

HUBUNGAN ANTARA SELF-EFFICACY DENGAN MOTIVASI BERPRESTASI PADA ATLET JUDO DI SURABAYA

Yuriko Paramita, Niken Titi Pratitis, Mamang Efendy

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Jl. Semolowaru No. 45 Surabaya

Email : Yurikoparamita7@gmail.com

ABSTRACT

The research was to understand the correlation between self-efficacy and achievement motivation in Surabaya judo athletes. The hypothesis in this study is that there is a positive relationship between self-efficacy and achievement motivation in Surabaya judo athletes. The method in this research is correlational quantitative research using quota sampling technique. The subjects in this study were 60 Judo athletes in Surabaya. The data collection instrument in this study used a Likert scale. The research of this study indicate that there is a positive and significant relationship between self-efficacy and achievement motivation in Surabaya judo athletes.

Keywords: *Achievement Motivation, Self Efficacy, Judo Surabaya*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* terhadap motivasi berprestasi atlet judo Surabaya. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang positif antara self-efficacy terhadap motivasi berprestasi pada atlet judo Surabaya. Metode dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional dengan menggunakan teknik *quota sampling*. Subyek dalam penelitian ini adalah 60 atlet Judo di Surabaya. Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *likert*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *self-efficacy* dengan motivasi berprestasi pada atlet judo Surabaya.

Kata Kunci: motivasi berprestasi, self-efficacy, judo surabaya

PENDAHULUAN

Salah satu cabang olahraga beladiri tertua yang berkembang di Indonesia adalah Judo. Olahraga Judo yang telah di kenal di Indonesia sejak tahun 1942, dimasa penjajahan Jepang semakin berjaya sejak berdirinya perkumpulan Judo pertama di Jakarta tahun 1949 (Abdi, 2018). Pada tahun 1955 di bentuk organisasi Judo Indonesia dengan nama Persatuan Judo Seluruh Indonesia (PJSI) yang mengelola kegiatan Judo secara nasional maupun Internasional. Bahkan semenjak tahun 1957 hingga saat ini, berbagai kejuaraan Judo telah diselenggarakan, seperti keterlibatan Judo pertama kali dalam PON (Pekan Olahraga Nasional) ke V di Bandung (Abdi,2018). Sumber media *online* yang sama juga disebutkan bahwa prestasi para pejudo Indonesia pun telah mencapai tingkat Internasional sejak tahun 1960 hingga sekarang, baik di tingkat ASEAN, ASIA hingga olimpiade.

Sayangnya, Olili (2019) menyebutkan prestasi para pejudo Indonesia cenderung tidak stabil bahkan menurut data Indonesia, Judo *Community* (IJC), saat ini statistik perkembangan Judo di Indonesia termasuk menyedihkan. Disebutkan pula oleh Olili, bahwa data IJC dari tahun 2008 sampai dengan 2019 menunjukkan hanya 6 Pemprov saja yang menunjukkan prestasi diatas 5 persen, keenam provinsi tersebut adalah DKI Jakarta, Jawa Barat, Jawa timur, Bali, Banten dan Kalimantan Timur. Media *online* yang sama juga mengungkapkan bahwa PJSI mencatat ada 33 Pemprov yang

terlibat dalam setiap pertandingan Judo. Bahkan data statistik IJC tersebut juga menyebutkan bahwa penyebaran prestasi Judo juga lebih di dominasi oleh Jawa, Bali dan Kalimantan Timur.

Kesuksesan pertandingan Judo, diperkuat oleh fakta bahwa Judo di Surabaya sendiri merupakan yang terbesar di Jawa Timur, dan banyaknya atlet Judo Surabaya meraih kesuksesan prestasinya di berbagai kejuaraan pekan olahraga Provinsi Jawa Timur (Wijayanto, 2019). Pada berbagai ajang pertandingan tersebut, kontingen Surabaya mendulang 18 emas dan 4 perunggu. Saat pekan olahraga di Bojonegoro, sumber yang sama juga mencatat, bahwa di lingkup Jawa Timur, Judo mampu mendulang 22 emas, 17 perak dan 34 perunggu pada kejuaraan pekan olahraga mahasiswa di Gor Kelapa Gading bulan September 2019. Sayangnya prestasi tersebut belum berhasil menggiring Jawa Timur memperoleh juara umum, kejuaraan Judo saat itu masih di raih Jakarta dengan perolehan medali 75 emas, 54 perak dan 33 perunggu (Harsusilo, 2019).

Berbeda dengan diluar Jawa, Bali dan Kalimantan Timur, Judo masih belum mampu mendulang prestasi yang membanggakan. Salah satu sebabnya adalah dalam keperguruannya yang belum sepenuhnya menyebar pada tiap-tiap daerah di Indonesia. Kurniawan (2014), ketua bidang data IJC sendiri mengungkapkan bahwa kendala utamanya adalah kualitas pelatih yang belum merata, serta perhatian Pemerintahan Provinsi atau Pemda Kota atau Kabupaten yang belum maksimal. Kondisi inilah yang pada akhirnya menyebabkan prestasi Judo di luar Jawa, Bali, dan Kalimantan Timur kurang berkembang. Disisi lain, untuk mencapai sebuah prestasi termasuk dalam kejuaraan Judo, harus diakui bahwa motivasi berprestasi atlet juga memegang peran penting selain kualitas pelatih dan perhatian pemerintah daerah setempat. Hal ini di ungkapkan oleh Fatan (2016) dalam penelitian skripsinya yang menyebutkan bahwa prestasi atlet tidaklah diperoleh secara instan, tetapi perlu upaya pengembangan. Melalui program pelatihan sistematis dan disiplin tinggi selain dari adanya dukungan pihak lain.

