



## Korelasi Antara Kepercayaan Diri dengan Keberhasilan Tendangan Penalti dalam Permainan Sepakbola

Iqbal Firmansyah, Nur Indri Rahayu, Kuston Sultoni

Program Studi Ilmu keolahragaan, Departemen Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

### Info Artikel

*Sejarah Artikel:*

Diterima: Oktober-2018  
Disetujui: Oktober-2018  
Dipublikasikan : Oktober-2018

*Kata Kunci:*

Kepercayaan Diri, Sepakbola,  
Penalti

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan keberhasilan tendangan penalti dalam permainan sepakbola. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif korelatif dengan menggunakan analisis korelasi (Pearson Korelasi). Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah random sampling pada mahasiswa yang mengikuti UKM Sepakbola di Universitas Pendidikan Indonesia sebanyak 30 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat korelasi yang signifikan antara kepercayaan diri dengan keberhasilan tendangan penalti dalam permainan sepakbola yang memiliki tingkat korelasi sangat rendah, hal ini diperlihatkan dengan nilai pearson korelasi sebesar  $-0,031$ . Sehingga dapat disimpulkan rendahnya korelasi antara kepercayaan diri dengan keberhasilan tendangan penalti dalam permainan sepakbola. Berdasarkan hasil pengolahan data diperoleh nilai determinasi sebesar  $0,1\%$ , angka tersebut menunjukkan nilai kontribusi kepercayaan diri dengan keberhasilan tendangan penalti pada permainan sepakbola sisanya  $99,9\%$  dipengaruhi faktor lain. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan keberhasilan tendangan penalti dalam permainan sepakbola.

### Abstract

*This study aims to determine the relationship between self-confidence and the success of penalty kicks in soccer games. The method used in this study is descriptive correlative using correlation analysis (Pearson Correlation). The sampling technique used was random sampling for 30 students who participated in the UKM Soccer at Universitas Pendidikan Indonesia. The results showed that there was no significant correlation between self-confidence and the success of penalty kicks in soccer games that had a very low level of correlation, this was shown by the Pearson correlation value of  $-0.031$ . So that it can be concluded that the low correlation between self-confidence and the success of penalty kicks in soccer games. Based on the results of data processing obtained a value of determination of  $0.1\%$ , the figure shows the value of the contribution of self-confidence with the success of penalty kicks in football games the remaining  $99.9\%$  is influenced by other factors. The results of this study indicate that there is no significant relationship between confidence and the success of penalty kicks in soccer games.*

© 2018 Universitas Pendidikan Indonesia

## PENDAHULUAN

Sepakbola adalah olahraga yang sangat digemari dan diminati oleh banyak masyarakat dimanapun mereka berada. Hal itu dapat kita rasakan dari kenyataan yang terjadi pada olahraga sepakbola bahwa permainan ini tambah maju dan mendapat pengikut paling banyak didunia. Permainan sepakbola sangat populer jika dibandingkan dengan olahraga lain. Sesuai dengan pendapat Timo (Scheunemann, 2005) bahwa "Sepakbola pada saat ini adalah olahraga yang paling populer didunia, jauh lebih populer dibandingkan olahraga populer lainnya seperti basket, vollyball, dan tenis".

Tim yang dikatakan baik, kuat, dan tangguh adalah tim yang terdiri dari pemain-pemain yang mempunyai dasar bermain sepakbola yang baik serta mampu melakukan kerja sama, memperagakan teknik individu yang baik serta mempunyai visi bermain yang baik. Sama halnya seperti diungkapkan oleh (Sucipto, 2000) menjelaskan bahwa "Masing-masing regu berusaha memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawangnya sendiri untuk tidak kemasukkan".

Diantara faktor psikologis yang mempengaruhi keberhasilan melakukan tendangan penalti adalah kepercayaan diri. Karena dengan adanya kepercayaan diri pemain tersebut bisa merasa tenang, nyaman dan tidak mudah diintimidasi oleh lawan dan selalu bersikap optimis.

Banyak atlet yang mengalami kegagalan dalam berprestasi dikarenakan oleh faktor mental yang kurang dilatih. Pendapat tersebut diperkuat oleh (Harsono & Drs, 1988) menyebutkan bahwa "kesalahan umum para pelatih adalah bahwa aspek kesehatan mental yang sangat penting artinya itu sering kali diabaikan atau kurang diperhatikan pada waktu melatih, oleh karena itu dalam mempersiapkan atletnya mereka selalu hanya menekankan pada penguasaan teknik, taktik serta pembentukan keterampilan (skills) yang sempurna".

Oleh karena itu tingkat kepercayaan diri menjadi penting untuk mengatasi tekanan yang akan dihadapi. Maka dari itu tingkat kepercayaan diri harus menjadi perhatian lebih agar mendapatkan hasil yang maksimal. Dengan latar belakang diatas penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian ini, karena belum adanya penelitian mengenai korelasi antara kepercayaan diri terhadap keberhasilan tendangan penalti. Maka dengan permasalahan yang dipaparkan, penulis mengusung penelitian ini dengan judul Korelasi Antara Kepercayaan Diri Dengan Keberhasilan Tendangan Penalti Dalam Permainan Sepakbola.

Oleh karena itu tingkat kepercayaan diri menjadi penting untuk mengatasi tekanan yang akan dihadapi. Maka dari itu tingkat kepercayaan diri harus menjadi perhatian lebih agar mendapatkan hasil yang maksimal. Dengan latar belakang diatas penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian ini, karena belum adanya penelitian mengenai korelasi antara kepercayaan diri terhadap keberhasilan tendangan penalti. Maka dengan permasalahan yang dipaparkan, penulis mengusung penelitian ini dengan judul Korelasi Antara Kepercayaan Diri Dengan Keberhasilan Tendangan Penalti Dalam Permainan Sepakbola.

Rumusan masalahnya ialah apakah terdapat korelasi yang signifikan antara kepercayaan diri dengan keberhasilan menendang penalti pada anggota UKM Sepakbola UPI?

## METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode deskriptif korelasi. Dalam penelitian ini peneliti melibatkan sampel yang berjumlah 30 orang yang berasal dari Unit Kegiatan Mahasiswa Sepakbola UPI. Peneliti mengambil populasi dan sampel dari UKM Sepakbola UPI karena berdasarkan di UKM Sepakbola banyak yang terampil bermain sepakbola.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik random sampling karena

pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan kemampuan, agar memberikan kesempatan bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk menjadi sampel.

Berdasarkan pengertian tersebut maka sampel yang akan diambil dari penelitian ini adalah UKM Sepakbola UPI berjumlah 30 orang yang terdiri dari keseluruhan laki-laki. Pada umumnya para partisipan memiliki umur berkisar 19-22 tahun. Penelitian ini dilaksanakan selama 1 hari yang berlokasi dilapangan Stadion KPAD Geger Kalong Kota Bandung.

Untuk mengumpulkan data dari sampel penelitian maka diperlukan sebuah alat yang disebut instrumen. Instrumen yang dipakai peneliti adalah sebagai berikut:

1. Tes Angket Kepercayaan Diri

Angket kepercayaan diri ini mengadopsi alat ukur (Vealey, 1986) yang sudah diterjemahkan pada instrumen skripsi Harry Pitra Apriyan Sabar, yang menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan atau tingkat kepastian individu memiliki kemampuan untuk sukses dalam olahraga. Dengan skalanya yang terkenal Trait Sport Confidence Inventory (TSCI) dan State Sport Confidence Inventory (SSCI) yang masing-masing terdiri dari 10 item. Respon yang diharapkan diberikan oleh subyek adalah taraf persetujuan atau ketidaksetujuan dalam tingkatan 1,2,3 kategori rendah (Low); 4,5,6 kategori sedang (Medium); dan 7,8,9 kategori tinggi (High).

2. Tes Tendangan Penalti

Tes ini dilakukan untuk mengetahui tingkat kecakapan sampel dalam melakukan tendangan penalti. Instrumen ini seperti yang ada pada buku (Nurhasan & Cholil, 2007). Petunjuk pelaksanaan sebagai berikut:

- a. Sampel berdiri dibelakang bola yang diletakkan pada sebuah titik berjarak 16,5 m didepan gawang/sasaran.
- b. Tidak ada aba-aba
- c. Setiap sampel diberi kesempatan tiga kali untuk menendang.

Instrumen penelitian ini menggunakan gawang dan penjaga gawang sebagai alat untuk mendapatkan data.

