

**HUBUNGAN KEMATANGAN EMOSI DAN DUKUNGAN SOSIAL
DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA SISWA SEKOLAH
SEPAK BOLA DI DIY**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

disusun oleh :

Yulaikha Eka Putri

NIM: 16710051

**STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

**PRODI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2022



PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1226/Un.02/DSH/PP.00.9/12/2022

Tugas Akhir dengan judul : Hubungan Kematangan Emosi dan Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri pada Remaja Siswa Sekolah Sepakbola di DIY

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : YULAIKHA EKA PUTRI
Nomor Induk Mahasiswa : 16710051
Telah diujikan pada : Senin, 05 Desember 2022
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Dr. Raden Rachmy Diana, S.Psi., M.A., Psi,
SIGNED

Valid ID: 63a40060e0d30



Penguji I

Zidni Immawan Muslimin, S.Psi, M.Si
SIGNED

Valid ID: 63a2d6c03ebc8



Penguji II

Fitriana Widyastuti, S.Psi., M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 63a29f55ca26a



Yogyakarta, 05 Desember 2022
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 63a4030687fe0

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yulaikha Eka Putri

NIM : 16710051

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Ilmu Sosial dan Humaniora

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi saya yang berjudul “Hubungan Kematangan Emosi dan Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri Siswa SSB di DIY” adalah asli hasil karya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain.

Apabila dikemudian hari ditemukan plagiasi dari karya orang lain dalam skripsi saya, maka saya bersedia bertanggung jawab dan ditindak sesuai dengan peraturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan penuh kesadaran agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 21 November 2022

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yang menyatakan,



Yulaikha Eka Putri

NIM. 16710051



SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI / TUGAS AKHIR

Hal :

Lamp :

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Yulaikha Eka Putri

NIM : 16710051

Judul Skripsi : Hubungan Kematangan Emosi dan Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri pada Siswa Remaja Sekolah Sepak Bola di DIY

sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program Studi Psikologi.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut diatas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta,
Pembimbing

Dr. Raden Rachmy Diana, S. Psi., MA., Psi
NIP. 19750910 200501 2 003

HALAMAN MOTTO

“Jangan tunda sholatmu, maka Allah juga tidak akan menunda cita-citamu”

(Ibuk)

“Bermimpilah, karena Tuhan akan memeluk mimpi-mimpi itu”

(Andrea Hirata, Sang Pemimpi)

“Tanpa mimpi, orang seperti kita akan mati”

(Arai, Sang Pemimpi)

“People are capable, at any time in their lives, of doing what they dream of”

(Paulo Coelho, The Alchemist)

“Kau akan berhasil dalam setiap pelajaran, dan kau harus percaya akan berhasil, dan berhasillah kau; anggap semua pelajaran mudah, dan semua akan jadi mudah; jangan takut pada pelajaran apapun, karena ketakutan itu sendiri kebodohan awal yang akan membodohkan semua”

(Pramoedya Ananta Toer, Bumi Manusia)

“Mereka yang ingin belajar, tak bisa diusir”

(Andrea Hirata, Orang-orang Biasa)

HALAMAN PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, kemudahan dan berkah-Nya, sehingga tugas akhir skripsi ini dapat terselesaikan.

Karya sederhana ini saya persembahkan kepada:

Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam
Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Bapak Ibu tercinta, Bapak Muji Rahanto dan Ibu Sri Kuwat Lestari, saudara perempuan yang saya sayangi Laila Uswatun Chasanah, serta Almh Ibu Sunarti.

Terimakasih atas do'a, kasih sayang, dan dukungan yang kalian berikan, terimakasih atas kepercayaan yang kalian pegang sehingga saya mampu menyelesaikan tugas akhir ini dengan berbagai macam lika-likunya.

Ibu Dr. Aisah Indati, M.S, Psikolog dan Bapak Very Julianto, M. Psi., yang telah membantu menyusun tugas akhir skripsi saya, serta Ibu Dr. Raden Rachmy Diana, S.Psi, M.Psi, Psikolog, selaku dosen pembimbing skripsi saya yang telah membimbing dan memberikan jalan terang akan penyelesaian skripsi saya ditengah kebingungan yang sempat saya alami. Tidak lupa juga untuk para dosen UIN Sunan Kalijaga yang telah memberikan ilmunya selama masa perkuliahan saya.

Kepada Oliver Henco Simon van der Voorn yang telah menemani, memberikan dukungan dan juga memotivasi saya untuk menyelesaikan tugas akhir saya. Terimakasih banyak saya sampaikan untuk keluarga van der Voorn atas semangat yang selalu saya terima.

Kepada sahabat dan teman-teman saya, Raja Selvarajan, Daniel, Fithratun Nisa, Farhah Gusti Khoirunnisa, Nabila Aulia Rosyada, Desi Ramadanti, Huria Dara Fatimah, Arini Mayang Fauni, Awa Fauzia, Salsabila, Rizky Rahman Hidayat, Resa Timor Triyana, Rosyida Rif'ayati, dan teman-teman psikologi B yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu. Terimakasih banyak sudah banyak membantu

dalam perjalanan tugas akhir saya, memberikan semangat, mendengarkan keluh kesah dan menawarkan segala macam bantuan. Semua bantuan kalian sangat sangat berarti untuk saya.

Ucapan terimakasih yang terakhir akan saya persembahkan kepada diri saya sendiri. Terimakasih banyak karena kamu mau terus berusaha meskipun banyak hambatan diperjalanan. Terimakasih untuk tetap tegar atas pembicaraan atau pertanyaan yang kurang layak untuk didengar. Kamu telah bekerja dan berusaha semampumu, aku bangga padamu.



KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan berkah-Nya sehingga skripsi yang berjudul “Hubungan antara Kematangan Emosi dan Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri pada Siswa Remaja Sekolah Sepak Bola di DIY” dapat diselesaikan dengan baik. Shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat-sahabat, serta seluruh umat muslim yang dirahmati Allah SWT.

Skripsi ini diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelas Sarjana Psikologi (S. Psi). Selama menyusun skripsi ini, peneliti banyak menerima bantuan, motivasi, serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti menyampaikan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Mochammad Sodik, S. Sos., M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Lisnawati, S.Psi., M.Psi. Selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Dr. Raden Rachmy Diana, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang senantiasa meluangkan waktunya untuk memberikan arahan serta bimbingan dalam penyusunan skripsi.
4. Ibu Sabiqotul Husna, S.Psi., M.Sc, selaku Dosen Penasihat Akademik yang telah memberikan dukungan selama masa perkuliahan.
5. Seluruh jajaran dosen dan staff Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, terimakasih atas ilmu, bantuan, serta bimbingan selama masa perkuliahan.
6. Pihak-pihak yang membantu menyebarkan serta meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner penelitian.

7. Kedua orangtua, serta adik perempuan saya yang senantiasa memberikan semangat dan bantuan.
8. Seluruh teman-teman Psikologi angkatan 2016, terkhusus teman-teman psikologi B yang telah banyak memberikan semangat serta bantuan selama masa perkuliahan ini.
9. Semua pihak yang memberikan bantuannya baik dalam pengerjaan skripsi ini maupun dalam kehidupan sehari-hari. Semoga Allah SWT membalas kebaikan-kebaikan yang telah diberikan.

Demikian kata pengantar ini disampaikan. Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran dari pembaca. Semoga penelitian ini mampu memberikan manfaat baik bagi peneliti sendiri maupun pembaca.

