

BAB II

TINJAUAN TEORITIS

2.1 Kajian Pustaka

2.1.1 Futsal

Pada saat ini futsal merupakan olahraga yang banyak digemari oleh masyarakat di Indonesia karena fasilitas olahraganya yang mudah ditemukan dan bisa di mainkan di jam berapapun sehingga bisa menyesuaikan jam kerja serta jam belajar. Bahkan futsal sudah merambah ke sekolah untuk dijadikan kegiatan ekstrakurikuler, banyak sekali event-event antar pelajar dan umum, permainan futsal yang mempunyai ciri khas dengan permainan cepatnya sehingga sering terjadi jual beli serangan disetiap pertandingan yang di mainkannya sehingga memerlukan kerja sama tim dan menuntut setiap pemain memiliki individu skill yang baik. Futsal adalah permainan yang sangat cepat dan dinamis dan cenderung berjalan dengan intensitas yang tinggi. Dari segi lapangan yang relatif kecil hampir tidak ada ruangan untuk membuat kesalahan. Maka dari itu diperlukan kerja sama antar pemain lewat passing yang akurat dan kontrol bola yang baik serta sistem permainan yang baik. Oleh karena itu setiap pemain futsal yang baik harus menguasai beberapa teknik dan pemahaman tentang futsal agar bisa menguasai keterampilan bermain futsal yang baik selain itu keterampilan juga diduga dipengaruhi beberapa faktor diantaranya adalah *Self confidence* dan motivasi berprestasi, sehingga peneliti tertarik untuk meneliti *Self confidence* dan motivasi berprestasi terhadap keterampilan bermain futsal.

Menurut (Lhaksana, 2011), “futsal adalah olahraga beregu, Kolektivitas tinggi akan mengangkat prestasi, siapa yang mencetak gol sama sekali tidak penting, yang penting gol yang tercetak “(hlm. 7-8). Menang dan kalah itu terjadi diseluruh pertandingan olahraga, akan tetapi if you die, you die with honour. Tidak ada pemain yang berjasa dalam satu team, yang ada adalah tim yang baik akan menjadikan seorang pemain menjadi bintang. Permainan futsal hampir sama dengan permainan sepakbola apabila dilihat dari teknik dasar permainan, sedangkan yang membedakan ialah lamanya waktu dalam permainan.

Secara umum permainan futsal hampir sama dengan sepakbola yaitu bermain dengan kaki ke kaki, tetapi untuk penjaga gawang boleh menggunakan tangan. Yang membedakan dalam permainan ini adalah ukuran lapangan, jumlah pemain, aturan dalam permainan, ukuran dan berat bola. Menurut Lhaksana Justinus, (2011) “permainan futsal dapat dikatakan hampir mirip dengan sepakbola”(hlm. 13). Sedangkan Menurut Rinaldi Muhamad dan Syawal Rohaedi Muhmad (2020), “futsal dapat dikatakan sebagai miniatur sepak bola karena kedua permainan ini sama- sama mengharuskan satu tim mencetak gol lebih banyak ketimbang tim lainnya untuk memenangi pertandingan” (hlm. 1).

Berdasarkan berbagai pendapat di atas dapat didefinisikan bahwa futsal adalah olahraga seperti sepakbola yang point utamanya mencetak gol menggunakan kaki namun memiliki karakteristik sendiri yaitu ukuran lapangnya yang kecil mengandalkan permainan cepat dari kaki ke kaki jual beli serangan dan mempunyai aturan sendiri dalam pelaksanaannya, futsal menjadi salah satu Ekstrakurikuler di SMKN 2 Kota Tasikmalaya wadah penyaluran minat dan bakat serta bertujuan untuk meraih prestasi di jenjangnya.

2.1.2 Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan bagian penting dalam sistem pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan potensi siswa di luar kegiatan intrakurikuler. Menurut Hernawan (dalam Fauzan, 2020), ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilaksanakan di luar jam pelajaran utama, yang bertujuan membentuk manusia yang utuh sesuai dengan tujuan pendidikan nasional. Kegiatan ini memberikan ruang bagi peserta didik untuk menyalurkan minat, bakat, serta potensi dalam berbagai bidang, baik akademik maupun non-akademik, seperti olahraga, seni, dan organisasi.

Selain itu, Mahfud et al. (2020) menjelaskan bahwa ekstrakurikuler olahraga memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan bakatnya di bidang olahraga serta membentuk karakter seperti disiplin, kerja sama tim, dan sportivitas. Di SMKN 2 Kota Tasikmalaya, ekstrakurikuler futsal menjadi salah satu kegiatan yang diminati oleh siswa karena memberikan kesempatan untuk berprestasi di tingkat sekolah, daerah, bahkan nasional. Keikutsertaan dalam

ekstrakurikuler ini tidak hanya mengasah keterampilan teknis bermain futsal, tetapi juga berkontribusi pada pembentukan sikap percaya diri dan motivasi berprestasi siswa. Oleh karena itu, pembinaan ekstrakurikuler harus dilakukan secara terstruktur dan berkelanjutan agar mampu menciptakan lingkungan yang mendukung pengembangan diri dan prestasi siswa secara optimal.

