

---

## Pengaruh *Locus of Control* dan Dukungan Sosial terhadap Efikasi Diri Atlet Badminton

---

Nicola Kautsar Amanda dan Yufi Adriani

Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah

[yufi.adriani@uinjkt.ac.id](mailto:yufi.adriani@uinjkt.ac.id)

---

### Abstract

*This research was conducted to determine the effect of locus of control, social support and demographics factors on self-efficacy in badminton athletes. This research used a quantitative approach with multiple regression analysis with the help of SPSS 23 software. The samples consist of 153 badminton athletes were taken using a non-probability sampling technique, namely accidental sampling. The data collection instrument that is used in this research was an adaption scale of Indonesian version of General Self Efficacy Scale (GSES), Levenson Internality Powerful others Chance (IPC) Scale, and The Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS). The author tested the validity of the measuring instrument using confirmatory factor analysis with Lisrel 8.80 software. The results showed that there was a significant effect of locus of control, social support and demographics factors on self-efficacy in badminton athletes. The R-Square value which obtained is 0,493. It means that all independent variables have an influence of 49,3% on the dependent variable. As for the regression coefficient value of each independent variable, only internality, family, friend, and significant others who have the influence on self-efficacy in badminton athletes. The author hopes that the results of this research can be reviewed and developed in further research.*

**Keywords :** *badminton athletes, locus of control, self-efficacy, and social support*

### Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh *locus of control*, dukungan sosial, dan faktor demografis terhadap efikasi diri atlet badminton. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi berganda melalui bantuan *software* SPSS 23. Responden yang menjadi sampel dalam penelitian ini terdiri dari 153 atlet badminton yang diambil dengan teknik *non-probability sampling*, yakni *accidental sampling*. Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala adaptasi dari *General Self Efficacy Scale* (GSES) versi Indonesia, *Levenson Internality Powerful others Chance* (IPC) Scale, dan *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS). Penulis melakukan uji validitas alat ukur menggunakan *confirmatory factor analysis* dengan bantuan *software* Lisrel 8.80. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan *locus of control*, dukungan sosial, dan faktor demografis terhadap efikasi diri atlet badminton. Nilai *R-Square* yang diperoleh sebesar 0,493, artinya seluruh *independent variable* memiliki pengaruh sebesar 49,3% terhadap *dependent variable*. Adapun nilai koefisien regresi dari masing-masing *independent variable*, hanya *internality, family, friends*, dan *significant other* orang yang memiliki pengaruh terhadap efikasi diri atlet dalam memenangi pertandingan badminton. Penulis berharap hasil penelitian ini dapat dikaji kembali dan dikembangkan pada penelitian selanjutnya.

**Kata Kunci:** atlet badminton, dukungan sosial, efikasi diri, dan *locus of control*

---

### PENDAHULUAN

Selain dijadikan sebagai sarana untuk mencapai hidup yang sehat, kini badminton juga dijadikan sebagai ajang untuk meningkatkan

status negara. Olimpiade Tokyo 2020 yang baru saja diselenggarakan pada Juli 2021, merupakan salah satu ajang untuk meningkatkan status negara. Olimpiade tersebut mempertandingkan

banyak cabang olahraga, salah satunya badminton. Pada sektor ganda putra terdapat Marcus Fernaldi Gideon/Kevin Sanjaya Sukamuljo atau lebih dikenal dengan *The Minions* yang keterampilannya sudah tidak diragukan lagi, terbukti dari banyak turnamen yang telah dimenangkan. Walaupun menduduki peringkat satu dunia, *The Minions* harus pulang tanpa membawa gelar juara pada Olimpiade Tokyo 2020. Menurut Herry Iman Pierngadi yang merupakan pelatihnya, masalah yang dialami oleh *The Minions* bukanlah masalah teknis, melainkan masalah mental. Mereka tidak dapat mengatur pikirannya karena merasa terbebani dengan ekspektasi-ekspektasi yang ada, dan faktor servis yang sering dinyatakan *fault* oleh hakim servis. Masalah yang dialami oleh atlet badminton internasional seperti *The Minions* juga dialami oleh atlet badminton lokal lainnya.

