



Pengaruh Kepercayaan Diri terhadap Motivasi Berprestasi pada Atlet Klub Bola Voli Armada Jambi

Farhan Azizi¹, Mohd Adrizal², Ely Yuliawan³

Pendidikan Kepelatihan Olahraga Universitas Jambi^{1,2,3}

farhanazizi075@gmail.com¹, mohdadrizal@unja.ac.id², elyyuliawan.fik@unja.ac.id³

Abstrak

Kepercayaan diri merupakan salah satu faktor psikologis yang sangat penting dalam mendukung motivasi berprestasi atlet, terutama ketika menghadapi tekanan dan tuntutan selama kompetisi. Atlet yang memiliki tingkat kepercayaan diri tinggi cenderung lebih mampu mengendalikan emosi, mempertahankan konsentrasi, serta menunjukkan keyakinan dalam mengambil keputusan selama pertandingan. Hasil penelitian pada atlet Klub Bola Voli Armada Jambi menunjukkan bahwa kepercayaan diri berpengaruh positif dan signifikan terhadap motivasi berprestasi. Semakin tinggi tingkat kepercayaan diri yang dimiliki atlet, semakin besar pula dorongan internal untuk berlatih secara optimal, menghadapi tantangan, dan mencapai target prestasi yang telah ditetapkan. Peningkatan keyakinan terhadap kemampuan fisik, penguasaan teknik, dan kesiapan taktis terbukti sejalan dengan meningkatnya motivasi untuk berkompetisi. Sebaliknya, rendahnya kepercayaan diri dapat mengurangi semangat bertanding, menurunkan keberanian dalam mengambil keputusan, serta melemahkan motivasi ketika menghadapi situasi pertandingan yang menentukan. Temuan ini menegaskan bahwa penguatan kepercayaan diri merupakan fondasi penting dalam pembinaan atlet agar mampu mempertahankan performa secara konsisten. Oleh karena itu, pelatih dan klub perlu mengintegrasikan program latihan mental, seperti visualisasi, penetapan tujuan, self-talk positif, dan pengelolaan kecemasan, ke dalam program latihan secara berkelanjutan guna meningkatkan motivasi berprestasi dan mendukung pencapaian prestasi olahraga yang optimal.

Kata Kunci: Kepercayaan Diri, Motivasi Berprestasi, Atlet Bola Voli, Performa Olahraga

Abstract

Self-confidence is a fundamental psychological factor that plays a vital role in enhancing athletes' achievement motivation, particularly when they face pressure and challenges during competition. Athletes with high levels of self-confidence are generally better able to regulate their emotions, maintain concentration, and make effective decisions throughout competitive events. The findings of this study involving athletes from Armada Jambi Volleyball Club demonstrated that self-confidence has a positive and statistically significant effect on achievement motivation. Higher levels of self-confidence were associated with stronger intrinsic motivation to train consistently, overcome challenges, and achieve established performance goals. Increased confidence in physical ability, technical competence, and tactical preparedness was found to be directly related to greater motivation to compete and perform successfully. Conversely, low self-confidence reduced athletes' enthusiasm for competition, weakened their willingness to make decisive actions, and diminished their achievement motivation during critical match situations. These findings emphasize that strengthening self-confidence is a fundamental component of athlete development and is essential for maintaining consistent performance. Therefore, coaches and sports organizations are encouraged to incorporate structured psychological training, including visualization, goal setting, positive self-talk, and anxiety management, into regular training programs. Such interventions are expected to strengthen achievement motivation and contribute to sustained athletic performance and long-term competitive success.

Keywords: Self-Confidence, Achievement Motivation, Volleyball Athlete, Sports Performance