Yogyakarta, 19 November 2022

Penulis

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yulaikha Eka Putri
NIM 16710051

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
INTISARI.....	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	8
C. Manfaat Penelitian	8
D. Keaslian Penelitian.....	9
BAB II	15
DASAR TEORI.....	15
A. Kepercayaan Diri	
1. Pengertian Kepercayaan Diri	15
2. Aspek-aspek Kepercayaan Diri	16
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri	19
B. Kematangan Emosi	
1. Pengertian Kematangan Emosi	21
2. Aspek-aspek Kematangan Emosi.....	22
C. Dukungan Sosial	
1. Pengertian Dukungan Sosial.....	24
2. Aspek-aspek Dukungan Sosial.....	25

D. Dinamika Antar Variabel	26
E. Hipotesis	31
BAB III.....	32
METODE PENELITIAN.....	32
A. Desain Penelitian	32
B. Identifikasi Variabel Penelitian	32
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	32
D. Populasi dan Sampel Penelitian	34
E. Metode dan Pengumpulan Data	36
F. Validitas, Seleksi Aitem, dan Reliabilitas Alat Ukur	39
G. Metode Analisis Data	41
BAB IV	44
HASIL DAN PEMBAHASAN	44
A. Orientasi Kancuh	44
B. Persiapan Penelitian.....	45
C. Pelaksanaan Penelitian.....	55
D. Hasil Penelitian.....	57
1. Deskripsi Partisipan Penelitian	57
2. Deskripsi Statistik	59
3. Uji Asumsi	62
4. Uji Hipotesis	64
E. Pembahasan.....	66
BAB V.....	71
KESIMPULAN DAN SARAN.....	71
A. Kesimpulan	71
B. Saran.....	72
DAFTAR PUSTAKA	73
LAMPIRAN	78
CONTACT PERSON.....	213

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Daftar SSB di Yogyakarta	34
Tabel 2. <i>Blueprint</i> Skala Kematangan Emosi	37
Tabel 3. <i>Blueprint</i> Skala Dukungan Sosial	38
Tabel 4. <i>Blueprint</i> Skala Kepercayaan Diri	39
Tabel 5. Distribusi Aitem Skala Kepercayaan Diri Sebelum Uji Coba.....	47
Tabel 6. Seleksi Aitem Skala Kepercayaan Diri Setelah Uji Coba	48
Tabel 7. Distribusi Aitem Skala Kepercayaan Diri dengan Penomoran Baru	48
Tabel 8. Distribusi Aitem Skala Kematangan Emosi Sebelum Uji Coba....	50
Tabel 9. Seleksi Aitem Skala Kematangan Emosi Setelah Uji Coba	50
Tabel 10. Distribusi Aitem Skala Kematangan Emosi dengan Penomoran Baru.....	51
Tabel 11. Distribusi Aitem Skala Dukungan Sosial Sebelum Uji Coba.....	52
Tabel 12. Seleksi Aitem Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Coba.....	52
Tabel 13. Distribusi Aitem Skala Dukungan Sosial dengan Penomoran Baru	53
Tabel 14. Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur.....	54
Tabel 15. Data SSB dan Jumlah Subjek Pengambilan Data	56
Tabel 16. Data Demografi Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin	57
Tabel 17. Data Demografi Partisipan Berdasarkan Rentang Usia.....	57
Tabel 18. Data Demografi Partisipan Berdasarkan SSB.....	58
Tabel 19. Deskripsi Statistik	59
Tabel 20. Rumus Norma Kategorisasi Skor Subjek	60
Tabel 21. Kategorisasi Skor Kepercayaan Diri	61
Tabel 22. Kategorisasi Skor Kematangan Emosi	61
Tabel 23. Kategorisasi Skor Dukungan Sosial	62
Tabel 24. Hasil Uji Normalitas.....	62
Tabel 25. Hasil Uji Linearitas	63
Tabel 26. Hasil Uji Multikolinearitas	63

Tabel 27. Hasil Uji Heterokedastisitas.....	67
Tabel 28. Hasil Uji Hipotesis Mayor.....	64
Tabel 29. Hasil Uji Hipotesis Minor.....	64
Tabel 30. Hasil Uji Sumbangan Efektif.....	65



DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Hubungan antara Kematangan Emosi dan Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri	30
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Validasi Isi Alat Ukur	79
Lampiran 2. Alat Ukur Uji Coba	101
Lampiran 3. Tabulasi Hasil Data Uji Coba	113
Lampiran 4. Uji Seleksi Aitem dan Reliabilitas Alat Ukur.....	127
Lampiran 5. Tabulasi Data Penelitian.....	133
Lampiran 6. Uji Asumsi	193
Lampiran 7. Uji Hipotesis	198
Lampiran 8. Skala Penelitian.....	201



Hubungan Kematangan Emosi dan Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri pada Remaja Siswa Sekolah Sepak Bola di DIY

Yulaikha Eka Putri

NIM 16710051

INTISARI

Kepercayaan diri bagi pemain sepak bola sangat diperlukan untuk mendukung keberhasilan pemain dalam bertanding. Ada banyak faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kematangan emosi dan dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada siswa remaja sekolah sepak bola di DIY. Pendekatan dan jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional. Teknik *cluster random sampling* yang dilakukan terhadap populasi yang berjumlah 2150 orang, menghasilkan subjek sebanyak 356 dengan kriteria usia 12-16 tahun. Pengumpulan data dilakukan menggunakan Skala Kepercayaan Diri, Skala Kematangan Emosi, dan Skala Dukungan Sosial. Data kemudian dianalisis menggunakan teknik regresi berganda melalui *SPSS 25.0*. Hasil analisis menunjukkan bahwa: 1) terdapat hubungan positif antara kematangan emosi terhadap kepercayaan diri dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan sumbangan efektif terhadap kepercayaan diri sebesar 54,1%; 2) terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), dengan nilai sumbangan efektif terhadap kepercayaan diri sebesar 4,9%; 3) terdapat hubungan positif secara bersama-sama antara kematangan emosi dan dukungan sosial dengan kepercayaan diri dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai sumbangan efektif sebesar 59%; 41% di antaranya dipengaruhi oleh faktor lainnya.

Kata kunci : *dukungan sosial, kematangan emosi, kepercayaan diri*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

The Correlation between Emotional Maturity and Social Support with Self-Confidence in Youth Football School Students in DIY

Yulaikha Eka Putri

NIM 16710051

ABSTRACT

Self-confidence for football players is needed to support the success of players in competing. There are many factors that influence this confidence. This study aims to determine the correlation between emotional maturity and social support with self-confidence in youth football school students in DIY. This approach and type of research is correlational quantitative research. The cluster random sampling technique was carried out on a population of 2150 people, resulting in 356 subjects with age criteria of 12-16 years. The methods of collecting the data included a Self-Confidence Scale, an Emotional Maturity Scale, and a Social Support Scale. The results show the following: 1) there was a significant correlation between emotional maturity and social support with someone's level of self-confidence; a significant of 0,000 ($p < 0,05$) with an effective contribution of 59% in self-confidence, 2) there was a positive correlation between emotional maturity with someone's level of self-confidence; there was an effective contribution of 54,1% in self-confidence, 3) there was a positive correlation between social support with someone's level of self-confidence, with an effective contribution of 4,9% in self-confidence.

