

Pengaruh Kepercayaan Diri dan Motivasi Terhadap *Performance* Pertandingan Atlet Karate di Forki Lampung

Hendri Dunan¹, Ayu Sulistiandari^{2*}

^{1,2*} Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Bandar Lampung, Kota Bandar Lampung, Provinsi Lampung, Indonesia.

Abstrak. Penelitian ini menginvestigasi pengaruh kepercayaan diri dan motivasi terhadap performa atlet karate di ForKI Lampung. Metode deskriptif kualitatif digunakan untuk menggambarkan masalah yang dihadapi oleh atlet selama pertandingan, terutama keragu-raguan dan kekalahan melawan lawan yang di bawah kemampuannya. Keberhasilan atlet dalam mencapai prestasi tinggi tidak hanya tergantung pada kemampuan fisik, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor psikologis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri dan motivasi memainkan peran kunci dalam menentukan performa pertandingan. Atlet dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi dan motivasi yang kuat cenderung menunjukkan performa yang lebih baik. Namun, untuk mencapai hasil maksimal, atlet perlu memiliki tekad untuk menjadi juara dan mendapatkan dukungan yang memperkuat motivasi mereka selama pertandingan. Penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang masalah yang dihadapi oleh atlet karate di ForKI Lampung dan menyoroti pentingnya kepercayaan diri dan motivasi dalam meningkatkan performa. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk mengembangkan strategi dan intervensi yang efektif dalam membangun kepercayaan diri dan motivasi atlet. Dengan demikian, diharapkan atlet dapat mencapai hasil optimal dalam pertandingan.

Kata kunci: Kepercayaan Diri; Motivasi; Performance Pertandingan.

Abstract. This study investigates the effect of self-confidence and motivation on the performance of karate athletes in ForKI Lampung. Qualitative descriptive methods are used to describe the problems faced by athletes during matches, especially doubts and defeats against opponents who are below their abilities. The success of athletes in achieving high achievements does not only depend on physical abilities but is also influenced by psychological factors. The results of the study show that self-confidence and motivation play a key role in determining match performance. Athletes with high levels of self-confidence and strong motivation tend to perform better. However, to achieve maximum results, athletes need to have the determination to become champions and get support that strengthens their motivation during the game. This research provides a deeper understanding of the problems faced by karate athletes in ForKI Lampung and highlights the importance of self-confidence and motivation in improving performance. The results of this study can be used as a basis for developing strategies and interventions that are effective in building athlete's confidence and motivation. Thus, it is hoped that athletes can achieve optimal results in the competition.

Keywords: Confidence; Motivation; Match Performance.

* Author. Email: hendri.dunan@ubl.ac.id¹, ayu.19011230@student.ubl.ac.id^{2*}

Pendahuluan

Olahraga di Indonesia mengalami perkembangan yang pesat dan salah satu cabang olahraga yang mendapatkan perhatian adalah beladiri karate. Karate merupakan cabang olahraga prestasi yang dipertandingkan secara nasional maupun internasional. Namun, para atlet karate sering mengalami tantangan dalam pertandingan yang disebabkan oleh faktor psikologis yang memengaruhi performa mereka, terutama dalam hal kepercayaan diri dan motivasi (Lestari, 2022).

Dalam pertandingan, atlet karate sering menghadapi masalah yang mempengaruhi performa mereka. Salah satunya adalah keraguan yang dapat mempengaruhi keputusan dan tindakan yang diambil saat bertanding. Selain itu, atlet juga sering mengalami kehilangan konsentrasi yang dapat mengganggu fokus mereka dalam mengeluarkan kemampuan maksimal. Beberapa atlet juga menghadapi kesulitan dalam menunjukkan kemampuan mereka secara penuh, mungkin karena tekanan atau ketidakpercayaan diri. Selain itu, timbulnya perasaan frustrasi atau penurunan semangat juang juga dapat mempengaruhi performa atlet. Terkadang, atlet bahkan mengalami kekalahan meskipun melawan lawan yang sebenarnya memiliki tingkat permainan yang lebih rendah.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi secara mendalam pengaruh kepercayaan diri dan motivasi terhadap performa pertandingan atlet karate di ForKI Lampung. Penelitian ini akan melibatkan pengumpulan data melalui observasi dan wawancara dengan atlet serta analisis data kualitatif untuk mendapatkan pemahaman yang komprehensif tentang permasalahan yang dihadapi oleh atlet.