Atlet merupakan olahragawan yang terlatih dan mengikuti perlombaan atau pertandingan. Dengan demikian, individu dapat dikatakan sebagai atlet badminton jika mengikuti pelatihan khusus mengenai olahraga badminton dengan tujuan untuk diikuti sertakan dalam pertandingan. Persatuan Badminton (PB) adalah tempat dimana individu akan diberi pelatihan khusus dan diharapkan agar individu bisa meningkatkan keterampilan mereka dalam bermain badminton sehingga akan melahirkan atlet badminton. Selain untuk meningkatkan status daerah atau negara, atlet badminton juga memiliki tujuan untuk meraih prestasi yang paling tinggi. Menurut Rubianto (dalam Maulana, 2019), kegiatan olahraga yang

dilakukan secara terprogram akan memiliki tujuan untuk mencapai prestasi. Menurut Departemen Pendidikan Nasional, prestasi merupakan hasil yang dicapai dari usaha yang telah dikerjakan (Akbar & Abidin, 2015). Prestasi tertinggi yang akan diraih oleh atlet badminton yaitu menjadi juara dalam suatu pertandingan. Harsono mengatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang harus dikuasai oleh atlet untuk meraih prestasi tertinggi, yaitu kemampuan fisik, penguasaan teknik, penguasaan taktik, dan kemampuan mental (Yushardi, 2017).

Walaupun sudah sering berlatih, atlet seringkali tidak yakin akan kemampuannya saat pertandingan berlangsung. Hal tersebut menjadi salah satu penyebab atlet kalah dalam pertandingan. Penulis telah melakukan observasi terhadap 12 atlet badminton dari PB Cerita Tangerang Selatan yang akan diikuti dalam sebuah turnamen. Dari 12 atlet, hanya 2 atlet saja yang performanya konsisten antara ketika latihan dan turnamen, sedangkan sisanya justru menunjukkan performa yang menurun ketika turnamen. Kemudian penulis melakukan wawancara lebih lanjut kepada atlet yang performanya menurun ketika turnamen.

Salah satu atlet mengatakan merasa ada yang berbeda ketika memasuki lapangan, seperti terasa lebih kecil dibandingkan dengan lapangan yang digunakan atlet untuk berlatih. Hal tersebut mengakibatkan *shuttlecock* sering keluar. Oleh karena itu, muncul perasaan bahwa dirinya tidak akan mampu memenangi pertandingan tersebut. Dalam psikologi, perasaan tidak mampu untuk memenangi

pertandingan merupakan bagian dari efikasi diri yang lemah. Menurut Bandura (1997), efikasi diri merupakan seberapa kompeten individu dalam mengerjakan tugas. Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan berusaha semaksimal mungkin dengan kemampuannya dengan harapan memperoleh hasil yang memuaskan. Sebaliknya, jika individu memiliki efikasi diri yang rendah tidak akan yakin dengan kemampuannya, sehingga merasa tidak mampu untuk mencapai hasil yang memuaskan.

Berdasarkan hasil wawancara lebih lanjut dari beberapa atlet PB Cerita, diperoleh beberapa faktor yang dapat memengaruhi efikasi diri. Selain ketahanan fisik dan teknik badminton, wasit yang berpihak kepada lawan juga akan membuat atlet merasa tidak mampu untuk memenangi pertandingan. Walaupun kemampuan kita sudah jauh lebih unggul dan wasit tetap berpihak kepada lawan, tetap saja akan membuat atlet merasa tidak mampu untuk memenangi pertandingan. Kondisi tersebut bisa dinamakan dengan *locus of control*. *Locus of control* memiliki arti bahwa semua kejadian pada hidup individu disebabkan oleh *internality*, *powerful others*, dan *chance* (Levenson, 1981). *Internality* terjadi ketika suatu keberhasilan atau kegagalan disebabkan oleh perbuatan dirinya sendiri. Sedangkan *powerful others* terjadi ketika suatu peristiwa terjadi disebabkan oleh pengaruh atau kekuatan orang lain yang berkuasa. *Chance* terjadi ketika suatu peristiwa terjadi disebabkan oleh adanya kesempatan atau keberuntungan. Individu yang paling berkuasa di lapangan adalah wasit. Seringkali

servis yang dilakukan oleh atlet dinyatakan *fault* oleh hakim servis, sehingga atlet akan beranggapan bahwa wasit berpihak kepada lawan. Hal tersebut akan menimbulkan efikasi diri yang rendah pada atlet. Dalam penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Setiawan dan kawan-kawan (2015), *locus of control internality* signifikan memengaruhi efikasi diri pada atlet basket. Individu yang memiliki *locus of control internality* yang tinggi akan memiliki keterampilan, kemampuan, dan usaha yang tinggi, sehingga efikasi diri juga akan meningkat karena individu memiliki keyakinan akan keterampilannya.

