

## HOW MUCH IS THE CONFIDENCE OF BANYUMAS DISTRICT EXTRACURRICULAR ARCHERY TRAINER

**Betrix Teofa Perkasa Wibafied Billy Yachsie\***, Suharjana, Ali Satia Graha, Afeb Chesa Arianto  
Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, Jl. Colombo No. 1, Karangmalang, Depok, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia.  
Corresponding Author: [betrixbilly@uny.ac.id](mailto:betrixbilly@uny.ac.id)

### **Abstrak**

*This study aims to determine the percentage of self-confidence of extracurricular sports coaches in high schools throughout Banyumas Regency. The benefits of sport extracurricular activities can be truly felt by the way schools are able to organize programs that are oriented towards sporting achievements, especially individual sports such as archery. This research is a descriptive research. The method used is a survey. The data collection technique used a closed questionnaire, totaling 12 valid statements with a reliability value of 0.897. The sample in this study was sports extracurricular coaches in high school throughout Banyumas Regency, totaling 40 people from 8 schools, which were taken using a purposive sampling technique, with the criteria of coaches at public high schools in Banyumas Regency, there was archery extracurricular, the coach was willing to be a sample. The data analysis technique used quantitative descriptive analysis which was presented in the form of percentages. The results of the research on the self-confidence of sports extracurricular trainers in high schools throughout Banyumas Regency are in the "very low" category of 5.00%, "low" of 22.50%, "enough" of 32.50%, "high" of 32.50%, and "very high" at 7.50%.*

**Kata kunci:** self-confidence, anxiety, extracurricular, archery.

## SEBERAPA BESAR KEYAKINAN DIRI PELATIH EKSTRAKURIKULER PANAHAN KABUPATEN BANYUMAS

### **Abstract**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar persentase keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMA se-Kabupaten Banyumas. Kegiatan ekstrakurikuler olahraga dapat benar-benar dirasakan manfaatnya dengan cara sekolah mampu mengadakan program dengan berorientasi pada prestasi olahraga kususnya olahraga individu seperti panahan. Dalam penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah survei. Teknik pengumpulan data menggunakan angket tertutup yang berjumlah 12 butir pernyataan valid dengan nilai reliabilitas sebesar 0,897. Sampel dalam penelitian ini adalah pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMA se-Kabupaten Banyumas yang berjumlah 40 orang dari 8 sekolah, yang diambil menggunakan teknik purposive sampling, dengan kriteria pelatih SMA Negeri di Kabupaten Banyumas, ada ekstrakurikuler olahraga panahan, pelatih bersedia menjadi sampel. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif yang disajikan dalam bentuk persentase. Hasil penelitian keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMA se-Kabupaten Banyumas berada pada kategori "sangat rendah" sebesar 5,00%, "rendah" sebesar 22,50%, "cukup" sebesar 32,50%, "tinggi" sebesar 32,50%, dan "sangat tinggi" sebesar 7,50%.

**Kata kunci:** Keyakinan diri, kecemasan, ekstrakurikuler, panahan.

## **PENDAHULUAN**

Fungsi sekolah selain sebagai tempat para siswa belajar secara akademik juga merupakan tempat bagi siswa untuk mengembangkan potensi yang ada dalam diri siswa (non akademik). Melalui ekstrakurikuler inilah para siswa dapat menjadikannya sebagai wahana pengembangan minat serta bakat, memperluas pengalaman bersosialisasi, praktik keterampilan berkomunikasi, dan internalisasi nilai-nilai karakter (Pinem et al., 2021). Ada berbagai jenis ekstrakurikuler yang diselenggarakan di sekolah, salah satunya adalah ekstrakurikuler olahraga. Kegiatan ekstrakurikuler olahraga di sekolah selain sebagai pelengkap kurikulum akademik, dapat juga dijadikan sebagai tempat untuk menemukan bibit atlet (Floarebora, 2021). Kegiatan olahraga di Indonesia masih memerlukan perhatian dan pembinaan khusus (Artyukhina et al., 2021; Dike & Parida, 2020; Messi et al., 2018). Upaya dalam menggapai prestasi yang baik harus dilakukan pembinaan mulai dari usia dini (Pocek et al., 2021). Oleh karena itu pada dasarnya untuk mencapai prestasi yang tinggi perlu proses dan pengolahan kepelatihan secara ilmiah terhadap bibit atlet yang unggul pada umur-umur tertentu. Salah satu tujuan olahraga nasional adalah mewujudkan olahraga prestasi yang sebaik mungkin (Fatimah et al., 2021; Holt et al., 2020). Artinya olahraga prestasi ini merupakan olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan.

