

**ANALISIS TINGKAT *SELF-ESTEEM* DAN *SELF-EFFICACY*
PADA ATLET PANAHAN**

Firmanul Hakim Maulana Husen^{1*}, Adi Rahadian², Andi Kurniawan Pratama³

^{1 2 3} Universitas Suryakencana, Jawa Barat, Indonesia

* *Coessponding Author*: firmanulhakim49@gmail.com

Keterangan

Rekam Jejak:
Submitted; Oktober 2025
Revised; November 2025
Accepted; Desember 2025

Kata Kunci:
Self-Esteem;
Self-Efficacy;
Atlet;
Panahan.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi dan membandingkan tingkat *self-esteem* dan *self-efficacy* pada atlet panahan se-Jawa Barat 2025. Metode penelitian kuantitatif deskriptif komparatif digunakan dengan melibatkan 30 atlet sebagai sampel. Instrumen penelitian berupa kuesioner yang dimodifikasi berdasarkan teori Coopersmith dan Bandura, yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan, atlet panahan memiliki *self-esteem* pada kategori tinggi, namun *self-efficacy* atlet berada di kategori sedang. Analisis komparatif berdasarkan gender mengungkapkan temuan yang berbeda untuk kedua variabel. Terdapat perbedaan signifikan pada *self-esteem*, dimana atlet laki-laki memiliki rata-rata skor lebih tinggi (158.29) dibandingkan perempuan (147.92), dengan nilai p-value 0.041 (< 0.05). Sebaliknya, tidak ditemukan perbedaan signifikan pada *self-efficacy* (p-value 0.089 > 0.05), menunjukkan bahwa keyakinan atlet laki-laki dan perempuan terhadap kemampuan atlet adalah setara. Temuan ini menyoroti bahwa faktor gender memengaruhi penghargaan diri atlet namun tidak memengaruhi keyakinan spesifik atlet dalam kompetisi.

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan aktivitas yang mencerminkan aspek paling dinamis dari setiap individu, didorong oleh dorongan psikologis dan fisik (De Clerck et al., 2024). Partisipasi aktif dalam olahraga berkorelasi kuat dengan tingkat kebugaran jasmani yang lebih baik, memungkinkan individu untuk melakukan berbagai aktivitas fisik secara optimal (Sungkawa et al., 2022). Sayangnya, fenomena di Indonesia menunjukkan penurunan partisipasi masyarakat secara langsung dalam olahraga. Hal ini dibuktikan dengan laporan penurunan kebugaran jasmani masyarakat usia 10-60 tahun dan adanya kesenjangan partisipasi antara laki-laki dan perempuan, di mana partisipasi perempuan jauh lebih rendah (Kemenpora RI, 2023; Malikm, 2025). Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk membudayakan gaya hidup aktif dan memajukan olahraga prestasi secara sistematis.

Pemerintah Indonesia, melalui Desain Besar Olahraga Nasional (DBON) yang tertuang dalam Peraturan Presiden Nomor 86 Tahun 2021, telah menetapkan cabang-cabang olahraga prioritas yang akan dibina secara intensif untuk meningkatkan prestasi di tingkat internasional. Salah satu cabang olahraga yang masuk dalam daftar ini adalah panahan (Perpani, 2023; Setkab RI, 2021). Panahan, sebagai olahraga yang sudah dikenal sejak ribuan tahun lalu, telah mengalami perkembangan pesat di Indonesia. Popularitasnya semakin meningkat, terutama di Jawa Barat, di mana kejuaraan panahan diselenggarakan secara rutin. Olahraga ini menuntut kombinasi keterampilan teknis dan mental yang tinggi, menjadikannya menarik untuk diteliti lebih dalam.

Untuk menjadi atlet berkualitas, seorang individu tidak hanya memerlukan kemampuan fisik dan teknis yang baik, tetapi juga kematangan mental dan psikologis (Permadi, 2020). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa faktor psikologis dapat berkontribusi lebih dari 50% terhadap keberhasilan atlet saat bertanding (Setiawan et al., 2020). Namun, masih banyak penelitian di bidang panahan yang cenderung berfokus pada aspek fisik dan teknis, sementara faktor kesehatan mental atlet kurang mendapat perhatian (Ningsih & Damaianti, 2023). Salah satu faktor psikologis krusial yang perlu diperhatikan adalah tekanan kompetisi yang sering memicu kecemasan, seperti *fear of failure*, yang dapat menghambat performa (Hendrayana, 2021).

