

BAB 5

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1. Hasil Penelitian

5.1.1. Uji Asumsi

Melakukan uji asumsi merupakan tahap awal sebelum melakukan uji hipotesis data penelitian. Uji asumsi terdiri dari normalitas dan uji linearitas. Hasil uji asumsi dapat dilihat pada lampiran.

1. Uji normalitas

Uji normalitas dilakukan tidak dilakukan karena penelitian menggunakan studi populasi.

2. Uji Linearitas

Hasil uji linearitas antara variabel dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan menunjukkan korelasi yang linear, yaitu F_{linear} adalah 29,099 ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan memiliki hubungan yang linear. Uji Linearitas dapat dilihat pada lampiran E-2.

5.1.2. Analisis Data

Setelah melakukan uji asumsi, maka selanjutnya peneliti melakukan uji hipotesis menggunakan metode korelasi product moment dari *Pearson*. Hasil uji korelasi product moment yang menguji hubungan antara variabel dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan akan menghasilkan nilai korelasi positif sebesar 0,588 ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet

taekwondo saat menghadapi pertandingan memiliki korelasi yang positif dan sangat signifikan, maka ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan. Korelasi per-jenis dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan dapat dilihat pada tabel 5.1.

Tabel 5.1 Korelasi per-jenis dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan

	Dukungan Emosional	Dukungan Penghargaan	Dukungan Instrumental	Dukungan Informatif
Kepercayaan Diri	0,576** (<0,01)	0,567** (<0,01)	0,476** (<0,01)	0,494** (<0,01)

(**) : sangat signifikan

Berdasarkan hasil pengolahan data dengan metode korelasi product moment dari Pearson diatas, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian menyatakan “Hubungan yang Positif antara Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri pada Atlet Taekwondo saat menghadapi Pertandingan.” diterima. Hasil uji korelasi dapat dilihat pada lampiran F dan G.

5.2. Pembahasan

Berdasarkan hasil penghitungan uji korelasi menunjukkan bahwa koefisien korelasi *product moment* antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan adalah $r_{xy} = 0,588$ ($p < 0,01$) yang berarti sangat signifikan artinya ada hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis penelitian yaitu terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan dapat diterima. Semakin tinggi dukungan sosial maka

akan semakin tinggi kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan dan sebaliknya.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Al-Khoiri (2018) didapati bahwa ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri atlet pencak silat Jawa Tengah, jika individu mendapat dukungan sosial yang tinggi maka akan meningkatkan kepercayaan diri pada individu. Selain itu penelitian lain yang dilakukan oleh Yulianto & Nashori (2006) menunjukkan adanya hubungan positif antara kepercayaan diri dengan prestasi atlet Taekwondo DIY, karena dukungan sosial dapat memberikan dorongan untuk terus maju dalam pencapaian tujuan dan cita-cita sehingga kepercayaan diri individu meningkat. Kepercayaan diri merupakan modal dasar yang paling utama dalam diri seseorang untuk bisa mengaktualisasikan diri. Percaya diri merupakan salah satu aktualisasi diri yang positif, dengan memiliki kepercayaan diri individu mampu mengembangkan bakat, minat dan potensi yang ada di dalam dirinya sehingga bisa berkembang menjadi sebuah kesuksesan atau yang di sebut dengan prestasi (Komara, 2016).

Masalah yang timbul ketika seseorang tidak memiliki kepercayaan diri maka atlet akan kesulitan untuk melakukan kontrol terhadap dirinya sendiri sehingga berdampak pada *performance* saat bertanding menjadi kurang maksimal (Sakti & Rozali, 2015). Menurut Lauster (dalam Supriyanto, 2012) Kepercayaan diri merupakan hal penting dalam diri karena kepercayaan diri merupakan keyakinan diri untuk melakukan sesuatu dengan baik, dengan kata lain individu harus memiliki rasa percaya diri yang tinggi untuk melakukan yang terbaik. Lauster (2008) menambahkan bahwa individu yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi akan merasa yakin dengan kemampuan yang dimilikinya dan selalu berpikir positif

sehingga individu dapat melakukan kontrol terhadap dirinya dan dapat memecahkan masalah dengan baik.