Selain itu, Mahfud et al. (2020) menjelaskan bahwa ekstrakurikuler olahraga memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan bakatnya di bidang olahraga serta membentuk karakter seperti disiplin, kerja sama tim, dan sportivitas. Di SMKN 2 Kota Tasikmalaya, ekstrakurikuler futsal menjadi salah satu kegiatan yang diminati oleh siswa karena memberikan kesempatan untuk berprestasi di tingkat sekolah, daerah, bahkan nasional. Keikutsertaan dalam ekstrakurikuler ini tidak hanya mengasah keterampilan teknis bermain futsal, tetapi juga berkontribusi pada pembentukan sikap percaya diri dan motivasi berprestasi siswa. Oleh karena itu, pembinaan ekstrakurikuler harus dilakukan secara terstruktur dan berkelanjutan agar mampu menciptakan lingkungan yang mendukung pengembangan diri dan prestasi siswa secara optimal.

2.1.3 *Self confidence*

Persoalan yang sering dibutuhkan oleh atlet yaitu yakin dengan kemampuan yang dimilikinya, optimis, serta bertanggung jawab terhadap keputusan yang telah diambil supaya mereka tetap menjaga kepercayaan dirinya. Rasa percaya diri atau dalam Bahasa Inggris disebut sebagai *self confidence* sangatlah diperlukan oleh setiap orang, terutama kaum muda. Rasa percaya diri atau *self confidence* menurut the American heritage dictionary didefinisikan sebagai “consciousness of one’s own power and abilities” (kesadaran akan kekuasaan dan kemampuan diri sendiri) Widarso (dalam Putri, 2021).

Menurut (Amaliah, 2014) “keyakinan diri sebagai penilaian diri untuk melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang persyaratan”. Seorang atlet meyakini bahwa penampilannya pada saat bertanding akan berhasil dalam menunjukkan penampilannya di arena pertandingan. Atlet yang memiliki kepercayaan diri yang

baik akan tetap dapat bermain dengan baik, lebih leluasa dan menunjukkan performa yang baik walaupun berada di bawah tekanan, karena mereka yakin dengan kemampuan yang dimiliki dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Berbeda dengan pemain yang kurang memiliki kepercayaan diri, mereka akan bermain lebih kaku, ragu-ragu, tidak leluasa dan kurang maksimal. Oleh karena itu kepercayaan diri harus dimiliki seorang pemain futsal. Menurut (Muriawijaya & Dwityanto, 2017) Menjelaskan bahwa “atlet yang memiliki kepercayaan diri selalu berfikir positif untuk menampilkan sesuatu yang terbaik dan memungkinkan timbul keyakinan pada dirinya bahwa dirinya mampu melakukannya sehingga penampilannya tetap baik”

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu hal, keyakinan akan kemampuan diri untuk mencapai sesuatu yang akan diraih atau diinginkan, dengan adanya kepercayaan diri individu mampu melakukan hal yang lebih baik lagi yang akan menghasilkan suatu prestasi.

2.1.3.1 Faktor-Faktor yang pembentuk *Self confidence*

Menurut Ghufro dan Rini (dalam Purwadi & Widyantoro, 2016), faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri individu adalah:

a. Konsep Diri

Menurut Anthony terbentuknya kepercayaan diri pada diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulannya dalam suatu kelompok. Hasil interaksi yang akan menghasilkan konsep diri.

b. Harga Diri

Adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri, tingkat kepercayaan diri seseorang juga dipengaruhi oleh harga diri seseorang. Konsep diri yang positif akan menghasilkan harga diri yang positif. Dengan harga diri yang positif akan menimbulkan rasa kepercayaan diri.

c. Pengalaman

Pengalaman dapat menjadi faktor munculnya kepercayaan diri. Sebaliknya, pengalaman juga dapat menjadi faktor menurunnya rasa percaya diri seseorang.

d. Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang berpengaruh terhadap tingkat percaya diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah akan menjadikan orang tersebut tergantung dan berada dibawah kekuasaan orang lain. Sebaliknya, orang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi dibandingkan berpendidikan yang rendah.

2.1.3.2 Ciri Atau Karakteristik Individu Yang Mempunyai Rasa Percaya Diri Yang Proporsional (Optimal)

Percaya pada kemampuan sendiri yaitu suatu keyakinan atas diri sendiri terhadap segala fenomena yang terjadi yang berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengevaluasi serta mengatasi fenomena yang terjadi tersebut.