Rumusan masalah dalam penelitian ini terdiri dari dua pertanyaan utama: (1) Bagaimana pengaruh kepercayaan diri terhadap performa pertandingan atlet karate di ForKI Lampung? (2) Bagaimana pengaruh motivasi terhadap performa pertandingan atlet karate di ForKI Lampung? Dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan tersebut, penelitian ini akan menganalisis hubungan antara kepercayaan diri, motivasi, dan performa pertandingan atlet

karate di ForKI Lampung. Diharapkan bahwa hasil penelitian ini akan memberikan wawasan yang lebih detail tentang peran penting kepercayaan diri dan motivasi dalam meningkatkan performa atlet karate. Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk pengembangan strategi dan intervensi yang lebih efektif dalam membangun kepercayaan diri dan motivasi atlet, serta membantu atlet mencapai performa optimal dalam pertandingan mereka.

Tinjauan Literatur

Manajemen sumber daya manusia (MSDM) merujuk pada proses pengelolaan sumber daya manusia untuk mencapai tujuan organisasi atau perusahaan (Dunan, Desi Rahmawati, & Appin Purisky Redaputri, 2020). Follett (2017) mendefinisikan MSDM sebagai suatu proses yang mengatasi berbagai masalah untuk mencapai tujuan organisasi dengan mematuhi peraturan perusahaan dan melaksanakan tugas yang diperlukan.

Kepercayaan diri, menurut Agus R. M. (2020), merujuk pada sikap positif individu yang yakin akan kemampuan dirinya sendiri untuk mencapai tujuan yang diinginkan tanpa keraguan. Motivasi, menurut M. Oktaviannur, Hendri Dunan, & Endani Ekasar, adalah keinginan atau dorongan yang memfokuskan individu untuk melakukan tindakan demi mencapai apa yang diinginkannya. Hadi (2019) menjelaskan bahwa motivasi adalah faktor psikologis yang mempengaruhi pelaksanaan tugas seseorang sehingga menghasilkan hasil yang optimal.

Performa, menurut Lestari (2022), mengacu pada penampilan seseorang dalam melakukan tindakan. Puncak performa atau *peak performance* adalah keadaan di mana pikiran dan otot bekerja sama dengan baik, baik dari segi mental maupun fisik, sehingga atlet mampu menunjukkan kemampuan terbaiknya.

Penting memahami manajemen sumber daya manusia untuk peran kepercayaan diri, motivasi, dan performa. Kepercayaan diri yang tinggi dapat memengaruhi performa karyawan dalam mencapai tujuan organisasi, sementara motivasi

dapat menjadi faktor pendorong yang meningkatkan performa individu. Memahami konsep ini akan membantu dalam mengembangkan strategi MSDM yang efektif untuk meningkatkan performa karyawan dan mencapai tujuan organisasi dengan lebih baik.

Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif sebagai metode penelitian. Metode kualitatif merupakan serangkaian tindakan atau strategi yang digunakan untuk menyelidiki, menemukan, dan memperoleh pemahaman baru tentang persoalan sosial yang kompleks dan sulit dijelaskan (Sandelowski, 2017). Dalam penelitian ini, digunakan pendekatan deskriptif kualitatif yang menekankan pada pengamatan fenomena dan analisis data berupa kata-kata serta pemikiran orang-orang yang diteliti. Pendekatan kualitatif diharapkan dapat memberikan gambaran yang mendalam tentang tuturan, tulisan, sikap, dan pandangan individu atau kelompok yang menjadi subjek penelitian.

Populasi penelitian ini mencakup semua subjek yang akan diteliti, yang akan digunakan untuk mengambil kesimpulan. Penulis menentukan populasi penelitian ini terdiri dari dua pelatih dan lima atlet karate di ForKI Lampung pada tahun 2022. Dengan memilih sampel dari populasi ini, peneliti dapat mendapatkan data yang relevan dan representatif yang akan digunakan dalam analisis dan pembuatan kesimpulan.

Dengan menggunakan metode kualitatif dan memilih populasi yang terdiri dari pelatih dan atlet karate di ForKI Lampung, penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang fenomena yang diteliti. Analisis data kualitatif akan membantu peneliti dalam memperoleh wawasan yang lebih kaya dan gambaran yang lebih komprehensif tentang pengalaman, pendapat, dan sikap pelatih dan atlet terkait dengan topik penelitian ini.

Teknik Pengumpulan Data

1) Wawancara (*Interview*)

Wawancara ialah suatu pertanyaan yang di

lakukan secara langsung kepada informan agar mendapatkan informasi yang diinginkan.

2) Dokumentasi

Dokumentasi ialah mengumpulkan data yang dilakukan oleh peneliti untuk memperkuat penelitian berupa, pengambilan gambar.