Untuk pengambilan skor dilakukan sebagai berikut:

1. Bila bola hasil tendangan mengenai tali pemisah skor (berada ditengah-tengah) maka diambil skor terbesar dari kedua sasaran tersebut.
2. Bola tidak ditempatkan pada jarak 16,5 dari sasaran dinyatakan gagal.
3. Apabila bola keluar daerah sasaran maka dinyatakan gagal.

**HASIL**

Pada pembahasan ini peneliti akan menguraikan tentang temuan yang muncul selama melakukan penelitian kepercayaan diri dengan hasil tendangan penalti dalam permainan sepakbola. Dalam olahraga, khususnya olahraga prestasi banyak sekali faktor-faktor yang mempengaruhi penampilan atau prestasi pemain, salah satunya adalah faktor kepercayaan diri. (Gunarsa, 2004) menyatakan bahwa dalam olahraga terdapat sebuah faktor psikologis yang dapat menunjang atau menghambat prestasi.

Tabel Hasil Kepercayaan Diri

Kepercayaan Diri	Hasil
Tinggi Sekali	17
Tinggi	4
Sedang	4
Rendah	4
Rendah Sekali	1

Table Hasil Tendangan Penalti

Tes Tendangan Penalti	Hasil
Sangat Baik	8
Baik	12
Sedang	9
Kurang	1
Sangat Kurang	0

Selain itu terdapat juga faktor kepercayaan diri dan motivasi pribadi, seperti penelitian dari (Bénabou & Tirole, 2002) yang hasilnya mengungkapkan motivasi yang ada dalam diri membuat hal itu menjadi pemikiran positif dan dapat meningkatkan kesejahteraan, karena hanya dengan keyakinan kebutuhan akan terpenuhi. Pemikiran positif dan kesejahteraan yang dimaksud disini ialah pada saat penendang akan melakukan tendangan penalti.

Lalu dalam penelitian (Benabou & Tirole, 2000) yang lain, mengenai kepercayaan diri strategi intrapersonal yang menyatakan bahwa dalam proses indentifikasi diri dalam motivasi membangun kepercayaan diri, dimana seseorang memiliki pengetahuan yang tidak sempurna tentang kemampuan dirinya, artinya orang lain atau rekan satu tim yang menyatakan ia mampu atau memotivasi akan membantu menjaga kepercayaan dirinya. Dalam hal ini berlaku pada saat akan melakukan tendangan penalti setiap rekan tim memotivasi satu dengan yang lainnya.

Lalu penelitian yang dilakukan oleh (Wood & Wilson, 2011) mengenai latihan mata untuk menendang tendangan penalti dalam sepak bola. Mereka mengambil penelitian menggunakan 20 sampel penelitian, 10 yang mengikuti latihan mata dan 10 lainnya tidak mengikuti latihan mata untuk tendangan penalti tersebut. Hasilnya yang mengikuti latihan mata tendangannya lebih baik dan lebih sedikit tendangannya yang diselamatkan oleh kiper. Latihan ini juga sangat berpengaruh pada saat akan melakukan tendangan penalti sesungguhnya pada saat pertandingan.

Faktor-faktor psikologis sampel yang menyebabkan kepercayaan diri tidak ada hubungannya dengan keberhasilan tendangan penalti pada sampel saat peneliti melakukan penelitian sangat beragam. Salah satunya sampel tidak memiliki beban pada saat menendang penalti tersebut ketimbang menendang penalti dipertandingan sesungguhnya.

Lalu sampel pada saat melakukan penalti terlihat santai, karena tidak ada tekanan dari

rekan satu tim, pelatih dan penonton sehingga tidak mendapatkan atmosfer yang seharusnya didapatkan ketika berhadapan dengan yang namanya mengeksekusi tendangan penalti. Kemudian, sampel pada saat akan melakukan tendangan penalti tidak memiliki target apapun untuk diraih sehingga pada saat melakukannya pun sekadarnya saja seperti yang sedang latihan menendang seperti biasa.

Hasil tendangan penalti dari tiga puluh pemain UKM Sepakbola Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) yang telah ditotalkan dalam tiga kali kesempatan menendang penalti adalah yang sangat menonjol disini adalah dengan delapan belas pemain dalam kategori baik, diikuti sebelas orang masuk dalam kategori sedang dan didalam kategori kurang terdapat satu pemain, sedangkan sisanya tidak ada pemain yang mendapatkan kategori sangat maupun sangat baik.

