

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DAN PENGALAMAN DENGAN  
MOTIVASI BERPRESTASI OLAHRAGA DALAM CABANG  
OLAHRAGA ARUNG JERAM**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi sebagian dari syarat memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga



Disusun Oleh :

Kurnia Muhamad Iqbal Sodikin

1700236

**DEPARTEMEN PENDIDIKAN KEPELATIHAN  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2022**

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DAN PENGALAMAN DENGAN  
MOTIVASI BERPRESTASI OLAHRAGA DALAM CABANG  
OLAHRAGA ARUNG JERAM**

Oleh

**Kurnia Muhamad Iqbal Sodikin  
(1700236)**

Sebuah Skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

**© Kurnia Muhamad Iqbal Sodikin 2022  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Januari 2022**

Hak Cipta dilindungi undang-undang.  
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang, di fotocopy, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis.

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**KURNIA MUHAMAD IQBAL SODIKIN**  
**1700236**

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DAN PENGALAMAN DENGAN MOTIVASI  
BERPRESTASI OLAHRAGA DALAM CABANG OLAHRAGA ARUNG JERAM**

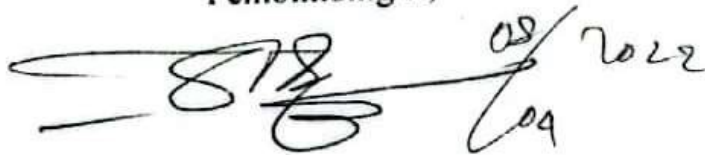
disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I,



Prof. Dr. Hj. Nina Sutresna, M.Pd.  
NIP. 196412151989012001

Pembimbing II,



Dr. H. Dede Rohmat N, M.Pd.  
NIP. 196312091988031001

Mengetahui,

Ketua Departemen Pendidikan Kepeleatihan



Prof. Dr. Hj. Nina Sutresna, M.Pd.  
NIP. 196412151989012001

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini penulis menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan Kepercayaan Diri dan Pengalaman Berlatih dengan Motivasi Berprestasi Olahraga Pada Cabang Olahraga Arung Jeram” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan dan saya mengikuti aturan penulisan yang telah disahkan (KTI UPI). Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, 13 Januari 2021

Yang Membuat Pernyataan,

Kurnia Muhammad Iqbal Sodikin  
NIM. 1700236

**ABSTRAK**  
**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DAN PENGALAMAN DENGAN**  
**MOTIVASI BERPRESTASI OLAHRAGA DALAM CABANG**  
**OLAHRAGA ARUNG JERAM**

**Pembimbing 1 : Dr. Hj. Nina Sutresna, M.Pd**  
**Pembimbing 2 : Dr. H. Dede Rohmat S, M.Pd**

**Kurnia Muhammad iqbal Sodikin**  
**1700236**

the purpose of this study was to determine the relationship between self-confidence and practice experience with sports achievement motivation. This research uses quantitative methods with correlational studies. The sample of this research is athletes from the city of Bandung with a sample of 20 people who were taken using purposive sampling. This study uses a questionnaire in which the questionnaire uses expert opinion, namely self-confidence and practice experience while the practice experience is made by yourself. With the results of research between self-confidence with sports achievement motivation with the value of sig. (0.000) < 0.05, while the value of sig. Between practice experience and sports achievement motivation is the value of sig. (0.006) < 0.05. Shows that there is a significant relationship between the self-confidence variable and sports achievement motivation and there is a significant relationship between the training experience variable and sports achievement motivation.

***Kata kunci** : Motivasi Berprestasi Olahraga, kepercayaan diri dan pengalaman berlatih*

## **ABSTRACT**

### **THE RELATIONSHIP OF CONFIDENCE AND EXPERIENCE WITH SPORTS ACHIEVEMENT MOTIVATION IN RAFTING**

**Pembimbing 1 : Dr. Hj. Nina Sutresna, M.Pd**

**Pembimbing 2 : Dr. H. Dede Rohmat S, M.Pd**

**Kurnia Muhamad Iqbal Sodikin**

**1700236**

the purpose of this study was to determine the relationship between self-confidence and practice experience with sports achievement motivation. This research uses quantitative methods with correlational studies. The sample of this research is athletes from the city of Bandung with a sample of 20 people who were taken using purposive sampling. This study uses a questionnaire in which the questionnaire uses expert opinion, namely self-confidence and practice experience while the practice experience is made by yourself. With the results of research between self-confidence with sports achievement motivation with the value of sig. (0.000) < 0.05, while the value of sig. Between practice experience and sports achievement motivation is the value of sig. (0.006) < 0.05. Shows that there is a significant relationship between the self-confidence variable and sports achievement motivation and there is a significant relationship between the training experience variable and sports achievement motivation.

