

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia adalah negara yang dikenal memiliki berbagai macam suku, budaya, ras, adat-istiadat, dan lain-lain. Budaya adalah hasil karya cipta manusia yang dilakukan secara berulang-ulang sehingga menjadi suatu kebiasaan (Masiadi, Roslan & Jabar, 2020). Kebudayaan dapat di artikan sebagai suatu sistem keteraturan dari makna dan simbol-simbol. Individu dengan pengetahuan dan pengalamannya dapat mendefinisikan, mengekspresikan perasaan-perasaan dan membuat penilaian dalam proses waktu perkembangan kebudayaan (Mardotillah & Zein, 2017).

Kebudayaan merupakan pedoman bagi warga masyarakat dalam menjalani kehidupan. Kebudayaan itu memiliki unsur secara universal yaitu sistem organisasi kemasyarakatan, sistem universal religi dan keagamaan, sistem pengetahuan, sistem bahasa, sistem ekonomi, sistem teknologi, dan sistem kesenian. Salah satu bentuk sistem kesenian adalah pencak silat (Teng, 2017). Pencak silat merupakan salah satu ragam budaya Indonesia yang diturunkan oleh nenek moyang dan sudah cukup lama keberadaannya. Pencak silat ini merupakan sebagai bagian dari kebudayaan yang berkembang sesuai dengan sejarah perkembangan masyarakat Indonesia. Pencak silat yaitu olahraga beladiri yang banyak mengandung unsur-unsur pembelaan diri seperti: hindaran, elakan, bantingan, serangan (pukulan dan tendangan), dan kuncian. Pada setiap perguruan pencak silat memiliki jurus silat seni beladiri yang berbeda. Pencak silat merupakan hasil budi dan akal manusia yang ada dari sebuah proses perenungan, pembelajaran, dan pengamatan (Dewi, Setiawan & Yuliandi, 2018).

Indonesia memiliki beraneka ragam pencak silat yang berkembang selama berabad-abad. Aliran pencak silat tersebut diantaranya adalah Perisai diri, Merpati Putih, Cimande, Persinas ASAD, dan salah satu yang paling besar adalah Persaudaraan Setia Hati Terate yang biasa disingkat menjadi PSHT (ITB, 2016). Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) didirikan oleh Ki Hadjar Hardjo Oetomo yang merupakan salah satu murid dari Eyang Suro Diwiryo pada tahun 1922 di

desa Pilangbango kodya Madiun (Fauzan, 2012). PSHT memiliki azas berdasarkan Pancasila yang mengandung lima aspek ajaran yaitu persaudaraan, olahraga, bela diri, seni, dan kerohanian atau spiritual. Aspek persaudaraan tersebut akan membantu seseorang untuk dapat hidup bermasyarakat, aspek olahraga dan beladiri akan membantu seseorang untuk mendapatkan kesehatan jasmani, semangat dan pemberani, aspek seni berkaitan dengan estetika hal tersebut dapat membuat jiwa menjadi lebih indah jika bergerak, indah jika berbicara, indah jika dipandang, sedangkan kerohanian yaitu suatu ilmu olah jiwa untuk membentuk manusia agar memiliki kepribadian yang baik dan berwibawa untuk menambah religiusitas. Jadi setiap aspek yang terkandung dalam pencak silat itu sangat berarti untuk melengkapi upaya pembentukan karakter pada generasi muda yang memiliki budi pekerti luhur atau benar dan salah (Zakaria, 2012).

PSHT tersebar di berbagai wilayah seluruh Indonesia. PSHT merupakan organisasi pencak silat dengan jumlah sekitar 8 juta di seluruh Indonesia dan memiliki cabang di 236 kabupaten atau kota di Indonesia. Bahkan, PSHT juga memiliki cabang di beberapa negara luar Indonesia. Perguruan ini memiliki cabang di Belanda, Rusia, Malaysia, Timor Leste, Hongkong, Korea Selatan, Jepang, Belgia, hingga Prancis. Hal tersebut menjadikan PSHT sebagai salah satu perguruan pencak silat terbesar di Indonesia (Ilafi, 2020). Pencak silat PSHT juga memiliki prestasi saat mewakili Indonesia bertanding di negara lain. Selain itu PSHT juga merupakan pencak silat terbaik di Jawa Timur. Menurut berita di potretkota.com kejuaraan yang digelar di GOR Jayabaya Kota Kediri peserta atlet yang pernah mengikuti kejuaraan pencak silat di tingkat Jawa Timur yakni sebanyak 577 atlet pesilat dari seluruh cabang PSHT di Jawa Timur yang digelar di kota Kediri pada 18 Oktober 2022. Orang yang mengikuti PSHT itu disebut dengan warga, akan tetapi ada warga yang memiliki bakat sehingga mengikuti seleksi untuk menjadi atlet yang mewakili perguruan PSHT saat ada pertandingan di kampus-kampus, kota, daerah, nasional ataupun internasional.