Keywords: *emotional maturity, self-confidence, social support*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah sebuah aktivitas jasmani untuk memperkuat fisik dan otot tubuh agar tetap sehat (Andi & Prima, 2019). Fungsi olahraga selain untuk kesehatan namun juga sebagai ajang kesuksesan dalam kehidupan manusia dan sebagai kebanggaan daerah dan negara yang bersaing di dalam dan luar negeri (Maulana & Khairani, 2017). Menurut Wann (Rachmaningdyah & Jannah, 2016) olahraga adalah power dan *skill*, strategi, kompetisi dan pencapaian pribadi dalam suatu aktivitas seseorang yang meliputi olahraga terorganisasi, olahraga rekreasional dan olahraga sebagai hiburan.

Widodo dan Nurwidiawati (Maulana & Khairani, 2017) menyatakan di Indonesia berbagai cabang olahraga disuguhkan sebagai ajang perlombaan yang digeluti para atlet untuk meraih prestasi yang telah dipelajari di sekolah dasar hingga jenjang perkuliahan. Cabang olahraga yang paling dicintai di Indonesia salah satunya yaitu sepak bola (Firmansyah, Rahayu, & Sultoni, 2018). Scheunemann dan Lombe (2008) mengatakan bahwa olahraga paling terkenal diseluruh dunia adalah sepak bola, jauh lebih terkenal bila dibandingkan dengan olahraga lain misalnya *volleyball*, tenis, dan basket. Selain itu, disebutkan dalam penelitian yang dilakukan Nielsen Sport, penduduk Indonesia sebanyak 77% mempunyai ketertarikan dalam olahraga sepak bola dan dikatakan Indonesia merupakan negara penggemar sepak bola nomor dua di dunia (Arifianto, 2017).

Permainan sepak bola sangat memperhatikan aspek-aspek yang menunjang keberhasilan. Sebuah latihan fisik, teknik, taktik dan mental sangat diperlukan demi mencapai tujuan tersebut. Tahapan-tahapan dalam latihan misalnya komponen-komponen latihan, faktor-faktor latihan dan prinsip-prinsip latihan juga diperlukan untuk memperoleh keberhasilan pencapaian prestasi. Oleh karena itu, Sekolah Sepak Bola (SSB) menjadi tempat yang tepat

bagi khalayak yang ingin meningkatkan prestasi dalam olahraga sepak bola (Aprianova & Hariadi, 2016)

Sekolah sepak bola (SSB) didefinisikan sebagai sebuah organisasi di bidang olahraga khusus sepak bola dengan fungsi mengembangkan potensi yang dimiliki atlet (Aprianova & Hariadi, 2016). Suryantoro (2014) menjelaskan sekolah sepak bola (SSB) adalah suatu organisasi yang mengajarkan dan membimbing mengenai wawasan teknik dasar permainan sepak bola pada siswa dengan baik dan tepat.

Sekolah Sepak Bola (SSB) memiliki tujuan sebagai tempat untuk menangkap minat bakat anak dalam bermain sepak bola (Aprianova & Hariadi, 2016). Prestasi sepak bola ditingkatkan dengan diadakannya kejuaraan-kejuaraan antar klub sepak bola untuk mencari bibit-bibit pemain berbakat melalui klub-klub sepak bola di Indonesia. Kejuaraan tersebut diadakan oleh pusat organisasi sepak bola yang dinamakan Persatuan Sepak bola Seluruh Indonesia (PSSI).

Olahraga sepak bola merupakan permainan yang menuntut pemainnya agar memiliki kondisi mental yang baik. Reaksi psikologis yang muncul saat berlangsungnya pertandingan harus dapat dimanajemen dengan baik oleh atlet sepak bola karena hal tersebut akan berdampak besar pada situasi pertandingan (Kumbara, Metra, & Ilham, 2019). Firmansyah (2018) mengatakan di antara faktor psikologis tersebut adalah kepercayaan diri. Pemain akan selalu bersikap optimis, tidak mudah diintimidasi oleh lawan, merasa nyaman dan tenang dengan adanya kepercayaan diri (Sadzali, Akkase, Sutriawan, & Alamsyah, 2022).

Sin (2017) menyebutkan rasa percaya diri bagi atlet harus diperhatikan karena kepercayaan diri akan lebih memotivasi pencapaian prestasi atlet. Dalam pencapaian prestasi, kepercayaan diri adalah bekal paling utama bagi atlet. Atlet yang memiliki kepercayaan diri artinya atlet tersebut mampu dan yakin dalam meraih prestasi setinggi mungkin. Lane mengatakan individu yang mempunyai tingkat kepastian tentang kemampuan mereka untuk menjadi

sukses dalam olahraga dapat dikatakan bahwa individu tersebut memiliki kepercayaan diri (Nopiyanto & Dimiyati, 2018).

Menurut Weinberg dan Gould, kepercayaan diri merupakan bentuk rasa yakin akan keberhasilan dalam melakukan sesuatu yang diinginkan (Weinberg & Gould, 2011). Oleh karena itu, Nopiyanto dan Dimiyati (2018) menyimpulkan bahwa keyakinan yang dimiliki atlet untuk menjadi sukses dalam berolahraga disebut juga kepercayaan diri dalam konteks olahraga. Individu dengan kepercayaan diri yang rendah berarti individu tersebut memiliki kelemahan pada faktor mental. Rob (Yudha, 2019) mengatakan dampak besar dapat dialami ketika terdapat kelemahan pada faktor mental. Dampak tersebut dapat terjadi pada kematangan fisik, taktik, dan teknik yang telah dicapai. Maka dari itu, para pelatih perlu memperhatikan kondisi mental para atlet termasuk kepercayaan diri.

Supaya pencapaian prestasi atlet lebih termotivasi, maka rasa percaya diri atlet harus diperhatikan. Bagi atlet, dalam mencapai prestasi kepercayaan diri merupakan modal utamanya. Kepercayaan diri dalam diri atlet berarti atlet merasa mampu dan yakin bahwa dirinya dapat meraih prestasi secara maksimal (Sin, 2017). Menurut Firmansyah, Rahayu, dan Sultoni (2018) faktor mental yang kurang dilatih menjadi salah satu penyebab banyaknya atlet yang mengalami kegagalan dalam berprestasi. Di Indonesia masih banyak atlet yang mengalami kurang percaya diri, padahal kepercayaan diri berkaitan dengan keyakinan “saya bisa” sehingga para atlet secara mutlak harus memiliki kepercayaan diri sebagai suatu aspek kepribadian (Tangkudung & Mylsidayu, 2017).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Tifani pada tahun 2016 terhadap 127 atlet bola basket di Palembang, 50,39% atlet mempunyai kepercayaan diri tinggi dan sebanyak 49,61% atlet mempunyai kepercayaan diri rendah. Saat permainan berlangsung, atlet yang memiliki kepercayaan diri rendah menolak untuk bermain. Atlet juga merasa takut untuk berkomunikasi dengan sesama atlet, selalu bertanya kepada pelatih mengenai salah atau tidaknya atlet tersebut

seusai pertandingan, terlihat kaku di lapangan, serta tidak pernah mengungkapkan pendapat.

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Sufriyanto dan Putra (2019) terhadap 30 atlet sepak bola, sebanyak 7 atlet memiliki kepercayaan diri sangat tinggi, 3 atlet memiliki rasa percaya diri tinggi, 10 atlet memiliki rasa percaya diri sedang dan 10 atlet lainnya memiliki kepercayaan rendah.

