

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pengolahan atau Analisis Data

1. Pemaparan Data Kuantitatif

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan performa atlet bola voli Desa Kawunglarang Kecamatan Rancah Kabupaten Ciamis. Data penelitian diperoleh melalui penyebaran angket kepercayaan diri kepada atlet serta penilaian performa teknik dasar bola voli menggunakan rubrik penilaian yang meliputi lima teknik dasar, yaitu servis atas, passing bawah, passing atas, smash, dan block.

Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 12 atlet yang seluruhnya dijadikan sampel penelitian. Data yang diperoleh kemudian diolah menggunakan bantuan program IBM SPSS Statistics versi 27. Tahapan analisis data meliputi analisis statistik deskriptif, uji normalitas sebagai uji prasyarat, dan uji korelasi *Product Moment Pearson* untuk menguji hipotesis penelitian.

a. Deskripsi Data Kepercayaan Diri (Variabel X)

Hasil analisis statistik deskriptif variabel kepercayaan diri menunjukkan bahwa skor responden memiliki rata-rata (mean) sebesar 106,33 dengan standar deviasi 10,932. Nilai minimum yang diperoleh sebesar 86, sedangkan nilai maksimum sebesar 122, sehingga rentang skor sebesar 36.

Tabel 4.1 Statistik Deskriptif Kepercayaan Diri

Statistik	Nilai
Jumlah Sampel	12
Mean	106,33
Standar Deviasi	10,932
Minimum	86
Maksimum	122
Range	36

Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui bahwa tingkat kepercayaan diri atlet bola voli Desa Kawunglarang berada pada rata-rata sebesar 106,33 dari total skor yang diperoleh melalui angket penelitian. Variasi data yang ditunjukkan oleh nilai standar deviasi sebesar 10,932 menunjukkan bahwa penyebaran skor

responden masih berada dalam kategori baik.

b. Deskripsi Data Performa Atlet Bola Voli (Variabel Y)

Data performa atlet diperoleh melalui penilaian rubrik keterampilan teknik dasar bola voli yang meliputi lima aspek penilaian yaitu servis atas, passing bawah, passing atas, smash, dan block. Masing-masing aspek memiliki skor maksimum 16 sehingga total skor maksimum performa adalah 80.

Hasil analisis statistik deskriptif menunjukkan bahwa skor performa atlet memiliki rata-rata sebesar 76,83 dengan standar deviasi sebesar 2,949. Nilai minimum yang diperoleh sebesar 72, sedangkan nilai maksimum sebesar 80, sehingga rentang skor sebesar 8.

Tabel 4.2 Statistik Deskriptif Performa

Statistik	Nilai
Jumlah Sampel	12
Mean	76,83
Standar Deviasi	2,949
Minimum	72
Maksimum	80
Range	8

Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui bahwa performa atlet bola voli Desa Kawunglarang memiliki rata-rata skor sebesar 76,83. Nilai tersebut menunjukkan bahwa secara umum atlet telah mampu melakukan teknik dasar bola voli dengan baik sesuai rubrik penilaian yang digunakan dalam penelitian.

2. Uji Prasyarat Analisis

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis menggunakan analisis korelasi *Product Moment Pearson*, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal. Uji normalitas dilakukan menggunakan uji Shapiro-Wilk karena jumlah sampel penelitian kurang dari 50 responden.

a. Uji Normalitas Variabel Kepercayaan Diri

Hasil uji normalitas menunjukan nilai signifikan (sig.) sebesar 0,556.

Karena nilai signifikan lebih besar dari 0,05 ($0,556 > 0,05$), maka data kepercayaan diri berdistribusi normal.

Tabel 4.3 Uji Normalitas Variabel Kepercayaan Diri

Variabel	Sig. Shapiro-Wilk	Keterangan
Kepercayaan Diri	0,556	Normal

b. Uji Normalitas Variabel Performa

Hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikan sebesar 0,111. Karena nilai signifikan lebih besar dari 0,05 ($0,111 > 0,05$), maka data performa atlet juga berdistribusi normal.

Tabel 4.4 Uji Normalitas Variabel Performa

Variabel	Sig. Shapiro Wilk	Keterangan
Performa Atlet	0,111	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas tersebut dapat disimpulkan bahwa kedua variabel penelitian memiliki distribusi normal sehingga memenuhi syarat untuk dilakukan analisis menggunakan korelasi *Product Moment Pearson*.

3. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan performa atlet bola voli Desa Kawunglarang. Analisis dilakukan menggunakan uji korelasi *Product Moment Pearson* dengan bantuan program IBM SPSS Statistics versi 27.

Hasil pengujian menunjukkan nilai koefisien korelasi Pearson sebesar 0,625 dengan nilai signifikansi sebesar 0,030.

Tabel 4.5 Hasil Uji Korelasi Pearson

Variabel	r	Sig.	Keterangan
Kepercayaan Diri – Performa	0,625	0,030	Signifikan

Berdasarkan hasil tersebut diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,030 lebih kecil dari 0,05, sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_1) diterima. Dengan demikian terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan performa atlet bola voli Desa Kawunglarang.

Nilai koefisien korelasi sebesar 0,625 berada pada kategori kuat, sehingga dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat kepercayaan diri atlet maka cenderung semakin baik pula performa atlet dalam melakukan teknik dasar bola voli.