Menurut Bandura (1997), terdapat faktor *verbal persuasion* yang akan memengaruhi efikasi diri. *Verbal persuasion* merupakan ajakan secara verbal yang dimaksudkan untuk menyemangati individu. Hal tersebut juga bisa dikatakan sebagai dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan suatu hal yang dilakukan oleh orang lain yang dianggap individu sebagai penahan agar dirinya tidak mengalami stress (Zimet et al., 1988). Dukungan yang diperoleh dari keluarga, teman, dan significant other akan memengaruhi efikasi diri atlet badminton ketika turnamen. Seringkali teman yang hadir untuk menonton pertandingan, akan memberikan dukungan seperti sorakan kepada atlet. Hal tersebut akan membuat atlet menjadi lebih semangat, sehingga akan meningkatkan efikasi diri.

Dalam penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Aulia dan Indrawati (2017), dukungan sosial signifikan memengaruhi efikasi

diri pada atlet futsal putri. Dalam penelitiannya, semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh oleh keluarga, akan semakin tinggi juga efikasi diri yang dirasakan oleh individu.

Menurut Bandura (1995), faktor demografi jenis kelamin dan usia memberikan pengaruh kepada efikasi diri pada perempuan, dalam konteks mengurus keluarga. Efikasi diri yang dimiliki oleh perempuan jauh lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki, hal tersebut dikatakan Bandura karena perempuan memiliki keyakinan yang kuat bahwa dirinya mampu mengurus keluarga. Dengan seiring bertambahnya usia, pengalaman juga akan semakin bertambah. Pengalaman akan memuat informasi mengenai tugas-tugas yang telah dikerjakan di masa lalu, dan akan dimanfaatkan dalam rangka untuk memudahkan individu dalam melakukan tugasnya di masa sekarang. Dengan begitu, individu akan lebih siap untuk menghadapi tugasnya dengan bekal informasi di masa lalu, sehingga individu memiliki efikasi diri yang tinggi (Bandura, 1997).

Berdasarkan pemaparan di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh *locus of control*, dukungan sosial, jenis kelamin, dan usia terhadap efikasi diri atlet badminton. Maka hipotesis dalam penelitian ini adalah “ada pengaruh yang signifikan *locus of control (internality, powerful others, chance)*, dukungan sosial (keluarga, teman, *significant other*), dan faktor demografi (jenis kelamin dan usia) terhadap efikasi diri atlet badminton”

## **METODE**

### **Desain**

Dalam penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, yaitu penelitian yang menggunakan angka-angka. Diperoleh dari mengumpulkan data, kemudian data tersebut akan diolah dan akan diperoleh hasil penelitiannya.

### **Partisipan**

Deskripsikan partisipan penelitian ini dan teknik. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet badminton. Pengambilan sampel menggunakan *non probability sampling*, yang artinya jumlah populasinya tidak diketahui. Metode yang digunakan adalah *accidental sampling*, yaitu sampel diperoleh dengan ketidaksengajaan/kebetulan. Jika penulis menemukan individu yang sesuai dengan kriteria penelitian, maka individu tersebut akan dijadikan sebagai responden.

Karakteristik populasi dalam penelitian ini mengikuti definisi atlet yang telah dijelaskan sebelumnya yaitu individu yang mengikuti pelatihan khusus olahraga badminton. Oleh karena itu, sampel dalam penelitian ini adalah individu yang tergabung dalam Persatuan Badminton di Indonesia dan mengikuti turnamen dalam kurun waktu satu tahun terakhir. Penulis memberikan batas minimal usia 15 tahun yang hanya diperbolehkan menjadi responden dalam penelitian ini.

### **Instrumen**

#### **Efikasi Diri**

Untuk mengukur efikasi diri, penulis menggunakan skala yang diadaptasi dari *General*

*Self Efficacy Scale* (GSES) versi Indonesia (Novrianto et al., 2019). GSES versi Indonesia merupakan hasil adaptasi dari GSES yang dikembangkan oleh Schwarzer dan Jerusalem, dan mengacu pada teori efikasi diri Bandura. GSES versi Indonesia memiliki item sebanyak 10 dan bersifat unidimensional yang artinya hanya mengukur efikasi diri saja. Penulis hanya menggunakan 9 item, karena pernyataan pada 1 item lainnya tidak sesuai dengan penelitian ini. Alat ukur ini akan menggunakan skala likert 4-poin. Berikut hasil dari uji validitas instrumen Efikasi Diri menggunakan *confirmatory factor analysis* dengan bantuan *software* Lisrel 8.80.