Dua konsep psikologis yang sangat relevan dan sering dikaitkan dengan keberhasilan atlet adalah *self-esteem* (harga diri) dan *self-efficacy* (efikasi diri). *Self-esteem* mengacu pada bagaimana seseorang menghargai dan menilai dirinya sendiri, termasuk kemampuan dan perilakunya (Ouyang et al., 2020). Sementara itu, *self-efficacy* adalah keyakinan kuat atlet terhadap kemampuannya untuk berhasil dalam suatu tindakan atau tugas tertentu (Adam, 2023). Kurangnya *self-efficacy* dapat menyebabkan atlet menghindari tantangan, sementara keyakinan diri yang kuat adalah kunci untuk memicu motivasi dan mengoptimalkan performa (Gaudreau & Braaten, 2020).

Mengingat pentingnya kedua aspek psikologis ini, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi dan mengukur tingkat *self-esteem* dan *self-efficacy* pada atlet panahan di Jawa Barat. Dengan mengeksplorasi fenomena ini, diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang lebih baik tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kinerja atlet. Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis bagi ilmu psikologi olahraga, serta manfaat praktis bagi pelatih dan pembina olahraga dalam merancang program pelatihan yang lebih efisien, terkhusus dalam meningkatkan performa mental atlet menjelang kompetisi. Penelitian ini juga menawarkan kebaruan dengan mengukur dua variabel psikologis (*self-esteem* dan *self-efficacy*) secara bersamaan, mengatasi kesenjangan penelitian sebelumnya yang cenderung hanya berfokus pada salah satu aspek.

Penelitian terdahulu yang pernah meneliti tentang psikologis atau mental atlet panahan yakni oleh (Ningsih & Damaianti, 2023) namun pada penelitiannya hanya mengukur *self-efficacy* saja. Dengan gap permasalahan yakni kesenjangan penelitian psikologis atlet panahan yang banyaknya penelitian berfokus pada aspek fisik dan teknisnya saja. Keterbaruan dari penelitian ini yakni mengukur lebih luas dalam ruang lingkup psikologis yakni mengukur *self-efficacy* dan juga *self-esteem* dari atlet panahan se-Jawa Barat.

Secara keseluruhan, diharapkan bahwa penelitian ini akan memberikan informasi yang menyeluruh tentang tingkat penghargaan diri (Self-Esteem) dan kepercayaan diri (Self-Efficacy) atlet panahan. Diharapkan bahwa pemahaman tentang kedua komponen psikologis ini akan sangat bermanfaat bagi kemajuan olahraga panahan Indonesia.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif komparatif (Cantrell, 2011). Pendekatan ini bertujuan untuk menggambarkan dan membandingkan tingkat *self-esteem* dan *self-efficacy* pada atlet panahan. Data yang diperoleh akan dianalisis secara statistik untuk mengidentifikasi perbedaan yang signifikan antara kelompok atlet berdasarkan variabel tertentu, seperti jenis kelamin dan pengalaman bertanding.

Populasi penelitian adalah seluruh atlet panahan se-Jawa Barat tahun 2025. Sampel penelitian akan diambil menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan sampel berdasarkan kriteria spesifik yang relevan dengan tujuan penelitian. Kriteria tersebut mencakup terdaftar sebagai atlet panahan Jawa Barat tahun 2025, memiliki pengalaman bertanding minimal satu tahun atau pernah mengikuti kompetisi.