Menurut Fatimah (dalam Marfu'ah, 2018) ciri atau karakteristik individu yang mempunyai rasa percaya diri yang optimal adalah:

- a. Percaya akan kompetensi/kemampuan diri, hingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun hormat orang lain.
- b. Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok.
- c. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri
- d. Punya pengendalian diri yang baik (tidak moody dan emosinya stabil).
- e. Memiliki internal locus of control (memandang keberhasilan atau kegagalan, bergantung pada usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak tergantung/mengharapkan bantuan orang lain).
- f. Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain, dan situasi di luar dirinya.
- g. Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan sesuatu yang terjadi.

Menurut Mardatillah (dalam Lestari, 2022) seseorang yang memiliki kepercayaan diri tentunya memiliki ciri-ciri yakni.

- a. Mengenal dengan baik kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya lalu mengembangkan potensi yang dimilikinya.

- b. Membuat standar atas pencapaian tujuan hidupnya lalu memberikan penghargaan jika berhasil dan bekerja lagi jika tidak tercapai
- c. Tidak menyalahkan orang lain atau kekalahan atau ketidakberhasilannya namun lebih banyak introfeksi diri sendiri
- d. Mampu mengatasi perasaan tertekan, kecewa, dan rasa ketidak mampuan yang menghinggapinya
- e. Mampu mengatasi rasa kecemasan dalam dirinya
- f. Tenang dalam menjalankan dan menghadapi segala sesuatunya
- g. Berpikir positif dan maju terus tanpa harus menoleh kebelakang.

Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan ciri individu yang memiliki rasa percaya diri yang optimal adalah, percaya dengan diri sendiri, tidak konformis, berani menjadi diri sendiri, punya pengendalian diri yang baik, mempunyai cara pandang yang positif, memiliki harapan yang realistik terhadap diri sendiri.

2.1.3.3 Upaya & Contoh Meningkatkan *Self confidence* (Kepercayaan Diri)

1. Mengembangkan Konsep Diri Positif
 - Contoh: Melakukan refleksi diri atau diskusi kelompok untuk mengenali kelebihan dan kekurangan.
 - Sumber: Ghufroon & Rini dalam Purwadi & Widyantoro (2016)
2. Meningkatkan Harga Diri
 - Contoh: Memberi pujian atas usaha dan pencapaian, bukan hanya hasil akhir.
 - Sumber: Eliza (2019) dalam skripsi halaman kajian teoritis
3. Memberikan Pengalaman Bertanding yang Cukup
 - Contoh: Mengikutsertakan siswa dalam turnamen secara berkala.
 - Sumber: Lauster dalam Mamlu'ah (2019)
4. Dukungan Sosial dari Lingkungan
 - Contoh: Orang tua dan pelatih mendampingi dan memberi motivasi sebelum pertandingan.
 - Sumber: Eliza (2019)
5. Peningkatan Kondisi Fisik dan Kesiapan Mental
 - Contoh: Melatih kesiapan mental melalui simulasi pertandingan atau latihan

visualisasi.

- Sumber: Febriana & Dwityanto (2016)

2.1.4 Motivasi Berprestasi

Motivasi berprestasi terdiri dari dua kata, yaitu motivasi dan berprestasi. Motivasi adalah semangat atau dorongan, serta arah (tujuan) dari suatu perilaku, sedangkan prestasi adalah kompetensi atau kualitas dari kemampuan, kepantasan, dan kesuksesan. Selanjutnya, “motivasi berprestasi didefinisikan sebagai dorongan dan arah dari perilaku yang relevan dengan kompetensi dan mengapa serta bagaimana seseorang berjuang menuju kesuksesan dan menghindari kegagalan” Baumeister & Vohs (dalam Putri, 2021).

Individu dengan motivasi berprestasi tinggi memiliki kecenderungan untuk menetapkan tujuan yang menantang namun realistis, menyukai situasi yang memberi tanggung jawab pribadi, serta mencari umpan balik untuk memperbaiki diri. Dalam ekstrakurikuler futsal, siswa yang memiliki motivasi berprestasi yang tinggi akan menunjukkan antusiasme dalam mengikuti latihan, aktif mengembangkan strategi bermain, dan berusaha keras untuk meraih kemenangan. Oleh karena itu, motivasi berprestasi menjadi salah satu indikator penting dalam menilai kesiapan mental dan komitmen siswa dalam pencapaian prestasi olahraga.

