



Confidence Level of Bantul Archery Athletes in Facing the 2022 Yogyakarta Special Region Porda XVI Event

Tingkat Percaya Diri Atlet Panahan Bantul Dalam Menghadapi Event Porda XVI DIY Tahun 2022 Daerah Istimewa Yogyakarta

Zaki Mubarok¹, Ardhika Falaahudin², DodyTrilwandana³

^{1,2} Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Ilmu Keolahragaan, Yogyakarta, Indonesia
Email: zakimubarok@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the Level of Confidence of Bantul Archery Athletes in Facing the PORDA XVI DIY Event in 2022, Special Region of Yogyakarta. The data analysis used in this research is quantitative descriptive statistical analysis. Descriptive statistics are statistics used to analyze data by describing or describing the data that has been collected as it is without the intention of making generally accepted conclusions or generalizations. The results of this study indicate the level of confidence in Bantul archery athletes in facing the PORDA XVI DIY event in 2022, Yogyakarta Special Region from internal factors, external factors and a combination of these two factors.

Keywords: Keywords: Level of self-confidence, quantitative descriptive statistical analysis, internal factors and external factors.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Tingkat Percaya Diri Atlet Panahan Bantul Dalam Menghadapi Event PORDA XVI DIY Tahun 2022 Daerah Istimewa Yogyakarta. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik deskriptif kuantitatif. Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisa data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku umum atau generalisasi. Hasil Penelitian ini menunjukkan Tingkat Percaya Diri Atlet Panahan Bantul Dalam Menghadapi Event PORDA XVI DIY Tahun 2022 Daerah Istimewa Yogyakarta dari faktor internal, faktor eksternal dan gabungan dari kedua faktor tersebut.

Kata kunci: Tingkat percaya diri, Analisis statistic deskriptif kuantitatif, faktor internal dan faktor eksternal.



PENDAHULUAN

Olahraga merupakan sebuah gaya hidup. Olahraga bukan hanya sekedar kebutuhan biasa dalam kehidupan sehari-hari. Kini, olahraga sudah dianggap pribadi yang sehat dan memiliki Intellectual yang kuat. Menurut Wikipedia, Olahraga merupakan suatu aktifitas tubuh yang dilakukan secara sadar dan terencana dengan melibatkan jasmani maupun rohani yang memiliki tujuan tertentu. Olahraga merupakan kebutuhan manusia, karena melalui olahraga dalam diri para pelakunya bukan hanya dapat meningkatkan kondisi fisik, namun juga membentuk sikap mental, karakter kepribadian dan moral yang tangguh untuk menghadapi segala macam tantangan, sehingga mampu mengembangkan potensi dirinya secara optimal, dan meningkatkan produktifitas kerja secara maksimal. Banyak sekali cabang olahraga yang diminati oleh masyarakat, mulai dari olahraga beladiri, olahraga terukur, dan olahraga permainan yang bersifat individu maupun tim. Semuanya mempunyai karakteristik yang berbeda. Khususnya untuk olahraga permainan, salah satu olahraga yang sedang hangat diperbincangkan akhir-akhir ini adalah olahraga panahan. Panahan adalah suatu kegiatan menggunakan busur untuk menembakan anak panah. Berawal dari alat yang digunakan untuk berburu, panahan pelan-pelan berkembang menjadi alat untuk berperang. Setelah beribu-ribu tahun kemudian kembali berkembang menjadi permainan akurasi hingga pada akhirnya sekarang berubah menjadi olahraga

akurasi. Dalam olahraga panahan, mempunyai mental yang baik merupakan kebutuhan yang sangat penting. Salah satu mental yang harus dimiliki oleh para atlet adalah rasa percaya diri. Percaya diri merupakan keyakinan pada diri sendiri dan yakin bisa melakukan apa yang harus dilakukan.

Menurut (Lauster, 2002.), Percaya diri adalah sikap atau salah satu mental yang harus dimiliki oleh setiap pemanah dikarenakan kepercayaan diri adalah modal utama dalam mencapai kesuksesan dan modal pengambilan sebuah keputusan. Tidak jarang seorang atlet mengalami penurunan kepercayaan diri, apalagi dalam tekanan tinggi. Secara sederhana, percaya diri berarti rasa terhadap kemampuan atau kesanggupan diri untuk mencapai performa tertentu.

