

ABSTRAK

PENGARUH LATIHAN SIMULASI TERHADAP PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI DAN MOTIVASI BERPRESTASI ATLET BOLA BASKET DALAM MENGHADAPI PERTANDINGAN

Pembimbing I : Dr. Komarudin, M. Pd.

Pembimbing II: Drs. Enjang Rahmat, S.Pd, M.Pd.

Bubun Saepudin

1001671

Terdapat beberapa aspek penting dalam menentukan keberhasilan atlet di setiap pertandingan, yaitu aspek teknik, taktik, fisik dan mental. Kondisi mental atlet harus selalu dalam keadaan baik, aspek mental berpengaruh besar pada perkembangan dan pertumbuhan pribadi atlet secara keseluruhan. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh suatu pemikiran bahwa atlet yang tidak memiliki kepercayaan diri dan motivasi berprestasi tidak akan memperoleh prestasi maksimal. Kurangnya kepercayaan diri dan motivasi berprestasi pada diri atlet timbul karena belum terbiasa menghadapi ketegangan-ketegangan yang selalu terjadi di lapangan pertandingan sebenarnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran yang lebih jelas mengenai pengaruh latihan simulasi terhadap peningkatan kepercayaan diri dan motivasi berprestasi atlet bola basket dalam menghadapi pertandingan. Metode yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet Ekstrakurikuler Bola Basket SMPN 11 Bandung, sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah atlet tim putri Ekstrakurikuler Bola Basket SMPN 11 Bandung sebanyak 15 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah angket tertutup. Teknik pengolahan dan analisis data yang penulis gunakan adalah analisis kesamaan rata-rata (uji *t*). Hasil penelitian menjelaskan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan latihan simulasi terhadap peningkatan kepercayaan diri dan motivasi berprestasi atlet bola basket dalam menghadapi pertandingan. Dengan demikian dapat penulis simpulkan bahwa latihan simulasi memberi pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kepercayaan diri dan motivasi berprestasi atlet bola basket dalam menghadapi pertandingan.

Kata Kunci : *latihan simulasi, kepercayaan diri, dan motivasi berprestasi.*

Bubun Saepudin, 2014

PENGARUH LATIHAN SIMULASI TERHADAP PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI DAN MOTIVASI BERPRESTASI ATLET BOLA BASKET DALAM MENGHADAPI PERTANDINGAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu