



(MUDIMA)



Determinant Factors of Sports Achievement of State Senior High School Students Special for Sports Gifted South Sulawesi

Abriadi Muhara^{1*}, Husain Syam², Abdullah Sinring³

Universitas Negeri Makassar

Corresponding Author: Abriadi Muhara abriadimuhara@gmail.com

INFO ARTIKEL

Keywords: Linear Model of Motivation and Self-Efficacy

Received : 4 October

Revised : 20 October

Accepted : 24 November

©2022 Muhara, Syam, Sinring: This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

[Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRAK

Education is important in global life because it determines the quality of human resources. Education in Indonesia has begun to focus on providing educational services for children with above average intelligence through the Special Talent Education (PBI) program, which will contribute to the honor and reputation of the Indonesian nation among other nations in the world. This study intends to determine the effect of achievement motivation, self-efficacy, self-regulation, school environment, and social support on sports achievement of South Sulawesi State High School Special Gifted Students. The research method is quantitative with this type of correlational research and ex-post facto design. Data collection techniques were carried out by documenting primary sports achievement data and giving questionnaires to students. Descriptive data analysis, multiple linear regression requirements test, and hypothesis testing are the data analysis techniques used. This study found a significant influence between achievement motivation, self-efficacy, self-regulation, school environment, and social support, both partially and simultaneously, on the sports achievement of South Sulawesi State High School Specialized Sports Talent students. Finally, this study provides input for the future to continue sports achievement research which has aspects of self-regulation and the school environment as well as social support without excluding other variables that can affect the increase in sports achievement and student academic achievement.

Faktor Determinan Prestasi Olahraga Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri Khusus Keberbakatan Olahraga Sulawesi Selatan

Abriadi Muhara^{1*}, Husain Syam², Abdullah Siring³

Universitas Negeri Makassar

Corresponding Author: Abriadi Muhara abriadimuhara@gmail.com

INFO ARTIKEL

Kata kunci: Model Linier Motivasi dan Efikasi Diri

Received : 4 October

Revised : 20 October

Accepted : 24 November

©2022 Muhara, Syam, Siring: This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRAK

Pendidikan penting dalam kehidupan global karena menentukan kualitas sumber daya manusia. Pendidikan di Indonesia mulai fokus pada penyediaan layanan pendidikan bagi anak-anak dengan kecerdasan di atas rata-rata melalui program Pendidikan Bakat Istimewa (PBI), yang akan berkontribusi pada kehormatan dan reputasi bangsa Indonesia di antara bangsa-bangsa lain di dunia. Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui pengaruh motivasi berprestasi, efikasi diri, pengaturan diri, lingkungan sekolah, dan dukungan sosial terhadap prestasi olahraga siswa Sekolah Menengah Atas Negeri Khusus Keberbakatan Olahraga Sulawesi Selatan. Metode penelitian bersifat kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional dan desain ex-post facto. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan mendokumentasikan data primer prestasi olahraga dan memberikan kuesioner kepada siswa. Analisis data deskriptif, uji persyaratan regresi linier berganda, dan uji hipotesis adalah teknik analisis data yang digunakan. Studi ini menemukan pengaruh yang signifikan antara motivasi berprestasi, efikasi diri, pengaturan diri, lingkungan sekolah, dan dukungan sosial, baik secara parsial maupun secara simultan, terhadap prestasi olahraga siswa Sekolah Menengah Atas Negeri Khusus Keberbakatan olahraga Sulawesi Selatan. Terakhir, penelitian ini memberikan masukan ke depan untuk melanjutkan penelitian prestasi olahraga yang memiliki aspek pengaturan diri dan lingkungan sekolah serta dukungan sosial tanpa mengesampingkan variabel lain yang dapat mempengaruhi peningkatan prestasi olahraga dan prestasi akademik siswa.

PENDAHULUAN

Perkembangan dalam dekade terakhir, dunia pendidikan di Indonesia telah mulai fokus pada penyediaan layanan pendidikan untuk anak-anak yang memiliki kecerdasan di atas rata-rata. Konsep layanan diaktualisasikan dalam berbagai bentuk seperti melalui program percepatan, program pengayaan, Rintisan Sekolah Bertaraf Internasional (RSBI) dan Sekolah Bertaraf Internasional (SBI). Sejalan dengan mandat yang tercantum dalam UU No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pemerintah juga harus memperhatikan pendidikan yang diadakan untuk bakat istimewa dalam bentuk pendidikan khusus melalui pengembangan program Pendidikan Bakat Istimewa (PBI) atau membangun sekolah khusus bakat istimewa. Pandangan teori belajar humanistik, bahwa belajar dianggap berhasil jika siswa memahami lingkungannya dan dirinya sendiri. Siswa dalam proses pembelajaran harus berusaha agar secara bertahap mereka mampu mencapai aktualisasi diri sebaik mungkin. Teori belajar ini mencoba memahami perilaku belajar dari perspektif pelakunya, bukan dari perspektif pengamat (Uno, 2016). Melalui penyediaan pendidikan khusus untuk anak-anak berbakat, diharapkan potensi siswa yang belum berkembang secara optimal akan tumbuh dan menunjukkan kinerja yang baik. Kondisi ini pada gilirannya akan dapat berkontribusi pada kehormatan dan reputasi bangsa Indonesia di antara bangsa-bangsa lain di dunia.

Tujuan Penyelenggaraan pendidikan bakat khusus antara lain sebagai berikut: (1) Memberikan kesempatan kepada peserta didik bakat khusus untuk mengikuti program pendidikan sesuai dengan potensi kebakatan yang dimiliki, (2) Memenuhi hak asasi peserta didik bakat khusus sesuai kebutuhan pendidikan bagi dirinya, (3) Meningkatkan efisiensi dan efektivitas proses pembelajaran bagi peserta didik bakat khusus, (4) Membentuk manusia berkualitas yang memiliki kecerdasan spiritual, emosional, sosial, dan intelektual serta memiliki prestasi istimewa bidang bakat khusus, dan (5) Mempersiapkan peserta didik mengikuti pendidikan lebih lanjut dalam rangka mewujudkan tujuan pendidikan nasional (Mentri Pendidikan Nasional, 2009).

