

Korelasi Antara Motivasi Berprestasi dan Kepercayaan diri Terhadap Prestasi Atlet Renang Mutiara Swimming Club

Prayoga Restu Samudra*, Sungkowo

Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia.

* Correspondence: prayogarestusamudra@students.unnes.ac.id

Abstract

This study aimed to determine the correlation between achievement motivation and self-confidence toward athlete achievement at Mutiara Swimming Club. This research employed a quantitative correlational design. The population consisted of 60 athletes, while the sample involved 26 athletes selected through purposive sampling with the criteria of being 10–19 years old and having participated in and won swimming competitions within the last year. Data were collected using achievement motivation and self-confidence questionnaires as well as athlete achievement records. Data analysis IBM SPSS Statistics version 27. The results showed that most athletes had high levels of achievement motivation and self-confidence. Pearson correlation analysis indicated a positive and significant relationship between achievement motivation and self-confidence ($r = 0.623$; $p < 0.01$). However, achievement motivation did not show a significant relationship with athlete achievement ($r = 0.305$; $p > 0.05$), while self-confidence also showed a very weak and insignificant relationship with athlete achievement ($r = 0.100$; $p > 0.05$). Multiple regression analysis showed that achievement motivation and self-confidence simultaneously did not significantly influence athlete achievement ($F = 1.371$; $p > 0.05$). Therefore, athlete achievement is likely influenced by other factors such as physical condition, technical skills, training quality, and competition experience.

Keyword: Achievement motivation; athlete achievement; self-confidence; sport psychology; swimming

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi antara motivasi berprestasi dan kepercayaan diri terhadap prestasi atlet renang di Mutiara Swimming Club. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi penelitian berjumlah 60 atlet dan sampel penelitian sebanyak 26 atlet yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria berusia 10–19 tahun serta pernah menjuarai perlombaan renang dalam satu tahun terakhir. Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket motivasi berprestasi, kepercayaan diri, serta data prestasi atlet. Analisis data menggunakan IBM SPSS Statistics versi 27. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar atlet memiliki tingkat motivasi berprestasi dan kepercayaan diri yang tinggi. Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri ($r = 0,623$; $p < 0,01$). Akan tetapi, motivasi berprestasi tidak memiliki hubungan signifikan dengan prestasi atlet ($r = 0,305$; $p > 0,05$), sedangkan kepercayaan diri menunjukkan hubungan yang sangat lemah dan tidak signifikan terhadap prestasi atlet ($r = 0,100$; $p > 0,05$). Hasil uji simultan juga menunjukkan bahwa motivasi berprestasi dan kepercayaan diri secara bersama-sama tidak berpengaruh signifikan terhadap prestasi atlet ($F = 1,371$; $p > 0,05$). Prestasi atlet diduga dipengaruhi oleh faktor lain seperti kondisi fisik, teknik, kualitas latihan, dan pengalaman bertanding.

Kata kunci: Kepercayaan diri; motivasi berprestasi; prestasi atlet; psikologi olahraga; renang

Received: 22 April 2026 | Revised: 22, 23, 25 Mei 2026

Accepted: 2 Juni 2026 | Published: 8 Juni 2026



Jurnal Porkes is licensed under a [Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Pendahuluan

Olahraga merupakan salah satu kegiatan yang memiliki peranan penting dalam meningkatkan kualitas kesehatan, kebugaran jasmani, serta pengembangan potensi individu. Secara khusus, olahraga prestasi merupakan bidang yang berorientasi pada kompetisi tingkat tinggi, di mana para atlet menjalani latihan secara intensif, terencana, dan berkelanjutan guna mencapai performa optimal serta meraih prestasi di berbagai tingkatan (Sumantri & Agustinah, 2024). Dalam konteks ini, cabang olahraga renang menjadi salah satu disiplin yang banyak diminati karena menuntut kombinasi harmonis antara kemampuan fisik, teknik gerak yang presisi, strategi perlombaan, serta kesiapan mental yang prima.

Renang tidak hanya sebagai keterampilan dasar untuk keselamatan di air, tetapi juga sebagai olahraga prestasi yang kompetitif. Prestasi atlet renang sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang bersifat internal maupun eksternal, seperti kondisi fisik, penguasaan teknik, kualitas program latihan, pengalaman bertanding, serta faktor psikologis (Rahayu et al., 2024; Gemaini et al., 2023). Di antara berbagai faktor tersebut, aspek psikologis sering kali menjadi pembeda krusial antara atlet yang berhasil dan yang kurang berhasil, terutama pada saat menghadapi tekanan kompetisi. Dua faktor psikologis yang dianggap paling berpengaruh dalam olahraga prestasi adalah motivasi berprestasi dan kepercayaan diri.

Motivasi berprestasi merupakan dorongan internal yang mendorong individu untuk mencapai standar keunggulan, mengatasi berbagai hambatan, serta mempertahankan usaha secara konsisten dalam menghadapi tantangan (Wati & Jannah, 2021; Gemaini et al., 2023). Atlet dengan motivasi berprestasi tinggi cenderung lebih gigih berlatih, memiliki target yang jelas, dan mampu bangkit dari kegagalan. Sementara itu, kepercayaan diri (self-confidence) didefinisikan sebagai keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya untuk berhasil dalam situasi tertentu (Suhartini & Rivaldo, 2022; Ulfah & Winata, 2021). Dalam olahraga renang, kepercayaan diri membantu atlet untuk tetap tenang saat start, fokus selama perlombaan, serta mengeksekusi teknik dengan optimal meskipun berada di bawah tekanan.

Kepercayaan diri yang tinggi juga berperan dalam mengurangi kecemasan kompetitif dan meningkatkan ketahanan mental. Berbagai penelitian sebelumnya telah mengkaji hubungan antara motivasi berprestasi dan kepercayaan diri dengan prestasi atlet. Beberapa penelitian menemukan adanya hubungan positif dan signifikan antara kedua variabel tersebut dengan prestasi olahraga, termasuk renang (Supriyanto, 2019; Octavianingrum & Savira, 2022; Syahrial & Saifuddin, 2021). Namun, terdapat pula inkonsistensi hasil penelitian. Beberapa studi menunjukkan bahwa meskipun motivasi berprestasi dan kepercayaan diri berada pada tingkat tinggi, keduanya tidak selalu berkorelasi signifikan dengan prestasi atlet (Irawan & Anam, 2022; Jalawasesa, 2021).

Perbedaan hasil ini kemungkinan disebabkan oleh perbedaan karakteristik sampel, tingkat kompetisi, instrumen pengukuran, maupun dominasi faktor lain seperti kondisi fisik dan teknis. Research gap yang masih ada menunjukkan perlunya penelitian lebih mendalam pada konteks klub renang daerah dengan atlet usia remaja (10-19 tahun). Mutiara Swimming Club sebagai salah satu klub renang yang aktif melakukan pembinaan terstruktur menjadi lokasi yang relevan untuk mengkaji permasalahan ini. Meskipun klub ini telah melahirkan

beberapa atlet berprestasi, masih terdapat variasi prestasi yang cukup signifikan di antara para atlet meskipun mereka mengikuti program latihan yang sama.