Menurut Husdarta (2010), salah satu bekal yang *primer* dan syarat wajib memperoleh prestasi olahraga yang cemerlang adalah mempunyai kepercayaan diri. Penampilan seorang atlet di lapangan sangat dipengaruhi oleh rasa percaya diri. Ketika kepercayaan diri hilang, teknik yang bagus serta kondisi fisik yang fit akan sia-sia. Faktor-faktor yang memicu hal tersebut di antaranya menganggap pertandingan terlalu besar sehingga merasa tidak mampu, menganggap lawan terlalu kuat, dan adanya pihak lain yang dapat membuat psikis tertekan (Satriya & Jannah, 2017)

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri pada individu adalah kematangan emosi (Puteri, 2018). Menurut Sarwono, pada masa remaja yang berada di antara umur 12-25 tahun, terjadi peralihan sosioemosional yang mencakupi hubungan remaja terhadap orang disekitarnya, termasuk kepribadian, peran konteks sosial dan emosinya (Sarwono, 2010). Hurlock (2003) mengatakan bahwa masa remaja sama saja dengan masa topan dan badai yang artinya perubahan fisiknya mengakibatkan ketegangan emosi yang meninggi. Meningginya emosi paling utama dikarenakan remaja menghadapi kondisi baru dan berada di bawah tekanan. Remaja mengalami emosi yang tidak stabil yang diakibatkan dari penyesuaian diri terhadap harapan sosial yang baru dan perilaku yang baru.

Gesell (Hurlock, 2003) menyebutkan bahwa kondisi emosi remaja itu mudah dirangsang, mudah marah, dan emosinya cenderung membara; cenderung sulit untuk mengontrol perasaannya. Hurlock (2003) mengatakan bahwa remaja sudah mendapatkan kematangan emosi jika remaja tidak lagi menumpahkan emosinya didepan orang lain. Selain itu, remaja dianggap sanggup mengendalikan emosi. Jika remaja sudah sanggup bereaksi emosional

yang stabil dan tidak berubah-ubah seperti pada periode sebelumnya, maka dikatakan remaja tersebut sudah memasuki tahap kematangan emosi remaja akhir (Supriyanto E. , 2017).

Perasaan tidak percaya diri, frustrasi dan kecewa merupakan keadaan yang sering terjadi dalam aktivitas olahraga, khususnya olahraga kompetitif. Pelaku aktivitas tersebut umumnya dikelilingi oleh dorongan emosi hampir disetiap situasi olahraga (Nugroho, 2004). Supriyanto (2017) mengatakan pola emosional yang kurang baik tidak lagi ditampilkan bagi setiap individu yang memiliki kematangan emosional karena sudah bisa menahannya dengan lebih baik terlebih dalam situasi sosial.

Seperti Supriyanto, Srivastava (Yudha, 2019) menyatakan individu yang memiliki kemampuan untuk mengontrol dan mengendalikan emosinya dari dalam ataupun luar dirinya serta dapat bertindak normal sesuai dengan suasana disebut sebagai individu yang sudah memiliki kematangan emosi. Menurut Chaplin, kematangan emosi belum tercapai jika individu masih menampilkan bentuk emosional yang tidak pantas (Chaplin, 2014).

Faktor lain yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah dukungan sosial. Menurut Uchino (Sarafino & Smith, 2012) dukungan sosial merupakan perasaan nyaman, kepedulian, bantuan dan penghargaan yang orang lain berikan. Sarafino menyatakan bahwa dukungan sosial didapatkan dari beberapa orang yang saling melibatkan satu sama lain (Sarafino & Smith, 2012). Putri (2014) mengatakan individu merasa lebih gampang dalam menuntaskan masalah yang sedang dihadapi dengan adanya keberadaan dan dukungan dari orang lain. Remaja berusia 15-17 tahun umumnya sedang memasuki usia krisis yaitu masa di mana remaja akan menunjukkan adanya pembelokan dalam perkembangan. Pengertian dan dukungan orang-orang disekitarnya adalah hal yang dibutuhkan remaja dalam menghadapi masa krisis tersebut (Widanarti & Indati, 2002).

Landy dan Conte mengatakan bahwa dukungan sosial adalah informasi melalui kontak formal maupun informal yang diterima oleh seseorang dari individu atau kelompok berupa kenyamanan, bantuan atau informasi (Landy &

Conte, 2012). Senada dengan Landy dan Conte, Handono dan Bashori menyatakan bahwa dukungan sosial pada dasarnya adalah hubungan yang sifatnya menolong dan membuat individu merasa dicintai, merasa bernilai dan merasa diperhatikan. Hubungan tersebut berupa informasi atau bantuan secara nyata disaat individu mengalami kesulitan (Handono & Bashori, 2013).

Dukungan sosial merupakan faktor penting untuk mendukung kepercayaan diri seorang atlet (Sakti & Rozali, 2015). Perasaan tenang, nyaman, dan diperhatikan akan tercipta apabila ada dukungan sosial bagi individu. Hal ini akan menimbulkan kepercayaan diri pada atlet yang sedang bertanding (Putri, 2014). Penelitian Thompson menyimpulkan bahwa dukungan sosial sangat bermanfaat bagi atlet (Thompson, 2010). Selain itu, Rahardjo menyatakan bahwa individu dituntut lebih mandiri saat dewasa, namun bagaimanapun juga individu tetap membutuhkan dukungan dari oranglain (Rahardjo, Setiasih, & Setianingrum, 2008).

Sakti dan Rozali (2015) mengatakan, dukungan sosial yang bersumber dari pelatih, teman, dan orangtua dapat meningkatkan kepercayaan diri atlet saat bertanding. Pelatih merupakan sumber pujian, serta bisa mendorong dan menimbulkan kepercayaan diri pada atletnya (Andi & Prima, 2019). Orang tua atau ayah dan ibu memiliki peran yang sangat penting dalam memenuhi kebutuhan fisik, memberikan penghargaan, kasih sayang dan lain sebagainya. Hal tersebut menjadi contoh bentuk dukungan sosial dari orangtua yang berdampak terciptanya kondisi di mana anak merasa memiliki harga diri, dicintai, serta kepercayaan diri yang kuat (Gunawan, Rusyidi, & Meilany, 2016). Selain itu, Maslihah (2011) mengatakan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya berpengaruh terhadap kepercayaan diri individu untuk dapat meningkatkan prestasi. Dukungan tersebut didapatkan berupa dukungan penghargaan, emosional, instrumental, dan informatif (Dewi & Arjanggi, 2019).

Masyarakat Indonesia mempunyai perhatian dan dukungan yang tinggi terhadap pembinaan sekolah seperti Sekolah Sepak Bola (SSB) diberbagai daerah, salah satunya adalah Daerah Isimewa Yogyakarta (DIY) (Irianto,

2016). Fungsi pendirian sekolah sepak bola di Daerah Istimewa Yogyakarta ini adalah untuk mengembangkan bakat anak khususnya dalam sepak bola (Susanto & Lismadiana, 2016). Di wilayah DIY, anak-anak yang mempunyai bakat tinggi akan lebih mudah untuk ditemukan lalu dibina untuk menjadi pemain handal karena adanya peningkatan jumlah SSB dari sisi kuantitas pembinaan yang cukup drastis (Irianto, 2016).

Meskipun menggembirakan, namun program latihan yang digunakan SSB di DIY belum tersusun secara sistematis (Susanto & Lismadiana, 2016). Pola pembinaan yang dilakukan juga belum dilakukan secara terpadu dan terprogram dengan baik. Hal tersebut dibuktikan dengan belum adanya sarana prasarana, pedoman pembinaan atau kurikulum sebagai acuan pembinaan dan sistem evaluasi setelah program dilaksanakan di SSB DIY (Irianto, 2016). Para pelatih cenderung menggunakan program latihan yang digunakan di sekolah sepak bola lain tanpa mau mengembangkan program latihan tersebut (Susanto & Lismadiana, 2016). Alat tes diperlukan untuk mengetahui seberapa tingkat keberhasilan proses pembinaan telah diwujudkan, yang pada akhirnya akan membantu para pelatih dan pembina untuk memantau perkembangan siswanya (Irianto, 2016).