Sekolah Olahraga merupakan salah satu alternatif sebagai sarana pembibitan dalam sistem piramida pembinaan olahraga untuk menghasilkan

prestasi. Melalui sekolah olahraga, atlet berbakat dari berbagai cabang olahraga yang masih dalam usia sekolah akan terfasilitasi, baik fasilitas untuk belajar akademik non olahraga maupun olahraga. Melalui sekolah olahraga, diharapkan seorang atlet yang masih sekolah tidak mengalami kendala dan harus memilih antara belajar non olahraga dan berprestasi dalam olahraga.

Dalam penyelenggaraan pendidikan bakat khusus olahraga, terdapat beberapa prinsip yang harus diperhatikan, di antaranya: pemberdayaan masyarakat, pemerataan kesempatan memperoleh pendidikan, pertumbuhan partisipasi masyarakat, kolaborasi pihak terkait, keberlangsungan, dan sistem pembinaan yang jelas.

Oleh karena itu, agar prestasi olahraga siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri Khusus Keberbakatan Olahraga Sulawesi Selatan dapat berjalan seiring pembelajaran di sekolah, maka faktor Motivasi berprestasi yang merupakan keinginan yang kuat untuk mengarahkan seseorang senantiasa meningkatkan prestasi dengan bekerja keras sehingga mencapai tingkat prestasi setinggi mungkin sesuai dengan target yang ingin dicapai. Ungkapan bahwa motivasi adalah penggerak perilaku atau penentu perilaku, dengan kata lain motivasi adalah suatu konstruksi teoritis mengenai terjadinya perilaku (Irwanto, 2002). Sedangkan (Djiwandno, 2002) mengungkapkan bahwa pemberian motif, penimbunan motif atau hal yang menimbulkan dorongan atau keadaan yang menyebabkan dorongan. Secara umum, teori motivasi berfokus pada proses yang menjelaskan kegiatan yg diarahkan di tujuan (Pintrich & Schunk, 2002). Teori motivasi tertarik untuk menjelaskan aktivitas fisik seperti pelibatan tugas dan kegigihan, juga aktivitas kognitif seperti penyelesaian masalah dan pengambilan keputusan. Demikian halnya menggunakan teori pengkondisian menjelaskan bahwa motivasi dalam hal respon yang dimunculkan oleh stimulus (pengkondisian klasik), atau hilang karena kehadiran stimulus (pengkondisian fungsi). Dijelaskan oleh (Skinner, 2012) bahwa proses internal yang mendampingi respon tidak dibutuhkan untuk menjelaskan perilaku melainkan lingkungan individu dan sejarah mereka harus diteliti sebagai penyebab perilakunya. Motivasi berprestasi menurut (Usman, 2006) diartikan menjadi suatu dorongan yang timbul karena adanya suatu rangsang (stimulus) yang menggerakkan individu untuk bisa

menuntaskan suatu tugas dengan lebih baik, lebih cepat, dan lebih efisien buat mencapai prestasi yg diinginkan. Dengan demikian, kriteria atau standar keunggulan yang digunakan orang untuk menilai kompetensi mereka adalah kunci untuk tujuan pencapaian

Efikasi diri artinya menjadi dampak krusial pada keterampilan dan perilaku mapan siswa. Hipotesis (Bandura, 1982), bahwa efikasi diri yang dirasakan mempengaruhi pilihan aktivitas, pengeluaran usaha, serta ketekunan. Orang yang memiliki rasa kemampuan yang rendah untuk menyelesaikan tugas dapat menghindarinya, mereka yang percaya bahwa mereka mampu harus berpartisipasi dengan lebih bersemangat. Efikasi diri adalah pengaruh penting pada semua perilaku. Penilaian efikasi diri biasanya tidak terjadi untuk keterampilan atau perilaku mapan (Bandura, 1982). Orang cenderung menilai kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas ketika kondisi pribadi atau situasional berubah. Siswa lebih cenderung menilai efikasi diri untuk mempelajari materi baru daripada untuk menyelesaikan latihan ulasan.

seseorang mempunyai efikasi diri yang tinggi akan menetapkan target yg tinggi juga buat menghasilkan sesuatu serta akan berupaya agar dapat mencapai tujuan atau target tersebut (Arifin, Putro, & Putranto, 2014). Saat atlit mencapai target juara skala nasional atau internasional maka atlit tersebut akan menetapkan sasaran lebih tinggi lagi yakni membangun record dunia pada cabang olahraga yg ditekuninya. Keyakinan diri menjadi efikasi diri (Prakosa, 2016) mengistilahkan keyakinan seseorang bahwa dirinya akan mampu melaksanakan tingkah laris yg dibutuhkan dalam suatu tugas. Efikasi diri bekerjasama menggunakan keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang dibutuhkan. Efikasi artinya penilaian diri, apakah bisa melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau keliru, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan (Widyaninggar, 2015). Efikasi diri tidak sama dengan aspirasi (cita-cita) karena aspirasi mendeskripsikan sesuatu yang ideal yg seharusnya bisa dicapai sedangkan efikasi diri mendeskripsikan evaluasi wacana kemampuan diri.

Hal yg tidak kalah pentingnya artinya Pengaturan diri yg ditinjau menjadi suatu proses yang bisa membantu menjelaskan perbedaan prestasi diantara siswa serta menaikkan prestasi mereka.

Pengaturan diri (pembelajaran yang diatur sendiri) artinya proses yg aktif serta konstruktif dimana peserta didik memutuskan tujuan buat pembelajaran mereka serta kemudian berusaha buat memantau, mengatur, serta mengendalikan kognisi, motivasi, dan sikap mereka, dibimbing dan dibatasi oleh tujuan mereka dan fitur kontekstual di lingkungan (Pintrich, 2000). Penelitian ihwal pengaturan diri akademik dimulai sebagai akibat berasal penyelidikan psikologis ke dalam pengendalian diri di antara orang dewasa serta perkembangan di anak-anak (Zimmerman & Martinez-Pons, 1990).