Penelitian ini mengkaji hubungan antara variabel bebas dan terikat. Variabel bebas yakni *self-esteem* atau Tingkat penghargaan diri atlet terhadap kemampuan atlet dalam berlatih atau bertanding. Dan *Self-Efficacy* yakni Keyakinan atlet terhadap kemampuan atlet untuk mencapai target dan menghadapi tantangan kompetisi. Variabel terikatnya diantara lain adalah jenis kelamin

Instrumen yang digunakan adalah dua kuesioner yang dimodifikasi, yaitu untuk mengukur *self-esteem* dan *self-efficacy* menggunakan Kuesioner *Self-Esteem* yang dikembangkan berdasarkan teori *Coopersmith* (Rokhmatika & Negeri Semarang, 2024), kuesioner ini mengukur lima indikator: *significance*, *competence*, *power*, *virtue*, dan *worthiness*. Kuesioner ini terdiri dari 50 butir pernyataan dengan skala Likert 4 poin (Sangat Tidak Setuju, Tidak Setuju, Setuju, Sangat Setuju).

Berdasarkan uji validitas yang dilakukan pada 29 atlet, tiga butir pernyataan (nomor 13, 19, dan 22) dinyatakan tidak valid karena nilai r hitung atlet lebih rendah dari r tabel (0.3633). Butir-butir yang tidak valid ini akan dihapus dari instrumen final. Dan Kuesioner *Self-Efficacy*: Mengacu pada teori (Bandura, 1997) dengan tiga indikator utama: *magnitude*, *strength*, dan *generality*. Instrumen ini terdiri dari 50 butir pernyataan dengan skala Likert 4 poin (Sangat Tidak Yakin, Tidak Yakin, Yakin, Sangat Yakin). Berdasarkan uji validitas, empat butir pernyataan (nomor 14, 20, 29, dan 36) dinyatakan tidak valid karena nilai r hitung atlet lebih rendah dari r tabel (0.3633). Butir-butir ini akan dihapus dari kuesioner final.

Pengumpulan data akan dilakukan melalui serangkaian tahapan diantaranya Persiapan Instrumen, Uji Coba Instrumen, Distribusi Kuesioner, Pemeriksaan Data. Data akan dianalisis menggunakan Uji Validitas (EFA/CFA) dan Reliabilitas Cronbach's Alpha, Analisis Statistik Deskriptif, Uji Normalitas, Uji Homogenitas, dan Uji t (Independent Sample t -test): Digunakan untuk membandingkan tingkat *self-esteem* dan *self-efficacy* antara atlet laki-laki dan perempuan.

HASIL & PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini dilakukan pada atlet panahan se-Jawa Barat tahun 2025 yang terdiri dari laki-laki dan perempuan dengan berbagai kategori jenis busur (Recurve, Compound, Standar Bow, dan Barebow). Dengan jumlah responden sebanyak 30 orang.

Tabel 1. Gambaran Umum Responden

Karakteristik	Kategori	Jumlah	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-Laki	17 Orang	56,7%
	Perempuan	13 Orang	43,3%
Jenis Busur	Recurve	10 Orang	33,3%
	Compound	7 Orang	23,3%
	Standar Bow	12 Orang	40%
	Barebow	1 Orang	3,3%
Lama Berlatih	1 Tahun Kurang	4 orang	13,3%
	1 Tahun Lebih	26 Orang	86,7%
Partisipasi Kompetisi	Ya	30 Orang	100%
	Tidak	0 Orang	0%

Dapat di jelaskan dari data diatas bahwasanya responden berjumlah 30 orang. berjenis kelamin laki-laki ada 17 orang dengan persentase 56.7% dan Perempuan 13 orang dengan persentase 43.3%. Jenis busur yang digunakan yakni Recurve 10 orang dengan persentase 33.3%, compound 7 orang dengan persentase 23.3%, standar bow 12 orang dengan persentase 40%, barebow 1 orang dengan persentase 3.3%. Lama berlatih dari setiap atlet yakni 4 orang dengan persentase 13.3% kurang dari 1 tahun dan 26 orang dengan persentase 86.7% lebih dari satu tahun. Dari semua responden secara keseluruhan responden pernah mengikuti kompetisi dengan persentase 100%.

Lalu, ada statistik deskriptif tingkat self-esteem dan self-efficacy atlet panahan sebagai berikut:

Tabel 2. Statistik Deskriptif

Gender	N	Mean	Std	Std. Error Mead
Laki-laki	17	158.2941	14.75112	3.57767
Perempuan	13	147.9231	10.58664	2.93621

Distribusi data menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori tinggi, yang mengindikasikan bahwa atlet memiliki tingkat self-esteem dan self-efficacy yang positif.

Uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk Test untuk menentukan apakah data terdistribusi normal. Hasil uji adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Uji Normalitas Shapiro-Wilk

Gender	N	Mean	Std
Laki-laki	17	158.2941	14.75112
Perempuan	13	147.9231	10.58664

Karena nilai self esteem, dan self efficacy ada pada > 0.05 , maka data dianggap berdistribusi normal.

Uji homogenitas menggunakan uji levene's test untuk mengetahui apakah varians antara kelompok (berdasarkan jenis kelamin) bersifat homogen.

Tabel 4. Uji Homogenitas Levene's Test

Variabel	Levene statistic	df1	df2	Sig.	Simpulan
Self-esteem	0.101	1	28	0.753	Homogen
Self-efficacy	10.854	1	28	0.003	Tidak Homogen

Berdasarkan dari uji homogenitas varian's dengan menggunakan levene's Test, diketahui bahwa variabel self esteem memiliki nilai signifikansi sebesar 0.753, yang berarti varians antar kelompok Adalah homogen (sig. > 0.05) yang berarti pengujian dapat dilanjutkan ke independent sample test. Namun, variabel self-efficacy memiliki nilai signifikansi sebesar 0.003, yang berarti varians antar kelompok tidak homogen (sig. < 0.05) sehingga untuk indikator self-efficacy akan dilanjutkan uji mann whitney U test untuk uji komparatifnya.

Self-esteem diuji menggunakan uji independent sample test karna telah memenuhi prasyarat yakni data normal dan juga homogen.

Tabel 5. Group Statistics

Gender	N	Mean	Std	Std.e Error Mead
Laki-laki	17	158.2941	14.75112	3.57767
Perempuan	13	147.9231	10.58664	2.93621

Berdasarkan hasil analisis Group Statistics, jumlah responden pada kelompok laki-laki adalah sebanyak 17 orang dengan nilai rata-rata (mean) self-esteem sebesar 158,29 dan simpangan baku (standard deviation) sebesar 14,75. Nilai standard error mean pada kelompok ini adalah 3,58.

Pada kelompok perempuan, jumlah responden sebanyak 13 orang dengan nilai rata-rata self-esteem sebesar 147,92 dan simpangan baku sebesar 10,59. Nilai standard error mean pada kelompok ini adalah 2,94. Secara deskriptif, kelompok laki-laki memiliki skor self-esteem lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok perempuan, yaitu selisih sekitar 10,37 poin.

Tabel 6. Uji Independent Sample T-Test

	f	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Self-Esteem	1.454	.238	2.144	28	0.41	4.83726	4.83726	.46236	20.27972

Hasil analisis untuk variabel self-esteem menunjukkan bahwa asumsi homogenitas varian terpenuhi (Sig. = 0.238 > 0.05), sehingga digunakan Independent Samples t-test. Hasil uji-t menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.041, yang lebih kecil dari 0.05. Temuan ini mengindikasikan adanya perbedaan yang signifikan pada tingkat self-esteem antara atlet laki-laki dan perempuan. Secara deskriptif, atlet laki-laki memiliki rata-rata self-esteem yang lebih tinggi (158.29) dibandingkan dengan atlet perempuan (147.92).

Tabel 7. Ranks

Gender	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Laki-laki	17	18.06	307.00
Perempuan	13	12.15	158.00

Hasil data diatas menjelaskan bahwa Atlet laki-laki memiliki mean rank sebesar 18.06. Nilai ini diperoleh dari rata-rata peringkat 17 atlet laki-laki. Sedangkan, Atlet perempuan memiliki mean rank sebesar 12.15. Nilai ini diperoleh dari rata-rata peringkat 13 atlet perempuan. Secara deskriptif, terlihat bahwa peringkat rata-rata atlet laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan. Namun, perbedaan ini belum dapat dipastikan signifikan.