Tersirat jelas bahwa dalam sebuah sistem pembinaan olahraga merupakan sesuatu yang tidak bisa berdiri sendiri tapi saling terkait antara satu komponen dengan komponen lainnya (Ross et al., 2021). Usia anak sekolah merupakan saat yang sangat tepat untuk perkembangan aspek fisiknya, artinya jika dibina dengan baik bisa menjadi bibit olahragawan (Harvey & Price, 2021). Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa partisipasi dalam kegiatan olahraga ekstrakurikuler selain dapat meningkatkan prestasi akademik juga kegiatan olahraga tersebut dapat mengarah pada pencapaian olahraga prestasi yang diharapkan (Ramalu et al., 2021). Biasanya dalam sebuah kegiatan ekstrakurikuler olahraga tersebut dilakukan setiap pekan dan berada di bawah koordinasi bidang kesiswaan (Prabu et al., 2021). Sayangnya belum banyak sekolah yang benar-benar memanfaatkan program ekstrakurikuler olahraga tersebut sebagai sarana untuk meraih prestasi olahraga (Zehntner et al., 2021). Namun kebanyakan sekolah di Kabupaten Banyumas masih memandang ekstrakurikuler olahraga sebagai kegiatan rutin yang harus ada untuk melengkapi laporan kinerja bidang kesiswaan.

Agar kegiatan ekstrakurikuler olahraga dapat benar-benar dirasakan manfaatnya, sekolah diharapkan mampu mengadakan program dengan berorientasi pada prestasi olahraga yang akan diraih (Gill, 2021). Lingkungan dalam konteks ekstrakurikuler olahraga di sekolah adalah dukungan penuh dari pengambil kebijakan dari kepala sekolah (Chen & Chen, 2021). Berdasarkan penelitian Ardianto & Supriyono (2021) mengatakan misalnya saja, untuk ekstrakurikuler bolabasket, seharusnya pelatih ekstrakurikuler hanya menerima siswa yang secara fisik sangat mendukung. Sehingga dapat memaksimalkan keahlian yang sudah didukung dengan fisik secara baik (Pratama & Setyawati, 2021; Putra, 2021). Oleh karenanya hal tersebut diperlukan pemain yang akan dilatih benar-benar mampu mempersembahkan penampilan terbaiknya. Pelaksanaan pada program ekstrakurikuler di sekolah banyak mengalami berbagai keterbatasan, namun jika ditangani oleh pelatih yang kompeten keterbatasan tersebut bisa di atasi. Berdasarkan penelitian Falaahudin et al., (2021) menegaskan bahwa secara luas pelatih dipercaya memiliki peran penting dalam kehidupan para atlet dan dapat memengaruhi kinerja, perilaku, dan kesejahteraan psikologis atlet. Artinya kemampuan seorang pelatih untuk menciptakan lingkungan yang menerapkan pembelajaran optimal pada atlet dan kemajuan telah menjadi salah satu faktor kunci pengembangan atlet.

