

## Kontribusi Motivasi, Kerjasama, Kepercayaan Diri terhadap Prestasi Atlet Sekolah Sepakbola Pati *Training Center* di Kabupaten Pati

Beni Apriansyah<sup>✉</sup>, Sulaiman & Siti Baitul Mukarromah

Prodi Pendidikan Olahraga, Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang

### Info Artikel

*Sejarah Artikel*  
Diterima:  
Desember 2016  
Disetujui:  
Januari 2017  
Dipublikasikan:  
Agustus 2017

*Keywords:*  
motivation,  
cooperation,  
self-confidence,  
achievement

### Abstrak

Olahraga prestasi adalah kegiatan olahraga yang dilakukan dan dikelola secara profesional dengan tujuan untuk memperoleh prestasi optimal. Prestasi dipengaruhi aspek psikologi diantaranya motivasi, kerjasama dan kepercayaan diri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kontribusi motivasi, kerjasama dan kepercayaan diri terhadap prestasi atlet di sekolah sepakbola Pati *training centre* di Kabupaten Pati. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan analisis korelasi regresi. Variabel bebas adalah motivasi, kerjasama, kepercayaan diri dan variabel terikat prestasi atlet sepakbola. Instrumen penelitian menggunakan angket untuk variabel bebas sedangkan prestasi menggunakan model penilaian keterampilan bermain sepakbola dalam *small side game*. Populasi berjumlah 33 atlet pengambilan sampel menggunakan total sampling. Teknik analisis data menggunakan korelasi regresi ganda dengan bantuan SPSS. Hasil penelitian: (1) kontribusi motivasi terhadap prestasi atlet PTC sebesar 24,4%, (2) kontribusi kerjasama terhadap prestasi atlet PTC sebesar 18,8%, (3) kontribusi kepercayaan diri terhadap prestasi atlet PTC sebesar 13,3%, (4) kontribusi motivasi dan kerjasama terhadap prestasi atlet PTC sebesar 24,4%, (5) kontribusi motivasi dan kepercayaan diri terhadap prestasi atlet PTC sebesar 24,6%, (6) kontribusi kerjasama dan kepercayaan diri terhadap prestasi atlet PTC sebesar 19,6%, (7) kontribusi motivasi, kerjasama dan kepercayaan diri terhadap prestasi atlet PTC sebesar 24,6%.

### Abstract

*Sport of achievement is a sport which is organized professionally aimed at reaching maximum achievement. The achievements influenced by aspects of psychology such as motivation, cooperation and confidence. This study is aimed at analysing the correlation of motivation, cooperation and self confidence with the athlete's achievement of Pati training centre (PTC) football school in Pati regency. This research is quantitative research using regression correlation analysis. Independent variables were motivation, cooperation, self-confidence, meanwhile dependent variable was achievement the football athlete. Questionnaires was used for data of independent variable meanwhile achievement as the source of dependent variable data using assessing model on skill playing football in a small side game. This study used 33 athletes as population and all of them became samples particularly total sampling method. Data analysis technique used was double regression correlation which was computed in SPSS program. The results of study were: (1) the Contribution of motivation with football athlete's achievement PTC club was 24.4%, (2) the Contribution of cooperation with football athlete's achievement PTC club was 18.8%, (3) the Contribution of self-confidence with football athlete's achievement PTC club was 13.3%, (4) the Contribution of motivation and cooperation with football athlete's achievement PTC club was 24.4%, (5) the Contribution of motivation and self-confidence with football athlete's achievement PTC club was 24.6%, (6) the Contribution of cooperation and self-confidence with football athlete's achievement PTC club was 19.6%, (7) the Contribution of motivation, cooperation and self-confidence with football athlete's achievement PTC club was 24.6%.*

© 2017 Universitas Negeri Semarang

<sup>✉</sup> Alamat korespondensi:  
Kampus Unnes Kelud Utara III, Semarang, 50237  
E-mail: [beniporunnes@gmail.com](mailto:beniporunnes@gmail.com)