Banyak penelitian swaregulasi awal bersifat terapeutik, karena peneliti mengajarkan peserta untuk mengubah perilaku fungsional agresif, adiktif, dan lainnya. Dalam beberapa tahun terakhir swaregulasi semakin banyak diterapkan pada pengaturan pembelajaran yang melibatkan pembelajaran akademis dan bentuk-bentuk pembelajaran lainnya (misalnya, kognitif, motorik, keterampilan sosial) (Boekaerts, Paul R. Pintrich, & Zeidner, 2000). Sebagian besar alasan untuk mempelajari pengaturan diri akademik berasal dari penelitian yang menunjukkan bahwa keterampilan dan kemampuan peserta didik tidak sepenuhnya menjelaskan pencapaian mereka (Zimmerman & Martinez-Pons, 1990), yang menunjukkan bahwa faktor-faktor lain seperti motivasi serta pengaturan diri merupakan sesuatu yang krusial. Menerapkan swaregulasi pada pendidikan juga memperluas cakupannya pada pembelajaran aktual di luar penekanan historis kinerja tindakan-tindakan yang telah dipelajari sebelumnya. Saat ini terdapat beberapa perspektif teoritis untuk memandu penelitian pengaturan diri (Zimmerman, 2010) dan pengaturan diri dipandang sebagai suatu proses yang dapat membantu menjelaskan perbedaan prestasi di antara siswa dan meningkatkan prestasi mereka (Boekaerts et al., 2000). Penelitian tentang pengaturan diri akademik, regulasi studi khusus yang dilakukan dalam konteks sekolah telah membahas berbagai segi regulasi diri (Boekaerts et al., 2000). Beberapa studi sudah berupaya mengidentifikasi proses pengaturan diri, sering dengan membandingkan yg baik menggunakan regulator mandiri yang buruk. Penelitian ini telah memperluas penekanan asli regulasi diri pada perilaku terbuka buat faktor kognitif, motivasi, serta kontekstual (Pintrich, Wolters, & Baxter, 2000).

Para peneliti juga telah meneliti hubungan antara pengaturan diri, motivasi, dan pembelajaran (Pintrich et al., 2000). Tidak mengherankan penelitian ini telah mengidentifikasi tautan penting. Siswa dengan kemampuan pengaturan diri yang lebih baik cenderung lebih termotivasi secara akademis dan menunjukkan pembelajaran yang lebih baik (Pintrich, 2003). Peneliti telah meneliti pengembangan keterampilan pengaturan diri siswa. Psikolog perkembangan secara khusus tertarik pada bagaimana kapasitas kognitif dan emosional anak-anak berubah untuk memungkinkan mereka mengendalikan perilaku yang lebih baik. Mereka juga telah mengeksplorasi pengembangan kontrol wicara pengaturan diri (Kopp, 1982). Jalur penelitian utama lainnya telah menyelidiki efek intervensi yang dirancang untuk meningkatkan keterampilan pengaturan diri siswa dan prestasi sekolah. Siswa sering diajarkan untuk menetapkan tujuan, menggunakan strategi tugas yang efektif, memantau kemajuan, mengambil tulisan, mengatur pembelajaran mereka, membangun lingkungan kerja yang produktif, dan pembunuhan lainnya. Intervensi biasanya telah menunjukkan hasil positif, transfer di luar konteks pelatihan, dan generalisasi dari waktu ke waktu (Schunk & Ertmer, 2007). Secara kolektif fokus penelitian ini telah meningkatkan pemahaman kita tentang regulasi diri akademik dan memiliki implikasi penting untuk praktik sekolah. Pembaca yang tertarik pada deskripsi yang lebih lengkap tentang teori pengaturan diri, penelitian, dan intervensi harus berkonsultasi dengan sumber lain (Boekaerts et al., 2000).

Pengaturan diri perilaku yang diarahkan pada tujuan, yang tidak bersifat temporal yang berhubungan dengan prestasi, perilaku dan usaha pribadi dan kesepakatan untuk mencapai tujuan secara bersama-sama yang bertujuan untuk mengesampingkan faktor tidak mendukung tujuan yang telah ditetapkan (Hofmann, Schmeichel, & Baddeley, 2012).

Lingkungan meliputi semua kondisi dalam dunia yang mempengaruhi tingkah laku kita, pertumbuhan, perkembangan manusia (Purwanto, 2017). Sementara (Hamalik, 2015) mengungkapkan bahwa antara individu dan lingkungan terjalin proses interaksi atau saling mempengaruhi satu dengan lainnya. Tingkah laku dapat mempengaruhi lingkungan baik positif maupun negatif. Dikatakan positif jika tingkah laku tersebut membawa dampak

yang baik bagi lingkungan, begitu juga sebaliknya dikatakan negatif karena membawa pengaruh buruk bagi lingkungan. Disisi lain lingkunganpun dapat membawa pengaruh pada pola tingkah laku individu.

pada Dalam laporan WHO di atas terdapat 5 prosedur yang harus dilakukan dalam kerangka menciptaka lingkungan fisik sekolah yang sehat, yaitu: (1) partisipasi dalam merancang lingkungan sekolah yang sehat. Partisipasi ini dapat melibatkan: Manajer sekolah, orang tua siswa, masyarakat, ahli bidang kesehatan dan ahli bidang lingkungan; (2) mengidentifikasi ancaman yang memungkinkan membahayakan bagi lingkungan sekolah. Ancaman tersebut mungkin saja berupa kualitas air, sanitasi, kualitas udara, makanan, pengelolaan sampah, manajemen bahan kimia, penggunaan lahan; (3) menetapkan tujuan yang jelas dan terukur untuk mengurangi dampak ancaman bagi kesehatan lingkungan fisik sekolah; (4) Membuat disain yang terencana untuk meningkatkan kualitas kesehatan lingkungan dalam hal: kualitas air, sanitasi, kualitas udara, keamanan pangan, pengelolaan sampah, penggunaan pestisida, manajemen bahan kimia berbahaya, dan (5) pelaksanaan rencana dan evaluasi kemajuan. Menentukan jadwal untuk memenuhi tujuan, dan menetapkan penanggung jawab yang jelas dan secara rutin melakukan evaluasi kemajuan dalam mencapai tujuan.

Faktor lingkungan sekolah adalah lingkungan fisik sekolah yg dapat ditemui baik pada sekolah maupun pada luar sekolah. Lingkungan fisik di pada sekolah merupakan seluruh sarana fisik sekolah yg bisa menunjang kelancaran proses pendidikan pada sekolah serta menunjang prestasi peserta didik.