Tabel 7. Uji Mann Whiyney U

	Mann-Whitney U	Wilcoxon W	Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
Self-Efficacy	67.000	158.000	-1.821	0.089

Tabel ini memberikan nilai-nilai statistik inferensial yang digunakan untuk mengambil keputusan tentang hipotesis penelitian Mann-Whitney U: Nilai uji statistik utama sebesar 67.000. Nilai ini adalah hasil perhitungan dari tabel Ranks dan menjadi dasar untuk menentukan signifikansi. Wilcoxon W: Nilai uji statistik lain sebesar 158.000. Nilai ini juga merupakan hasil perhitungan yang serupa dengan Mann-Whitney U, sering kali ditampilkan sebagai informasi tambahan. Z: Nilai statistik terstandarisasi sebesar -1.821. Nilai ini digunakan untuk menentukan probabilitas (p-value) pada distribusi normal. Asymp. Sig. (2-tailed): Ini adalah nilai p-value yang paling penting. Nilai ini sebesar 0.089. Karena $0.089 > 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan secara statistik pada tingkat self-efficacy antara atlet panahan laki-laki dan perempuan.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan gambaran yang komprehensif mengenai tingkat self-esteem dan self-efficacy pada atlet panahan di Jawa Barat. Secara umum, temuan menunjukkan bahwa sebagian besar atlet memiliki tingkat self-esteem dan self-efficacy yang positif. Hal ini sejalan dengan karakteristik responden di mana mayoritas telah berlatih lebih dari satu tahun (86,7%) dan 100% dari atlet pernah mengikuti kompetisi. Pengalaman dan durasi latihan yang memadai ini kemungkinan besar berkorelasi dengan kepercayaan diri dan keyakinan akan kemampuan diri, dua komponen kunci dari self-esteem dan self-efficacy.

Terdapat perbedaan signifikan pada tingkat self-esteem antara atlet laki-laki dan perempuan. Hasil uji Independent Samples t-test menunjukkan nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,041, yang lebih kecil dari 0,05. Ini mengindikasikan bahwa hipotesis nol ditolak, dan terdapat perbedaan statistik yang signifikan. Secara deskriptif, atlet laki-laki memiliki rata-rata self-esteem yang lebih tinggi (158,29) dibandingkan dengan atlet perempuan (147,92). Temuan ini mungkin dipengaruhi oleh faktor sosial dan budaya yang cenderung menempatkan ekspektasi lebih tinggi pada atlet laki-laki untuk menunjukkan dominasi dan ketahanan emosional di arena olahraga, yang secara tidak langsung dapat meningkatkan self-esteem atlet. Beberapa penelitian serupa di bidang psikologi olahraga juga menemukan pola yang sama, di mana atlet pria sering kali melaporkan tingkat self-esteem yang lebih tinggi, terutama dalam konteks kompetitif yang sarat dengan tekanan.

Sebaliknya, untuk variabel self-efficacy, analisis dengan uji Mann-Whitney U menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara atlet laki-laki dan perempuan. Nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,089, lebih besar dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa

meskipun ada perbedaan deskriptif dalam peringkat rata-rata (laki-laki 18,06 dan perempuan 12,15), perbedaan tersebut tidak cukup kuat secara statistik untuk menyimpulkan adanya disparitas self-efficacy yang nyata berdasarkan jenis kelamin. Temuan ini menyoroti bahwa, terlepas dari perbedaan kepercayaan diri secara umum (self-esteem), keyakinan akan kemampuan spesifik untuk mencapai tujuan (self-efficacy) dalam panahan tidak dipengaruhi secara signifikan oleh gender. Kedua kelompok atlet, baik laki-laki maupun perempuan, memiliki keyakinan yang relatif setara dalam kemampuan teknis dan strategis atlet untuk berhasil.

Keterbatasan penelitian ini perlu dicermati agar interpretasi hasil lebih akurat. Pertama, sampel penelitian yang relatif kecil, yaitu hanya 30 orang, mungkin tidak sepenuhnya merepresentasikan populasi atlet panahan di seluruh Jawa Barat. Ukuran sampel yang lebih besar dapat memberikan hasil yang lebih stabil dan generalizable. Kedua, penelitian ini dilakukan pada tahun 2025, yang berarti data mungkin tidak relevan lagi dalam beberapa tahun ke depan seiring perkembangan olahraga panahan dan perubahan demografi atlet. Ketiga, metode pengambilan data melalui kuesioner online memiliki risiko bias respons. Responden mungkin memberikan jawaban yang cenderung "ideal" atau sesuai harapan peneliti (social desirability bias).

