

# The Role Achievement Motivation And Social Anxiety On Self Confidence In Taekwondo Athlete When Competing In Pasuruan Regency (Peranan Motivasi Berprestasi Dan Kecemasan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Pada Atlet Taekwondo Saat Bertanding Di Kabupaten Pasuruan)

Aguardien Puristin Banafsaj<sup>1)</sup>, Ghozali Rusyid Affandi<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

<sup>2)</sup>Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Email Penulis Korespondensi : [ghozali@umsida.ac.id](mailto:ghozali@umsida.ac.id)

**Abstract.** *This study aims to find out the results of the role between achievement motivation and social anxiety on self confidence in athletes when competing in pasuruan regency. Confidence can lead to the belief that within a person has the ability. The research method uses correlational. Data collection used a questionnaire with a population of 200 athletes and 154 athletes used as respondents. Sampling was taken using accidental sampling cited by Sugiyono. The reliability test uses the Alpha Cronbach method with a standard > 0.6. The analysis technique uses multiple regression with the help of JASP 0.16. Research results: (1) the effect of athlete's achievement motivation on self confidence gets a score of 11.4% positively and significantly (2) the effect of athlete's social anxiety on self confidence gets a score of 17.5% positively and significantly (3) the effect of achievement motivation, social anxiety on self confidence gets a score of 37.5% positively and significantly.*

**Keywords** - author guidelines; achievement motivation, social anxiety, self confidence, athlete

**Abstrak.** *Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hasil adanya peranan antara motivasi berprestasi dan kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri pada atlet saat bertanding di kabupaten pasuruan. Kepercayaan diri dapat mengarah pada keyakinan bahwa seseorang memiliki kemampuan untuk berhasil memenuhi tanggung jawabnya. Metode penelitian menggunakan korelasional. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan populasi sebanyak 200 atlet dan responden yang dipergunakan sebanyak 154 atlet. Pengambilan sampling menggunakan accidental sampling yang dikutip oleh Sugiyono (2008). Uji reliabilitas menggunakan metode alpha Cronbach dengan standar > 0.6. Teknik analisis menggunakan regresi linier berganda dengan bantuan JASP 0.16. Hasil penelitian: (1) pengaruh motivasi berprestasi atlet terhadap kepercayaan diri mendapatkan skor sebesar 11.4% secara positif dan signifikan (2) pengaruh kecemasan sosial atlet terhadap kepercayaan diri mendapatkan skor sebesar 17.5% secara positif dan signifikan (3) pengaruh motivasi berprestasi, kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri mendapatkan skor sebesar 37.5% secara positif dan signifikan.*

**Kata Kunci** - petunjuk penulis; motivasi berprestasi, kecemasan sosial, kepercayaan diri, atlet

## I. PENDAHULUAN

Olahraga membentuk kepribadian manusia, yang mengajarkan kedisiplinan, semangat, sportivitas, mudah menyerah, semangat bersaing yang tinggi, kerjasama tim, mengikuti aturan dan berani mengambil keputusan, prinsip-prinsip yang ada dalam jiwa atlet hingga saat ini. Atlet putra dan putri harus memiliki ciri khasnya masing-masing, atlet putra dan putri harus memiliki kemampuannya masing-masing. [1] Atlet adalah orang yang mengikuti kompetisi dan adu kekuatan mereka untuk mencapai prestasi yang membanggakan. Dikatakan seorang atlet bahwa orang yang berlatih untuk mencapai kekuatan fisik, daya tahan, kecepatan, kelincahan, keseimbangan, kelenturan dan untuk persiapan sebelum bertanding. Penjelasan lebih luas

didefinisikan oleh Oxford Dictionaries yaitu seorang atlet merupakan orang yang ahli dalam bidang olahraga dan dibentuk dengan latihan fisik.

Seseorang yang dikatakan sebagai atlet ketika ia telah mengikuti suatu pertandingan dalam suatu pertandingan olahraga. Jadi seseorang yang belum pernah mengikuti suatu perlombaan tidak dapat disebut sebagai seorang atlet, walaupun orang tersebut pernah mempelajari suatu cabang olahraga tertentu. Salah satu faktor internal yang dimiliki oleh seorang atlet adalah kepercayaan diri. [2] Komarudin (2013) mengungkapkan bahwa seorang atlet yang percaya diri akan selalu berpikir positif tentang penampilan terbaiknya dan membiarkan dirinya tetap percaya diri bahwa mereka dapat melakukannya untuk mempertahankan penampilan yang baik. Sebaliknya, seorang atlet yang memiliki pikiran negatif dan tidak percaya pada kemampuannya, maka prestasinya akan menurun.

Kepercayaan diri dapat mengarah pada keyakinan bahwa seseorang memiliki kemampuan untuk berhasil memenuhi tanggung jawabnya dan perlu diketahui bahwa [3] menurut Lauster bahwa ada 4 aspek dalam kepercayaan diri yaitu 1) selalu percaya pada kemampuan diri sendiri; 2) berani mengambil keputusan secara mandiri; 3) memiliki rasa positif terhadap diri sendiri; 4) berani mengungkapkan pendapat. Kepercayaan diri memiliki manfaat salah satunya untuk seorang atlet.