## PENDAHULUAN

Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial. Sekarang ini olahraga tidak hanya atau tidak lagi dijadikan sebagai pemersatu suatu bangsa, tetapi olahraga sekarang banyak dimanfaatkan sebagai pendidikan, rekreasi, kesehatan, dan prestasi. Olahraga dapat digunakan sebagai media untuk membina sikap disiplin dan kerjasama (Husdarta, 2011). Olahraga prestasi tidak dihasilkan dengan mudah dibutuhkan bakat, latihan, pelatih yang baik, bahkan semangat yang tinggi untuk mendapatkan prestasi. Pada saat sekarang banyak para pelatih mulai mengerti, bahwa prestasi yang tinggi tidak hanya tergantung pada segi teknis semata, namun faktor non teknis seperti motivasi, rasa percaya diri, faktor emosional, kerjasama serta kepribadian atlet. Faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi yang optimal pada atlet yaitu: faktor fisik, teknis, dan psikologis (Adisasmito, 2007).

Memiliki motivasi yang baik bisa menampilkan suatu keberhasilan baik secara individu maupun kelompok. Motivasi yang baik memungkinkan setiap individu dapat bekerja lebih baik dalam kelompoknya. Penampilan yang baik pasti ditunjukkan dengan adanya motivasi dan keterampilan yang baik pula sehingga memungkinkan tujuan mereka akan tercapai. Seseorang harus memiliki motivasi yang kuat dalam olahraga prestasi, motivasi yang kuat sesuatu yang sulit menjadi mudah untuk dilakukan, sesuatu yang berat menjadi ringan untuk dilaksanakan, artinya dengan motivasi yang tinggi sesuatu yang tidak mungkin menjadi mungkin.

Kerjasama merupakan sifat sosial bagian dari kehidupan masyarakat yang tidak bisa dielakkan oleh manusia dalam kehidupan sehari-hari. Masyarakat yang telah berkembang maju, menempatkan kerjasama sebagai indikator keberhasilan mereka. Dalam bidang olahraga sangat dibutuhkan kerjasama tim untuk mencapai suatu tujuan atau prestasi. Menurut Coakley dalam Mylsidayu (2014) proses

keberhasilan kinerja dapat diukur dan dihargai adalah kerjasama. Kerjasama didefinisikan sebagai proses sosial melalui performa yang dinilai dan dihargai dengan istilah sekumpulan prestasi dari kelompok orang yang bekerjasama untuk mencapai tujuan tertentu. Selaras dengan pendapat diatas menurut Garfield dalam Mylsidayu (2014) sifat yang berhubungan dengan kerjasama seseorang dalam mencapai prestasi adalah misi dalam memotivasi orang-orang yang punya misi yang sangat alami karena pentingnya terikat pada sesuatu yang dinikmati dan percayai.

Proses keberhasilan kinerja yang diukur dari kerjasama harus juga disertai dengan kepercayaan diri, karena kepercayaan diri memiliki korelasi yang signifikan terhadap prestasi Zinnser dalam (Komarudin, 2013). Kepercayaan diri berisi keyakinan yang terkait dengan kekuatan, kemampuan diri untuk melakukan dan meraih sukses, serta bertanggung jawab terhadap apa yang telah ditetapkan oleh dirinya. Kepercayaan diri sangat penting untuk sebuah performa, kepercayaan diri membangkitkan emosi-emosi positif. Kesenangan, antusiasme, dan keringanan yang mendampingi kepercayaan diri dalam melakukan suatu performa akan memotivasi untuk melakukan aksi leluasa, kuat, cepat, dan mengalir.