**Tabel 1. Muatan Faktor Item Efikasi Diri**

No Item	Koefisien	Std Error	Nilai t	Signifikan
1	0,75	0,07	10,56	✓
2	0,72	0,07	10,13	✓
3	0,94	0,06	14,60	✓
4	0,89	0,07	13,32	✓
5	0,67	0,07	9,15	✓
6	0,66	0,07	8,99	✓
7	0,67	0,08	8,82	✓
8	0,63	0,07	8,48	✓
9	0,72	0,07	10,02	✓

Berdasarkan Tabel 1, semua item dikatakan signifikan karena nilai  $t > 1,96$ . Dengan demikian, tidak ada item yang harus dibuang.

*Locus of Control*

Untuk mengukur *locus of control*, penulis menggunakan skala yang diadaptasi dari Levenson *Intrnalty Powerful others Chance* (IPC) Scale (Levenson, 1981). Levenson IPC Scale memiliki item sebanyak 24 dan bersifat multidimensional. Skala tersebut mengukur aspek *internality, powerful others, dan chance*. Penulis hanya menggunakan 17 item, karena

pernyataan pada 7 item lainnya tidak sesuai dengan penelitian ini. Alat ukur ini akan menggunakan skala likert 4-poin. Berikut hasil dari uji validitas instrumen *Locus of Control* menggunakan *confirmatory factor analysis* dengan bantuan *software* Lisrel 8.80.

**Tabel 2. Muatan Faktor Item Locus of Control**

No Item	Koefisien	Std Error	Nilai t	Signifikan
1	0,67	0,07	8,98	✓
2	0,70	0,08	9,17	✓
3	0,75	0,08	9,52	✓
4	0,87	0,07	12,25	✓
5	0,56	0,08	7,22	✓
6	0,69	0,08	8,98	✓
7	0,68	0,08	8,58	✓
8	0,71	0,07	9,63	✓
9	0,24	0,09	2,71	✓
10	0,78	0,07	10,58	✓
11	0,84	0,08	10,76	✓
12	0,69	0,08	9,12	✓
13	0,84	0,08	10,02	✓
14	0,67	0,08	8,35	✓
15	0,54	0,08	6,86	✓
16	0,66	0,08	8,78	✓
17	0,81	0,07	11,27	✓

Berdasarkan Tabel 2, semua item dikatakan signifikan karena nilai  $t > 1,96$ . Dengan demikian, tidak ada item yang harus dibuang.

Dukungan Sosial

Untuk mengukur dukungan sosial, penulis menggunakan skala yang diadaptasi dari *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (Zimet et al., 1988). MSPSS memiliki item sebanyak 12 dan bersifat multidimensional. Skala tersebut mengukur *family, friend, dan significant other*. Alat ukur ini akan menggunakan skala likert 4-poin.

**Tabel 3. Muatan Faktor Item Dukungan Sosial**

No Item	Koefisien	Std Error	Nilai t	Signifikan
---------	-----------	-----------	---------	------------

1	0,78	0,07	11,00	✓
2	0,94	0,07	14,50	✓
3	0,78	0,07	11,15	✓
4	0,87	0,07	13,01	✓
5	0,83	0,07	11,97	✓
6	0,91	0,07	13,47	✓
7	0,70	0,07	9,47	✓
8	0,86	0,07	12,95	✓
9	0,85	0,07	12,29	✓
10	0,71	0,07	9,77	✓
11	0,85	0,07	12,75	✓
12	0,63	0,08	8,20	✓

Berdasarkan Tabel 3, semua item dikatakan signifikan karena nilai  $t > 1,96$ . Dengan demikian, tidak ada item yang harus dibuang.

**Teknik Analisa Data**

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi berganda melalui bantuan *software* SPSS versi 23 untuk pengujian hipotesis.

**HASIL DAN DISKUSI**

**Hasil**

**Tabel 4. R-Square**

Model	R	R	Adjusted	Std Error
-------	---	---	----------	-----------

	Square	R Square	of the Estimate
1	,702 <sup>a</sup>	,493	,465

Berdasarkan Tabel 4 diperoleh *R-Square* sebesar 0,493. Artinya, variabel *locus of control*, dukungan sosial, dan faktor demografi memengaruhi efikasi diri sebesar 49,3%. Sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini yaitu sebesar 50,7%.

