

Analisis tingkat *self confidence* pada atlet sepatu roda ***Analysis of self confidence evels in oller skating*** ***athletes***

Suryawati*¹, Rizki Burstiando¹, Wasis Himawanto¹, Budiman Agung Pratama¹

¹Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Kota Kediri, Indonesia

*Corresponding Author

Abstrak

Penelitian ini memiliki tujuan untuk menganalisis tingkat *self confidence* atlet pada klub sepatu roda FIST di Tulungagung, dengan jumlah sampel 13 orang atlet. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif non eksperimen. Instrumen dalam penelitian ini berupa angket tertutup dan skala yang digunakan adalah skala likert, dan mendapatkan data dari angket yang telah disebar kepada sampel. Hasil penelitian menunjukkan tingkat *self confidence* atlet sepatu roda FIST di Tulungagung berdasarkan 2 faktor yang mempengaruhi tingkat *self confidence* yaitu, faktor eksternal memperoleh kategori “tinggi” sebanyak 7 atlet (54%) dan faktor internal memperoleh kategori “tinggi” sebanyak 8 atlet (62%) dengan rata – rata 58 %. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa atlet sepatu roda FIST Tulungagung memiliki tingkat *self confindence* tinggi. Pernyataan tersebut dapat dimaknai bahwa atlet sepatu roda FIST Tulungagung memiliki keyakinan/percaya diri dan sportif dalam berlatih maupun bertanding untuk meraih prestasi.

Kata Kunci: Percaya Diri; Atlet; Sepatu Roda.

Abstract

This study aims to analyze the level of self-confidence of athletes at the FIST roller skating club in Tulungagung, with a sample of 13 athletes. The method used in this research is descriptive quantitative non-experimental. The instrument in this study is a closed questionnaire and the scale used is the Likert scale and obtains data from a questionnaire that has been distributed to the sample. The results showed that the self-confidence level of FIST roller skate athletes in Tulungagung was based on 2 factors that influenced the level of self-confidence, namely, external factors obtained the "high" category as many as 7 athletes (54%) and internal factors obtained the "high" category as many as 8 athletes (62%) with an average of 58%. Based on the results of this study, it can be concluded that the FIST Tulungagung roller skate athletes have a high level of self-confidence. This statement can be interpreted that the Tulungagung FIST roller skate athletes have confidence/confidence and are sporty in practicing and competing to achieve achievements.

Keywords: Self Confidence; Athlete; Roller Skating.

Received: 10 Juli 2022; Revised: 2 Agustus 2022; Accepted: 4 Agustus 2022

 <http://dx.doi.org/10.55379/sjs.v2i1.479>

Corresponding author: Suryawati, Jalan Desa Manyaran, Banyakan, Manyaran, Kediri, Jawa Timur 64157, Indonesia

Email: halosuryawati@gmail.com

PENDAHULUAN

Olahraga sepatu roda merupakan olahraga modern yang membutuhkan kemampuan atlet dalam aspek fisik dan aspek psikologis. Aspek psikologis tersebut juga sangat dibutuhkan oleh atlet untuk mencapai prestasi maksimal, pencapaian prestasi seorang atlet dipengaruhi oleh empat faktor, yaitu teknik, fisik, *skills*, dan mental (Darisman et al., 2021). Apabila empat faktor tersebut kurang baik maka penampilan seorang atlet akan kurang maksimal. Fisik, *skills*, dan taktik yang bagus harus diimbangi pula dengan salah satu komponen psikologis yang memiliki pengaruh pada penampilan atlet, yaitu *self confidence*.

Hassan et al., (2017) menyatakan bahwa *self confidence* merupakan kesadaran dalam meyakini kemampuan atau potensi yang dimiliki diri sendiri. Keyakinan tersebut dapat menumbuhkan energi positif pada mental dan dapat menjadi pemacu dalam menjalankan dan mencapai tujuan (prestasi). Sehingga dapat dikatakan jika seorang individu dapat menumbuhkan dan memanfaatkan *self confidence* dengan cara tepat akan menghasilkan hasil (prestasi) yang baik pula. Kuswoyo et al., (2017) menyatakan bahwa *self confidence* merupakan kondisi psikologis individu dalam meyakinkan dirinya untuk melakukan yang terbaik dan menjadi modal utama seorang atlet untuk mencapai prestasi maksimal. Effendi (2016) mengatakan bahwa *self confidence* menjadi modal utama dalam mencapai sebuah prestasi atau hasil yang baik, namun setiap individu memiliki tingkat *self confidence* berbeda – beda.

