

**GAMBARAN *SELF-EFFICACY* ATLET SEPATU RODA  
PELATDA DKI JAKARTA**



**FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
2025**

**GAMBARAN *SELF-EFFICACY* ATLET SEPATU RODA  
PELATDA DKI JAKARTA**



*Intelligentia - Dignitas*

**Oleh:**

**Nabilla Rahman**

**1801620036**

**PSIKOLOGI**

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi**

**FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2025**

## LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

### LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

*Gambaran Self-Efficacy Atlet Sepatu Roda PELATDA DKI Jakarta*

Nama Mahasiswa : Nabilla Rahman  
NIM : 1801620036  
Program Studi : Psikologi  
Tanggal Ujian : Senin, 30 Juni 2025

Pembimbing I



Reny Rustyawati, S.Pd., M.A.  
NIP. 199206082022032013

Pembimbing II



Rahmadianty Gazadinda, S.Psi., M.Sc.  
NIP. 199206162019032038

#### Panitia Sidang

| Nama                                                                   | Tanda Tangan                                                                        | Tanggal    |
|------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| Dr. Gungum Gumelar, M.Si.<br>(Penanggungjawab)                         |  | 15/7/2025  |
| Mira Ariyani Ph.D.<br>(Wakil Penanggungjawab)                          |  | 21/7/25    |
| Herdian Maulana, Ph.D.<br>(Ketua Sidang)                               |  | 16/7/25    |
| Gita Irianda Rizkyani Medellu,<br>M.Psi, Psikolog<br>(Dosen Penguji I) |  | 16/07/2025 |
| Erik, M.Si<br>(Dosen Penguji II)                                       |  | 14/7/2025  |

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

### LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Nabilla Rahman  
NIM : 1801620036  
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "*Gambaran Self-Efficacy Atlet Sepatu Roda PELATDA DKI Jakarta.*" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan November 2024 sampai dengan bulan Juli 2025.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 12 Agustus 2025  
Yang Membuat Pernyataan

  
  
(NABILLA RAHMAN)

## LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

## KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://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 : Nabilla Rahman .....  
NIM : 1801620036 .....  
Fakultas/Prodi : Psikologi .....  
Alamat email : nabillan09@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 :

Gambaran Self-Efficacy Atlet Sepatu Roda PELATDA DKI Jakarta

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



( NABILLA RAHMAN )  
nama dan tanda tangan

## LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

## **MOTTO**

"Barang siapa bertakwa kepada Allah, niscaya Dia akan mengadakan baginya jalan keluar dan memberinya rezeki dari arah yang tidak disangka-sangka."

(QS. At-Talaq: 2–3)

*"Believe in yourself and you will be unstoppable."*

- Unknown -

## **PERSEMBAHAN**

Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan segala karunia-Nya kepada peneliti, serta selalu memberikan kemudahan dan kelancaran dalam proses penyusunan skripsi ini hingga selesai. Skripsi ini akan saya persembahkan kepada orang tua, keluarga, dosen pengajar dan teman-teman yang senantiasa memberikan dukungan dan doa kepada peneliti. Dan tidak lupa, saya juga mempersembahkan skripsi ini kepada diri saya sendiri yang sudah terus berjuang dan berusaha dengan sabar.

**NABILLA RAHMAN**

**GAMBARAN SELF EFFICACY ATLET SEPATU RODA PELATDA DKI**

**JAKARTA**

**SKRIPSI**

Program Studi Psikologi  
Fakultas Pendidikan Psikologi  
Universitas Negeri Jakarta  
2025

**ABSTRAK**

*Self-efficacy* merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengorganisir dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai suatu tujuan, khususnya dalam menghadapi tantangan dalam konteks olahraga kompetitif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *self-efficacy* pada atlet sepatu roda PELATDA DKI Jakarta. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode penelitian kualitatif dengan tipe penelitian studi kasus. Data yang dianalisis dari penelitian ini diperoleh dari hasil wawancara terhadap tiga orang subjek penelitian yang merupakan atlet sepatu roda PELATDA DKI Jakarta yang sudah dua kali atau lebih mengikuti pertandingan Pekan Olahraga Daerah (PON). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga subjek memiliki *self-efficacy* yang baik, subjek AMN menunjukkan konsistensi yang sangat baik dari ke tiga aspek *self-efficacy* diantara ke tiga subjek, kemudian subjek BMP menunjukkan konsistensi yang baik dan subjek NRH yang menunjukkan konsistensi cukup baik.