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan salah satu indikator keberhasilan pembangunan nasional yang memiliki peran strategis dalam kehidupan masyarakat. Oleh karena itu, pembinaan dan pengembangan sektor olahraga perlu diintegrasikan ke dalam kebijakan pemerintah pusat maupun daerah di setiap tingkatan sebagai bagian dari identitas dan semangat bangsa (Indrawan & Aji, 2019). Catatan sejarah Indonesia menunjukkan bahwa aktivitas olahraga tidak hanya berfungsi sebagai sarana untuk meningkatkan pola hidup sehat dan mencapai prestasi puncak, tetapi juga menjadi media perjuangan serta instrumen efektif dalam menyatukan bangsa. Melalui olahraga beregu yang kompetitif, nilai-nilai kedisiplinan, sportivitas, sikap pantang menyerah, kerja sama tim, dan keberanian mengambil keputusan dapat dibentuk secara konsisten. Salah satu cabang olahraga beregu yang digemari dan menjadi andalan di lingkungan masyarakat adalah bola voli. Bola voli merupakan cabang olahraga permainan yang bersifat multidimensional, di mana keberhasilan performa di lapangan tidak hanya ditentukan oleh satu faktor tunggal, melainkan gabungan dari aspek fisik, teknik dasar seperti *serving*, *passing*, *setting*, *spiking*, dan *blocking*, serta penerapan taktik strategi (Guntur et al., 2022).

Meskipun komponen fisik, teknik, dan taktik telah dipersiapkan melalui program latihan, permasalahan yang sering muncul di lapangan adalah ketidakmampuan atlet atau tim untuk mewujudkan performa terbaik secara maksimal pada saat pertandingan sesungguhnya. Fenomena yang sering terjadi pada atlet di tingkat klub adalah adanya masalah kedisiplinan dan kurangnya semangat yang terlihat selama sesi latihan berlangsung. Masalah semangat dan komitmen latihan ini berkaitan langsung dengan atlet saat berlatih, di mana motivasi terbukti menjadi prediktor kuat yang memengaruhi keterampilan serta penampilan individu dalam olahraga bola voli (Daryono et al., 2026; Li et al., 2025). Pada lingkungan klub bola voli, motivasi intrinsik atau dorongan dari dalam diri ditemukan lebih dominan memengaruhi keterlibatan atlet dalam mengikuti program latihan dibandingkan dengan motivasi ekstrinsik (et al., 2021). Ketika aspek motivasi dan kedisiplinan ini menurun, proses latihan menjadi tidak optimal, sehingga potensi fisik dan teknik yang luar biasa sekalipun tidak akan mampu dikeluarkan secara maksimal saat menghadapi tekanan kompetisi di arena pertandingan (Singh & Bal, 2024).

Kesuksesan seorang atlet untuk mempertahankan konsistensi performanya ditentukan berdasarkan tinggi rendahnya motivasi berprestasi yang tertanam di dalam

dirinya (Silva & Tonial, 2025). Dalam ruang lingkup olahraga, motivasi berprestasi dipandang sebagai sebuah keadaan internal atau proses yang bertugas memberi energi, mengarahkan, dan mempertahankan perilaku individu yang diarahkan secara konsisten pada pencapaian tujuan tertentu. Motivasi berprestasi merupakan dorongan kuat individu untuk selalu meningkatkan kualitas dirinya sebaik mungkin demi meraih standar keunggulan. Adanya motivasi berprestasi yang tinggi di dalam diri atlet akan menimbulkan upaya keras untuk menguasai tugasnya, mencapai hasil maksimum, mengatasi berbagai rintangan, serta memunculkan rasa bangga terhadap kemampuan mandiri yang dimilikinya.

Aspek motivasi berprestasi menjadi faktor krusial yang membedakan level performa dan tingkat kompetisi seorang atlet dalam olahraga beregu, di mana atlet yang bertanding pada level kompetisi yang lebih tinggi terbukti memiliki motivasi berprestasi serta penyesuaian emosional yang jauh lebih baik (Bhanu, 2024). Dorongan berprestasi ini akan bekerja lebih bertahan lama terhadap stabilitas performa jika didominasi oleh motivasi intrinsik atau motivasi otonom, yang membuat atlet memiliki resiliensi tinggi. Sebaliknya, ketika motivasi berprestasi atlet menurun, mereka akan lebih rentan mengalami kecemasan bertanding (*anxiety*) hingga kejenuhan ekstrem (*burnout*), ter jika berada di bawah tekanan kompetisi yang tinggi (Ingrell, 2013). Oleh karena itu, menjaga struktur motivasi berprestasi melalui orientasi target yang jelas menjadi landasan bagi atlet untuk mempertahankan penampilannya di lapangan (Svilina, 2022).