Manusia sebagai makhluk sosial membutuhkan orang lain untuk tumbuh dan berkembang, dukungan sosial artinya keberadaan orang lain yang dapat diandalkan buat memberi bantuan, semangat dan perhatian, sehingga prestasi olahraga siswa dapat terlaksana.

Dukungan Sosial merupakan informasi atau umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai dan diperhatikan, dihargai, dan dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik (King, Hardini, & Gayatri, 2017), lebih spesifik (Sarafino & Smith, 2008), menegaskan bahwa dukungan sosial sendiri dapat mengacu pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang diterima oleh seseorang dari orang lain atau

kelompok. Senada dengan pendapat sebelumnya, (Santrock, 2006) mengemukakan bahwa dukungan sosial adalah sebuah informasi atau tanggapan dari pihak lain yang disayangi dan dicintai yang menghargai dan menghormati dan mencakup suatu hubungan komunikasi dan situasi yang saling bergantung.

Dalam kehidupan sehari-hari sering terdengar kata atlet sebagai sebutan seseorang, sebutan ini biasanya dikaitkan dengan bidang olahraga. Menurut KBBI definisi atlet adalah olahragawan, terutama yang mengikuti perlombaan atau pertandingan (kekuatan, ketangkasan, dan kecepatan).

Prestasi seorang atlet dapat diukur melalui seberapa sering atlet bertanding dan memperoleh kemenangan dalam setiap pertandingan. Prestasi atlet merupakan kumpulan dari hasil-hasil yang dicapai oleh atlet dalam melaksanakan tugas yang diberikannya (Adisasmito, 2007). Prestasi olahraga menurut (Setyobroto, 2002) adalah aktualisasi dari akumulasi hasil proses latihan yang ditampilkan atlet sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya.

Hasil kajian dalam penelitian ini merupakan gagasan yang diharapkan dapat menambah wawasan ataupun kontribusi teori bagi stakeholder pendidikan terkait prestasi olahraga siswa. Bagi pendidik, diharapkan dapat membantu dalam melaksanakan proses pembelajaran yang efektif dalam rangka menghasilkan keluaran yang handal, dan bagi lembaga, temuan penelitian berupa prestasi olahraga dapat menjadi masukan dari sisi motivasi berprestasi, efikasi diri, pengaturan diri, lingkungan sekolah dan dukungan sosial untuk peningkatan mutu prestasi siswa disekolah.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan jenisnya adalah penelitian korelasional dengan rancangan ex-post facto karena penelitian ini tidak memberikan perlakuan atau memanipulasi perubahan khusus terhadap subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini, mencakup keseluruhan siswa kelas XI dan XII dengan jumlah 194 siswa. Sedangkan sampel adalah wakil dari populasi yang diteliti. Dengan menggunakan rumus nomogram Harry King, yaitu: $S = N \times 30\% \times 1,573$. Adapun jumlah sampel adalah $194 \times 30\% \times 1,573 = 91,5$ kemudian dibulatkan menjadi 92 siswa.

Variabel penelitian yang terdiri dari motivasi berprestasi, efikasi diri, pengaturan diri, lingkungan

sekolah, dan dukungan sosial, dengan analisis regresi linear berganda. Penyusunan instrumen dalam penelitian ini dilakukan dengan beberapa tahap yaitu: (1) menyusun indikator dari variabel penelitian; (2) menyusun kisi – kisi instrumen; (3) melakukan uji coba instrumen, dan (4) melakukan pengujian validitas dan reliabilitas instrument. Jenis instrument penelitian yang digunakan berupa angket yang merupakan teknik utama guna mengumpulkan data yang dibutuhkan. Skala penelitian ini bersifat tertutup yang terdiri dari beberapa item pernyataan yang harus dijawab oleh responden. Instrumen tersebut didasarkan pada skala Likert. Pada penelitian ini dilengkapi dengan empat pilihan jawaban dengan pembobotan rentang 1 – 4, hal ini dilakukan untuk menghindari kecenderungan memilih nilai netral. Pedoman penskoran: 1) pilihan jawaban sangat sesuai dengan bobot penilaian empat, 2) pilihan jawaban sesuai dengan bobot penilaian tiga, 3) pilihan jawaban kurang sesuai dengan bobot penilaian dua, dan 4) pilihan jawaban tidak sesuai dengan bobot penilaian satu.

Setelah memperoleh data responden selanjutnya dibuat nilai rata-rata jawaban responden, kemudian peneliti membuat garis kontinum, dengan rumus: $NJI (\text{Nilai Jenjang Interval}) = (\text{nilai tertinggi} - \text{nilai terendah}) / (\text{jumlah kriteria pernyataan})$; Lebar Skala = $(4-1) / 4 = 0,75$.

Tabel 1. Kategori Skala

Skala		Kategori
1.00	1.75	Tidak Baik
1.76	2.50	Kurang Baik
2.51	3.25	Baik
3.26	4.00	Sangat Baik

Proses pengumpulan data menggunakan enam skala yang berdasar pada indikator variabel endogen dan variabel eksogen. Skala motivasi berprestasi terdiri dari tiga aspek yaitu, kebutuhan akan prestasi (need of achievement), kebutuhan akan afiliasi (need of affiliation) dan kebutuhan akan kekuasaan (need of power). Ketiga aspek ini dijabarkan dalam pernyataan yang mengikuti pola favorable dan unfavorable. Untuk mengukur ketiga aspek diatas, disusun skala motivasi berprestasi yang terdiri dari 10 item pernyataan.

Skala efikasi diri terdiri dari empat aspek, yaitu pengalaman performansi (performance accomplishment), pengalaman vicarius (vicarius

experience), persuasi sosial (social persuasion) dan pembangkitan emosi (emotional physiological state). Keempat aspek ini dijabarkan dalam pernyataan yang mengikuti pola favorable dan unfavorable. Untuk mengukur ke empat aspek diatas, disusun skala efikasi diri yang terdiri dari 9 item pernyataan.

Skala pengaturan diri terdiri dari empat aspek, yaitu pengendali aktivitas, memonitor motivasi dan tujuan prestasi, mengelola sumber daya manusia dan benda serta perilaku dalam pengambilan keputusan. Keempat aspek ini dijabarkan dalam pernyataan yang mengikuti pola favorable dan unfavorable. Untuk mengukur ke empat aspek diatas, disusun skala pengaturan diri yang terdiri dari 10 item pernyataan.

