

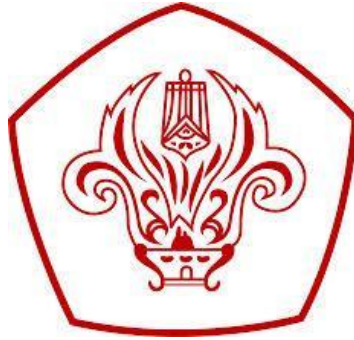
**Hubungan *Self-efficacy* dengan Ketepatan Sasaran pada Olahraga Panahan
Club X Tangerang**

SKRIPSI

Kemala Rahmadika

705130093

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA 2018**



**Hubungan *Sel-efficacy* dengan Ketepatan Sasaran pada Olahraga Panahan
*Club X Tangerang***

SKRIPSI

**Skripsi ini Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menempuh Ujian Sarjana Strata
Satu (S-1) Psikologi**

Kemala Rahmadika

705130093

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA 2018**

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT, atas limpahan rahmat dan karunia-Nya. Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: Hubungan *Self-efficacy* dengan Ketepatan Sasaran Pada Olahraga Panahan *Club X* Tangerang. Tujuan penulisan skripsi sebagai salah satu syarat untuk memenuhi ujian guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) pada Jurusan Psikologi Universitas Tarumanagara.

Terselesaikannya skripsi ini tidak lepas dari bantuan banyak pihak, sehingga pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan moril maupun materi, baik langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai. Terutama kepada yang saya hormati:

1. Dr. Monty P. Satiadarma, MS/AT, MCP/MFCC. Selaku pembimbing utama
2. Untung Subroto, M.Psi. Selaku pembimbing kedua
3. Dr. Rostiana, M.Si, Psi. Selaku dekan Fakultas Psikologi
4. Abdul Galim. Selaku pelatih panahan di *club x* Tangerang
5. Seluruh staf dosen dan karyawan Fakultas Psikologi Universitas Tarumanaga
6. Sukarsih (Ibu), Dedi Herawan (Ayah) dan seluruh keluarga besar peneliti yang selalu mendoakan serta memberikan dukungan juga semangat kepada peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.

7. Teman seperjuangan peneliti Varianto Ariowibowo, Yutika Riski, Riris Nurhanifiyanti, dan Priskila Winani.

8. Seluruh angkatan 2013 Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara yang menemani dan saling menyemangati dalam penyusunan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan sehingga jauh dari kesempurnaan, oleh sebab itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak untuk memperbaiki segala kekurangan yang ada pada skripsi ini.

Jakarta, 24 Juni 2018

Kemala Rahmadika

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
1.5 Sistematika Penulisan	6
BAB II KAJIAN TEORITIK	
4.3 <i>Self-efficacy</i>	8
2.1.1 Definisi <i>Self-efficacy</i>	8
2.1.2 Dimensi <i>Self-efiicacy</i>	8
2.1.3 Faktor <i>Self-efficacy</i>	9
2.1.4 Manfaat <i>Self-efficacy</i>	11
2.2 Panahan	12
2.2.1 Pengertian Panahan	12
2.2.2 Teknik Panahan	12
2.2.3 Jenis Busur Panahan	13
2.2.4 Anak Panahan	13

2.2.5	Kategori Jarak Panahan	14
2.3	Remaja	14
2.3.1	Definisi Remaja	14
2.3.2	Fisik Remaja	14
2.3.3	Kognitif Remaja	15
2.3.4	Psikososial Remaja	15
2.4	Hipotesis	16
2.5	Kerangka Berpikir	16

