

## Hubungan antara Persepsi Atlet Taekwondo Junior pada Program Latihan dengan Motivasi Berprestasi

*The Relationship between Perception of Junior Taekwondo Athletes in Training Program with Achievement Motivation*

**Zhaifa Kharisia Equata, Munawir Yusuf, Tri Rejeki Andayani**

Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran  
Universitas Sebelas Maret

### ABSTRAK

Motivasi berprestasi adalah dorongan untuk mengerjakan sesuatu supaya menjadi lebih baik atau lebih efisien dari sebelumnya. Persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan adalah penilaian, penafsiran dan pandangan atlet junior terhadap pelaksanaan pedoman latihan yang telah direncanakan oleh pelatih. Atlet junior yang pernah mengalami kegagalan saat bertanding, pada kejuaraan selanjutnya akan mengalami kondisi bahwa atlet takut gagal lagi. Adanya dukungan dari pengurus, pelatih serta teman-teman latihan akan menambah semangat serta motivasi atlet, maka ketakutan akan kegagalan berkurang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan dengan motivasi berprestasi.

Penelitian ini menggunakan studi populasi 50 atlet taekwondo junior Kota Surakarta, dengan ciri usia 13-18 tahun dan aktif mengikuti latihan. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah Skala Persepsi Atlet Taekwondo Junior pada Program Latihan dengan validitas 0,302 – 0,886 serta reliabilitas *Cronbach's Alpha* 0,949 dan Skala Motivasi Berprestasi dengan validitas 0,452 – 0,873 serta reliabilitas *Cronbach's Alpha* 0,962. Analisis data menggunakan teknik korelasi *product moment* Pearson.

Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,531;  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) artinya ada hubungan positif yang signifikan antara persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan dengan motivasi berprestasi pada atlet taekwondo junior. Semakin positif persepsi pada program latihan, maka akan semakin tinggi motivasi berprestasi pada atlet taekwondo junior.

**Kata kunci:** persepsi pada program latihan, motivasi berprestasi, atlet taekwondo junior

---

### PENDAHULUAN

---

Keinginan atlet junior untuk berprestasi bersumber pada kebutuhan masing-masing atlet. Atlet junior meletakkan titik berat yang berlainan mengenai kebutuhan dan keinginan atlet itu sendiri. Apabila keinginan dan kebutuhan meraih keberhasilan tersebut tidak dapat dicapai, atlet akan berusaha mencapainya dengan berlatih keras serta mengikuti berbagai kompetisi, dan di sini

dimulai karir seseorang sebagai atlet. Kebutuhan tersebut oleh McClelland (1987) dikenal dengan istilah *need for achievement* atau motivasi berprestasi. McClelland (1987), menggunakan istilah *n-Ach (need for achievement)* atau motivasi berprestasi yaitu kebutuhan untuk meraih hasil atau prestasi. Motivasi berprestasi ditemukan pada pikiran yang berhubungan dengan melakukan sesuatu yang baik, lebih baik dari sebelumnya dan lebih efisien.

Motivasi berprestasi diharapkan akan meningkat jika atlet junior memiliki persepsi yang positif terhadap program latihan. Oleh sebab itu, pelatih dituntut agar dapat menyusun dan merencanakan program latihan sesuai porsi atlet junior dan komposisi lebih menarik. Adanya program latihan yang terencana baik dari pelatih untuk atlet junior, maka terbuka peluang bagi atlet junior untuk meningkatkan motivasi berprestasi.

Harapan untuk memiliki motivasi berprestasi tinggi tidak semua terlaksana dengan baik, hal ini karena banyak faktor yang mempengaruhinya. Dapat dikatakan dalam olahraga tidak hanya ditanamkan aspek fisik dan psikis saja, tetapi juga sikap mental. Ini berarti bahwa faktor tersebut akan mempengaruhi persepsi seseorang terhadap segala respon dan perilaku yang ditampilkan (Maksum, 2007).

