

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
MOTIVASI MENGIKUTI PROGRAM
BINARAGA PADA REMAJA PRIA DI
SEMARANG**

SKRIPSI

**Disajikan kepada Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
Untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

YUSTINUS JOKO DWI NUGROHO

98.40.2587

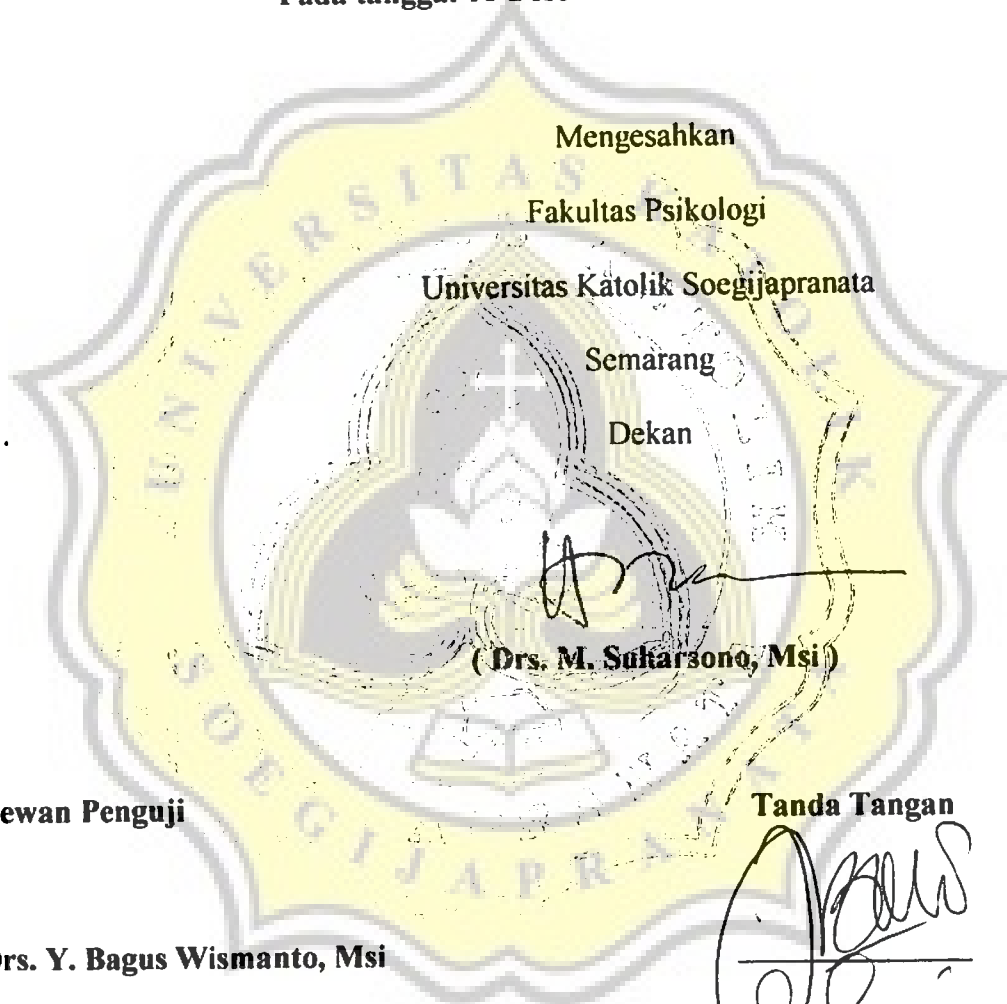


**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG**

2003

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata dan
diterima untuk memenuhi sebagian dari syarat-syarat
Guna memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Pada tanggal 16 Desember 2003