Sukadiyanto (2010) mendefinisikan atlet atau olahragawan sebagai seseorang yang menggeluti (menekuni) dan aktif melakukan latihan untuk meraih

prestasi pada cabang olahraga yang dipilihnya. Pengertian professional menurut Charles (2006) adalah suatu hal yang bersangkutan dengan profesi dan mengharuskan adanya pembayaran untuk melakukannya. Jadi atlet professional adalah seseorang yang menggeluti dan aktif melakukan latihan untuk meraih prestasi dan mendapat hadiah atau bayaran apabila memperoleh juara. Atlet merupakan seorang olahragawan yang mengikuti perlombaan, atlet juga merupakan individu yang memiliki keunikan tersendiri (Setiadarma, 2000). Atlet memiliki beberapa karakteristik yang melekat pada dirinya. Karakteristik psikologis atau aspek-aspek psikologis yang melekat pada atlet akan berpengaruh terhadap keberhasilan atlet tersebut. Karakteristik psikologis tersebut mencakup motivasi intrinsik, kepercayaan diri, keyakinan diri (efikasi diri), perhatian yang terkontrol, *arousal* yang terkontrol, kecemasan yang terkontrol, dan kewaspadaan diri (Cox, 2007).

Kenyataannya banyak juga orangtua yang tidak sedikit mengetahui bahwa anaknya telah mengikuti kejuaraan pencak silat, mereka orang tua mengetahui anaknya hanya mengikuti latihan pencak silat yang tersebar diberbagai desa. Orangtua seharusnya meluangkan waktu sedikit untuk mengantar dan mendampingi anaknya untuk mengetahui kebutuhan anak untuk mencapai prestasi yang terbaik diajang kejuaraan pencak silat tersebut, efikasi diri rendah juga bisa disebabkan ketika seorang atlet juga kurang percaya diri bahwa dirinya mampu untuk mengikuti pertandingan dengan baik ketika mendapatkan lawan main yang lebih banyak memiliki pengalaman atau jam terbangnya sudah tinggi, yang ketiga rasa efikasi diri rendah juga bisa disebabkan karena atlet tersebut kurang mempersiapkan dirinya atau kurang latihan saat akan mengikuti pertandingan. Masalah dan tantangan seperti ini akan menimbulkan kurangnya keyakinan pada kemampuan diri individu untuk mencapai target yang di inginkan. Ada dua faktor yang mempengaruhi hambatan yang dihadapi para atlet pencak silat ini yaitu faktor internal yang dimana faktor ini terdapat dalam diri individu sendiri dan faktor eksternal terdapat dari luar individu semisal kurangnya dukungan, kurangnya saran, atau kurangnya perhatian dari orang lain. Oleh karena itu

disamping keberadaan orang lain di sekitar yang memberikan dukungan dari luar, atlet juga perlu memiliki kesiapan diri untuk menghadapi tantangan dan kesulitan dalam proses penyesuaian diri dengan lingkungan, khususnya kesiapan diri saat mengikuti pertandingan. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Purwantoga dkk., 2022) peran orangtua dalam mendukung prestasi anak yang mengikuti latihan pencak silat PSHT di Ranting Megaluh masuk dalam kategori cukup. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sakti & Rozali, 2015) terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada atlet club BJCT. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi kepercayaan diri yang dimiliki atlet tersebut. Begitupun sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diberikan kepada atlet, maka akan semakin rendah kepercayaan diri pada atlet.