Motivasi merupakan keterampilan mental yang bersifat mendasar yang perlu dimiliki oleh atlet. Oleh karena itu, motivasi yang harus dimiliki atlet adalah motivasi berprestasi, sebab atlet yang memiliki motivasi berprestasi akan terpacu dengan keunggulan baik keunggulan diri sendiri, keunggulan orang lain, bahkan untuk mencapai kesempurnaan dalam menjalankan tugas latihan maupun kompetisi. Dasar pemikiran tersebut harus dijadikan pegangan bahwa motivasi berprestasi sangat efektif dimiliki atlet dalam setiap aktivitas. Menurut (Ain, 2022) “Motivasi memegang peranan penting untuk membantu menentukan berhasil tidaknya atlet dalam proses latihan maupun pertandingan. Oleh karena itu, harus ditekankan kepada atlet untuk menunjukkan motivasi tinggi dalam segala aktivitasnya. Jika atlet memiliki kemauan kuat untuk sukses, 50 persen kesuksesan sudah ditangan.

Apabila ditambah berjuang lebih keras lagi secara nyata, kesuksesan 100 persen akan menjadi milik atlet yang bersangkutan”. (Robbins et al., 2007) mendefinisikan motivasi berprestasi sebagai dorongan individu dalam melakukan sesuatu secara maksimal dengan menggunakan seluruh kemampuannya untuk unggul dari individu lainnya hingga individu tersebut mencapai kesuksesan. (Mangkunegara, 2015) mengartikan motivasi berprestasi sebagai suatu dorongan dalam ciri seseorang untuk melakukan atau mengerjakan suatu kegiatan atau tugas dengan sebaik-baiknya agar mencapai prestasi dengan predikat terpuji. (Munandar, 2014) motivasi berprestasi adalah dorongan yang kuat untuk berhasil, dimana individu hanya berfokus untuk mengejar prestasi dari pada imbalan terhadap keberhasilan, individu juga akan lebih bersemangat untuk melakukan sesuatu yang lebih baik dan selalu menyelesaikan tugas dan tanggung jawabnya.

Kesimpulan dari motivasi berprestasi adalah suatu dorongan dari individu untuk melakukan sesuatu hal dengan sebaik mungkin agar mendapatkan hasil yang memuaskan dan mencapai tujuan yang diinginkan.

2.1.4.1 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Motivasi Berprestasi

Motivasi berolahraga dipengaruhi oleh faktor intern dan ekstern. Faktor intern meliputi pembawaan atlet, tingkat pendidikan, pengalaman masa lalu, cita-cita, dan harapannya.

Sementara itu, faktor ekstern meliputi fasilitas yang tersedia, sarana dan prasarana, metode latihan, program latihan, dan lingkungan/iklim pembinaan

Menurut (Mangkunegara, 2015), faktor-faktor motivasi berprestasi dibagi menjadi dua faktor diantaranya:

a. Tingkat Kecerdasan (IQ)

Orang yang mempunyai motivasi prestasinya tinggi bila memiliki kecerdasan yang memadai. Hal ini karena IQ merupakan kemampuan potensi, apabila terpenuhi maka individu akan mengerahkan segala kemampuannya dan kemampuannya dapat tersalurkan dengan baik untuk mencapai tujuannya secara maksimal.

b. Kepribadian

Kepribadian yang dewasa akan mampu mencapai prestasi yang maksimal. Hal ini dikarenakan kepribadian merupakan kemampuan seseorang untuk

mengintegrasikan fungsi psiko-fisiknya yang sangat menentukan dirinya dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan.

Pendapat lain, menurut McClelland (dalam Sugiyanto, mengemukakan faktor- faktor yang mempengaruhi Motivasi Berprestasi yaitu faktor internal dan faktor eksternal sebagai berikut:

Faktor internal berupa yang mempengaruhi faktor motivasi berprestasi adalah:

- a. Kepercayaan diri Merupakan keyakinan terhadap kemampuan sendiri dalam melakukan suatu kompetisi
- b. Kemampuan Merupakan kekuatan penggerak untuk bertindak yang dicapai oleh manusia melalui latihan
- c. Kebutuhan Merupakan kekurangan, artinya ada sesuatu yang kurang dan oleh karena itu timbul kebutuhan untuk memenuhi atau mencukupi
- d. Minat Merupakan suatu kecenderungan yang menetap dalam diri seseorang untuk merasa tertarik pada hal tertentu
- e. Harapan atau keyakinan Merupakan kemungkinan yang dilihat untuk memenuhi suatu kebutuhan tertentu dari seseorang yang didasarkan atas pengalaman yang lalu

Faktor eksternal yang mempengaruhi faktor motivasi berprestasi adalah:

- a. Dukungan sosial

Merupakan dukungan berasal dari luar diri seorang atlit, seorang atlit merasa lebih termotivasi jika seorang pelatih dan atlit memiliki hubungan sosial yang baik

- b. Adanya norma standar yang harus dicapai

Keadaan ini akan mendorong seseorang untuk berbuat sebaik-baiknya

- c. Situasi kompetisi

Perlu juga dipahami bahwa situasi kompetisi tersebut tidak secara otomatis, situasi menantang merupakan tugas yang memungkinkan sukses dan gagalnya seseorang.