**Tabel 5. ANOVA**

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig
Regression	6737,759	8	842,220	17,514	,000 <sup>b</sup>
Residual	6924,579	144	48.087		
Total	13662,338	152			

Berdasarkan uji F pada Tabel 5 diperoleh nilai  $p = 0,000$ . Nilai  $p < 0,05$ , yang merupakan kriteria signifikan. Dengan demikian, hipotesis nihil yang menyatakan tidak ada pengaruh yang signifikan *locus of control*, dukungan sosial, dan faktor demografi, ditolak. Artinya terdapat pengaruh yang signifikan *locus of control*, dukungan sosial, dan faktor demografi terhadap efikasi diri atlet badminton.

**Tabel 6. Koefisien Regresi**

Model		Unstandardized Coefficient		Standardized Coefficients	T	Sig
		B	Std Error	Beta		
1	(Constant)	10,330	6,796		1,520	,131
	<i>Internality</i>	,290	,077	,274	3,774	,000*
	<i>Powerful Others</i>	,075	,086	,071	,871	,385
	<i>Chance</i>	-,134	,087	-,128	-1,532	,128
	<i>Family</i>	,214	,080	,210	2,672	,008*
	<i>Friends</i>	,198	,086	,192	2,301	,023*
	<i>Significant Others</i>	,185	,084	,181	2,196	,030*
	Jenis Kelamin	,548	1,539	,021	,356	,722
	Usia	-,084	,103	-,049	-,818	,415

(\*) =  $p < 0,05$  yang artinya signifikan

*Locus of Control Internality*

Diperoleh koefisien regresi pada kolom B sebesar 0,290 dengan nilai signifikansi 0,000 ( $sig < 0,05$ ). Dengan demikian ada pengaruh yang signifikan *internality* terhadap efikasi diri. Selain

Berdasarkan Tabel 6, diperoleh hasil sebagai berikut.

itu koefisien menunjukkan arah positif. Artinya semakin tinggi *locus of control internality*, maka semakin tinggi juga efikasi diri atlet badminton.

#### *Locus of Control Powerful Others*

Diperoleh koefisien regresi sebesar 0,075 dengan nilai signifikansi 0,385 (sig > 0,05). Dengan demikian tidak ada pengaruh yang signifikan *powerful others* terhadap efikasi diri atlet badminton.

#### *Locus of Control Chance*

Diperoleh koefisien regresi sebesar -0,134 dengan nilai signifikansi 0,128 (sig > 0,05). Dengan demikian tidak ada pengaruh yang signifikan *chance* terhadap efikasi diri atlet badminton.

#### Dukungan Sosial Keluarga

Diperoleh koefisien regresi sebesar 0,214 dengan nilai signifikansi 0,008 (sig < 0,05). Dengan demikian ada pengaruh yang signifikan keluarga terhadap efikasi diri atlet badminton. Selain itu koefisien menunjukkan arah positif. Artinya semakin tinggi dukungan sosial keluarga, maka semakin tinggi juga efikasi diri atlet badminton.

#### Dukungan Sosial Teman

Diperoleh koefisien regresi sebesar 0,198 dengan nilai signifikansi 0,023 (sig < 0,05). Dengan demikian ada pengaruh yang signifikan teman terhadap efikasi diri atlet badminton. Selain itu koefisien menunjukkan arah positif. Artinya semakin tinggi dukungan sosial teman, maka semakin tinggi juga efikasi diri atlet badminton.

#### Dukungan Sosial *Significant Others*

Diperoleh koefisien regresi sebesar 0,185 dengan nilai signifikansi 0,030 (sig < 0,05). Dengan demikian ada pengaruh yang signifikan *significant others* terhadap efikasi diri atlet badminton. Selain itu koefisien menunjukkan arah positif. Artinya semakin tinggi dukungan sosial *significant others* dari pelatih, maka semakin tinggi juga efikasi diri atlet badminton.

#### Jenis Kelamin

Diperoleh koefisien regresi sebesar 0,548 dengan nilai signifikansi 0,722 (sig > 0,05). Dengan demikian tidak ada pengaruh yang signifikan jenis kelamin terhadap efikasi diri atlet badminton.

#### Usia

Diperoleh koefisien regresi sebesar -0,084 dengan nilai signifikansi 0,415 (sig > 0,05). Dengan demikian tidak ada pengaruh yang signifikan usia terhadap efikasi diri atlet badminton.