Menurut (Angelis, 2003), “percaya diri berawal dari tekad pada diri sendiri, untuk melakukan segalanya yang kita inginkan dan butuhkan dalam hidup”. Percaya diri terbina dari keyakinan diri sendiri, sehingga kita mampu menghadapi tantangan hidup apapun dengan berbuat sesuatu. Kepercayaan diri itu akan datang dari kesadaran seseorang individu bahwa individu tersebut memiliki tekad untuk melakukan apapun, sampai tujuan yang diinginkan tercapai. Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan percaya diri (self confidence) merupakan adanya sikap individu yang yakin akan kemampuannya sendiri untuk berbuat sesuatu dan bertanggung jawab terhadap tindakannya dan tidak terpengaruh oleh orang lain. Atlet yang mempunyai rasa percaya diri yang tinggi



senantiasa berfikir positif dan optimis untuk menampilkan suatu yang terbaik, di samping itu atlet mampu memanfaatkan rasa percaya diri yang dimilikinya untuk memperoleh keberhasilan dalam setiap pertandingan yang dilakukan dengan baik dan tepat sasaran.

Dalam olahraga panahan, mempunyai mental yang baik merupakan kebutuhan yang sangat penting. Salah satu mental yang harus dimiliki oleh para atlet adalah rasa percaya diri. Percaya diri merupakan keyakinan pada diri sendiri dan yakin bisa melakukan apa yang harus dilakukan. Percaya diri adalah sikap atau salah satu mental yang harus dimiliki oleh setiap pemanah dikarenakan kepercayaan diri adalah modal utama dalam mencapai kesuksesan dan modal pengambilan sebuah keputusan. Tidak jarang seorang atlet mengalami penurunan kepercayaan diri, apalagi dalam tekanan tinggi. Secara sederhana, percaya diri berarti rasa terhadap kemampuan atau kesanggupan diri untuk mencapai performa tertentu.

Salah satu permasalahan dalam penelitian Tingkat Percaya Diri Atlet Panahan Bantul Dalam Menghadapi Event PORDA DIY XVI Tahun 2022 Daerah Istimewa Yogyakarta ini adalah sulitnya mengetahui kesungguhan responden tersebut dalam mengerjakan angket. Usaha yang dilakukan untuk memperkecil kesalahan yaitu dengan memberi gambaran tentang maksud dan tujuan penelitian ini.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di Lapangan Indoor Kampus 1 Universitas Mercu Buana

Yogyakarta yang berlokasi di Kecamatan Sedayu, Kabupaten Bantul. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 28 Juni 2022. Subjek pada penelitian ini adalah atlet panahan Bantul yang berjumlah 20 atlet yang terdiri atas 15 atlet laki-laki dan 5 atlet perempuan. Metode penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Menurut Suharsimi (1991:291) “penelitian deskriptif adalah penelitian yang tidak bermaksud menuju hipotesis tetapi hanya menggambarkan seperti apa adanya tentang suatu variable ,gejala dan atau keadaan”. Suatu fakta yang ada pada diri responden itulah yang menjadi dasar pengukuran gejala yang akan diteliti. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey dan teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner (angket). Menurut Sugiyono (2013: 199), “kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya”. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu dengan pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang bisa diharapkan dari responden. Fokus penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri atlet panahan bantul dalam menghadapi event porda daerah istimewa Yogyakarta. Instrumen yang digunakan untuk pengambilan data pada penelitian ini adalah ada alat ukur yang baik dan sesuai. Alat ukur dalam penelitian biasanya dinamakan instrument penelitian. Instrument penelitian adalah suatu alat.



Yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono,2013: 148). Berdasarkan definisi di atas dapat diketahui bahwa instrumen adalah alat yang digunakan peneliti untuk mengetahui Tingkat Percaya Diri Atlet Panahan Bantul Dalam Menghadapi Event PORDA XVI DIY Tahun 2022 Daerah Istimewa Yogyakarta. Analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif kuantitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 4. (faktor internal)

Hasil respon atlet pada kriteria faktor internal diperoleh skor 1444

Selanjutnya jika dilihat dari table konversi respon atlet nilai yang di peroleh berada pada interval $1548 < X \leq 1172$ dengan kategori Kurang Setuju dan nilai (Cukup) Demikian hasil respon atlet pada kriteria faktor internal Tingkat Percaya Diri Atlet Panahan Bantul Dalam Menghadapi Event PORDA XVI DIY Tahun 2022 Daerah Istimewa Yogyakarta.

4. Analisis Faktor Eksternal

Penilaian yang diperoleh dari faktor eksternal dalam angket percaya diri yaitu "Tingkat Percaya Diri Atlet Panahan Bantul Dalam Menghadapi Event PORDA XVI DIY Tahun 2022 Daerah Istimewa Yogyakarta" penilaian oleh atlet dengan 35 butir pertanyaan dengan 14 butir pertanyaan faktor eksternal diperoleh skor minimum ideal = 280,Skor maksimum ideal =1400, Xi=1680 dan Sbi

=186,66 sehingga diperoleh kriteria interval faktor eksternal.