Menggeluti dunia per-atletan perlu mempunyai keyakinan untuk menjalaninya sampai hasil yang diinginkan tuntas. Keyakinan untuk mencapai hasil yang diinginkan tuntas disebut dengan efikasi diri. Menurut Bandura (1997) efikasi diri merupakan hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau penghargaan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan yang ada pada dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan. Efikasi diri tidak langsung muncul begitu saja, namun ada perkembangan dalam timbulnya efikasi diri. Efikasi diri merupakan unsur kepribadian dalam diri seseorang yang berkembang melalui pengamatan-pengamatan individu terhadap akibat-akibat tindakannya dalam situasi tersebut. Kemampuan mempersepsikan secara kognitif terhadap kemampuan yang dimiliki memunculkan sebuah keyakinan atau kemantapan diri yang digunakan sebagai landasan agar individu berusaha semaksimal mungkin untuk mencapai target yang telah ditetapkan. Atlet dapat menumbuhkan efikasi diri melalui pengalaman. Hal tersebut didukung oleh pernyataan Bandura (1997) bahwa efikasi diri dapat ditumbuhkan dan dipelajari melalui empat sumber yang mempengaruhi efikasi diri yaitu (1) pengalaman kinerja (*performance experiences*) merupakan faktor yang didasari oleh pengalaman-pengalaman yang

dialami individu secara langsung. (2) pengalaman orang lain (*vicarious experiences*) merupakan pengalaman dari orang lain yang memberi contoh penyelesaian. (3) persuasi verbal (*verbal persuasion*) faktor ini mengacu pada informasi tentang kemampuan seseorang yang disampaikan secara verbal oleh orang yang berpengaruh sehingga dapat meningkatkan efikasi diri, individu yang meyakini bahwa kemampuan yang dimiliki mampu untuk mewujudkan keinginannya. (4) kondisi fisiologis dan emosional (*emotional arousal*) kondisi fisiologis dan kondisi emosional ikut mempengaruhi efikasi diri, apabila individu mengalami situasi yang menekan tersebut maka dapat mempengaruhi keyakinan akan kemampuan yang ada pada dirinya dalam menghadapi tugas. Apakah orang itu merasa cemas dan khawatir yang dapat menurunkan efikasi atau sebaliknya memiliki *passion* (bergairah) yang dapat menaikkan efikasi diri.

Salah satu faktor yang mempengaruhi efikasi diri yaitu persuasi verbal (*verbal persuasion*), dorongan atau dukungan secara verbal dari orang lain atau pujian secara verbal yang dapat bersifat mendorong individu untuk lebih berusaha dan mencapai keberhasilan (Bandura, 1997). Menurut Nida (2015) persuasi merupakan usaha perubahan sikap individu dengan memasukkan ide, pikiran, pendapat dan bahkan fakta baru lewat pesan-pesan komunikatif. Pesan yang disampaikan dengan sengaja dimaksudkan untuk menimbulkan kontradiksi dan inkonsistensi diantara komponen sikap individu atau diantara sikap dan perilakunya sehingga mengganggu kestabilan sikap yang sudah ada dan membuka peluang terjadinya perubahan perilaku melalui lisan dan tulisan. Setiap permasalahan yang timbul akan mampu untuk diatasi dan diselesaikan jika mendapatkan suatu dorongan yang membuat individu yakin dan percaya pada kemampuannya.

Efikasi diri yang tinggi sangat berperan dalam memberikan sumbangan yang bermakna dalam proses kehidupan individu, karena efikasi diri mampu untuk melakukan sesuatu pada atlet, maka akan timbul motivasi diri atlet untuk melakukan hal-hal terbaik dalam mencapai prestasi yang tertinggi. Pada wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap pelatih atlet pencak silat Jawa

Timur, seorang atlet yang dukungan sosialnya kurang secara moril atau materiil bisa membuat efikasi diri seorang atlet rendah. Menurut (Bandura, 1997) efikasi diri adalah keyakinan dalam diri mengenai kemampuan mereka untuk menghasilkan pencapaian yang diinginkan. Menurut Bandura (1997) efikasi diri dapat dilihat melalui tiga dimensi sebagai berikut : 1.) *Level* (Tingkat kesulitan) pada dimensi ini mengacu pada tingkat kesulitan tugas dan individu merasa mampu untuk menyelesaikan tugasnya. Ketika individu dihadapkan pada tugas dengan tingkat kesulitan yang berbeda-beda, maka efikasi diri individu akan terbatas pada tugas-tugas yang mudah, sedang, atau yang sulit sekalipun. Hal tersebut bergantung pada batas kemampuan individu dalam menyelesaikan tugas sesuai dengan tingkat kesulitannya. 2.) *Generality* (generalisasi) dimensi ini mengacu pada berbagai situasi yang dihadapi, individu yakin dengan kemampuan yang dimiliki dalam menghadapi beragam situasi, mulai dari aktivitas yang biasa dilakukan sampai pada aktivitas yang belum pernah dilakukan dalam menyelesaikan tugas atau mendapatkan situasi sulit yang berbeda dari sebelumnya. 3.) *Strength* (Kekuatan) dimensi ini berkaitan dengan kuatnya keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimiliki dalam melakukan tugas tertentu. Hal ini mengacu pada ketahanan dan keuletan individu dalam menyelesaikan tugasnya. Individu yang memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuan diri sendiri akan berusaha lebih keras dan bertahan dalam melakukan tugasnya meskipun mengalami kesulitan dan rintangan, sedangkan individu yang tidak memiliki keyakinan yang kuat dengan kemampuan dirinya maka akan cenderung menghindari tugas yang sulit.