Dinyatakan pula Harsono (dalam Fatan, 2016) bahwa prestasi yang maksimal membutuhkan latihan fisik, teknik, taktik dan latihan serta mental yang baik. Fatan dalam penelitiannya tersebut juga mengungkapkan bahwa secara psikologis atlet Judo terutama dari kalangan pelajar umumnya cenderung labil saat dihadapkan pada harapan untuk sukses dan ketakutan pada kegagalan. Padahal kedua hal tersebut berperan penting dalam penampilan atlet saat bertanding, bagaimanapun harapan untuk sukses, merupakan salah satu ciri dari motivasi berprestasi, sebagaimana dinyatakan Schunk, Pintrich, & Meece (2008) bahwa proses aktivitas seseorang akan terarah dalam suatu tujuan yang ingin dipertahankan untuk sesuatu yang akan dicapai. Maka, seorang atlet dikatakan berprestasi jika atlet tersebut berhasil mengembangkan kemampuan mereka hingga mencapai prestasi yang telah mereka tentukan, karena menurut Purwanto (2014), motivasi berprestasi pada atlet juga berperan untuk mendemonstrasikan kemampuan mereka sesuai harapan mereka.

Fakta pada kenyataannya motivasi berprestasi yang dimiliki atlet judo di Surabaya ini tergolong kurang. Hal ini di buktikan dari hasil wawancara dan observasi pada atlet judo dan pelatih judo di Surabaya. Hasil dari observasi yang peneliti lakukan masih banyak dari atlet maupun pelatih yang datang terlambat, dalam sesi latihan pun dirasa kurang maksimal sebab tidak adanya pertandingan pada waktu dekat ini. Peneliti pun melakukan wawancara pada beberapa atlet maupun pelatih mengenai motivasi berprestasi yang dalam pertandingan judo. Berdasarkan hasil wawancara pada beberapa atlet ketika pertandingan mereka hanya berusaha semampunya saja karena menurut mereka menang maupun kalah tidak ada bedanya karena dari pemerintah maupun club tidak memberikan apresiasi apapun kepada mereka, mereka mengatakan bahwa atlet judo di Surabaya ini kurang sekali dihargai dan mendapat perhatian beda halnya dengan kota maupun wilayah lain sehingga ketika mereka mengikuti latihan maupun pertandingan hanya sekedarnya saja. Pelatih pun membeberkan alasan bahwa atlet judo Surabaya ketika dipertandingan berhadapan dengan lawan

dari luar Surabaya maupun luar Jawa, mereka tidak memiliki keyakinan diri mampu untuk menghadapi lawan mainnya tersebut, hal ini biasanya dikarenakan oleh faktor ukuran tubuh mereka yang jauh lebih besar dibandingkan atlet-atlet di Surabaya, sehingga mereka tidak yakin mampu mengalahkan lawan mainnya tersebut.

Wigfield dan Eccles (1992) menjelaskan bahwa dalam motivasi berprestasi termuat nilai tugas secara operasional seperti *attainment value*, *intrinsic motivation*, dan *utility value* atau *extrinsic value*. Maknanya, ketika individu dalam hal ini atlet Judo memiliki nilai yang diletakkan pada suatu tugas maka nilai tersebut akan meningkatkan keyakinan atlet untuk mencapai tujuan yang lebih tinggi dari harapan yang ingin dicapainya. Motivasi berprestasi telah dipandang sebagai konstruk psikologis tradisional yang telah dikembangkan sejak lama dalam penelitian psikologi (Bempechat & Shernoff 2012), namun meskipun penelitian tentang motivasi berprestasi telah dilakukan hampir tiga dekade terakhir, hingga kini masih dibutuhkan penelitian lain yang ditinjau dari berbagai budaya, variabel, dan latar belakang yang berbeda (Wigfield dkk.,2015). Salah satunya pendekatan teori motivasi berprestasi yang berusaha untuk menjelaskan tentang pilihan tugas untuk pencapaian para atlet, seperti ketekunan dalam latihan yang sudah diprogramkan oleh pelatih sehingga atlet dapat lebih semangat dalam menjalankan tugas dan selanjutnya dapat menyelesaikan suatu jenjang program *training center* dengan baik (Eccles, Wigfield, & Schiefele, 1998; Pintrich & Schunk, 1996). Selama ini ada berbagai konstruk yang diajukan oleh para ahli teori motivasi untuk menjelaskan bagaimana motivasi dapat mempengaruhi pilihan, ketekunan, dan kinerja individu (Purwanto, 2014). Salah satu perspektif lama yang menggambarkan konsep motivasi adalah teori *self-determination* atau teori determinasi diri.