Motivasi berprestasi yang tinggi merupakan keinginan kuat untuk sukses yang melebihi rasa takut akan kegagalan (Jarvis, 2006). Salah satu teknik yang efektif untuk membangun struktur motivasi ini adalah penetapan tujuan (*goal setting*) pola SMART (Specific, Measurable, Action-related, Realistic, Timetabled) yang dikembangkan oleh Moran (Moran, 2004). Motivasi berprestasi juga dipengaruhi oleh faktor individu, salah satunya adalah efikasi diri keyakinan atlet terhadap kemampuannya yang merupakan indikator terbaik tingkat performa (Adilogullari & Senel, 2014; Jarvis, 2006).

Faktor individu berupa harapan atau keyakinan erat kaitannya dengan rasa percaya diri (*sport confidence*). Kepercayaan diri merupakan faktor internal yang memengaruhi kinerja serta motivasi atlet secara konstan. Menurut Weinberg dan Gould dalam (Satiadarma, 2000), seorang atlet yang memiliki rasa percaya diri yang baik yakin bahwa dirinya mampu menampilkan kinerja olahraga sesuai dengan harapan. Rasa percaya diri

ini memiliki hubungan erat dengan falsafah pemenuhan diri (*self-fulfilling prophecy*), di mana keyakinan akan kemampuan diri akan mendorong atlet untuk merealisasikan performa yang positif di lapangan. Kepercayaan diri dicirikan oleh keyakinan akan kemampuan sendiri yang memadai, sehingga atlet tidak mudah cemas, mampu bertindak tenang di bawah tekanan, serta memiliki fokus dan konsentrasi yang stabil saat bertanding (Lauster, 2002; Satiadarma, 2000). Secara operasional, atlet yang percaya diri memiliki karakteristik berupa: percaya pada kemampuan diri sendiri dalam menuntaskan tugas; berani mengambil keputusan secara mandiri; memiliki sikap optimis; serta mampu mengenali kelebihan dan kekurangannya untuk mencapai keberhasilan (Lauster, 2002).

Keyakinan diri yang diukur melalui kesiapan fisik, efisiensi kognitif, dan resiliensi bertanding merupakan landasan mental yang kokoh bagi atlet untuk menggerakkan motivasi prestasinya di lapangan. Relevansi hubungan ini telah banyak dikonfirmasi oleh berbagai penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa kepercayaan diri memiliki kontribusi nyata dalam membentuk motif berprestasi seorang atlet (Ravsamjani, 2021). Konsistensi hubungan positif antara kepercayaan diri dan motivasi berprestasi juga ditemukan pada atlet dari berbagai cabang olahraga, mulai dari atlet angkat besi dan angkat berat (Fortuna et al., 2023) hingga atlet beladiri Taekwondo (Sakti & Rozali, 2015). Lebih lanjut, dalam olahraga beregu seperti sepak bola, kepercayaan diri bersama dengan motivasi dan kerja sama tim secara simultan terbukti menjadi determinan dalam capaian prestasi atlet di lapangan (Apriansyah & Mukarromah, 2017). Berdasarkan serangkaian temuan tersebut, dapat ditegaskan bahwa *sport confidence* berperan secara konsisten mendorong motivasi berprestasi bagi setiap atlet.

Tuntutan untuk menyelaraskan kepercayaan diri dan motivasi berprestasi ini menjadi tantangan nyata bagi para atlet yang bernaung di dalam klub lokal, seperti Klub Bola Voli Armada Jambi. Sebagai sebuah klub beregu, para atlet di Klub Armada dituntut untuk terus menjaga eksistensi dan daya saing klub dalam berbagai turnamen tingkat daerah maupun regional. Persaingan antar-klub yang semakin ketat mengharuskan setiap pemain memiliki kesiapan mental bertanding yang prima. Namun, dalam realitas pembinaan yang berjalan di lapangan, program latihan sering kali masih terpaku dan berfokus pada penguatan aspek fisik serta penguasaan teknik semata, sedangkan pengelolaan segi mental atlet belum dibina secara maksimal.