Kecemasan merupakan salah satu faktor ketidakpercayaan diri. [4] Sifat positif dari kepercayaan diri yaitu merasa optimis untuk memiliki prestasi yang kuat dan berani saat mengambil keputusan. Begitupula jika seorang atlet mengalami ketidakpercayaan diri maka muncul rasa khawatir dan cemas untuk mencapai prestasi. [5] Menurut Lauster (2002) menjelaskan bahwa adapun faktor yang mempengaruhi kecemasan berbicara didepan umum adalah kepercayaan diri. Semakin tinggi kepercayaan diri, maka semakin rendah tingkat kecemasannya, sebaliknya, semakin rendah kepercayaan diri, maka semakin rendah tingkat kecemasannya. Diperkuat oleh hasil penelitian [5] Siska (2003) hasil penelitiannya menunjukkan bahwa koefisiensi korelasi antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum sebesar  $r_{xy} = 0,725$  dengan  $p < 0,001$ .

Selain faktor faktor diatas, kurangnya kepercayaan diri disebabkan oleh rasa takut, cemas, khawatir, tidak percaya diri terhadap kemampuan diri sendiri, disertai dengan psikologis dan gemeteran tubuh yang disebabkan oleh rangsangan dari luar. Perasaan cemas dan khawatir, serta perasaan lain seperti tidak sabar, kesulitan menguasai situasi, rendah diri, dan juga menimbulkan keraguan dalam diri seseorang. Atlet dengan kepercayaan diri tinggi memahami kekuatan dan kelemahan mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui "Peranan Motivasi Berprestasi dan Kecemasan sosial terhadap Kepercayaan Diri Pada Atlet Taekwondo Saat Bertanding di Kabupaten Pasuruan". Hasil survey yang telah dilakukan oleh peneliti terdapat beberapa atlet taekwondo di Kabupaten Pasuruan yang memiliki kepercayaan diri rendah sebesar 80% disebabkan karena minder, merasa fisik belum sesuai dengan target, kemampuan performa yang kurang baik sehingga mempengaruhi performa mereka saat bertanding, atlet yang memiliki kepercayaan diri sedang sebesar 15% disebabkan karena fisik yang tidak stabil saat bertanding namun masih dapat mengontrol diri dengan baik dan atlet yang memiliki kepercayaan diri tinggi sebesar 5% dikarenakan atlet tersebut selalu mengingat tujuan awal untuk menjadi seorang juara. Atlet Taekwondo di Kabupaten Pasuruan yang memiliki kepercayaan diri rendah dimiliki oleh atlet yang berjenis kelamin perempuan di usia 15 tahun dalam kategori Kyorugi.

Hasil penelitian ini didukung melalui penelitian terdahulu yang dilakukan oleh [6] Dhiki Triyono (2007) yang berjudul Hubungan Tingkat Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Atlet Pencak Silat (IPSI) Kota Bandung Sebelum Menghadapi Pertandingan POPDA/X Jawa Barat Tahun 2014 menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan atlet pencak silat (IPSI) Kota Bandung sebelum menghadapi pertandingan POPDA/X dengan mendapatkan skor ( $r_{xy}$ ) sebesar 0,690 dengan  $p < 0,00$ . Hasil penelitian ini mendukung pernyataan [6] Viderman (2007), menjelaskan bahwa kepercayaan diri berperan penting dalam mengurangi kecemasan yang dialami oleh setiap atlet. Berdasarkan hasil analisis data, kepercayaan diri dan kecemasan memiliki korelasi dengan atlet. Jika kecemasan yang dialami oleh seorang atlet makin tinggi, maka kepercayaan diri seorang atlet akan rendah.

Berdasarkan penjelasan diatas, menunjukkan adanya hubungan motivasi dengan kepercayaan diri, Sebagai seorang atlet harus memiliki motivasi yang baik agar kepercayaan diri saat menampilkan performa dalam pertandingan agar baik. Sedangkan pada kecemasan sosial terdapat hubungan dengan kepercayaan diri. Semakin tinggi tingkat kecemasan sosial pada atlet akan mempengaruhi kepercayaan dirinya. Sebagai atlet hampir sebagian besar mengalami permasalahan kecemasan yang pada akhirnya menimbulkan ketidakpercayaan diri dengan kemampuannya, salah satunya di cabang olahraga taekwondo. [7] Sulisty (2014) mengungkapkan bahwa kecemasan merupakan suatu reaksi temperamental negatif seseorang saat menilai situasi dan kondisi saat pertandingan dimana muncul perasaan khawatir, hilangnya kendali dalam

dirinya, munculnya perasaan waspada yang menjadikan atlet sulit berkonsentrasi serta tidak berani menghadapi lawannya.

Berdasarkan penejasan diatas dapat diuraikan bahwa kecemasan saat menghadapi pertandingan merupakan reaksi emosi yang negatif dikarenakan seseorang memikirkan apabila ia mengalami kekalahan. [8] Bucklew (1980) terdapat 2 aspek di dalam kecemasan sosial meliputi aspek psikologis dan aspek fisiologis.. Seorang atlet seringkali merasa bahwa dirinya mengalami ketidakpercayaan diri yang mengakibatkan munculnya perasaan cemas, khawatir, gugup, was was. Namun seorang atlet membutuhkan motivasi untuk membangun semangatnya kembali. [9]

Husdarta (2014) mengungkapkan bahwa motivasi berprestasi merupakan dorongan individu untuk selalu meningkatkan kualitasnya sebaik mungkin. Motivasi berprestasi mempengaruhi prestasi seorang atlet, dapat diuraikan bahwa motivasi berprestasi merupakan "*standard of excellence*" terjadi kecenderungan dalam diri seorang atlet untuk berprestasi semaksimal mungkin. Seorang atlet akan berupaya dalam setiap proses latihan untuk meraih prestasi yang membanggakan dan mendapatkan berbagai penghargaan.

