

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN  
KEPERCAYAAN DIRI PADA ATLET TAEKWONDO  
SAAT MENGHADAPI PERTANDINGAN**

SKRIPSI

Savira Anggayasti Mentari Widyarini

15.E1.0207



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG  
2020

# HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA ATLET TAEKWONDO SAAT MENGHADAPI PERTANDINGAN

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang untuk Memenuhi  
Sebagian dari syarat-syarat Guna Memperoleh  
Gelara Sarjana Psikologi

Oleh:

Savira Anggayasti Mentari Widyarini

15.E1.0207



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG  
2020

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya dengan ini menyatakan bahwa di dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang sengaja diacu dalam naskah skripsi ini dan disebutkan dalam kepustakaan.



Semarang, 30 Juli 2020  
Yang menyatakan



A handwritten signature in black ink is written over the stamp.

Savira Anggayasti Mentari Widyarini

15.E1.0207

## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan  
Diterima untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat Guna  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

**Pada Tanggal**

30 Juli 2020

Mengesahkan  
Ketua Program Studi Sarjana Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang



Dr. Suparmi, M.Si

**Pembimbing Skripsi**

(Drs. Pius Heru Priyanto, M.Si.)

**Dewan Penguji**

( Drs. George Hardjanta, M.Si)

( Dra. RA. Praharesti Eriany, M.Si)

(Drs. Pius Heru Priyanto, M.Si)



**HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK  
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Savira Anggayasti Mentari Widyarini  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Psikologi  
Jenis Karya : Skripsi

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah yang berjudul **“Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri pada Atlet Taekwondo saat menghadapi pertandingan”** beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Katolik Soegijapranata berhak menyimpan, mengalihkan media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Semarang, 30 Juli 2020

Yang menyatakan



Savira Anggayasti Mentari Widyarini

## MOTTO

“Don’t tell people about your plans. Just show them your results.”

-Savira Anggayasti



## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji Syukur kehadiran Allah SWT, atas limpahan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara Dukungan sosial dengan Kepercayaan Diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan”. Melalui kesempatan ini, dengan segala kerendahan hati penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Dr. Suparmi, M.Si. selaku Kepala Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
3. Dr. A. Rachmad Djati W, Ms. Selaku dosen wali yang telah mendampingi penulis selama studi di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
4. Drs. Pius Heru Priyanto, M.Si. selaku dosen pembimbing atas kesabaran dan kesediaannya dalam membimbing, dan memberikan saran kepada penulis selama proses penyusunan skripsi.
5. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang selama ini telah memberikan semangat dan bekal ilmu kepada penulis.
6. Seluruh staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah membantu penulis dalam urusan administrasi.
7. Kepada Pengprov TI dan Sabeumnim Siti Rochmah selaku pelatih yang telah mengizinkan penulis menggunakan Atlet Taekwondo Pelatda, PPLP, dan PSOJP sebagai subjek.

8. Seluruh teman-teman yang bersedia menjadi subjek penelitian skripsi dan membantu kelancaran proses pengisian skala.
9. Terima kasih kepada Orang Tua penulis, Susila Wibawa dan Sylviana Sari Soelistyorini yang selalu sabar dan selalu memberikan dukungan, semangat, kasih sayang dan doa, agar penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
10. Terima kasih kepada Diva Medina Hapsari Maharani yang selalu memberikan motivasi dan dukungan untuk segera menyelesaikan skripsi.
11. Seluruh sahabat saya di kampus yaitu lalalayeyeye serta seluruh sahabat-sahabat saya diluar sana yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang selalu memberikan semangat, bantuan, mendoakan ketika penulis dalam kesulitan dan menemani penulis ketika lelah.
12. Teman-teman (Fina, Tania, Nadia, Kylana, Nia) yang sudah mau menemani penulis dan membantu penulis dalam penyusunan skripsi.
13. Sahabat penulis (Zeta, Puthi, dan Anju) yang selalu memberikan support pada penulis dalam penulisan skripsi.

Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang turut setia menemani penulis dalam proses penyusunan skripsi dan meminta maaf jika ada kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Semarang, 10 Agustus 2020



(Savira Anggayasti M.W)