Teknik Analisis Data

Pada penelitian kualitatif menurut Sugiyono (Dewi Irawati, 2018) peneliti mengacu pada model Interaktif oleh Miles dan Huberman yaitu sebagai berikut :

1) Pengumpulan data

Pengumpulan data, dalam penelitian ini ialah Data asli berupa wawancara dengan percakapan yang dilakukan kepada atlet karate Forki Lampung.

2) Reduksi data

Reduksi data, pada penelitian ini ialah data yang didapat dari hasil wawancara dilakukan penyederhanaan agar lengkap dan terperinci.

3) Penyajian data

Penyajian data, pada penelitian ini ialah keseluruhan penjelasan yang beraturan, untuk melihat gambar atau bagian tertentu untuk memudahkan peneliti menarik kesimpulan dan pengambilan tindakan.

4) Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi

Penarik kesimpulan data dikerjakan dengan system mengolah data tersebut. Data yang sudah terkumpul di pahami makna nya dan di susun menjadi pola penjelasan untuk memudahkan pembaca dan menarik kesimpulan.

Teknik Keabsahan Data

Menurut (Sutriani, 2019) penelitian kualitatif harus mendapatkan data yang valid. Untuk pemeriksaan keabsahan data, Ada 4 (empat) kriteria untuk di gunakan, yaitu;

1) Derajat kepercayaan (*credibility*), untuk uji kredibilitas dapat di lakukan dengan memperluas observasi, dan pemeriksaan anggota.

2) Keteralihan (*transferability*), untuk uji transferability pada penelitian ini yaitu untuk menguji validitas eksternal dalam penelitian kualitatif. Peneliti harus melakukan pembuatan laporan yang jelas

dan bisa di percaya agar pembaca dapat mengambil keputusan apakah penelitian ini dapat di pakai di tempat lain.

- 3) Kebergantungan (*dependability*), untuk uji *dependability* dalam penelitian ini yaitu pada penelitian untuk mengetahui dan membenarkan pada hasil penelitin, dilakukan yaitu dilakukan audit.
- 4) Kepastian (*confirmability*), untuk uji *komfirmability* sama dengan uji *dependability* jadi pada penelitian ini dapat di lakuan Bersama dengan penelitian uji *dependability*.

Hasil dan Pembahasan

Kepercayaan diri atlet karate ForKI Lampung memiliki beberapa aspek penting. Pertama, meskipun kemampuan atlet sudah baik, masih ada beberapa atlet yang mengalami keraguan saat bertanding. Meskipun memiliki keterampilan yang cukup, mereka mungkin masih merasa kurang yakin dengan kemampuan mereka. Kedua, harga diri atlet karate ForKI Lampung sangat optimis dalam menghadapi atlet yang memiliki kemampuan di atas mereka. Mereka memiliki keberanian yang luar biasa dan tidak takut untuk menghadapi lawan-lawan yang lebih kuat. Ketiga, pengalaman bermain menjadi faktor yang berpengaruh dalam perubahan permainan atlet. Semakin banyak pengalaman yang dimiliki oleh atlet, semakin berkembang kemampuan mereka dan semakin baik mereka dalam menghadapi situasi yang berbeda dalam pertandingan. Namun, perubahan dalam permainan membutuhkan waktu yang lama dan upaya yang konsisten untuk mencapainya. Keempat, kondisi fisik atlet karate di ForKI Lampung sangat baik. Dengan kondisi fisik yang optimal, mereka dapat menampilkan kemampuan mereka dengan baik dan tanpa merasa lelah yang berlebihan.

Motivasi atlet karate ForKI Lampung juga memiliki peranan penting dalam performa mereka. Pertama, atlet memiliki keinginan yang tinggi untuk berprestasi dan menjadi juara. Mereka memiliki motivasi yang kuat dan tidak ada alasan untuk berhenti berjuang dalam pertandingan. Kedua, adanya bonus atau

hadiah dalam pertandingan juga menjadi pendorong motivasi bagi atlet karate ForKI Lampung. Ketika mereka mendapatkan bonus atau hadiah dalam pertandingan, semangat dan motivasi mereka meningkat. Ketiga, peran pelatih sangat berpengaruh dalam memotivasi atlet. Pelatih tidak hanya sebagai instruktur teknis, tetapi juga sebagai pendamping dan pengarah. Mereka memiliki pengaruh yang cukup besar dalam membimbing atlet tentang apa yang harus dilakukan dalam pertandingan. Keempat, meskipun teman sejawat tidak terlalu berpengaruh secara langsung, adanya dukungan dan semangat dari teman-teman sejawat menciptakan lingkungan yang positif. Dalam lingkungan tim yang solid, atlet karate ForKI Lampung mendapatkan dukungan yang mereka butuhkan untuk tetap fokus dan termotivasi dalam pertandingan.