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, penulis menyimpulkan bahwa kematangan emosi dan dukungan sosial mempunyai pengaruh terhadap kepercayaan diri individu. Individu yang telah mempunyai kematangan emosi akan bertindak wajar sesuai situasi yang ada dan dapat mengontrol emosi, sedangkan individu yang belum mencapai kematangan emosi cenderung menampakkan bentuk emosi tersebut. Individu yang mempunyai dukungan sosial dari lingkungannya akan lebih percaya diri daripada individu yang tidak mendapatkan dukungan sosial. Berdasarkan paparan tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara kematangan emosi dan dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada siswa remaja Sekolah Sepak Bola di DIY.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kematangan emosi dan dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada siswa remaja Sekolah Sepak Bola di DIY.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Peneliti berharap penelitian ini mampu memberikan sumbangsih bagi pengembangan psikologi olahraga dan psikologi perkembangan. Peneliti juga berharap penelitian ini akan menjadi kontribusi terhadap pengembangan mental pemain sepak bola di Indonesia.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang dapat diberikan jika penelitian ini terbukti adalah:

a. Bagi Pengelola Sekolah Sepak Bola

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi bagi sekolah sepak bola dalam meningkatkan kepercayaan diri pemain sepak bola dengan memberikan bimbingan serta dukungan kepada pemain.

b. Bagi Pelatih Sepak Bola

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi bagi pelatih dalam melatih kematangan emosi dan meningkatkan dukungan sosial untuk membangun kepercayaan diri para pemain sepak bola, sehingga dapat tampil maksimal dalam suatu pertandingan.

b. Bagi Pemain Sepak Bola

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah pengembangan kematangan emosi agar tercapai kepercayaan diri bagi para pemain sepak bola.

c. Bagi *Supporter* Sepak Bola (Pelatih, orangtua, teman)

Peneliti mengharapkan hasil penelitian ini mampu memberikan andil bagi para *supporter* pemain sepak bola agar memberikan dukungan sosial terhadap pemain sepak bola sehingga dapat meminimalisir pengaruh ketidakpercayaan diri pemain sepak bola.

D. Keaslian Penelitian

Berikut beberapa riset terkait kepercayaan diri, kematangan emosi dan dukungan sosial. Penelitian berjudul Pengaruh Latihan *Imagery* dan *Self Talk* terhadap Percaya Diri dan Konsentrasi pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMP N 51 Surabaya yang dilakukan oleh I Nyoman Sukartidana (2019). Metode eksperimen semu digunakan pada penelitian ini dengan populasi siswa ekstrakurikuler bola voli SMP N 51 Surabaya dengan jumlah 18 siswa. Penelitian ini termasuk ke dalam penelitian populasi dikarenakan jumlah populasi yang tidak banyak mengharuskan peneliti untuk menggunakan seluruh populasi. Penelitian ini menggunakan dua instrumen alat ukur yaitu *State Sport Confidence Inventory Test* yang digunakan untuk menaksir tingkat kepercayaan diri dan *Grid Concentration Exercise Test* yang digunakan untuk mengetahui tingkat konsentrasi. Teknik statistik uji t digunakan dalam mengolah data penelitian. Hipotesis dalam penelitian ini dinyatakan diterima yaitu ada perbedaan tingkat percaya diri dan konsentrasi sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen.

Penelitian kedua berjudul Kepercayaan Diri Atlet Bola Voli *Club Tugu Muda Semarang* dalam Menghadapi Kejuaraan yang disusun oleh Sri Murni, Galih Dwi Pradipta dan Pandu Kresnapati (2020). Teknik *sampling* jenuh (*total*

sampling) adalah teknik yang dipilih dalam penelitian ini di mana peneliti mengambil semua anggota populasi yang digunakan sebagai sampel yaitu sebanyak 14 atlet. Metode *survey* dan teknik pengumpulan data penelitian berupa kuesioner. Data yang diperoleh dalam penelitian ini dianalisis dengan analisis statistik deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian menyatakan atlet bola voli club tugu muda Semarang mempunyai tingkat kepercayaan diri saat bertanding pada golongan tinggi sebanyak 79%, pada golongan sedang sebanyak 14% dan pada golongan sangat tinggi sebanyak 7%.

Penelitian ketiga berjudul Perbedaan Pengaruh Latihan Imagery dan Tanpa Latihan Imagery terhadap Keterampilan Senam dan Kepercayaan Diri Atlet yang disusun oleh Helmy Firmansyah (2011). Sampel penelitian berjumlah 60 atlet yang terdiri dari 12 atlet senam PPLP dan 48 atlet senam klub. Teknik statistik uji t digunakan dalam mengolah data penelitian ini. Hasil yang diperoleh adalah latihan *imagery* terbukti lebih baik daripada tanpa latihan *imagery* untuk ketrampilan senam sedangkan tidak ada pengaruh antara latihan *imagery* dan tanpa *imagery* untuk kepercayaan diri.

Penelitian keempat disusun oleh Eko Supriyanto (2017). Penelitian yang berjudul Hubungan Kematangan Emosi dan Agresivitas pada Pemain Sepak Bola Remaja Akhir ini memiliki total sampel 150 siswa SSB Jakarta dan Depok yang diambil dari total populasi siswa SSB. Alat ukur kematangan emosi Smitson digunakan dalam penelitian ini, yaitu alat ukur yang dikembangkan dengan karakteristik individu yang mempunyai kematangan emosi dan perilaku agresivitas yang diukur menggunakan aspek-aspek agresivitas yang diutarakan oleh Bus dan Perry. Penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Spearman Corelation* digunakan sebagai pengujian hipotesis. Hasil penelitian menunjukkan hubungan negatif antara kematangan emosi dan agresivitas pada pemain sepak bola remaja akhir.

Penelitian ke lima berjudul Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Kepercayaan Diri dengan Sikap Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Fisika di Kelas IX IPA SMA Negeri 1 Belopa Kabupaten Luwu yang disusun Umi

Kusyairy (2015). Seluruh siswa kelas XI IPA SMAN 1 Belopa dijadikan sebagai populasi penelitian dengan jumlah 233 siswa. Sampel dilakukan menggunakan teknik *proporsional random sampling* sejumlah 30% dari populasi yang berjumlah 70 siswa. Skala dalam penelitian ini adalah skala kematangan emosi, skala kepercayaan diri dan skala sikap belajar. Teknik analisis statistik deskripsi korelasi ganda merupakan teknik yang digunakan dalam penelitian ini. Hasil penelitian menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara kematangan emosi dan kepercayaan diri dengan sikap belajar fisika siswa kelas XI IPA SMAN 1 Belopa Kab. Luwu.