**Kata Kunci : *Self-efficacy*, Atlet.**

**NABILLA RAHMAN**

**SELF EFFICACY PROFILE OF INLINE SKATER FROM THE DKI JAKARTA  
PROVINCIAL TRAINING CENTER**

**THESIS**

*Psychology Study Program  
Faculty of Psychology Education  
State University of Jakarta  
2024*

**ABSTRACT**

*Self-efficacy is an individual's belief in their ability to organize and carry out the actions necessary to achieve a goal, particularly when facing challenges in the context of competitive sports. This study aims to determine the level of self-efficacy among roller skaters from the DKI Jakarta Provincial Sports Training Center. This study was conducted using a qualitative research method with a case study design. The data analyzed in this study were obtained from interviews with three research subjects who are roller skating athletes from the Jakarta Provincial Sports Training Center who have participated in Pekan Olahraga Nasional (PON) competitions two or more times. The results of the study indicate that all three subjects possess good self-efficacy, subject AMN demonstrated very good consistency across all three aspects of self-efficacy among the three subjects, subject BMP showed good consistency, and subject NRH showed sufficient consistency.*

**Keywords** : *Self-efficacy, Athlete.*

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah SWT karena telah memberikan segala nikmat dan rahmatnya untuk saya. Sehingga saya dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “Gambaran Self Efficacy Atlet Sepatu Roda PELATDA DKI Jakarta” sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.

Penyusunan dan penelitian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan pertolongan Allah SWT. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat berbagai kekurangan dan keterbatasan. Penulis juga memahami bahwa keberhasilan penyelesaian skripsi ini tidak akan tercapai tanpa adanya bantuan, dukungan, arahan, serta masukan dan kritik yang membangun dari berbagai pihak selama proses penulisannya. Oleh karena itu, penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta
2. Ibu Mira Ariyani, PhD. selaku Wakil Dekan 1 Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta
3. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd. selaku Wakil Dekan 2 Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta
4. Bapak Herdiyan Maulana, PhD. selaku Wakil Dekan 3 Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta
5. Ibu Irma Rosalinda Lubis, M.Si., Psikolog selaku Koordinator Program studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta
6. Mba Reny Rustyawati, S.Pd., M.A. Selaku dosen pembimbing I yang sudah sangat bersabar dan membantu dalam kelancaran proses skripsi ini.
7. Mba Rahmadianty Gazadinda, S.Psi., M.Sc. Selaku dosen pembimbingan II yang sudah sangat sabar dan membantu dalam kelancaran proses skripsi.

8. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah menyalurkan ilmu pengetahuan selama peneliti melaksanakan masa studinya.
9. Diri Sendiri yang udah mau keluar dari zona nyaman dan bisa menyelesaikan skripsi ini sampai selesai.
10. Bunda dan Ayah yang sudah sangat sabar, ngesupport secara materi/non materi, dan juga selalu memberikan kata-kata motivasi untuk saya agar segera menyelesaikan skripsi
11. Abang Rizky selau kakak yang tidak ada henti-hentinya memberikan semangat serta supportnya.
12. Kak Namasta, Naura, Mahesa yang mejadi salah satu penyemangat saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
13. Alda, Bisma, Akbar yang sudah menjadi teman seperjuangan dan membawa rasa semangat dalam menyelesaikan penelitian ini.
14. Teman-teman sepatu roda yang selalu memberikan support dan menjadi warna dalam setiap perjalanan hidup saya.
15. Pelatih dan pengurus yang selalu memberikan dukungan dan selalu memberikan ijin kepada saya untuk menyelesaikan skripsi ini dengan cepat.
16. Teman-teman lain yang tidak bisa disebutkan satu persatu atas dorongan dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
17. Seluruh subjek dan significant others yang sudah bersedia meluangkan waktu untuk menjadi partisipan dalam penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa masih terdapat kekurangan dalam pelaksanaan penelitian ini, sehingga peneliti membutuhkan kritik dan saran untuk membangun peneliti ini supaya berkembang menjadi ilmu pengetahuan yang bermanfaat. Karena keterbatasan yang peneliti lakukan, peneliti mengucapkan permintaan maaf yang sebesar-besarnya untuk ketidaksempurnaan ini.

