



## Tinjauan Tingkat Percaya Diri Pemain Sepakbola U17 SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman

Faisal Anuar<sup>1</sup>, Syahrastani<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang  
<sup>1</sup>[anuarfaisal436@gmail.com](mailto:anuarfaisal436@gmail.com) <sup>2</sup>[syahrastani@yahoo.com](mailto:syahrastani@yahoo.com)

Kata kunci: percaya diri

**Abstrak :** Masalah penelitian ini adalah kecemasan dan rasa *minder* yang berlebihan oleh pemain U17 pada saat berkompetisi, sehingga hal tersebut membuat penampilan pemain menjadi terganggu. Oleh sebab itu maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat percaya diri pemain sepakbola U17 SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman. Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian deskriptif. Populasi penelitian adalah pemain sepakbola U17 SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman yang berjumlah 20 orang. Sampel penelitian adalah keseluruhan populasi yang berjumlah 20 orang dengan teknik penarikan sampel *total sampling*. Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel percaya diri adalah berupa angket. Teknik analisa data menggunakan analisis deskriptif dengan rumus tabulasi frekuensi. Hasil penelitian: Tingkat percaya diri pemain sepak bola U17 SSB taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman termasuk dalam klasifikasi cukup dengan rata-rata perolehan persentase pencapaian skor sebesar 60,97%. Perolehan persentase pencapaian skor tertinggi adalah 86,67% (sangat baik) dan Perolehan persentase pencapaian skor terendah adalah 39,39% (kurang).

*Keyword: Confident*

**Abstract:** *The problem of this research is the anxiety and excessive inferiority of the U17 players when competing, so that it makes the player's appearance disturbed. One of the problems is allegedly caused by the low confidence of players. Therefore, this study aims to determine the level of confidence of U17 SSB soccer players Head of Hilalang District, Padang Regency Pariaman. The type of research conducted is descriptive research. The research population was U17 soccer player SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman which numbered 20 people. The research sample is a total population of 20 people with a total sampling technique. The instrument used to measure confidence variables is a questionnaire. The data analysis technique uses descriptive analysis with the frequency tabulation formula. Results: The level of confidence of the U17 SSB soccer player Head of Hilalang District, Kabupaten Pariaman was included in the classification with enough to obtain a percentage of achievement score of 60.97%. The percentage of achievement of the highest score was 86.67% (very good) and the percentage achievement of the lowest score was 39.39% (less).*

### PENDAHULUAN

Olahraga adalah kegiatan bermanfaat untuk meningkatkan Kesegaran Jasmani. Olahraga tidak hanya dijadikan sarana rekreasi semata, namun olahraga juga bertujuan untuk suatu prestasi yang dilakukan secara individu maupun secara berkelompok. Pencapaian prestasi merupakan alasan yang tepat untuk menunjang pembangunan

dibidang olahraga, terutama dalam pengadaan sarana dan prasarana olahraga. Dalam rangka meningkatkan olahraga sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia, maka kegiatan olahraga yang dilakukan tidak hanya sekedar memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat agar masyarakat Indonesia selalu memiliki jiwa dan

raga yang sehat dan segar jasmani. Olahraga yang dilakukan dan dilaksanakan juga untuk memperoleh penghargaan dan mengharumkan nama bangsa baik di daerah, regional, nasional maupun internasional. Dimana untuk menghasilkan prestasi tersebut, seorang atlet atau olahragawan harus berlatih agar bisa mencapai prestasi maksimal. Pengembangan olahraga di Indonesia diarahkan pada pembentukan dan pengembangan prestasi. Untuk pencapaian prestasi terhadap suatu cabang olahraga maka pemerintah menginstruksikan kepada masyarakat Indonesia untuk mendirikan perkumpulan atau klub olahraga. Pendirian perkumpulan atau klub olahraga adalah untuk memudahkan pencapaian tujuan peningkatan prestasi tiap-tiap cabang olahraga yang ada di Indonesia, salah satu cabang olahraga yang banyak diminati oleh masyarakat Indonesia adalah sepakbola.