Menurut Mc.Clelland motivasi berprestasi memiliki 3 aspek meliputi 1) memiliki tantangan dan dapat mempertimbangkan tantangan tersebut; 2) mempunyai tanggung jawab secara pribadi; 3) menyukai tugas yang menghasilkan feedback atau umpan balik. Motivasi sebagai dasar untuk mengarahkan perbuatan dan perilaku seseorang dalam berolahraga, seorang pelatih, guru maupun pembina perlu memahami faktor faktor, teori, maupun hakikat, perlu juga mengetahui seorang atlet mana yang harus diberi motivasi. Berdasarkan penjelasan diatas, perlu adanya peranan motivasi berprestasi dan kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri. Sebagai seorang atlet harus memiliki motivasi yang baik agar memiliki kepercayaan diri saat menampilkan performa pertandingan dengan baik. Sedangkan pada kecemasan sosial terdapat hubungan dengan kepercayaan diri. Semakin tinggi tingkat kecemasan sosial pada atlet akan mempengaruhi kepercayaan dirinya.

## II. METODE

### Desain Penelitian

Peneliti menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. [10] Sugiyono (2008) pendekatan korelasional merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui tingkat hubungan antar variabel yang berbeda. [11] Sugiyono (2018) menggunakan metode kuantitatif dikarenakan analisisnya menggunakan statistik dan data penelitian berupa angka.

### Populasi atau Sampel

Populasi pada penelitian ini menggunakan subjek sebanyak 200 Atlet Taekwondo Kabupaten Pasuruan. [12] Sugiyono (2014) menjeaskan bahwa populasi merupakan generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek dengan sifat atau karakteristik tertentu yang akan diteliti oleh peneliti dan kemudian ditarik kesimpulan. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan tabel Issac & Michael yang diambil 1% yaitu 154, dimana 154 Atlet ini berjenis kelamin Laki Laki dengan total 95 dan Perempuan dengan total 59. [13] Sugiyono (2014) menjelaskan bahwa sampel merupakan bagian dari populasi yang memiliki karakteristik. Pemilihan subjek pada penelitian ini menggunakan teknik *Accidental Sampling* [14] Sugiyono (2014) menggunakan teknik accidental sampling dengan ketentuan, siapa saja yang bertemu dengan peneliti, maka dapat digunakan sebagai sampel.

### Instrumen Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data yaitu skala psikologi yang merupakan salah satu jenis alat ukur yang menggunakan persyaratan tertulis untuk mendapatkan informasi dari responden, persyaratan tertulis berupa kuesioner. [15] Sugiyono (2008) menjelaskan bahwa kuesioner adalah teknik pengumpulan data kepada responden yang diajukan dengan serangkaian pertanyaan atau pernyataan tertulis. [16] Sugiyono (2010) *skala likert* dapat digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi setiap orang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Skala model *Likert* menjadi skala yang digunakan pada penelitian ini agar mendapatkan data empirik dari motivasi berprestasi, kecemasan sosial serta kepercayaan diri.

### Skala Kepercayaan Diri

Penelitian ini, skala kepercayaan diri digunakan sebagai teknik pengumpulan data. Skala kepercayaan diri yang di adaptasi dari [17] Skala ini terdiri dari 40 item yang dibagi menjadi 4 aspek meliputi 1) percaya pada kemampuan diri sendiri; 2) mampu mengambil keputusan secara mandiri 3) memiliki rasa positif pada diri sendiri; 4) berani mengungkapkan pendapat. Berdasarkan uji coba, skala kepercayaan diri berjumlah 40 item, 18 item dinyatakan gugur dan 22 item dinyatakan valid. Berdasarkan uji reliabilitas, skala penelitian dengan variabel kepercayaan diri memiliki angka koefisien reliabilitas sebanyak 0.840

#### Skala Motivasi Berprestasi

Skala motivasi berprestasi digunakan sebagai teknik pengumpulan data. Skala motivasi berprestasi menggunakan skala adaptasi dari [18] Skala ini terdiri dari 40 item yang dibagi menjadi 3 aspek meliputi 1) memiliki tantangan yang ekstrem dan mempertimbangkan tantangan tersebut; 2) mempunyai rasa tanggung jawab; 3) menyukai tugas yang ber feedback atau umpan balik. Berdasarkan uji coba, dari 40 item diperoleh 37 item yang valid dan 3 item yang gugur. Berdasarkan uji reliabilitas, untuk variabel motivasi berprestasi memiliki angka koefisien reliabilitas sebanyak 0.898

#### Skala Kecemasan Sosial

Penelitian ini menggunakan skala kecemasan sosial yang diadaptasi dari [8] Skala ini terdiri 31 item yang dibagi menjadi 2 aspek meliputi aspek psikologis dan aspek fisiologis. Berdasarkan uji reliabilitas dari 31 item diperoleh 17 item yang valid dan 14 item yang gugur. Berdasarkan uji reliabilitas, untuk variabel kecemasan sosial memiliki angka koefisien reliabilitas sebesar 0.796.