Dewan Penguji

Drs. Y. Bagus Wismanto, Msi

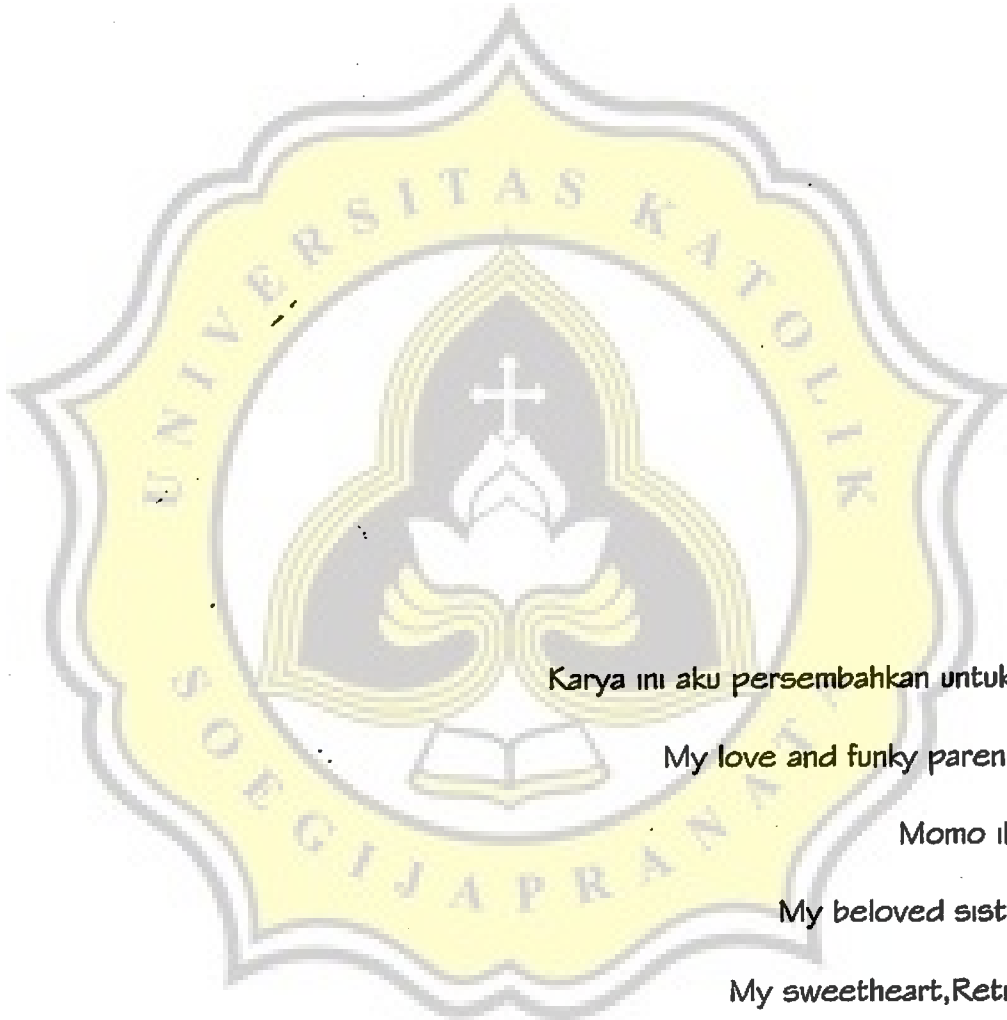
Christine Wibowo, S. Psi, Msi

Drs. H.M Edy Widyatmadi, Msi

Tanda Tangan

Three handwritten signatures in black ink, each on a horizontal line. The top signature is the most prominent and appears to be the signature of the Dean, Dr. M. Suharsono. The middle and bottom signatures are less legible but appear to be the signatures of the members of the examination board.