## DAFTAR ISI

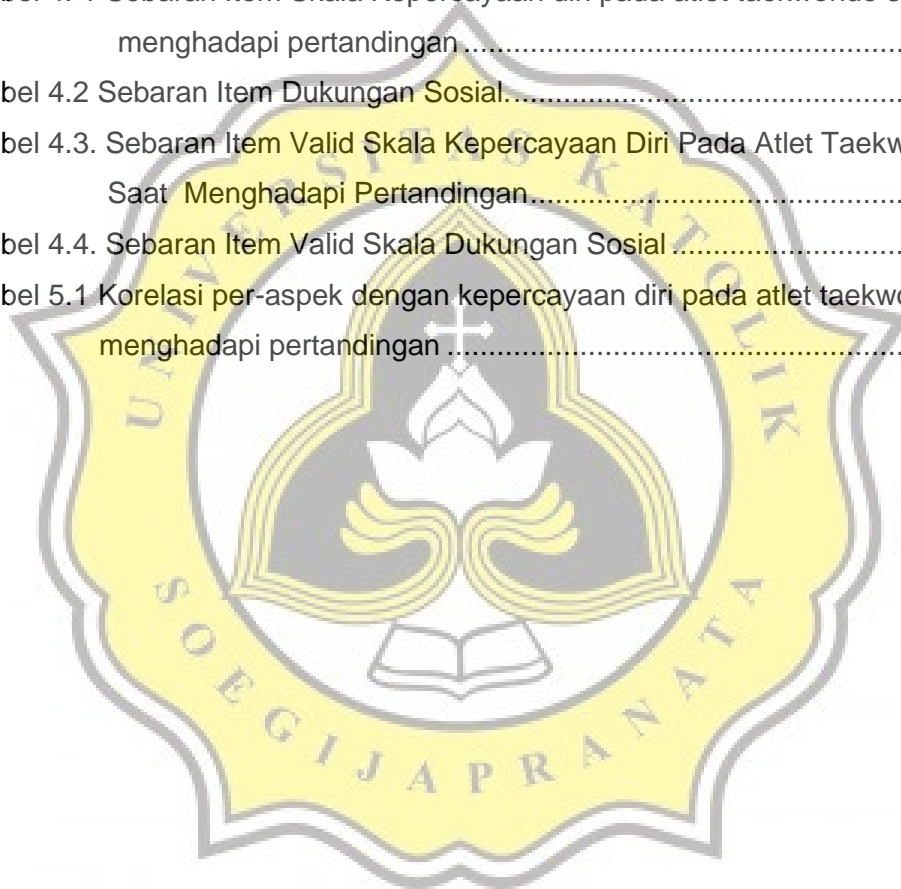
HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	iv
MOTTO .....	v
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRAK.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Tujuan Penelitian.....	10
1.3 Manfaat Penelitian.....	10
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Kepercayaan Diri pada Atlet Taekwondo saat menghadapi Pertandingan.....	11
2.2 Dukungan Sosial.....	18
2.3 Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri Atlet Taekwondo saat menghadapi pertandingan.....	22
2.4 Hipotesis.....	27
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	28
3.1 Jenis Penelitian.....	28
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....	28
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	28
3.4 Subjek Penelitian.....	29
3.5 Metode Pengumpulan Data.....	29
3.6 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	32
3.7 Metode Analisis Data.....	33
BAB 4 PERSIAPAN DAN PELAKSANAAN DATA.....	34
4.1 Orientasi Kancah Penelitian.....	34
4.2 Persiapan Pengumpulan Data.....	34
4.3 Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	36

4.4. Pelaksanaan Pengumpulan Data .....	38
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN .....	40
5.1. Hasil Penelitian .....	40
5.2. Pembahasan.....	42
BAB 6 PENUTUP .....	48
6.1. Kesimpulan .....	48
6.2. Saran .....	48
Daftar Pustaka.....	50
LAMPIRAN .....	54



## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Blueprint Kepercayaan diri pada Atlet Taekwondo saat menghadapi pertandingan.....	31
Tabel 3. 2 Blueprint Skala Dukungan Sosial .....	32
Tabel 4. 1 Sebaran Item Skala Kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan.....	35
Tabel 4.2 Sebaran Item Dukungan Sosial.....	36
Tabel 4.3. Sebaran Item Valid Skala Kepercayaan Diri Pada Atlet Taekwondo Saat Menghadapi Pertandingan.....	37
Tabel 4.4. Sebaran Item Valid Skala Dukungan Sosial .....	38
Tabel 5.1 Korelasi per-aspek dengan kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan .....	41



## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran A Skala Penelitian.....	55
Lampiran B Data Uji Coba Penelitian.....	71
B-1 Data Variabel Dukungan Sosial .....	72
B-2 Data Variabel Kepercayaan Diri Pada Atlet Taekwondo Saat Menghadapi Pertandingan.....	79
Lampiran C Uji Validitas Dan Reliabilitas Alat Ukur.....	86
C-1 Validitas Dan Reliabilitas Skala Dukungan Sosial.....	87
C-2 Validitas Dan Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri Pada Atlet Taekwondo Saat Menghadapi Pertandingan .....	91
Lampiran D Data Penelitian.....	95
Lampiran E Uji Asumsi .....	108
E-1 Uji Linearitas .....	109
Lampiran F Analisis Uji Korelasi .....	112
Lampiran G .....	114
G-1 Uji Korelasi Per Aspek.....	115
G-2 Distribusi Frekuensi Per Variabel.....	117
Lampiran H Surat Bukti Penelitian .....	119
H-1 SURAT PERMOHONAN IJIN PENELITIAN.....	120
Plagiasi.....	122

## ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan. Hipotesis dalam penelitian ini adalah adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah atlet PELATDA, PPLP, dan PSOJP yang masih aktif berlatih di Stadion Jatidiri Semarang. Penelitian ini menggunakan teknik studi populasi, subjek dalam penelitian ini berjumlah 57 orang atlet taekwondo. Alat ukur yang digunakan yaitu skala Dukungan Sosial dan skala Kepercayaan diri. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *Product Moment Pearson*. Hasil penelitian diperoleh nilai korelasi sebesar 0,588 ( $p < 0,01$ ). Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan. Dengan demikian hipotesis yang diajukan diterima.

**Kata Kunci : dukungan sosial, kepercayaan diri pada saat menghadapi pertandingan, atlet taekwondo**





## ABSTRACT

*The purpose of this study was to determine the relationship of social support with self-confidence in taekwondo athletes when facing a match. The hypothesis in this study is that there is a positive relationship between social support and self-confidence in taekwondo athletes when facing a match. The subjects used in this study were PELATDA, PPLP, and PSOJP athletes who were still actively practicing at Jatidiri Stadium, Semarang. The research method used is a population study technique, subjects in this study were 57 taekwondo athletes. Measuring instruments used are the Social Support scale and the Self-Confidence scale. The data analysis technique used is Pearson Product Moment Correlation. The results obtained by the correlation value of 0.588 ( $p < 0.01$ ). These results indicate a very significant positive relationship between social support and self-confidence in taekwondo athletes when facing a match. Thus the hypothesis proposed is accepted.*

**Keywords :** *social support, self-confidence when facing a match, taekwondo athletes*