Bandura (1997) mengidentifikasi tiga kategori utama dalam efikasi diri (1) perilaku pilihan, yaitu seseorang yang mampu mengerjakan tugas-tugasnya dengan merasa kompeten dan yakin akan kemampuan yang dimiliki serta dapat memilah tugas yang tidak perlu dilakukan, (2) usaha dan ketekunan, yaitu seberapa besar usaha yang dilakukan seseorang untuk melakukan tugas, seberapa lama mereka bertahan pada saat menghadapi suatu masalah, dan seberapa tangguh mereka menghadapi situasi tersebut, (3) pola pikir dan reaksi emosional efikasi

diri mempengaruhi stress dan kecemasan yang dialami individu saat melakukan tugas dan pencapaian mereka.

Namun demikian efikasi diri bervariasi dari satu situasi lainnya tergantung dari kompetensi yang dibutuhkan pada aktivitas yang berbeda, ada atau tidak adanya orang lain, kompetensi yang dirasakan oleh orang-orang lain, khususnya jika orang tersebut adalah competitor, kecenderungan untuk menghadapi kegagalan daripada keberhasilan serta keadaan fisiologis yang menyertai. Keyakinan pada kemampuan diri individu sangatlah diperlukan, karena bisa berdampak besar pada individu tersebut. Keyakinan pada kemampuan diri dapat disebut dengan *self efficacy*. Seorang atlet yang memiliki keyakinan pada kemampuan mereka sendiri, akan lebih gampang mengatasi permasalahan atau hambatan yang ada ketika akan mengikuti kompetisi pertandingan, tanpa memiliki rasa takut bahwa dirinya akan kalah atau menang dalam sebuah kompetisi pertandingan tersebut. Hal yang melatarbelakangi seorang atlet tidak memiliki keyakinan diri yang baik adalah ketika mereka kurang memiliki dukungan dari orang yang berada di sekitarnya, sehingga atlet tersebut akan merasa bahwa dirinya merasa khawatir, tertekan serta takut akan kegagalan dalam menghadapi suatu pertandingan. Kondisi tersebut dapat menghambat seorang atlet dalam mengikuti kompetisi pertandingan, hal ini disebut dengan efikasi diri rendah yang dimiliki oleh seorang atlet (Permana, Harahap & Astuti, 2015).

Perkembangan pencak silat saat ini cenderung mengarah pada olahraga prestasi dengan kompetisi yang tinggi, sehingga mendorong para atlet untuk meningkatkan kemampuan yang dimiliki. Untuk olahraga prestasi lebih mengarah dalam persaingan yang di akhiri “menang atau kalah” dalam pihak-pihak yang ikut serta dalam kompetisi tersebut. Maka dari itu latihan sangat perlu dalam pencapaian sebuah prestasi, karena untuk mencapai sebuah prestasi pencak silat para atlet pasti memiliki dukungan dari teman-teman, tim, dan yang paling berpengaruh yaitu dukungan orangtua. Orangtua menjadi sumber pertama semangat serta kemampuan para atlet untuk melakukan apapun termasuk bertanding dalam kejuaraan pencak silat (Purwantoga dkk., 2022).

