

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA *SELF CONTROL* DENGAN TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI ATLET PUTRI DI UKM BOLA VOLI UPI

Dosen Pembimbing: 1. Dr. Komarudin, M.Pd.
2. Drs. Dudung Hasanudin Ch.

***Dea Gardea**

Penelitian dilatarbelakangi oleh pengamatan penulis. Lapangan pada tim bola voli yang menunjukkan bahwa sering adanya tekanan-tekanan dari luar terhadap atlet khususnya dari aspek psikologis. Oleh karena itu, atlet sering kali memiliki *self control* yang kurang baik di lapangan. Diduga kurang diperhatikannya aspek psikologis khususnya *self control* pada atlet, sehingga mempengaruhi tingkat kepercayaan diri atlet pada kemampuan yang dimilikinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self control* dengan tingkat kepercayaan diri atlet di UKM bola voli UPI. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet putri tim UKM bola voli UPI. Sampelnya diambil sebanyak 16 atlet, dalam pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampling. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket, yang berisikan tentang *self control* dan tingkat kepercayaan diri. Penelitian ini dapat penulis simpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self control* dengan tingkat kepercayaan diri atlet bola voli. Saran peneliti bahwa: a) Bagi para pelatih atau pembina cabang olahraga permainan bola voli hendaknya, harus memperhatikan komponen-komponen psikologinya. dikarenakan dari segi psikologi atau mental sangat berpengaruh terhadap pencapaian prestasi dan kematangan suatu atlet. b) Bagi para atlet bola voli pada khususnya atlet putri di UKM bola voli UPI dan para atlet cabang olahraga prestasi pada umumnya perlu memperhatikan psikologi diri sendiri dan meningkatkan *self control* sehingga dapat mengontrol diri serta meningkatkan kualitas kemampuannya dalam cabang olahraga bola voli.

***Mahasiswa Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga angkatan 2008.**

Dea Gardea, 2013

HUBUNGAN ANTARA *SELF CONTROL* DENGAN TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI ATLET PUTRI DI UKM BOLA VOLI UPI

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