Peran motivasi berprestasi dalam pencapaian target prestasi Judo diakui oleh Wabub Tabanan yang memberikan dukungan agar para atlet Judo di Kabupaten Tabanan dapat mendulang prestasi sesuai target dan meningkat motivasinya. Munawijaya (2016) dalam penelitiannya juga mengungkapkan bahwa motivasi berprestasi yang dimiliki atlet pada dasarnya akan tercermin dari bentuk tanggung jawab dan kedisiplinan mereka saat berlatih tepat waktu, percaya diri dan yakin untuk dapat memenangkan pertandingan. Wijaya (2016) menyatakan bahwa motivasi berprestasi atlet mendorongnya untuk memiliki persiapan matang sebelum bertanding sehingga mereka memiliki harapan untuk sukses, mampu mengatasi tekanan - tekanan saat latihan atau bertanding serta mampu mengendalikan diri saat gagal. Ada banyak faktor yang mempengaruhi motivasi berprestasi, Papalia dkk (dalam Saputri, 2019) menyatakan bahwa faktor - faktor yang mempengaruhi motivasi berprestasi antara lain keyakinan, kecakapan diri, motivasi akademi, praktik pengasuhan, sosial ekonomi, ekspektasi guru, sistem pendidikan dan kultur. Saputri (2019), juga menyebutkan bahwa faktor intrinsik yang berpengaruh pada motivasi berprestasi adalah kemungkinan untuk sukses, ketakutan gagal, *value*, *self efficacy*, usia, pengalaman dan jenis kelamin. Berdasarkan beberapa faktor tersebut, terkait dengan motivasi berprestasi pada atlet Judo, peneliti mengamati bahwa faktor yang dinilai penting dalam memunculkan motivasi berprestasi adalah *self efficacy*, hal ini didasari oleh hasil penelitian Intan (2017) yang menyebutkan bahwa *self efficacy* berkorelasi positif dengan motivasi berprestasi. Bandura (1997) mengemukakan bahwa perilaku orang diarahkan oleh keyakinannya tentang seberapa tinggi peluang untuk sukses dalam mengerjakan suatu tugas, yang dinamakan *self efficacy*. Maknanya keberhasilan individu dalam mengerjakan suatu tugas, selain dituntut memiliki pengetahuan dan keterampilan untuk mengerjakan tugas secara berhasil, individu juga harus memiliki keyakinan bahwa sukses akan berhasil diraih. Maka, atlet dengan *self efficacy* tinggi akan memperlihatkan perjuangan yang gigih untuk meraih sukses, dan sebaliknya atlet dengan *self efficacy* rendah cenderung menghindari tugas-

tugas, persistensinya dalam berusaha rendah, ketika menghadapi kesulitan mudah menyerah dan putus asa (Pajares, 2003; Schunk, 1981).

Ditekankan pula oleh Gao, Newton, & Carson (2008), Gao, Xiang, Harrison, Guan, & Rao (2008), Gao, Lodewyk, & Zhang (2009), Gao, Kosma, & Solmon (2010) bahwa *Self efficacy* bermanfaat dalam menjelaskan motivasi prestasi atlet dalam proses pendidikan jasmani atau pengaturan aktivitas fisik dalam program latihan yang rutin. Ariyanto (2007) mengatakan bahwa pendidikan jasmani pada atlet yang memiliki *self efficacy* tinggi mampu melakukan proses latihan yang lebih baik, atlet juga lebih banyak berlatih, melakukan penguasaan materi, dan sanggup menghadapi tantangan latihan yang sudah diberikan oleh pelatih, akan tetapi, berbeda dengan individu yang memiliki *self efficacy* yang rendah. Dinyatakan oleh Gao (2011) bahwa *self efficacy* adalah prediktor signifikan dan positif terhadap tingkat aktivitas fisik seorang atlet dalam melakukan latihan. Gao (2011) juga menyebutkan bahwa *self efficacy* juga menunjukkan mediasi hubungan antara keyakinan yang berhubungan dengan nilai-nilai penguasaan setiap individu untuk tingkat pencapaian latihan yang lebih baik.

Self efficacy dapat mendukung motivasi dan perkembangan kemampuan berprestasi atlet di *club* masing-masing (Klassen & Usher, 2010). Di sisi lain keterlibatan pelatih dalam proses latihan akan menjadi cara untuk mendapatkan keyakinan individu atlet dengan melibatkan komunikasi yang baik dan dapat menjadi *role model* sehingga dapat memperlihatkan motivasi berprestasi yang baik.

Adanya dorongan motivasi berprestasi sangat penting bagi atlet karena motivasi berprestasi berperan sebagai daya dorong yang memungkinkan mereka mencapai apa yang mereka cita-citakan. Hal ini, menunjukkan bahwa *self efficacy* menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi motivasi berprestasi pada atlet Judo Surabaya.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah ada hubungan antara *self-efficacy* dengan motivasi berprestasi pada atlet judo di Surabaya”. Sesuai dengan rumusan masalah penelitian ini, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan motivasi berprestasi pada atlet judo di Surabaya.

TINJAUAN PUSTAKA

Motivasi Berprestasi

Menurut Schunk, Pintrich, & Meece (2008) mengajukan definisi motivasi sebagai proses di mana aktivitas yang terarah pada suatu tujuan tertentu didorong dan dipertahankan. Definisi tersebut selaras dengan yang dikemukakan Nicholl (1984) bahwa motivasi berprestasi adalah motivasi yang ditujukan untuk mengembangkan ataupun mendemonstrasikan kemampuan yang tinggi. Seseorang dikatakan berprestasi jika ia berhasil mengembangkan atau mendemonstrasikan kemampuan yang tinggi. Singkatnya, motivasi berprestasi adalah motivasi yang bertujuan untuk mengejar prestasi yaitu untuk mengembangkan ataupun mendemonstrasikan kemampuan yang tinggi (Purwanto, 2014).

Motivasi berprestasi juga menjelaskan mengenai keberhasilan pada tugas yang sangat sulit dipandang sebagai yang paling berharga, sedangkan keberhasilan pada relatif mudah. Baru-baru ini, para peneliti telah menunjukkan bahwa nilai-nilai dan harapan mungkin terkait positif daripada berbanding terbalik (Eccles dkk., 1983; Eccles & Wigfield, 1989). Lebih jauh, Eccles, Wigfield, Blumenfeld, & Harold (1984) & Eccles dkk., (1989), dan Harter (1985) berpendapat bahwa mempertahankan harga diri yang tinggi mungkin paling dihargai oleh individu. tugas-tugas yang

mereka lakukan dengan baik; pandangan ini mengasumsikan hubungan positif antara harapan dan nilai (Wardani dkk., 2019).