#### Diskusi

Berdasarkan dari hasil penelitian di atas, ditemukannya perbedaan antara hipotesis dan data di lapangan.

Pada variabel *locus of control internality* diperoleh hasil yang signifikan, artinya variabel tersebut memiliki pengaruh terhadap efikasi diri atlet badminton. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Setiawan et al. (Setiawan et al., 2015), bahwa individu yang memiliki *locus of control internality* yang tinggi akan memiliki keterampilan, kemampuan, dan usaha yang tinggi, sehingga efikasi diri juga akan meningkat karena individu memiliki keyakinan akan keterampilannya. Individu dengan *locus of control internality* yang tinggi juga akan lebih percaya diri, karena individu meyakini bahwa peristiwa yang akan terjadi pada kehidupannya disebabkan oleh dirinya (Ashagi & Beheshtifar, 2015). Maka dari itu salah satu cara untuk meningkatkan efikasi diri atlet badminton yaitu dengan cara meningkatkan keterampilan dan yakin akan keterampilannya, bahwa dengan keterampilan tersebut akan membawa atlet memenangi pertandingan.

Pada variabel dukungan sosial keluarga, dukungan sosial teman, dan dukungan sosial *significant other* diperoleh hasil yang signifikan, artinya ketiga variabel tersebut memiliki pengaruh terhadap efikasi diri atlet badminton. Sesuai dengan penelitian lain yang dilakukan Aulia dan Indrawati (2017), semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh dari keluarga, akan semakin tinggi juga efikasi diri yang dirasakan oleh individu. Keterlibatan orang tua akan memengaruhi motivasi anak dalam berolahraga, khususnya ibu. Wuerth et al. (2004) menjelaskan bahwa seorang ibu akan memberikan dukungan dan penghargaan lebih kepada anaknya. Sedangkan bentuk dukungan seorang ayah adalah dengan cara terlibat langsung dengan olahraga yang bersangkutan (Dorsch et al., 2016). Seperti melatih langsung anak agar menjadi atlet yang terampil. Menurut Kelly & Hansen (dalam Desmita, 2009), teman sebaya akan memberikan dukungan emosional dan sosial yang akan membuat individu menjadi lebih mandiri. Dalam penelitian ini, sikap mandiri atlet mengarah pada keyakinan akan keterampilannya. Maka dari itu, dengan memperoleh dukungan dari keluarga dan teman juga akan meningkatkan efikasi diri atlet badminton. Dukungan sosial yang berupa rasa perhatian dan kasih sayang akan membantu atlet terhindar dari stres ketika pertandingan. Menurut Cranmer & Sollito (2015), dukungan yang dilakukan pelatih sangatlah berperan, mengingat pelatih merupakan orang terdekat atlet dalam kehidupannya. Selain memberikan arahan teknik dan strategi ketika

bertanding, pelatih juga memberikan motivasi agar atlet merasa semangat dan nyaman dalam berbagai situasi.

Pada variabel *locus of control powerful others* dan *locus of control chance* diperoleh hasil yang tidak signifikan, artinya kedua variabel tersebut tidak memiliki pengaruh terhadap efikasi diri atlet badminton. Pada kategorisasi skor variabel *locus of control powerful others* dan *locus of control chance*, masing-masing skor mendominasi pada sektor kategorisasi rendah. Pada variabel *powerful others* terdapat 90 subjek (58,8%) dan variabel *chance* terdapat 85 subjek (55,6%) yang berada pada kategorisasi rendah. Berdasarkan penelitian ini, dapat dikatakan bahwa kebanyakan atlet tidak mengandalkan *locus of control powerful others*, berupa bantuan wasit agar atlet bisa memenangi pertandingan. Begitu juga dengan *locus of control chance*, kebanyakan atlet tidak mengandalkan keberuntungan di lapangan. Seperti mengharapkan lawan cedera ketika pertandingan sedang berlangsung, dengan maksud untuk memenangi pertandingan.

Pada variabel jenis kelamin dan usia diperoleh hasil yang tidak signifikan, artinya kedua variabel tersebut tidak memiliki pengaruh terhadap efikasi diri atlet badminton. Jumlah subjek perempuan yang sedikit sangat memungkinkan untuk memengaruhi hasil penelitian. Sedangkan usia, Bandura menjelaskan bahwa semakin bertambahnya usia, pengalaman juga akan bertambah. Pengalaman yang berisi informasi-informasi di masa lalu tersebut akan dimanfaatkan untuk



memudahkan individu mengerjakan atau melaksanakan tugas, sehingga individu memiliki efikasi diri yang tinggi (Bandura, 1997). Tetapi, individu yang berusia remaja sudah mampu untuk menerima kegagalan atau kekalahan, sehingga remaja juga memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi (Nurika, 2016) .