#### Prosedur Penelitian

Penelitian kuantitatif merupakan metode ilmiah dengan memperhatikan unsur unsur ilmiah. Adapun langkah langkah penelitian kuantitatif yang harus dilakukan yaitu memastikan hasil validitasnya. Tahapan proses penelitian sebagai berikut (1) memilih masalah; (2) melakukan penelitian terlebih dahulu; (3) mengidentifikasi dan merumuskan masalah; (4) merumuskan hipotesis; (5) menentukan metode serta menyusun instrument; (6) melakukan penelitian dan mengumpulkan data; (7) menganalisis data serta menyusun laporan; (8) menarik kesimpulan.

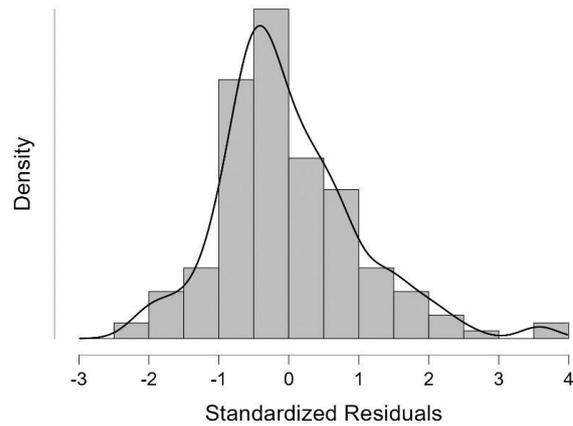
#### Teknik Analisa Data

Pada penelitian ini menggunakan teknik analisa data regresi linier berganda dengan bantuan JASP 0.16. Analisis regresi linier berganda untuk menguji ada tidaknya peranan motivasi berprestasi dan kecemasan sosial terhadap *kepercayaan diri* pada Atlet Taekwondo Kabupaten Pasuruan untuk memenuhi uji asumsi sebelum dilakukan uji hipotesis.

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji normalitas pada *Standardized Residual Histogram* terhadap Motivasi Berprestasi, Kecemasan Sosial dan Kepercayaan Diri menyatakan bahwa data terdistribusi dengan normal. Maka, dapat diartikan bahwa terdapat perbedaan antara sampel penelitian dengan populasi. Analisis hasil uji normalitas pada Standardized Residuals Histogram terdapat pada Gambar 1.

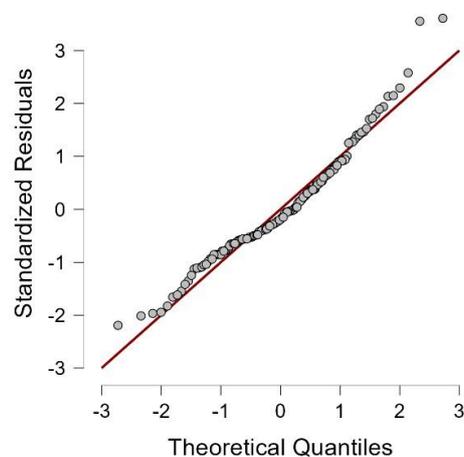
#### Standardized Residuals Histogram



Gambar 1. Analisis Uji Normalitas Standardized Residual Histogram

Berdasarkan hasil uji linieritas pada Q-Q Plot Standardized Residuals untuk Motivasi Berprestasi dan Kecemasan sosial dengan Kepercayaan Diri menyatakan bahwa terdapat garis linier yang dimana menghubungkan antara Motivasi Berprestasi dengan Kepercayaan Diri dan Kecemasan Sosial dengan Kepercayaan Diri. Analisis hasil uji linieritas pada Q-Q Plot Standardized Residuals terdapat pada Gambar 2.

#### Q-Q Plot Standardized Residuals



Gambar 2. Analisis Uji Linieritas pada Q-Q Plot Standardized Residuals

Berdasarkan hasil uji multikolinearitas pada Motivasi Berprestasi dan Kecemasan Sosial memperoleh skor Tolerance sebesar 0.798 sedangkan skor VIF yaitu  $< 10$ . Berdasarkan pedoman tersebut maka dapat dinyatakan bahwa seluruh variabel memiliki kesamaan fungsi dan tidak terdapat tumpang tindih. Analisis hasil uji multikolinearitas terdapat pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Uji Multikolinearitas

| Model                      | Unstandardized | Standard Error | Standardized | t       | p      | Tolerance | VIF |
|----------------------------|----------------|----------------|--------------|---------|--------|-----------|-----|
| H <sub>0</sub> (Intercept) | 66.200         | 0.447          |              | 147.953 | < .001 |           |     |

|                |                         |        |       |       |       |        |       |       |
|----------------|-------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|
| H <sub>1</sub> | (Intercept)             | 19.283 | 5.132 |       | 3.757 | < .001 |       |       |
|                | MOTIVASI<br>BERPRESTASI | 0.284  | 0.054 | 0.376 | 5.274 | < .001 | 0.798 | 1.254 |
|                | KECEMASAN<br>SOSIAL     | 0.365  |       | 0.351 | 4.921 | < .001 | 0.798 | 1.254 |
|                |                         |        | 0.074 |       |       |        |       |       |

Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan korelasi pearson pada Motivasi Berprestasi dengan Kepercayaan Diri memperoleh skor sebesar 0.534 ( $p < .001$ ) sedangkan pada Kecemasan Sosial dengan Kepercayaan Diri memperoleh skor sebesar 0.520 ( $p < .001$ ) maka dapat dikatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara Motivasi Berprestasi dengan Kepercayaan diri dan Kecemasan Sosial terhadap Kepercayaan Diri. Tabel 2.