Faktor-faktor yang sudah dijelaskan diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor motivasi berprestasi antara lain dapat di lihat dari tingkat kecerdasan dan kepribadian dari individu, selain itu orang tua, lingkungan, tingkat percaya diri

juga berpengaruh terhadap faktor motivasi berprestasi, pekerjaan orang tua dan kelas ekonomi dari keluarga juga menjadi pengaruh motivasi berprestasi individu.

2.1.4.2 Ciri-ciri Individu Yang Memiliki Motivasi Berprestasi

Menurut Guswanto dan Sugiasih, (2020) ciri-ciri individu yang memiliki motivasi berprestasi sebagai berikut:

a. Tanggung jawab

Atlet dengan motivasi berprestasi yang tinggi mempunyai rasa penuh tanggung jawab saat melaksanakan program latihan yang diberikan oleh pelatihnya, sehingga ia berlatih dengan sungguh-sungguh dan disiplin.

b. Pertimbangan terhadap risiko

Atlet yang memiliki motivasi berprestasi yang tinggi cenderung, mereka dominan menyukai kegiatan yang menantang kemampuan dirinya namun tetap berada pada batas wajar kemampuannya, dan cenderung menyukai kegiatan yang peluangnya lebih besar.

c. Memperhatikan terhadap umpan balik

Atlet yang memberi penilaian terhadap hasil saat ia mengalami keberhasilan dan kegagalan serta mencari umpan balik dari pelatihnya adalah ciri atlet yang memiliki motivasi berprestasi yang bagus.

Dia suka berlatih ketika dia bisa mendapatkan umpan balik spesifik tentang apa yang telah dia lakukan. Karena jika tidak, mereka tidak tahu apakah mereka lebih baik dari yang lain.

d. Motivasi dan kreatif

Atlet dengan motivasi berprestasi yang tinggi biasanya menginovasi cara berkompetisi dengan melakukan sesuatu yang berbeda dari masa lalu. Dia akan sering mencari informasi untuk menemukan cara yang lebih baik dan lebih inovatif dalam melakukan sesuatu sehingga dia dapat menemukan strategi yang baik untuk mengatasi lawannya saat bermain.

Menurut Jhonson dan Schwitzgebel (2007) individu yang memiliki motivasi berprestasi memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

a. Menyukai situasi yang menuntut tanggung jawab pribadi atas hasil- hasilnya

bukan atas dasar untung-untungan, nasib atau kebetulan. Bahwa seseorang bila dihadapkan suatu tugas yang berat sekalipun tidak mudah menyerah. Tetapi bekerja dengan baik untuk mencapai prestasi terbaiknya dibandingkan dengan orang lain. Ia pun memelihara kualitas kerja yang tinggi dan bertanggung jawab untuk menyelesaikan tugas dengan sukses.

- b. Memiliki tujuan yang realistis tetapi menantang dari tujuan yang terlalu mudah dicapai atau terlalu mudah resiko. Seseorang lebih suka dengan suatu jenis tugas yang cukup rawan antara sukses dan gagal dan hal yang merupakan pendorong baginya untuk melaksanakan dengan sungguh-sungguh. Individu suka situasi prestasi yang mengandung resiko yang cukup untuk gagal, individu suka sukses tetapi sukses tanpa suatu tantangan tidak menyenangkan baginya.
- c. Senang bekerja sendirian bersaing untuk mengungguli orang lain dalam mengerjakan sesuatu tugas. Jadi kesuksesan itulah yang menjadi target dan tidak hanya sekedar menghindari kegagalan. Bila dihadapkan pada situasi prestasi mereka optimis bahwa sukses akan dapat diraihinya dan dalam mengerjakan tugas ia lebih didorong oleh harapan untuk sukses serta mampu memanfaatkan waktu dengan baik.
- d. Mampu menunjukkan pemuasan keinginan demi masa depan yang lebih baik. Seseorang mempunyai kehendak dan tujuan yang luhur dimasa mendatang dengan memperhatikan waktu cenderung memiliki program dan membuat tujuan-tujuan yang hendak dicapainya di waktu yang akan datang serta berusaha keras untuk mencapai prestasi.

Sedangkan menurut Asnawi (2002) individu yang memiliki motivasi berprestasi ditunjukkan dengan ciri-ciri tertentu. Ciri-ciri tersebut yang membedakan individu tersebut memiliki motivasi berprestasi yang tinggi atau rendah. Motivasi berprestasi ini terlihat dalam perilaku seperti:

- a. Mengambil tanggung jawab pribadi atas perbuatan-perbuatannya

Dapat bertanggung jawab atas perilaku yang dibuat oleh dirinya sendiri, menunjukkan rasa bijaksana dalam menghadapi perilaku yang diperbuat.