Kepercayaan diri merupakan hal yang sangat berharga yang harus dimiliki oleh setiap individu, tanpa disadari kepercayaan diri turut memberikan dorongan dan motivasi kepada setiap individu untuk berkarya dan berani menampilkan kelebihan yang dimiliki. Semua tentu saja mempengaruhi kepuasan dari keberhasilan yang dicapai. Sebagaimana dikemukakan oleh Lie (2003) bahwa seseorang yang percaya diri dapat menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang sesuai dengan tahapan perkembangan dengan baik, merasa berharga, mempunyai keberanian, dan kemampuan untuk meningkatkan prestasinya, mempertimbangkan berbagai pilihan, serta membuat keputusan sendiri.

Rasa percaya diri yang tinggi mengembangkan individu dalam proses interaksi dengan masyarakat, teman dan lingkungannya,

mengarah membandingkan dirinya dengan temannya dalam kompetisi dan juga perasaan keyakinan dan keberanian karena keberhasilan atau kegagalan adalah bentuk upaya dari percaya diri (Verma, 2014). Kepercayaan diri dapat dibentuk melalui interaksi individu dengan lingkungan atau aktifitas dengan orang lain. Seorang pembina atau pelatih harus mampu menanamkan sikap percaya diri kepada atlet binaannya

Olahraga cabang sepakbola merupakan olahraga permainan yang diminati dari berbagai kalangan. Hal ini dikarenakan permainan sepakbola dapat dilakukan oleh siapa saja, mulai dari anak-anak sampai orang dewasa, baik laki-laki maupun perempuan. Penggemar sepakbola berasal dari segala usia terutama pada kalangan pelajar dan mahasiswa bisa merasakan bahwa sepakbola adalah olahraga yang menyenangkan, kompetitif, mendidik, menghibur, dan menyehatkan. Keterampilan bermain sepakbola tidak hanya cukup dengan latihan saja tapi harus di perhatikan dari segi psikisnya juga.

Hasil dari observasi dan wawancara dengan Bapak Margono sebagai pelatih di sekolah sepakbola Pati *Training Center* (PTC) mengatakan bahwa atlet tersebut terlihat tidak memperlihatkan minat mereka dalam berlatih, atlet menunjukkan keengganan, cenderung merasa cepat bosan pada saat latihan. Pernyataan itu berbanding terbalik dengan pendapat Mylsidayu (2014) menyatakan siswa/atlet yang memiliki motivasi yang tinggi akan memperlihatkan minat yang besar, perhatian yang penuh terhadap tugas-tugas belajar/latihan, memusatkan fisik dan psikis, tidak mengenal rasa bosan atau menyerah/kalah, apalagi putus asa.

Atlet pada saat bermain cenderung secara individual dalam menguasai bola dan tidak mementingkan kawan mainnya. Permainan sepakbola adalah permainan dimana dua tim memainkan dan memperebutkan bola diantara para pemain dengan tujuan dapat memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang dari kemasukan bola, oleh karena itu kerjasama tim merupakan kebutuhan di permainan sepakbola yang harus dipenuhi oleh setiap pemain, karena kemenangan tidak dapat

diraih secara perseorangan dalam permainan tim. Permainan sepakbola berarti mutlak harus ada kerjasama tim dalam sebuah permainan, karena olahraga sepakbola dimainkan secara beregu dan kolektivitas akan mencapai prestasi.

Atlet yang masih kurang tepat dalam mengambil keputusan, atlet masih ragu akan kemampuan yang dimiliki oleh dirinya sendiri, sehingga atlet itu sendiri menjadi tegang dan putus asa dalam menghadapi tugas-tugasnya. Pernyataan diatas berbanding terbalik dengan pendapat Komarudin (2015) bahwa atlet yang memiliki kepercayaan diri berarti atlet dapat melakukan tugas-tugasnya dengan baik, atlet percaya kepada kemampuan dirinya untuk memperoleh keterampilan yang dibutuhkannya baik fisik maupun mental. Berdasarkan paparan dari latar belakang di atas maka peneliti akan melakukan suatu penelitian yang berjudul Kontribusi Motivasi, Kerjasama dan Kepercayaan Diri terhadap Prestasi Atlet di Sekolah Sepakbola Pati *Training Center* (PTC) di Kabupaten Pati.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif non eksperimental, dimana peneliti mengkaji fakta-fakta yang telah terjadi. Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasi dimana dalam penelitian jenis ini, peneliti berusaha menghubungkan suatu variabel dengan variabel lain. Pendekatan kuantitatif dipergunakan karena variabel-variabel yang menjadi obyek penelitian ini mempunyai hubungan sebab akibat (kausal) antar variabel, tetapi dapat diklasifikasikan, kongkret, teramati dan terukur. Variabel tersebut selanjutnya dicari apakah ada hubungan antar variabel tersebut.