**Tabel 2. Hasil Uji Hipotesis**

| Variable                   |                | KECEMASAN<br>SOSIAL | MOTIVASI<br>BERPRESTASI | KEPERCAYAAN<br>DIRI |
|----------------------------|----------------|---------------------|-------------------------|---------------------|
| 1. KECEMASAN<br>SOSIAL     | Pearson's<br>r | —                   |                         |                     |
|                            | p-value        | —                   |                         |                     |
| 2. MOTIVASI<br>BERPRESTASI | Pearson's<br>r | 0.450               | —                       |                     |
|                            | p-value        | < .001              | —                       |                     |
| 3.<br>KEPERCAYAAN<br>DIRI  | Pearson's<br>r | 0.520               | 0.534                   | —                   |
|                            | p-value        | < .001              | < .001                  | —                   |

Hasil analisis regresi linier berganda memperoleh skor sig  $f < 0.05$  ( $0.001 < 0.005$ ) dan  $f$  hitung  $> f$  tabel ( $47.250 > 3.06$ ) maka dapat dikatakan terdapat pengaruh positif dan signifikan secara bersama sama antara Motivasi Berprestasi dan Kecemasan Sosial terhadap Kepercayaan Diri pada Atlet Taekwondo Kabupaten Pasuruan sebagaimana tertuang pada Tabel 3.

**Tabel 3. Hasil Analisis Regresi Linier Berganda**

| ANOVA |                   |    |                |   |   |
|-------|-------------------|----|----------------|---|---|
| Model | Sum of<br>Squares | df | Mean<br>Square | F | p |

| Model          | R     | R <sup>2</sup> | Adjusted R <sup>2</sup> | RMSE  | R <sup>2</sup> Change | F Change | df1 | df2 | p      | Autocorrelation | Statistic | p     |
|----------------|-------|----------------|-------------------------|-------|-----------------------|----------|-----|-----|--------|-----------------|-----------|-------|
| H <sub>0</sub> | 0.000 | 0.000          | 0.000                   | 5.571 | 0.000                 |          | 0   | 154 |        | 0.064           | 1.834     | 0.298 |
| H <sub>1</sub> | 0.619 | 0.383          | 0.375                   | 4.403 | 0.383                 | 47.250   | 2   | 152 | < .001 | 0.114           | 1.727     | 0.086 |

|                |            |           |     |         |        |        |
|----------------|------------|-----------|-----|---------|--------|--------|
| H <sub>1</sub> | Regression | 1.832.031 | 2   | 916.015 | 47.250 | < .001 |
|                | Residual   | 2.946.769 | 152 | 19.387  |        |        |
|                | Total      | 4.778.800 | 154 |         |        |        |

*Note.* The intercept model is omitted, as no meaningful information can be shown.

Maka dapat disimpulkan bahwa kontribusi secara bersama sama Motivasi Berprestasi dan Kecemasan Sosial terhadap Kepercayaan Diri sebesar 37.5%. Adapun kontribusi secara terpisah menunjukkan bahwa Kecemasan Sosial memiliki peranan sebesar 17.5% terhadap Kepercayaan Diri. Sedangkan kontribusi yang diberikan oleh Motivasi Berprestasi sebesar 11.4%. dari hasil tersebut bahwa Kecemasan Sosial memberikan kontribusi lebih besar terhadap Kepercayaan Diri daripada Motivasi Berprestasi.

**Tabel 4. Model Summary – Kepercayaan Diri**

Penelitian ini menguji Motivasi Berprestasi dan Kecemasan Sosial terhadap Kepercayaan Diri pada Atlet Taekwondo di Kabupaten Pasuruan. Hasil penelitian ini mengatakan bahwa Motivasi Berprestasi dan Kecemasan Sosial mempengaruhi Kepercayaan Diri, artinya ketika atlet mendapat motivasi dari diri sendiri maupun lingkungan sekitar dan mampu mengolah dirinya secara baik agar tidak menimbulkan kecemasan maka kepercayaan diri akan meningkat. Sebagaimana atlet mampu mengikuti dan memahami arahan ataupun materi latihan untuk persiapan bertanding dengan baik dan mampu menuntaskan program latihan untuk bertanding dengan maksimal. Dengan demikian, motivasi berprestasi yang diberikan kepada atlet guna untuk menggerakkan dan mengarahkan seorang atlet dalam berolahraga agar dapat memperoleh penghargaan.