Dalam penelitian ini tidak terlepas dari adanya keterbatasan. Kuesioner dalam penelitian ini tidak menampilkan data yang lebih spesifik mengenai atlet badminton, seperti pengalaman atlet dalam mengikuti pertandingan. Jika menampilkan data tersebut, akan bermanfaat untuk mengelompokkan atlet yang sudah sering mengikuti pertandingan dan yang jarang atau bahkan baru pertama kali mengikuti pertandingan badminton. Penulis juga tidak menampilkan daerah asal atlet badminton, sehingga tidak mendapatkan data yang lebih spesifik. Hal tersebut menjadikan keterbatasan dalam penelitian ini.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Setelah melakukan analisis, diperoleh kesimpulan bahwa dalam penelitian ini *locus of control (internality, powerful others, chance)*, dukungan sosial (keluarga, teman, *significant others* ), jenis kelamin, dan usia secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap efikasi diri atlet badminton . Jika dilihat dari masing-masing variabel IV, hanya *locus of control internality* , dukungan sosial keluarga, dukungan sosial teman, dan dukungan sosial *significant*

*others* saja yang memiliki pengaruh secara signifikan terhadap efikasi diri atlet badminton.

### Saran

#### Saran Teoritis

1. Dalam penelitian ini memiliki *R-Square* sebesar 0,493, yang artinya seluruh variabel dalam penelitian ini yaitu *locus of control*, dukungan sosial, dan faktor demografi memiliki pengaruh terhadap efikasi diri atlet badminton sebesar 49,3%, sedangkan 50,7% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain. Oleh karena itu, penulis menyarankan untuk penelitian selanjutnya agar meneliti dan menganalisis pengaruh dari variabel lain yang juga memiliki pengaruh terhadap efikasi diri atlet badminton.
2. Dalam penelitian ini, jumlah jumlah subjek laki-laki sebanyak 160 (83,8%), sedangkan jumlah subjek perempuan sebesar 31 (16,2%). Diharapkan penelitian selanjutnya memperoleh jumlah subjek laki-laki dan subjek perempuan yang sebanding, agar tidak terlalu jauh perbandingan antara laki-laki dan perempuan.
3. Dalam penelitian ini tidak spesifik dalam menampilkan data atlet badminton. Diharapkan penelitian selanjutnya untuk menampilkan data atlet yang lebih spesifik seperti pengalaman atlet dalam mengikuti turnamen dan level turnamen yang diikutinya.

#### Saran Praktis

1. Berdasarkan hasil penelitian ini, variabel *locus of control internal* memberikan

pengaruh yang signifikan terhadap efikasi diri atlet badminton. Oleh karena itu penulis menyarankan bagi para pelatih badminton untuk melatih cara berpikir atlet agar tetap fokus kepada teknik dan taktik yang telah diajarkan sebelumnya, karena hanya dengan teknik dan taktiknya yang akan membuat atlet memenangkan pertandingan. Jangan sampai fokus atlet teralihkan dengan hal-hal luar, seperti servis yang sering dinyatakan fault. Hal tersebut bisa menyebabkan konsentrasi atlet menjadi berantakan dan atlet akan bermain tanpa adanya teknik dan taktik. Oleh karena itu, sangat disarankan bagi pelatih untuk melatih cara berpikir agar atlet bisa fokus dan tampil dengan baik, sehingga atlet mampu untuk memenangi pertandingan.

2. Berdasarkan hasil penelitian ini, variabel dukungan sosial keluarga memberikan pengaruh yang signifikan terhadap efikasi diri atlet badminton. Oleh karena itu penulis menyarankan jika ada keluarga yang merupakan atlet badminton dan ingin bertanding, datanglah ke pertandingan dan berikan dukungan kepada atlet. Menurut Wuerth et al. (2004), keterlibatan orang tua akan memengaruhi motivasi anak dalam berolahraga, khususnya ibu. Oleh karena itu, sangat disarankan bagi seorang ibu yang memiliki anak seorang atlet badminton untuk datang ke pertandingan jika anaknya sedang turnamen. Dengan hadirnya seorang ibu menonton pertandingan akan lebih

memotivasi atlet untuk memenangi pertandingan.