Menurut Cox (dalam Setyawati, 2014) bahwa pada dasarnya semua atlet ingin untuk mendapatkan prestasi dalam semua pertandingan yang diikutinya, namun agar bisa berprestasi tentu membutuhkan berbagai macam hal yang perlu dipersiapkan salah satunya adalah kondisi psikologis seorang atlet. Sering kali kondisi psikologis atlet kurang diperhatikan dan hanya fokus pada kesiapan teknik, padahal kondisi psikologis sangat berpengaruh terhadap *performance* atlet saat bertanding. Kondisi psikologis yang kurang diperhatikan adalah rasa percaya diri pada atlet. Saat seorang atlet tidak memiliki rasa percaya diri saat menghadapi pertandingan, maka besar kemungkinan atlet tersebut tidak akan mampu menunjukkan potensi yang dimilikinya secara maksimal, namun ketika atlet memiliki rasa percaya diri yang tinggi maka atlet dapat fokus dan dapat menampilkan *performance* terbaiknya saat bertanding.

Kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor yang berbeda. Salah satunya adalah faktor dari luar yang berupa dukungan sosial, dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang berperan penting dalam meningkatkan kepercayaan diri pada individu. Sarafino (dalam Jarmitia, S. dkk, 2016) menjelaskan bahwa dukungan sosial yang diberikan oleh orang-orang disekitar individu akan membuat individu merasa lebih nyaman, aman, dihargai, dihormati, dan dipercaya yang kemudian akan berpengaruh pada meningkatnya rasa percaya diri. Atlet yang mendapat banyak dukungan sosial dapat terdorong untuk lebih percaya pada kemampuan yang dimiliki dan dapat membuat atlet lebih fokus pada saat bertanding, ketika fokus maka atlet akan lebih mudah untuk memecahkan masalah dan mengatur strategi dalam bertanding.

Pada penelitian ini, semua jenis dukungan sosial berpengaruh sangat signifikan terhadap kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informatif (House dalam Smet, 1994). Dukungan emosional berkorelasi sebesar $r_{xy} = 0,576$ ($p < 0,01$) yang berarti dukungan emosional dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Dukungan emosional terjadi dalam kehidupan sehari-hari dimana seseorang mengirimkan atau memberikan perhatian kepada orang lain (House dalam Smet, 1994). Dengan adanya dukungan emosional pada atlet maka hal tersebut dapat membuat atlet merasa diperhatikan dan dihargai sehingga atlet merasa lebih percaya pada kemampuan diri. Memberikan dukungan emosional berupa perhatian dan empati pada atlet sangat penting karena ketika atlet mendapat perhatian dan empati seperti pelatih membantu atlet menyiapkan peralatan sebelum bertanding atau atlet memberikan koreksi ketika atlet melakukan kesalahan maka atlet akan merasa nyaman, hal ini dapat meminimalisir atlet untuk berpikir pada hal-hal yang tidak perlu sehingga membuat atlet kehilangan fokus dan membuat atlet kesulitan untuk mengatur strategi (Nurjanah, 2018).

Jenis dukungan sosial lain yang mempengaruhi kepercayaan diri pada atlet saat menghadapi pertandingan yaitu dukungan penghargaan yang bernilai $r_{xy} = 0,567$ ($p < 0,01$) yang berarti sangat signifikan. Dukungan penghargaan dapat diberikan melalui pujian, motivasi dan tepuk tangan. Ketika individu mendapat pujian dari orang lain maka individu akan merasa dihargai atas segala usahanya dan membuat individu berpandangan positif terhadap kemampuan yang dimiliki hal ini akan membuat rasa percaya dirinya kembali tumbuh. Individu yang berpandangan atau berpikiran positif atas kemampuan yang dimilikinya akan

selalu yakin dengan kemampuan yang telah dimiliki dan akan terus berusaha untuk mengembangkan kemampuannya sehingga kemampuannya terus diasah dan menjadi lebih baik lagi (Nurjanah, 2018).