Dengan demikian kompetensi seorang pelatih merupakan keniscayaan untuk diketahui dan terus dikembangkan (Septiadi et al., 2021). Disisi lain hasil penelitian Prayoga, (2021) menyebutkan bahwa yang dilakukan secara nasional menunjukkan bahwa secara umum

kegiatan ekstrakurikuler olahraga ditangani oleh guru yang tidak punya latar belakang pendidikan melatih. Begitu pula dengan analisis data dan dokumentasi peserta kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat (PPM) Universitas Jenderal Soedirman dan LPPM tahun 2018 dan 2019 di Kabupaten Banyumas hampir 90% guru-guru SMP yang menjadi pelatih ekstrakurikuler olahraga di sekolah tidak memiliki latar belakang pendidikan kepelatihan. Berdasarkan hasil pengamatan tentang keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga menjadi sesuatu yang perlu dilakukan, karena hingga saat ini belum ada kajian tentang keyakinan diri, kemudian berdasarkan hasil wawancara masih ada pelatih yang kurang percaya diri saat melatih dan pelatih jika dilihat orang tua murid merasa gerogi.

Merasa kurang percaya tersebut sangat berpengaruh pada hasil melatih dan hasil dari latihan, senada dengan penelitian Latifah & Jariono (2021) efektivitas pembinaan olahraga sangat bergantung pada penerapan proses sekuensial secara cepat, dan pada kualitas interaksi antara pelatih, atlet dan konteksnya. Selain kompetensi dari pelatih, keyakinan diri ini juga penting diketahui (Maturo & Setiffi, 2016). Mengingat ada keterkaitan antara kompetensi dengan keyakinan diri, oleh karena itu rumusan masalah dalam penelitian ini berbunyi seberapa besar persentase keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga panahan di SMA se-Kabupaten Banyumas. Menurut model efektivitas pembinaan yang dikembangkan Sagkal & Ozdemir (2019) menjelaskan bahwa mengapa keyakinan pelatih terkait dengan persepsi dan kinerja diri atlet, karena keyakinan diri ini berpengaruh terhadap perilaku dan kompetensi pelatih. Tapi, pengaruh perilaku pelatih terhadap persepsi diri, motivasi, dan penampilan atlet sebagian dimediasi oleh evaluasi atlet terhadap perilaku dan kompetensi pelatih belum diketahui. Atas latar belakang ini menarik untuk mengkaji dua variabel itu, apakah secara teoretis ada saling keterkaitan atau tidak dalam konteks permainan olahraga ekstrakurikuler di sekolah.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei dan teknik pengumpulan data menggunakan angket. Yang artinya pelatih mengisi angket tersebut sebanyak 12 butir soal dan berisi faktor-faktor dalam mempengaruhi keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler panahan se-Kabupaten Banyumas penelitian yang disajikan dalam bentuk skala bertingkat memiliki kisi-kisi angket pada table 1.

Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen

Variabel	Faktor	Indikator
Keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler Panahan se-Kabupaten Banyumas	Motivasi	<ol style="list-style-type: none"> <li>Jika saya membuat rencana pengelolaan program Eskul olahraga, saya yakin berhasil melaksanakan program tersebut.</li> <li>Jika saya gagal dalam melaksanakan program Eskul olahraga, saya terus berusaha sampai berhasil</li> </ol>
	Strategi permainan	<ol style="list-style-type: none"> <li>Banyak masalah tidak menyenangkan untuk sukses dalam mengelola program latihan Eskul olahraga tapi saya kelola sampai selesai.</li> </ol>
	Tehnik	<ol style="list-style-type: none"> <li>Jika saya telah membuat keputusan untuk melakukan pengelolaan program latihan Eskul Olahraga yang lebih</li> </ol>

	baik, saya akan melakukannya
	2. Jika saya memulai untuk pengelolaan program latihan Eskul olahraga dengan ide baru, saya harus segera memastikan bahwa ide itu adalah jalur yang benar, jika tidak saya berhenti.
Perkembangan karakter	1. Jika saya membuat kegagalan dalam mengelola program Eskul olahraga, saya akan berusaha lebih keras lagi.
jumlah	