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan oleh peneliti, menyatakan bahwa kecemasan sosial dengan kepercayaan diri memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap kepercayaan diri. Artinya, kecemasan sosial yang makin tinggi maka semakin rendah juga kepercayaan dirinya. Namun, jika kecemasan sosial makin rendah maka semakin tinggi tingkat kepercayaan dirinya. Sehingga dapat dikatakan bahwa kecemasan sosial berkontribusi dalam tinggi rendahnya kepercayaan diri. Dibuktikan pada penelitian [19] mengungkapkan bahwa memiliki hubungan yang signifikan terhadap kepercayaan diri dan memperoleh skor sebesar 38.89%. Kecemasan menjadi salah satu faktor non teknis yang sering kali mengganggu performa atlet saat bertanding. Hal ini diperkuat oleh penelitian [20] mengungkapkan bahwa tingkat kecemasan bisa dilihat dari 2 faktor, yaitu; (1) faktor instrinsik, faktor dalam diri seorang atlet seperti, mengontrol emosi, mampu menyesuaikan diri, fokus pada target, optimis pada hasil. Dalam faktor instrinsik memperoleh skor sebesar 14.7%. (2) faktor

ekstrinsik, faktor dari luar seperti suasana pertandingan, mengontrol dukungan dari penonton, cuaca. Dalam faktor instrinsik memperoleh skor sebesar 85.2%. Maka kecemasan mempengaruhi tinggi rendahnya kepercayaan diri.

Kemudian berdasarkan analisis dari hasil penelitian ini menerangkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara motivasi beprestasi terhadap kepercayaan diri pada atlet. Artinya, motivasi beprestasi pada atlet yang makin tinggi maka kepercayaan diri atlet akan tinggi. Namun sebaliknya, jika motivasi beprestasi rendah, maka kepercayaan diri seorang atlet akan rendah. Hal ini didukung dalam penelitian [21] menjelaskan bahwa adanya hubungan yang positif dan signifikan antara motivasi beprestasi dan kepercayaan diri. Seseorang yang memiliki motivasi beprestasi tinggi akan dapat mengalahkan rasa takut dan kegagalan yang ada dalam dirinya. Seseorang juga akan selalu optimis dalam mengerjakan apa yang sedang dihadapinya. Maka dari itu, bahwa atlet yang memiliki kepercayaan diri akan memiliki motivasi beprestasi yang baik. Sebaliknya, jika atlet memiliki kepercayaan diri yang tidak stabil, akan memiliki motivasi beprestasi yang buruk, hal itu akan mempengaruhi atlet untuk mencapai prestasinya.

Motivasi beprestasi dan kecemasan sosial mempunyai hubungan yang positif dan signifikan dalam meningkatkan kepercayaan diri. Atlet yang beprestasi, akan memiliki inisiatif dan daya saing yang kuat, hal ini juga diperkuat oleh peran orang tua, pelatih dan lingkungan sekitar. Hasil penelitian ini mengupayakan para pelatih dapat mendorong dan membantu siswa untuk menstabilkan kepercayaan dirinya. Maka dapat dikatakan bahwa, motivasi beprestasi dan kecemasan sosial merupakan faktor psikologis yang berperan penting terhadap kepercayaan diri. Selanjutnya, hasil penelitian menyatakan bahwa kontribusi secara bersama sama mendapatkan skor sebesar 37.5%

## VI. SIMPULAN

Berdasarkan pelaksanaan penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik simpulan:

1. *Motivasi Berprestasi (X1)* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *Kepercayaan Diri (Y)* pada Atlet Taekwondo Kabupaten Pasuruan. Hal ini dibuktikan oleh nilai  $\text{sig } t < 0.05$  ( $0.001 < 0.05$ ) dan  $t \text{ hitung} > t \text{ tabel}$  ( $5.274 > 1.975$ ). Kontribusi pengaruh *Motivasi Berprestasi* terhadap *Kepercayaan Diri* sebesar 0.114 atau 11,4%
2. *Kecemasan Sosial (X2)* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *Kepercayaan Diri (Y)* pada Atlet Taekwondo Kabupaten Pasuruan. Hal ini dibuktikan oleh nilai  $\text{sig } t < 0.05$  ( $0.001 < 0.05$ ) dan  $t \text{ hitung} > t \text{ tabel}$  ( $4.921 > 1.975$ ). Kontribusi pengaruh *Kecemasan Sosial* terhadap *Kepercayaan Diri* sebesar 0.175 atau 17,5%
3. *Motivasi Berprestasi dan Kecemasan Sosial (X1,X2)* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *Kepercayaan Diri (Y)* pada Atlet Taekwondo Kabupaten Pasuruan. Hal ini dibuktikan oleh nilai  $\text{sig } f < 0.05$  ( $0.001 < 0.05$ ) dan  $f \text{ hitung} > f \text{ tabel}$  ( $47.250 > 3.06$ ). Kontribusi pengaruh *Motivasi Berprestasi, Kecemasan Sosial* terhadap *Kepercayaan Diri* sebesar 0.375 atau 37.5%

## V. UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas Rahmat dan Hidayah-nya jumlah maka pemula dapat menyelesaikan artikel ini. Seiring dengan selesainya artikel ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor, Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan serta Ketua dan Sekretaris Jurusan/Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo (Umsida) yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada penulis untuk menyusun artikel ini.
2. Bapak Ghozali Rusyid Affandi, selaku dosen pembimbing yang telah banyak menyediakan waktu, tenaga, pemikiran, dalam membimbing dan mengarahkan penulis dalam menyelesaikan artikel ini.