Motivasi berprestasi memiliki empat aspek yang dikemukakan oleh Schunk, dkk (2012) yaitu: 1) Pilihan tugas atau minat. Ketika individu atau siswa memiliki sebuah pilihan, tugas yang pilih untuk dilakukan mengindikasikan area minat atau keberadaan motivasinya. Individu menunjukkan minatnya melalui tugas-tugas yang dilakukannya (atau yang dikatakannya dilakukan) di sekolah atau di luar sekolah ketika memiliki waktu luang dan ketika individu dapat memilih di antara berbagai aktivitas; 2) Usaha (*effort*) Individu yang termotivasi untuk belajar cenderung berusaha agar berhasil, baik usaha fisik maupun mental. Usaha mental ini berhubungan dengan keefektifan diri (*self efficacy*); 3) Kegigihan ini berhubungan erat dengan jumlah waktu yang digunakan untuk mengerjakan sebuah tugas. Kegigihan penting karena sebagian besar pembelajaran membutuhkan waktu dan keberhasilan mungkin tidak terjadi dengan mudah; 4) Prestasi Individu yang memilih mengerjakan sebuah tugas, berusaha, dan bersikap gigih cenderung berprestasi pada level yang lebih tinggi.

Self-Efficacy

Menurut Bandura (dalam Alwisol, 2009), *self efficacy* merupakan persepsi diri sendiri mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu. *Self efficacy* berhubungan dengan keyakinan diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan. *Self efficacy* adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan. *Self efficacy* berbeda dengan aspirasi (cita-cita), karena cita-cita menggambarkan sesuatu yang ideal yang seharusnya dapat dicapai, sedang *self efficacy* menggambarkan penilaian kemampuan diri.

Self efficacy merupakan konstruk yang diajukan Bandura (1997) yang berdasarkan teori sosial kognitif. Dalam teorinya, Bandura menyatakan bahwa tindakan manusia merupakan suatu hubungan timbal balik antara individu, lingkungan dan perilaku (*triadic reciprocal causation*). Ketiga komponen tersebut saling terkait satu dengan yang lain. *Self efficacy* berhubungan dengan mengatur manusia melalui kognitif, motivasi, afektif dan proses keputusan sehingga dapat mempengaruhi seseorang untuk meningkatkan atau melemahkan keyakinan mereka, bertahan menghadapi kesulitan, kualitas kehidupan emosional, kerentanan terhadap stress dan depresi (Benight & Bandura, 2004).

Bandura (1997) berpendapat bahwa seseorang yang memiliki *self efficacy* yang tinggi ketika dalam situasi yang sulit individu dapat melakukan kontrol atas diri mereka sendiri untuk mengurangi stress dan kerentanan akan depresi. Sedangkan pada individu yang memiliki *self efficacy* yang rendah akan meragukan kemampuannya dan menghindar dari tugas-tugas yang sulit, mengurangi usahanya, mudah menyerah dalam menghadapi kesulitan dan akan kehilangan kepercayaan pada kemampuan mereka sendiri.

Bandura (dalam Santrock, 2003) menyatakan bahwa *self efficacy* merupakan keyakinan seseorang bahwa ia dapat menguasai dan menghasilkan hasil yang positif. Sedangkan Smet (1994) mengemukakan *self efficacy* mengacu pada keyakinan akan kemampuan individu untuk menggerakkan motivasi, kemampuan kognitif dan tindakan yang diperlukan untuk memenuhi tuntutan situasi.

Self efficacy yang dimiliki oleh tiap individu akan berbeda satu dengan yang lainnya. Bandura (1997) mengungkapkan bahwa *self efficacy* mempunyai tiga aspek, antara lain: 1) Tingkat (*level*) kaitannya terhadap tingkat kesukaran tugas yang dihadapi oleh seseorang. Keyakinan atau

persepsi individu dalam mengerjakan tugas akan berbeda. Ada individu yang hanya bisa mengerjakan tugas yang sederhana, ada yang menengah, bahkan banyak juga individu yang bisa mengerjakan tugas yang sulit; 2) Kekuatan (*strength*) keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki saat mengerjakan tugasnya. Keuletan dan ketahanan juga dibutuhkan dalam hal ini. Pengalaman akan berpengaruh pada *self-efficacy* seseorang. Individu yang teguh saat menyelesaikan kesulitan dalam tugasnya adalah individu yang memiliki keyakinan kuat; 3) Generalisasi (*generality*) yang kaitannya antara situasi individu ketika menyelesaikan tugasnya. Situasi ini sangat mempengaruhi kemampuan individu untuk menyelesaikan tugasnya yang sulit.

METODE PENELITIAN

Sugiyono (2007) menyatakan populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Berdasarkan teori di atas maka populasi pada penelitian ini adalah judo Surabaya yang berjumlah 201 atlet yang tergabung dalam beberapa club judo di Surabaya dengan latar belakang pendidikan SMP sampai dengan S1. Peneliti menggunakan teknik quota sampling sebagai cara untuk menentukan sampel yang akan diteliti. Teknik quota sampling adalah teknik yang digunakan untuk menentukan sampel dari populasi yang mempunyai kategori tertentu yang telah ditetapkan sampai jumlah (kuota) yang diinginkan yang akan mencerminkan keragaman populasi dengan menggunakan metode random (Neuman, 2016). Sample dalam penelitian ini diambil sebesar 30% dari masing-masing club untuk digunakan sebagai subyek penelitian. Subyek penelitian yang didapatkan menggunakan teknik quota sampling sebanyak 60 atlet judo surabaya.