Angket kepercayaan diri ini mengadopsi dari penelitian Yachsie et al., (2021) kemudian di uji validitasnya dengan rumus korelasi *product moment* dan uji reliabilitas *cronbach's alpha* dengan nilai 0,896, yang berarti angket sudah valid dan reliabel. Tempat penelitian yaitu di SMA Negeri se-Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah yang dilaksanakan pada bulan April 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah pelatih ekstrakurikuler panahan di SMA Negeri se-Kabupaten Banyumas. Pengambilan sampel penelitian dilakukan dengan *purposive sampling*, dengan kriteria pelatih SMA Negeri di Kabupaten Banyumas, ada ekstrakurikuler olahraga panahan, pelatih bersedia menjadi sampel. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 40 pelatih dari 8 sekolah. dengan menyebarkan angket tertutup melalui *google form* sebanyak 12 butir yang disebar pada pelatih ekstrakurikuler panahan di Kabupaten Banyumas, kemudian setelah data terkumpul maka dipresentasikan kemudian dianalisis deskriptif menggunakan bantuan SPSS 2020.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian dan hasil analisis dalam penelitian ini didapat hasil Data dalam penelitian ini berupa hasil pengisian angket tertutup, yang dilaksanakan pada bulan April 2019.

Tabel 2. Norma Penilaian Keyakinan Diri Pelatih Ekstrakurikuler Olahraga di SMA Negeri se-Kabupaten Banyumas

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	51,45 < X	Sangat Tinggi	3	7.50%
2	47,88 < X ≤ 51,45	Tinggi	13	32.50%
3	44,32 < X ≤ 47,88	Cukup	13	32.50%
4	40,75 < X ≤ 44,32	Rendah	9	22.50%
5	X ≤ 40,75	Sangat Rendah	2	5.00%
<b>Jumlah</b>			<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri se-Kabupaten Banyumas berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 5,00% (2 orang), “rendah” sebesar 22,50% (9 orang), “cukup” sebesar 32,50% (13 orang), “tinggi” sebesar 32,50% (13 orang), dan “sangat tinggi” sebesar 7,50% (3 orang). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 46,10, keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri se-Kabupaten Banyumas dalam kategori “cukup”.

Tabel 3. Norma Penilaian Berdasarkan Faktor Motivasi

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$13,72 < X$	Sangat Tinggi	3	7.5%
2	$12,24 < X \leq 13,72$	Tinggi	6	15%
3	$10,76 < X \leq 12,24$	Cukup	20	50%
4	$9,28 < X \leq 10,76$	Rendah	8	20%
5	$X \leq 9,28$	Sangat Rendah	3	7.5%
<b>Jumlah</b>			<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri se-Kabupaten Banyumas berdasarkan faktor motivasi berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 7,50% (3 orang), “rendah” sebesar 20,00% (8 orang), “cukup” sebesar 50,00% (20 orang), “tinggi” sebesar 15,00% (6 orang), dan “sangat tinggi” sebesar 7,50% (3 orang).

Tabel 4. Norma Penilaian Berdasarkan Faktor Strategi Permainan

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$13,82 < X$	Sangat Tinggi	4	10%
2	$12,11 < X \leq 13,82$	Tinggi	3	7.5%
3	$10,40 < X \leq 12,11$	Cukup	23	57.5%
4	$8,69 < X \leq 10,40$	Rendah	8	20%
5	$X \leq 8,69$	Sangat Rendah	2	5%
<b>Jumlah</b>			<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4. menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri se-Kabupaten Banyumas berdasarkan faktor strategi permainan berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 5,00% (2 orang), “rendah” sebesar 20,00% (8 orang), “cukup” sebesar 57,50% (23 orang), “tinggi” sebesar 7,50% (3 orang), dan “sangat tinggi” sebesar 10,00% (4 orang).