Dibandingkan dengan penelitian lain, temuan mengenai perbedaan self-esteem ini konsisten dengan studi terdahulu yang menunjukkan adanya pengaruh gender dalam evaluasi diri di lingkungan kompetitif. Sebagai contoh, sebuah studi oleh (Ahmed et al., 2021) di India menemukan bahwa atlet pria dalam olahraga individu cenderung memiliki self-esteem yang lebih tinggi dibanding atlet wanita. Namun, temuan mengenai self-efficacy yang tidak berbeda signifikan juga didukung oleh penelitian lain. Misalnya, penelitian oleh (Ahmed et al., 2021) pada atlet senam menunjukkan bahwa self-efficacy lebih dipengaruhi oleh pengalaman latihan dan keberhasilan sebelumnya, bukan semata-mata oleh gender. Ini memperkuat gagasan bahwa self-efficacy adalah konstruksi psikologis yang lebih spesifik dan terkait erat dengan penguasaan tugas.

Tindak lanjut dari penelitian ini dapat berfokus pada beberapa aspek. Pertama, penelitian di masa depan dapat menggunakan metode campuran (mixed-methods research), tidak hanya kuesioner kuantitatif tetapi juga wawancara mendalam kualitatif, untuk menggali lebih dalam alasan di balik perbedaan self-esteem dan kesamaan self-efficacy antara gender. Wawancara dapat mengungkap faktor-faktor psikologis, sosial, dan lingkungan yang mungkin tidak terdeteksi oleh kuesioner. Kedua, perlu dilakukan penelitian dengan sampel yang lebih besar dan beragam untuk meningkatkan validitas eksternal. Responden dapat diambil dari berbagai daerah di Indonesia, tidak hanya Jawa Barat, dan mencakup lebih banyak kategori busur yang berbeda.

Selain itu, temuan ini memberikan implikasi praktis bagi pelatih dan pengelola klub panahan. Pelatih dapat merancang program pelatihan yang tidak hanya fokus pada aspek teknis, tetapi juga pada penguatan mental dan psikologis. Untuk atlet perempuan, mungkin diperlukan pendekatan yang lebih personal untuk membangun self-esteem atlet, seperti sesi coaching yang menekankan pada pencapaian pribadi dan pengakuan atas kemajuan yang telah dicapai, bukan hanya hasil kompetisi. Untuk kedua gender, program pelatihan harus terus berfokus pada peningkatan self-efficacy melalui latihan yang terstruktur dan memberikan kesempatan untuk menguasai keterampilan baru secara bertahap.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi berharga bagi pemahaman kita tentang psikologi olahraga panahan di Indonesia. Meskipun ada keterbatasan, hasil yang diperoleh memberikan dasar yang kuat untuk studi lebih lanjut dan pengembangan intervensi yang lebih efektif untuk meningkatkan performa atlet. Pemahaman bahwa self-esteem dan self-efficacy dapat dipengaruhi secara berbeda oleh gender adalah langkah maju dalam merancang strategi pelatihan yang lebih inklusif dan responsif terhadap kebutuhan psikologis spesifik setiap atlet.