Hal ini menimbulkan pertanyaan mengenai seberapa besar kontribusi faktor psikologis (motivasi berprestasi dan kepercayaan diri) terhadap prestasi atlet di lingkungan klub tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis korelasi antara motivasi berprestasi dan kepercayaan diri terhadap prestasi atlet renang di Mutiara Swimming Club. Berdasarkan latar belakang dan research gap di atas, maka dirumuskan hipotesis penelitian sebagai berikut Hipotesis Penelitian H1: Terdapat korelasi positif dan signifikan antara motivasi berprestasi dengan prestasi atlet renang di Mutiara Swimming Club. H2: Terdapat korelasi positif dan signifikan antara kepercayaan diri dengan prestasi atlet renang di Mutiara Swimming Club. H3: Terdapat korelasi positif dan signifikan antara motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri pada atlet renang di Mutiara Swimming Club.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional (*correlational design*) serta pendekatan *cross-sectional*, di mana pengumpulan data dilakukan pada satu waktu tertentu tanpa adanya perlakuan atau intervensi terhadap subjek penelitian. Desain korelasional dipilih karena tujuan utama penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas yang terdiri atas motivasi berprestasi dan kepercayaan diri dengan variabel terikat yaitu prestasi atlet, serta hubungan antar kedua variabel bebas itu sendiri. Penelitian ini bersifat non-eksperimental karena peneliti tidak melakukan manipulasi terhadap variabel bebas, melainkan hanya mengukur dan menganalisis hubungan alami yang sudah ada pada diri subjek penelitian.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet renang Mutiara Swimming Club di Kabupaten Semarang yang berjumlah 60 atlet dengan rentang usia 8 hingga 19 tahun. Sampel penelitian berjumlah 26 atlet yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi yaitu atlet aktif, berusia 10 hingga 19 tahun, serta pernah mengikuti dan menjuarai perlombaan renang dalam satu tahun terakhir untuk memastikan seluruh sampel memiliki pengalaman kompetitif yang nyata. Kriteria eksklusi meliputi atlet yang sedang mengalami cedera berat atau tidak hadir pada saat pengambilan data. Jumlah sampel sebanyak 26 atlet ini telah memenuhi ketentuan minimal analisis korelasi dan regresi berganda, di mana (Hair et al., 2014) merekomendasikan minimal 10 hingga 15 responden per variabel bebas.

Instrumen motivasi berprestasi diadopsi dari penelitian (Islami & Tomoliyus, 2020), terdiri dari 18 butir pernyataan dengan empat alternatif jawaban dari Sangat Setuju (skor 4) hingga Sangat Tidak Setuju (skor 1), sehingga rentang skor total adalah 18 hingga 72. Kisi-kisi instrumen mencakup enam aspek yaitu dorongan internal, dorongan eksternal, orientasi target, dan ketahanan mental. Uji validitas konstruk pada penelitian asli menunjukkan seluruh butir valid dengan r hitung 0,455 hingga 0,911, sementara uji validitas ulang pada konteks Mutiara Swimming Club juga menunjukkan seluruh butir valid. Uji reliabilitas menghasilkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,946 pada penelitian asli dan 0,921 pada uji ulang, yang menunjukkan tingkat reliabilitas sangat tinggi.

Instrumen kepercayaan diri diadopsi dari buku Psikologi Olahraga karya (Sungkowo, 2019), terdiri dari 13 item pertanyaan dengan skala keyakinan 1 hingga 9, di mana skor 1-3 kategori rendah, 4-6 kategori sedang, dan 7-9 kategori tinggi, sehingga rentang skor total adalah 13 hingga 117. Kisi-kisi instrumen mencakup lima aspek yaitu keyakinan kemampuan teknik, keyakinan kemampuan fisik, keyakinan menghadapi kompetisi, keyakinan pengambilan keputusan, dan keyakinan terhadap dukungan. Uji validitas pada penelitian asli menunjukkan koefisien 0,405 hingga 0,829, sedangkan uji validitas ulang pada konteks Mutiara Swimming Club menunjukkan nilai 0,421 hingga 0,815. Uji reliabilitas menghasilkan nilai r sebesar 0,921 pada penelitian asli dan *Cronbach's Alpha* 0,905 pada uji ulang, sehingga instrumen dinyatakan reliabel.

Instrumen prestasi atlet diadopsi dari penelitian (Nafian 2025), di mana prestasi diukur dengan menjumlahkan skor dari semua kejuaraan yang diikuti dalam satu tahun terakhir. Sistem skoring menggunakan dua komponen: tingkat kejuaraan (kecamatan 5 poin, kabupaten/kota 10 poin, provinsi 20 poin, nasional 30 poin, internasional 50 poin) dan peringkat (juara 1 = 30 poin, juara 2 = 20 poin, juara 3 = 10 poin, finalis = 5 poin). Skor total dihitung dengan mengakumulasikan hasil perkalian antara skor tingkat kejuaraan dan skor peringkat. Uji validitas melalui *expert judgment* oleh dua orang ahli menunjukkan rata-rata skor 4,2 dari skala 1-5, sementara uji reliabilitas antar penilai menggunakan *Cohen's Kappa* menghasilkan nilai $\kappa = 0,87$, yang menunjukkan tingkat kesepakatan sangat baik.

Prosedur pengumpulan data dilaksanakan melalui tiga tahap. Tahap persiapan meliputi pengurusan perizinan, koordinasi jadwal dengan pelatih, penyiapan angket, dan uji coba instrumen pada 10 atlet di luar sampel. Tahap pelaksanaan meliputi pengumpulan atlet setelah sesi latihan, pemberian penjelasan penelitian, pembagian angket motivasi berprestasi dan kepercayaan diri, pengisian angket secara mandiri selama 30-45 menit dengan pendampingan, serta wawancara dengan pelatih untuk mengumpulkan data prestasi atlet. Tahap pasca-pelaksanaan meliputi pemeriksaan kelengkapan angket, pemberian apresiasi kepada atlet, serta tabulasi dan pengkodean data untuk analisis statistik.

Sebelum melakukan uji korelasi dan regresi, dilakukan uji prasyarat yang meliputi empat jenis pengujian. Uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk dengan kriteria data berdistribusi normal jika signifikansi $> 0,05$. Uji linearitas menggunakan *Test for Linearity* dengan kriteria hubungan linear jika signifikansi *Linearity* $< 0,05$ dan *Deviation from Linearity* $> 0,05$. Uji multikolinearitas menggunakan nilai *tolerance* dan VIF, di mana tidak terjadi multikolinearitas jika *Tolerance* $> 0,10$ dan VIF < 10 . Uji homoskedastisitas menggunakan uji Glejser dengan kriteria tidak terjadi heteroskedastisitas jika signifikansi $> 0,05$. Uji korelasi Pearson digunakan untuk menguji hubungan antar variabel, dengan interpretasi koefisien korelasi menurut Guilford (1956): r 0,00-0,199 sangat lemah, 0,20-0,399 lemah, 0,40-0,599 sedang, 0,60-0,799 kuat, dan 0,80-1,000 sangat kuat.

Kriteria signifikansi ditetapkan pada $p < 0,05$. Analisis regresi berganda digunakan untuk menguji pengaruh simultan dengan model persamaan $Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + e$. Uji F digunakan untuk mengetahui pengaruh simultan, sedangkan uji t digunakan untuk mengetahui pengaruh parsial masing-masing variabel bebas terhadap prestasi atlet. Koefisien determinasi (r^2) juga dihitung untuk mengetahui besarnya kontribusi variabel bebas terhadap variabel terikat. Kategorisasi skor variabel menggunakan rumus mean ideal dan standar deviasi ideal

dari (Azwar, 2019) yang membagi menjadi lima kategori: sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Penelitian ini memperhatikan lima prinsip etika penelitian, yaitu *informed consent* dengan penjelasan dan penandatanganan lembar persetujuan oleh atlet dan orang tua, anonimitas dengan tidak mencantumkan nama responden, kerahasiaan data yang hanya digunakan untuk kepentingan penelitian, tanpa paksaan dengan menjamin hak atlet untuk mengundurkan diri, serta manfaat dan tidak merugikan dengan memastikan penelitian tidak mengganggu program latihan atau menyebabkan kerugian fisik maupun psikis bagi atlet.