Tabel 5. Norma Penilaian Berdasarkan Faktor Teknik

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$14,20 < X$	Sangat Tinggi	2	5%
2	$12,69 < X \leq 14,20$	Tinggi	11	27.5%
3	$11,18 < X \leq 12,69$	Cukup	11	27.5%
4	$9,67 < X \leq 11,18$	Rendah	12	30%
5	$X \leq 9,67$	Sangat Rendah	4	10%
<b>Jumlah</b>			<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri se-Kabupaten Banyumas berdasarkan faktor teknik berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 10,00% (4 orang), “rendah” sebesar 30,00% (12 orang), “cukup” sebesar 27,50% (11 orang), “tinggi” sebesar 27,50% (11 orang), dan “sangat tinggi” sebesar 5,00% (2 orang).

Tabel 6. Norma Penilaian Berdasarkan Faktor Pengembangan Karakter

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$13,73 < X$	Sangat Tinggi	3	7.5%
2	$12,53 < X \leq 13,73$	Tinggi	8	20%
3	$11,32 < X \leq 12,53$	Cukup	17	42.5%
4	$10,12 < X \leq 11,32$	Rendah	7	17.5%

5	$X \leq 10,12$	Sangat Rendah	5	12,5%
<b>Jumlah</b>			<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri se-Kabupaten Banyumas berdasarkan faktor pengembangan karakter berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 12,50% (5 orang), “rendah” sebesar 17,50% (7 orang), “cukup” sebesar 42,50% (17 orang), “tinggi” sebesar 20,00% (8 orang), dan “sangat tinggi” sebesar 7,50% (3 orang).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri se-Kabupaten Banyumas masuk dalam kategori. Secara rinci, kategori paling cukup dan tinggi yaitu sebanyak 13 orang atau 32,50%, selanjutnya pada kategori rendah sebanyak 9 orang atau sebesar 22,50%. Pada faktor teknik kategori tinggi sebesar 27,50% dan pada faktor pengembangan karakter kategori tinggi sebesar 20%. Analisis berdasarkan tiap butir keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler mempunyai keyakinan yang tinggi dalam membuat rencana pengelolaan program ekstrakurikuler olahraga, dan yakin akan berhasil melaksanakan program tersebut. Namun jika pelatih gagal dalam melaksanakan program ekstrakurikuler olahraga, pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi terus berusaha sampai berhasil. Banyak masalah tidak menyenangkan untuk sukses dalam mengelola program latihan ekstrakurikuler olahraga, dan pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi untuk mengelola sampai selesai (Nisa & Jannah, 2021). Pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi, sekalipun merasa kesulitan memecahkan masalah dalam pengelolaan program latihan ekstrakurikuler olahraga untuk berhasil baik (Abdillah et al., 2021). Ketika ada masalah tak terduga dalam pengelolaan program latihan ekstrakurikuler olahraga, pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi tidak akan kehilangan kontrol dan keseimbangan diri (Ismail & Othman, 2021). Artinya jika pelatih membuat kegagalan dalam mengelola program ekstrakurikuler olahraga, pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi akan berusaha lebih keras lagi.

Kepercayaan diri merupakan salah satu syarat yang esensial bagi individu untuk mengembangkan aktivitas dan kreativitas sebagai upaya dalam mencapai prestasi (Yachsie et al., 2021; Suryanto, 2015). Pendapat lain Purnamasari & Novian (2021) menyatakan kepercayaan diri merupakan kemampuan dalam diri seseorang mengenai keyakinan akan potensi yang ada dalam dirinya sehingga tidak mudah terpengaruh oleh orang lain. Lebih lanjut dari penelitian kepercayaan diri adalah kepercayaan akan kemampuan sendiri serta dapat memanfaatkannya dengan tepat (Paramita et al., 2021).