Olahraga sepakbola merupakan suatu cabang olahraga yang sangat populer di dunia, sepakbola telah banyak mengalami perubahan dan perkembangan dari bentuk yang sederhana sampai menjadi sepakbola modern yang sangat digemari dan dikagumi banyak orang, baik anak-anak, orang dewasa, orang tua, bahkan wanita mulai dari kalangan bawah, kalangan menengah sampai kalangan atas serta kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi yang berkembang sangat pesat juga ikut mempengaruhinya. Jika kita lihat dari perkembangannya, sepakbola dari tahun-ketahun selalu berkembang dengan pesat dan tingkat kemampuan tekniknya pun semakin berkembang.

Sedangkan menurut Syahrastani (2010:56) “Rasa percaya diri dalam olahraga adalah suatu sikap (*attitude*) yang mampu untuk mengatasi segala kesulitan, perubahan, frustrasi atas kegagalan, gangguan atau krisis emosional dengan penuh keyakinan akan kemampuan diri sendiri, dan yakin mampu menghadapi segala gangguan tersebut secara efisien, dengan penuh keberanian dan percaya diri”. Rasa percaya diri adalah musuh dari rasa putus asa atau frustrasi, kebingungan, dan ketakutan. Dalam percaya diri yang tinggi tercermin kemauan yang kuat, kemantapan dalam niat untuk berjuang terus dan tidak kenal menyerah meskipun menghadapi tantangan yang berat.

Menurut Lauster dalam Komarudin (2013) percaya diri merupakan suatu sikap atau perasaan

yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan bertanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan berpartisipasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangannya. Oleh karena itu Lauster menggambarkan bahwa orang yang mempunyai percaya diri memiliki ciri-ciri tidak mementingkan diri sendiri (toleransi), tidak membutuhkan dukungan orang lain, optimis, dan gembira.

Berdasarkan teori dapat dipahami bahwa percaya diri adalah keyakinan atas kemampuan yang dimiliki oleh atlet untuk mencapai kesuksesan dalam situasi kompetitif (pertandingan). Atlet yang mempunyai rasa percaya diri tinggi akan senantiasa selalu bersifat optimis untuk berprestasi, disamping itu ia mampu memanfaatkan rasa percaya diri yang dimilikinya untuk mensukseskan setiap aktifitas (pertandingan) yang dilakukannya dengan baik serta tepat sasaran.

Menurut Lane dalam Komarudin (2013:74) “Percaya diri terbentuk oleh tiga ranah yaitu prestasi, regulasi diri, dan iklim sosial. Selain itu *ABC’s psikologis* sangat menentukan juga yang meliputi bersikap atau merasakan perilaku, dan *kognitif*. Ketiga ranah dalam *ABC’s psikologis* dipandang memiliki hubungan yang sangat penting dalam rangka memahami bagaimana percaya diri mempengaruhi penampilan atlet, yaitu melalui bagaimana atlet bersikap merasakan (*affect*), merespon (*behavior*), dan berfikir (*cognition*) sesuatu yang terjadi kepada dirinya dalam olahraga”.

Sekolah Sepakbola (SSB) Taruna Kepala Hilalang merupakan salah satu perkumpulan olahraga sepakbola berdiri tahun 2000 tetapi masih minim prestasi. Oleh sebab itu untuk mencapai prestasi, SSB Taruna Kepala Hilalang meningkatkan program latihan, sarana dan prasarana, bentuk latihan, dan peran pelatih yang dapat meningkatkan kemampuan bermain sepakbola terutama keterampilan menendang bola.

Kemudian pada saat *Observasi*, peneliti juga melakukan diskusi ataupun tanya jawab dengan staf pelatih SSB Taruna Kepala Hilalang

yaitu pelatih Dian Ade Putra dan Rhomer Gumbara, tentang tingkat percaya diri pemain sepakbola SSB Taruna Kepala Hilalang baik dari segi penguasaan teknik maupun bentuk-bentuk latihan yang diberikan. Menurut pelatih, bahwa dari segi penguasaan teknik secara keseluruhan banyak pemain yang sudah menguasai teknik, namun dari segi khususnya kondisi fisik masih lemah dan masih tingginya tingkat kecemasan pemain saat bermain. Masalah dalam penelitian ini adalah kurang percaya dirinya pemain dalam bermain sepakbola pemain sepakbola SSB Taruna Kepala Hilalang. Karena melihat lemahnya kemampuan percaya diri dalam bermain sepakbola.