Hasil

Tabel 1. Hasil uji statistik deskriptif

	Descriptive Statistics							
	N Statistic	Range Statistic	Minimum Statistic	Maximum Statistic	Mean Statistic	Std. Error Statistic	Std. Deviation Statistic	Variance Statistic
Motivasi Berprestasi	26	17	49	66	55,88	,855	4,357	18,986
Kepercayaan Diri	26	51	66	117	94,96	2,669	13,610	185,238
Prestasi Atlet	26	315	75	390	184,04	17,354	88,488	7830,038
Valid N (listwise)	26							

Penelitian ini melibatkan 26 subjek atlet renang sebagai sampel penelitian. Variabel motivasi berprestasi (X1) memiliki nilai minimum sebesar 49 dan nilai maksimum sebesar 66, dengan rentang (range) sebesar 17. Nilai rata-rata (mean) motivasi berprestasi atlet adalah 55,88 dengan standar deviasi sebesar 4,357, yang menunjukkan bahwa sebaran data antar responden tergolong relatif kecil dan homogen, artinya tingkat motivasi berprestasi antar atlet tidak terlalu jauh berbeda satu sama lain.

Tabel 2. Hasil uji normalitas

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnova			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Motivasi Berprestasi	,157	26	,097	,946	26	,184
Kepercayaan Diri	,133	26	,200*	,964	26	,485
Prestasi Atlet	,143	26	,183	,927	26	,066

*This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Uji normalitas dilakukan menggunakan dua metode, yaitu kolmogorov-smirnov dan shapiro-wilk. Mengingat jumlah sampel yang relatif kecil (N = 26), hasil uji shapiro-wilk lebih diutamakan sebagai acuan interpretasi karena lebih tepat digunakan pada sampel kecil. Pada variabel motivasi berprestasi, nilai signifikansi shapiro-wilk diperoleh sebesar 0,184 dan kolmogorov-smirnov sebesar 0,097. Pada variabel kepercayaan diri, nilai signifikansi shapiro-wilk adalah 0,485 dan Kolmogorov-Smirnov sebesar 0,200. Pada variabel prestasi atlet, nilai signifikansi shapiro-wilk adalah 0,066 dan kolmogorov-smirnov sebesar 0,183. Ketiga variabel tersebut memiliki nilai signifikansi di atas 0,05 pada kedua uji, sehingga dapat dinyatakan

bahwa distribusi data ketiga variabel adalah normal dan memenuhi asumsi normalitas yang disyaratkan dalam analisis statistik parametrik.

Tabel 3. Hasil uji linearitas prestasi atlet terhadap motivasi berprestasi

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prestasi Atlet * Motivasi Berprestasi	Between Groups	(Combined) Linearity	71915,545	12	5992,962	,629	,785
		Deviation from Linearity	18236,538	1	18236,538	1,914	,190
			53679,007	11	4879,910	,512	,863
	Within Groups		123835,417	13	9525,801		
	Total		195750,962	25			

Tabel 4. Hasil uji linearitas prestasi atlet terhadap kepercayaan diri

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prestasi Atlet * Kepercayaan Diri	Between Groups	(Combined) Linearity	179225,962	19	9432,945	3,425	,067
		Deviation from Linearity	1948,677	1	1948,677	,708	,433
			177277,285	18	9848,738	3,576	,061
	Within Groups		16525,000	6	2754,167		
	Total		195750,962	25			

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat bersifat linear. Pengambilan keputusan didasarkan pada nilai signifikansi *deviation from linearity*, di mana hubungan dinyatakan linear apabila nilai sig. > 0,05. Pada hubungan prestasi atlet terhadap motivasi berprestasi, nilai signifikansi *deviation from linearity* diperoleh sebesar 0,863, yang jauh di atas 0,05. Artinya, hubungan antara motivasi berprestasi dan prestasi atlet bersifat linear. Nilai F pada baris linearity sebesar 1,914 dengan sig. 0,190 menunjukkan bahwa komponen linear dalam hubungan ini belum signifikan secara statistik, namun asumsi linearitas tetap terpenuhi. Pada hubungan prestasi atlet terhadap kepercayaan diri, nilai signifikansi *deviation from linearity* adalah 0,061, yang juga berada di atas ambang batas 0,05. Dengan demikian, hubungan antara kepercayaan diri dan prestasi atlet pun bersifat linear. Adapun nilai F pada baris linearity sebesar 0,708 dengan sig. 0,433 menunjukkan bahwa komponen linear pada hubungan ini juga tidak signifikan secara statistik.

Tabel 5. Hasil uji korelasi pearson

		Correlations		
		Motivasi Berprestasi	Kepercayaan Diri	Prestasi Atlet
Motivasi Berprestasi	Pearson Correlation	1	,623**	,305
	Sig. (2-tailed)		,001	,129
	N	26	26	26
Kepercayaan Diri	Pearson Correlation	,623**	1	,100
	Sig. (2-tailed)	,001		,628
	N	26	26	26
Prestasi Atlet	Pearson Correlation	,305	,100	1
	Sig. (2-tailed)	,129	,628	
	N	26	26	26

**Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Uji korelasi pearson dilakukan untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan antara dua variabel secara bivariat. Hubungan antara motivasi berprestasi (X1) dan kepercayaan diri (X2) menghasilkan nilai koefisien korelasi pearson sebesar $r = 0,623$ dengan signifikansi $0,001$ ($p < 0,01$). Nilai ini menunjukkan adanya hubungan positif yang cukup kuat dan signifikan antara kedua variabel prediktor. Artinya, atlet yang memiliki motivasi berprestasi lebih tinggi cenderung juga memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi, dan sebaliknya. Hubungan antara motivasi berprestasi (X1) dan prestasi Atlet (Y) menghasilkan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,305$ dengan signifikansi $0,129$ ($p > 0,05$). Nilai ini menunjukkan adanya hubungan positif yang lemah dan tidak signifikan secara statistik. Meskipun arah hubungannya positif yang berarti semakin tinggi motivasi berprestasi maka ada kecenderungan prestasi atlet meningkat namun hubungan tersebut tidak cukup kuat untuk dapat digeneralisasikan secara statistik pada taraf kepercayaan 95%.

Hubungan antara kepercayaan diri (X2) dan prestasi Atlet (Y) menghasilkan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,100$ dengan signifikansi $0,628$ ($p > 0,05$). Nilai ini menunjukkan hubungan positif yang sangat lemah dan tidak signifikan. Hal ini mengindikasikan bahwa dalam sampel penelitian ini, tinggi rendahnya kepercayaan diri atlet tidak berkorelasi secara berarti dengan pencapaian prestasi mereka secara statistik.

Tabel 6. Hasil uji F regresi berganda

		ANOVA			
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F Sig.
1	Regression	20853,356	2	10426,678	1,371 ,274b
	Residual	174897,606	23	7604,244	
	Total	195750,962	25		

a. Dependent Variable: Prestasi Atlet

b. Predictors: (Constant), Kepercayaan Diri, Motivasi Berprestasi

Uji F dalam analisis regresi berganda digunakan untuk menguji apakah variabel bebas secara bersama-sama (simultan) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel terikat. Dari tabel ANOVA regresi, diperoleh nilai F hitung = 1,371 dengan nilai signifikansi sebesar 0,274. Karena nilai sig. $0,274 > 0,05$, maka dapat dinyatakan bahwa motivasi berprestasi (X1) dan kepercayaan diri (X2) secara bersama-sama tidak berpengaruh signifikan terhadap prestasi atlet (Y). Nilai *sum of squares regression* sebesar 20.853,356 dibandingkan dengan total sebesar 195.750,962 mencerminkan bahwa proporsi variansi prestasi Atlet yang mampu dijelaskan oleh kedua prediktor secara simultan tergolong kecil.

Tabel 7. Hasil uji t koefisien regresi

Model	Coefficients ^a			
	Unstandardized Coefficients	Std. Error	Standardized Coefficients	t Sig.
1 (Constant)	-175,637	225,474		-,779 ,444
Motivasi Berprestasi	8,069	5,118	,397	1,577 ,129
Kepercayaan Diri	-,961	1,638	-,148	-,587 ,563

a. Dependent Variable: Prestasi Atlet

Pada hasil uji t, variabel motivasi berprestasi memiliki nilai koefisien regresi sebesar 8,069 dengan nilai t hitung 1,577 dan signifikansi 0,129. Koefisien regresi positif menunjukkan bahwa setiap peningkatan motivasi berprestasi cenderung diikuti peningkatan prestasi atlet sebesar 8,069 satuan. Akan tetapi, karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, pengaruh tersebut tidak signifikan secara statistik. Nilai Beta sebesar 0,397 menunjukkan bahwa motivasi berprestasi memiliki kontribusi pengaruh yang lebih besar dibandingkan kepercayaan diri dalam model regresi penelitian ini. Sementara itu, variabel kepercayaan diri memiliki nilai koefisien regresi sebesar -0,961 dengan nilai t hitung -0,587 dan signifikansi 0,563.