**Keywords:** Sports Achievement Motivation, self-confidence and practice experience

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Illahi Allah SWT atas segala rahmat dan Karunia-Nya,shalawat serta salam selalu tercurah kepada junjungan Nabi Muhammad Shallallahu Alaihi wasallam, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi in.Skripsi yang berjudul: “Hubungan Kepercayaan Diri dan Pengalaman dengan Motivasi Berprestasi Olahraga Dalam Cabang Olahraga Arung Jeram”.

Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan yang penulis tempuh selama mengikuti studi pada Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari sempurna. Oleh karena itu kritik dan saran yang akan membangun sangat penulis harapkan. Akhir kata semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya, dan bagi para pembaca pada umumnya.

Bandung, 06 Januari 2022

Penulis,

Kurnia Muhamad Iqbal Sodikin  
NIM. 1700236

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis menyadari dalam penyelesaian skripsi ini melibatkan bantuan dan dorongan berupa kritik, saran, bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya dan penghargaan setinggi-tingginya kepada semua pihak yang terkait. Ucapan terima kasih dipersembahkan kepada:

1. Dr. H. Raden Boyke Mulyana, M.Pd. Selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia
2. Dr. Hj. Nina Sutresna, M.Pd. selaku ketua Departemen Pendidikan Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia.
3. Dr. Komarudin, M.Pd. Selaku ketua Prodi Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas pendidikan Indonesia.
4. Ibu Dr. Hj. Nina Sutresna, M.Pd, selaku Pembimbing I yang senantiasa memberikan arahan, teguran, serta motivasi kepada penulis sehingga terselesaikannya skripsi ini
5. Bapak Dr. H. Dede Rohmat S, M.Pd., selaku Pembimbing II yang selalu membimbing, memberi arahan serta motivasi sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi ini;
6. Ibu Dr. Berliana, M.Pd, selaku dosen pembimbing akademik yang selalu memberikan arahan dalam menjalani masa perkuliahan sehingga proses perkuliahan berjalan lancar.
7. Para staf dosen pengajar dan karyawan FPOK UPI yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat dan pengalaman serta kerjasamanya selama penulis menempuh perkuliahan
8. Ayahanda dan Ibunda tercinta, Ihsan Sadikin dan Tinok Siti Masendah yang selalu memberikan doa tulus serta motivasi tiada tara, dan memberikan kasih sayang tak terhingga kepada penulis. Penyemangat nomor satu bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini;
9. Kakak tercinta Intan Siti Anggraeni Sodikin dan Alyandra Nazahwa Rahma Sodikin yang menghibur penulis disaat penat dan senantiasa mendo'akan penulis dalam setiap kesempatan;



10. Untuk keluarga besar penulis yang selalu mendoakan setiap langkah penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
11. Untuk Agil Gusti Zaidan dan M Iqbal Nugraha Saya sangat berterima kasih atas bantuannya dalam penyusunan maupun penghitungan data dalam penelitian ini
12. Sahabat-sahabat saya Latif Azmul Fauzi, Azmi Nurul Qodri, Sandi fajri, Rian dan anak anak UBARCO yang sering memotivasi saya.
13. Tim Arung Jeram Kota Bandung dan yang telah membantu serta memberikan izin dalam penelitian skripsi ini
14. Teman-teman tercinta angkatan 2017 Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Universitas Pendidikan Indonesia, yang telah memberikan semangat dan dorongan serta kebersamaan dalam masa-masa perkuliahan yang penuh hikmah dan canda tawa yang tidak akan pernah dilupakan.
15. Teman-teman wasit Arung jeram yang selalu membantu dan menyemangati peneliti dalam melakukan penelitian ini.
16. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu pada ruang terbatas ini, atas partisipasi dan kontribusi yang diberikan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan tepat waktu.