Definisi Operasional Motivasi Berprestasi

Motivasi berprestasi dalam penelitian ini didefinisikan sebagai menjelaskan keberhasilan pada tugas yang sangat sulit yang diukur melalui kegigihan, pilihan tugas atau minat menunjukkan penyelesaian tugas-tugas yang sudah dilakukan pada waktu luang diantara berbagai aktivitas, usaha mengerjakan hal yang paling mudah sampai yang tersulit dan prestasi hasil dari pencapaian dalam penyelesaian tugas yang sudah dikerjakan.

Pengembangan Alat Ukur

Skala motivasi berprestasi disusun berdasarkan empat aspek yaitu: 1) Pilihan tugas atau minat. Diukur berdasarkan indikator kemampuan lebih memilih latihan judo dari pada melakukan hal yang tidak ada hubungan, memilih mengerjakan tugas sekolah daripada bermain *game* dengan teman; 2) Usaha (*effort*). Diukur melalui indikator melakukan latihan fisik setiap hari agar stamina tetap terjaga, mempersiapkan ujian yang akan dikerjakan dan merencanakan aktivitas belajar dengan jadwal yang sudah dibuat; 3) Kegigihan. Diukur melalui indikator melakukan latihan dari hal yang dianggap sulit, mengerjakan tugas dengan tepat waktu dan melewati rintangan yang berat pada saat latihan; 4) Prestasi. Diukur melalui indikator pencapaian target yang jelas dalam setiap tugas yang diberikan, menyelesaikan tugas dengan hasil yang terbaik.

Pengukuran item pada tiap instrument skala berdasarkan pengukuran skala model Likert dengan empat kategori jawaban yaitu dari Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), hingga Sangat Tidak Setuju (STS). Penelitian ini menggunakan kriteria batasan dalam pemilihan item berdasarkan pada korelasi item total dengan batasan *index corrected item total correlation* atau $p > 0,30$. Item - item yang memiliki koefisien minimal 0,30 memiliki daya diskriminasi yang memuaskan dan dinyatakan memiliki validitas yang baik, sedangkan item yang memiliki koefisien $p < 0,30$ maka item memiliki daya koefisien yang lemah atau gugur dan dinyatakan tidak valid. Hasil uji

diskriminasi validitas skala motivasi berprestasi perhitungan validitas motivasi berprestasi dengan menggunakan batasan index *corrected item total correlation* atau $p > 0,30$, maka didapatkan hasil sebanyak 2 item pada skala motivasi berprestasi dinyatakan gugur dan sebanyak 38 item pada skala motivasi berprestasi dinyatakan di terima atau valid.

Reliabilitas pengukuran melihat suatu kemampuan diandalkan atau konsistensi dari ukuran suatu variable. Tinggi-rendahnya reliabilitas tes dicerminkan oleh koefisien korelasi linier diantara distribusi skor pada 2 tes yang sama. Semakin tinggi koefisien korelasi termaksud berarti konsistensi antara hasil pengukuran kedua tes tersebut semakin baik dan hasil ukur dari kedua tes itu dikatakan semakin reliabel. Pengujian reliabilitas menggunakan teknik *Alpha Cronbach* yang dihitung dengan bantuan SPSS 20.0 for windows.

Azwar (2012) menyatakan tingkat reliabilitas dengan metode *Alpha Cronbach* diukur berdasarkan skala alpha 0 sampai dengan 1,00. Artinya, semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 dan koefisien reliabilitas yang semakin rendah jika mendekati angka 0. Hasil perhitungan reliabilitas pada skala motivasi berprestasi sebesar 0,941 yang berarti skala motivasi berprestasi memiliki tingkat reliabilitas yang sangat tinggi.

Definisi Operasional Self-Efficacy

Self efficacy dalam penelitian ini didefinisikan sebagai persepsi diri mengenai seberapa baik diri berfungsi dalam situasi tertentu, berkaitan dengan keyakinan diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan. Melalui proses tingkatan tugas yang bisa dilewati dengan baik, kekuatan dalam daya juang penyelesaian suatu tugas yang dikerjakan dan generalisasi dalam menyikapi situasi dan kondisi yang beragam dengan sikap positif

Pengembangan Alat Ukur

Skala self-efficacy disusun berdasarkan tiga aspek yaitu: 1) Tingkat (*level*). Diukur dari indikator keyakinan atas kemampuan menghadapi berbagai tingkat kesulitan tugas yang sudah dikerjakan, pemilihan tindakan dalam mengerjakan hal yang paling mudah sampai yang paling sulit; 2) Kekuatan (*strength*). Diukur dari indikator daya juang dalam menyelesaikan sebuah tugas, keuletan yang teguh saat menyelesaikan kesulitan dalam latihan; 3) Generalisasi (*generality*). Diukur dari indikator mampu menyikapi situasi dan kondisi yang beragam dengan sikap positif, mampu melewati rintangan latihan yang terlihat cukup sulit.

Hasil uji diskriminasi perhitungan validitas *self-efficacy* dengan menggunakan batasan index *corrected item total correlation* atau $p > 0,30$, maka didapatkan hasil sebanyak 6 item pada skala motivasi berprestasi dinyatakan gugur dan sebanyak 34 item pada skala motivasi berprestasi dinyatakan di terima atau valid. Hasil perhitungan reliabilitas pada skala *self-efficacy* sebesar 0,948 yang berarti skala *self-efficacy* memiliki tingkat reliabilitas yang sangat tinggi.