Populasi dalam penelitian ini adalah atlet sekolah sepakbola pati *training centre* di Kabupaten Pati Jawa Tengah berjumlah 33 atlet. Pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik total sampling, dimana data populasi diambil secara keseluruhan untuk dijadikan sampel.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Motivasi mempunyai peranan yang sangat penting dalam melaksanakan proses tugas untuk mencapai prestasi olahraga. Hubungan antara motivasi dengan kegiatan olahraga keduanya tidak dapat berdiri sendiri, keduanya saling mendukung dan saling berpengaruh terhadap hasil akhir atlet yang mengikuti kegiatan olahraga diawali dengan motivasi yang baik, maka akan mendatangkan hasil yang baik. Sebaliknya apabila atlet yang mengikuti kegiatan olahraga diawali dengan motivasi yang rendah maka akan memperoleh hasil yang jelek, disajikan pada tabel 1.

**Tabel 1.** Hasil Kategori Nilai Variabel dari Atlet Pati Training Center di Kabupaten Pati

Variabel	Jumlah atlet	%	Kategori
Motivasi	10	30,30	Baik
Kerjasama	12	36,36	Baik
Kepercayaan diri	15	45,45	Cukup
Prestasi	25	75,75	Baik

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan ada kontribusi motivasi dengan prestasi atlet sepakbola di sekolah sepakbola Pati *training centre* di Kabupaten Pati, sumbangannya dapat dilihat dari koefisien korelasi ( $r$ ) yang diperoleh yaitu sebesar 0,494 dan termasuk dalam kategori cukup. Sumbangan efektifitasnya dapat dilihat dari  $R$  square yaitu sebesar 24,4%.

Hasil pengujian terhadap hipotesis menyatakan bahwa ada kontribusi motivasi terhadap prestasi atlet di sekolah sepakbola Pati *training centre* ternyata terbukti. Hal ini berarti terjadi kesesuaian antara hipotesis dengan data yang ada sekaligus menguatkan pandangan (Muskanan, 2014) Pemberian dorongan untuk mengingatkan atlet-atlet agar mereka bersemangat dan dapat mencapai hasil sebagaimana yang dicita-citakan dan diharapkan dari atlet yakni peningkatan motivasi untuk berprestasi olahraga. Sesuai juga dengan pendapat (Adisasmito, 2007) motivasi merupakan energi psikologi yang sangat penting,

tidak hanya dalam bertanding melainkan juga dalam memelihara serta menyesuaikan kegiatan motorik selama proses latihan, artinya motivasi mengarahkan keseluruhan daya penggerak di dalam diri atlet yang menjamin kelangsungan latihan dan memberi arah pada kegiatan latihan untuk mencapai tujuan yang dikehendaki.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan (Periyadi, 2015) mengatakan bahwa atlet menjadi putus asa, depresi, menurunnya semangat dan sulitnya mengembangkan diri. Dari harga koefisien korelasi yang bertanda positif tersebut menunjukkan bahwa hubungan yang terjadi merupakan hubungan positif yang artinya semakin tinggi motivasi maka akan semakin tinggi prestasi dan sebaliknya semakin rendah motivasi maka akan semakin rendah prestasi yang dihasilkan.