3. Berdasarkan hasil penelitian ini, variabel dukungan sosial teman memberikan pengaruh yang signifikan terhadap efikasi diri atlet badminton. Oleh karena itu penulis menyarankan jika ada teman yang merupakan atlet badminton dan ingin bertanding, datanglah ke pertandingan dan berikan dukungan kepada atlet. Dukungan yang diberikan oleh teman biasanya berupa menyoraki namanya yang sedang bertanding. Dengan begitu, atlet akan merasa memiliki pendukung diantara banyaknya penonton dan tentu saja akan menambah atlet menjadi lebih bersemangat untuk memenangi pertandingan.
4. Berdasarkan hasil penelitian ini, variabel dukungan sosial pelatih memberikan pengaruh yang signifikan terhadap efikasi diri atlet badminton. Oleh karena itu penulis menyarankan pelatih badminton agar selalu menemani atletnya ketika sedang bertanding. Dukungan yang diberikan oleh pelatih sangatlah berarti bagi atlet yang sedang bertanding. Menurut Cranmer & Sollito (2015), dukungan yang dilakukan pelatih sangatlah berperan, mengingat pelatih merupakan orang terdekat atlet dalam kehidupan olahraganya. Selain memberikan arahan teknik dan strategi ketika bertanding, pelatih juga memberikan motivasi agar atlet merasa semangat dan nyaman dalam berbagai situasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, M. A., & Abidin, Z. (2015). Makna Prestasi bagi Atlet Binaraga Studi Kualitatif Fenomenologis pada Atlet Binaraga Nasional. *Jurnal Empati*, 4(2), 99–103.
- Ashagi, M. M., & Beheshtifar, M. (2015). The Relationship between Locus of Control ( Internal - External ) and Self-Efficacy Beliefs of Yazd University of Medical Sciences. *International Journal of Engineering and Applied Sciences*, 2(8), 72–76.
- Aulia, M. C., & Indrawati, E. S. (2017). Hubungan antara Dukungan Sosial Orangtua dengan Efikasi Diri Pada Pemain Futsal Putri Di Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 6(4), 119–124.
- Bandura, A. (1995). Exercise of personal and collective efficacy in changing societies. In A. Bandura (Ed.), *Self-Efficacy in Changing Societies* (pp. 1–45). Cambridge University Press.
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy: The Exercise of Control*. W. H. Freeman and Company.
- Cranmer, G. A., & Sollitto, M. (2015). Sport Support: Received Social Support as a Predictor of Athlete Satisfaction. *Communication Research Reports*, 32(3), 253–264.  
<https://doi.org/10.1080/08824096.2015.1052900>
- Desmita. (2009). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. PT Remaja Rosdakarya.
- Dorsch, T. E., Smith, A. L., & Dotterer, A. M. (2016). Individual , relationship , and context factors associated with parent support and pressure in organized youth sport. *Psychology of Sport & Exercise*, 23, 132–141.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.12.003>
- Levenson, H. (1981). Differentiating Among Internality, Powerful Others, and Chance. *Research with the Locus of Control Construct*, 1, 15–63.
- Maulana, A. A. (2019). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pencapaian Prestasi Pada Unit Kegiatan Mahasiswa Woodball Universitas Negeri Semarang Tahun 2019*. Universitas Negeri Semarang.
- Novrianto, R., Marettih, A. K. E., & Wahyudi, H. (2019). Validitas Konstruk Instrumen General Self Efficacy Scale versi Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 15(1).
- Nurika, B. (2016). *Hubungan antara konsep diri dengan kepercayaan diri remaja yang mengunggah foto selfie di instagram (ditinjau dan jenis kelamin dan usia)*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Setiawan, A. I., Kurniawati, Y., & Fitriani, A. (2015). Internal Locus of Control dan Self Efficacy Pemain Bola Basket dalam Melakukan Free Throw. *JURNAL MEDIAPSI*, 1(1), 17–27.
- Wuerth, S., Lee, M. J., & Alfermann, D. (2004). Parental involvement and athletes' career in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(1), 21–33.  
[https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00047-X](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00047-X)
- Yushardi, A. (2017). *Motivasi Berprestasi*

*terhadap Prestasi Olahraga dan Prestasi Akademik Atlet Beladiri Putri PPLP Jawa Barat.* Universitas Pendidikan Indonesia.

Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assesment*, 52(1), 30–41. <https://doi.org/10.1207/s15327752jpa520>

1