Kepercayaan diri tumbuh dari proses interaksi yang sehat di lingkungan sosial individu dan berlangsung secara kontinyu dan berkesinambungan (Mardhika, 2016). Senada dengan pendapat Shiel et al., (2012) menyatakan kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakan–tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal–hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri (Ma`arif, 2019; Ichsan et al., 2019). Kemampuan pelatih untuk menciptakan lingkungan yang menerapkan pembelajaran optimal pada atlet dan kemajuan telah menjadi salah satu faktor kunci pengembangan atlet (Ilmu et al., 2015). Pelatih adalah orang yang mempunyai tugas membimbing anak latihnya dalam berolahraga, tentu saja yang dimaksud di sini adalah mematangkan atau membentuk anak latihnya hingga mempunyai prestasi yang maksimal dalam berolahraga (Kurniawati et al., 2021). Tetapi, pengaruh perilaku pelatih terhadap persepsi diri, motivasi, dan penampilan atlet sebagian dimediasi oleh evaluasi atlet terhadap perilaku dan kompetensi pelatih mereka.

Analisis berdasarkan tiap butir keyakinan diri pelatih ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri se-Kabupaten Banyumas dijelaskan bahwa pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi dalam membuat rencana pengelolaan program ekstrakurikuler olahraga, dan yakin akan berhasil melaksanakan program tersebut. Namun jika pelatih gagal dalam melaksanakan

program ekstrakurikuler olahraga, pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi terus berusaha sampai berhasil (Soleha et al., 2021). Banyak masalah tidak menyenangkan untuk sukses dalam mengelola program latihan ekstrakurikuler olahraga, dan pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi untuk mengelola sampai selesai (Paramita et al., 2021). Pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi, sekalipun mesara kesulitan memecahkan masalah dalam pengelolaan program latihan ekstrakurikuler olahraga untuk berhasil baik (Mawaddah, 2021). Artinya ketika ada masalah tak terduga dalam pengelolaan program latihan ekstrakurikuler olahraga, pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi tidak akan kehilangan kontrol dan keseimbangan diri serta jika pelatih membuat kegagalan dalam mengelola program ekstrakurikuler olahraga, pelatih mempunyai keyakinan yang tinggi akan berusaha lebih keras lagi.

Kepercayaan diri merupakan salah satu syarat yang esensial bagi individu untuk mengembangkan aktivitas dan kreativitas sebagai upaya dalam mencapai prestasi (Kusumadewi et al., 2021). Kepercayaan diri tumbuh dari proses interaksi yang sehat di lingkungan sosial individu dan berlangsung secara kontinyu dan berkesinambungan (Yulianto, 2021). Selaras dengan penelitian Selviana & Dwi, (2021); Purnamasari & Novian (2021) menyatakan kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri. Artinya dalam tindakan–tindakannya tidak terlalu cemas, tetapi merasa bebas untuk melakukan hal–hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Meskipun penelitian ini dilakukan dengan sebaik mungkin tetapi dalam penelitian ini masih ada kekurangan yaitu saat penelitian dilakukan online karena adanya peraturan pemerintah.

## **SIMPULAN**

Dapat disimpulkan pelatih yang mempunyai tugas membimbing anak latihnya dalam berolahraga, memiliki tujuan mematangkan atau membentuk anak latihnya hingga mempunyai prestasi yang maksimal dalam berolahraga. Oleh karena itu pelatih harus memiliki kepercayaan diri yang tinggi dan didukung dengan pintar dalam melatih.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Abdillah, H., Fathoni, A., & Amboningtyas, D. (2021). Pengaruh Perilaku Kepemimpinan Pelatih, Hubungan Pelatih Pemain dan Pengembangan Bakat Oleh Klub Terhadap Ketangguhan Mental Pemain Sepakbola (Studi Kasus Pada Klub PSIS Semarang). *Journal of Management*, 7(1).
- Ardianto, A., & Supriyono, S. (2021). Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Catur PERCASI Kota Semarang Tahun 2020. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(1), 197–204.
- Artyukhina, A. I., Ivanova, N. V., Velikanova, O. F., Tretyak, S. V., Velikanov, V. V., & Mandrikov, V. B. (2021). A Medical University School of Pedagogical Excellence as the Environment for Creativity. *International Conference on Professional Culture of the Specialist of the Future*, 672–682.
- Chen, X., & Chen, S. (2021). Sports Coaching Development in China: the system, challenges and opportunities. *Sports Coaching Review*, 1–22.
- Falaahudin, A., Iwandana, D. T., Nugroho, W. A., & Rismayanthi, C. (2021). The relationship between arm muscle strength, leg muscle strength, arm power and leg power on the 25 meter crawl style swimming achievement. *MEDIKORA*, 20(1), 93–102.
- Fatimah, S., Yuberti, Y., & Ayu, S. M. (2021). Evaluation of the spiritual extracurricular program in Madrasa. *Journal of Advanced Islamic Educational Management*, 1(1), 19–34.
- Floarebora, S. (2021). Taking literature off page! The effectiveness of a blended drama approach