Selanjutnya jenis dukungan sosial yang mempengaruhi kepercayaan diri pada atlet saat menghadapi pertandingan yaitu dukungan instrumental yang bernilai $r_{xy} = 0,476$ ($p < 0,01$). Dukungan instrumental dapat diberikan dalam bentuk penyediaan sarana yang dibutuhkan untuk atlet. Atlet yang diberikan sarana kebutuhan seperti *gumshield*, *hugo (body protector)*, *dekker*, dan lain sebagainya akan merasa lebih aman. Ketika semua kebutuhan atlet telah terpenuhi maka atlet merasa lebih aman dan tidak merasa khawatir, sehingga atlet dapat fokus menyusun strategi saat bertanding agar dapat memunculkan *performance* terbaiknya. Menurut Ernawati, Rasni & Hardiani (2012) memberikan sarana kebutuhan bagi individu sangat penting, hal ini akan membuat individu lebih bersemangat dan lebih yakin ketika kebutuhannya telah lengkap terpenuhi sehingga individu lebih percaya diri dalam bertindak.

Jenis dukungan sosial terakhir yang berpengaruh sangat signifikan yaitu dukungan informatif yang bernilai $r_{xy} = 0,494$ ($p < 0,01$). Dukungan informatif dapat diberikan melalui nasihat, saran, *feedback*, dan juga dapat diberikan melalui ide. Atlet yang mendapat informasi yang cukup dan baik saat menghadapi pertandingan akan lebih siap ketika menghadapi masalah atau kendala. Pelatih atau teman dapat membantu memberikan ide atau saran kepada atlet ketika atlet merasa buntu dan butuh pertolongan, hal ini akan membuat atlet merasa dibantu dan dibanggakan sehingga atlet bisa lebih percaya diri (Sakti & Rozali, 2015).

Pada variabel kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan didapatkan hasil 7 subjek atau 12,3% dengan kategori rendah, 43

subjek atau 75,14% dengan kategori sedang dan 7 subjek atau 12,3% dengan kategori tinggi. Adapun hasil penelitian menunjukkan yaitu pada variabel interaksi sosial memiliki nilai perhitungan Mean Empirik (M_E) 77,77 dan Standart Deviasi Empirik (SD_E) 7,803. Kesimpulan yang diambil dari keseluruhan subjek adalah subjek memiliki kepercayaan diri dalam kategori sedang. Kepercayaan diri merupakan hal yang sangat penting karena kepercayaan diri merupakan keyakinan pada kemampuan diri, dengan adanya kepercayaan diri maka individu dapat mengaktualisasikan segala potensi dalam dirinya (Syam & Amri, 2017).

Pada variabel dukungan sosial didapatkan hasil 3 subjek atau 5,3% dengan kategori rendah, 41 subjek atau 71,9% dengan kategori sedang dan 9 atau 15,8% dengan kategori tinggi. Adapun hasil penelitian menunjukkan yaitu pada variabel motivasi belajar memiliki nilai perhitungan Mean Empirik (M_E) 75,19 dan Standart Deviasi Empirik (SD_E) 9,086. Kesimpulan yang diambil dari keseluruhan subjek adalah subjek yang memiliki dukungan sosial dalam kategori sedang. Dukungan sosial perlu diberikan kepada atlet agar atlet merasa diperhatikan, dipedulikan oleh orang-orang disekitarnya dan dapat menubuhkan semangat juang atlet. Atlet yang mendapat dukungan sosial dari orang disekitarnya akan selalu optimis dan yakin pada kemampuan yang dimilikinya sehingga atlet dapat memunculkan *performance* terbaiknya agar tidak membuat orang lain disekitarnya merasa kecewa.

Hasil menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki sumbangan efektif sebanyak 34,57%. Sisanya 65,43% dipengaruhi oleh faktor lain yaitu faktor internal berupa kondisi fisik, usia, jenis kelamin, dan harga diri (Hapsari & Primastuti, 2014). Jika dukungan sosial tidak ditingkatkan maka atlet yang memiliki

kepercayaan diri yang rendah akan kesulitan dalam memecahkan masalah dan menyusun strategi (Sakti & Rozali 2015).

Pada penelitian ini, peneliti menyadari tentunya ada kekurangan dan kelemahan dalam penelitian, yaitu pengisian skala kurang dapat diawasi dan dikontrol secara langsung karena penyebaran skala melalui *Google Form* dan penelitian ini hanya berfokus pada dukungan sosial pelatih.