Olahraga sepakbola adalah permainan tim sehingga diperlukan kerjasama antar individu untuk memenangkan permainan jadi kerjasama tim sangat penting dalam permainan sepakbola. Kerjasama disesuaikan dengan tugas dan tanggung jawab di lapangan. Kerjasama diartikan sebagai tindakan melakukan pekerjaan pada waktu yang sama. Sebagai olahraga tim satu sama lain saling membantu, mendorong, mengingatkan, atau mengarahkan pada saat bertahan atau menyerang. Dalam permainan Sepakbola kerjasama tim merupakan hal yang utama. Tanpa kerjasama antara anggota maka permainan sepakbola tidak akan mencapai kemenangan.

Sesuai penelitian ini, kerjasama memiliki kontribusi dengan prestasi atlet di sekolah sepakbola Pati *training centre*, sumbangannya yang diberikan oleh kerjasama terhadap hasil prestasi atlet sepakbola di sekolah sepakbola Pati *training centre* dapat dilihat dari koefisien korelasi ( $r$ ) yang diperoleh yaitu sebesar 0,434 dan termasuk dalam kategori cukup. Sumbangan efektifitasnya dapat dilihat dari  $R$  square yaitu sebesar 18,8%.

Sesuai dengan pendapat Apriono (2011) kerjasama adalah kumpulan/kelompok yang terdiri dari beberapa orang anggota yang saling membantu dan saling tergantung satu sama lain dalam melakukan suatu kegiatan untuk

mencapai tujuan bersama. Individu-individu yang ada dalam kelompok tersebut mempunyai tanggungjawab yang sama, sehingga tujuan yang diinginkan akan bisa dicapai oleh mereka, apabila mereka saling bekerjasama.

Dengan demikian semakin baik kerjasama, maka akan semakin baik prestasi yang dihasilkan, demikian pula sebaliknya apabila kerjasama atlet rendah maka akan semakin rendah pula prestasi yang diraih.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada kontribusi kepercayaan diri terhadap prestasi atlet di sekolah sepakbola Pati *training centre*, sumbangan yang diberikan oleh kepercayaan diri terhadap prestasi atlet di sekolah sepakbola Pati *training centre* dapat dilihat dari koefisien korelasi sebesar 0,364 dan termasuk kategori cukup. Sumbangan efektifitasnya dapat dilihat dari *R square* yaitu sebesar 13,3%.

Kontribusi kepercayaan diri terhadap prestasi atlet di sekolah sepakbola Pati *training centre* sesuai dengan pendapat Zinnser dalam (Komarudin 2015) menjelaskan bahwa penampilan terbaik adalah korelasi langsung antara kepercayaan diri yang tinggi dan keberhasilan performa olahraga. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang merupakan modal dasar dan terbentuk melalui proses latihan dan interaksi dengan lingkungan sosial (Komarudin, 2013).

Selain itu penelitian Yulianti, dkk (2006) menyatakan bahwa kurang percaya diri tidak akan menunjang tercapainya prestasi yang tinggi. Kurang percaya diri berarti juga meragukan kemampuan diri sendiri, dan ini jelas merupakan bibit ketegangan, khususnya pada waktu menghadapi pertandingan melawan pemain yang seimbang kekuatannya, sehingga ketegangan pada waktu bertanding tersebut merupakan bibit kekalahan.

Salah satu aspek yang dapat menunjang prestasi adalah sikap percaya diri, percaya diri anak dimaksudkan di sini bahwa kepercayaan diri itu adalah suatu kepercayaan terhadap kemampuan seseorang yang diwujudkan dalam bentuk kompetensi.

Data hasil analisis data motivasi dan kerjasama memberikan sumbangan yaitu 0,494

artinya kontribusinya cukup. Sumbangan efektifitasnya dapat dilihat dari *R square* sebesar 24,4%. Dengan memiliki motivasi yang baik serta didukung kerjasama yang baik maka akan menghasilkan prestasi yang baik, dibandingkan dengan motivasi dan kerjasama yang rendah akan menghasilkan prestasi yang rendah.