Melihat kenyataan seperti yang telah diuraikan di atas, maka pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian terhadap SSB Taruna Kepala Hilalang. Dengan demikian judul penelitian ini adalah tentang: “Tinjauan Percaya Diri Pemain Sepakbola U17 SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman”.

## METODE PENELITIAN

Berdasarkan permasalahan yang akan dibahas, maka penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pemain sepakbola U17 Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman yang berjumlah sebanyak 20 orang. Teknik penarikan sampel menggunakan *total sampling*. Hal ini disebabkan karena jumlah populasi yang relative kecil yaitu berjumlah 20 orang. Berdasarkan penjelasan tersebut ditetapkan jumlah sampel yang digunakan sebanyak 20 pemain SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman.

Instrument penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengambil informasi dan data yang terdiri dari sumber data atau pengambilan data dengan memperhatikan masalah-masalah dari variabel yang di teliti. Dalam penelitian ini instrument yang digunakan adalah angket atau kuesioner. Jenis angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner tertutup, dimana responden sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih. Data yang telah terkumpul kemudian dengan menghitung persentase dengan rumus:

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

P : Jumlah persentase jawaban  
f : Frekuensi  
n : Jumlah responden

## HASIL PENELITIAN

### 1. Tingkat Keyakinan Akan Kemampuan Diri Pemain Sepak Bola U17 SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman

Setelah dilakukan pengumpulan data dan analisis data maka dari 20 orang sampel diketahui rata-rata persentase (%) tingkat keyakinan akan kemampuan diri pemain sebesar 52,13%. Standar deviasi persentase (%) tingkat keyakinan akan kemampuan diri pemain sebesar 12,04%. Persentase (%) tertinggi tingkat keyakinan akan kemampuan diri pemain adalah 92,50% dan persentase (%) terendah tingkat keyakinan akan kemampuan diri pemain adalah 35,00%.



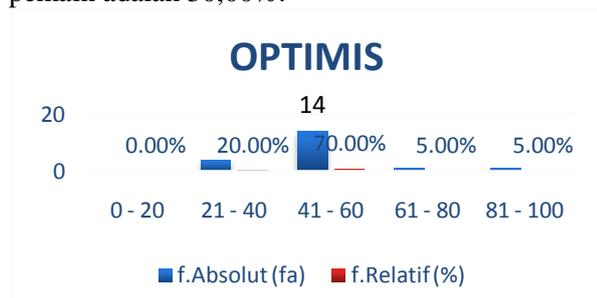
Gambar 1. Histogram Data Tingkat Keyakinan Akan Kemampuan Diri

Berdasarkan histogram batang maka dapat diberikan penjelasan sebagai berikut: Dari 20 orang sampel diketahui 1 orang responden (5,00%) memiliki tingkat keyakinan akan kemampuan diri dengan tingkat persentase berkisar 81% -100% (klasifikasi sangat baik). 1 orang responden (5,00%) memiliki tingkat keyakinan akan kemampuan diri dengan tingkat persentase berkisar 61% - 80% (klasifikasi baik). 15 orang responden (75,00%) memiliki tingkat keyakinan akan kemampuan diri dengan tingkat persentase berkisar 41% - 60% (klasifikasi cukup). 3 orang responden (15,00%) memiliki tingkat keyakinan akan kemampuan diri dengan

tingkat persentase berkisar 21% - 40% (klasifikasi kurang).

## 2. Tingkat Optimis Pemain Sepak Bola U17 SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman

Setelah dilakukan pengumpulan data dan analisis data optimis maka dari 20 orang sampel diketahui rata-rata persentase (%) tingkat optimis pemain sebesar 53,75%. Standar deviasi persentase (%) tingkat optimis pemain 12,34%. Persentase (%) tertinggi tingkat optimis pemain adalah 90,00% dan persentase (%) terendah tingkat optimis pemain adalah 30,00%.



