

**SURVEI MOTIVASI DAN KEPERCAYAAN DIRI DALAM
OLAHRAGA TAEKWONDO PADA SISWI PEREMPUAN
SMA NEGERI 9 TUNAS BANGSA BANDA ACEH**



**DINDA MEIRISA
6135142598**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
DESEMBER, 2020**

Survei Motivasi Dan Kepercayaan Diri Dalam Olahraga Taekwondo Pada Siswi Perempuan SMA Negeri 9 Tunas Bangsa Banda Aceh.

Program Studi Pendidikan Jasmani
Universitas Negeri Jakarta

ABSTRAK

Penelitian ini didasarkan pada pentingnya aspek mental dalam olahraga Taekwondo, terutama untuk siswi perempuan. Dalam olahraga Taekwondo, aspek yang mendukung kesuksesan tidak hanya aspek fisik dan teknik saja, namun aspek mental merupakan salah satu aspek penting. Pada aspek mental, motivasi dan kepercayaan diri sangat mempengaruhi penampilan seseorang dalam proses pencapaian tujuan pembelajaran. Keunggulan fisik dan teknik menjadi sia-sia jika motivasi dan kepercayaan diri hilang, maka akan membuat kinerja atau penampilan menjadi buruk. Seringkali siswi perempuan memiliki motivasi rendah dan kurang percaya diri dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam kegiatan olahraga, sehingga kemampuan yang mereka miliki tidak berkembang dan tidak tersalurkan dengan maksimal. Olahraga Taekwondo populer dan banyak diminati siswi perempuan di Aceh, Para perempuan Aceh berbusana muslimah menutup aurat dari kepala hingga kaki, Namun hal ini tidak menghalangi perempuan – perempuan Aceh untuk mempelajari olahraga Taekwondo. Peneliti melakukan penelitian yang bertujuan mengetahui seberapa besar motivasi dan kepercayaan diri siswa perempuan. Pengambilan data menggunakan kuesioner yang diberikan kepada 35 siswi perempuan yang mengikuti olahraga Taekwondo di SMA Negeri 9 Tunas Bangsa Banda Aceh, Uji coba dilakukan pada instrumen pengukuran dalam kuesioner angket dengan tujuan menguji validitas dan reliabilitas instrumen yang digunakan. Hasil data pengujian kemudian dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan penentuan tingkat kategori kemudian disajikan dengan persentase. Hasil akhir dari penelitian tentang motivasi dan kepercayaan dalam olahraga Taekwondo pada siswi perempuan adalah : pada aspek motivasi memiliki nilai rata-rata 83,85% dengan kategori "sangat tinggi" dan aspek kepercayaan diri memiliki hasil rata-rata 74,43% dengan kategori "tinggi". Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi guru dan pelatih untuk pentingnya mengetahui motivasi dan kepercayaan diri siswa didiknya agar strategi yang digunakan dalam pembentukan mental khususnya bagi siswi perempuan tepat sasaran, sehingga tujuan pembelajaran dan prestasi yang tinggi dapat tercapai.

Kata kunci: Motivasi, kepercayaan Diri, Taekwondo

***Survey of Motivation and Confidence in Taekwondo Sports for Female Students
SMA Negeri 9 Tunas Bangsa Banda Aceh.***

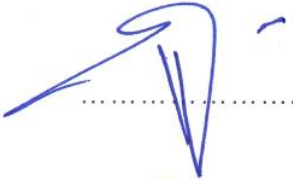
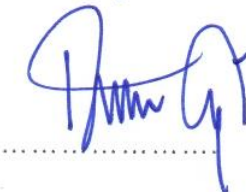
*Physical Education Study Program
Jakarta State University*