Penelitian ke enam berjudul Hubungan Kematangan Emosi dengan Perilaku Agresi pada Mahasiswa Warga Asrama Komplek Asrama Ayu Sempaja (Kota Samarinda) yang disusun oleh Firman Syarif (2017). Masyarakat asrama ayu Komplek Asrama Ayu Sempaja Samarinda digunakan sebagai subjek penelitian dengan total 84 orang. Skala yang digunakan adalah skala kematangan emosi, dan skala perilaku agresi. Penelitian ini memilih teknik analisis korelasi *product moment* untuk digunakan. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh negatif yang signifikan antara kematangan emosi dengan perilaku agresi

Penelitian ke tujuh berjudul Peran Pola Asuh Otoriter Demokratis, Dukungan Sosial, Kepercayaan Diri terhadap Prestasi Atlet Renang Melalui Mediator Motivasi Berprestasi yang disusun oleh Agus Supriyanto (2019). Peneliti menerapkan teknik *purposive sampling* dengan total sampel 103 atlet. Teknik pengumpulan data menggunakan skala dan dokumentasi. Program *Smart PLS* digunakan sebagai analisis data untuk mengetes uji kecocokan model pengukuran dengan data di lapangan. Hasil penelitian menjelaskan pola asuh otoriter demokratis, dukungan sosial dan kepercayaan diri memberikan peran yang positif, langsung dan signifikan terhadap prestasi atlet renang melalui mediator motivasi berprestasi. Prestasi atlet renang nomor 50 meter dan 100 meter gaya bebas memiliki sumbangan paling besar terhadap pola asuh otoriter demokratis dibandingkan dukungan sosial dan kepercayaan diri.

Penelitian ke delapan berjudul Peran Dukungan Sosial Keluarga, Atasan, dan Rekan Kerja terhadap *Resilient Self-Efficacy* Guru Sekolah Luar Biasa yang disusun oleh Elisabeth Santoso dan Jenny Lukito Setiawan (2018). Subjek penelitian yang digunakan yaitu guru SLB di Surabaya yang sebanyak 94 orang. Skala pada penelitian ini adalah skala dukungan sosial dan skala *resilient self-efficacy*. Regresi linear berganda digunakan sebagai analisis data penelitian. Dukungan sosial dari keluarga, atasan, dan rekan kerja berperan signifikan terhadap *resilient self-efficacy* guru SLB ketika diberikan secara simultan ataupun terpisah, didapatkan sebagai hasil penelitian.

Penelitian ke sembilan berjudul Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Kepercayaan Diri Akademik dengan Regulasi Diri dalam Belajar pada Mahasiswa di Universitas X yang disusun oleh Saka Dewi dan Ruseno Arjanggi (2019). Subjek penelitian yang digunakan yaitu 450 mahasiswa di Universitas X. Skala dalam penelitian ini adalah skala regulasi diri dalam belajar, skala dukungan sosial teman sebaya, dan skala kepercayaan diri akademik. Teknik analisis data penelitian dilakukan dengan teknik regresi berganda dengan bantuan SPSS 16.0. Hasil penelitian didapatkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan kepercayaan diri akademik dengan regulasi diri dalam belajar.

Penelitian ke sepuluh berjudul Hubungan antara Dukungan Sosial Rekan Kerja dan Komitmen Karier pada Guru SMA di Kota Salatiga yang disusun oleh Dwi Setya Ariani (2015). Enam puluh orang guru SMA swasta umum digunakan sebagai subjek penelitian yang mana merupakan binaan Disdikpora Kota Salatiga. Penelitian ini menggunakan uji analisis korelasi *pearson product moment*. Penelitian menjabarkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial rekan kerja dan komitmen karier pada guru SMA swasta umum binaan Disdikpora Kota Salatiga.

Berdasarkan sepuluh penelitian di atas, maka judul “Hubungan Kematangan Emosi dan Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Siswa Sekolah Sepak Bola di DIY” mempunyai persamaan dan perbedaan dengan penelitian sebelumnya di antaranya:

1. Keaslian Topik Penelitian

Berdasarkan penelitian sebelumnya, terdapat beberapa penelitian yang juga membahas mengenai variabel kepercayaan diri atlet, kematangan emosi dan dukungan sosial secara terpisah atau dihubungkan dengan variabel lain. Judul “Hubungan antara Kematangan Emosi dan Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri pada Siswa Remaja Sekolah Sepak Bola di DIY.” merupakan judul yang *original* dikarenakan belum ada penelitian yang meneliti kepercayaan diri sebagai variabel tergantung dengan variabel bebas berupa kematangan emosi dan dukungan sosial.

2. Keaslian Teori Penelitian

Penelitian ini menggunakan teori dari Vealey (1986) sebagai landasan untuk variabel kepercayaan diri. Sementara untuk variabel kematangan emosi, peneliti menggunakan teori dari Singh dan Bhargava (2014). Pada variabel dukungan sosial, peneliti menggunakan teori Zimet, Dahlem, Zimet, dan Farley (1998). Berdasarkan penelitian sebelumnya, teori Vealey (1986) pernah digunakan dalam penelitian I Nyoman Sukartidana (2019), sedangkan teori Singh dan Bhargava (2014) terkait variabel kematangan emosi dan teori Zimet, Dahlem, Zimet, dan Farley (1998) terkait variabel dukungan sosial belum pernah digunakan dalam penelitian sebelumnya. Maka dari itu, teori dalam penelitian ini dapat dinyatakan terbukti keasliannya.

3. Keaslian Subjek Penelitian

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Eko Supriyanto menggunakan subjek siswa Sekolah Sepak Bola Jakarta dan Depok. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan subjek remaja siswa Sekolah Sepak Bola di Propinsi DIY, di mana sebelumnya belum ada peneliti yang mengukur variabel kematangan emosi, dukungan sosial dan kepercayaan diri pada subjek remaja Siswa Sekolah Sepak Bola di DIY.

4. Keaslian Alat Ukur

Pada penelitian ini, pengukuran kematangan emosi akan disusun sendiri oleh peneliti yang dibuat berdasarkan teori kematangan emosi

Singh dan Bhargava. Pengukuran variabel dukungan sosial akan dilakukan dengan melakukan modifikasi skala *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang digunakan dalam jurnal penelitian Irman Nuryadin Siddik, Karina Oclaudya, Kiki Ramiza dan Fuad Nashori yang berjudul Kebermaknaan Hidup ODHA Ditinjau dari Ikhlas dan Dukungan Sosial. Pengukuran variabel kepercayaan diri akan dilakukan dengan melakukan modifikasi skala *State Sport-Confidence Inventory* (SSCI) yang dibuat oleh Vealey pada tahun 1986 dan telah diadaptasi oleh Darmansyah dan Thobagus Muh. Nu'man dalam penelitiannya yang berjudul Hubungan Kecemasan Bertanding dan Kepercayaan Diri Atlet Olahraga.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, maka peneliti menyimpulkan bahwa:

- a. Hipotesis mayor diterima, yaitu ada hubungan positif antara kematangan emosi dan dukungan sosial dengan kepercayaan diri. Kedua variabel bebas kematangan emosi dan dukungan sosial secara bersama-sama mempengaruhi dan berhubungan dengan kepercayaan diri dengan besar sumbangan efektif 59%.
- b. Hipotesis minor pertama yang menyatakan terdapat hubungan positif antara kematangan emosi dengan kepercayaan diri dinyatakan diterima. Semakin tinggi tingkat kematangan emosi seseorang, maka semakin tinggi pula kepercayaan diri yang dimiliki. Semakin rendah kematangan emosi seseorang, maka semakin rendah juga tingkat kepercayaan diri yang dimiliki. Adapun sumbangan efektif yang diberikan variabel kematangan emosi terhadap kepercayaan diri yaitu sebesar 54,1%.
- c. Hipotesis minor kedua yang menyatakan terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri juga dinyatakan diterima. Semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diterima seseorang, maka semakin tinggi pula kepercayaan diri yang dimiliki. Semakin rendah dukungan sosial yang diterima seseorang, maka semakin rendah juga tingkat kepercayaan diri dukungan sosial terhadap kepercayaan diri yaitu sebesar 4,9%.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, terdapat beberapa saran dari peneliti, di antaranya yaitu:

1. Bagi Pengelola Sekolah Sepak Bola

Peneliti berharap pengelola sekolah sepak bola mampu meningkatkan kepercayaan diri pemain sepak bola dengan memberikan bimbingan serta dukungan kepada pemain.