Hasil respon atlet pada kriteria faktor eksternal di peroleh skor 938

Selanjutnya jika dilihat dari table konversi respon atlet nilai yang diperoleh berada pada interval $952 < X \leq 728$ dengan keterangan Kurang Setuju dan nilai (Cukup) Demikian hasil respon atlet pada kriteria faktor eksternal Tingkat Percaya Diri Atlet Panahan Bantul Dalam Menghadapi Event PORDA XVI DIY Tahun 2022 Daerah Istimewa Yogyakarta.

5. Analisis Faktor Internal dan Faktor Eksternal

Untuk memperoleh skor total semua hasil respon atlet dijumlahkan .hasil tersebut untuk mengetahui Tingkat Percaya Diri Atlet Panahan Bantul Dalam Menghadapi Event PORDA XVI DIY Tahun 2022 Daerah Istimewa Yogyakarta.

Penilaian yang diperoleh dari angket percaya diri yaitu "Tingkat Percaya Diri Atlet Panahan Bantul Dalam Menghadapi Event PORDA XVI DIY Tahun 2022 Daerah Istimewa Yogyakarta" penilaian oleh atlet dengan 35 butir pertanyaan. Dengan demikian diperoleh skor minimum ideal = 700 Skor maksimum ideal =3500, Xi=1900 dan Sbi =411,1 sehingga diperoleh kriteria interval.

Tabel 8. Hasil Interval Tingkat Percaya Diri

NO	KRITERIA	SKOR
1	FAKTOR INTERNAL	1444



2	FAKTOR EKSTERNAL	938
TOTAL		2382

Hasil respon atlet pada kriteria internal dan eksternal diperoleh skor total 2382. Selanjutnya jika dilihat dari table konversi respon atlet nilai yang di peroleh berada pada interval $2940 < X \leq 2380$ dengan keterangan Setuju (Baik). Demikian Tingkat Percaya Diri Atlet Panahan Bantul Dalam Menghadapi Event PORDA XVI DIY Tahun 2022 Daerah Istimewa Yogyakarta.

Pelaksanaan penelitian secara keseluruhan berjalan dengan baik. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 28 Juni 2022 di Lapangan indoor Kampus 1 Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Tingkat Percaya Diri Atlet Panahan Bantul Dalam Menghadapi Event PORDA XVI DIY Tahun 2022 Daerah Istimewa Yogyakarta berdasarkan faktor internal dan eksternal. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa Tingkat Percaya Diri Atlet Panahan Bantul Dalam Menghadapi Event PORDA XVI DIY Tahun 2022 Daerah Istimewa Yogyakarta pada kriteria faktor internal diperoleh skor 1444, dilihat dari table konversi respon atlet nilai yang di peroleh berada pada interval $1548 < X \leq 1172$ dengan kategori Kurang Setuju dan nilai (Cukup). Hasil respon atlet pada kriteria faktor eksternal di peroleh skor 938, dilihat dari table konversi respon atlet nilai yang diperoleh berada pada interval $952 < X \leq 728$ dengan keterangan Kurang Setuju dan nilai (Cukup). Dan untuk hasil keseluruhan

atlet berdasarkan tabel interval kepercayaan diri pada kriteria keduanya yaitu faktor internal dan faktor eksternal yaitu diperoleh skor total 2382, nilai yang di peroleh berada pada interval $2940 < X \leq 2380$. Dengan demikian Tingkat Percaya Diri Atlet Panahan Bantul Dalam Menghadapi Event PORDA XVI DIY Tahun 2022 Daerah Istimewa Yogyakarta bisa dikatakan Baik.

Seorang atlet harus tetap menjaga rasa percaya diri (self confidence) pada titik yang optimal. Atlet harus memandang secara rasional kemampuannya. Seorang atlet yang mempunyai rasa percaya diri optimal biasanya mampu menagani situasi yang sulit dengan baik. Mereka akan mengembangkan sikap yang rasional, mau bekerja keras, melakukan persiapan yang memadai dan juga mempunyai banyak alternative untuk memecahkan kesulitan yang muncul (Dosil, 2006). Percaya diri sendiri sering diartikan sebagai gambaran atas kemampuan pribadi yang berkaitan dengan tujuan tertentu. Definisi yang lain, kepercayaan diri adalah keyakinan atau tingkat kepastian yang dimiliki oleh seseorang tentang kemampuannya untuk bisa sukses dalam olahraga (Wann, 1997). Artinya ada unsur keyakinan akan kemampuan diri yang bersinggungan dengan kondisi riil pertandingan atau tujuan yang akan dicapai.