Skala lingkungan sekolah terdiri dari dua aspek, yaitu bangunan sebagai sarana memperoleh ilmu pengetahuan dan pengembangan fisik. Kedua aspek ini dijabarkan dalam pernyataan yang mengikuti pola favorable dan unfavorable. Untuk mengukur kedua aspek diatas, disusun skala lingkungan sekolah yang terdiri dari 8 item pernyataan.

Skala dukungan sosial terdiri dari dua aspek, yaitu kondisi situasional lingkungan dan model efek utama. Kedua aspek ini dijabarkan dalam pernyataan yang mengikuti pola favorable dan unfavorable. Untuk mengukur kedua aspek diatas, disusun skala dukungan sosial yang terdiri dari 8 item pernyataan.

Skala prestasi olahraga terdiri dari dua aspek, yaitu konsep diri dan sikap diri. Kedua aspek ini dijabarkan dalam pernyataan yang mengikuti pola favorable dan unfavorable. Untuk mengukur kedua aspek diatas, disusun skala prestasi olahraga yang terdiri dari 9 item pernyataan.

Proses analisis data dilakukan dengan cara: pertama, analisis data deskriptif yang bertujuan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang terkumpul, sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Analisis deskripsi mencakup banyaknya subjek dalam kelompok, mean skor angket, deviasi standar skor angket, varians, skor maksimum dan skor minimum.

Kedua adalah dengan Uji persyaratan analisis linier berganda yang mencakup Uji normalitas data yaitu untuk memperlihatkan bahwa sampel diambil dari populasi berdistribusi normal. Kriteria data yang berdistribusi normal penting untuk dipenuhi dan merupakan syarat yang harus terpenuhi dalam

pengujian hipotesis penelitian. Teknik pengujian normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji Kolmogorov Smirnov. Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui linieritas variabel motivasi berprestasi, efikasi diri, pengaturan diri, lingkungan sekolah dan dukungan sosial. Uji linieritas ini dilakukan untuk mengetahui apakah variabel endogen dan tergantung mempunyai hubungan yang linier. Uji linieritas juga dapat mengetahui taraf penyimpangan dari linieritas hubungan tersebut. Hubungan antara variabel endogen dikatakan linier jika tidak ditemukan penyimpangan yang berarti. Uji linieritas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik analisis variabel dengan uji Durbin Watson. kemudian Uji multikolinieritas, bertujuan untuk menguji ada tidaknya korelasi antar variabel endogen. Jika tidak ditemukan adanya korelasi antar variabel endogen, maka model regresinya baik. Uji multikolinieritas dilakukan dengan melihat besaran nilai Variance Inflation Factor (VIF). Kriteria yang digunakan adalah jika nilai VIF disekitar angka 1 atau memiliki toleransi mendekati 1, maka dikatakan tidak ada masalah multikolinieritas, dan jika koefisien antar variabel endogen kurang dari 0,5 maka terdapat masalah kolinearitas. Uji multikolinearitas ini dilakukan dengan uji regresi, dengan nilai patokan VIF dan Koefisien antar variabel endogen.

Terakhir dilakukan uji Hipotesis yang terdiri dari Uji hipotesis parsial (Uji t) yaitu untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara variabel endogen yang satu dengan variabel endogen yang lain terhadap variabel eksogen, apakah hubungan tersebut saling mempengaruhi atau tidak. Uji hipotesis simultan (uji F) yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh secara bersama-sama variabel endogen terhadap variabel eksogen. Uji analisis koefisien determinasi parsial digunakan untuk mengetahui seberapa besar persentase pengaruh secara parsial per sub variabel motivasi berprestasi, efikasi diri, pengaturan diri, lingkungan sekolah dan dukungan sosial terhadap prestasi olahraga, ini dapat diketahui dengan cara mengalikan nilai standardized coefficients beta. Terakhir Analisis Koefisien determinasi simultan digunakan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh variabel endogen terhadap variabel eksogen. Untuk melihat seberapa besar pengaruh variabel endogen terhadap variabel eksogen, biasanya dinyatakan dalam bentuk persen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Analisis variabel penelitian

Analisis deskriptif jawaban responden tentang variabel motivasi berprestasi didasarkan pada jawaban atas kuesioner, umumnya responden memberikan tanggapan baik dengan nilai rata-rata item pernyataan sebesar 3,06 dan berada pada interval $2,51 < a \leq 3,25$. Pada variabel efikasi diri, umumnya responden memberikan tanggapan baik dengan nilai rata-rata item pernyataan sebesar 3,09 dan berada pada interval $2,51 < a \leq 3,25$. Demikian pula pada variabel pengaturan diri, umumnya responden memberikan tanggapan baik dengan nilai rata-rata item pernyataan sebesar 3,04 dan berada pada interval $2,51 < a \leq 3,25$. Variabel lingkungan sekolah, umumnya responden memberikan tanggapan baik dengan nilai rata-rata item pernyataan sebesar 3,16 dan berada pada interval $2,51 < a \leq 3,25$. Variabel dukungan sosial, umumnya responden memberikan tanggapan baik dengan nilai rata-rata item pernyataan sebesar 2,94 dan berada pada interval $2,51 < a \leq 3,25$. Pada variabel prestasi olahraga umumnya responden memberikan tanggapan sangat baik dengan nilai rata-rata item pernyataan sebesar 3,29 dan berada pada interval $3,26 < a \leq 4,00$.

B. Uji validitas dan uji reliabilitas

Uji validitas item dengan correlations pearson yaitu dengan cara mengkorelasikan skor item dengan skor totalnya. Skor total adalah penjumlahan seluruh item pada satu variabel, kemudian pengujian signifikansi dilakukan dengan kriteria menggunakan r_{tabel} pada tingkat signifikansi 0,05 dengan uji 2 sisi. Jika nilai positif dan $r_{hitung} \geq r_{tabel}$ maka item dapat dinyatakan valid. Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ maka item dinyatakan tidak valid. Berdasarkan dari uji validitas menunjukkan bahwa nilai $r_{hitung} \geq r_{tabel}$ (dapat dilihat pada tabel nilai r Product Moment dimana jumlah responden $N - 2 = 90$ dengan taraf signifikansi dibawah 0,05, yaitu 0,207), sehingga dapat disimpulkan bahwa keseluruhan item pernyataan dari variabel motivasi berprestasi, efikasi diri, pengaturan diri, lingkungan sekolah dan dukungan sosial serta prestasi olahraga dianggap valid.