Seorang atlet mempersepsikan program latihan dipengaruhi oleh pemahaman tentang program latihan. Suranto (dalam Suharnan, 2005) menambahkan persepsi antara atlet junior satu dengan yang lain menjadi berbeda walaupun dalam kejadian atau kondisi maupun situasi sama, disebabkan karena beberapa faktor antara lain luasnya pengetahuan, tingkat pendidikan, dan pengalaman atlet junior itu sendiri. Pengalaman atlet taekwondo junior pengalaman berlatih antara pelatih satu dengan lainnya yang memiliki ciri atau khas masing-masing akan diserap dan dipahami

atlet. Adanya peningkatan mengenai perkembangan dan metode baru setiap tahunnya dalam program latihan taekwondo serta membekali atlet dengan pengetahuan-pengetahuan olahraga sangat bermanfaat untuk atlet, sebab atlet dapat memperbaiki kesalahannya secara bertahap.

Marro (dalam Wijanarko, 2009) menjelaskan program latihan merupakan suatu pedoman mengikat secara tertulis berisi cara-cara yang ditempuh untuk mencapai tujuan masa mendatang yang telah ditetapkan. Melalui persepsi ini atlet akan memberikan pemaknaan tersendiri terhadap program latihan dari pelatih, pemaknaan tersebut dapat bersifat positif maupun negatif. Sama halnya dengan seorang siswa atau pelajar yang memiliki persepsi mengenai program belajar mengajar oleh guru.

Persepsi atlet junior pada program latihan merupakan penilaian dan penginterpretasian atlet terhadap latihan yang diterimanya. Untuk menciptakan program latihan tentu harus didukung oleh penyediaan fasilitas, sarana dan prasarana latihan yang memadai. Dibuatnya suatu program latihan di tempat-tempat latihan dimaksudkan untuk mengembangkan dan meningkatkan kualitas pelatihan serta menghasilkan atlet yang berkualitas.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara persepsi atlet

taekwondo junior pada program latihan dengan motivasi berprestasi.

---

## DASAR TEORI

---

Segala *motif* seseorang hingga memiliki motivasi untuk melakukan program latihan yang sudah direncanakan dengan baik, sebaiknya berasal dari dalam diri sendiri (Suharnan, 2005). Penting bagi seseorang membangkitkan motivasi diri dalam kegiatan olahraga, baik yang dipersiapkan untuk pertandingan maupun tujuan lain, yakni menanamkan pengertian yang berkaitan dengan cabang yang ditekuni atau kegiatan olahraga. Dengan demikian akhirnya diharapkan individu-individu akan dapat menentukan atau menetapkan sendiri tentang target yang ingin dicapai, sehingga sebagai konsekuensi dari target tersebut seseorang akan memiliki kesadaran sepenuhnya harus melakukan latihan secara benar dan teratur.

Menurut Aprilanida (2010) tidak terlalu mengherankan apabila dalam suatu kegiatan akan banyak melihat ada individu begitu rajin dan tekun melakukan kegiatan, berusaha mencapai prestasi lebih baik, dan tidak mudah puas dengan hasil yang dicapai, sementara ada pula individu sudah merasa puas dengan prestasi yang sedang-sedang saja dan tidak terdorong untuk meraih prestasi lebih baik. Bahkan ada pula individu yang terlihat asal-asalan dalam melakukan

kegiatan, mudah putus asa, dan menganggap tugas yang diterima sebagai beban.

Kesuksesan dan keberhasilan dalam bidang olahraga hampir disetiap usaha yang dilakukan tidak akan mungkin dicapai oleh atlet junior dengan cara mudah jika atlet junior tidak memiliki motivasi untuk berprestasi, karena motivasi berprestasi adalah orientasi seorang atlet untuk memperoleh hasil semaksimal mungkin dengan dasar kemampuan tetap bertahan sekalipun gagal, dan berupaya menyelesaikan tugas sebaik-baiknya karena merasa bangga mampu menyelesaikan tugas (Gill, dalam Satiadarma, 2000). Kegiatan latihan tidak hanya tergantung pada pelatih yang selalu dituntut dapat melatih secara profesional saja, melainkan peran aktif atlet junior dalam proses latihan juga sangat menentukan keberhasilan proses berlatih. Latihan dan melaksanakan tugas dalam pertandingan merupakan kebutuhan pokok yang harus dipenuhi oleh atlet junior.