Sepatu roda disebut sebagai salah satu olahraga modifikasi dari olahraga *sky* atau *ice skating* dengan tujuan agar para atlet *sky* atau *ice skating* tetap bisa melakukan latihan pada musim panas. Affan (2015) dikatakan bahwa sepatu roda diciptakan pertama kali pada tahun 1760-an dengan model satu garis roda pada alas sepatu. Olahraga sepatu roda lebih dikenal sebagai olahraga rekreasi bagi masyarakat umum, namun olahraga sepatu roda juga termasuk olahraga prestasi yang dipertandingkan.

FIST (*Freedom Inline Skate Tulungagung*) merupakan salah satu klub pelatihan atlet sepatu roda yang ada di daerah Tulungagung Jawa Timur.

FIST atau kepanjangan dari *Freedom Inline Skate* berdiri sejak 17 Agustus 2020 dan telah tergabung menjadi anggota tidak tetap PORSEROSI sejak tahun 2021. Klub FIST yang sudah terbentuk hampir tiga tahun ini memiliki 13 atlet dengan rentang usia 5 – 14 tahun dan telah mengukir prestasi yaitu Juara Umum III KEJURPROV VI 2021 kelas *Speed*. Penelitian ini dilakukan karena belum diketahui data mengenai tingkat *self confidence* atlet, oleh karena itu penelitian dilakukan untuk mengetahui tingkat *self confidence* atlet sepatu roda FIST Tulungagung.

METODE

Metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan non eksperimen digunakan dalam penelitian ini. Metode tersebut digunakan untuk mendata data numerik untuk di analisa menggunakan program SPSS dan Ms. Excel untuk menjawab permasalahan dalam penelitian ini, yaitu tingkat *self confidence* atlet sepatu roda FIST Tulungagung. Metode tersebut digunakan karena perolehan data berupa angka atau numerik dan disimpulkan dalam bentuk kalimat.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh. [Sugiyono \(2017\)](#) teknik sampling jenuh merupakan teknik dengan semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. [Sugiyono \(2013\)](#) berpendapat bahwa populasi merupakan wilayah sama rata, terdiri atas subjek yang memiliki karakter dan kualitas tertentu yang ditetapkan peneliti untuk diteliti, dipelajari dan ditarik kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet sepatu roda FIST Tulungagung yang berjumlah 13 orang atlet. Penelitian ini menggunakan angket sebagai instrumen penelitian, dan skala yang digunakan untuk norma tes adalah skala Likert.

Variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel dengan mengacu pada teori ([Ghufron & Risnawati, 2017](#)) kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item – item instrumen berupa pernyataan atau pertanyaan.

Tabel 1. Kisi – Kisi Instrumen (Angket)

| Variabel | Faktor | Indikator | Butir | | Jumlah |
|-----------------------------------|-----------|--------------------|------------|-------------|--------|
| | | | Favorable | Unfavorable | |
| Self Confidence (Percaya Diri) | Internal | Konsep Diri | 1,7,9 | 11, 22 | 5 |
| | | Harga Diri | 4 | 13, 21 | 3 |
| | | Kondisi Fisik | 8, 10, 12 | 14, 17 | 5 |
| | Eksternal | Pengalaman Tanding | 15, 20, 23 | 16 | 4 |
| | | Pendidikan | 18 | - | 1 |
| | | Lingkungan | 19, 25, 27 | - | 3 |

Uji validitas merupakan ketepatan alat ukur atau instrumen terhadap variabel yang akan diukur. Instrumen yang tepat memiliki validitas yang tinggi, dan sebaliknya. Nilai r tabel dengan taraf signifikan 5% menggunakan $n = 15$ sebesar 0,514. Jumlah akhir instrumen berjumlah 21 soal dengan ketentuan angka korelasi $> 0,514$. Jika r hitung $> r$ tabel, maka butir soal dinyatakan valid. Uji reliabilitas merupakan proses lanjutan dari uji validitas. Uji reliabilitas dilakukan dengan tujuan mengetahui apakah pengukuran konsisten jika dilakukan pengukuran ulang. Instrumen dikatakan reliabel jika memiliki taraf reliabilitas tinggi ditentukan oleh angka, nilai angka yang dianggap koefisien reliabilitas berkisar 0 – 1, dengan ketentuan alat ukur yang mendekati angka satu maka semakin reliabel.

Tabel 2. Reliability Statistics

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|------------------|------------|
| 0,929 | 21 |

Dari tabel uji reliabilitas menggunakan metode *Cronbach's Alpha* diatas diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,929, sedangkan nilai r tabel pada signifikansi 5% ($N = 21$) sebesar 0,413, maka dapat disimpulkan bahwa 0,929 $> 0,413$ bersifat reliabel.