Uji reliabilitas dilakukan terhadap instrumen kuesioner dengan memiliki Cronbach Alpha $\geq 0,600$, sehingga dapat disimpulkan bahwa item-item

pernyataan dalam setiap variabel motivasi berprestasi, variabel efikasi diri, variabel pengaturan diri, variabel lingkungan sekolah, variabel dukungan sosial dan variabel prestasi olahraga adalah reliabel atau adanya konsistensi internal karena nilai hitung yang dihasilkan lebih besar dari Cronbach Alpha.

C. Uji persyaratan Regresi Linear Berganda

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal. Pada grafik histogram, residual data telah menunjukkan kurva normal yang membentuk lonceng sempurna. Begitu pula pada grafik normal P-P Plot residual penyebaran data garis normal (garis lurus). Untuk lebih memastikan residual data telah mengikuti asumsi normalitas, maka residual data diuji kembali dengan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov, hasilnya menunjukkan bahwa residual data yang didapat tersebut mengikuti distribusi normal, berdasarkan hasil output menunjukkan nilai Kolmogorov-Smirnov signifikansi pada $0,200 > 0,05$. Dengan demikian, residual data berdistribusi normal dan model regresi telah memenuhi asumsi normalitas.

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel mempunyai hubungan linear. Berdasarkan nilai signifikansi (sig), diperoleh nilai deviation from linearity sig. untuk variabel motivasi berprestasi adalah $0,044 < 0,05$, akan tetapi pada nilai linearity sebesar $0,000 < 0,05$ (nilai signifikansi), ini berarti bahwa hubungan variabel prestasi olahraga terhadap variabel motivasi berprestasi mempunyai hubungan linear. Variabel efikasi diri mempunyai deviation from linearity sig. adalah $0,360 > 0,05$ dan nilai linearity sebesar $0,000 < 0,05$, ini berarti bahwa hubungan variabel efikasi diri terhadap variabel motivasi berprestasi mempunyai hubungan linear. Variabel pengaturan diri mempunyai deviation from linearity sig. adalah $0,274 > 0,05$ dan nilai linearity sebesar $0,000 < 0,05$, ini berarti bahwa hubungan variabel pengaturan diri terhadap variabel motivasi berprestasi mempunyai hubungan linear. Variabel lingkungan sekolah mempunyai deviation from linearity sig. adalah $0,616 > 0,05$ dan nilai linearity sebesar $0,000 < 0,05$, ini berarti bahwa hubungan variabel lingkungan sekolah terhadap variabel motivasi berprestasi mempunyai hubungan linear. kemudian variabel dukungan sosial mempunyai deviation from linearity sig. adalah $0,895 > 0,05$ dan nilai linearity sebesar $0,000 < 0,05$, ini berarti bahwa hubungan variabel

dukungan sosial terhadap variabel motivasi berprestasi mempunyai hubungan linear.

Uji multikolinearitas bertujuan untuk menguji apakah model regresi ditemukan adanya korelasi (hubungan yang kuat) antara variabel endogen. Model regresi yang baik seharusnya tidak terjadi korelasi antar variabel endogen atau tidak terjadi gejala multikolinearitas. Untuk mendeteksi ada tidaknya gejala multikolinearitas dalam model regresi ini, maka dilakukan uji multikolinearitas dengan melihat nilai toleransi variance inflation factor (VIF). Hasil uji multikolinearitas, diketahui nilai toleransi untuk variabel endogen yaitu variabel motivasi berprestasi adalah $0,815 > 0,10$, variabel efikasi diri adalah $0,688 > 0,10$, variabel pengaturan diri adalah $0,827 > 0,10$, variabel lingkungan sekolah adalah $0,690 > 0,10$ dan variabel dukungan sosial adalah $0,680 > 0,10$. Sementara nilai VIF untuk variabel motivasi berprestasi adalah $1,228 < 10,00$, variabel efikasi diri adalah $1,453 < 10,00$, variabel pengaturan diri adalah $1,209 < 10,00$, variabel lingkungan sekolah adalah $1,450 < 10,00$ dan variabel dukungan sosial adalah $1,470 < 10,00$. Maka mengacu pada dasar pengambilan keputusan dalam uji multikolinearitas dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi gejala multikolinearitas dalam model regresi.

D. Regresi linear berganda

Regresi linear berganda digunakan untuk mengetahui arah dan seberapa besar pengaruh variabel endogen terhadap variabel eksogen. Hasil dari analisis regresi linear berganda akan menguji seberapa besar pengaruh motivasi berprestasi, efikasi diri, regulasi diri, lingkungan sekolah, dan dukungan sosial terhadap prestasi olahraga siswa.

Hasil analisis dijelaskan bahwa nilai R menunjukkan adanya hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat dengan koefisien $0,699$ yaitu tingkat hubungan yang kuat antara variabel endogen terhadap variabel eksogen. Nilai R Square menunjukkan besarnya kontribusi variabel endogen terhadap variabel eksogen, nilai R Square adalah $0,489$ menunjukkan bahwa variabel endogen dapat menjelaskan variabel eksogen sebesar $48,9\%$. Sedangkan sisanya sebesar $51,1\%$ dijelaskan oleh faktor lain. Standar Error Estimate (SEE) sebesar $2,739$ ini menunjukkan bahwa tingkat kesalahan regresi linear sangat rendah. Persamaan regresi linier berganda dinyatakan sebagai berikut:
$$Y = 1,947 + 0,207.X_1 + 0,333.X_2 + 0,121.X_3 + 0,156.X_4$$

$+ 0,188.X_5 + \epsilon$. Dari persamaan analisis regresi linear berganda ini dapat dikatakan bahwa 1). Rerata nilai variabel prestasi olahraga akan mengalami perubahan sebesar $0,207$ perunit perubahan pada variabel motivasi berprestasi, 2). Rerata nilai variabel prestasi olahraga akan mengalami perubahan sebesar $0,333$ perunit perubahan pada variabel efikasi diri, 3). Rerata nilai variabel prestasi olahraga akan mengalami perubahan sebesar $0,121$ perunit perubahan pada variabel pengaturan diri, 4). Rerata nilai variabel prestasi olahraga akan mengalami perubahan sebesar $0,156$ perunit perubahan pada variabel lingkungan sekolah, dan 5). Rerata nilai variabel prestasi olahraga akan mengalami perubahan sebesar $0,188$ perunit perubahan pada variabel dukungan sosial.