Atlet yang merasa tidak percaya diri, atau sering disebut diffident, merupakan akibat dari tidak keyakinannya pada kemampuan yang dia miliki. Atlet tersebut mempersepsi dirinya terlalu rendah sehingga kemampuan optimalnya tidak tampak. Atlet tersebut meremehkan



dirinya sendiri, untuk kasus seperti ini, sebuah kesalahan kecil akan menimbulkan malapetaka, karena akan mengukuhkan persepsi tentang ketidakmampuannya. Kasus yang tidak kalah merugikannya adalah ketika seorang atlet mempunyai kepercayaan diri yang melampaui batas atau over confidence. Dengan kata lain, atlet tersebut mempunyai keyakinan yang terlalu berlebih mengenai kemampuan aslinya (Wann, 1997). Overconfidence inipun tidak kalah berbahaya dari kekurangan rasa percaya diri. Akibat kepercayaannya yang tidak sesuai dengan kondisi nyata, atlet tersebut akan cenderung untuk mengurangi atau bahkan malas berlatih. Efeknya adalah penurunan performa pada saat kompetisi. Atlet dengan rasa percaya diri yang berlebihan ini biasanya tidak pernah membayangkan kekalahan maka pada saat harus menerima kekalahan yang muncul adalah frustrasi yang berlebihan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan, bahwa :

1. Tingkat Percaya Diri Atlet Panahan Bantul Dalam Menghadapi Event PORDA XVI DIY Tahun 2022 Daerah Istimewa Yogyakarta berada pada kategori Setuju dengan nilai (Baik) pada nilai interval $2940 < X \leq 2380$
2. Tingkat Percaya Diri Atlet Panahan Bantul Dalam Menghadapi Event PORDA XVI DIY Tahun 2022 Daerah Istimewa Yogyakarta berdasarkan faktor internal berada pada kategori Kurang Setuju dan

nilai (Cukup) pada nilai interval $1548 < X \leq 1172$

3. Tingkat Percaya Diri Atlet Panahan Bantul Dalam Menghadapi Event PORDA XVI DIY Tahun 2022 Daerah Istimewa Yogyakarta berdasarkan faktor eksternal berada pada kategori Kurang Setuju dan nilai (Cukup) pada nilai interval $952 < X \leq 728$.

DAFTAR PUSTAKA

- (Purnomo et al., 2020)Purnomo, E., Marheni, E., Jermaina, N., Keolahragaan, F. I., Padang, U. N., Keolahragaan, F. I., Padang, U. N., Olahraga, P., Doktor, M. P., & Indonesia, U. P. (2020). Tingkat kepercayaan diri atlet remaja. 1(2), 1-7.
- (Dewi Tri Kinasih, Muhammad Ramli Buhari, 2021)Dewi Tri Kinasih, Muhammad Ramli Buhari, J. (2021). Tingkat Kepercayaan Diri Atlet Remaja Pada Cabang Olahraga Beladiri Kalimantan Timur. Borneo Physical Education Journal, 2(1), 9-20.
- Sugiyono, A. (2017). Metode Penelitian dan Pengembangan Research and Development. Bandung: Alfabeta
- Futsal, A., Di, C., & Saat, B. (n.d.). Analisis Tingkat Kecemasan, Kepercayaan Diri Dan Motivasi Atlet Futsal Childroom ANALISIS TINGKAT KECEMASAN, KEPERCAYAAN DIRI DAN MOTIVASI ATLET FUTSAL CHILDROOM DI BANGKALAN SAAT MENJELANG PERTANDINGAN.
- (Jasmani & Olahraga, 2015)Jasmani, P., & Olahraga, D. A. N. (2015). Journal of Physical Education , Health and Sport. 2(2), 57-64.
- Muhamad Yani. (2014). Tingkat Kepercayaan Diri Atlet Atletik Nomor Lompat Tinggi pada POMNAS XIII Tahun 2013 Daerah Istimewa Yogyakarta. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ni Nyoman Sri Maryati. (2011). Tingkat Self



Confidence dan Self Esteem pada Atlet Junior Tenis Lapangan dalam Pertandingan. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

Wijaya, Lentera Adi. (2014). "Tingkat Kepercayaan Diri Atlet Atletik Nomor Lompat Jauh Peserta PON Remaja I Provinsi Jawa Timur Tahun 2014". Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.

Lauster, Peter. (2002). Tes Kepribadian Jakarta: Bumi Aksara

Angelis, Barbara. (2003). Confidence (Percaya Diri). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.