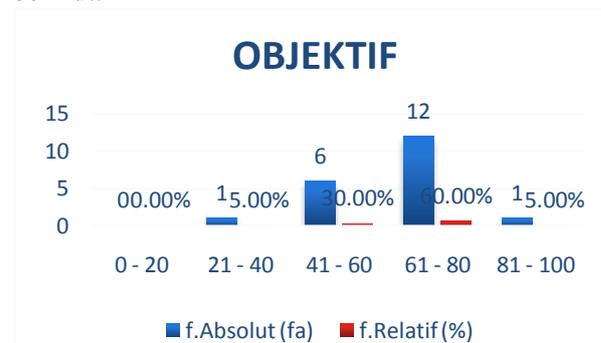
Gambar 2. Histogram Data Tingkat Optimis

Berdasarkan histogram batang maka dapat diberikan penjelasan sebagai berikut: Dari 20 orang sampel diketahui 1 orang responden (5,00%) memiliki tingkat optimis dengan tingkat persentase berkisar 81% - 100% (klasifikasi sangat baik). 1 orang responden (5,00%) memiliki tingkat optimis dengan tingkat persentase berkisar 61% - 80% (klasifikasi baik). 14 orang responden (70,00%) memiliki tingkat optimis dengan tingkat persentase berkisar 41% - 60% (klasifikasi cukup). 4 orang responden (20,00%) memiliki tingkat optimis dengan tingkat persentase berkisar 21% - 40% (klasifikasi kurang).

## 3. Tingkat Objektif Pemain Sepak Bola U17 SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman

Setelah dilakukan pengumpulan data dan analisis data objektif maka diperoleh penyebaran data sebagai berikut: Dari 20 orang sampel diketahui rata-rata persentase (%) tingkat keobjektifan pemain sebesar 61,83%. Standar deviasi persentase (%) tingkat keobjektifan pemain 10,46%. Persentase (%) tertinggi tingkat keobjektifan pemain adalah 83,33% dan persentase (%) terendah tingkat keobjektifan

pemain adalah 36,67%. Untuk lebih jelasnya penyebaran data objektif responden maka dapat dilihat pada tabel distribusi frekuensi sebagai berikut.

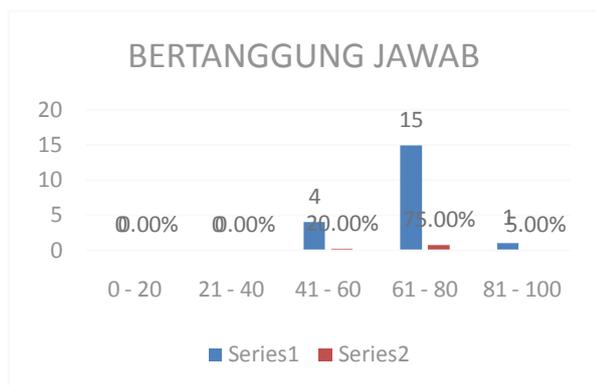


Gambar 3. Histogram Data Tingkat Objektif

Berdasarkan histogram batang maka dapat diberikan penjelasan sebagai berikut: Dari 20 orang sampel diketahui 1 orang responden (5,00%) memiliki tingkat objektif dengan tingkat persentase berkisar 81%-100% (klasifikasi sangat baik). 12 orang responden (60,00%) memiliki tingkat objektif dengan tingkat persentase berkisar 61%-80% (klasifikasi baik). 6 orang responden (30,00%) memiliki tingkat objektif dengan tingkat persentase berkisar 41%-60% (klasifikasi cukup). 1 orang responden (5,00%) memiliki tingkat objektif dengan tingkat persentase berkisar 21%-40% (klasifikasi kurang).

## 4. Tingkat Tanggung Jawab Pemain Sepak Bola U17 SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman

Setelah dilakukan pengumpulan data dan analisis data tanggung jawab maka diperoleh penyebaran data sebagai berikut: Dari 20 orang sampel diketahui rata-rata persentase (%) tingkat tanggung jawab pemain sebesar 68,83%. Standar deviasi persentase (%) tingkat tanggung jawab pemain 10,10%. Persentase (%) tertinggi tingkat tanggung jawab pemain adalah 83,33% dan persentase (%) terendah tingkat tanggung jawab pemain adalah 43,33%. Untuk lebih jelasnya penyebaran data tanggung jawab responden maka dapat dilihat pada tabel distribusi frekuensi sebagai berikut