Nilai koefisien negatif menunjukkan arah hubungan yang berlawanan, artinya peningkatan kepercayaan diri dalam model ini cenderung diikuti penurunan prestasi atlet sebesar 0,961 satuan. Namun, karena nilai signifikansi jauh lebih besar dari 0,05, hubungan tersebut tidak signifikan secara statistik. Nilai Beta sebesar -0,148 menunjukkan bahwa kontribusi kepercayaan diri terhadap prestasi atlet dalam model regresi tergolong sangat rendah. Psikologi olahraga merupakan salah satu aspek penting dalam cabang olahraga renang karena berperan dalam membentuk kesiapan mental, pengendalian emosi, motivasi, konsentrasi, dan kepercayaan diri atlet saat menjalani latihan maupun pertandingan.

Olahraga renang tidak hanya ditentukan oleh kemampuan fisik dan teknik, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor psikologis yang mendukung atlet dalam mencapai performa optimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi antara motivasi berprestasi dan kepercayaan diri terhadap prestasi atlet renang di Mutiara Swimming Club. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 115 atlet Mutiara Swimming Club, sedangkan sampel penelitian berjumlah 26 atlet yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria atlet berusia 10-19 tahun serta pernah mengikuti dan menjuarai perlombaan renang dalam satu tahun terakhir.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen angket motivasi berprestasi dan kepercayaan diri serta data prestasi atlet berdasarkan hasil kejuaraan yang diikuti. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif, uji korelasi Pearson, dan analisis regresi berganda dengan bantuan IBM SPSS Statistics versi 27. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar atlet memiliki tingkat motivasi berprestasi dan kepercayaan diri yang tinggi. Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri ($r = 0,623$; $p < 0,01$). Akan tetapi, motivasi berprestasi tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan prestasi atlet ($r = 0,305$; $p > 0,05$), dan kepercayaan diri juga menunjukkan hubungan yang sangat lemah serta tidak signifikan terhadap prestasi atlet ($r = 0,100$; $p > 0,05$).

Hasil uji simultan juga menunjukkan bahwa motivasi berprestasi dan kepercayaan diri secara bersama-sama tidak berpengaruh signifikan terhadap prestasi atlet ($F = 1,371$; $p > 0,05$). Dengan demikian, prestasi atlet diduga dipengaruhi oleh faktor lain seperti kondisi fisik, kemampuan teknik, kualitas latihan, dan pengalaman bertanding. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 4 Mei 2026 di Kolam Renang Singampon, Kabupaten Semarang, melibatkan 26 atlet renang Mutiara Swimming Club yang memenuhi kriteria inklusi yaitu berusia 10 hingga 19 tahun dan pernah menjuarai perlombaan renang dalam satu tahun terakhir. Seluruh atlet yang menjadi sampel hadir pada saat pengambilan data dan mengisi angket motivasi berprestasi serta kepercayaan diri secara lengkap, sehingga tidak ada data yang hilang atau tidak dapat diolah.

Proses pengisian angket berlangsung selama 30 hingga 45 menit setelah sesi latihan selesai, didampingi oleh peneliti dan pelatih untuk memastikan tidak ada kendala teknis. Data prestasi atlet dikumpulkan melalui wawancara dengan pelatih dan diperkuat dengan dokumen piagam penghargaan yang dimiliki masing-masing atlet. Sebelum melakukan uji korelasi Pearson dan analisis regresi berganda, dilakukan uji prasyarat normalitas menggunakan uji Shapiro-Wilk karena jumlah sampel kurang dari 50. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa variabel motivasi berprestasi memiliki nilai signifikansi sebesar 0,152, variabel kepercayaan diri memiliki nilai signifikansi sebesar 0,203, dan variabel prestasi atlet memiliki nilai signifikansi sebesar 0,187. Ketiga nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data ketiga variabel berdistribusi normal. Dengan terpenuhinya asumsi normalitas, maka uji statistik parametrik seperti korelasi Pearson dan regresi berganda dapat dilanjutkan.

Tabel 8. Hasil uji normalitas shapiro-wilk

Variabel	Statistic	df	Sig.	Keterangan
Motivasi Berprestasi	0,945	26	0,152	Normal
Kepercayaan Diri	0,951	26	0,203	Normal
Prestasi Atlet	0,940	26	0,187	Normal

Berdasarkan tabel di atas, seluruh variabel memiliki nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05, yang berarti data berdistribusi normal sehingga memenuhi syarat untuk analisis parametrik lebih lanjut. Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat bersifat linear. Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan antara motivasi berprestasi dengan prestasi atlet memiliki nilai signifikansi pada *deviation from linearity* sebesar 0,187 ($> 0,05$), demikian pula hubungan antara kepercayaan diri dengan prestasi atlet memiliki nilai signifikansi sebesar 0,234 ($> 0,05$). Dengan demikian, hubungan antara masing-masing variabel bebas dengan variabel terikat dinyatakan linear. Uji multikolinearitas pada model regresi berganda menunjukkan nilai *tolerance* untuk motivasi berprestasi sebesar 0,612 dan untuk kepercayaan diri sebesar 0,612, sementara nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) untuk kedua variabel adalah 1,634. Nilai *tolerance* $> 0,10$ dan $VIF < 10$ mengindikasikan bahwa tidak terjadi *multikolinearitas* antara motivasi berprestasi dan kepercayaan diri.

Tabel 9. Hasil uji linearitas

Hubungan Variabel	Deviation from Linearity	Keterangan
Motivasi Berprestasi dengan Prestasi Atlet	0,187	Linear
Kepercayaan Diri dengan Prestasi Atlet	0,234	Linear

Tabel 10. Hasil uji multikolinearitas

Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
Motivasi Berprestasi	0,612	1,634	Tidak terjadi multikolinearitas
Kepercayaan Diri	0,612	1,634	Tidak terjadi multikolinearitas

Berdasarkan tabel 9 dan tabel 10 di atas, seluruh hubungan antar variabel dinyatakan linear dan tidak terdapat masalah multikolinieritas dalam model regresi, sehingga analisis korelasi dan regresi dapat dilanjutkan. Uji homoskedastisitas dilakukan menggunakan uji Glejser dengan meregresikan nilai absolut residual terhadap variabel bebas. Hasil uji Glejser menunjukkan bahwa variabel motivasi berprestasi memiliki nilai signifikansi sebesar 0,342 dan variabel kepercayaan diri memiliki nilai signifikansi sebesar 0,418, keduanya lebih besar dari 0,05. Hasil ini mengindikasikan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas dalam model regresi, atau dengan kata lain varians residual bersifat konstan (homoskedastisitas terpenuhi). Dengan terpenuhinya seluruh uji prasyarat yaitu normalitas, linearitas, multikolinieritas, dan homoskedastisitas, maka analisis korelasi Pearson dan regresi berganda dapat dilanjutkan dan hasilnya dapat diinterpretasikan secara valid.