BAB III METODE PENELITIAN

3.1	Subyek Penelitian	19
3.2	Jenis Penelitian	19
3.3	Definisi Konseptual dan Operasional	20
3.3.1	Self efficacy	20
3.3.2	Ketepatan Sasaran	20
3.4	Setting Penilaian	20
3.4.1	Setting Penelitian	20
3.4.2	Peralatan Penelitian	21
3.5	Pengukuran Penelitian	22
3.5.1	Pengukuran <i>Self-efficacy</i> Sebelum Latihan Panahan	22
3.5.2	Pengukuran <i>Self-efficacy</i> Setelah Latihan Panahan	25
3.5.3	Pengukuran Ketepatan Sasaran	28
3.6	Prosedur Penelitian	29
3.6.1	Persiapan Penelitian	29
3.6.2	Pelaksanaan Penelitian	29
3.6.3	Proses Pengolahan Data dan Teknik Analisis Data	30

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1	Analisis Subyek Penelitian	31
-----	----------------------------	----

4.2 Analisis Data Penelitian

32

4.2.1 Analisis Data *Self-efficacy* Sebelum Latihan Panahan

32

4.2.2 Analisis

33

4.2.3 Uji Normalitas *Self-efficacy* Sebelum Latihan Panahan

34

4.2.4 Uji Normalitas *Self-efficacy* Setelah Latihan Panahan

34

4.2.5 Gambaran Ketepatan Sasaran Saat Memanah Minggu Ketiga

35

4.2.6 Uji Normalitas *Self-efficacy* dengan ketepatan sasaran saat memanah

36

4.3 Gambaran Data Utama

37

4.3.1 Uji Korelasi antara Variabel *Self-efficacy* dengan Ketepatan Sasaran Saat Memanah

37

4.4 Gambaran Data Demografis

38

4.4.1 Rata-rata Nilai *Self-efficacy* Sebelum Latihan Panahan Berdasarkan Jenis Kelamin

38

4.4.2 Rata-rata Nilai *Self-Efficacy* Sesudah Latihan Panahan berdasarkan Jenis Kelamin

39

4.4.3 Hasil Uji Beda *Self-efficacy* Sebelum Latihan Panahan Berdasarkan Tahapan Usia

40

4.4.4 Hasil Uji Beda *Self-efficacy* setelah latihan panahan berdasarkan Tahapan Usia

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan	42
5.2 Diskusi	42
5.3 Saran	44
5.3.1 Saran yang Berkaitan dengan Manfaat Teoritis	44
5.3.2 Saran yang Berkaitan dengan Manfaat Praktis	44
DAFTAR PUSTAKA	P-1
LAMPIRAN	L-1

DAFTAR TABEL

- Tabel 1. Kerangka Berpikir Penelitian
18
- Tabel 2. *Dimensi Level* Sebelum Latihan Panahan
23
- Tabel 3. *Dimensi Generality* Sebelum Latihan Panahan
24
- Tabel 4. *Definisi Strength* Sebelum Latihan Panahan
25
- Tabel 5. *Dimensi Level* Setelah Latihan Panahan
26
- Tabel 6. *Dimensi Generality* Setelah Latihan Panahan
27
- Tabel 7. *Dimensi Strength* Setelah Latihan Panahan
28
- Tabel 8. *Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin*
31
- Tabel 9. *Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Usia*
32
- Tabel 10. *Gambaran Data Self-efficacy* Sebelum Latihan Panahan
33
- Tabel 11. *Gambaran Data Self-efficacy* Setelah Latihan Panahan
33