SIMPULAN

Secara keseluruhan, penelitian mengenai psikologi atlet panahan di Jawa Barat 2025 menunjukkan bahwa atlet memiliki self-esteem yang tinggi namun tingkat self-efficacy yang sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun atlet merasa bangga dan memiliki penghargaan diri yang kuat, keyakinan spesifik atlet terhadap kemampuan untuk berhasil dalam kompetisi masih moderat. Analisis lebih lanjut berdasarkan gender mengungkapkan bahwa kedua variabel tersebut dipengaruhi secara berbeda. Terdapat perbedaan signifikan pada self-esteem, di mana atlet laki-laki memiliki tingkat penghargaan diri yang lebih tinggi dibandingkan perempuan. Namun, tidak ditemukan perbedaan signifikan pada self-efficacy, menunjukkan bahwa keyakinan atlet laki-laki dan perempuan terhadap kemampuan teknis dan strategis atlet di lapangan panahan adalah setara.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, S. (2023). Hubungan Efikasi Diri Dan Kepercayaan Diri Dengan Motivasi Berprestasi Mahasiswa Atlet Maluku Utara. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(21), 1141–1154. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10394020>
- Ahmed, M. D., Yan Ho, W. K., Begum, S., & López Sánchez, G. F. (2021). Perfectionism, Self-Esteem, and the Will to Win Among Adolescent Athletes: The Effects of the Level of Achievements and Gender. *Frontiers in Psychology*, 12(August), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.580446>
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. Worth Publishers. https://books.google.co.id/books?id=eJ-PN9g_o-EC
- Cantrell, M. (2011). Demystifying the research process: understanding a descriptive comparative research design. *Pediatric Nursing*, 37, 188–189.
- De Clerck, T., De Bock, T., & Van Doren, N. (2024). Volunteering in community-based sports clubs: A refined insight into the role of commitment. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 34(4), e2855. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/casp.2855>
- Gaudreau, P., & Braaten, A. (2020). Achievement goals and their underlying goal motivation: Does it matter why sport participants pursue their goals? *Psychologica Belgica*, 56(3), 244–268. <https://doi.org/10.5334/pb.266>
- Hendrayana, R. A. (2021). *Mahasiswa Pascasarjana, Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung Penulis adalah Staf Edukatif Pascasarjana,, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung 3 Penulis adalah Staf Edukatif Pascasarjana,, Universitas Pendidikan I. 19(2), 213–222.*
- Kemenpora RI. (2023). Laporan Indeks Pembangunan Olahraga Tahun 2023 Kebugaran Jasmani dan Generasi Emas 2045. *Kebugaran Jasmani Dan Generasi Emas 2045*, 1–109.
- Malikm, H. (2025). *No Title*. Data.Goodstats.Id. <https://data.goodstats.id/statistic/83-pemuda-indonesia-alami-masalah-kebugaran-jasmani-yN54D>
- Ningsih, D. N., & Damaianti, L. F. (2023). Pengaruh Self-Talk Terhadap Kepercayaan Diri Pada Atlet Panahan Remaja. *16(2)*. <https://doi.org/10.35760/psi.20>
- Ouyang, Y., Wang, K., Zhang, T., Peng, L., Song, G., & Luo, J. (2020). The Influence of Sports Participation on Body Image, Self-Efficacy, and Self-Esteem in College Students. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.03039>
- Permadi, A. A. (2020). *The Development of Physical and Psychological Training Models to Improve Football Performance*. 407(Sbicsse 2019), 5–7. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200219.002>
- Perpani. (2023). *PANAHAN MASUK PRIORITAS DESAIN BESAR OLAHRAGA NASIONAL*. Perpani. <https://www.indonesiaarchery.org/2023/02/08/panahan-masuk-prioritas-desain-besar-olahraga-nasional/>
- Rokhmatika, N., & Negeri Semarang, U. (2024). Pengembangan Instrumen Self-Esteem Coopersmith (Citra Diri). *Jurnal Literasi Indonesia(JLI)*, 1(1), 1–8.
-

- Setiawan, E., Patah, I. A., Bapista, C., Winarno, M. E., & Sabino, B. (2020). *Self-efficacy dan mental toughness : Apakah faktor psikologis berkorelasi dengan performa atlet? Self-efficacy and mental toughness : Do psychological factors correlate with athlete performance ?* 8(2), 158–165.
- Setkab RI. (2021). No. *Perpres 86/2021 Tentang Desain Besar Olahraga Nasional*. <https://setkab.go.id/presiden-jokowi-terbitkan-perpres-86-2021-tentang-desain-besar-olahraga-nasional/>
- Sungkawa, M. G. G., Yudho, F. H. P., Dapa, M., & Adi Rahadian. (2022). Hubungan motivasi berprestasi dan kepercayaan diri terhadap kebugaran jasmani mahasiswa The relationship of achievement motivation and self-confidence to Tujuan dari program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi pada. *Maenpo*, 12, 178–190.