E. Uji hipotesis parsial (uji t)

Uji t digunakan untuk menguji apakah variabel endogen secara parsial berpengaruh terhadap variabel eksogen. 1). Nilai signifikansi variabel motivasi berprestasi adalah $0,016 < 0,05$, sementara pada indikator nilai t_{hitung} variabel motivasi berprestasi adalah $2,469 > t_{tabel}$ $1,987$, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel motivasi berprestasi berpengaruh positif terhadap variabel prestasi olahraga, dengan kata lain bahwa hipotesis pertama ini diterima. 2). Nilai signifikansi variabel efikasi diri adalah $0,001 < 0,05$, sementara pada indikator nilai t_{hitung} variabel efikasi diri adalah $3,546 > t_{tabel}$ $1,987$, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel efikasi diri berpengaruh positif terhadap variabel prestasi olahraga, dengan kata lain bahwa hipotesis kedua ini diterima. 3). Nilai signifikansi variabel pengaturan diri adalah $0,044 < 0,05$, sementara pada indikator nilai t_{hitung} variabel pengaturan diri adalah $2,174 > t_{tabel}$ $1,987$, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel pengaturan diri berpengaruh positif terhadap variabel prestasi olahraga, dengan kata lain bahwa hipotesis ketiga ini diterima. 4). Nilai signifikansi variabel lingkungan sekolah adalah $0,024 < 0,05$, sementara pada indikator nilai t_{hitung} variabel lingkungan sekolah adalah $2,354 > t_{tabel}$ $1,987$, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel lingkungan sekolah berpengaruh positif terhadap variabel prestasi olahraga, dengan kata lain bahwa hipotesis keempat ini diterima. 5). Nilai signifikansi variabel dukungan sosial adalah $0,035 < 0,05$, sementara pada indikator nilai t_{hitung} variabel dukungan sosial adalah $2,246$

$> t_{\text{tabel}} 1,987$, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel dukungan sosial berpengaruh positif terhadap variabel prestasi olahraga, dengan kata lain bahwa hipotesis kelima ini diterima.

F. Uji hipotesis simultan (uji F)

Pengujian hipotesis dengan menggunakan uji simultan dengan F-test, bertujuan untuk mengetahui pengaruh simultan atau mempengaruhi secara bersama variabel endogen terhadap variabel eksogen.

Nilai signifikansi variabel endogen adalah $0,000 < 0,05$, sementara pada indikator nilai F_{hitung} variabel endogen adalah $16,450 > F_{\text{tabel}} 2,32$ sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel endogen berpengaruh signifikan secara simultan atau secara bersama terhadap variabel eksogen dengan kata lain bahwa hipotesis ini diterima.

Berdasarkan nilai koefisiensi regresi (β), maka variabel yang mempunyai pengaruh dominan terhadap variabel prestasi olahraga adalah variabel efikasi diri, dimana nilai koefisien regresinya (β) sebesar 0,330. Hal ini dapat disimpulkan bahwa variabel efikasi diri merupakan variabel yang mempunyai pengaruh yang paling dominan terhadap variabel prestasi olahraga.

PEMBAHASAN

Motivasi merupakan kekuatan pendorong yang dapat mempengaruhi perilaku seseorang. Motivasi yang muncul dalam dunia olahraga akan membuat upaya belajar selama proses latihan memuaskan keinginan seseorang untuk belajar lebih banyak keterampilan dan pengetahuan. Dengan demikian, efektivitas pembelajaran dengan motivator yang lebih tinggi akan lebih baik daripada motivasi yang lebih rendah.

Baik olahraga dan pekerjaan akademis, motivasi memainkan peran besar dalam kehidupan sekolah. Di dalam sebuah studi, keyakinan tentang penyebab keberhasilan di sekolah olahraga dari 207 siswa SMA ditemukan keterkaitan dengan motivasi dengan tujuan pribadi mereka. Tujuan utama yang melibatkan ego dikaitkan dengan keyakinan bahwa kesuksesan membutuhkan kemampuan yang tinggi, sedangkan orientasi tugas memperoleh pengetahuan, dikaitkan dengan keyakinan bahwa kesuksesan membutuhkan minat, usaha, dan kerjasama dengan teman sebaya. Ini mencakup teori tentang kesuksesan, prestasi olahraga dan tugas sekolah.

Untuk menguji efikasi diri terhadap pengendalian amarah dan prestasi olahraga dengan mengambil sampel 246 atlet di Iran (149 atlet pria dan 49 atlet Wanita). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan kemarahan dan korelasi positif yang signifikan dengan kinerja olahraga dan dapat memiliki efek mediasi dalam hubungan antara kemarahan dan pengendalian amarah dengan prestasi olahraga. Kurangnya kepercayaan diri menjadikan terhambatnya atlet dalam mencapai berprestasi tinggi. Atlet yang mengalami kegagalan biasanya akan diliputi perasaan putus asa dan beban untuk menjadi menang. Dari perspektif teori efikasi diri, seseorang secara khusus tidak dipengaruhi oleh dorongan dari dalam tetapi juga ditentukan oleh lingkungan. Tingkah laku yang muncul sebagai proses interaksi dengan lingkungannya. Dengan cara inilah seseorang mengantisipasi tuntutan masa depan dan kapasitas mereka dalam menangani tuntutan tersebut, serta proses yang dilaluinya dalam mengevaluasi kinerjanya. Hasil yang mereka dapatkan sangat relevan dengan motivasi yang mereka miliki.