Teknik Analisis Data

Teknik korelasi parametrik *Product Moment* dengan Uji asumsi pada penelitian ini terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas sebaran pada penelitian ini menggunakan Test of Normality Kolmogorov-Smirnov dengan kaidah yang digunakan adalah jika nilai $p > 0,05$ maka sebaran dinyatakan normal, dan apabila nilai $p < 0,05$ maka sebaran dinyatakan tidak normal (Hadi,2004). hasil uji normalitas yang telah dihitung, didapatkan hasil data dari penelitian skala motivasi berprestasi ($p = 0,148$) yang memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0.05, hal ini menunjukkan bahwa data penelitian pada skala motivasi berprestasi memiliki distribusi yang **normal**. Hasil uji normalitas pada skala self-efficacy ($p = 0,463$) yang juga memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, hal ini menunjukkan bahwa data penelitian pada skala self-efficacy memiliki distribusi yang **normal**. Menurut Santoso (2010) uji linearitas digunakan untuk melihat kekuatan hubungan antara dua variabel dalam penelitian. Hubungan antar variabel dapat

dikatakan kuat atau linear jika memiliki nilai $p < 0,05$, sedangkan hubungan antar variabel dikatakan lemah atau tidak linear apabila memiliki nilai $p > 0,05$. hasil uji linearitas pada variabel *self-efficacy* dengan motivasi berprestasi menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang **linear**.

Dalam penelitian ini uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi parametrik *Product Moment* yang terdapat pada program IBM SPSS Statistics 20. Hadi (2004) menjelaskan taraf signifikansi adalah 5% atau 1% (0,05 atau 0,01). Apabila memiliki nilai $p < 0,01$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang memiliki arti adanya hubungan yang signifikan antara variabel bebas (*Self-Efficacy*) dan variabel terikat (Motivasi Berprestasi). Sebaliknya apabila memiliki nilai $p > 0,01$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak yang memiliki arti tidak adanya hubungan yang signifikan antara variabel bebas (*Self-Efficacy*) dan variabel terikat (Motivasi Berprestasi).

HASIL PENELITIAN

Teknik korelasi yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel motivasi berprestasi dengan *self efficacy* dalam penelien ini adalah teknik korelasi *product moment*. Hasil penelitian dihitung dengan *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 20.0 for Windows yang dijabarkan sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil Uji Korelasi Product Moment

Rxy	p	Keterangan
0,870	0,000	Sangat signifikan ($p < 0,01$)

Sumber : *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 20.0 for Windows

Berdasarkan kaidah dan tabel hasil uji korelasi di atas, diperoleh $r_{xy} = 0,870$ pada $p = 0,000$ ($p < 0,01$) sehingga sangat signifikan. Artinya, variabel *self efficacy* berkorelasi secara signifikan dengan variabel motivasi berprestasi maka hipotesa penelitian yang menyebutkan bahwa ada korelasi yang signifikan antara variabel *self efficacy* dengan motivasi berprestasi, diterima.

Sumbangan efektif yang dilihat dari R^2 sebesar $0,757 = (75,7\%)$, berarti ada 24,3% variabel lain yang mempengaruhi motivasi berprestasi.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan motivasi berprestasi pada atlet judo di Surabaya. Hasil dari penelitian yang dilakukan pada 60 subyek atlet menunjukkan hubungan yang signifikan antara Pada hasil penelitian ini di temukan bahwa variabel *self efficacy* dengan variabel motivasi berprestasi mempunyai hubungan yang kuat. Semakin tinggi tingkat *self efficacy* pada atlet judo, maka semakin tinggi pula motivasi berprestasi yang dimiliki oleh atled judo surabaya sebaliknya semakin rendah tingkat self efficacy atlet maka motivasi berprestasinya akan ikut rendah. Hasil dari penelitian ini sesuai dengan hipotesis yang di ajukan oleh peneliti yaitu “ada hubungan yang positif antara *self efficacy* terhadap motivasi berprestasi pada atlet judo Surabaya”.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh fariyah (2012) dengan judul hubungan antara efikasi diri dengan motivasi berprestasi pada SMA Muhammadiyah 6 yogyakarta. Hasil penelitian tersebut menunjukkan terdapat hubungan positif dan signifikan antara efikasi diri dengan motivasi berprestasi pada siswa.

Motivasi berprestasi merupakan suatu aspek psikologis yang akan berpengaruh pada kesuksesan seseorang dalam melakukan suatu tindakan. Individu akan memiliki kemauan keras untuk mencapai suatu tujuan apabila memiliki motivasi berprestasi yang tinggi. Individu yang

memiliki tingkat *self-efficacy* yang tinggi maka individu memiliki kemudahan dalam pencapaian suatu tujuan yang diinginkan, karena individu memiliki keyakinan diri yang kuat. Hal ini sesuai dengan teori yang diungkapkan oleh Eccles, Wigfield (1996) menjelaskan motivasi berprestasi merupakan usaha untuk menjelaskan pilihan tugas pencapaian siswa, seperti ketekunan dalam mengerjakan tugas-tugas sehingga siswa lebih semangat dalam menjalankan tugas dan selanjutnya dapat menyelesaikan suatu jenjang pendidikan dengan baik.