METODE

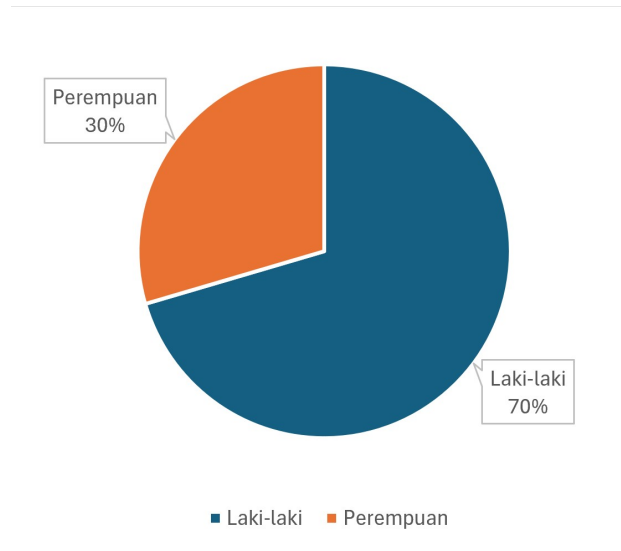
Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain asosiatif kausal yang difokuskan untuk menguji dan menganalisis arah serta besarnya pengaruh variabel independen, yaitu kepercayaan diri (*sport confidence*), terhadap variabel dependen, yaitu motivasi berprestasi pada atlet Klub Bola Voli Armada Jambi. Pendekatan kausal ini dipilih untuk memberikan gambaran empiris mengenai sejauh mana kepercayaan diri berkontribusi dalam membentuk dorongan berprestasi atlet (Haryanto, 2021). Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh atlet Klub Bola Voli Armada Jambi yang tercatat aktif, dengan jumlah total sebanyak 44 orang. Mengingat jumlah populasi yang terbatas, penelitian ini menerapkan teknik *sampling* jenuh (*total sampling*), di mana seluruh anggota populasi dijadikan sebagai responden untuk menjamin keterwakilan data yang akurat (Pratama, 2020).

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner tertutup yang disebarakan secara langsung kepada para responden. Variabel kepercayaan diri diukur dengan mengadaptasi instrumen *State Sport Confidence Inventory* (SSCI) dari Vealey (1986) yang telah dimodifikasi agar relevan dengan permainan bola voli, khususnya dimensi keterampilan fisik, efisiensi kognitif, dan resiliensi bertanding. Sementara itu, variabel motivasi berprestasi diukur menggunakan indikator pola SMART dari Moran (2004) yang mencakup aspek kejelasan target, evaluasi kemajuan, tindakan nyata, rasionalitas target, dan kedisiplinan jadwal. Seluruh instrumen penelitian telah melalui uji validitas dan reliabilitas untuk memastikan konsistensi serta akurasi data sebelum digunakan dalam penelitian lapangan (Wibowo, 2022).

Prosedur analisis data dilakukan melalui statistik deskriptif dan inferensial. Data penelitian terlebih dahulu diuji melalui serangkaian uji prasyarat, yakni uji normalitas untuk mendeteksi sebaran data dan uji linearitas untuk memastikan pola hubungan antara variabel bersifat linear (Sugiyono, 2016). Setelah syarat terpenuhi, dilakukan analisis regresi linear sederhana untuk membuktikan pengaruh kepercayaan diri terhadap motivasi berprestasi melalui uji-t secara parsial. Selain itu, pengujian koefisien determinasi (R^2) dilakukan untuk menghitung persentase kontribusi atau sumbangsih yang diberikan oleh variabel kepercayaan diri dalam memengaruhi perubahan motivasi berprestasi pada atlet Klub Bola Voli Armada Jambi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum memaparkan analisis pada variabel inti penelitian, terlebih dahulu diuraikan mengenai karakteristik demografi dari subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin. Data profil responden dari total 44 atlet Klub Bola Voli Armada Jambi disajikan secara rinci pada Gambar 1 berikut.