3. Terimakasih kepada ayah, ibu yang banyak memberikan dukungan baik secara moril, materiil, spiritual kepada penulis selama kuliah hingga menyelesaikan artikel ini.
4. Terimakasih kepada Tahsyah Nabilah dan Chusnul Chotimah yang telah bersedia membantu penulis, meluangkan waktunya di sela sela kesibukan dan membantu penulis dalam menyebarkan angket. tanpa bantuan dari kalian artikel ini tidak akan selesai tepat pada waktunya.
5. Terimakasih kepada pelatih saya, atlet saya dan wali atlet klub HAY Taekwondo Klub yang telah memberikan doa dan semangat dalam menyelesaikan artikel ini.
6. Terimakasih kepada kakak sepupu penulis yang telah membantu penulis dan memberikan dukungan untuk menyelesaikan artikel ini.
7. Untuk teman teman seperjuangan, rekan rekan mahasiswa/i Program Studi Psikologi Angkatan 19 selama 4 tahun yang telah kita lewati bersama, merupakan kenangan yang tak terlupakan. Ini bukanlah akhir dari perpisahan kita. See you on top.
8. Untuk semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang secara langsung maupun tidak langsung telah membantu penulisan artikel ini. Penulis telah berusaha sebaik mungkin dengan kemampuan yang ada untuk menyelesaikan artikel ini. Penulis menyadari bahwa artikel ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis menghargai segala kritik dan saran yang dapat membangun penulis.

Akhir kata, penulis berharap semoga artikel ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak yang memerlukannya.

#### IV. DAFTAR PUSTAKA

- [1] E. Rahayu and O. P. Mulyana, "Hubungan antara goal-setting dan motivasi berprestasi dengan prestasi atlet renang,," *Character J. Penelit. Psikologi.*, vol. 3, no. 2, pp. 1–5, 2015, [Online]. Available: <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/10947>
- [2] F. A. Ghifari, M. Suhdy, and E. Salman, "Sekolah Sepakbola Cikal Fc Kab . Musi Rawas,," *Lp3Mkil*, vol. 2, no. 2, pp. 7–15, 2022, doi: <https://doi.org/10.55526/sjs.v2i1.192>.
- [3] S. Amri, "Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Sma Negeri 6 Kota Bengkulu,," *J. Pendidik. Mat. Raflesia*, vol. 3, no. 2, pp. 156–168, 2018, doi: <https://doi.org/10.33369/jpmr.v3i2.7520>.
- [4] B. Soleh and A. A. Hakim, "Analisis Tingkat Kecemasan, Kepercayaan Diri Dan Motivasi Atlet Futsal Childhood di Bangkalan saat menjelang pertandingan,," *J. Kesehat. Olahraga*, vol. 7, no. 2, pp. 496–501, 2019, [Online]. Available: <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/30017>
- [5] Y. W. Claudia Verra Lisianas, J.T. Lobby Loekmono, "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Pada mahasiswa Progdid Pendidikan Sejarah UKSW Salatiga,," vol. 15, no. 2, pp. 462–473, 2019, doi: <https://dx.doi.org/10.24114/konseling.v15i2.16192>.
- [6] J. Triana, S. Irawan, and Y. Windrawanto, "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Bertanding Atlet Pencak Silat Dalam Menghadapi Salatiga Cup 2018,," *Psikol. Konseling*, vol. 15, no. 2, pp. 452–461, 2020, doi: [10.24114/konseling.v15i2.16194](https://doi.org/10.24114/konseling.v15i2.16194).
- [7] S. Alwin, W. Putri, and Agustin Hndayani, "Hubungan Antara Kepercayaan Diri dan Regulasi Emosi Terhadap kecemasan Menghadapi Pertandingan Pada Atlet karate Di Kota Demak,," vol. 15, no. 1, pp. 88–97, 2020, doi: <http://dx.doi.org/10.30659/jp.15.1.88-97>.
- [8] R. Yunisa, "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Pertandingan Pada Atlet Perguruan Silat alet Puti di Kabupaten Serdang Bedagai,," *Universitan medan Area*, 2017. [Online]. Available: [https://r.search.yahoo.com/\\_ylt=AwrG0S3ETMJKGGUJ\\_vBXNyoA;\\_ylu=Y29sbwNncTEEEcG9zAzEEdnRpZAMEc2VjA3Ny/RV=2/RE=1690484036/RO=10/RU=https%3A%2F%2Frepository.uma.ac.id%2Fjsptui%2Fbitstream%2F123456789%2F8228%2F1%2F138600244.pdf/RK=2/RS=\\_FNbDO2taDd8NyHIPbGG4w8nc](https://r.search.yahoo.com/_ylt=AwrG0S3ETMJKGGUJ_vBXNyoA;_ylu=Y29sbwNncTEEEcG9zAzEEdnRpZAMEc2VjA3Ny/RV=2/RE=1690484036/RO=10/RU=https%3A%2F%2Frepository.uma.ac.id%2Fjsptui%2Fbitstream%2F123456789%2F8228%2F1%2F138600244.pdf/RK=2/RS=_FNbDO2taDd8NyHIPbGG4w8nc)
- [9] M. L. Setyaningrum, "Motivasi Berprestasi Pada Atlet Penyandang Tunadaksa yang Mengikuti Paralympic,," *Psikoborneo J. Ilm. Psikol.*, vol. 6, no. 3, pp. 403–409, 2018, doi: [10.30872/psikoborneo.v6i3.4656](https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i3.4656).