2. Bagi Pelatih Sepak Bola

Peneliti berharap pelatih sepak bola mampu membantu para siswa untuk mengenali emosi diri dan oranglain, mengelola emosi, serta memberikan dukungan dan motivasi untuk membangun kepercayaan diri sehingga dapat tampil dengan maksimal dalam suatu pertandingan.

3. Bagi Pemain Sepak Bola

Peneliti berharap para pemain sepak bola mampu mengenali emosi diri sendiri dan oranglain, serta menambah pengembangan kematangan emosi demi tercapainya kepercayaan diri.

4. Bagi *Supporter* Sepak Bola (Pelatih, Orang tua, Teman)

Peneliti berharap agar para *supporter* sepak bola mampu memberikan dukungan secara emosional maupun bentuk lainnya sehingga dapat meminimalisir ketidak-percayaan diri para pemain sepak bola.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti berharap peneliti selanjutnya mampu membuat alat ukur yang lebih baik karena alat ukur dalam penelitian ini masih mengandung bias. Selain itu, alangkah baiknya apabila penelitian dilakukan secara luring (tidak melalui *google form*), dan dilakukan disaat subjek dalam keadaan baik (tidak kelelahan).

DAFTAR PUSTAKA

- Andi, S., & Prima, A. (2019). Kontribusi Dukungan Sosial Pelatih Terhadap Kecemasan Bertanding Atlet Pencak Silat di Bukittinggi. *Jurnal Riset Psikologi*. 1(3), 1-10.
- Aprianova, F., & Hariadi, I. (2016). Metode *Drill* untuk Meningkatkan Teknik Dasar Menggiring Bola (*Dribbling*) dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa Sekolah Sepak Bola Putra Zodiac Kabupaten Bojonegoro Usia 13-15 Tahun. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 1(1), 63-74.
- Darmansyah & Nu'man, Thobagus M. (2015). Hubungan Kecemasan Bertanding dan Kepercayaan Diri Atlet Olahraga. Naskah Publikasi.
- Firmansyah, H. (2011). Perbedaan Pengaruh Latihan *Imagery* dan Tanpa Latihan *Imagery* terhadap Keterampilan Senam dan Kepercayaan Diri Atlet. *Jurnal Olahraga Prestasi*. 7(1), 1-10.
- Firmansyah, I., Rahayu, N, I., & Sultoni, K. (2018). Korelasi antara Kepercayaan Diri dengan Keberhasilan Tendangan Penalti dalam Permainan Sepak bola. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*. 3(2), 1-5.
- Kusyairy, U. (2015). Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Kepercayaan Diri dengan Sikap Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Fisika di Kelas XI IPA SMA Negeri 1 Belopa Kab. Luwu. *Jurnal Pendidikan Fisika*. 3(1), 58-61.
- Mardhika, R., & Dimiyati (2015). Pengaruh Latihan Mental Dan Keyakinan Diri Terhadap Keberhasilan Tendangan Penalti Pemain Sepak Bola. *Jurnal Keolahragaan*. 3(1), 106-116.
- Sukartidana, I. N. (2019). Pengaruh Latihan *Imagery* dan *Self Talk* terhadap Percaya Diri dan Konsentrasi pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMP N 51 Surabaya. *Jendela Olahraga*. 4(1), 49-54.
- Supriyanto, A. (2019). Peran Pola Asuh Otpriter Demokratis, Dukungan Sosial, Kepercayaan Diri Terhadap Prestasi Atlet Renang Melalui Mediator Motivasi Berprestasi. *JOPRES (Jurnal Olahraga Prestasi)*. 15(2), 72-82.
- Tifani. (2016). Hubungan antara *Self Talk* dengan Kepercayaan Diri pada Atlet Bola Basket di Kota Palembang. *Jurnal Ilmiah PSYCHE*. 9 (1), 61-72.
- Vealey, R.S., Hayashi, S.W., Giacobbi, P., & Garner-Holman, M. (1998). *Sources of Sport-Confidence: Conseptualization and Instrument Development*. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 20(1), 54-80.
- Arifianto, N. (2017, 12). Indonesia Negara Penggila Sepak Bola Nomor Dua di Dunia. Diakses pada tanggal 4 Maret 2021 dari <https://www.cnnindonesia.com/olahraga/20171219204103-142-263606/indonesia-negara-penggila-sepak-bola-nomor-dua-di-dunia>.
- Ayuwardani, R. P., & Isroah, M. (2018). Pengaruh Informasi Keuangan dan Non Keuangan terhadap Underpricing Harga Saham pada Perusahaan yang Melakukan *Initial Public Offering*. *Jurnal Nominal*. 7(1), 143-158.
- Azwar, S. (2007). Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). Reliabilitas dan Validitas. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2019). Metode Penelitian Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Chaplin, J. (2014). Kamus Lengkap Psikologi. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

- Creswell, J. W. (2014). *Research Design; Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Singapore: SAGE Publications.
- Dewi, S., & Arjungsi, R (2019). Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Kepercayaan Diri Akademik dengan Regulasi Diri dalam Belajar pada Mahasiswa Universitas X. *Jurnal Psikologi Proyeksi*. 14(1), 84-93.
- Fatchurahman, M., & Pratikto, H. (2012). Kepercayaan Diri, Kematangan Emosi, Pola Asuh Orang Tua Demokratis dan Kenakalan Remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*. 1(2), 77-87.
- Gunawan, A. R., Rusyidi, B., & Meilany, L. (2016). Dukungan Sosial Orangtua terhadap Atlet Paralimpik Pelajar Tuna Netra Berprestasi di Kota Bandung. 3(3), 292-428.
- Hadi, S. (2017). *Statistika*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Handono, O. T., & Bashori, K. (2013). Hubungan antara Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial terhadap Stress Lingkungan pada Santri Baru. *EMPHATY, Jurnal Fakultas Psikologi*. 1(2), 79-89.
- Hardani, S. P., Nur Hikmatul Auliya, G., Helmina Andriani, M., Roushandy Asri Fardani, S., Evi Fatmi Utami, M., Dhika Juliana Sukmana, S., & Ria Rahmatul Istiqomah, M. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu.
- Hurlock, E. B. (2003). *Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Husdarta. (2010). *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta .
- Ilker Etikan, D. (2015). *Comparison of Convenience Sampling and Purposive Sampling*. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*. 5(1), 1-4.
- Irdyandiwa, D., & Maksum, A. (2019). Dukungan Sosial, Aktivitas Siswa, dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 7(3), 57-60.
- Irianto, S. (2016). Kebugaran Aerobik Pemain Sepakbola PSIM Yogyakarta Tahun 2014. *JOPRES (Jurnal Olahraga Prestasi)*. 12(2), 1-8.
- Janie, D. N. (2012). *Statistik Deskriptif & Regresi Linier Berganda dengan SPSS*. Semarang: Semarang University Press.
- Kamus Bahasa Indonesia. (2008). Jakarta: Pusat Bahasa.
- Kumbara, H., Metra, Y., & Ilham, Z. (2019). Analisis Tingkat Kecemasan (*Anxiety*) dalam Menghadapi Pertandingan Atlet Sepakbola Kabupaten Banyuwasin pada PORPROV 2017. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*. 17(2), 28-35.
- Landy, F. J., & Conte, J. M. (2012). *Work in the 21st Century; An Introduction to Industrial and Organizational Psychology*. New Jersey: Wiley .
- Lawrence, N. W. (2014). *Qualitative and Quantitative Approaches* (Edisi ketujuh). London: Person Education Limited.
- Lindenfield, G. (1997). *Mendidik Anak Agar Percaya Diri: Pedoman bagi Orang Tua*. Jakarta: Arcan.

