

---

# MOTIVASI BERPRESTASI ATLET MUDA DALAM MENGHADAPI PEKAN OLAHRAGA NASIONAL TAHUN 2012 DITINJAU DARI KEPERCAYAAN DIRI

Syarifah Farradinna

*Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Pekanbaru*

Email: [deen\\_rc@yahoo.co.uk](mailto:deen_rc@yahoo.co.uk)

## Abstract

*The aim of this study is to analyze the correlation between self confidence and achievement motivation, and also to find out the impact of self confidence on athletes' achievement motivation while facing the 18<sup>th</sup> PON. Subjects in this research are 99 young athletes from Riau, male and female, that are going to face the 18<sup>th</sup> PON in 2012. This study is modify Moore's Self Confident Scale and Falah Yunus' Achivement Motivation Scale. This study use Pearson's Product Moment Correlation to examine whether there is a correlation between self confidence and athletes' achievement motivation, while facing the 18<sup>th</sup> PON in 2012. This study also use the Regression Analysis to find out the impact of self confidence on athletes' achievement motivation while facing the 18<sup>th</sup> PON. Data analysis shows  $r = 0.371$  and  $p = 0.000$  ( $p < 0.001$ ) which means that there is a very significant positive correlation between self confidence and achievement motivation. From the result of the study, we can conclude that self confidence has impact on achievement motivation.*

*Keywords: self confidence, achievement motivation*

Keterlibatan atlet muda dalam kompetisi bertaraf nasional ini tidak terlepas dari kemampuan psikologis yang sehat pada atlet muda itu sendiri. Kesuksesan dalam kompetisi merupakan hasil dari perencanaan, kerja keras dan komitmen, serta latihan yang berdisiplin tinggi. Aktivitas fisik yang dirancang dengan baik, program latihan yang berlangsung dalam jangka waktu yang panjang dapat menampilkan prestasi yang cemerlang. Hal ini selaras dengan pendapat Siddik (<http://www.koni.or.id>) bahwa dalam melatih atlet-atlet muda harus dengan seksama memperhatikan dan memahami prinsip-prinsip latihan yang dikaji dalam ilmu faal, teori pertumbuhan dan perkembangan anak, psikologi, nutrisi dan pedagogik agar prestasi puncak dapat dicapai sesuai dengan rencana. Pasiak (2004) mengungkapkan dalam salah satu metode ALISSA, yaitu latihan fisik motorik dapat meningkatkan olah otak individu yang memfungsikan kecerdasan emosi yang

dimilikinya. Menurutnya, antara otak dan otot memiliki kedekatan, jika otot terlatih dengan baik, sirkulasi darah dalam tubuh juga berlangsung baik. Artinya, oksigen dan gula darah akan beredar secara baik ke dalam otak.

Penampilan yang ditunjukkan oleh para atlet muda dalam kompetisi ini sangat dipengaruhi oleh aspek psikologis yang baik pada setiap individu. Pengembangan penampilan individu dalam aspek psikologisnya seperti perasaan percaya diri (*self confidence*), kegembiraan, harga diri, pengalaman merasakan pencapaian prestasi, pengakuan dari teman sebaya. Sebaliknya, jika individu mendapatkan pengalaman yang negatif dalam berolahraga, maka aspek psikologi pun dapat berkembang secara negatif. Penilaian negatif, frustrasi, agresi dan tidak percaya diri akan muncul.

Ancok dan Suroso (2008) mengungkapkan bahwa setiap pribadi diharapkan memiliki sejenis virus yang berisi sifat rajin, suka bekerja keras, kalau