Dukungan sosial adalah dukungan yang mengacu pada kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diberikan kepada orang lain atau kelompok kepada individu. Individu yang mendapatkan dukungan sosial akan memiliki keyakinan bahwa dirinya merasa dicintai, bernilai (Sarafino & Smith, 2017). Adanya dukungan sosial merupakan cara untuk dapat memotivasi diri untuk yakin dan percaya akan kemampuan yang dimiliki sehingga bisa mencapai target yang diinginkan. Ada empat aspek yang ada pada dukungan sosial yaitu meliputi; (1) dukungan emosional dan penghargaan merupakan bentuk dukungan yang diekspresikan melalui empati, perhatian, kasih sayang, kepedulian individu terhadap individu lain, memberikan suatu penghargaan positif terhadap individu, dukungan atau persetujuan tentang ide-ide atau perasaan dari individu tersebut dan perbandingan positif dari individu dengan orang lain yang keadaanya lebih baik atau lebih buruk. (2) dukungan instrumental, merupakan bentuk dukungan langsung yang di wujudkan dalam bentuk bantuan material atau jasa yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah-masalah secara praktis. (3) dukungan informasi, merupakan dukungan yang diungkapkan dalam bentuk pemberian nasihat atau saran, penghargaan, bimbingan atau pemberian umpan balik, mengenai apa yang dilakukan individu, guna untuk memecahkan masalah yang dihadapi. (4) dukungan pertemanan atau dukungan jaringan sosial yang dimana bentuk dukungannya dengan memberikan rasa kebersamaan dalam kelompok serta berbagi dalam hal minat dan aktivitas sosial.

Dukungan sosial memberikan efek dimana individu merasa tidak sendiri serta mendapatkan dukungan dalam berbagai bentuk sehingga bisa bertahan menghadapi masa yang sulit. Masa-masa sulit atlet ini dapat terkait dengan organisasi olahraga, adaptasi lingkungan fisik dan cuaca dalam setiap momen pertandingan diberbagai lokasi yang berbeda, termasuk tekanan dalam latihan dan pertandingan. Dukungan sosial juga memegang peranan yang sangat penting saat para atlet sedang bertanding. Beberapa riset telah menegaskan bahwa besarnya dukungan sosial bagi atlet di berbagai aktivitas terkait kehidupan olahraga yang ditekuninya. Saat seseorang didukung oleh lingkungannya maka segalanya akan

terasa lebih mudah, dan hal tersebut juga di alami oleh atlet, baik saat menjalani masa-masa pelatihan maupun pertandingan (Sari & Thamrin, 2020).

Orang yang mendapatkan dukungan sosial keluarga yang tinggi maka akan banyak mendapatkan dukungan emosional tinggi, individu akan merasa mendapatkan dorongan yang tinggi dari anggota keluarganya. Apabila penghargaan untuk individu tersebut besar, maka akan meningkatkan kepercayaan diri. Apabila individu memperoleh dukungan instrumental, individu akan merasa bahwa dirinya mendapatkan fasilitas yang memadai dari keluarga. Apabila individu mendapatkan dukungan informatif yang banyak, individu akan merasa bahwa dirinya memperoleh perhatian dan pengetahuan (Adicondro & Purnamasari, 2011). Dukungan sosial adalah derajat dukungan yang diberikan kepada individu khususnya sewaktu dibutuhkan oleh orang-orang yang memiliki hubungan emosional yang dekat dengan orang tersebut, dukungan sosial dapat merujuk pada kenyamanan, kepedulian, harga diri atau segala bentuk bantuan yang diterima individu dari orang lain atau kelompok. Dukungan sosial datang dari berbagai pihak, seperti dari keluarga, pasangan, teman, rekan kerja, atasan, juga dari dokter atau psikolog (Sakti & Rozali, 2015).

Dukungan sosial adalah kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh teman atau anggota keluarga. Dukungan sosial juga dapat dilihat dari banyaknya kontak sosial yang terjadi atau yang dilakukan individu dalam menjalin hubungan dengan sumber-sumber yang ada di lingkungan. Dukungan sosial dianggap memberikan pengaruh yang penting bagi kesehatan mental individu (Buserova dkk., 2020). Dukungan sosial yang diberikan dari keluarga berupa penerimaan, perhatian dan rasa percaya maka akan meningkatkan kebahagiaan dalam diri individu. Kebahagiaan yang diperoleh individu membuat individu termotivasi untuk terus berusaha mencapai tujuannya. Jadi dukungan sosial dari keluarga akan membantu individu dalam menyelesaikan suatu masalah. Oleh sebab itu, dapat diketahui bahwa dukungan sosial dari keluarga dapat memiliki peranan yang cukup penting untuk individu dalam mengatur proses belajarnya (Hasibuan & Bangun, 2019).