HASIL

Dalam penelitian ini menghasilkan data tentang tingkat *self confidence* atlet sepatu roda FIST Tulungagung yang diteliti menggunakan instrumen berupa angket berjumlah 21 butir, terbagi menjadi dua faktor, yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Berikut pemaparan hasil analisis data penelitian tingkat *self confidence* atlet sepatu roda FIST Tulungagung. Dari data menunjukkan

tingkat *self confidence* atlet sepatu roda FIST Tulungagung dengan presentase sebesar 74% masuk dalam kategori tinggi.

Tabel 3. Presentase tingkat *Self Confidence* atlet sepatu roda FIST Tulungagung

| N | Skor Riil | Skor Maksimal | Presentasi | Kategori |
|----------|------------------|----------------------|-------------------|-----------------|
| 13 | 1016 | 1365 | 75% | Tinggi |

Sesuai distribusi frekuensi menunjukkan tingkat *self confidence* atlet sepatu roda FIST Tulungagung berdasarkan faktor eksternal dimulai dari kategori “sangat rendah” sebanyak 0 atlet (0%), “rendah” sebanyak 0 atlet (0%), “sedang” 2 atlet (15%), “tinggi” sebanyak 7 atlet (54%), “sangat tinggi” sebanyak 4 atlet (31%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat *Self Confidence* Atlet Sepatu Roda FIST Tulungagung

| Kategori | F | % | | F | % | | F | % |
|-----------------|-----------|------------|-------------------------|-----------|------------|------------------------|-----------|------------|
| Sangat Tinggi | 4 | 31% | Faktor Eksternal | 0 | 0% | Faktor Internal | 2 | 15% |
| Tinggi | 7 | 54% | | 7 | 54% | | 8 | 62% |
| Sedang | 2 | 15% | | 5 | 38% | | 3 | 23% |
| Rendah | 0 | 0% | | 1 | 8% | | 0 | 0% |
| Sangat Rendah | 0 | 0% | | 0 | 0% | | 0 | 0% |
| Jumlah | 13 | 100 | | 13 | 100 | | 13 | 100 |

Dalam faktor eksternal terdapat dua indikator, yaitu pendidikan dan lingkungan. Faktor eksternal mengandung empat butir pernyataan dalam angket dan menghasilkan data tingkat *self confidence* atlet sepatu roda FIST Tulungagung berdasarkan faktor eksternal dimulai dari kategori “sangat rendah” sebanyak 0 atlet (0%), “rendah” sebanyak 1 atlet (8%), “sedang” sebanyak 5 atlet (38%), “tinggi” sebanyak 7 atlet (54%) dan “sangat tinggi” sebanyak 0 atlet (0%).

Dalam faktor internal terdapat empat indikator, yaitu konsep diri, harga diri, kondisi fisik dan pengalaman tanding. Faktor internal mengandung 17 butir pernyataan dalam angket dan menghasilkan data tingkat *self confidence* atlet sepatu roda FIST Tulungagung berdasarkan faktor internal dimulai dari kategori “sangat rendah” sebanyak 0 atlet (0%), “rendah” sebanyak 0 atlet (0%), “sedang” sebanyak 3 atlet (23%), “tinggi” sebanyak 8 atlet (62%) dan “sangat tinggi” sebanyak 2 atlet (15%).

PEMBAHASAN

Dari data yang telah dikumpulkan rata - rata tingkat *self confidence* atlet sepatu roda FIST Tulungagung berdasarkan faktor eksternal dan internal termasuk dalam kategori “tinggi” yaitu, berjumlah 7 atlet (N=13) dengan persentase sebesar 58%, dapat dinyatakan bahwa atlet sepatu roda FIST Tulungagung memiliki tingkat *self confidence* tinggi. Pernyataan tersebut dapat dimaknai bahwa atlet sepatu roda FIST Tulungagung memiliki keyakinan/percaya diri dan sportif dalam berlatih maupun bertanding untuk meraih prestasi.

Atlet dengan percaya diri yang optimal akan memiliki rasa yakin yang kuat pada diri sendiri untuk mencapai tujuan atau prestasi, dengan rasa yakin tersebut akan menumbuhkan upaya serta kerja keras untuk dapat mencapainya dengan potensi yang dimiliki seorang individu (Mylsidayu, 2016; Prasetyo et al., 2022). Seorang individu yang memiliki tingkat *self confidence* yang tinggi akan memiliki sikap lebih tenang, mudah bersosialisasi, tidak mudah terpengaruh dalam mengambil keputusan, mampu menentukan langkah pasti dalam menghadapi tantangan. Purnomo et al. (2020) *self confidence* (percaya diri) harus dimiliki seorang atlet untuk menampilkan kemampuan secara maksimal tanpa takut melakukan kesalahan, sedangkan menurut (Aguss & Fahrizqi, 2020; Kamnuron et al., 2020) jika atlet yang memiliki rasa percaya diri optimal mampu mendorong atlet memiliki motivasi kuat sehingga memperoleh prestasi lebih baik.