Taekwondo merupakan olahraga berprestasi secara individual, namun membutuhkan adanya suatu motivasi supaya atlet junior mencapai hasil maksimal dalam pertandingan. Istilah motivasi berprestasi itu sendiri sering didengar, dalam olahraga apapun sangat dibutuhkan adanya istilah tersebut supaya individu-individu yang terjun di lingkungan olahraga dapat meraih keberhasilan. Kerja keras atlet junior akan

melahirkan perjuangan untuk mencapai apa yang dicita-citakan.

Menurut Walgito (1989) faktor internal yang menunjang motivasi berprestasi adalah persepsi. Peran persepsi atlet pada program latihan akan sangat penting menunjang keberhasilan maupun motivasi berprestasi atlet junior, apabila dalam proses latihan menjelang pertandingan atlet junior tidak berlatih sendiri, namun atlet junior membutuhkan partner atau lawan. Seperti analisis eksperimen yang dikemukakan oleh Davis, Huss dan Backer pada tahun 1995 (dalam Sarwono, 1999), hasilnya adalah bahwa keberadaan lawan (kompetitor) mampu melepaskan energi-energi terpendam dan meningkatkan usaha dalam pertandingan olahraga. Faktor yang melepaskan energi terpendam tersebut dinamakan faktor *dynamogenic*.

Program latihan akan mengantarkan atlet junior mengenal bentuk-bentuk latihan yang direncanakan dan diorganisir pelatih sesuai dengan porsi atlet. Melalui penghayatan dalam program latihan, atlet junior akan memperoleh pengalaman bernilai yang akhirnya membantu meningkatkan kemampuan atlet junior itu sendiri.

Kenyataannya, tidak semua atlet junior mampu melaksanakan pedoman dari pelatih tersebut. Saat ditunjuk oleh pelatih untuk melakukan sparing dengan partner masing-masing, atlet junior belum mengeluarkan

energi penuh sebab partner merupakan rekan sendiri, berbeda saat diadakan latihan tanding dengan *dojang* atau klub lain, partner yang atlet junior hadapi adalah rekan dari *dojang* lain.

Prakteknya, program latihan masih ada kendala dalam proses berlatih yang membuat motivasi berprestasi atlet junior menurun, kendala tersebut adalah latihan yang berlebihan atau *overtraining*. Penelitian Hollander, Mayers dan Unes tahun 1995 (dalam Sarwono, 1999), latihan yang berlebihan atau *overtraining* memberi dampak negatif baik pada atlet maupun pelatih, yaitu bosan, lelah, motivasi dan kegembiraan menurun, stres, sasaran prestasi tidak tercapai, serta terjadi peningkatan kecelakaan. Latihan yang berlebihan ini dapat diatasi dengan merumuskan tujuan, sistem *reward* dan pengaturan jadwal yang tepat.

Berbagai pengalaman mengenai program latihan oleh pelatih akan dapat dimaknai dan dipahami serta bermanfaat atau tidak bagi atlet junior. Melalui persepsi ini atlet akan memberikan pemaknaan tersendiri terhadap program latihan dari pelatih, dapat bersifat positif maupun negatif, karena persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan adalah penilaian, penafsiran dan pandangan atlet junior terhadap pelaksanaan pedoman latihan yang telah direncanakan oleh pelatih. Pemaknaan positif pada program latihan nantinya berpengaruh pada keyakinan atlet untuk meraih keberhasilan.

Persepsi positif atlet junior terhadap program latihan berarti atlet junior akan memberikan penilaian secara positif atau penilaian baik terhadap pedoman pelatihan yang sudah direncanakan oleh pelatih. Melalui motivasi berprestasi yang dimiliki atlet junior, maka pedoman pelatihan tersebut akan dilaksanakan dengan baik untuk mencapai tujuan tertentu.