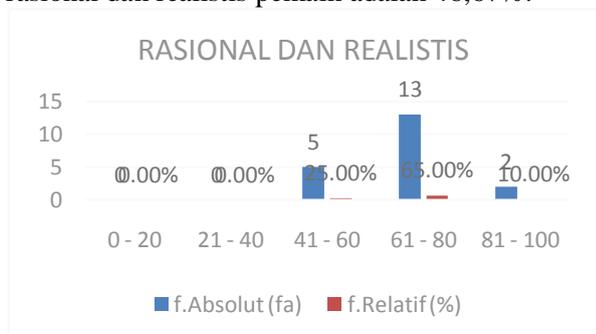


Gambar 4. Histogram Data Tanggung Jawab

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi dan histogram batang maka dapat diberikan penjelasan sebagai berikut: Dari 20 orang sampel diketahui 1 orang responden (5,00%) memiliki tingkat tanggung jawab dengan tingkat persentase berkisar 81% - 100% (klasifikasi sangat baik). 15 orang responden (75,00%) memiliki tingkat tanggung jawab dengan tingkat persentase berkisar 61% - 80% (klasifikasi baik). 4 orang responden (20,00%) memiliki tingkat tanggung jawab dengan tingkat persentase berkisar 41% - 60% (klasifikasi cukup).

### 5. Tingkat Rasional dan Realistis Pemain Sepak Bola U17 SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman

Setelah dilakukan pengumpulan data dan analisis data rasional dan realistis maka diperoleh penyebaran sebagai berikut: Dari 20 orang sampel diketahui rata-rata persentase (%) tingkat rasional dan realistis pemain sebesar 66,22%. Standar deviasi persentase (%) tingkat rasional dan realistis pemain 9,64%. Persentase (%) tertinggi tingkat rasional dan realistis pemain adalah 84,44% dan persentase (%) terendah tingkat rasional dan realistis pemain adalah 46,67%.



Gambar 5. Histogram Data Tingkat Rasional dan Realistis

Berdasarkan histogram batang maka dapat diberikan penjelasan sebagai berikut: Dari 20 orang sampel diketahui 2 orang responden (10,00%) memiliki tingkat rasional dan realistis dengan tingkat persentase berkisar 81%-100% (klasifikasi sangat baik). 13 orang responden (65,00%) memiliki tingkat rasional dan realistis dengan tingkat persentase berkisar 61%-80% (klasifikasi baik). 5 orang responden (25,00%) memiliki tingkat rasional dan realistis dengan tingkat persentase berkisar 41%-60% (klasifikasi cukup).

### PEMBAHASAN

Tingkat percaya diri pemain Sepakbola U17 SSB Taruna Kepala Hilalang sebagian besar berada pada kategori cukup. Kepercayaan diri merupakan syarat utama untuk meraih prestasi termasuk pada cabang olahraga sepakbola. Dengan kepercayaan diri yang tinggi maka pemain akan mampu mengeluarkan kemampuan terbaik, dengan kepercayaan diri tinggi pemain akan mampu mengatasi tekanan yang dihadapi pada setiap pertandingan. Sebaliknya dengan kepercayaan diri yang rendah pemain akan mengalami keterbatasan dalam memberikan penampilan terbaik, dengan kepercayaan diri yang rendah maka pemain akan sulit untuk mengatasi tekanan yang diberikan oleh lawan ataupun pendukung lawan. Kepercayaan diri yang pemain Sepakbola U17 SSB Taruna Kepala Hilalang yang masih berada pada kategori cukup merupakan pekerjaan rumah yang harus diperbaiki oleh pemain serta manajemen klub agar prestasi maksimal dapat diraih.

### SIMPULAN

Berdasarkan analisis data yang dilakukan maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut: Tingkat percaya diri pemain sepak bola U17 SSB taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman termasuk dalam klasifikasi cukup dengan rata-rata perolehan persentase pencapaian skor sebesar 60,97%. Perolehan persentase pencapaian skor tertinggi adalah 86,67% (sangat baik) dan Perolehan persentase pencapaian skor terendah adalah 39,39% (kurang).

## **DAFTAR RUJUKAN**

- Komarudin, 2013. *Psikologi Olahraga*, Bandung : PT REMAJA ROSDAKARYA.
- Syahrastani, 2010. *Psikologi Olahraga*, Padang : Wineka Pedia
- Satiadarma, Monty P. 2000. *Dasar-dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta : Pustaka Sinar Harapan.
- Suheri (2010:30). *Norma Penilaian Tingkat Capaian Skor*.