- b. Mencari umpan balik tentang perbuatannya

Dengan melakukan sesuatu hal, individu dapat mengetahui apa yang akan diperoleh dari perbuatannya tersebut, sehingga menjadikan acuan untuk melakukan hal yang dapat di terima kembali.

c. Memilih resiko yang moderat atau sedang dalam perbuatannya

Jika individu terpaksa melakukan hal yang cukup beresiko, maka individu harus mengetahui resiko yang akan di terima, sehingga tidak terlalu berat untuk individu tersebut.

d. Berusaha melakukan sesuatu dengan cara-cara baru dan kreatif

Individu dianjurkan untuk kreatif dalam bermain dilapangan sehingga menjadi cara-cara baru yang belum diketahui oleh lawan mainnya yang akan membuat tim menjadi beruntung.

Jadi dapat disimpulkan ciri-ciri individu yang memiliki motivasi berprestasi adalah individu yang menyukai situasi dan menuntut tanggung jawab, memiliki tujuan yang realistis, senang bekerja keras, berani mengambil resiko, dan ingin menungguli orang lain dan mampu berusaha keras demi mencapai tujuan yang diinginkan

2.1.4.3 Upaya & Contoh Meningkatkan Motivasi Berprestasi

a. Menetapkan Tujuan dan Harapan yang Realistis

- Contoh: Membuat target pribadi dalam pertandingan (misalnya: mencetak 1 gol, memberi 2 assist).
- Sumber: Baumeister & Vohs dalam Putri (2021)

b. Memberikan Umpan Balik yang Konstruktif

- Contoh: Pelatih memberikan evaluasi setelah latihan atau pertandingan, disertai motivasi.
- Sumber: Guswanto & Sugiasih (2020)

c. Membangun Lingkungan yang Kompetitif dan Mendukung

- Contoh: Membuat kompetisi antar siswa secara internal dengan hadiah sederhana.
- Sumber: McClelland dalam Sugiyanto

d. Mengembangkan Kreativitas dan Strategi Baru

- Contoh: Memberi kebebasan bagi siswa untuk mencoba strategi baru saat latihan.
 - Sumber: Johnson & Schwitzgebel (2007)
- e. Memotivasi dengan Figur atau Idola Atletik
- Contoh: Mengundang atlet berprestasi untuk berbagi kisah inspiratif.
 - Sumber: Putri (2021)

2.1.5 Kerangka Konseptual

Self confidence atau kepercayaan diri merupakan kondisi psikologis di mana seseorang memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi tantangan dan menyelesaikan tugas secara efektif. Dalam konteks kegiatan olahraga, khususnya ekstrakurikuler futsal, *Self confidence* sangat penting karena mempengaruhi sikap, perilaku, serta performa siswa saat bertanding. Atlet dengan *Self confidence* yang tinggi cenderung tampil lebih tenang, tidak mudah panik, serta mampu mengambil keputusan dengan cepat dan tepat di tengah tekanan kompetitif. Menurut Ghufro dan Rini (dalam Purwadi & Widyanoro, 2016), *Self confidence* dibentuk oleh beberapa faktor, yaitu konsep diri, harga diri, pengalaman hidup, pendidikan, kondisi fisik, lingkungan sosial, serta dukungan dari orang-orang terdekat seperti pelatih, teman, dan keluarga. *Self confidence* juga berkaitan erat dengan kesiapan mental seorang atlet; semakin tinggi kepercayaan dirinya, maka semakin besar kemungkinan ia mampu menampilkan performa terbaiknya. Dengan demikian, pemahaman terhadap konsep dan faktor-faktor pembentuk *Self confidence* menjadi penting dalam upaya meningkatkan prestasi siswa di bidang olahraga.

Motivasi berprestasi merupakan dorongan internal dalam diri individu untuk mencapai kesuksesan, unggul dari orang lain, dan menyelesaikan tugas dengan hasil terbaik. Dalam konteks kegiatan ekstrakurikuler seperti futsal, motivasi berprestasi sangat berperan dalam membentuk sikap disiplin, semangat berlatih, serta keinginan kuat untuk memenangkan pertandingan. Menurut McClelland (dalam Sugiyanto, 2020), motivasi berprestasi dipengaruhi oleh faktor internal

seperti harapan, minat, kepercayaan diri, dan kebutuhan untuk berhasil; serta faktor eksternal seperti dukungan sosial, norma prestasi, dan lingkungan kompetitif.

Selain itu, Mahfud et al. (2020) menjelaskan bahwa ekstrakurikuler olahraga memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan bakatnya di bidang olahraga serta membentuk karakter seperti disiplin, kerja sama tim, dan sportivitas. Di SMKN 2 Kota Tasikmalaya, ekstrakurikuler futsal menjadi salah satu kegiatan yang diminati oleh siswa karena memberikan kesempatan untuk berprestasi di tingkat sekolah, daerah, bahkan nasional. Keikutsertaan dalam ekstrakurikuler ini tidak hanya mengasah keterampilan teknis bermain futsal, tetapi juga berkontribusi pada pembentukan sikap percaya diri dan motivasi berprestasi siswa. Oleh karena itu, pembinaan ekstrakurikuler harus dilakukan secara terstruktur dan berkelanjutan agar mampu menciptakan lingkungan yang mendukung pengembangan diri dan prestasi siswa secara optimal.