Kepada pihak yang sudah membantu dan mendukung berjalannya pelaksanaan penelitian ini saya ucapkan terima kasih dan semoga Allah SWT limpahkan rahmat dan

karunianya atas kebaikan yang sudah diberikan. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi seluruh pihak yang membutuhkan.

Jakarta, 27 Juni 2025  
Peneliti,

**Nabilla Rahman**  
NIM. 1801620036



## DAFTAR ISI

|                                                                    |           |
|--------------------------------------------------------------------|-----------|
| HALAMAN JUDUL .....                                                | i         |
| HALAMAN JUDUL .....                                                | ii        |
| DAFTAR ISI .....                                                   | xi        |
| DAFTAR TABEL .....                                                 | xiii      |
| DAFTAR GAMBAR .....                                                | xiv       |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                                              | xv        |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                                      | <b>1</b>  |
| 1.1 Latar Belakang Masalah .....                                   | 1         |
| 1.2 Perumusan Masalah .....                                        | 6         |
| 1.3 Tujuan Penelitian .....                                        | 6         |
| 1.4 Manfaat Penelitian .....                                       | 6         |
| 1.4.1 Manfaat Teoritis .....                                       | 6         |
| 1.4.2 Manfaat Praktis .....                                        | 6         |
| <b>BAB II ACUAN TEORITIK .....</b>                                 | <b>8</b>  |
| 2.1 Self-Efficacy .....                                            | 8         |
| 2.1.1 Pengertian Self-Efficacy .....                               | 8         |
| 2.1.2 Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Efficacy</i> .....          | 10        |
| 2.1.3 Aspek-aspek Self-Efficacy .....                              | 11        |
| 2.1.4 Fungsi Self-Efficacy .....                                   | 12        |
| 2.2 Sepatu Roda .....                                              | 13        |
| 2.2.1 Hakikat Sepatu Roda .....                                    | 13        |
| 2.2.2 Kategori Sepatu Roda Speed .....                             | 14        |
| 2.3 Kajian Penelitian yang Relevan .....                           | 17        |
| 2.4 Kerangka Berpikir .....                                        | 18        |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>                         | <b>22</b> |
| 3.1 Subjek Penelitian .....                                        | 22        |
| 3.1.1 Karakteristik Subjek Penelitian .....                        | 22        |
| 3.1.2 Jumlah Subjek Penelitian .....                               | 23        |
| 3.2 Tempat dan Waktu Penelitian .....                              | 23        |
| 3.3 Pendekatan Metode Penelitian Kualitatif yang Digunakan .....   | 24        |
| 3.4 Metode Pengumpulan Data .....                                  | 25        |
| 3.4.1 Wawancara .....                                              | 25        |
| 3.4.2 Dokumentasi .....                                            | 26        |
| 3.5 Prosedur Pengumpulan Data .....                                | 27        |
| 3.5.1 Tahap Persiapan .....                                        | 27        |
| 3.5.2 Tahap Pelaksanaan .....                                      | 28        |
| 3.6 Prosedur Analisis Data .....                                   | 29        |
| 3.7 Pemeriksaan atau Pengecekan Keabsahan Data (Triangulasi) ..... | 31        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>                | <b>33</b> |