Salah satu faktor yang mempengaruhi motivasi berprestasi adalah *self-efficacy*. Ketika individu memiliki keyakinan yang kuat bahwa dirinya mampu menghadapi tingkat kesulitan tugas tertentu, maka individu akan berusaha dan lebih bertanggung jawab untuk menyelesaikan tugas tersebut, berusaha menyelesaikannya meskipun mungkin tugas yang mereka hadapi termasuk sulit, tetapi dengan keyakinan dirinya yang akan mendorong individu untuk terus menerus berupaya menyelesaikan tugas-tugasnya. Bahkan individu tersebut akan berpikir tentang cara-cara yang efektif dan efisien yang mampu mereka lakukan untuk menuntaskan tugas tersebut secara bertanggung jawab. Sehingga untuk mengembangkan kemampuan diri dan untuk berprestasi perlu adanya keyakinan diri. Individu yang menyukai kesulitan biasanya memiliki tanggung jawab pribadi untuk berprestasi, mencari umpan balik yang jelas dan lebih inovatif, sehingga individu lebih matang dalam aspek keyakinan diri, motivasional, dan seleksi. Menurut Bandura (dalam Alwisol, 2009), *self efficacy* merupakan persepsi diri sendiri mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu. *Self efficacy* berhubungan dengan keyakinan diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan. *Self efficacy* adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan. *Self efficacy* berbeda dengan aspirasi (cita-cita), karena cita-cita menggambarkan sesuatu yang ideal yang seharusnya dapat dicapai, sedang *self efficacy* menggambarkan penilaian kemampuan diri. Seseorang yang memiliki *self efficacy* yang tinggi ketika dalam situasi yang sulit individu dapat melakukan kontrol atas diri mereka sendiri untuk mengurangi stress dan kerentanan akan depresi. Sedangkan pada individu yang memiliki *self efficacy* yang rendah akan meragukan kemampuannya dan menghindari dari tugas-tugas yang sulit, mengurangi usahanya, mudah menyerah dalam menghadapi kesulitan dan akan kehilangan kepercayaan pada kemampuan mereka sendiri. *Self efficacy* yang dimiliki oleh tiap individu akan berbeda satu dengan yang lainnya. Bandura (1997) mengungkapkan bahwa *self efficacy* mempunyai tiga dimensi, antara lain: (1) Tingkat (*level*) kaitannya terhadap tingkat kesukaran tugas yang dihadapi oleh seseorang. Keyakinan atau persepsi individu dalam mengerjakan tugas akan berbeda. Ada individu yang hanya bisa mengerjakan tugas yang sederhana, ada yang menengah, bahkan banyak juga individu yang bisa mengerjakan tugas yang sulit; (2) Kekuatan (*strength*) keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki saat mengerjakan tugasnya. Keuletan dan ketahanan juga dibutuhkan dalam hal ini. Pengalaman akan berpengaruh pada *self efficacy* seseorang. Individu yang teguh saat menyelesaikan kesulitan dalam tugasnya adalah individu yang memiliki keyakinan kuat; (3) Generalisasi (*generality*) yang kaitannya antara situasi individu ketika menyelesaikan tugasnya.

Self-efficacy dalam penelitian ini memiliki hubungan yang positif dengan motivasi berprestasi pada mahasiswa yang bekerja. Hal ini berdasarkan hasil uji determinasi pada penelitian ini yang menunjukkan R Squared sebesar 0,757 yang menunjukkan bahwa dalam penelitian ini variabel *self-efficacy* memberikan sumbangan yang efektif sebesar 75,7% terhadap motivasi berprestasi pada atlet judo surabaya. Sisanya ditentukan oleh banyak faktor yang mempengaruhi motivasi berprestasi yaitu dukungan sosial orang tua pelatih dan teman (Putri, 2014), konsep diri

akademik (Prabadewi, 2014), regulasi emosi (Wahyuni, 2013), potensi kreatifitas (Situmorang, 2016), pelatihan kecerdasan adversitas (Nugraha, 2017) kedisiplinan (Mayasari, 2016).

Metode dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional yang dapat menyederhanakan realita permasalahan yang kompleks dan rumit dalam sebuah model. Menurut Sugiyono (2015) pembatasan dalam penelitian kuantitatif lebih didasarkan pada tingkat kepentingan, urgensi masalah yang akan dipecahkan, selain juga faktor keterbatasan tenaga, dana, dan waktu. Penelitian ini juga bisa menggunakan metode penelitian kualitatif dengan beberapa perbedaan yaitu deskripsi dan interpretasi dari informan dapat diteliti secara mendalam, penelitian kualitatif juga sangat efektif digunakan dalam mencari tanggapan dan pandangan karena bertemu langsung serta adanya pemahaman khusus dalam menganalisa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 60 atlet judo Surabaya dapat ditarik kesimpulan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara *self efficacy* dengan motivasi berprestasi pada atlet judo Surabaya dengan nilai korelasi 0,870 yang berarti tingkat korelasi antara variabel *self efficacy* dengan motivasi berprestasi sangat kuat dengan nilai signifikansi sebesar $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Sehingga dapat di asumsikan semakin tinggi *self efficacy* yang di miliki oleh atlet, maka semakin tinggi pula tingkat motivasi berprestasi. Sebaliknya semakin rendah tingkat *self efficacy* maka semakin rendah tingkat motivasi berprestasi.

SARAN

1. Bagi Atlet Judo (Subyek Penelitian)

Bagi atlet judo diharapkan mampu mengatur strategi tentang meningkatkan *self-efficacy* untuk menunjang prestasi atlet judo. Para atlet diharapkan untuk dapat mempersiapkan diri baik dari segi fisik dan juga psikis sebelum menghadapi suatu pertandingan, atlet juga dapat membuat daftar apa yang harus dilakukan, memahami kondisi lapangan agar dapat mencapai kesuksesan dalam pertandingan.