Berdasarkan uraian diatas, persepsi yang ada dalam diri atlet junior mampu memberikan penilaian yang baik untuk program latihan dari pelatih, sehingga atlet dapat meraih keberhasilan serta mencapai cita-cita. Selain itu, persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan untuk meraih keberhasilan dan kesuksesan tersebut diperlukan motivasi berprestasi tinggi.

---

#### METODE PENELITIAN

---

Populasi dalam penelitian ini adalah atlet taekwondo junior Kota Surakarta yang berjumlah 50 atlet, terdiri dari tiga *dojang* (tempat latihan taekwondo), antara lain *dojang* PMS (Perkumpulan Masyarakat Surakarta), *dojang* Koguryu Manahan dan *dojang* Power Sport.

Metode pengumpulan data dengan menggunakan alat ukur berupa skala psikologi dengan jenis skala Likert. Skala psikologi yang digunakan, yaitu: Skala Motivasi Berprestasi, berdasarkan aspek

motivasi berprestasi yang dikemukakan oleh McClelland (1987), meliputi : kreatif inovatif, ukuran atas hasil dan umpan balik, tanggung jawab pribadi, pemilihan tugas, dan berorientasi sukses. Nilai validitas skala bergerak dari 0,452 – 0,873, sedangkan reliabilitas skala yang ditunjukkan dengan koefisien Alpha sebesar 0,962. Skala Persepsi Atlet Taekwondo Junior pada Program Latihan berdasarkan aspek menurut Walgito (1989) dan komponen program latihan dari Gunarsa (2008), meliputi : kognitif teknik, kognitif fisik, kognitif mental, afektif teknik, afektif fisik, afektif mental, konasi teknik, konasi fisik, konasi mental. Nilai validitas skala bergerak dari 0,302 – 0,886, sedangkan reliabilitas skala yang ditunjukkan dengan koefisien Alpha sebesar 0,949.

---

#### HASIL- HASIL

---

Untuk menguji hubungan antara persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan dan motivasi berprestasi, peneliti menggunakan analisis korelasi *Product Moment*. Analisis menggunakan bantuan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 16.0.

#### Uji Normalitas

Hasil uji normalitas dengan menggunakan teknik *Kolmogorov Smirnov*, motivasi berprestasi diperoleh nilai signifikansi sebesar  $0,321 > 0,05$ , sedangkan persepsi

atlet taekwondo junior pada program latihan diperoleh nilai signifikansi  $0,254 > 0,05$ . Oleh karena nilai signifikansi untuk seluruh variabel lebih besar dari  $0,05$ , dapat disimpulkan bahwa data pada variabel motivasi berprestasi dan persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan sebaran normal.

### Uji Linearitas

Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan antara persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan dan motivasi berprestasi diperoleh *Sig.* pada kolom *Linierity* sebesar  $0,000$  ( $p < 0,05$ ). Dapat disimpulkan bahwa hubungan antara masing-masing variabel bebas dengan variabel tergantung bersifat linier.

### Uji Hipotesis

Hasil analisis menunjukkan bahwa besarnya koefisien korelasi antara variabel persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan dan motivasi berprestasi ialah sebesar  $0,531$  dengan nilai *Sig.*  $0,000$  ( $p < 0,05$ ). Artinya, hipotesis pada penelitian ini diterima, sehingga dapat dinyatakan bahwa ada hubungan positif antara persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan dengan motivasi berprestasi.

### Kontribusi

Nilai koefisien determinan menghasilkan angka  $R^2 = 0,282$ , atau dapat dikatakan bahwa kontribusi persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan terhadap

motivasi berprestasi ialah sebesar  $28,2\%$ . Sisanya sebesar  $71,8\%$  dipengaruhi atau dijelaskan oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

### Analisis Deskriptif

Hasil kategorisasi pada skala motivasi berprestasi dapat diketahui bahwa subjek secara umum memiliki tingkat motivasi berprestasi yang tinggi dengan rerata empirik  $93,62$ , serta pada skala persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan subjek pada tingkatan tinggi dengan rerata empirik  $98,48$ .