2.2 Hasil Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan pertama dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilaksanakan oleh Rachmi Marsheilla dan Eko Bagus Fahrizqi (2020) yang berjudul “Analisis Tingkat Kepercayaan Diri Saat Bertanding Atlet Pecak Silat Perguruan Satria Sejati”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri saat bertanding atlet pencak silat perguruan satria sejati. Metode yang digunakan penelitian ini yaitu deskriptif kuantitatif. Populasinya adalah atlet pencak silat perguruan satria sejati berjumlah 24 orang. Teknik sampling menggunakan teknik sampling jenuh, yaitu semua anggota sampel merupakan populasi. Instrumen penelitian menggunakan angket kepercayaan diri yang dijabarkan dengan faktor masing-masing. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif. Hasilnya pada atlet putra perolehan paling besar berada pada kategori “tinggi” yaitu dari 8 atlet putra sebesar 61,53% dan 9 atlet putri perolehan paling besar yaitu di kategori “tinggi” sebesar 81,81%. Kategori sangat tinggi perolehan persentasenya lebih kecil dibandingkan kategori tinggi. Artinya berdasarkan data yang diperoleh dari angket untuk tingkat kepercayaan diri saat bertanding berada pada kategori tinggi untuk atlet putra maupun putri. Tidak sangat tinggi, maupun

rendah ataupun sangat rendah. Maka dari itu kepercayaan diri atlet saat bertanding masih terbilang baik.

Penelitian yang relevan kedua dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Mochammad Chafid Albiro, Febi Kurniawan dan Irfan Rahman yang berjudul “Analisis Tingkat Percaya Diri Siswa SMKN 1 Karawang Barat Yang Mengikuti Pertandingan Futsal” Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hasil analisis percaya diri siswa yang mengikuti pertandingan Futsal. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh anggota ekstrakurikuler futsal putra di SMKN 1 di Kabupaten Karawang dengan jumlah responden 19 orang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode discovery. Adapun teknik pengumpulan data menggunakan angket, angket dalam penelitian ini berbentuk skala likert.

Hasil penelitian tersebut diketahui Tingkat Percaya Diri Siswa SMKN 1 Karawang Yang Mengikuti Pertandingan Futsal menyatakan pada kategori sangat baik dengan persentase 11%, pada kategori baik dengan persentase 47%, pada kategori cukup baik dengan persentase 11%, pada kategori kurang baik dengan persentase 32 %, dan pada kategori sangat kurang baik dengan persentase 0%.

Bedasarkan dari hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa Tingkat Percaya Diri Siswa SMKN 1. Karawang terdapat hasil dalam kategori cukup baik dengan persentase 47%. Dalam kesimpulan tersebut terdapat saran yaitu pelatih terus meningkatkan dalam latihan dan memotivasi siswa agar dapat selalu bersemangat dalam latihan serta meningkatkan mental siswa yang mengikuti pertandingan futsal.

Penelitian yang relevan ketiga adalah penelitian yang dilakukan oleh Karel Muskanan (2015) dalam studinya tentang Analisis Motivasi Berprestasi Atlet Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP) Provinsi Nusa Tenggara Timur mengemukakan bahwa ada beberapa faktor atau dalam penelitian ini disebut variabel yang mempengaruhi motivasi berprestasi atlet di PPLP NTT. Penelitian ini mengkaji tentang rangkaian proses berpengaruhnya variabel-variabel independen yang diukur secara empiris pada variabel-variabel independen yang tergolong dalam faktor intrinsik dan ekstrinsik seperti: variabel kompetensi, variabel pemenuhan kebutuhan, variabel status dan tanggung jawab, variabel lingkungan,

variabel teknik supervisi, dan variabel jaminan karir terhadap variabel dependen yakni variabel motivasi berprestasi atlet PPLP NTT.

Penelitian ke empat yang relevan dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilaksanakan oleh Putri, (2021) yang berjudul “Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Motivasi Berprestasi Dalam Bermain Futsal Pada Pemain Futsal Di Kota Medan”. Kepercayaan diri adalah kesadaran akan kekuasaan dan kemampuan diri sendiri, seorang atlet harus yakin dengan kemampuan yang dimilikinya, seperti rasa percaya diri yang optimal, tidak konformis, berani menjadi diri sendiri, memiliki pengendalian diri yang baik, cara pandang yang positif dan memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri. Kepercayaan diri bisa mempengaruhi seorang atlet dalam berprestasi, atlet dapat berprestasi jika memiliki kepercayaan diri yang baik.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan motivasi berprestasi pada pemain futsal di kota Medan. Dengan asumsi semakin tinggi kepercayaan diri maka akan semakin tinggi motivasi berprestasi, dan sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri maka akan semakin rendah motivasi berprestasi. Metode penelitian bersifat kuantitatif. Subjek berjumlah 125 pemain yang diambil dengan teknik total sampling.