Untuk hasilnya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan keberhasilan tendangan penalti yang dilakukan oleh peneliti dengan sampel UKM Sepakbola UPI dengan tingkat korelasi sangat rendah. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil kepercayaan diri dan tendangan penalti, dan nilai-nilai yang telah peneliti olah menggunakan alat mengolah data spss. Sebagai berikut:

Tabel Hasil Uji Korelasi

Variable	Person Korelasi	Sig	Keterangan
Kepercayaan Diri	0.031	0.871	Tidak Ada Hubungan
Tendangan Penalti	0.031	0.871	Tidak Ada Hubungan

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, maka rekomendasi yang diajukan penulis untuk atlet, pelatih dan pembina serta lembaga olahraga sepakbola. Terkhusus bagi para pembina dan pelatih olahraga sepakbola hendaknya dapat memperhatikan lebih serius lagi komponen psikologi olahraga yang baik dan berkualitas. Ditekankan untuk para pembina dan pelatih olahraga sepakbola dari penelitian ini sedikit banyaknya kita bisa mengetahui

kontribusi dari kepercayaan diri terhadap keberhasilan tendangan penalti. Oleh karena itu diharapkan untuk membuat program mengenai hal ini karena untuk dapat menunjang kemampuan pemain itu sendiri. Lalu pembina dan pelatih harus juga memperhatikan faktor lain selain dari faktor kepercayaan diri.

Untuk institusi semoga kedepannya dapat menyediakan sarana atau alat teknologi yang terbaru untuk tes kepercayaan diri yang nantinya akan mempermudah mahasiswa untuk meneliti seberapa besar tingkat kepercayaan diri atlet. Karena apabila tersedianya alat-alat teknologi maka penelitian apapun akan menjadi lebih mudah dan efisien serta untuk tingkat human error nya pun sedikit, hal ini disebabkan jika sebuah penelitian dibantu dengan alat hasil uji validitas dan realibilitas maka akan mendapatkan hasil yang lebih baik.

Bagi rekan-rekan mahasiswa yang akan mengadakan penelitian lanjut dengan komponen kondisi psikologi olahraga untuk mengetahui korelasi kepercayaan diri dengan hasil tendangan penalti dalam sepakbola, penulis menganjurkan untuk mencoba penelitian yang serupa akan tetapi pada saat pengambilan data dilakukan disaat penalti dipertandingan yang sesungguhnya, ataupun mencoba komponen psikologi olahraga yang lainnya.

## **KESIMPULAN**

Kesimpulan dari hasil tes angket kepercayaan diri yang diikuti oleh tiga puluh pemain UKM Sepakbola Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) berdasarkan penilaian Nur Hasan adalah tujuh belas orang memiliki kepercayaan diri dalam kriteria sangat rendah sekali, lalu empat orang memiliki kepercayaan diri rendah,

kemudian empat orang memiliki kepercayaan diri yang sedang, dan empat orang memiliki kepercayaan diri yang tinggi, serta satu orang memiliki kepercayaan diri yang tinggi sekali.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Benabou, R., & Tirole, J. (2000). Self confidence: Intrapersonal strategies.
- Bénabou, R., & Tirole, J. (2002). Self-confidence and personal motivation. *The Quarterly Journal of Economics*, 117(3), 871–915.
- Gunarsa, S. D. (2004). Dari anak sampai usia lanjut: bunga rampai psikologi anak. BPK Gunung Mulia.
- Harsono, M. S., & Drs, M. S. (1988). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi: Jakarta.
- Nurhasan & Cholil, D. H. (2007). *Modul Tes dan Pengukuran Keolahragaan*. Bandung: Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Scheunemann, T. (2005). *Dasar Sepak Bola Modern*. Alih Bahasa. Marcel Lombe dan J. Chrys Wardjoko. Malang. DIOMA.
- Sucipto, D. (2000). *Sepakbola*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Dirjen Dikdasmen bagian proyek penataran guru SLTP setara D III.
- Vealey, R. S. (1986). Conceptualization of sport-confidence and competitive orientation: Preliminary investigation and instrument development. *Journal of Sport Psychology*, 8(3), 221–246.
- Wood, G., & Wilson, M. R. (2011). Quiet-eye training for soccer penalty kicks. *Cognitive Processing*, 12(3), 257–266.