PERSEMBAHAN



Karya ini aku persembahkan untuk :

My love and funky parents

Momo ibu

My beloved sister

My sweetheart, Retno

All people that I loved

MOTTO



*Tetapi aku, tentu aku akan mencari Allah,
dan kepada Allah aku akan mengadakan perkaraku.
Ia melakukan perbuatan-perbuatan yang besar dan yang
Tidak terduga, serta keajaiban-keajaiban yang tak terbilang
banyaknya...*

(Ayub 5:8-9)

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur dan terima kasih yang tidak terhingga kepada Allah Bapa di Surga, Putranya Yesus Kristus, Bunda Maria dan Roh Kudus yang selalu menerangi jalan pikiran penulis di setiap nafas kehidupan, sehingga penulis akhirnya dapat menyelesaikan karya yang sederhana ini. Hanya karena kasih dan karunia-Nya saja penulis dapat melewati masa-masa yang membosankan dan berliku dalam menyelesaikan skripsi ini.

Pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan rasa terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya dari dalam lubuk hati penulis yang paling dalam kepada :

1. Bapak Drs. Suharsono, Msi, selaku Dekan Fakultas Psikologi, yang telah memberikan bantuan kepada penulis dalam menyelesaikan tugas ini.
2. Bapak Drs Bagus Wismanto, Msi., selaku dosen pembimbing utama, yang telah membimbing dan mendorong penulis dalam proses menyelesaikan tugas ini hingga dapat diselesaikan penulis dengan baik.
3. Ibu Dra. V. Sri Sumijati, Msi., selaku dosen pembimbing pendamping, yang dengan sabar mau membantu penulis menyelesaikan karya yang sederhana ini.
4. Bapak Drs. Rahmat Djati, Ms., selaku dosen wali yang telah membantu dan membimbing penulis selama penulis menimba ilmu di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata. Terima kasih atas kasih dan persahabatannya.

5. Papa dan Mama tersayang yang telah memberikan cinta, kasih sayang, dukungan dan uang jajan sehingga penulis mampu menyelesaikan karya ini.
6. Momo dan Ibu yang telah mencurahkan cinta kasih kepada penulis. God Bless you all....
7. Romo Bagyo selaku Kepala Sekolah SMU Kolose Loyola yang telah memberikan ijin penelitian kepada penulis.
8. Pak Redi dan Bu Yuni selaku guru olahraga SMU Kolose Loyola yang telah banyak membantu terlaksananya penelitian penulis.
9. Murid-murid SMU Kolose Loyola yang secara sukarela membantu terlaksananya penelitian ini.
10. Segenap dosen dan karyawan Unika Soegijapranata yang telah banyak membantu penulis dalam mengembangkan diri.
11. Kakakku Ochie dan Felsky, thanks atas dukungannya baik rohani maupun finansialnya.
12. Keluarga besar Kawi 49, yang telah memberikan keceriaan dan pengetahuan tentang makna hidup kepada penulis.
13. *My Sweetheart*, Dwi Retno Budiastuti, thanks atas bantuan, kelucuan, cinta dan perhatiannya selama ini.
14. My sweetie Prima yang telah setia mengantar dan menemani penulis dalam suka dan duka....
15. Sobat-sobatku : Black “ Benjovi”, Christian “ Stroom”, Eva” Uuk”, Rima “Pok Atik”, Gita”Ndut”, Komplong “ Dibyo”, Trimman “Black Hole”, Edi

“Kirik”, Edwin “ badak”, Ita “Peri Sikil”, thanks atas hari-hari ceria dan persaudaraan yang telah diberikan kepada penulis.

16. Teman-temanku : Lhung”Pat Kai”, Danu”Betty”, Ogah “Boyo”, Ahmad”Suharyo”, Seto”Kempol”,Acil, Aceng, Ella”Bebek”, adikku Nanan, keponakanku Lia, klub BFC dan semua yang telah memberikan inspirasi kepada penulis dalam menjalani kehidupan ini.
17. Teman-teman UKM Bola Basket yang telah memberikan ejekan, semangat dan cambukan bagi penulis untuk dapat menyelesaikan tugas ini.
18. Rekan-rekan di PT Bentoel Prima Semarang yang telah memberikan warna dalam kehidupan penulis.
19. Rekan-rekan kerja di Mitra Peduli, thanks atas dukungan dan kesempatan yang telah kalian berikan kepada penulis.
20. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang sudah sangat membantu penulis untuk menyelesaikan tugas ini.