Secara keseluruhan, kepercayaan diri dan motivasi merupakan faktor yang penting dalam performa atlet karate ForKI Lampung. Kepercayaan diri yang tinggi, harga diri yang optimis, pengalaman bermain yang berpengaruh, dan kondisi fisik yang baik merupakan elemen-elemen penting dalam membangun performa yang optimal. Di sisi lain, motivasi yang kuat, hadiah dan bonus, peran pelatih, dan dukungan dari teman sejawat juga berperan penting dalam menjaga motivasi atlet dan membantu mereka mencapai prestasi terbaik dalam pertandingan.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti mengenai skripsi yang berjudul Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Motivasi Terhadap *Performance* Pertandingan Atlet Karate Di Forki Lampung didapatkan bahwasannya terdapat pengaruh Kepercayaan Diri Dan Motivasi Terhadap *Performance* Pertandingan Atlet Karate Di Forki Lampung yang sudah dibuktikan dengan hasil wawancara yang sudah peneliti lakukan, hal ini dikuatkan oleh teori (Agus R. M., 2020) yang di maksud dengan kepercayaan diri ialah suatu sikap positif individu, yakin pada diri sendiri dengan kemampuan yang dimilikinya agar tidak ada keraguan dalam melakukan suatu untuk

mencapai keinginan yang dituju. Lalu (Hadi, 2019) berpendapat bahwa motivasi adalah pikiran yang berpengaruh dalam pelaksanaan sesuatu dengan sebaik-baiknya di bandingkan dengan yang dulu sehingga menghasilkan hasil yang maksimal.

Dari hasil penelitian ini memiliki saran peneliti bisa dimanfaatkan bagi:

- 1) Atlit forki lampung
Agar penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan dalam hal meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi atlit dalam meningkatkan *performance* pertandingan. Latihan dengan maksimal untuk mencapai suatu *performance* dan prestasi yang tinggi.
- 2) Untuk program studi Manajemen Sumber Daya Manusia, dapat dijadikan referensi atau informasi agar menambah bahan-bahan yang dipergunakan untuk keperluan proses belajar mengajar di program studi Manajemen Universitas Bandar Lam.

Daftar Pustaka

- Agus, R. M. (2020). Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga. ANALISIS TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI SAAT BERTANDING , 1-10.
- Amri, S. (2018). Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia. Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler, 159. Retrieved from https://ejournal.unib.ac.id/index.php/jp_mr
- Damayanti, N. (2020). ANALISIS DATA MENGGUNAKAN STATISTIK.
- Dewi Irawati, L. A. (2018). ANALISIS WACANA PELANGGARAN SIARAN LOMBOK TV DITINJAU .
- Dunan, H., Desi Rahmawati, & Appin Purisky Redaputri. (2020). PENGARUH BUDAYA ORGANISASI DAN KOMPETENSI TERHADAP KINERJA KARYAWAN PADA PT ANGKASA PURA I (PERSERO). ejurnal.mercubuana.
- FA Bikzy, O. J. (2021). PEMANFAATAN DAUR ULANG SAMPAH PLASTIK HDPE PADA PERANCANGAN BADAN JAM TANGAN. [journal inosains](http://journal.inosains).
- Follett, C. i. (2017). Follett, M. P. The Academy of Management Review.
- Hadi, R. (2019). Jurnal Ilmiah Ilmu Keolahragaan. PENGARUH METODE LATIHAN DAN MOTIVASI BERPRESTASI.
- Lestari, A. (2022). Jurnal Kesehatan Olahraga. HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DAN MOTIVASI TERHADAP PEAK PERFORMANCE, 179 - 184.
- M Oktaviannur, Hendri Dunan, & Endani Ekasar. (n.d.). PENGARUH PENGAWASAN PIMPINAN DAN MOTIVASI KERJA TERHADAP KINERJA PEGAWAI BIDANG OPERASI PEMELIHARAAN DINAS PENGELOLAAN SUMBER DAYA AIR UNITLAYANAN TEKNIS DAERAH (UPTD) WILAYAHIII MESUJI TULANG BAWANG. <http://jurnal.ubl.ac.id/>.
- Rachmawati, T. (2017). Metode Pengumpulan Data dalam Penelitian.
- Sutriani, R. O. (2019, Febuari 11). ANALISIS DATA DAN PENGECEKAN KEABSAHAN DATA.