Serta kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam segala hal, Semoga Allah SWT. Senantiasa membalas atas segala kebaikannya dan melimpahkan rahmat-Nya kepada kita semua. *Āmīn*.

## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
LEMBAR PERNYATAAN .....	ii
ABSTRAK .....	iii
ABSTRACT .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR TABEL .....	xi
BAB I .....	1
PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.5. Manfaat Praktis.....	7
1.6 Struktur Penulisan Skripsi .....	7
BAB II.....	10
TINJAUAN KEPUSTAKAAN .....	10
2.1 Arung Jeram .....	10
2.2 Motivasi Berprestasi Olahraga .....	17
2.3 Kepercayaan Diri ( <i>Self Confidence</i> ).....	19
2.4 Pengalaman Berlatih.....	21
2.5 Kerangka Berpikir .....	22

2.6	Hipotesis.....	24
BAB III .....		25
METODE PENELITIAN.....		25
3.1	Metode Penelitian.....	25
3.2	Desain Penelitian.....	25
3.3	Lokasi, Populasi dan Sampel.....	26
3.4	Langkah-langkah Penelitian.....	27
3.5	Instrumen Penelitian.....	27
3.6	Uji Coba Instrumen .....	32
3.7	Analisis Data .....	33
BAB IV .....		36
ANALISIS DATA DAN PEMBAHASAN .....		36
4.1	Pengolahan dan Analisis Data.....	36
BAB V.....		44
KESIMPULAN DAN SARAN.....		44
5.1	Kesimpulan.....	44
5.2	Implikasi.....	44
5.3	Rekomendasi .....	45
DAFTAR PUSTAKA .....		46
LAMPIRAN.....		50

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Lidah air ( <i>The tongue</i> ).....	9
Gambar 2.2 Ombak Berdiri ( <i>Standing Wave</i> ).....	9
Gambar 2.3 Arus Balik ( <i>Hole</i> ).....	9
Gambar 2.4 Pusaran Air ( <i>eaddis</i> ).....	10
Gambar 2.5 Belokan ( <i>bends</i> ).....	10

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 desain penelitian.....	21
Tabel 3.2 langkah-langkah penelitian.....	22
Tabel 3.3 norma nilai .....	24
Tabel 3.4 kisi-kisi angket motivasi berprestasi olahraga .....	24
Tabel 3.5 kisi-kisi angket kepercayaan diri .....	25
Tabel 3.6 kisi-kisi angket pengalaman berlatih .....	26
Tabel 3.7 uji realibilitas .....	28
Tabel 4.1 Deskripsi Static .....	31
Tabel 4.2 test normality .....	32
Tabel 4.3 uji corelation kepercayaan diri .....	33
Tabel 4.4 uji corelation pengalaman berlatih .....	34
Tabel 4.5 uji corelation penggabungan antara kepercayaan diri dengan pengalaman berlatih .....	35

## DAFTAR PUSTAKA

- Adi M. Soekirno, 2006, “ *Arung Jeram Menelusuri Tantangan Membangun Kematangan*” Yogyakarta
- Benabou, R., & Tirole, J. (2000). Self confidence: Intrapersonal strategies
- Bénabou, R., & Tirole, J. (2002). Self-confidence and personal motivation. *The quarterly journal of economics*, 117(3), 871-915.
- Brown, M. *Panduan Keamanan Arung Jeram*. Bali: Panakom Publishing.
- Darsono, N & Satria. (2008). *Olahraga Alam*. Jakarta: Pt Perca
- Effendi, H. (2016). Peranan psikologi olahraga dalam meningkatkan prestasi atlet. *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 1(1).
- Fallo S . 2017. Motivasi Berprestasi Atlet Futsal Ikip Pgri Pontianak. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, Vol. 6, No. 2, Desember 2017
- Firmansyah, H. (2017). Hubungan Aspek Fisik dan Psikologis Atlet Senam Artistik Putra Indonesia. *Humanitas: Jurnal Psikologi Indonesia*, 14(1), 78-89.
- Firmansyah, I., Rahayu, N. I., & Sultoni, K. (2018). Korelasi antara kepercayaan diri dengan keberhasilan tendangan pinalti dalam permainan sepak bola. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 3(2), 1–5. <http://ejournal.upi.edu/index.php/JTIKOR>
- Fitri, E., Zola, N., & Ifdil, I. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 4(1), 1-5.
- Haryani, R., & Tairas, M. M. W. (2014). Motivasi berprestasi pada mahasiswa berprestasi dari keluarga tidak mampu secara ekonomi. *Jurnal psikologi pendidikan dan perkembangan*, 3(1), 30-36.
- Ibrahim, R (2015). Psikologi Kepelatihan. Bandung : CV. Nurani Bandung
- Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4(3). <https://jptam.org/index.php/jptam/article/download/863/779>
- Komarudin (2017). *Psikologi Olahraga*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya

- M. Irfan Ariyanto, 6301411107. (2016). *Hubungan Pengalaman Bertanding Terhadap Emotional Quotient Pada Atlet Pencak Silat Kategori Tanding Pplp Jawa Tengah Tahun 2016*.
- Makruf, A. (2020). *HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN MOTIVASI BERPRESTASI OLAHRAGA UKM BELADIRI* (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Mirhan, J. B. K. J. (2016). Hubungan Antara Percaya Diri Dan Kerja Keras Dalam Olahraga Dan Keterampilan Hidup. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 12(1).
- Mirhan, J. B. K. J. (2016). Hubungan antara percaya diri dan kerja keras dalam olahraga dan keterampilan hidup. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 12(1).
- Muriawijaya, N. C., & Dwityanto, A. (2017). *Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dengan Kepercayaan Diri Pada Atlet Beladiri* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Muskanan, K. (2015). Analisis motivasi berprestasi atlet pusat pendidikan dan latihan olahraga pelajar Provinsi Nusa Tenggara Timur. *JKAP (Jurnal Kebijakan Dan Administrasi Publik)*, 19(2), 105-113.
- Muskanan, K. (2015). Analisis motivasi berprestasi atlet pusat pendidikan dan latihan olahraga pelajar Provinsi Nusa Tenggara Timur. *JKAP (Jurnal Kebijakan Dan Administrasi Publik)*, 19(2), 105-113
- Myssidayu, A. (2016). Tingkat Self Confidence Dalam Pertandingan Futsal antar Kelas Pada Mahasiswa PJKR FKIP Unisma Bekasi. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, 7(1), 48-58.
- Nurdidaya dan Selviana. 2012. Prestasi Olahraga Paralimpian Indonesia: Kajian Perspektif Psikologis. *Jurnal Iptek Olahraga* 14(3): 288-308. Kementerian Pemuda dan Olahraga R.I. Jakarta.
- Palupi, T. N. (2020). KONSEP DIRI, HARGA DIRI DAN MOTIVASI BERPRESTASI PADA SISWA-SISWI SMP NEGERI 79 JAKARTA PUSAT. *JURNAL PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN PENGEMBANGAN SDM*, 9(1), 1-16.

- PERTIWI, G. P. I. P. (2016). *TINGKAT MOTIVASI ATLET RENANG PEMUSATAN LATIHAN DAERAH (PELATDA) JAWA TENGAH TAHUN 2016* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).
- Pintrich, P. R. (2002). The role of metacognitive knowledge in learning, teaching, and assessing. *Theory into practice*, 41(4), 219-225.
- Prawitama, M. R., & Aulia, P. (2020). Pengaruh latihan mental terhadap kepercayaan diri atlet sepakbola akademi Persepat Padang Pariaman
- Purnomo, E., & Jemaina, N. (2018). Independent Exercise Motivation Analysis (Studi Psikologi Olahraga). *Indonesia Performance Journal*, 2(2), 99-104.
- 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. *CALYPTRA*, 3(1), 1-11.
- Putri, S. A. W., & Handayani, A. (2020). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dan Regulasi Emosi Terhadap Kecemasan Menghadapi Pertandingan Pada Atlet Karate Di Kota Demak. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 15(1), 88-97
- Tsani, A. A., & Prasetyo, A. (2020). *Pengaruh Pelatihan dan Kompetensi Terhadap Komitmen Organisasi Melalui Motivasi Berprestasi sebagai Variabel Intervening*. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Manajemen, Bisnis dan Akuntansi (JIMMBA)*, 2(3), 466-475.
- Kusnandar, A. (2018). *HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN PELATIH DAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN MOTIVASI BERPRESTASI ATLET SEPAK BOLA KLUB UNIVERSITAS PGRI PALEMBANG* (Doctoral dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta).