

### Skala Motivasi Berprestasi

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya selalu hadir latihan tepat waktu				
2	Saya merasa rajin berlatih setiap hari				
3	Bila saya mengalami kegagalan, saya akan mencari cara lain untuk mencapainya				
4	Saat saya mengalami kegagalan ketika bertanding, saya akan memperbaikinya				
5	Ketika mempelajari hal baru, saya akan mempelajarinya hingga saya bisa				
6	Menurut saya, tugas-tugas yang menantang dari pelatih akan memacu saya untuk lebih berprestasi				
7	Meskipun ada kendala dalam berlatih, saya tetap semangat				
8	Menurut saya, pertandingan yang menantang memacu diri saya untuk lebih menunjukkan prestasi				
9	Bila saya memperoleh prestasi yang baik, hal itu karena saya bekerja keras memperolehnya				
10	Saya sering kali bertanya pada pelatih saya tentang hal-hal yang belum saya mengerti				
11	Saya memiliki tujuan yang jelas untuk kehidupan saya dimasa mendatang				
12	Saya berlatih dengan giat agar bisa mewakili team Indonesia				
13	Meskipun akan banyak tantangan saya akan tetap menjadi atlet				
14	Tugas yang sulit merupakan tantangan bagi saya untuk lebih maju				
15	Saya sering mengabaikan tanggung jawab saya sebagai atlet				
16	Saya adalah atlet yang kurang bertanggung jawab				
17	Saya merasa berkecil hati jika saya kurang dapat mencapai target				
18	Saya kurang peduli jika prestasi saya lebih buruk dibandingkan teman				
19	Saya menolak mengerjakan pekerjaan yang saya anggap sulit				
20	Saya mudah putus asa bila menghadapi hal yang sulit dilakukan				

21	Saya merasa tertekan saat menghadapi tantangan untuk berprestasi				
22	Saya kurang percaya diri ketika saya mengikuti pertandingan yang saya anggap sulit				
23	Keberhasilan dari prestasi saya hanyalah suatu kebetulan				
24	Ketika mendapat peringkat yang buruk dalam bertanding, saya jadi malas untuk berlatih				
25	Saya berlatih sebisa saya tanpa adanya target				
26	Saya kecewa belum bisa memperoleh medali saat bertanding				
27	Saya mengeluh bila pelatih memberikan tugas yang sulit				
28	Teknik latihan yang bervariasi dari pelatih tidak saya perdulikan				

**Skala Dukungan sosial**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa nyaman berada dilingkungan latihan				
2	Setiap kali saya ingin bercerita, teman saya selalu menghindar				
3	Saya memiliki teman atau sahabat yang mau mendengarkan keluh kesah saya				
4	Keluarga saya mengabaikan asupan gizi saya				
5	Ketika saya mengalami kesulitan teman-teman saya bersedia menolong				
6	Orang tua saya kurang bersedia memberikan saran untuk kemajuan prestasi saya				
7	Bila ada perubahan jadwal latihan, teman-teman bersedia memberitahu saya				
8	Orang tua mengabaikan saya ketika saya lalai dalam berlatih				
9	Teman-teman saya menghargai pendapat saya				
10	Keluarga memandang saya sebelah mata ketika saya hadir dalam pertemuan keluarga				
11	Saya serasa diabaikan oleh keluarga saya				
12	Orang tua saya sangat peduli dengan apapun yang saya lakukan				
13	Teman-teman menertawai saya saat saya menghadapi masalah				
14	Orang tua saya bersedia memberikan saya peralatan untuk bertanding dan berlatih				
15	Teman saya membuat saya pesimis terhadap kemampuan prestasi saya				
16	Orang tua saya memberikan saran untuk kemajuan prestasi saya				
17	Ketika saya menghadapi masalah, orang tua saya semakin membuat saya terpuruk karena perkataan yang menyinggung				
18	Orang tua menasehati saya agar disiplin dalam berlatih				
19	Teman-teman selalu menyalakan pendapat yang saya sampaikan				
20	Pelatih saya menghargai upaya saya dalam berlatih				

21	Saya merasa diasingkan setiap kali menghadiri acara yang diadakan teman saya				
22	Orang tua saya menyetujui bidang atlet yang saya pilih				
23	Orang tua saya enggan membantu persoalan yang saya alami karena menurut mereka ini merupakan urusan saya				
24	Pelatih saya akan menasehati saya ketika saya melakukan kesalahan				
25	Pelatih saya kurang bersedia memberikan saya saran untuk kemajuan prestasi saya				
26	Ketika saya mengalami kesulitan dalam berlatih, pelatih saya bersedia membantu				
27	Ketika saya membutuhkan uang, orang tua saya menolak memberikannya dengan berbagai alasan				
28	Orang tua saya memiliki waktu untuk mendengarkan keluh kesah saya				
29	Keluarga saya acuh tak acuh dengan terhadap perkembangan prestasi saya				
30	Kehadiran keluarga membuat saya nyaman				
31	Ketika latihan, saya merasa dikucilkan teman-teman saya				
32	Pelatih saya selalu memberikan saya motivasi ketika saya mengalami kesulitan dalam berlatih maupun bertanding				
33	Keluarga saya menghindar ketika saya mengeluh tentang kondisi saya				
34	Disaat saya membutuhkan uang, teman saya bersedia meminjamkannya				
35	Teman saya kurang peduli dengan masalah yang saya hadapi				
36	Pelatih saya memberikan saya saran untuk kemajuan prestasi saya				
37	Orang tua saya kurang peduli ketika saya merasa lelah setelah berlatih				
38	Teman-teman saya mengingatkan jadwal latihan				
39	Saya merasa sedih ketika pelatih saya kurang mendukung, ketika saya merasa cemas saat menghadapi pertandingan				
40	Saya merasa bahwa pelatih saya sangat memperhatikan				

	perkembangan prestasi saya				
--	----------------------------	--	--	--	--