2. Bagi Pelatih

Bagi pelatih peneliti memberikan saran agar pelatih lebih dekat lagi dengan para atlet judo, pelatih diharuskan lebih memperhatikan kebutuhan dari para atlet, pelatih judo juga disarankan memberikan relaksasi dan motivasi bagi para atlet yang akan bertanding agar para atlet memiliki keyakinan diri dan tidak takut atau minder dengan lawan main.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya disarankan dapat menambahkan variabel lain yang relevan untuk menggali lebih dalam yang berhubungan dengan *self efficacy* dan motivasi berprestasi serta dapat memperluas sasaran penelitian seperti dukungan orang tua, kepercayaan diri, anxiety, kepercayaan diri.

DAFTAR PUSTAKA

Ariyanto, C. A. (2007). Motivasi berprestasi pada atlet pencak silat pelajar tingkat sma / k di kota Yogyakarta Ariyanto. *Humanitas*, 4, 103–109.

Ewing, S. A., Panciera, R. J., Mathew, J. S., Novelli, F. Z., Biológica, R., Bocas, D., Estadual, I., Hídricos, R., Rod, I., Gazeta, G. S., Carvalho, R. W., Avelar, R. F., Amorim, M., Aboud-Dutra, A. E., Barreto, C. G., Campos, J. B., Roberto, D. M. D. M., Roberto, D. M. D. M., Schwarzstein, N. T., ... Aguiar, D. M. (2013). *Emerging infectious diseases*, 4(1), 1–7.

Fariyah, Salwa. (2012). hubungan antara efikasi diri dengan motivasi berprestasi pada siswa SMA

- Gao, Z., Lochbaum, M., & Podlog, L. (2011). *Self-efficacy as a mediator of children's achievement motivation and in-class physical activity. Perceptual and Motor Skills, 113(3), 969–981.*
- Kurniawan, A. W. (2014). Pengembangan pembelajaran judo teknik bantingan kyu 4 dengan media vcd untuk pejudo pjsi (Persatuan Judo Seluruh Indonesia). *hotel horison ultima jl green boulevard,65125(2), 25–37.*
- Mayasari, T. W. A. (2016). Hubungan antara kedisiplinan dan dukungan sosial orang tua dengan motivasi berprestasi siswa. *Social Work Research Abstracts, 27(1), 1–11.*
- Motivasi, H., Tingkat, D., Sekolah, P. S., Atas, M., Cabang, D., & Judo, O. (1882). Moch. Dzikri Fatan, 2016 Hubungan motivasi dengan tingkat partisipasi siswa-siswi sekolah menengah atas dalam cabang olahraga judo universitas pendidikan indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu. 1–6.
- Mózo, B. S. (2017). *Journal of chemical information and modeling, 53(9), 1689–1699.*
- Prabadewi, K. D. L., & Widiyasavitri, P. N. (2014). Hubungan konsep diri akademik dengan motivasi berprestasi pada remaja awal yang tinggal di panti asuhan di denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana, 1(2), 261–270.*
- Purwanto, E. (2014). Model motivasi trisula: sintesis baru teori motivasi berprestasi. *Jurnal Psikologi, 41(2), 218.*
- Putri, E. P. (2014). Hubungan dukungan sosial orang tua, pelatih, dan teman dengan motivasi berprestasi akademik dan motivasi berprestasi olahraga (basket) pada mahasiswa atlet basket universitas surabaya. *Jurnal Ilmiah Universitas Surabaya, 3(1), 1–11.*
- Schunk, D. H. (2003). Self-efficacy for reading and writing: Influence of modeling, goal setting, and self-evaluation. *Reading and Writing Quarterly, 19(2), 159–172.*
- Situmorang, D. D. B. (2016). Hubungan antara potensi kreativitas dan motivasi berprestasi mahasiswa program studi bimbingan dan konseling angkatan 2010 fkip unika atma jaya. jbki (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia),1(1), 6.
- Sri I. N. (2017). Analisis faktor-faktor yang berpengaruh terhadap motivasi berprestasi mahasiswa prodi manajemen pendidikan islam fakultas tarbiyah dan keguruan uin raden intan lampung.jurnal kependidikan islam,VII(II), 1–17.
- Wahyuni, S. (2013). Hubungan efikasi diri dan regulasi emosi dengan motivasi berprestasi pada siswa SMK Negeri 1 Samarinda. *Jurnal Psikologi, 1(1), 88–95.*
- Wardani, K. A., Iswinarti, I., & Karmiyati, D. (2019). Peran efikasi diri dalam memediasi hubungan antara keterlibatan orang tua dan motivasi berprestasi. *Mediapsi, 5(2), 74–87.*
- Wigfield, A., Eccles, J. S., Fredricks, J. A., Simpkins, S., Roeser, R. W., & Schiefele, U. (2015). *Development of achievement motivation and engagement. in Handbook of Child Psychology and Developmental Science (Issue April 2016).*
- <https://www.materiolahraga.com/2018/10/sejarah-judo-di-indonesia>.
- <https://www.tribunolahraga.com/2019/05/03/beladiri/menurut-data-ijc-statistik-perkembangan-judo-di-indonesia-menyedihkan>.
- <https://radarsurabaya.jawapos.com/read/2019/07/11/145527/cabor-judo-surabaya-dominasi>

perolehan-medali.

<http://edukasi.kompas.com.dki-Jakarta-raih-juara-umum-pekan-olah-raga-mahasiswa-nasional-2019>.

<http://mediapelangi.com/wabub-sanjaya-berikan-motivasi-atlet-judo/>, 4september2019.

<http://www.repository.upi.edu/30253/>,2017