Berdasarkan hasil di atas sesuai dengan pernyataan (Komarudin, 2013) menyatakan bahwa "Ketahanan mental merupakan sebuah keterampilan mental yang harus dimiliki atlet". Ketahanan mental termasuk tahan melakukan kerjasama dalam dinamika pertandingan, interaksi antar anggota tim, serta tekanan pihak lawan. Motivasi dan kerjasama harus dilatih agar terjalin baik terutama pada saat tekanan permainan dan beragam perbedaan antara anggota tim yang sangat beragam. Kerjasama harus diwujudkan dalam permainan yang ketat maupun ditengah perbedaan karakteristik tim.

Berdasarkan pada analisis regresi berganda diperoleh ada kontribusi dari motivasi dan kepercayaan diri terhadap prestasi pada atlet di sekolah sepakbola Pati *training centre* dengan memberikan sumbangan yaitu 0,496 artinya kontribusinya cukup. Sumbangan efektifitasnya dapat dilihat dari *R square* sebesar 24,6%. jika dicermati lebih lanjut secara bersama-sama kedua prediktor memiliki kontribusi. Mencermati hal tersebut, motivasi dan kepercayaan diri merupakan gabungan dari unsur psikologis.

Dalam suatu pertandingan motivasi dan kepercayaan diri sangat diperlukan untuk menguasai pertandingan dan dapat menampilkan kemampuan terbaiknya. Motivasi dalam pertandingan terdiri dari dua yaitu motivasi ekstrinsik dan motivasi intrinsik. Begitupun kepercayaan diri sangat dibutuhkan dalam suatu pertandingan. Untuk mempunyai motivasi dan kepercayaan diri yang baik maka atlet harus dapat mengeluarkan kemampuan terbaiknya dan jika telah memiliki motivasi dan kepercayaan diri yang baik maka prestasi yang tinggi akan dapat dicapai.

Berdasarkan pada analisis regresi berganda diperoleh hasil ada kontribusi yang berarti dari kerjasama dan kepercayaan diri terhadap prestasi pada atlet di sekolah sepakbola Pati *training centre*

dengan memberikan sumbangan yaitu 0,443 artinya kontribusinya cukup. Sumbangan efektifitasnya dapat dilihat dari R square sebesar 19,6%. kontribusi masing-masing prediktor baik kerjasama dan kepercayaan diri memiliki kontribusi dengan prestasi, jika dicermati lebih lanjut maka secara bersama-sama kedua prediktor memiliki kontribusi yang sangat baik. Mencermati hal tersebut kerjasama dan kepercayaan diri merupakan hal yang penting didalam pertandingan sepakbola.

Faktor psikologis merupakan hal yang sangat penting di dalam permainan sepakbola apalagi pada saat pertandingan sangat berpengaruh pada prestasi yang akan dicapai. Atlet sepakbola diharapkan dapat bekerjasama dalam bermain dan mempunyai kepercayaan diri yang baik didalam bertanding sehingga dapat mengeluarkan kemampuan terbaiknya.

Berdasarkan pada analisis regresi berganda diperoleh ada kontribusi motivasi, kerjasama, dan kepercayaan diri terhadap prestasi atlet di sekolah sepakbola Pati *training centre*. Kontribusi masing-masing prediktor yaitu motivasi, kerjasama, dan kepercayaan diri memiliki kontribusi dengan prestasi atlet di sekolah sepakbola Pati *training centre*. Jika dicermati lebih lanjut secara bersama-sama ketiga prediktor memiliki kontribusi yang disumbangkan oleh motivasi, kerjasama dan kepercayaan diri terhadap prestasi atlet di sekolah sepakbola Pati *training centre* sebesar 0,496 artinya kontribusinya cukup. Sumbangan efektifitasnya dapat dilihat dari R square sebesar 24,6%. Mencermati hal tersebut motivasi, kerjasama, dan kepercayaan diri merupakan hal yang perlu pada olahraga sepakbola terutama pada atlet usia dini.