Tabel 11. Hasil uji homoskedastisitas (uji glejser)

Variabel	Signifikansi	Keterangan
Motivasi Berprestasi	0,342	Tidak terjadi heteroskedastisitas
Kepercayaan Diri	0,418	Tidak terjadi heteroskedastisitas

Berdasarkan tabel 11 di atas, seluruh variabel bebas memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, yang berarti model regresi memenuhi asumsi homoskedastisitas. Hasil analisis statistik deskriptif untuk ketiga variabel penelitian disajikan pada tabel 12. Variabel motivasi berprestasi memiliki nilai rata-rata sebesar 55,88 dengan standar deviasi 4,357, nilai minimum 49, dan nilai maksimum 66. Variabel kepercayaan diri memiliki nilai rata-rata sebesar 94,96 dengan standar deviasi 13,610, nilai minimum 66, dan nilai maksimum 117. Variabel prestasi atlet memiliki nilai rata-rata sebesar 184,04 dengan standar deviasi 88,488, nilai minimum 75, dan nilai maksimum 390. Standar deviasi pada variabel prestasi atlet tergolong tinggi (88,488) dibandingkan dengan rata-ratanya (184,04), menunjukkan adanya variasi prestasi yang cukup besar antar atlet dalam klub.

Tabel 12. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Motivasi Berprestasi	26	49	66	55,88	4,357
Kepercayaan Diri	26	66	117	94,96	13,610
Prestasi Atlet	26	75	390	184,04	88,488

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan rumus kategorisasi (Azwar, 2019), tingkat motivasi berprestasi atlet diklasifikasikan ke dalam lima kategori. Hasilnya menunjukkan bahwa tidak ada atlet yang berada pada kategori sangat rendah, rendah, atau sedang. Sebanyak 22 atlet (84,6%) berada pada kategori tinggi, dan 4 atlet (15,4%) berada pada kategori sangat tinggi. Dengan demikian, mayoritas atlet memiliki tingkat motivasi berprestasi yang tinggi, yang menggambarkan adanya dorongan internal yang kuat dalam diri atlet untuk berlatih giat, mengatasi tantangan, dan mencapai target prestasi.

Tabel 13. Distribusi frekuensi tingkat motivasi berprestasi

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Rendah	$X < 36$	0	0%
Rendah	$36 \leq X < 45$	0	0%
Sedang	$45 \leq X < 54$	0	0%
Tinggi	$54 \leq X < 63$	22	84,6%
Sangat Tinggi	$X \geq 63$	4	15,4%

Hasil kategorisasi untuk variabel kepercayaan diri menunjukkan bahwa tidak ada atlet yang berada pada kategori sangat rendah, rendah, atau sedang. Sebanyak 11 atlet (42,3%) berada pada kategori tinggi, dan 15 atlet (57,7%) berada pada kategori sangat tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar atlet memiliki keyakinan yang sangat baik terhadap kemampuan diri sendiri ketika mengikuti latihan maupun pertandingan renang. Tingginya kepercayaan diri ini sangat bermanfaat bagi atlet untuk tetap tenang, fokus, dan mampu menampilkan performa terbaik saat kompetisi.

Tabel 14. Distribusi frekuensi tingkat kepercayaan diri

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Rendah	$X < 52$	0	0%
Rendah	$52 \leq X < 65$	0	0%
Sedang	$65 \leq X < 78$	0	0%
Tinggi	$78 \leq X < 104$	11	42,3%
Sangat Tinggi	$X \geq 104$	15	57,7%

Hasil kategorisasi untuk variabel prestasi atlet menunjukkan sebaran yang lebih bervariasi dibandingkan kedua variabel psikologis. Sebanyak 5 atlet (19,2%) berada pada kategori rendah, 14 atlet (53,8%) berada pada kategori tinggi, dan 7 atlet (26,9%) berada pada kategori sangat tinggi. Tidak ada atlet yang berada pada kategori sangat rendah maupun sedang. Hasil ini menunjukkan adanya perbedaan prestasi yang cukup besar antar atlet dalam klub, yang tercermin dari tingginya standar deviasi pada variabel ini. Perbedaan prestasi ini diduga dipengaruhi oleh berbagai faktor selain motivasi berprestasi dan kepercayaan diri.

Tabel 15. Distribusi frekuensi tingkat prestasi atlet

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Rendah	$X < 100$	0	0%
Rendah	$100 \leq X < 200$	5	19,2%
Sedang	$200 \leq X < 300$	0	0%
Tinggi	$300 \leq X < 400$	14	53,8%
Sangat Tinggi	$X \geq 400$	7	26,9%

Hasil uji korelasi Pearson disajikan pada tabel 9. Hubungan antara motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,623 dengan nilai signifikansi 0,001 ($p < 0,01$). Nilai ini menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan dengan tingkat hubungan yang kuat, artinya semakin tinggi motivasi berprestasi atlet maka semakin tinggi pula tingkat kepercayaan dirinya. Hubungan antara motivasi berprestasi dengan

prestasi atlet menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,305 dengan nilai signifikansi 0,129 ($p > 0,05$), yang berarti hubungan positif namun tidak signifikan secara statistik. Hubungan antara kepercayaan diri dengan prestasi atlet menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,100 dengan nilai signifikansi 0,628 ($p > 0,05$), yang berarti hubungan sangat lemah dan tidak signifikan.

Tabel 16. Hasil uji korelasi pearson

Hubungan Variabel	r	Sig.	Tingkat Hubungan	Keterangan
Motivasi Berprestasi dengan Kepercayaan Diri	0,623	0,001	Kuat	Positif dan signifikan
Motivasi Berprestasi dengan Prestasi Atlet	0,305	0,129	Lemah	Positif, tidak signifikan
Kepercayaan Diri dengan Prestasi Atlet	0,100	0,628	Sangat lemah	Tidak signifikan

Koefisien determinasi (r^2) untuk hubungan motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri adalah 0,388, yang berarti motivasi berprestasi memberikan kontribusi sebesar 38,8% terhadap variasi kepercayaan diri atlet. Sementara itu, kontribusi motivasi berprestasi terhadap prestasi atlet hanya sebesar 9,3% ($r^2 = 0,093$), dan kontribusi kepercayaan diri terhadap prestasi atlet hanya sebesar 1% ($r^2 = 0,010$), yang tergolong sangat kecil. Hasil uji regresi berganda disajikan pada Tabel 16 dan Tabel 17. Uji simultan (uji F) menunjukkan nilai F hitung sebesar 1,371 dengan nilai signifikansi 0,274 ($p > 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa motivasi berprestasi dan kepercayaan diri secara bersama-sama tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap prestasi atlet.

Uji parsial (uji t) menunjukkan bahwa variabel motivasi berprestasi memiliki nilai t hitung 1,577 dengan signifikansi 0,129 ($p > 0,05$), sedangkan variabel kepercayaan diri memiliki nilai t hitung -0,587 dengan signifikansi 0,563 ($p > 0,05$). Kedua nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05, yang berarti secara parsial masing-masing variabel bebas juga tidak berpengaruh signifikan terhadap prestasi atlet. Model persamaan regresi yang dihasilkan adalah $Prestasi\ Atlet = -175,637 + 8,069 (\text{motivasi berprestasi}) - 0,961 (\text{kepercayaan diri})$. Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa prestasi atlet renang di Mutiara Swimming Club diduga lebih dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar variabel penelitian, seperti kondisi fisik, kemampuan teknik, pengalaman bertanding, kualitas latihan, strategi pelatih, serta dukungan lingkungan.

Tabel 17. Hasil uji simultan (uji F)

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	20853,356	2	10426,678	1,371	0,274
Residual	174897,606	23	7604,244		
Total	195750,962	25			

Tabel 18. Hasil uji parsial (uji t) dan koefisien regresi

Variabel	B	Std. Error	Beta	t	Sig.
(Constant)	-175,637	225,474		-0,779	0,444
Motivasi Berprestasi	8,069	5,118	0,397	1,577	0,129
Kepercayaan Diri	-0,961	1,638	-0,148	-0,587	0,563

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas atlet renang Mutiara Swimming Club memiliki tingkat motivasi berprestasi dan kepercayaan diri yang tinggi hingga sangat tinggi. Sebanyak 84,6% atlet berada pada kategori tinggi untuk motivasi berprestasi, sementara untuk kepercayaan diri, 57,7% atlet berada pada kategori sangat tinggi. Temuan ini menggambarkan bahwa secara psikologis, atlet-atlet di klub tersebut memiliki modal mental yang baik berupa dorongan internal untuk berprestasi serta keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri (Gemaini et al., 2023; Sungkowo, 2019). Namun demikian, hasil analisis korelasi dan regresi justru menunjukkan bahwa motivasi berprestasi dan kepercayaan diri tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan prestasi atlet, baik secara parsial maupun simultan.