Gambar 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan Gambar 1 di atas, mayoritas atlet Klub Bola Voli Armada Jambi yang menjadi responden dalam penelitian ini berjenis kelamin laki-laki, yaitu sebanyak 31 orang (70,45%), sedangkan atlet berjenis kelamin perempuan berjumlah 13 orang (29,55%). Setelah mengetahui profil demografi responden, langkah selanjutnya adalah melakukan analisis statistik deskriptif untuk melihat gambaran umum penyebaran data pada masing-masing variabel. Penentuan kategori capaian variabel dalam penelitian ini didasarkan pada rumus pembagian interval kelas dari skor teoretis instrumen kuesioner. Untuk variabel Kepercayaan Diri yang terdiri dari 13 item berskala Likert 1–5, rentang skor teoretisnya berkisar antara 13 hingga 65. Sementara untuk variabel Motivasi Berprestasi yang terdiri dari 15 item, rentang skor teoretisnya berada pada rentang 15 hingga 75. Klasifikasi penilaian yang disajikan pada Tabel 1 sebagai referensi dalam menentukan status capaian variabel penelitian.

Tabel 1. Interval Kategori Variabel

Rentang Skor Kepercayaan Diri	Rentang Skor Motivasi Berprestasi	Kategori
13,00 - 23,39	15,00 - 26,99	Sangat Rendah
23,40 - 33,79	27,00 - 38,99	Rendah

33,80 - 44,19	39,00 - 50,99	Sedang
44,20 - 54,59	51,00 - 62,99	Tinggi
54,60 - 65,00	63,00 - 75,00	Sangat Tinggi

Setelah menetapkan acuan pada Tabel 1, data mentah dari 44 responden dihitung untuk mengetahui nilai rata-rata (*mean*) riil di lapangan. Hasil komputasi statistik deskriptif tersebut diringkas ke dalam Tabel 2 di bawah ini.

Tabel 2. Analisis Deskriptif

Variabel	Sampel (N)	Rata-rata (Mean)	Standar Deviasi (Std. Deviation)	Kategori
Kepercayaan Diri	44	54,97	4,68	Sangat Tinggi
Motivasi Berprestasi	44	63,22	5,21	Sangat Tinggi

Jika kita mencocokkan hasil analisis deskriptif pada Tabel 3 dengan dasar acuan pada Tabel 2, terlihat bahwa nilai rata-rata (*mean*) untuk variabel Kepercayaan Diri adalah sebesar 54,97. Angka ini berada pada rentang 54,60 - 65,00, yang berarti tingkat kepercayaan diri atlet secara umum masuk dalam kategori Sangat Tinggi. Selanjutnya, pada variabel Motivasi Berprestasi diperoleh nilai rata-rata sebesar 63,22. Nilai ini masuk ke dalam rentang 63,00 - 75,00, yang menunjukkan bahwa aspek motivasi berprestasi para atlet Klub Bola Voli Armada Jambi juga berada pada kategori Sangat Tinggi. Setelah karakteristik sebaran data deskriptif dipahami dengan jelas, analisis dilanjutkan ke tahap pengujian prasyarat statistik sebagai langkah awal sebelum menguji hipotesis regresi.

Uji normalitas diterapkan guna menguji apakah dalam model regresi, variabel pengganggu atau residual memiliki distribusi normal atau tidak. Metode yang digunakan adalah teknik *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Hasil pengujian normalitas data ini disajikan secara lengkap pada Tabel 3 berikut.

Tabel 3. Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

Parameter Uji Statistik	Kepercayaan Diri	Motivasi Berprestasi
Jumlah Sampel (N)	44	44
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,200	0,199

Berdasarkan hasil pemaparan pada Tabel 3, nilai Asymp. Sig. (2-tailed) untuk variabel Kepercayaan Diri maupun variabel Motivasi Berprestasi menunjukkan angka besar dari 0,05. Berdasarkan kaidah pengambilan keputusan statistik, apabila nilai

signifikansi lebih besar dari taraf kekeliruan $\alpha = 0,05$, maka dinyatakan bahwa data kedua variabel dalam penelitian ini berdistribusi secara Normal, sehingga aman untuk digunakan dalam analisis parametrik.

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah spesifikasi model hubungan yang digunakan berbentuk linear (garis lurus) atau tidak. Hasil pengujian korelasi dan kelinieran melalui prosedur ANOVA disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Uji Linearitas ANOVA Test

Hubungan Variabel	F-Hitung	Sig. Linearity	Ket.
Motivasi Berprestasi & Kepercayaan Diri	3061,346	0,001	Linear

Berdasarkan Tabel 5 di atas, diperoleh nilai signifikansi pada baris *Linearity* sebesar 0,001. Karena nilai signifikansi ini jauh di bawah batas kritis 0,05 ($0,001 < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Motivasi Berprestasi bersifat Linear. Dengan terpenuhinya syarat normalitas dan linearitas ini, seluruh prasyarat analisis telah terpenuhi, sehingga pengujian hipotesis menggunakan regresi linear sederhana dapat dilakukan.

Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui arah serta signifikansi pengaruh dari variabel independen Kepercayaan Diri terhadap variabel dependen Motivasi Berprestasi. Berikut hasil analisis regresi linear disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Analisis Regresi Linear

Model	Koefisien Regresi (B)	Std. Error	t-hitung	Signifikansi (p)
(Constant)	2,464	1,102	2,235	0,031
Kepercayaan Diri	1,105	0,020	55,329	0,001

Berdasarkan angka-angka koefisien yang tertera pada Tabel 5 di atas, hubungan empiris antara kedua variabel membentuk model persamaan regresi linear di mana Motivasi Berprestasi sama dengan konstanta dua koma empat enam empat ditambah satu koma seratus lima dikalikan skor Kepercayaan Diri. Persamaan regresi tersebut memberikan makna teoretis bahwa nilai konstanta sebesar 2,464 mengandung arti jika tingkat Kepercayaan Diri atlet dianggap tidak ada atau bernilai nol, maka skor dasar dari Motivasi Berprestasi yang dimiliki atlet adalah sebesar 2,464. Sementara itu, koefisien regresi variabel Kepercayaan Diri bernilai positif sebesar 1,105 yang menunjukkan arah

hubungan searah, bermakna bahwa setiap terjadi peningkatan satu satuan skor pada variabel Kepercayaan Diri, maka nilai Motivasi Berprestasi atlet Klub Bola Voli Armada Jambi akan bertambah naik secara konstan sebesar 1,105 satuan.

Untuk menguji apakah pengaruh variabel Kepercayaan Diri terhadap Motivasi Berprestasi berstatus signifikan, dilakukan pengujian secara parsial menggunakan uji-t dengan meninjau kolom t-hitung dan signifikansi pada Tabel 5 tersebut. Berdasarkan hasil pengujian, diperoleh nilai t-hitung sebesar 55,329 dengan nilai signifikansi yang sangat tinggi yaitu berada di bawah batas kritis $p < 0,001$. Oleh karena nilai signifikansi tersebut jauh lebih kecil dari taraf kekeliruan yang dipersyaratkan yaitu 0,05, maka hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima, sehingga terbukti secara empiris terdapat pengaruh positif dan signifikan dari Kepercayaan Diri terhadap Motivasi Berprestasi pada Atlet Klub Bola Voli Armada Jambi. Setelah arah hubungan dan kekuatan signifikansi pengaruhnya dibuktikan melalui uji-t secara meyakinkan, analisis data dilanjutkan ke tahap akhir untuk mengukur besarnya persentase kontribusi atau kemampuan prediktif model melalui analisis koefisien determinasi.

Analisis koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui seberapa besar persentase sumbangsih pengaruh yang diberikan oleh variabel independen terhadap variabel dependen. Nilai koefisien determinasi diperoleh melalui angka *R Square* yang terdapat pada output Model Summary kuesioner, sebagaimana seperti pada Tabel 6 berikut.

Tabel 6. Analisis Koefisien Determinasi

R	<i>R Square</i> (R^2)	Adjusted <i>R Square</i>	Std. Error of the Estimate
0,993	0,986	0,986	0,61342

Berdasarkan pada hasil analisis statistik yang disajikan pada Tabel 7, nilai Koefisien Determinasi (*R Square*) yang diperoleh di lapangan adalah sebesar 0,986. Angka statistik tersebut mengandung makna teoretis yang sangat mendalam bahwa variabel Kepercayaan Diri memberikan kontribusi atau sumbangsih pengaruh yang sangat dominan, yaitu sebesar 98,6% terhadap variasi naik-turunnya nilai Motivasi Berprestasi pada atlet Klub Bola Voli Armada Jambi. Sementara itu, sisa pengaruhnya yang terhitung sangat kecil yaitu sebesar 1,4% dikendalikan oleh faktor-faktor atau kondisi luar lainnya yang tidak ikut diamati dalam model penelitian ini.