Motivasi merupakan salah satu komponen faktor psikologis atlet yang sangat diperlukan pada seluruh cabang olahraga untuk mencapai prestasi yang tinggi. Kerjasama merupakan suatu modal utama dalam permainan sepakbola, jadi kerjasama dalam sepakbola mutlak untuk dilakukan untuk memenangkan pertandingan dan meraih prestasi. Kepercayaan diri adalah dimana atlet harus memiliki keyakinan yang tinggi untuk menghadapi pertandingan disaat menghadapi pertandingan apalagi menghadapi

lawan yang lebih hebat. Kegunaan faktor psikologis adalah agar atlet dapat menampilkan kemampuan terbaik yang ia miliki dengan kata lain atlet tersebut dapat tenang, fokus dan mampu memenangkan suatu pertandingan.

## SIMPULAN

Berdasarkan analisis data penelitian dan pembahasan dalam tesis ini maka dapat disimpulkan: (1) Ada kontribusi antara motivasi terhadap prestasi atlet di sekolah sepakbola Pati *training centre* di Kabupaten Pati sebesar 24,4%. (2) Ada kontribusi antara kerjasama terhadap prestasi atlet di sekolah sepakbola Pati *training centre* di Kabupaten Pati sebesar 18,8%. (3) Ada kontribusi antara kepercayaan diri terhadap prestasi atlet di sekolah sepakbola Pati *training centre* di Kabupaten Pati sebesar 13,3%. (4) Ada kontribusi antara motivasi dan kerjasama terhadap prestasi atlet di sekolah sepakbola Pati *training centre* di Kabupaten Pati sebesar 24,4%. (5) Ada kontribusi antara motivasi dan kepercayaan diri terhadap prestasi atlet di sekolah sepakbola Pati *training centre* di Kabupaten Pati sebesar 24,6%. (6) Ada kontribusi antara kerjasama dan kepercayaan diri terhadap prestasi atlet di sekolah sepakbola Pati *training centre* di Kabupaten Pati sebesar 19,6%. (7) Ada kontribusi motivasi, kerjasama dan kepercayaan diri terhadap prestasi atlet di sekolah sepakbola Pati *training centre* di Kabupaten Pati sebesar 22,6%.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adisasmito, L. 2007. *Mental Juara Modal Atlet Berprestasi*. Jakarta: PT. Raja.
- Apriono, D. 2011. Meningkatkan Keterampilan Kerjasama Siswa Dalam Belajar Melalui Pembelajaran Kolaboratif. *Prospektus*. 9(2).
- Husdarta. 2011. *Sejarah Dan Filsafat Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Komarudin. 2013. *Psikologi Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Komarudin. 2015. *Psikologi Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

- Lie, A. 2003. *Menjadi Orang Tua Bijak 101 Cara menumbuhkan Percaya Diri Pada Anak*. Jakarta: PT Media Komputindo.
- Muskanan, K. 2014. Faktor Intrinsik, Faktor Ekstrinsik, dan Faktor Motivasi Berprestasi. *Journal Kebijakan Publik*. Volume 5.
- Mylsidayu, A. 2014. *Psikologin Olahraga*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Periyadi, A. 2015. Hubungan Motivasi, Agresivitas dan Mental terhadap Prestasi Olahraga Beladiri Taekwondo pada Atlet Kyoreugi Sumatera Selatan. *Tesis. Perpustakaan Pascasarajana Unnes*.
- Verma, I. das. 2014. Relationship between Self Confidence & Sports Achievment of Post Graduate Students of Knipss, Sultanpur. *International Jurnal of Human Movements Sports & Allied Sciences*. Volume 1.
- Yulianto, F. dkk. 2006. Kepercayaan Diri dan Prestasi Atlet Taek Kwon Do Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Universitas Dipenogoro*. Vol 3. No 1.