- [10] S. Sodikin and N. Wuldani, "Pengaruh Price Earning Ratio (Per) Dan Earning Per Share (Eps) Terhadap Return Saham (Studi Pada Pt. Unilever Indonesia Tbk.)," *J. Ekon. Manaj.*, vol. 2, no. 1, pp. 18–25, 2016, [Online]. Available: <http://jurnal.unsil.ac.id/index.php/jem>
- [11] E. Mahpudin and P. Purnamasari, "Pengaruh Motivasi Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Pt. Bank Central Asia, Tbk Cabang Karawang," *Economic J. Pendidik. Ekon.*, vol. 6, no. 2, p. 65, 2018, doi: 10.33603/ejpe.v6i2.1334.
- [12] A. L. Rifiana, "Analisis Kejadian Stunting Pada Balita di Desa Pasirdoton Kecamatan Cidahu Kabupaten Sukabumi Provinsi Jawa Barat Tahun 2017-2018," *J. Akad. Keperawatan Husada Karya Jaya*, vol. 4, no. 2, pp. 7869–7884, 2018, [Online]. Available: <http://ejurnal.husadakaryajaya.ac.id/index.php/JAKHKJ/article/view/9595>
- [13] Iwan Kurnia Wijaya, "Pengaruh Kepuasan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Cv Bukit Sanomas," *Agora*, vol. 6, no. 2, p. 287109, 2018, [Online]. Available: [https://r.search.yahoo.com/\\_ylt=Awr93I8BSsJkMsgKaitXNyoA;\\_ylu=Y29sbwNncTEEcG9zAzEEdnRpZAMec2VjA3Ny/RV=2/RE=1690483330/RO=10/RU=https%3A%2Fmedia.neliti.com%2Fmedia%2Fpublications%2F287109-pengaruh-kepuasan-kerja-terhadap-kinerja-d6b6fa9c.pdf/RK=2/RS=vm5](https://r.search.yahoo.com/_ylt=Awr93I8BSsJkMsgKaitXNyoA;_ylu=Y29sbwNncTEEcG9zAzEEdnRpZAMec2VjA3Ny/RV=2/RE=1690483330/RO=10/RU=https%3A%2Fmedia.neliti.com%2Fmedia%2Fpublications%2F287109-pengaruh-kepuasan-kerja-terhadap-kinerja-d6b6fa9c.pdf/RK=2/RS=vm5)
- [14] D. Cintantya and H. Nurtjahjanti, "Hubungan Antara Work-Life Balance Dengan Subjective Well-Being Pada Sopir Taksi Pt. Express Transindo Utama Tbk Di Jakarta," *J. EMPATI*, vol. 7, no. 1, pp. 339–344, 2020, doi: 10.14710/empati.2018.20246.
- [15] I. Ernawati, "Uji Kelayakan Media Pembelajaran Interaktif Pada Mata Pelajaran Administrasi Server," *Elinvo (Electronics, Informatics, Vocat. Educ.)*, vol. 2, no. 2, pp. 204–210, 2017, doi: 10.21831/elinvo.v2i2.17315.
- [16] K. S. Nur Habibah, B. A. Murtopo, M. Maesaroh, and M. Fauziah, "Penggunaan Multimedia Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa," *IBTIDA- J. Kaji. Pendidik. Dasar*, vol. 2, no. 1, pp. 1–8, 2022, doi: 10.33507/ibtida.v2i1.438.
- [17] A Dyan Mardiana R, "Pengaruh Antara Kepercayaan Diri Dan Konfirmatas Teman Sebaya Terhadap Kemandirian Siswa Kelas VIII MTS Al-Yasini," *UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG 2017*, 2017. [Online]. Available: <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/11020>
- [18] Ibnatul Awalia, "Pengaruh Motivasi Berprestasi Terhadap Manajemen Waktu dalam Menggunakan Smartphone," *UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG*, 2019. [Online]. Available: <https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/10365>
- [19] S. Wijaya Putra, "Tingkat Kecemasan Dan Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga Cabang Sepakbola Di Sma Negeri 4 Yogyakarta the Level of Students' Anxiety and Self-Confidence in Special Sports Class of Football in State Senior High School 4 Yogyakarta," *J. Pendidik. Dan Olahraga*, 2019.
- [20] B. Hardiyono, "Tingkat Kecemasan Sebelum Bertanding Dan Percaya Diri Pada Saat Bertanding Atlet Pelatda Pengprov Fpti Sumatera Selatan," *Kinestetik*, vol. 4, no. 1, pp. 47–54, 2020, doi: 10.33369/jk.v4i1.10399.
- [21] N. C. Muriawijaya, "Hubungan antara motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri pada atlet bela diri.," pp. 1–11, 2016.

**Conflict of Interest Statement:**

*The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.*