Tanpa uluran tangan dan perhatian semuanya, tidak mungkin penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa karya ini masih jauh dari sempurna, tapi penulis berharap semoga karya ini dapat bermanfaat bagi masyarakat, khususnya memberikan sumbangan bagi kemajuan di bidang Psikologi.

DAFTAR ISI

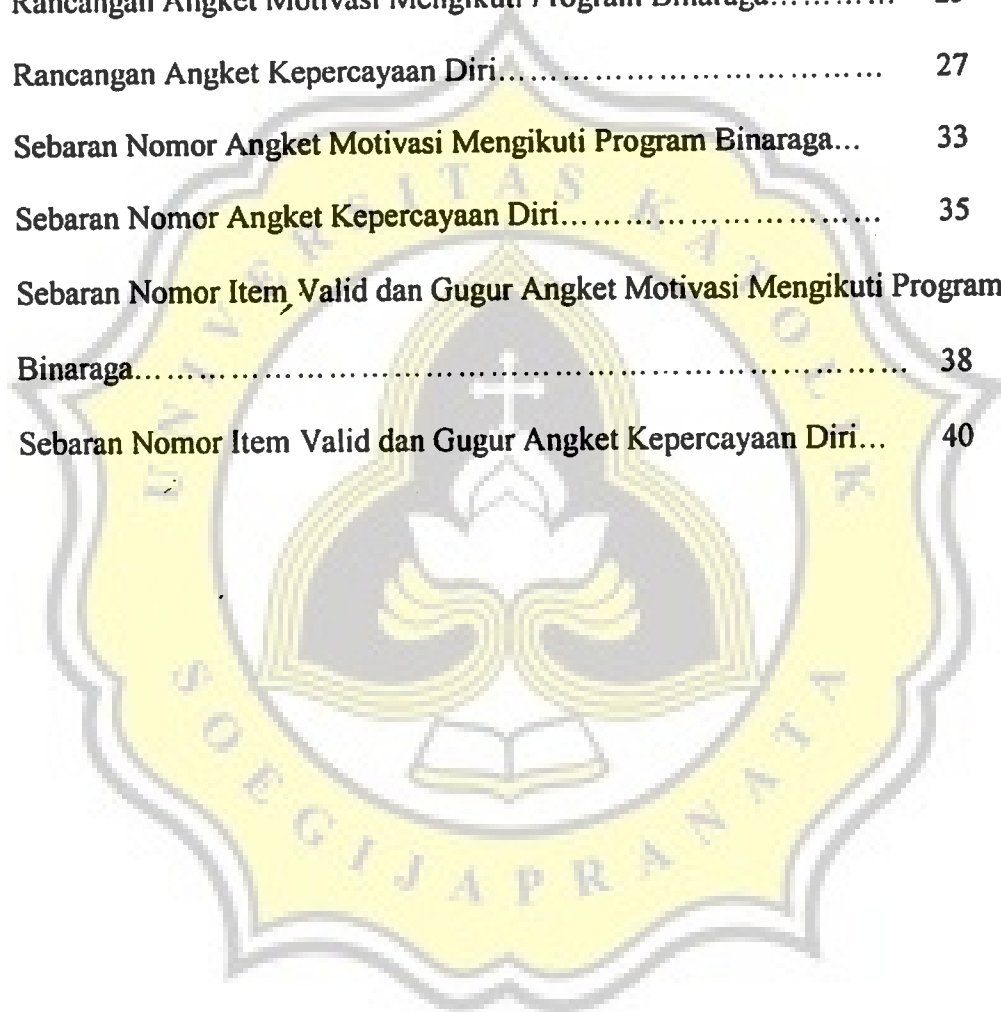
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iii
HALAMAN MOTTO.....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	5
C. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN.....	6
A. Motivasi Mengikuti Program Binaraga pada Remaja di Semarang.....	7
1. Pengertian Motivasi	7
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Motivasi.....	8
3. Aspek-Aspek Motivasi.....	10
4. Pengertian Binaraga.....	12