ABSTRACT






This study is based on the importance of the mental aspect of Taekwondo, especially for female students. In Taekwondo, the aspects that support success are not only physical and technical aspects, but mental aspects are one important aspect. On the mental aspect, motivation and self-confidence greatly affect a person's appearance in the process of achieving learning goals. Physical and technical excellence is wasted if motivation and self-confidence are lost, it will result in poor performance or appearance. Often female students have low motivation and lack confidence in daily life and in sports activities, so that their abilities do not develop and are not maximally channeled. The sport of Taekwondo is popular and much in demand by female students in Aceh. Acehnese women dressed in Muslim clothing cover their genitals from head to toe, however this does not prevent Acehnese women from learning the sport of Taekwondo. Researchers conducted research that aims to determine how much motivation and self-confidence of female students. Data were collected using a questionnaire given to 35 female students who participated in the Taekwondo sport at SMA Negeri 9 Tunas Bangsa Banda Aceh. The test was carried out on the measurement instrument in the questionnaire questionnaire with the aim of testing the validity and reliability of the instruments used. The results of the test data were then analyzed using descriptive statistics and the determination of the category level then presented with a percentage. The final result of research on motivation and belief in Taekwondo sport in female students is: the motivation aspect has an average value of 83.85% in the "very high" category and the self-confidence aspect has an average result of 74.43% with the category "high". This research is expected to be useful for teachers and trainers for the importance of knowing the motivation and self-confidence of their students so that the strategies used in mental formation, especially for female students, are right on target, so that learning objectives and high achievement can be achieved.

Keywords: Motivation, Self-confidence, Taekwondo

**LEMBARAN PERSETUJUAN SKRIPSI
PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING**

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I		
<u>Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd</u> NIP. 196411261988031002		9/12-2020
Pembimbing II		
<u>Dr. Kurnia Tahki, M.Pd</u> NIP. 195901121989031001		7/12-2020

PERSETUJUAN PANITIA UJIAN SKRIPSI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
<u>Dr. Iwan Setiawan, M.Pd</u> NIP. 197303052009121001	Ketua		19/12-2020
<u>Drs. Yansen H. Jutalo, M.Pd</u> NIP. 195801151988031001	Penguji		9/12-2020
<u>Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd</u> NIP. 196411261988031002	Penguji		9/12-2020
<u>Dr. Kurnia Tahki, M.Pd</u> NIP. 195901121989031001	Penguji		9/12-2020
<u>Rizky Nurulfa, M.Pd</u> NIP. 198808312019032010	Penguji		9/12-2020

Tanggal Lulus : 26 November 2020

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.

Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 26 November 2020

Yang membuat pernyataan



(Dinda Meirisa)

6135142598



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : DINDA MEIRISA
NIM : 6135192598
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Olahraga / Prodi PENJAS
Alamat email : dindadinda79@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Survei Motivasi Dan Kepercayaan Diri Dalam Olahraga Taekwondo
pada Siswi Perempuan SMA Negeri 9 Turas Bangsa Banda Aceh

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 11 Maret 2011

Penulis

(DINDA MEIRISA)
- nama dan tanda tangan

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya serta kekuatan usaha untuk dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Survei Motivasi Dan Kepercayaan Diri Dalam Olahraga Taekwondo Pada Siswa Perempuan SMA Negeri 9 Tunas Bangsa Banda Aceh”.

Keberhasilan peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini atas bimbingan, saran, dan bantuan dari berbagai pihak, sehingga dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak Dr. Djohansyah Lubis, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Bapak Dr. Iwan Setiawan, M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, Sabeum Nim Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd selaku dosen pembimbing 1, pembina KOP Taekwondo Universitas Negeri Jakarta, pelatih, orang tua, serta sebagai motivator untuk saya, Bapak Dr. Kurnia Tahki, M.Pd selaku dosen pembimbing 2 yang telah memberikan motivasi, semangat dan dengan sabar membimbing saya, Bapak Drs. Yansen H Jutalo, M.Pd selaku penasehat akademik, Bapak dan ibu Dosen khususnya Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah membimbing saya selama perkuliahan berlangsung, Staf dan karyawan FIK UNJ yang telah memberikan bantuan selama penelitian dan penyusunan skripsi ini, Seluruh keluarga besar Klub Olahraga Prestasi Taekwondo UNJ yang senantiasa membantu saya selama perkuliahan, Kepala Sekolah serta seluruh siswa SMA 9 Tunas Bangsa Banda Aceh yang telah membantu pelaksanaan penelitian ini, keluarga saya tercinta yang telah memberikan dukungan sehingga terselesaikannya penulisan skripsi ini, teman-teman Fakultas Ilmu Keolahragaan angkatan 2014 yang juga telah memberikan dukungan kepada saya untuk menyelesaikan penelitian ini.

Saya selaku peneliti menyadari bahwa dalam penulisan ini masih jauh dari kesempurnaan. Untuk itu peneliti membutuhkan saran dan kritik yang membangun untuk kedepannya dan berharap penelitian ini dapat dijadikan penelitian awal untuk penelitian selanjutnya.