B. Pembahasan atau Analisis Hasil Temuan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan performa atlet bola voli Desa Kawunglarang Kecamatan Rancah Kabupaten Ciamis. Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji korelasi Product Moment Pearson diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,625 dengan nilai signifikansi sebesar 0,030. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($0,030 < 0,05$), maka hipotesis alternatif (H_1) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan performa atlet bola voli Desa Kawunglarang

Hasil tersebut menjawab rumusan masalah penelitian, yaitu terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan performa atlet bola voli. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,625 menunjukkan bahwa hubungan kedua variabel bersifat positif dengan tingkat hubungan yang kuat. Hal tersebut berarti bahwa semakin tinggi tingkat kepercayaan diri yang dimiliki atlet, maka semakin baik pula performa yang ditunjukkan dalam melakukan teknik dasar bola voli. Sebaliknya, apabila tingkat kepercayaan diri atlet rendah, maka performa yang ditampilkan juga cenderung menurun.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa aspek psikologis merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi performa atlet selain kemampuan teknik, kondisi fisik, dan taktik permainan. Atlet yang memiliki kepercayaan diri tinggi akan lebih berani mengambil keputusan saat bermain, lebih mampu mengendalikan tekanan pertandingan, tetap fokus terhadap permainan, serta memiliki keyakinan untuk menampilkan kemampuan

terbaiknya. Sebaliknya, atlet yang kurang percaya diri cenderung mudah mengalami keraguan, kehilangan konsentrasi, dan melakukan kesalahan teknik ketika menghadapi situasi pertandingan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Bandura (1997) yang menjelaskan bahwa *self-efficacy* atau keyakinan terhadap kemampuan diri memengaruhi cara seseorang berpikir, bertindak, dan menghadapi tantangan. Individu yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuannya akan lebih gigih dalam menyelesaikan tugas dan lebih mampu mengatasi hambatan dibandingkan individu yang memiliki keyakinan rendah. Dalam konteks olahraga, keyakinan tersebut akan memengaruhi kualitas performa atlet baik selama latihan maupun pertandingan.

Selain itu, hasil penelitian ini juga mendukung teori Vealey (2001) yang menyatakan bahwa *sport confidence* merupakan salah satu faktor psikologis utama yang menentukan keberhasilan atlet dalam mencapai performa optimal. Atlet dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi akan lebih mudah mempertahankan konsentrasi, mengontrol emosi, serta menunjukkan kemampuan teknik secara maksimal ketika bertanding.

Pendapat tersebut diperkuat oleh Weinberg dan Gould (2019) yang menjelaskan bahwa kepercayaan diri memiliki hubungan erat dengan performa olahraga. Atlet yang percaya terhadap kemampuannya cenderung memiliki motivasi lebih tinggi, mampu mempertahankan fokus, berani mengambil keputusan dalam situasi pertandingan, serta memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengatasi tekanan kompetisi. Oleh karena itu, peningkatan kepercayaan diri menjadi salah satu aspek penting dalam proses pembinaan prestasi olahraga.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan beberapa penelitian terdahulu. Penelitian yang dilakukan oleh Utomo, Bayu, dan Chan (2024) menunjukkan bahwa kepercayaan diri memberikan pengaruh positif terhadap *peak performance* atlet bola voli. Penelitian Novilasari dan Budiman (2025) juga menyimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara kepercayaan diri dengan akurasi servis atas atlet bola voli putra. Selain itu, penelitian Rizkun, Supriyadi, dan Susilawati (2025) menemukan bahwa kepercayaan diri

berhubungan secara signifikan dengan ketepatan smash atlet bola voli. Hasil penelitian tersebut memperkuat temuan dalam penelitian ini bahwa kepercayaan diri merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap performa atlet bola voli.

Meskipun demikian, nilai koefisien korelasi sebesar 0,625 menunjukkan bahwa kepercayaan diri bukan merupakan satu-satunya faktor yang menentukan performa atlet. Performa atlet bola voli dipengaruhi pula oleh berbagai faktor lain seperti kondisi fisik, penguasaan teknik dasar, kemampuan taktik, pengalaman bertanding, intensitas latihan, motivasi, dukungan pelatih, serta kondisi psikologis lainnya. Dengan demikian, peningkatan performa atlet tidak hanya dilakukan melalui pembinaan mental, tetapi juga harus diimbangi dengan peningkatan aspek fisik, teknik, dan taktik secara berkelanjutan.

Implikasi dari hasil penelitian ini adalah bahwa pelatih perlu memberikan perhatian yang lebih besar terhadap pembinaan aspek psikologis atlet, khususnya kepercayaan diri. Pembinaan tersebut dapat dilakukan melalui pemberian motivasi, latihan mental, evaluasi yang membangun, pemberian pengalaman bertanding secara bertahap, serta menciptakan suasana latihan yang mampu meningkatkan keyakinan atlet terhadap kemampuan yang dimilikinya. Dengan meningkatnya kepercayaan diri, diharapkan atlet mampu menunjukkan performa yang lebih optimal baik dalam latihan maupun pertandingan.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Jumlah sampel yang digunakan relatif sedikit, yaitu hanya 12 atlet, sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan secara luas. Selain itu, penelitian ini hanya meneliti satu variabel psikologis, yaitu kepercayaan diri, sehingga belum menggambarkan secara menyeluruh faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi performa atlet bola voli.

Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar, melibatkan atlet dari beberapa klub atau daerah, serta menambahkan variabel lain seperti motivasi berprestasi, kecemasan bertanding, mental *toughness*, pengalaman bertanding, atau dukungan sosial

sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi performa atlet bola voli.