- for enhancing L2 oral accuracy, pronunciation and complexity. *Language Teaching Research*, 13621688211043490.
- Gill, A. J. G. (2021). The Continuing Professionalisation of Sports Coaching. In *Foundations of Sports Coaching* (pp. 1–14). Routledge.
- Harvey, S., & Price, L. (2021). Barriers and Supports in the Career Trajectories of Graduate-Level Female Sports Coaching Students. In *Improving Gender Equity in Sports Coaching* (pp. 70–88). Routledge.
- Ilmu, F., Universitas, P., & Semarang, N. (2015). Keefektivan Manajemen Pendidikan Karakter Pilar Konservasi Budaya Melalui Strategi Pembelajaran Inkuiri Sosial Bagi Mahasiswa Jurusan Pendidikan Luar Sekolah Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang. *Journal of Nonformal Education*, 1(1). <https://doi.org/10.24914/pnf.v1i1.3980>
- Ismail, M. Z., & Othman, M. K. (2021). Amalan Pedagogi Abad Ke-21 Dalam Kalangan Guru Pelatih Program Ijazah Sarjana Muda Perguruan (PISMP) Pendidikan Islam di Institut Pendidikan Guru Malaysia. *Jurnal Penyelidikan Dedikasi*, 13, 54–71.
- Kurniawati, Y., Rajab, K., & Tohirin, T. (2021). Penguatan Karakter Islami Melalui Pelatihan Efikasi Diri Pada Siswa MTs N Di Pekanbaru. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 2(1), 37–52.
- Kusumadewi, I. A., Ghozali, D. A., Hastami, Y., & Wiyono, N. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Tingkat Efikasi Diri Pada Atlet Renang. *JOSSAE (Journal of Sport Science and Education)*, 6(1), 107–114.
- Latifah, F. U., & Jariono, G. (2021). Physical Fitness Of Extracurricular Students Pencak Silat Tanding Category Reviewed From Endurance And Body Mass Index. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 5(3), 503–511.
- Ma`arif, M. A. (2019). Internalisasi Nilai Multikultural Dalam Mengembangkan Sikap Toleransi ( Studi Di Di Pesantren Mahasiswa Universitas Islam Malang). *Nazhruna: Jurnal Pendidikan Islam*, 2(1). <https://doi.org/10.31538/nzh.v2i1.179>
- Mardhika, R. (2016). Hubungan Pola Pikir Negatif Dan Kecemasan Terhadap Cara Berbicara Di Depan Umum Mahasiswa Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahrag. *Jurnal Buana Pendidikan*, 1(22), 88–98.
- Maturo, A., & Setiffi, F. (2016). The gamification of risk: how health apps foster self-confidence and why this is not enough. *Health, Risk and Society*, 17(7–8), 477–494. <https://doi.org/10.1080/13698575.2015.1136599>
- Mawaddah, H. (2021). Analisis Efikasi Diri pada Mahasiswa Psikologi Unimal. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 2(2), 19–26.
- Nisa, K., & Jannah, M. (2021). Pengaruh kepercayaan diri terhadap ketangguhan mental atlet bela diri. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3), 36–45.
- Paramita, Y., Pratitis, N. T., & Efendy, M. (2021). Motivasi berprestasi pada atlet judo di surabaya: Bagaimana peranan self-efficacy? *SUKMA: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 32–41.
- Pinem, W., Jamaludin, J., Iqbal, M., & Lincih, M. (2021). Instilling Civic Disposition Values through Scouting Activities at SMP PAB 9 Klambir Lima Kebun, Deli Serdang. *JED (Journal of Etika Demokrasi)*, 6(1), 82–91.
- Pocek, J., Politis, D., & Gabrielsson, J. (2021). Entrepreneurial learning in extra-curricular start-up programs for students. *International Journal of Entrepreneurial Behavior & Research*.