|                                                     |                                                                         |            |
|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------|
| 4.1                                                 | Deskripsi Partisipan.....                                               | 33         |
| 4.1.1                                               | Gambaran Umum Subjek 1 (NRH).....                                       | 33         |
| 4.1.2                                               | Gambaran Umum <i>Significant Other</i> Subjek 1 (PS).....               | 34         |
| 4.1.3                                               | Gambaran Umum Subjek II (BMP).....                                      | 34         |
| 4.1.4                                               | Gambaran Umum Subjek III (AMN).....                                     | 36         |
| 4.1.5                                               | Gambaran Umum <i>Significant Other</i> Subjek II dan III (OV).....      | 37         |
| 4.1.6                                               | Gambaran Umum <i>Significant Other</i> Subjek I, II, III (MRR).....     | 37         |
| 4.2                                                 | Temuan Penelitian.....                                                  | 39         |
| 4.2.1                                               | Temuan Penelitian Subjek I (NRH).....                                   | 39         |
| 4.2.2                                               | Temuan Penelitian <i>Significant Other</i> Subjek I (PK).....           | 51         |
| 4.2.3                                               | Temuan Penelitian Subjek II (BMP).....                                  | 54         |
| 4.2.4                                               | Temuan Penelitian <i>Significant Other</i> Subjek II (OV).....          | 67         |
| 4.2.5                                               | Temuan Penelitian Subjek III (AMN).....                                 | 71         |
| 4.2.6                                               | Temuan Penelitian <i>Significant Other</i> Subjek III (OV).....         | 84         |
| 4.2.7                                               | Temuan Penelitian <i>Significant Other</i> Subjek I, II, III (MRR)..... | 88         |
| 4.3                                                 | Dinamika Psikologis.....                                                | 98         |
| 4.3.1                                               | Subjek I (NRH).....                                                     | 98         |
| 4.3.2                                               | Subjek II (BMP).....                                                    | 99         |
| 4.3.3                                               | Subjek III (AMN).....                                                   | 100        |
| 4.4                                                 | Pembahasan.....                                                         | 101        |
| 4.4.1                                               | Pembahasan Subjek I (NRH) dengan Acuan Teoritik.....                    | 101        |
| 4.4.2                                               | Pembahasan Subjek II (BMP) dengan Acuan Teoritik.....                   | 102        |
| 4.4.3                                               | Pembahasan Subjek III (AMN) dengan Acuan Teoritik.....                  | 103        |
| <b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN .....</b> |                                                                         | <b>109</b> |
| 5.1                                                 | Kesimpulan.....                                                         | 109        |
| 5.2                                                 | Implikasi.....                                                          | 111        |
| 5.3                                                 | Saran.....                                                              | 111        |
| 5.3.1                                               | Saran Bagi Subjek.....                                                  | 111        |
| 5.3.2                                               | Saran Bagi Penelitian Selanjutnya.....                                  | 112        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>                          |                                                                         | <b>111</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                                |                                                                         | <b>116</b> |

## DAFTAR TABEL

|                                                                        |    |
|------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 3. 1 Waktu dan Tempat Penelitian Subjek I (NRH) .....            | 23 |
| Tabel 3. 2 Waktu dan Tempat Penelitian Subjek II (BMP) .....           | 24 |
| Tabel 3. 3 Waktu dan Tempat Penelitian Subjek III (AMN) .....          | 24 |
| Tabel 3. 4 Waktu dan Tempat Penelitian <i>Significant Others</i> ..... | 24 |
| Tabel 4. 1 Gambaran Umum Profil Subjek .....                           | 38 |
| Tabel 4. 2 Gambaran Umum Profil <i>Significant Others</i> .....        | 38 |
| Tabel 4. 3 Analisis Antar Subjek .....                                 | 94 |



## DAFTAR GAMBAR

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir ..... | 19 |
|-------------------------------------|----|



## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                                                 |     |
|---------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Lampiran 1. Pedoman Wawancara Subjek Penelitian <i>Self Efficacy</i> .....      | 116 |
| Lampiran 2. Pedoman Wawancara Significant Others.....                           | 118 |
| Lampiran 3. Verbatim Wawancara Subjek I (NRH).....                              | 120 |
| Lampiran 4. Verbatim Wawancara Significant Others Subjek I (PK).....            | 136 |
| Lampiran 5. Verbatim Wawancara Subjek II (BMP) .....                            | 141 |
| Lampiran 6. Verbatim Wawancara Subjek III (AMN) .....                           | 161 |
| Lampiran 7. Verbatim Wawancara Significant Others Subjek II dan III (OV) .....  | 177 |
| Lampiran 8. Verbatim Wawancara Significant Others Subjek I, II dan III (MRR) .. | 184 |
| Lampiran 9. Informed Consent Subjek I (NRH).....                                | 191 |
| Lampiran 10. Informed Consent Subjek II (BMP) .....                             | 192 |
| Lampiran 11. Informed Consent Subjek III (AMN) .....                            | 193 |
| Lampiran 12. Informed Consent SO Subjek I (PK).....                             | 194 |
| Lampiran 13. Informed Consent SO Subjek II dan III (OV) .....                   | 195 |
| Lampiran 14. Informed Consent SO Subjek I, II, dan III (MRR).....               | 196 |
| Lampiran 15. Lembar Expert Judgement Dosen Pembimbing I.....                    | 197 |
| Lampiran 16. Lembar Expert Judgement Dosen Pembimbing II .....                  | 198 |
| Lampiran 17. Lembar Persetujuan Sidang Skripsi.....                             | 199 |