

**HUBUNGAN ANTARA MOTIVASI BERLATIH DENGAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA PEGIAT
BULUTANGKIS PB. STELLA**





*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*






**ANIS ARBIATI MUMTAZ
1603619012**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelara Sarjana Olahraga**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I		30/8 2023
Dr. Kurnia Tahki, M. Pd NIP. 19590112 198903 1 001
Pembimbing II		30/8 2023
Yuliasih, S.Or.,M.Pd NIDN. 0009078606

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. Dr. Yasep Setiakarnawijaya, SKM., M.Kes NIP. 19740906 200112 1 002	Ketua		30/8 2023
2. Prof. Dr. Ramdan Pelana, M.Or NIP. 19790811 200501 1 001	Sekretaris		30/8 2023
3. Dr. Kurnia Tahki, M. Pd NIP. 19590112 198903 1 001	Anggota		30/8 2023
4. Yuliasih, S.Or.,M.Pd NIDN. 0009078606	Anggota		30/8 2023
5. Nadya Dwi Oktafiranda, S.Or, M.Pd NIDN. 0018109006	Anggota		30/8 2023

Tanggal Lulus : 10 Agustus 2023

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. 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 skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, Agustus 2023

Yang membuat pernyataan,

A handwritten signature in black ink is written over a yellow 1000 Rupiah postage stamp. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'REPUBLIK INDONESIA', '1000', 'POSTAL', and 'TEMPEL'. A unique identification number 'E0FDEAKX640548521' is printed at the bottom of the stamp.

(Anis Arbiati Mumtaz)

No. Reg. 1603619012



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 : Anis Arbiati Mumtaz
NIM : 1603619012
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan/Ilmu Keolahragaan
Alamat email : aamumtaz2001@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 :

HUBUNGAN ANTARA MOTIVASI BERLATIH DENGAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA PEGIAT
BULUTANGKIS PB. STELLA

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, 9 September 2023

Penulis

(Anis Arbiati Mumtaz)

**HUBUNGAN ANTARA MOTIVASI BERLATIH DENGAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA PEGIAT BULUTANGKIS
PB. STELLA**

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan motivasi dengan *psychological well-being* pada pegiat bulutangkis PB. Stella. Penelitian ini menggunakan metode penelitian korelasional dengan teknik survei berupa kuesioner online. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 45 responden. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 33 responden yang berasal dari PB. Stella menggunakan teknik *purposive sampling*. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan nilai hubungan antara motivasi dengan *psychological well-being* diketahui bahwa nilai korelasi pearson sebesar 0,624 dengan sig. (p value) sebesar 0,000, nilai korelasi sebesar 0,624 menunjukkan bahwa motivasi dengan *psychological well-being* memiliki hubungan dengan kategori yang kuat. Arah hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin kuat motivasi, maka akan semakin meningkatkan *psychological well-being*. Sedangkan dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$ ($\alpha = 5\%$), dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara motivasi dengan *psychological well-being*. Arah hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin kuat Motivasi, maka akan semakin meningkatkan *Psychological Well-being*.

Kata Kunci : Motivasi, *Psychological Well-being*, Bulutangkis

**RELATIONSHIP BETWEEN TRAINING MOTIVATION AND
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN BADMINTON PLAYERS AT THE
PB. STELLA**

ABSTRACT

The purpose of this research is to determine the relationship between motivation and psychological well-being among the badminton enthusiasts of PB. Stella. This study utilizes a correlational research method with an online survey questionnaire as the data collection technique. The population in this research consists of 45 respondents, with a sample size of 33 respondents from PB. Stella used a purposive sampling technique. Based on the results of the conducted research, it is found that the correlation value between motivation and psychological well-being is determined to be 0.624 with a significance level (p-value) of 0.000. The correlation value of 0.624 indicates a strong relationship between motivation and psychological well-being. The positive direction of the relationship suggests that stronger motivation leads to an increased level of psychological well-being. Moreover, with a p-value of 0.000, which is less than 0.05 ($\alpha = 5\%$), it can be concluded that there is a significant relationship between motivation and psychological well-being. The direction of a positive relationship indicates that the stronger the motivation, the more psychological well-being will increase.

Keywords : *Motivation, Psychological Well-being, Badminton*

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi penulis untuk menyelesaikan Skripsi ini.

Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada **Bapak Prof Dr. Johansyah Lubis, M.Pd.**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta; **Bapak Dr. Yasep Setiakarnawijaya, M.Kes.**, selaku Ketua Program Studi Ilmu Keolahragaan, **Bapak Dr. Kurnia Tahki, M.Pd.**, selaku Dosen Pembimbing I dan **Ibu Yuliasih, S.Or., M.Pd.**, selaku Dosen Pembimbing II dan **Bapak Prof. Dr. Ramdan Pelana, M.Or.**, selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk penulis dalam penyusunan skripsi ini. Pihak PB. Stella mulai dari anggota dan pelatih yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang penulis perlukan, Ayah (Yuli Awiyanto), Ibu (Umi Salmiyah) dan keluarga penulis, yang telah memberikan dukungan material maupun moral, para sahabat, yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini serta seseorang yang turut menginspirasi penelitian ini.

Akhir kata, penulis berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

DAFTAR ISI

ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Kegunaan Hasil Penelitian	6
BAB II KAJIAN TEORETIK	14
A. Deskripsi Konseptual	14
1. Hakikat Permainan Bulutangkis	14
2. Hakikat Motivasi	25
3. Hakikat <i>Psychological Well-being</i>	31
4. Hakikat Remaja	38
5. Hakikat Dewasa	41
B. Kerangka Berpikir	42
C. Pengajuan Hipotesis	45
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	47
A. Tujuan Penelitian Tempat dan Waktu Penelitian	47
B. Metode Penelitian	47
C. Populasi dan Sampel	48
D. Teknik Pengumpulan Data	49

E. Instrumen Penelitian.....	50
F. Pengujian Validitas dan Reabilitas.....	53
G. Teknik Analisis Data.....	56
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	58
A. Hasil Penelitian	58
B. Uji Instrumen Penelitian.....	60
C. Uji Asumsi.....	62
D. Pengujian Hipotesis.....	64
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	67
A. Kesimpulan.....	67
B. Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN	73
RIWAYAT HIDUP	87

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Cara Memegang Raket <i>Forehand</i>	19
Gambar 2.2 Cara Memegang Raket <i>Backhand</i>	20
Gambar 2.3 Teknik Servis <i>Forehand</i> Pendek	23
Gambar 2.4 Teknik Servis <i>Backhand</i> Pendek	25

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-kisi Kuesioner Motivasi Berlatih.....	51
Tabel 3.2 Kisi-kisi Kuesioner <i>Psychological Well-being</i>	52
Tabel 3.3 Skor Alternatif Jawaban Angket	53
Tabel 3.4 Pedoman Interpretasi Hasil Uji Statistik/Hipotesis	56
Tabel 4.1 Deskripsi Data Variabel Motivasi dan <i>Psychological Well-being</i>	59
Tabel 4.2 Kategori Subjek Skala <i>Selfsteem</i>	59
Tabel 4.3 Kategori Subjek Skala <i>Selfsteem</i>	59
Tabel 4.4 Uji Reliabilitas Variabel	62
Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas <i>Kolmogrov-Smirnov</i>	63
Tabel 4.6 Hasil Analisis Statistik Uji Linieritas	64
Tabel 4.7 Pedoman untuk Memberikan Intrepretasi Koefisien Korelasi.....	65
Tabel 4.8 Uji Korelasi <i>Pearson Correlations</i>	65