---

## PEMBAHASAN

---

Hasil dari penelitian menunjukkan diterimanya hipotesis yang diajukan yaitu hubungan positif yang signifikan antara persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan terhadap motivasi berprestasi. Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan teknik korelasi *product moment* terhadap persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan dengan motivasi berprestasi, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar  $r = 0,531$ ,  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Semakin positif persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan, maka akan semakin tinggi pula motivasi berprestasi yang dimiliki atlet taekwondo junior. Sebaliknya semakin negatif persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan, maka semakin

rendah pula motivasi berprestasi yang dimiliki atlet taekwondo junior.

Motivasi berprestasi atlet taekwondo junior secara umum tergolong tinggi. Hal ini dapat dilihat dari skor motivasi berprestasi atlet taekwondo Kota Surakarta dalam penelitian ini sekitar 70% memiliki skor tinggi, dan 30% memiliki skor sedang. Atlet yang dijadikan sampel dalam penelitian ini merupakan atlet pilihan daerah, kemudian atlet tersebut akan mewakili kejuaraan tingkat nasional sehingga memiliki rasa tanggung jawab pribadi yang besar. Hal tersebut sependapat dengan McClelland (1987) bahwa atlet mampu bertanggung jawab terhadap diri atlet sendiri, sehingga apa yang menjadi cita-cita atlet berhasil dicapai.

Setiap meningkatnya persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan yang terjadi pada atlet taekwondo secara positif, akan diikuti pula dengan kenaikan pada motivasi berprestasi. Saat pelatih menanyakan kondisi kesehatan maupun memberi saran atlet agar menjaga dan memperhatikan pola makan sehari-hari, atlet akan merasa bahwa pelatih sangat perhatian terhadap diri atlet. Lalu, bimbingan dan dukungan yang besar dari pelatih dapat membuat atlet lebih maksimal untuk mengeluarkan segala kemampuan atlet saat bertanding, sehingga atlet mencapai tujuan yaitu berhasil meraih juara. Begitu pula menurunnya persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan yang terjadi pada atlet

taekwondo secara negatif akan diikuti dengan penurunan pada motivasi berprestasi. Ketika atlet merasa pelatih tidak memberi dukungan disaat atlet bertanding, maka atlet mulai pesimis dan tidak lagi meraih keberhasilan yang sudah menjadi tujuannya. Kemudian, saat atlet terlalu percaya diri, sehingga meremehkan lawan tanding, jika pelatih tidak segera memperingatkan atlet untuk tidak meremehkan lawan, maka lawan dapat menggunakan kesempatan dengan mencari kelemahan-kelemahannya.

Skor tertinggi terletak pada aspek afektif mental, dengan skor rata-rata sebesar 3,5. Atlet junior yang pernah mengalami kegagalan saat bertanding, pada kejuaraan selanjutnya akan mengalami kondisi bahwa atlet takut gagal. Adanya dukungan dari pengurus, pelatih serta teman-teman latihan akan menambah semangat serta motivasi atlet, maka ketakutan akan kegagalan berkurang. Pada aspek ini menggambarkan atlet taekwondo junior membutuhkan dukungan dari pengurus, pelatih, serta teman-teman latihan ketika atlet berada di arena pertandingan.

Dukungan dari orang sekitar dapat meningkatkan mental atlet yang takut bertanding karena lawan lebih bagus maupun karena atlet itu sendiri takut gagal bertanding, kemudian atlet berani dan dukungan itu menambah semangat maupun motivasi atlet. Hal ini diperkuat seperti yang diungkapkan Priatini (2008) bahwa peran teman sebaya

sangat penting untuk remaja, salah satunya adalah dukungan semangat. Semangat atlet berasal dari dalam diri atlet sendiri, namun tanpa dukungan dari teman atlet juga belum tentu memperlihatkan semangat saat bertanding.