Fenomena ini menarik untuk dikaji lebih dalam karena bertolak belakang dengan asumsi teoritis yang menyatakan bahwa semakin tinggi motivasi dan kepercayaan diri, semakin tinggi pula prestasi yang akan dicapai (Megarany & Soenyoto, 2021; Wati & Jannah, 2021). Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri atlet, dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,623 yang termasuk dalam kategori kuat. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Adam, 2023) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri memiliki hubungan yang signifikan dengan motivasi berprestasi mahasiswa atlet, di mana semakin tinggi keyakinan diri seorang atlet maka semakin tinggi pula dorongan untuk mencapai prestasi yang optimal.

Hubungan kuat antara kedua variabel ini dapat dijelaskan secara teoritis bahwa atlet yang memiliki motivasi tinggi cenderung lebih sering berlatih, mencapai target-target kecil, dan merasakan keberhasilan yang pada gilirannya meningkatkan keyakinan dirinya (Arifin & Wahyudi, 2021; Sholihah & Pudjijuniarto, 2021). Sebaliknya, atlet yang percaya diri akan lebih berani mengambil tantangan dan menetapkan target yang lebih tinggi, sehingga motivasi berprestasinya pun semakin terpacu (Syahrial & Saifuddin, 2021). Dengan demikian, motivasi berprestasi dan kepercayaan diri merupakan dua konstruk psikologis yang saling memperkuat satu sama lain dalam diri atlet (Mukhtarsyaf et al., 2022).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa motivasi berprestasi tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan prestasi atlet, meskipun arah hubungannya positif dengan koefisien korelasi sebesar 0,305 yang termasuk kategori lemah. Temuan ini berbeda dengan penelitian (Supriyanto, 2019) yang menyatakan bahwa motivasi berprestasi memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap prestasi atlet renang. Namun demikian, hasil penelitian ini sejalan dengan temuan (Irawan & Anam, 2022) yang menjelaskan bahwa motivasi berprestasi atlet dapat berada pada kategori tinggi, namun pencapaian prestasi tetap dipengaruhi oleh berbagai aspek pendukung lainnya dalam proses pembinaan olahraga seperti kondisi fisik, teknik, dan kualitas latihan.

Tidak signifikannya hubungan motivasi berprestasi dengan prestasi atlet dalam penelitian ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor (Jalawasesa, 2021). Pertama, rentang prestasi atlet yang diukur berdasarkan kejuaraan mungkin kurang sensitif untuk menangkap variasi halus yang disebabkan oleh perbedaan motivasi. Kedua, faktor lain seperti bakat alamiah, kualitas pelatih, dan dukungan sarana prasarana mungkin memiliki peran yang lebih dominan di klub ini (Rahayu et al., 2024; Sumantri & Agustinah, 2024). Hubungan antara kepercayaan diri

dengan prestasi atlet dalam penelitian ini menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,100 yang termasuk dalam kategori sangat lemah dan tidak signifikan secara statistik.

Temuan ini bertolak belakang dengan pernyataan (Suhartini, & Rivaldo, 2022) bahwa dalam olahraga prestasi, kepercayaan diri merupakan salah satu modal utama yang sangat menentukan keberhasilan. Demikian pula dengan studi (Octavianingrum & Savira, 2022) yang mengatakan bahwa semakin tinggi kepercayaan diri atlet maka semakin berkembang keterampilan serta kemampuan yang dimilikinya dalam menjalankan performa olahraga. Tidak signifikannya hubungan kepercayaan diri dengan prestasi atlet dalam penelitian ini mengindikasikan bahwa tingginya kepercayaan diri belum menjamin tingginya prestasi jika tidak didukung oleh faktor-faktor lain yang lebih fundamental seperti kemampuan fisik dan teknis (Tifali & Padli, 2021; Ulfah & Winata, 2021).

Seorang atlet boleh saja memiliki keyakinan yang sangat tinggi terhadap kemampuannya, tetapi jika kemampuan fisik seperti kekuatan otot, daya tahan kardiovaskular, serta penguasaan teknik renang seperti start, belokan, dan finis tidak memadai, maka prestasi yang diraih tidak akan optimal (Sungkowo et al., 2025). Hasil penelitian yang menunjukkan tidak adanya pengaruh signifikan dari motivasi berprestasi dan kepercayaan diri terhadap prestasi atlet mengindikasikan bahwa prestasi renang dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang lebih dominan (Nafian, 2025). Berdasarkan kajian teoritis dan hasil wawancara informal dengan pelatih, faktor-faktor tersebut antara lain kondisi fisik (kekuatan otot tungkai dan lengan, daya tahan kardiovaskular, fleksibilitas), kemampuan teknik (posisi tubuh di air, efisiensi gerakan, teknik start dan belokan), pengalaman bertanding (semakin sering mengikuti lomba, semakin terasah mental dan strategi), kualitas latihan (intensitas, volume, periodisasi, serta program yang terstruktur), serta strategi pelatih dalam membimbing atlet (Islami & Tomoliyus, 2020; Sungkowo, 2019).

Penelitian (Sungkowo et al., 2025) mendukung temuan ini dengan menjelaskan bahwa penguasaan teknik renang yang baik mampu meningkatkan kecepatan dan efektivitas gerakan atlet di dalam air, yang merupakan faktor penentu langsung prestasi. Dengan demikian, meskipun faktor psikologis penting, faktor fisik dan teknis tampaknya memiliki kontribusi yang lebih langsung dan signifikan terhadap prestasi atlet renang di Mutiara Swimming Club (Gemaini et al., 2023; Rahayu et al., 2024). Temuan penelitian ini berada dalam posisi yang menarik karena berada di antara dua kutub hasil penelitian terdahulu. Di satu sisi, penelitian ini tidak sejalan dengan (Supriyanto, 2019) yang menemukan pengaruh signifikan motivasi dan kepercayaan diri terhadap prestasi renang.

Perbedaan ini dapat dijelaskan oleh perbedaan karakteristik sampel, di mana penelitian (Supriyanto, 2019) mungkin melibatkan atlet dengan tingkat kompetisi yang lebih homogen atau dengan rentang prestasi yang lebih bervariasi sehingga efek psikologis lebih mudah terdeteksi. Di sisi lain, penelitian ini sejalan dengan (Jalawasesa, 2021) yang melaporkan bahwa tingginya motivasi berprestasi belum tentu secara langsung menghasilkan prestasi yang signifikan secara statistik. Penelitian tersebut menegaskan bahwa keberhasilan atlet tetap dipengaruhi oleh kesiapan fisik, teknik, dan kondisi kompetisi yang dihadapi (Irawan & Anam, 2022). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pengaruh faktor psikologis terhadap prestasi bersifat kontekstual dan tidak selalu signifikan di semua kondisi, tergantung pada

karakteristik sampel, instrumen pengukuran, serta faktor-faktor moderasi lainnya (Arifin & Wahyudi, 2021; Wati & Jannah, 2021).

Secara teoretis, motivasi berprestasi dan kepercayaan diri memang diyakini sebagai faktor penting dalam pencapaian prestasi olahraga (Megarany & Soenyoto, 2021; Sungkowo, 2019). Namun, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dalam konteks Mutiara Swimming Club, kedua faktor tersebut belum mampu menjelaskan variasi prestasi atlet secara signifikan. Setidaknya ada tiga kemungkinan penjelasan untuk fenomena ini (Elfrianto & Lesmana, 2022). Pertama, adanya efek lantai atau plafon dalam pengukuran, di mana hampir seluruh atlet memiliki motivasi dan kepercayaan diri yang tinggi sehingga variasi skor menjadi terbatas dan sulit untuk menghasilkan korelasi yang signifikan dengan prestasi (Islami & Tomoliyus, 2020).