Hasil pengujian hipotesis dalam penelitian ini membuktikan adanya pengaruh positif dan signifikan dari Kepercayaan Diri (sport confidence) terhadap Motivasi Berprestasi (achievement motivation) pada atlet Klub Bola Voli Armada Jambi. Kontribusi pengaruh sebesar 98,6% ($R^2 = 0,986$) dengan nilai signifikansi $p < 0,001$ menunjukkan bahwa kepercayaan diri menjadi faktor dalam menentukan tinggi rendahnya motivasi berprestasi atlet saat bertanding. Ketika atlet memiliki keyakinan terhadap kapasitas fisik dan taktisnya, dorongan batin untuk mencapai prestasi akan meningkat. Sebaliknya, penurunan rasa percaya diri berkontribusi pada melemahnya motivasi berprestasi saat menghadapi tekanan kompetisi.

Temuan penelitian ini sejalan dengan riset terdahulu oleh Ravsamjani (2021) terhadap atlet Sumatera Utara di PON XIX, yang menunjukkan bahwa aspek kepercayaan diri memiliki kontribusi nyata dalam membentuk motif berprestasi melalui analisis faktor konfirmatori (Ravsamjani, 2021). Konsistensi ini juga didukung oleh penelitian Fortuna dkk. (2023) pada atlet angkat besi dan angkat berat di Kalimantan Barat, yang menyimpulkan adanya hubungan positif antara kedua variabel dengan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,563 dan taraf signifikansi (p) sebesar 0,000 (Fortuna et al., 2023).

Lebih lanjut, Apriansyah dkk. (2017) dalam kajiannya pada Sekolah Sepakbola Pati Training Center menegaskan bahwa variabel kepercayaan diri, motivasi, dan kerja sama tim secara simultan memberikan sumbangsih terhadap capaian prestasi atlet di lapangan dengan total kontribusi sebesar 224,6% (Apriansyah & Mukarromah, 2017). Selain itu, temuan ini diperkuat oleh riset Sakti dan Rozali (2016) pada atlet Taekwondo Club BJTC yang menunjukkan hubungan linear yang signifikan antara kesiapan mental dan kepercayaan diri dengan nilai $r = 0,392$ dan signifikansi $p = 0,000$ (Sakti & Rozali, 2015).

Keterkaitan antara kedua variabel ini terjadi karena rasa percaya diri berfungsi meredam kecemasan bertanding (*competitive anxiety*). Ketika atlet Klub Bola Voli Armada Jambi memiliki penilaian positif terhadap kemampuan dirinya, mereka dapat mengambil keputusan taktis secara cepat di lapangan, seperti melakukan serangan smash atau blokade pertahanan. Kepercayaan diri ini menggerakkan komponen motivasi berprestasi, sehingga atlet lebih fokus pada penetapan target latihan, disiplin mengevaluasi kemajuan performa, serta gigih menjalani program latihan di bawah tekanan. Mengabaikan pembentukan kepercayaan diri atlet menjadi hambatan dalam membangun motivasi, mengingat aspek ini memegang kendali hingga 98,6% bagi motivasi internal