Seperti halnya guru mendukung siswa di lingkup sekolah, dalam olahraga pelatih mendukung atlet-atlet sebelum dan saat bertanding. Priatini (2008) mengungkapkan bahwa guru dapat menjadi pelatih emosi dengan baik dan dapat menumbuhkan sikap disiplin bagi siswa. Melatih emosi supaya stabil ketika atlet berada dalam arena pertandingan merupakan tugas pelatih, sebab emosi atlet dapat mempengaruhi berhasil tidaknya atlet memenangi suatu pertandingan. Selain itu sikap disiplin atlet saat latihan maupun saat bertanding juga dapat memicu keberhasilan atlet untuk menjadi juara. Atlet tidak perlu merubah diri atlet seperti atlet lain yang lebih bagus atau atlet nasional supaya berhasil, tetapi atlet bisa berhasil karena persepsi serta motivasi atlet itu sendiri dengan salah satunya mendapat dukungan dari teman-teman maupun pelatih.

Setiap kenaikan terdapat juga penurunan, skor tertinggi yang terletak pada aspek afektif mental, maka skor terendah terletak pada kognitif fisik, dengan skor rata-rata sebesar 3. Pada aspek ini kondisi fisik merupakan suatu hal yang menjadi tuntutan di setiap cabang olahraga, seperti halnya olahraga beladiri taekwondo. Seperti yang diungkapkan oleh

Sudarsono (2011), kualitas fisik yang baik akan menopang secara langsung terhadap kualitas gerak yang bisa ditampilkan. Fisik menjadi keperluan mendasar dalam usaha meningkatkan keberhasilan atlet. Saat bertanding atlet tidak hanya mengeluarkan kemampuan secara asal-asalan, tetapi kemampuan tersebut didasari dengan kondisi fisik atlet. Kondisi fisik yang diperlukan atlet salah satunya adalah mempertahankan stamina. Melakukan latihan-latihan fisik secara ringan kemudian bertahap dapat meningkatkan kualitas fisik atlet. Selain melakukan latihan ringan, atlet juga membutuhkan istirahat yang cukup, makan makanan yang bergizi dan makan secara teratur. Dengan kondisi fisik yang baik dan sehat tersebut, maka atlet dapat meningkatkan kualitas permainan, kemudian menambah motivasi atlet supaya atlet dapat berhasil dalam suatu event pertandingan.

Hubungan antara persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan dengan motivasi berprestasi hasil penelitian di atas sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Walgito (1989), bahwa persepsi merupakan faktor internal penunjang motivasi berprestasi. Persepsi atlet pada program latihan memiliki peran penting dalam keberhasilan atau motivasi berprestasi atlet. Atlet dibantu oleh pelatih di dalam arena berjuang untuk mencapai keberhasilan seperti yang atlet dan pelatih tersebut inginkan, saat berlatih atlet membutuhkan partner atau lawan, kemudian

jam terbang tinggi melalui uji coba dengan atlet dari *dojang* (tempat latihan taekwondo) lain juga diperlukan. Hal ini diperkuat eksperimen yang dikemukakan oleh Davis, Huss dan Backer pada tahun 1995 (dalam Sarwono, 1999), bahwa keberadaan lawan (kompetitor) mampu melepaskan energi-energi terpendam dan meningkatkan usaha dalam pertandingan olahraga.

Persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan tergolong tinggi. Hal ini dapat dilihat dari skor persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan pada atlet taekwondo Kota Surakarta dalam penelitian ini sekitar 82% yang memiliki skor tinggi, dan hanya 18% yang memiliki skor sedang. Atlet yang termasuk dalam kategori tinggi dirasa dapat menetapkan sasaran atau *goal setting* sesuai dengan diri atlet, tugas serta situasi bertanding. *Goal setting* (menetapkan sasaran) tidak otomatis meningkatkan prestasi atlet, yang terpenting adalah bagaimana menetapkan sasaran secara efektif untuk setiap atlet dalam tugas dan situasi yang berbeda-beda (Weinberg, dalam Sarwono, 1999).

