saja, karena pastinya masih banyak variabel yang berkaitan dengan aktivitas psikologis lainnya yang belum diungkap atau diteliti. Dan dalam penelitian ini tentunya masih terdapat kekurangan dan kesalahan yang membutuhkan pembenaran, baik dari hasil penelitian, redaksi atau lainnya. Oleh karena itu bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambal kekurangan tersebut agar turut membantu menyempurnakan hasil penelitian ini dengan hasil penelitian yang baru dengan menambah variabel-variabel yang lainnya sehingga dapat mengungkap beragam fenomena dari banyaknya aktivitas yang ada dalam dunia ini. Kemudian diharapkan agar lebih banyak untuk mencari referensi yang bersesuaian, karena kurangnya referensi yang didapatkan oleh peneliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Astriani, Lina. 2010. *Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Peak Performance Atlet Bola Basket Sekolah Menengah Atas (Sma) Negeri Di Kota Malang*. Skripsi S1. Universitas Islam Negeri Malang
- 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
- Azwar, Saifudin. 1999. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifudin. 2007. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Azwar, Saifudin. 2009. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifudin. 2010. *Realibilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifudin. 2010. *Sikap Manusia Teori dan Pengukuranya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifudin. 2011. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Fitri, Nashori . 2006. *Kepercayaan Diri dan Prestasi Atlet Tae Kwon Do Daerah Istimewa Yogyakarta*. Jurnal psikologi. universitas Diponegoro
- Gunarsa, S.D, *Setiadarma*, M.P, & Soekasah, M.H.R. 1996. *Psikologi Olahraga: Teori dan praktek*. Jakarta : BPK Gunung Mulia.
- 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
- Prabawati, Ari. 2010. *Mengolah Data Statistik Hasil Penelitian dengan SPSS 17*.Yogyakarta:Penerbit ANDI Yogyakarta dengan WAHANA KOMPUTER Semarang
- Satiadarma, Montly P. 2000. *Dasar – dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan
- 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
- Sumadi. 2005. *Pengembangan Alat Ukur Psikologis*. Yogyakarta: Penerbit ANDI
- Sugiyono, 2008, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta Suryabrata
- Suryabrata, Sumadi. 2005. *Pengembangan Alat Ukur Psikologis*. Yogyakarta: Penerbit ANDI