Jakarta, 17 Agustus 2020

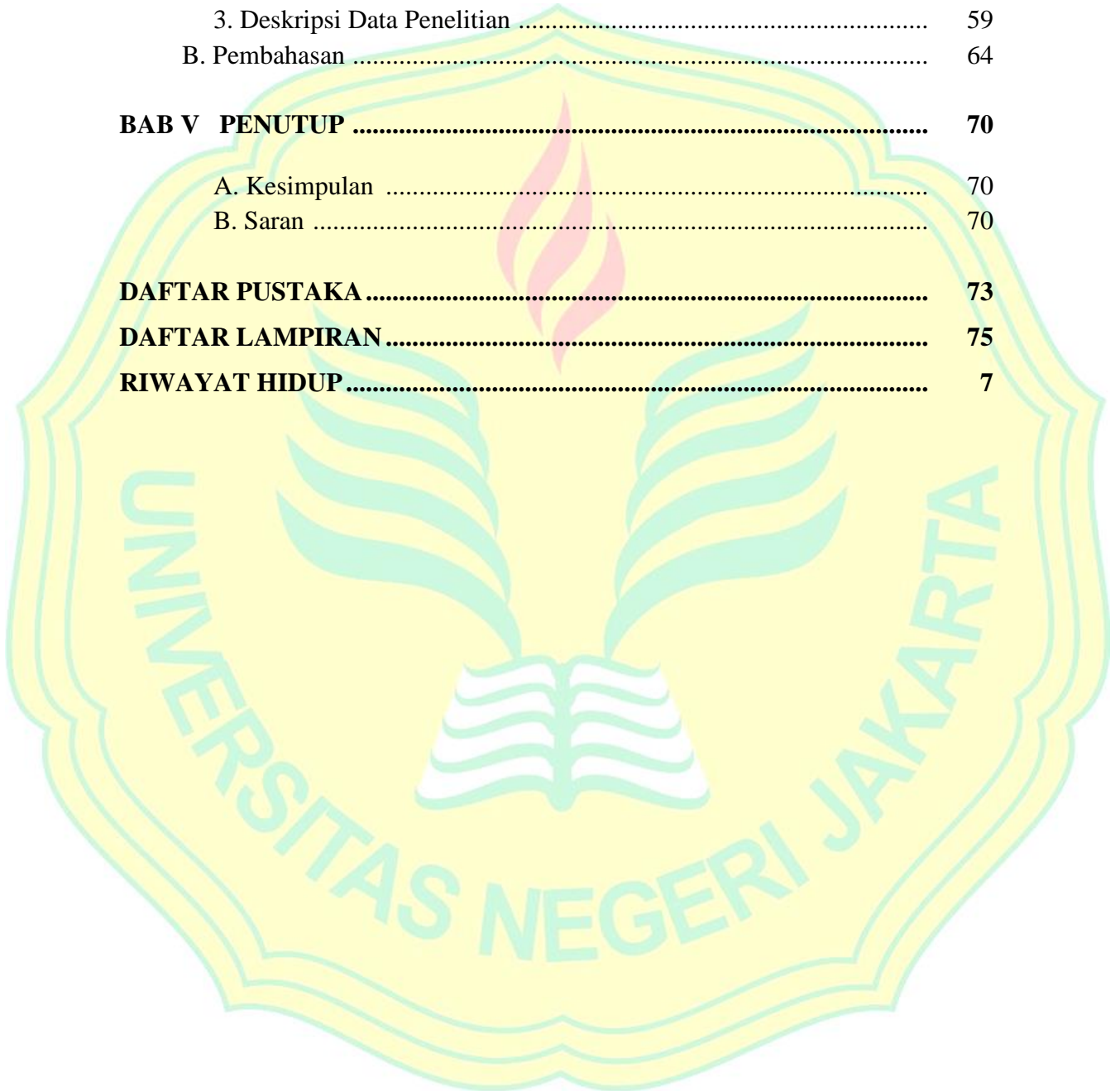
Dinda Meirisa



DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	6
E. Kegunaan Hasil Penelitian	7
BAB II KAJIAN TEORETIK.....	11
A. Deskripsi Konseptual	11
1. Hakikat Taekwondo	11
2. Hakikat Motivasi	21
3. Hakikat Kepercayaan Diri.....	29
4. Karakteristik Siswa Menengah Atas.....	37
B. Kerangka Berpikir.....	40
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	43
A. Tujuan Penelitian	43
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	43
C. Metode Penelitian	43
D. Populasi dan Sampel.....	45
E. Teknik Pengumpulan Data.....	46
F. Instrumen Penelitian	47
G. Pengujian Validitas dan Reliabilitas	51
H. Teknik Analisis Data.....	53

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	55
A. Deskripsi Data	55
1. Uji Validitas	55
2. Uji Reliabilitas	58
3. Deskripsi Data Penelitian	59
B. Pembahasan	64
BAB V PENUTUP	70
A. Kesimpulan	70
B. Saran	70
DAFTAR PUSTAKA	73
DAFTAR LAMPIRAN	75
RIWAYAT HIDUP	7



DAFTAR TABEL

	Halaman
3.1 Kisi-kisi Motivasi.....	48
3.2 Kisi-kisi Kepercayaan Diri.....	50
3.3 Kategori Motivasi & Kepercayaan Diri.....	54
4.1 Uji Validitas Variabel Motivasi	56
4.2 Uji Validitas Variabel Kepercayaan Diri	57
4.3 Uji Reliabilitas Variabel Motivasi	58
4.4 Uji Reliabilitas Variabel Kepercayaan Diri	58
4.5 Distribusi Frekuensi Variabel Motivasi	60
4.6 Distribusi Frekuensi Variabel Kepercayaan Diri	61
4.7 Rekapitulasi Persentase Variabel Motivasi.....	62
4.8 Rekapitulasi Persentase Variabel Kepercayaan Diri.....	63



DAFTAR GAMBAR

Halaman

4.1 Grafik Distribusi Frekuensi Tingkat Motivasi	60
4.2 Grafik Distribusi Frekuensi Tingkat Kepercayaan Diri	61



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
LAMPIRAN & SURAT	75
1 Angket Motivasi.....	76
2 Angket Kepercayaan Diri.....	78
3 Tabulasi Data Motivasi.....	80
4 Tabulasi Data Kepercayaan Diri	81
5 Uji Validitas	82
6 Uji Reliabilitas	83
7 Surat Permohonan Dosen Pembimbing	84
8 Surat Keterangan Validasi.....	85
9 Surat Permohonan Penelitian	86
10 Surat Keterangan Penelitian.....	87
11 Riwayat Hidup	88