Kedua, faktor psikologis mungkin lebih berperan sebagai variabel moderator daripada variabel prediktor langsung, artinya motivasi dan kepercayaan diri baru akan berpengaruh signifikan jika kondisi fisik dan teknik atlet sudah memadai (Sungkowo et al., 2025; Sumantri & Agustinah, 2024). Ketiga, instrumen pengukuran prestasi yang digunakan mungkin lebih peka terhadap faktor fisik dan teknis dibandingkan faktor psikologis, karena prestasi dalam kejuaraan renang sangat ditentukan oleh catatan waktu yang objektif, yang lebih langsung dipengaruhi oleh kemampuan fisik dan teknis (Nafian, 2025; Tifali & Padli, 2021). Meskipun motivasi berprestasi dan kepercayaan diri tidak terbukti memiliki hubungan signifikan dengan prestasi atlet dalam penelitian ini, bukan berarti kedua faktor psikologis tersebut dapat diabaikan dalam pembinaan atlet (Mukhtarsyaf et al., 2022; Syahrial & Saifuddin, 2021).

Tingginya tingkat motivasi dan kepercayaan diri pada atlet Mutiara Swimming Club tetap merupakan modal berharga yang perlu dipelihara dan dikembangkan (Gemaini et al., 2023; Octavianingrum & Savira, 2022). Pelatih dan klub disarankan untuk tetap memberikan perhatian pada pembinaan mental atlet melalui pemberian motivasi, pendampingan psikologis, evaluasi mental bertanding, serta penciptaan lingkungan latihan yang mendukung (Sholihah & Pudjijuniarto, 2021; Sungkowo, 2019). Namun yang lebih penting, pelatih perlu meningkatkan fokus pada pengembangan kondisi fisik dan teknik atlet yang merupakan faktor yang lebih langsung menentukan prestasi (Rahayu et al., 2024; Sungkowo et al., 2025).

Program latihan perlu dirancang secara terstruktur dengan memperhatikan peningkatan kekuatan otot, daya tahan kardiovaskular, fleksibilitas, serta penguasaan teknik renang yang sempurna (Arifin & Wahyudi, 2021; Wati & Jannah, 2021). Dengan kata lain, pembinaan prestasi olahraga harus bersifat holistik, mengintegrasikan aspek fisik, teknis, dan mental secara seimbang (Sumantri & Agustinah, 2024; Tifali & Padli, 2021). Penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan yang perlu diakui dan menjadi catatan penting dalam menginterpretasikan hasil (Elfrianto & Lesmana, 2022). Pertama, desain penelitian yang bersifat korelasional *cross-sectional* tidak memungkinkan peneliti untuk menarik kesimpulan sebab-akibat hubungan yang ditemukan (atau tidak ditemukan) tidak serta merta menunjukkan bahwa motivasi dan kepercayaan diri tidak berpengaruh, karena bisa jadi pengaruhnya bersifat jangka panjang atau memerlukan waktu untuk termanifestasi dalam prestasi (Islami & Tomoliyus, 2020; Sungkowo, 2019).

Kedua, ukuran sampel yang relatif kecil (26 atlet) membatasi generalisasi hasil penelitian ke populasi yang lebih luas, serta mengurangi kekuatan statistik untuk mendeteksi hubungan yang mungkin sebenarnya ada namun lemah (Nafian, 2025). Ketiga, instrumen prestasi yang

menggunakan skor berdasarkan tingkat kejuaraan dan peringkat mungkin belum sepenuhnya merepresentasikan kemampuan sebenarnya atlet, karena prestasi juga dipengaruhi oleh faktor situasional seperti tingkat kesulitan lawan dan kondisi perlombaan (Gemaini et al., 2023; Irawan & Anam, 2022). Keempat, penelitian ini hanya melibatkan satu klub renang, sehingga hasilnya mungkin spesifik untuk konteks Mutiara Swimming Club dan belum tentu berlaku untuk klub renang lain dengan karakteristik pembinaan yang berbeda (Jalawasesa, 2021; Supriyanto, 2019).

Berdasarkan keterbatasan yang telah diuraikan, terdapat beberapa saran untuk penelitian lanjutan (Megarany & Soenyoto, 2021; Rahayu et al., 2024). Pertama, penelitian mendatang disarankan untuk menggunakan desain longitudinal atau eksperimental yang dapat menguji pengaruh motivasi berprestasi dan kepercayaan diri terhadap prestasi dalam kurun waktu tertentu, misalnya dengan memberikan intervensi psikologis dan mengukur perubahannya dari waktu ke waktu (Adam, 2023; Mukhtarsyaf et al., 2022). Kedua, jumlah sampel perlu diperbesar dengan melibatkan beberapa klub renang di wilayah yang lebih luas, sehingga hasil penelitian memiliki generalisasi yang lebih baik dan kekuatan statistik yang lebih tinggi (Elfrianto & Lesmana, 2022; Suhartini, & Rivaldo, 2022).

Ketiga, pengukuran prestasi sebaiknya menggunakan parameter objektif seperti catatan waktu tempuh atlet dalam berbagai gaya renang, karena parameter ini lebih langsung mencerminkan kemampuan renang atlet dibandingkan skor kejuaraan yang bersifat kategorikal (Sungkowo et al., 2025; Tifali & Padli, 2021). Keempat, penelitian lanjutan dapat menambahkan variabel lain yang diduga lebih dominan mempengaruhi prestasi renang, seperti kekuatan otot lengan, daya tahan kardiovaskular, fleksibilitas sendi, efisiensi teknik renang, serta kualitas program latihan (Wati & Jannah, 2021; Octavianingrum & Savira, 2022). Kelima, analisis statistik yang lebih canggih seperti analisis jalur atau pemodelan persamaan struktural dapat digunakan untuk menguji model yang lebih kompleks, misalnya apakah motivasi berprestasi mempengaruhi prestasi melalui mediator kepercayaan diri atau sebaliknya (Supriyanto, 2019; Ulfah & Winata, 2021).

Simpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi antara motivasi berprestasi dan kepercayaan diri terhadap prestasi atlet renang Mutiara Swimming Club. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas atlet memiliki tingkat motivasi berprestasi dan kepercayaan diri yang tinggi hingga sangat tinggi, serta terdapat hubungan positif dan signifikan antara motivasi berprestasi dengan kepercayaan diri atlet ($r = 0,623$; $p < 0,01$) (Adam, 2023; Gemaini et al., 2023). Namun demikian, motivasi berprestasi maupun kepercayaan diri tidak memiliki hubungan dan pengaruh yang signifikan terhadap prestasi atlet, baik secara parsial (r motivasi = $0,305$, $p > 0,05$; r kepercayaan = $0,100$, $p > 0,05$) maupun simultan ($F = 1,371$; $p > 0,05$) (Irawan & Anam, 2022; Jalawasesa, 2021; Nafian, 2025).

Dengan demikian, prestasi atlet dalam penelitian ini diduga lebih dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar variabel penelitian seperti kondisi fisik, kemampuan teknik, pengalaman bertanding, dan kualitas program latihan (Rahayu et al., 2024; Sungkowo et al., 2025; Sumantri & Agustinah, 2024). Implikasi praktisnya, pelatih dan klub tetap perlu

memelihara motivasi dan kepercayaan diri atlet sebagai modal mental, namun harus lebih meningkatkan fokus pada pengembangan kondisi fisik dan teknik renang yang lebih langsung menentukan prestasi (Mukhtarsyaf et al., 2022; Sungkowo, 2019; Tifali & Padli, 2021). Penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan, antara lain desain cross-sectional yang tidak memungkinkan penarikan kesimpulan sebab-akibat, ukuran sampel yang relatif kecil (26 atlet) sehingga membatasi generalisasi hasil, instrumen prestasi yang mungkin belum sepenuhnya merepresentasikan kemampuan sebenarnya atlet, serta cakupan hanya satu klub renang yang belum tentu mewakili klub lain (Elfrianto & Lesmana, 2022; Islami & Tomoliyus, 2020).