Cabang olahraga pencak silat, baik pada kategori tanding maupun kategori seni, membutuhkan efikasi diri yang sangat tinggi. Atlet juga harus yakin dengan kemampuan yang dimilikinya untuk bisa mencapai prestasi yang maksimal. Atlet yang mempunyai rasa efikasi diri yang tinggi, akan mampu menghadapi hambatan saat pertandingan, serta mampu tetap bersikap fokus, tidak mudah ragu-ragu dan tenang pada setiap pertandingan. Efikasi diri pada seseorang membantu mereka untuk menentukan pilihan dan usaha agar lebih maju, memperoleh kegigihan dan ketekunan yang ditunjukkan melalui usahanya mencapai suatu target yang telah dituju, serta mampu mengelola tingkat kecemasan yang lebih baik pada saat menghadapi kesulitan. Perkembangan efikasi diri seseorang dipengaruhi oleh beberapa hal, salah satunya yaitu peran pelatih. Seorang pelatih dapat meyakini kemampuan yang dimiliki oleh atlet. Sehingga atlet tersebut memiliki kepercayaan diri selama proses pertandingan. Pendekatan yang dilakukan oleh pelatih dalam meningkatkan efikasi diri atlet bertujuan untuk memperbaiki diri dan merefleksikan diri atas kelemahan diri dalam proses latihan selama ini (Zagoto, 2019).

Menurut penelitian terdahulu (Aulia & Indrawati, 2017) menunjukkan ada hubungan positif antara dukungan sosial orangtua dengan efikasi diri pada pemain futsal putri di Universitas Diponegoro Semarang. Menurut penelitian (Faza & Kustanti, 2018) menunjukkan ada hubungan positif antara dukungan sosial orangtua dengan efikasi diri menghafal Al-qur'an pada santri hafidz di Pondok Pesantren Modern Al-qur'an dan Raudlotul Huffadz. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah menggunakan variabel yang sama yaitu dukungan sosial dengan efikasi diri, sementara perbedaannya terkait subjek penelitian dan tempat penelitian yang akan diteliti beda dengan penelitian yang sebelumnya, tujuan penelitian terdahulu untuk melihat korelasi sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti untuk melihat pengaruh.

Dalam olahraga seperti pencak silat, atlet-atlet pada umumnya dihadapkan dengan situasi-situasi yang penuh ketegangan, untuk mengatasinya dibutuhkan

rasa efikasi diri yang baik. Psikologi sangat berperan penting untuk meningkatkan kemampuan seorang atlet. Semua itu tidak terlepas dari kecerdasan emosi, dimana efikasi diri merupakan salah satu komponen dari kecerdasan emosi. Seorang atlet yang memiliki rasa efikasi diri yang tinggi, motivasi berprestasi yang tinggi pasti akan selalu bersifat optimis dengan berpikir positif bahwa dirinya mampu sesuai dengan kemampuan dan kapasitas yang ada pada dirinya. Sebagai atlet yang telah berada ditingkat lanjut dan memiliki pengalaman bertanding yang sudah cukup banyak, pesilat pada perguruan PSHT seharusnya mempunyai dukungan sosial yang baik dan tentunya paham akan pentingnya dukungan sosial diri saat pertandingan untuk mencapai yang maksimal prestasi. Sebab dukungan sosial sangat penting untuk menunjang efikasi diri pada perannya dalam berkiprah pada prestasi. Berdasarkan uraian diatas peneliti menyimpulkan bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah dukungan sosial berpengaruh terhadap efikasi diri pada atlet pencak silat PSHT?

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, rumusan masalah penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh antara dukungan sosial terhadap efikasi diri pada atlet pencak silat PSHT ?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap efikasi diri pada atlet pencak silat PSHT ?

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil dari penelitian ini diharapkan bisa menjadi referensi dan memperkaya kajian ilmu Psikologi, khususnya pada psikologi sosial dan

psikologi olahraga agar mengetahui seberapa besar pengaruh dukungan sosial terhadap efikasi diri pada atlet PSHT.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Atlet

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan beberapa cara pengembangan baru yang dapat digunakan untuk menunjang tercapainya prestasi pada atlet. Serta memberikan gambaran tentang efikasi diri dan dukungan sosial yang diterima supaya atlet bisa lebih yakin terhadap kemampuan yang dimiliki, salah satunya bisa berdampak pada prestasi yang dimiliki oleh atlet.

2. Bagi Pelatih

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran efikasi diri yang dapat bermanfaat untuk pelatih dalam melakukan pengembangan atlet baik dari sisi latihan, target pertandingan, peningkatan kinerja fisik, dan psikis yang mengacu pada pencapaian prestasi pada saat pertandingan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi dan rujukan bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti tentang dukungan sosial dan efikasi diri.