Dimana lokasi penelitian ini berada di kota Medan, di beberapa tempat bermain futsal dari beberapa klub yang menjadi sampel penelitian. Teknik pengumpulan data menggunakan skala likert terdiri dari 48 dan 46 aitem.

Analisis data menggunakan teknik product moment dengan nilai koefisien $r_{xy} = 0,363$ dan koefisien determinan (r^2) = 0,132 hasil kriteria $P = 0,000 < 0,005$ signifikan dengan $BE\% = 13,2\%$. Hasil perhitungan mean hipotetik dan empirik variabel kepercayaan diri kategori sangat tinggi dan variabel motivasi berprestasi kategori sangat tinggi. Berdasarkan hasil penelitian ini maka hipotesis nihil (H_0) ditolak dan hipotesis kerja (H_a) diterima. Yaitu ada hubungan positif antara kepercayaan diri dengan motivasi berprestasi.

Berdasarkan pada keempat penelitian yang relevan diatas tentunya terdapat persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang sedang penulis laksanakan, persamaan dari keempat penelitian yang relevan dengan penelitian penulis yaitu sama sama menggunakan metode kuantitatif. Selain itu, tentunya terdapat

perbedaan dari keempat penelitian diatas dengan penelitian penulis yaitu dari segi sampel, populasi, tempat penelitian, dan judul penelitian.

2.3 Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual merupakan suatu konsep yang dibutuhkan peneliti dengan tujuan untuk memecahkan masalah, anggapan adalah suatu yang diyakini kebenarannya oleh peneliti, (Arikunto, 1998, hlm. 9), futsal merupakan olahraga yang membutuhkan *Self confidence* dan motivasi berprestasi untuk memainkannya, semakin tinggi *Self confidence* dan motivasi berprestasi atlet semakin besar juga peluang atlet tersebut untuk meraih kemenangan.

Banyak sekali sekolah yang sudah menjadikan futsal sebagai kegiatan ekstrakurikuler karena begitu banyaknya siswa yang menjadikan ekstrakurikuler

futsal sebagai bentuk pengembangan minat dan bakat, begitupun sejalan dengan Ekstrakurikuler Futsal di SMKN 2 Kota Tasikmalaya, Ekstrakurikuler Futsal di SMKN 2 Kota Tasikmalaya sudah berjalan cukup lama dan banyak sekali program kerja dilakukan oleh Ekstrakurikuler SMKN 2 Tasikmalaya ini, salah satunya

membentuk atlet futsal yang mempunyai *Self confidence* dan motivasi berprestasi atlet yang tinggi untuk memenangkan sebuah pertandingan dan menjadi juara disetiap turnamen yang diikuti.

Dalam mengikuti ajang turnamen, Ekstrakurikuler Futsal SMKN 2 Kota Tasikmalaya selalu mempersiapkan segala sesuatunya dengan bersungguh-sungguh mulai dari latihan skill, fisik maupun mental, karena dalam sebuah pertandingan futsal banyak sekali faktor yang mendorong pemain untuk menjadi baik dan lebih siap, faktor yang berpengaruh dalam sebuah tim diantaranya adalah tingkat *Self confidence* dan motivasi berprestasi yang tinggi.

Untuk dapat mengetahui tingkat *Self confidence* dan motivasi berprestasi atlet Ekstrakurikuler Futsal SMKN 2 Tasikmalaya saat bertanding dan mengikuti sebuah turnamen, maka dapat dianalisis dengan survei atau penyebaran angket. Dengan diadakannya penyebaran angket maka akan diketahui tingkat *Self confidence* dan motivasi berprestasi dari atlet Ekstrakurikuler Futsal SMKN 2 Tasikmalaya.

2.4 Hipotesis Penelitian

Dari berbagai masalah dalam penelitian perlu dibuat hipotesis sementara. Menurut Sugiyono (2019, p. 99) “hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk pertanyaan”. Maka dari itu hipotesis dalam penelitian ini yaitu:

1. Tingkat *Self confidence* siswa terhadap prestasi ekstrakurikuler futsal SMK 2 Kota Tasikmalaya mencapai lebih dari 40% termasuk pada kategori tinggi
2. Tingkat Motivasi siswa terhadap prestasi ekstrakurikuler futsal SMK 2 Kota Tasikmalaya mencapai lebih dari 20% termasuk pada kategori tinggi