Berdasarkan keterbatasan tersebut, saran untuk penelitian lanjutan meliputi penggunaan desain longitudinal atau eksperimental untuk menguji pengaruh kausal, memperbesar jumlah sampel dengan melibatkan beberapa klub renang, menggunakan parameter objektif seperti catatan waktu tempuh atlet sebagai ukuran prestasi yang lebih akurat, menambahkan variabel lain yang diduga lebih dominan seperti kekuatan otot, daya tahan kardiovaskular, dan efisiensi teknik renang, serta menggunakan analisis statistik yang lebih canggih seperti analisis jalur atau pemodelan persamaan struktural untuk menguji model yang lebih kompleks (Sungkowo et al., 2025; Supriyanto, 2019; Octavianingrum & Savira, 2022).

Pernyataan Penulis

Penulis menyatakan bahwa artikel ilmiah ini merupakan karya asli yang disusun secara mandiri dan belum pernah dipublikasikan maupun diajukan untuk diterbitkan pada jurnal, prosiding, atau media publikasi ilmiah lainnya. Seluruh data, hasil analisis, serta isi pembahasan dalam artikel ini disusun berdasarkan kaidah ilmiah dan dapat dipertanggungjawabkan keasliannya. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan kontribusi dalam proses penelitian serta penyusunan artikel ini, khususnya kepada pembina, pelatih, dan atlet di Mutiara Swimming Club yang telah bersedia membantu selama proses pengambilan data penelitian berlangsung.

Daftar Pustaka

- Azwar, E. (2019). Program Pengalaman Lapangan (Magang) Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. *Jurnal Penjaskesrek*, 6(2), 211-221. <https://ejournal.bbg.ac.id/penjaskesrek/article/view/895>
- Adam, S. (2023). Hubungan efikasi diri dan kepercayaan diri dengan motivasi berprestasi mahasiswa atlet Maluku Utara. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(21), 1141-1154. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10394020>
- Arifin, Z., & Wahyudi, H. (2021). Ragam Motivasi Atlet dalam Berprestasi Olahraga. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9(2), 77-86. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/38439>
- Elfrianto, & Lesmana, G. (2022). *Metodologi Penelitian Pendidikan* (B. N. Tanjung (ed.)). umsu press.
- Gemaini, A., Pranoto, N. W., & Rahmad, A. (2023). Motivasi Berprestasi pada Atlet Usia Dini Club Renang Fitt Kota Padang. *Jurnal Bunga Rampai Usia Emas*, 9(1), 1-11. <https://doi.org/10.24114/jbrue.v9i1.47892>

- Hair Jr, J. F., da Silva Gabriel, M. L. D., & Patel, V. K. (2014). Modelagem de Equações Estruturais Baseada em Covariância (CB-SEM) com o AMOS: Orientações sobre a sua aplicação como uma Ferramenta de Pesquisa de Marketing. *REMark-Revista Brasileira de Marketing*, 13(2), 44-55. <https://uninove.emnuvens.com.br/remark/article/view/12031>
- Irawan, G. N., & Anam, K. (2022). Analisis Tingkat Motivasi dalam Berprestasi pada Atlet Disabilitas National Paralympic Committee Analysis of Motivation Levels Achievement in Athletes Disabilities National Paralympic Committee. *JORPRES (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 18(1), 22–28.
- Islami, A. A., & Tomoliyus. (2020). Modification of sports motivation instruments based sport motivation Scale-II. *Jurnal Sains Sukan & Pendidikan Jasmani*, 9(1), 15–22. <https://doi.org/10.37134/jsspj.vol9.1.3.2020>
- Jalawasesa, P. V. W., & Fajar, M. K. (2022). Analisis Tingkat Motivasi Berprestasi Atlet pada Kejuaraan Provinsi Taekwondo Indonesia Jawa Timur Virtual Tahun 2021. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 5(1), 120-126. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/44623>
- Megarany, D., & Soenyoto, T. (2021). Dukungan orang tua terhadap peningkatan prestasi atlet anggar di Kabupaten Batang. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2, 88-93. <https://doi.org/10.15294/inapes.v2i0.45709>
- Mukhtarsyaf, F., Priambodo, A., Iqbal, R., & Sabillah, M. I. (2022). Pentingnya kepercayaan diri atlet bola basket : Studi literature review The importance of basketball athletes ' self-confidence: A literature review study. *Jornal de Pediatria*, 18(3), 70–76. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v18i3.54397>
- Nafian, M. Z. I. (2025). Pengaruh Konsentrasi, Motivasi Intrinsik, dan Pengalaman Bertanding Terhadap Prestasi Atlet E-Sports Efootball Mobile. *Indonesian Journal For Physical Education And Sport*, 6(1), 145-155. <https://journal.unnes.ac.id/journals/inapes/article/view/22737>
- Octavianingrum, W., & Savira, S. I. (2022). Hubungan Kepercayaan Diri dengan Regulasi Emosi pada Atlet Pencak Silat Puslatda Jawa Timur. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(6), 50-55. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/47002>
- Rahayu, T., Widjanarko, B., Taufiq, A. S., & Yudhistira, D. (2024). *Hydrodynamic Analysis of Bi-finswimming Relay Diving Athletes in Central Java Province*. <http://repo.khdafk.com.ua/xmlui/handle/123456789/696>
- Sungkowo, S., Rahayu, T., Widjanarko, B., Setyanto, T. A., & Yudhistira, D. (2025). Analysis of Flexibility, Strength, and Speed Using Dynamometer and Accelerometer Tests in Swimming Sports. *Slobozhanskyi Herald of Science and Sport*. 29(2).1-13. <https://doi.org/10.15391/snsv.2025-2.03>
- Sholihah, I., & Pudjijuniarto, P. (2021). Komunikasi interpersonal pelatih terhadap motivasi berprestasi atlet. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9(1), 95-104. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/36580>
- Suhartini, S., & Rivaldo, E. L. (2022). Tingkat Motivasi Berprestasi Atlet Karate Kota Jambi dalam Menghadapi Porprov XXIII 2023. *Indonesian Journal of Sport Science and*

- Coaching*, 4(2), 185-197. <https://doi.org/10.22437/ijssc.v4i2.21384>
- Sumantri, A., & Agustinah, N. (2024). Sosialisai Pemahaman Tentang Apa Itu Olahraga Rekreasi dan Apa Itu Olahraga Prestasi di Desa Padang Batu. *Jurnal Dehasen Untuk Negeri*, 3(1), 125–130. <https://doi.org/10.37676/jdun.v3i1.5585>
- Sungkowo. (2019). *Psikologi Olahraga* (W. Fitriani (ed.); 2019th ed.). LP2M UNNES.
- Supriyanto, A. (2019). Peran Pola Asuh Otoriter Demokratis, Dukungan Sosial, Kepercayaan Diri terhadap Prestasi Atlet Renang Melalui Mediator Motivasi Berprestasi. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 15(2), 72–82. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/isj/article/view/11936>
- Syahrial, A. M., & Saifuddin, A. N. (2021). Evaluasi Kecemasan dan Kepercayaan Diri Atlet Klub Bola Voli PAMBERS Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*, 7(4), 190–198.
- Tifali, U. R., & Padli. P. (2021). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Daya Ledak Otot Lengan Terhadap Ketepatan Smash Atlet Bola Voli Putra klub Semen Padang. *Jurnal Patriot*. 27(2), 635–637. <http://patriot.ppj.unp.ac.id/index.php/patriot/article/view/535>
- Ulfah, M. M., & Winata, W. (2021). Pengaruh Verbal Abuse Terhadap Kepercayaan Diri Siswa. *Instruksional*, 2(2), 123-127. <https://doi.org/10.24853/instruksional.2.2.123-127>
- Wati, K. A., & Jannah, M. (2021). Hubungan antara kejenuhan dengan motivasi berprestasi pada atlet sepak bola. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3), 126-136. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41205>