atlet. Oleh karena itu, implikasi praktis dari penelitian ini mengharapkan pentingnya tim pelatih Klub Bola Voli Armada Jambi untuk menerapkan program latihan mental (*mental training*) secara berkala yang diintegrasikan dengan latihan fisik rutin guna menjaga stabilitas motivasi berprestasi atlet.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan dari Kepercayaan Diri (*sport confidence*) terhadap Motivasi Berprestasi (*achievement motivation*) pada atlet Klub Bola Voli Armada Jambi. Variabel kepercayaan diri memberikan kontribusi sebesar 98,6% ($R^2 = 0,986$, $p < 0,001$) terhadap perubahan tingkat motivasi berprestasi atlet. Hal ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri merupakan faktor dominan yang menentukan tinggi rendahnya dorongan internal atlet untuk mencapai prestasi optimal. Peningkatan keyakinan atlet terhadap kemampuan fisik, taktis, dan mentalnya berkorelasi langsung dengan penguatan komitmen dalam menjalani latihan serta kesiapan menghadapi tekanan kompetisi di lapangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adilogullari, I., & Senel, E. (2014). Examination of the Relationship Between General Self-Efficacy Beliefs, Emotional Intelligence Levels and Emotional Self-Efficacy Levels of Students in School of Physical Education and Sport. *The Anthropologist*, 18(3).
- Apriansyah, B., & Mukarromah, S. B. (2017). *Kontribusi Motivasi, Kerjasama, Kepercayaan Diri terhadap Prestasi Atlet Sekolah Sepakbola Pati Training Center di Kabupaten Pati*.
- Bhanu, K. U. (2024). Exploring The Role of Psychology in Achievement Motivation in Sports A Review. *African Journal of Biomedical Research*, 945–949. <https://doi.org/10.53555/AJBR.v27i5S.7463>
- Daryono, D., Imansyah, F., Arvan Junaidi, I., Riyoko, E., Sekar Sari, P., Fajar, M., & Ramadhani, E. (2026). The influence of circuit and set training methods, gender differences, and motivation on volleyball performance in adolescent athletes. *Retos*, 74, 568–577. <https://doi.org/10.47197/retos.v74.117935>
- Fortuna, A. H., Lestari, W., & Fitlya, R. (2023). *Hubungan Kepercayaan Diri dengan Motivasi Berprestasi pada Atlet Angkat Besi dan Angkat Berat di Kalimantan Barat*.
- Guntur, G., Shahril, M. I., Suhadi, S., Kriswanto, E. S., & Nadzalan, A. M. (2022). The

- influence of jumping performance and coordination on the spike ability of young volleyball athletes. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, 26(6), 374–380. <https://doi.org/10.15561/26649837.2022.0603>
- Indrawan, J., & Aji, M. P. (2019). Olahraga sebagai Sarana Pemersatu Bangsa dan Upaya Perdamaian Dunia [Sports as an Instrument of Unifying a Nation and Achieving World Peace]. *Verity: Jurnal Ilmiah Hubungan Internasional (International Relations Journal)*, 10(20), 64–86. <https://doi.org/10.19166/verity.v10i20.1459>
- Jarvis, M. (2006). *Sport Psychology: A Student's Handbook*. Routledge.
- Lauster, P. (2002). *Tes Kepribadian*. Bumi Aksara.
- Li, N., He, X. W., & Mohamed Shapie, M. N. (2025). How Contextual Variables Influence Individual Volleyball Performance in Training: Evidence from Chinese universities. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, 14(1), Pages 154-170. <https://doi.org/10.6007/IJARPED/v14-i1/24273>
- Moran, A. P. (2004). *Sport and Exercise Psychology: A Critical Introduction*. Routledge.
- Ravsamjani, F. (2021). Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Motif Berprestasi pada Atlet Sumatera Utara di PON XIX Jawa Barat Tahun 2016. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 3(1), 1–10. <https://doi.org/10.22437/ijssc.v3i1.12656>
- Sakti, G. F., & Rozali, Y. A. (2015). *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kepercayaan Diri Pada Atlet Cabang Olah Raga Taekwondo Dalam Berprestasi (Studi Pada Atlet Taekwondo Club Bjtc, Kabupaten Tangerang)*.
- Satiadarma, M. P. (2000). *Dasar-dasar Psikologi Olahraga*. Pustaka Sinar Harapan.
- Silva, Y. J. B., & Tonial, A. G. S. (2025). Determinant motivation and its influence on the performance of elite athletes: An integrative review. *Research, Society and Development*, 14(12), e120141250397. <https://doi.org/10.33448/rsd-v14i12.50397>
- Singh, S., & Bal, B. S. (2024). Motivational correlates of sports and physical activity. *Physical Education of Students*, 28(3), 168–174. <https://doi.org/10.15561/20755279.2024.0305>
- Svilina, O. A. (2022). Assessment of the impact of structural organization of achievement motivation of athletes upon their performance. *Педагогика и Просвещение*, (1), 68–76. <https://doi.org/10.7256/2454-0676.2022.1.37599>
- Utama, R. R. S., Muharam, N. A., & Junaidi, S. (2021). *Survei Motivasi Atlet dalam Mengikuti Program Latihan di Klub Bolavoli Se Karisidenan Kediri*. 21. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/JSOPJ.57>