Diluar dari pembahasan hasil tersebut, riset psikologis atau *self confidence* (kepercayaan diri) pada atlet sepatu roda di Indonesia masih jarang. Oleh karena itu hasil penelitian ini diharap dapat mengembangkan dan menambah variasi penelitian psikologi olahraga pada atlet sepatu roda maupun cabang lainnya, namun hasil penelitian belum bisa memprediksi secara detail cara meningkatkan variabel terkait. Oleh sebab itu diharapkan dapat dikaji lebih dalam oleh peneliti lain untuk mendapat hasil yang bervariasi.

KESIMPULAN

Dari data hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa atlet sepatu roda FIST Tulungagung rata - rata memiliki tingkat *self confidence* “tinggi”. Berdasarkan dua faktor yang mempengaruhi tingkat *self confidence* yaitu, faktor eksternal memperoleh kategori “tinggi” sebanyak 7 atlet (54%) dan faktor internal memperoleh kategori “tinggi” sebanyak 8 atlet (62%) dengan rata – rata 58 %. Disimpulkan bahwa atlet sepatu roda FIST Tulungagung memiliki tingkat *self confidence* tinggi. Pernyataan tersebut dapat dimaknai bahwa atlet sepatu roda FIST Tulungagung memiliki keyakinan/percaya diri dan sportif dalam berlatih maupun bertanding untuk meraih prestasi. Hal tersebut akan memberikan pengaruh positif bagi atlet untuk terus berupaya dan pantang menyerah dalam melakukan latihan maupun mengikuti pertandingan.

KONTRIBUSI PENULIS

Author 1: Writing – Review & Editing Original Draft. Author 2: Methodology. Author 3: Validating. Author 4: Software and Writing.

DAFTAR PUSTAKA

- Affan, Z. (2015). *Survei Pembinaan Klub-klub Sepatu Roda Usia Dini di Kota Semarang*. 1–146. <https://lib.unnes.ac.id/23484/1/6102411073.pdf>
- Aguss, R. M., & Fahrizqi, E. B. (2020). Analisis Tingkat Kepercayaan Diri Saat Bertanding Atlet Pencak Silat Perguruan Satria Sejati. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(2), 164. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i2.9117>
- Darisman, E. K., Prasetyo, R., & Bayu, W. I. (2021). *Belajar Psikologi Olahraga Sebuah Teori dan Aplikasi Dalam Olahraga*. Jakad Media Publishing.
- Effendi, H. (2016). Peranan psikologi olahraga dalam meningkatkan prestasi atlet. *Nusantara (Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial)*, 1(1), 23–30. <http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/nusantara/article/view/90>
- Ghufron, M. N., & Risnawati, R. (2017). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Hassan, H., Amir, M., & Hossein, S. (2017). Confidence, Cognitive and Somatic Anxiety Among Elite and Non-Elite Futsal Players and Its Relationship With Situational Factors. *Pedagogics, Psychology, Medical-Biological Problems of Physical Training and Sports*, 21(2), 13. <https://doi.org/10.15561/18189172.2017.0202>
- Kamnuron, A., Hidayat, Y., & Nuryadi, N. (2020). Perbedaan Kepercayaan Diri Pada Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga. *Physical Activity Journal*, 1(2), 133. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2020.1.2.2394>
- Kuswoyo, D. D., Pramono, H., & Rifai, A. R. (2017). Kontribusi percaya diri,

konsentrasi dan motivasi terhadap kinerja wasit persatuan sepak bola seluruh Indonesia Provinsi Sumatera Selatan. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(3), 241–247. <https://doi.org/10.15294/JPES.V6I3.20587>

Mylsidayu, A. (2016). Tingkat Self Confidence Dalam Pertandingan Futsal antar Kelas Pada Mahasiswa PJKR FKIP Unisma Bekasi. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, 7(1), 48–58. <https://doi.org/10.33558/MOTION.V7I1.496>

Prasetyo, R., Bayu, W. I., & Darisman, E. K. (2022). Psychological characteristics of athletes in regional training center. *Journal Sport Area*, 7(2), 310–319. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2022.vol7\(2\).7323](https://doi.org/10.25299/sportarea.2022.vol7(2).7323)

Purnomo, E., Marheni, E., & Jermaina, N. (2020). Tingkat Kepercayaan Diri Atlet Remaja. *Journal of Sport Science and Physical Education*, 1(2), 1–7. <https://doi.org/10.38114/josepha.v1i2.86>

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan: (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Alfabeta.