- Prabu, D. A. P., Hidayah, T., & Nasuka, N. (2021). Evaluation of Basketball Sports Achievement Coaching Program at the Bangau Club Palembang City South Sumatera Indonesia. *Journal of Physical Education and Sports*, 25–30.
- Pratama, L. P., & Setyawati, H. (2021). PEMBINAAN PRESTASI ATLET WUSHU SANDA JAWA TENGAH MENUJU JUARA. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2, 8–12.
- Prayoga, H. D. (2021). Survei Pengelolaan Ekstrakurikuler Olahraga Sekolah Dasar Negeri Kota Tarakan. *Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(1), 27–32.
- Purnamasari, I., & Novian, G. (2021). Tingkat Kepercayaan Diri dan Kecemasan Atlet PPLP Jawa Barat selama Menjalani Training From Home (TFH) pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB). *Jurnal Patriot*, 3(2), 203–213.
- Ramalu, R. R., Karim, Z. A., & Elumalai, G. (2021). Malaysian State Sports Schools Football Coaching Process Key Themes Development: Constant Comparison Method in Data Analysis. *Pertanika Journal of Social Sciences & Humanities*, 29(3).
- Ross, M., Broz, F., & Baillie, L. (2021). Observing and Clustering Coaching Behaviours to Inform the Design of a Personalised Robotic Coach. *Proceedings of the 23rd International Conference on Mobile Human-Computer Interaction*, 1–17.
- Sagkal, A. S., & Ozdemir, Y. (2019). Strength-based parenting and adolescents' psychological outcomes: The role of mental toughness. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 29(2), 177–189. <https://doi.org/10.1017/jgc.2019.2>
- Selviana, S., & Dwi, K. (2021). Pengaruh Efikasi Diri dan Motivasi Berprestasi terhadap Kecemasan Menghadapi Pertandingan Sepak Bola pada Pemain Bola SSB Bintang Ragunan. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 6(2), 1–7.
- Septiadi, C., Maliki, O., & Ratimiasih, Y. (2021). Survei minat pelajar dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler hockey. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 2(2), 125–130.
- Shiel, G., Cregan, Á., MCGough, A., & Archer, P. (2012). Oral Language in Early Childhood and Primary Education (3-8 years). *Educational Research Centre*, 14(14), 378. [http://www.ncca.ie/en/publications/reports/oral\\_language\\_in\\_early\\_childhood\\_and\\_primary\\_education\\_3-8\\_years\\_.pdf](http://www.ncca.ie/en/publications/reports/oral_language_in_early_childhood_and_primary_education_3-8_years_.pdf) Retrieved on November 14, 2016
- Soleha, A., Yuda, A. K., & Resita, C. (2021). Survei Tingkat Kepercayaan Diri Dalam Permainan Futsal Peserta Ekstrakurikuler Siswi Di Sma Negeri 1 Pamanukan. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 5(2), 81–90.
- Yachsie, T. P. W. B. B., Prasetyo, Y., & Hita, I. P. A. D. (2021). The Relation Between Confidence Level Towards Archery Ability At 50 Meters Distance On Archery. *MEDIKORA*, 20(1), 1–9.
- Yuliarto, H. (2021). Analisis indeks aiken untuk mengukur validitas isi instrumen komitmen tugas bermain sepakbola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(1).
- Zehntner, C., McMahon, J., & McGannon, K. R. (2021). Gender order through social censure: an examination of social exclusion in sport coaching. *Sport, Education and Society*, 1–12.