KESIMPULAN

Adapun kesimpulan berdasarkan hasil Uji analisis linear berganda menemukan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara (1). Motivasi berprestasi dengan prestasi olahraga, yaitu sebesar 2,469 dengan nilai signifikansi sebesar 0,016. (2). Efikasi diri terhadap prestasi olahraga, yaitu sebesar 3,546 dengan nilai signifikansi sebesar 0,001. (3). Pengaturan diri terhadap prestasi olahraga, yaitu sebesar 2,174 dengan nilai signifikansi sebesar 0,044. (4). Lingkungan sekolah terhadap prestasi olahraga, yaitu sebesar 2,354 dengan nilai signifikansi sebesar 0,024. (5). Dukungan sosial terhadap prestasi olahraga, yaitu sebesar 2,246 dengan nilai signifikansi sebesar 0,035, dan (6). Hasil uji analisis linear berganda menemukan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan secara bersama-sama antara variabel motivasi berprestasi, efikasi diri, pengaturan diri, lingkungan sekolah dan dukungan sosial terhadap prestasi olahraga, yaitu sebesar 16,450 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000.

Masukan dan rekomendasi meliputi: (1). Peningkatan prestasi olahraga siswa Sekolah

Menengah Atas Negeri Khusus Keberbakatan Olahraga Sulawesi Selatan sangat mendesak dilakukan dengan memprioritaskan pembelajaran praktek olahraga pada pagi hari awal pembelajaran dimulai dan dilanjutkan pada sore hari. (2). Edukasi untuk meningkatkan prestasi olahraga siswa sangat penting dilakukan melalui efikasi diri dalam rangka meningkatkan prestasi olahraga siswa. (3). Penelitian tentang prestasi olahraga yang memiliki aspek pengaturan diri dan lingkungan sekolah serta dukungan sosial sangat perlu dilakukan untuk penelitian berikutnya, tanpa menyampingkan variabel lainnya yang dapat mempengaruhi peningkatan prestasi olahraga dan prestasi akademik siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Adisasmito, L. S. (2007). Mental Juara: Modal Atlet Berprestasi. In *Raja Grafindo Persada*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Arifin, M., Putro, S. C., & Putranto, H. (2014). Hubungan kemampuan efikasi diri dan kemampuan kependidikan dengan kesiapan menjadi guru TIK mahasiswa pendidikan teknik informatika. *Teknologi Dan Kejuruan*.
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. In *American Psychologist* (pp. 122–147). American Psychologist. <https://doi.org/doi.org/10.1037/0003-066X.37.2.122>
- Boekaerts, M., Paul R. Pintrich, & Zeidner, M. (2000). Handbook of self-regulation. In *Elsevier Inc.* 2000 Elsevier Inc. <https://doi.org/doi.org/10.1016/B978-0-12-109890-2.X5027-6>
- Djiwandno, S. E. W. (2002). Psikologi pendidikan. In *PT Gramedia Widiasarana Indonesia*. Kota Banda Aceh: Universitas Syiah Kuala. Retrieved from http://uilis.unsyiah.ac.id/uilis/index.php?p=show_detail&id=53582
- Hamalik, O. (2015). Kurikulum dan pembelajaran. In *Jakarta: PT. Bumi Aksara* (p. 184).
- Hofmann, W., Schmeichel, B. J., & Baddeley, A. D. (2012). Executive functions and self-regulation. *Trends in Cognitive Sciences*. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2012.01.006>
- Irwanto. (2002). Psikologi umum. In *PT PRENHALLINDO* (p. 305).
- King, L. A., Hardini, Y., & Gayatri, P. G. (2017). Psikologi umum : sebuah pandangan apresiatif. In *Jakarta : Salemba Humanika* (p. 542).
- Kopp, C. B. (1982). Antecedents of self-regulation: A developmental perspective. *Developmental Psychology*, *18*(2), 199–214. <https://doi.org/doi.org/10.1037/0012-1649.18.2.199>
- Menteri Pendidikan Nasional, R. (2009). Pendidikan inklusif bagi peserta didik yang memiliki kelainan dan memiliki potensi kecerdasan dan/atau bakat istimewa. *Kementrian Pendidikan Nasional Republik Indonesi*, *70*, 6.
- Pintrich, P. R. (2000). The role of goal orientation in self-regulated learning. *Handbook of Self-Regulation*, 451–502. <https://doi.org/10.1016/b978-012109890-2/50043-3>
- Pintrich, P. R. (2003). Current issues in achievement goal theory and research. *International Journal of Educational Research*, *39*(4–5). <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2004.06.002>
- Pintrich, P. R., & Schunk, D. H. (2002). Motivation in education : theory, research, and applications. In *Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall* (Vol. 2).
- Pintrich, P. R., Wolters, C. A., & Baxter, G. P. (2000). Assessing metacognition and self-regulated learning. *Lincoln, NE: Buros Institute of Mental Measurements*.
- Prakosa, H. (2016). Cara penyampaian hasil belajar untuk meningkatkan self-efficacy mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, *23*(2). <https://doi.org/10.22146/jpsi.10045>
- Purwanto, M. N. (2017). Psikologi pendidikan. In *PT. Remaja Rosdakarya*.
- Santrock, J. W. (2006). Human adjustment. In *McGraw-Hill*.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2008). Health psychology, biopsychosocial interactions. In *John Wiley & Sons, Inc* (Vol. 7).
- Schunk, D. H., & Ertmer, P. A. (2007). Chapter 19 -

- self-regulation and academic learning: self-efficacy enhancing interventions. *Academic Press*. <https://doi.org/doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50048-2>
- Setyobroto, S. (2002). *Psikologi olahraga*. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.
- Skinner, B. F. (2012). Science and human behavior. In *Macmillan. New York* (p. 615).
- Uno, H. B. (2016). Orientasi baru dalam psikologi pembelajaran. In *Jakarta : PT. Bumi Aksara* (p. 232).
- Usman, H. (2006). Manajemen, teori, dan riset pendidikan. In *Bumi aksara* (p. 150).
- Widyaninggar, A. A. (2015). Pengaruh efikasi diri dan lokus kendali (locus of control) terhadap prestasi belajar matematika. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, *4*(2), 89–99. <https://doi.org/10.30998/formatif.v4i2.143>
- Zimmerman, B. J. (2010). Self regulated learning and academic achievement: Theoretical perspectives. *Journal of Clinical Dermatology*, *39*(8), 483–485. <https://doi.org/10.1207/s15326985ep2501>
- Zimmerman, B. J., & Martinez-Pons, M. (1990). Student differences in self-regulated learning: Relating grade, sex, and giftedness to self-efficacy and strategy use. *Journal of Educational Psychology*, *82*(1), 51–59. <https://doi.org/10.1037//0022-0663.82.1.51>