Pada penelitian ini didapatkan nilai koefisien determinan sebesar  $R^2 = 0,282$ . Hal ini menunjukkan bahwa kontribusi persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan terhadap motivasi berprestasi ialah sebesar 28,2%. Hal ini menandakan bahwa persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan mampu menjadi salah satu prediktor bagi

motivasi berprestasi pada atlet taekwondo Kota Surakarta. Sebanyak 71,8% motivasi berprestasi pada atlet taekwondo junior dipengaruhi oleh berbagai faktor yang lain. Faktor-faktor lain yang mempengaruhi motivasi berprestasi antara lain seperti yang telah diungkapkan Walgito (2003); Monks, dkk (2002) yaitu faktor internal (intelegensi, psikologis, fisiologis), faktor eksternal (fisiologis), penghargaan akan sukses dan ketakutan akan gagal.

---

## PENUTUP

---

### A. Kesimpulan

Terdapat hubungan positif yang signifikan antara persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan dengan motivasi berprestasi. Artinya, semakin positif persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan, maka akan semakin tinggi pula motivasi berprestasi yang dimiliki. Sebaliknya, semakin negatif persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan, maka akan semakin rendah pula motivasi berprestasi yang dimiliki.

### B. Saran

#### 1. Untuk atlet taekwondo junior

Atlet diharapkan mampu mempertahankan persepsi secara positif pada program latihan dan motivasi berprestasi yang dimiliki, sehingga mampu mengatasi kegagalan dan

keputus-asaan, serta dapat mencapai keberhasilan.

2. Untuk pelatih

Dapat memberikan dukungan dalam bentuk bimbingan maupun perhatian untuk mempertahankan persepsi atlet taekwondo junior pada program latihan atlet taekwondo junior, sehingga atlet merasa pelatih selalu memperhatikan kondisi atlet itu sendiri.

3. Untuk peneliti lain

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan landasan untuk menindaklanjuti ke ranah yang lebih luas dan mendalam, misalnya dengan membuat penelitian pada atlet taekwondo junior tentang perbedaan persepsi atlet taekwondo junior perempuan dan laki-laki pada program latihan dengan motivasi berprestasi, kemudian perbedaan persepsi atlet taekwondo junior dengan atlet taekwondo senior.

Tinggi. *Indonesian Psychological Journal*, Vol 22, No 2, 108-115.

McClelland, David. 1987. *Memacu Masyarakat Berprestasi Mempercepat Laju Pertumbuhan Ekonomi Melalui Peningkatan Motif Berprestasi*. (Alih Bahasa: Siswo Suyanto & Wihelmus W Bakowatun). Jakarta: CV Intermedia.

Monks. 2002. *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press.

Priatini, W. 2008. *Pengaruh Tipe Pengasuhan, Lingkungan Sekolah, Dan Peran Teman Sebaya Terhadap Kecerdasan Emosional Remaja*. *Jurnal FEMA Institut Pertanian Bogor*, Volume I No. 1/Januari 2008 – 53.

Sarwono, Sarlito W. 1999. *Psikologi Sosial : Psikologi Kelompok dan Psikologi Terapan*. Jakarta : PT. Balai Pustaka.

Satiadarma, Monty. P. 2000. *Dasar – dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta : Pustaka Sinar Harapan.

Sudarsono, Slamet. 2011. *Penyusunan Program Pelatihan Berbeban Untuk Meningkatkan Kekuatan*. *Jurnal Ilmiah SPIRIT*, ISSN; 1411-8319 Vol. 11 No. 3 Tahun 2011.

Suharnan. 2005. *Psikologi Kognitif*. Surabaya : Srikandi.

Walgito, Bimo. 1989. *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta : Andi Offset.

\_\_\_\_\_. 2003. *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta : Andi Offset.

Wijanarko, Bambang. 2009. *Teori Perencanaan Program Latihan*. Surakarta : Universitas Sebelas Maret Press.

---

#### DAFTAR PUSTAKA

---

Aprilanida, Iva. 2010. *Hubungan Antara Persepsi Terhadap Insentif dan Berpikir Positif dengan Motivasi Berprestasi*. *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Gunarsa, Singgih D. 2008. *Psikologi Olahraga Prestasi*. Jakarta : PT. BPK Gunung Mulia.

Maksum, Ali. 2007. *Kualitas Pribadi Atlet : Kunci Keberhasilan Meraih Prestasi*