5. Pengertian Remaja Pria.....	12
6. Motivasi Mengikuti Program Binaraga pada Remaja di Semarang.....	14
B. Kepercayaan Diri.....	14
1. Pengertian Kepercayaan Diri.....	14
2. Ciri-Ciri Kepercayaan Diri.....	16
C. Hubungan Kepercayaan Diri dengan Motivasi Mengikuti Program Binaraga pada Remaja di Semarang.....	17
D. Hipotesis.....	20
BAB III METODE PENELITIAN.....	21
A. Metode Penelitian yang Digunakan.....	21
B. Identifikasi Variabel-Variabel Penelitian.....	21
C. Definisi Operasional.....	21
1. Motivasi Mengikuti Program Binaraga.....	21
2. Kepercayaan Diri.....	22
D. Populasi Penelitian dan Teknik Pengambilan Sampel.....	22
E. Metode Pengumpulan Data.....	23
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	27
1. Validitas Alat Ukur.....	27
2. Reliabilitas Alat Ukur.....	29
G. Metode Analisis Data.....	29
BAB IV PERSIAPAN DAN PELAKSANAAN PENELITIAN.....	31
A. Orientasi Kancah Penelitian.....	31

B. Persiapan Penelitian.....	32
1. Penyusunan Alat Ukur.....	32
a Skala Motivasi Mengikuti Program Binaraga..	32
b Skala Kepercayaan Diri.....	34
2. Tahap Perijinan.....	35
3. Pelaksanaan Uji Coba Angket.....	36
C. Pelaksanaan Penelitian.....	41
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	43
A. Hasil Penelitian.....	43
1. Uji Asumsi.....	42
2. Hasil Analisis Data.....	44
B. Pembahasan.....	44
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	49
A. Kesimpulan.....	49
B. Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

1. Pembagian Masa Remaja.....	13
2. Rancangan Angket Motivasi Mengikuti Program Binaraga.....	25
3. Rancangan Angket Kepercayaan Diri.....	27
4. Sebaran Nomor Angket Motivasi Mengikuti Program Binaraga...	33
5. Sebaran Nomor Angket Kepercayaan Diri.....	35
6. Sebaran Nomor Item Valid dan Gugur Angket Motivasi Mengikuti Program Binaraga.....	38
7. Sebaran Nomor Item Valid dan Gugur Angket Kepercayaan Diri...	40



LAMPIRAN

A. Alat Ukur Penelitian.....	55
(A-1) Skala Motivasi Mengikuti Program Binaraga.....	56
(A-2) Skala Kepercayaan Diri.....	61
B. Data Skala Uji Coba Penelitian.....	64
(B-1) Skala Motivasi Mengikuti Program Binaraga.....	65
(B-2) Skala Kepercayaan Diri.....	68
C. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	70
(C- 1) Skala Motivasi Mengikuti Program Binaraga	71
(C- 2) Skala Kepercayaan Diri.....	75
D. Data Skala Penelitian.....	79
(D-1) Skala Motivasi Mengikuti Program Binaraga.....	80
(D- 2) Skala Kepercayaan Diri.....	84
E. Hasil Penelitian.....	88
(E-1) Hasil Uji Normalitas.....	89
(E-2) Hasil Uji Linieritas.....	95
(E-3) Hasil Analisis Data.....	100
F. Surat Keterangan.....	107
(F- 1) Surat Ijin Penelitian.....	108
(F- 2) Surat Bukti Penelitian.....	110