Tabel 12. Nilai Ketepatan Sasaran Minggu pertama

34

Tabel 13. Nilai Ketepatan Sasaran Minggu kedua

35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1a.	Kuesioner <i>Self-efficacy</i>	L-1
Lampiran 1b.	Kuesioner <i>Self-efficacy</i>	L-3
Lampiran 1c.	Kuesioner <i>Identitas Subyek</i>	L-4
Lampiran 1d.	Kuesioner Penelitian	L-5
Lampiran 2.	<i>Log Book</i>	L-7
Lampiran 3.	Nilai Memanah Setiap Minggu	L-8
Lampiran 4.	Lampiran 5. Frekuensi Jenis Kelamin	L-10
Lampiran 5.	Frekuensi Jenis Usia	L-11
Lampiran 6a.	Pengujian Mean Empirik <i>Self-efficacy</i> Sebelum Latihan Panahan	L-12
Lampiran 6b.	Pengujian Mean Empirik <i>Self-efficacy</i> Setelah Latihan Panahan	L-13
Lampiran 7a.	Pengujian Reliabilitas Butir <i>Self-efficacy</i> Sebelum Sesudah Latihan Panahan	L-14
Lampiran 7b.	Pengujian Reliabilitas Butir <i>Self-efficacy</i> Setelah Latihan Panahan	L-21
Lampiran 8.	Pengujian Normalitas <i>Self-efficacy</i> dan Ketepatan Sasaran saat Memanah	L-30
Lampiran 9.	Pengujian Korelasi <i>Self-efficacy</i> Latihan Panahan	L-31

Lampiran 10a. Uji *Mean Self-efficacy* Sebelum Latihan Panahan

L-32

Lampiran 10b. Uji *Mean Self-efficacy* Setelah Latihan Panahan Dengan

Jenis Kelamin

L-33

Lampiran 11a. Uji *One Way Anova Self-efficacy* Sebelum Latihan Panahan

Dengan Usia

L-34

Lampiran 11b. Uji *One Way Anova Self-efficacy* Setelah Latihan Panahan

Dengan Usia

L-35

ABSTRAK

Kemala Rahmadika (705130093)

Hubungan *Self-efficacy* dengan Ketepatan Sasaran pada Olahraga Panahan *Club X* Tangerang; Dr. Monty P. Satiadarma, DCH, MS/AT. MCP/MFCC & Untung Subroto, M.Psi, Psikolog; Program Studi S-1 Psikologi, Universitas Tarumanagara, (i-x; 45 halaman, P1-P6, L1-L36)

Panahan adalah olahraga yang menggabungkan antara olahraga dan seni. Seorang pemanah membutuhkan teknik yang baik untuk mengenai sasaran dengan tepat. *Self-efficacy* merupakan aspek yang menentukan dalam mencapai tujuan salah satunya adalah olahraga panahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Self-efficacy* dengan ketepatan sasaran pada olahraga panahan. Desain penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan bentuk penelitian non eksperimental menggunakan kuesioner *Self-efficacy* yang digunakan sebagai alat utama, terhadap 26 individu yang mengikuti latihan olahraga panahan selama 3 bulan serta berusia 11 hingga 20 tahun. Hasil penelitian tidak sesuai dengan hipotesis awal dan menunjukn bahwa *self-efficacy* tidak memengaruhi ketepatan sasaran sebelum dan sesudah latihan. Peneliti menarik kesimpulan, bahwa tidak ada hubungan antara *self-efficacy* dengan ketepatan sasaran.

Kata Kunci: *self-efficacy*, olahraga panahan, remaja

ABSTRACT

Kemala Rahmadika (705130093)

Correlation Between Self-efficacy and Target Accuracy on Archery Club X Tangerang; Dr. Monty P. Satiadarma, DCH, MS/AT. MCP/MFCC & Untung Subroto, M.Psi; Undergraduate Program in Psychology, Tarumanagara University, (i-x; 45 pages, R1-R6, Appdx 1-35).

Archery is an sport that combined sport and art. An archer need good technique for achieving true marksmanship. Self-efficacy is aspect which people need to achieve their goal, for example is archery. This experiment purpose is to understand relationship between self-efficacy with accuracy in archery. The Design for this experiment is qualitative experiment with non-experimental experiment using self-efficacy questionnaire as the main tools, towards 26 individual who join archery exercises for 3 month, also age of 11 to 20 years old. The result is not correspond with hypothesis and show that self efficacy doesn't affect accuracy before and after exercise. Researchers decided that self-efficacy does not correlate with accuracy.

Keywords: self-efficacy, archery sport, adolescent