- Maulana, Z., & Khairani, M. (2017). Kecemasan Bertanding pada Atlet PON Aceh Berdasarkan Jenis Aktivitas Olahraga. *Jurnal Intervensi Psikologi Terapan*. 5(1), 97-106.
- Mellalieu, S. D., & Hanton, S. (2009). *Advances in Applied Sport Psychology*. New York: Routledge.
- Mildawani, T. S. (2014). *Membangun Kepercayaan Diri*. Jakarta Timur: Lestari Kiranatama.
- Mirhan, & Jusuf, J. B. (2016). Hubungan antara Percaya Diri dan Kerja Keras dalam Olahraga dan Keterampilan Hidup. *Jurnal Olahraga Prestasi*. 12(1), 86-96.
- Mokosolang, C. A., Prang, J. D., & Mananohas, M. L. (2015). Analisis Heterokedastisitas pada Data Cross Section dengan *White Heteroscedasticity Test* dan *Weighted Least Squares*. 4(2), 172-179.
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga.
- Nopiyanto, Y. E., & Dimiyati, D. (2018). Karakteristik Psikologis Atlet Sea Games Indonesia Ditinjau dari Jenis Cabang Olahraga dan Jenis Kelamin. *Jurnal Keolahragaan*. 6(1), 69-76.
- Nugroho, S. (2004). Peran Emosi dalam Pengajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga. *Cakrawala Pendidikan*.
- Putri, E. P. (2014). Hubungan Dukungan Sosial Orangtua, Pelatih dan Teman dengan Motivasi Berprestasi Akademik dan Motivasi Berprestasi Olahraga (Basket) pada Mahasiswa Atlet Basket Universitas Surabaya. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*. 3(1), 1-11.
- Putri, M. W., Ridha, M., & Zikra. (2017). Hubungan antara Dukungan Sosial Orangtua dengan Kepercayaan Diri Siswa di SMP Negeri 22 Padang. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia-JPGI*. 2(1), 19-23.
- Rachmaningdyah, E. N., & Jannah, M. (2016). Pengaruh Pelatihan Otogenik terhadap Penurunan Kecemasan Atlet Bulutangkis. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*. 6(2), 107-112.
- Rahardjo, L., Setiasih, & Setianingrum, I. (2008). Jenis dan Sumber Dukungan Sosial pada Mahasiswa. *Anima, Indonesian Psychological Journal*. 23(3), 277-286.
- Ridwan, M., & Purwaningsih, I. E. (2018). Kontribusi Dukungan Sosial terhadap Kepercayaan Diri Atlet Pencak Silat di Pondok Pesantren Bina Umat Yogyakarta. *Jurnal Spirits*. 8(2), 47-60.
- Rinaldi, S. F., & Mujiyanto, B. (2017). *Metodologi Penelitian dan Statistik*. Jakarta Selatan: Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan.
- Sadzali, M., Akkase, A., Sutriawan, A., & Alamsyah, N. F. (2022). *Analysis of Eye Hand Coordination, Concentration, and Self Confidence on Short*. *Jurnal Ilara*. 13(2), 53-60.
- Sakti, G. F., & Rozali, Y. A. (2015). Hubungan Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri pada Atlet Cabang Olahraga Taekwondo dalam Berprestasi (Studi pada Atlet Taekwondo Club Bjtc, Kabupaten Tangerang). *Jurnal Psikologi Esa Unggul*. 13(1), 26-33.

- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2012). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. New Jersey: John Wiley & amp Sons.
- Sarwono, S. W. (2010). Psikologi Remaja. Jakarta: Rajawali pers.
- Satriya, P. A., & Jannah, M. (2017). Pengaruh Pelatihan Visualisasi terhadap Kepercayaan Diri Atlet Bulu Tangkis. *Jurnal Psikologi Pendidikan*. 4(2), 1-5.
- Scheunemann, T., & Lombe, M. (2008). Dasar-dasar Sepakbola Modern untuk Pemain dan Pelatih. Malang: Malang Dioma.
- Sin, T. H. (2017). Tingkat Percaya Diri Atlet Sepakbola dalam Menghadapi Pertandingan. *Jurnal Fokus Konseling*. 3(2), 163-174.
- Sufriyanto, A., & Putra, Y. Y. (2019). Pengaruh Latihan Imagery terhadap Kepercayaan Diri pada Atlet Sepakbola Kabupaten Kerinci. *Jurnal Riset Psikologi*. 1(3), 1-12.
- Supriyanto, A. (2019). Peran Pola Asuh Otoriter Demokratis, Dukungan Sosial, Kepercayaan Diri terhadap Prestasi Atlet Renang melalui Mediator Motivasi Berprestasi. *JOPRES (Jurnal Olahraga Prestasi)*. 15(2), 72-82.
- Supriyanto, E. (2017). Hubungan Kematangan Emosi dan Agresivitas pada Pemain Sepakbola Remaja Akhir. *Jurnal Psikologi*. 10(2), 182-191.
- Susanto, N., & Lismadiana. (2016). Manajemen Program Latihan Sekolah Sepakbola (SSB) Gama Yogyakarta. *Jurnal Keolahragaan*. 4(1), 98-110.
- Suseno, M. N. (2012). Teori dan Aplikasi untuk Penelitian Ilmu Sosial dan Humaniora . Yogyakarta: Ash-Shaff.
- Tangkudung, J., & Mylsidayu, A. (2017). *Mental Training* Aspek-aspek Psikologi dalam Olahraga. Bekasi, Indonesia: Cakrawala Cendekia.
- Thompson, J. (2010). *Social Support and Minority Student-Athletes*. *Journal of Issues in Intercollegiate Athletics*. 3(1), 234-252.
- Wahyuni, C., & Costadinov, E. Y. (2020). Hubungan Antara Dukungan Teman Sebaya dengan Kepercayaan Diri Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Malahayati*. 2(1), 50-59.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2011). *Foundation of Sport and Exercise Psychology*. Illinois: Human Kinetics.
- Widanarti, N., & Indati, A. (2002). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Self Efficacy pada Remaja di SMU Negeri 9 Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*. 29(2), 112-123.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1998). *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support*. *Journal of Personality Assessment*. 52(1), 30-41.
- Maslihah, S. (2011). Studi tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Sosial di Lingkungan Sekolah dan Prestasi Akademik Siswa SMPIT Assyfa *Boarding School* Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Undip*. 10(2), 103-114.
- Setyawati, H. (2014). Strategi Intervensi Peningkatan Rasa Percaya Diri Melalui *Imagery Training* pada Atlet Wushu Jawa Tengah. *Journal of Physical Education, Health and Sport*. 1(1), 48-59.
- Nisa, K., & Jannah, M. (2021). Pengaruh Kepercayaan Diri terhadap Ketangguhan Mental Atlet Bela Diri. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*. 8(3), 36-45.

- Nadhirah, Y. F. (2017). Perilaku Ketidakmatangan Sosial-Emosional pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. 2(1), 59-74.
- Muthmainah. (2022). Dukungan Sosial dan Resiliensi pada Anak di Wilayah Perbukitan Gunung Kidul Yogyakarta. *DIKLUS: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*. 1(6), 78-88.

