

PENGARUH ADVERSITY QUOTIENT, REGULASI DIRI DAN EFIKASI DIRI TERHADAP MOTIVASI BERPRESTASI SISWA KKO SMP NEGERI 13 YOGYAKARTA

Erlin Dwi Kusumawati
SMP Negeri 13 Yogyakarta
e-mail : sinonnaerlin03@gmail.com

DOI : 10.14421/jpai.2017.141-08

Abstract

Research aims to understand the influence of adversity quotient, self regulations and self efficacy against achievement motivation performed on students of special class of sports (KKO) of 13 Yogyakarta junior high school. Hypothesis advanced by is that there is the positive influence and significant between adversity quotient, self regulations and self efficacy against achievement motivation. The research is research regression analysis with the quantitative approach. As for population in this research is all students a special class of sports 13 Yogyakarta junior high schools were 87 students. Data collection method the main used in this research using scale and will be analyzed by using some help application IBM SPSS statistisc 19. The result showed the positive influence and significant between adversity quotient, self regulations and self efficacy of outstanding the motivation students of special class sports (KKO) 13 yogyakarta junior high school. Adversity quotient (x1) contributed for 44.6%, self regulations (x2) of 47.8% , then the self efficacy (x3) of 49.2%, and contribution to all variable in this research on achievement motivation representatives of 65.6%. The rest of 34.4% influenced by other variables outside the research.

Keywords : *Adversity Quotient, Self Regulation, Self Efiffacy, Achievement Motivation*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh adversity quotient, regulasi diri dan efikasi diri terhadap motivasi berprestasi siswa kelas khusus olahraga (KKO) SMP Negeri 13 Yogyakarta. Hipotesis yang diajukan adalah ada pengaruh yang signifikan antara adversity quotient, regulasi diri dan efikasi diri terhadap motivasi berprestasi siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis regresi. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa KKO SMP Negeri 13 Yogyakarta berjumlah 87 siswa. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala. Analisis data seluruhnya menggunakan bantuan aplikasi IBM SPSS Statistisc 19. Dari hasil analisis penelitian diperoleh kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara adversity quotient, regulasi diri dan efikasi diri terhadap motivasi berprestasi siswa Kelas Khusus Olahraga (KKO) SMP Negeri 13 Yogyakarta. Variabel Adversity quotient (X_1) memberikan kontribusi sebesar 44.6%, kontribusi variabel regulasi diri (X_2) sebesar 47.8 %, dan variabel efikasi diri (X_3) memiliki kontribusi sebesar 49.2%, sedangkan kontribusi ketiganya secara bersama-sama terhadap motivasi berprestasi sebesar 65.6%. Sisanya sebesar 34.4% dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian.

Kata kunci : *Kecerdasan Adversitas, Regulasi Diri, Efikasi Diri, Motivasi Berprestasi*

Pendahuluan

Beberapa tahun belakangan, di Provinsi DIY mulai gencar dibentuk suatu model penyelenggaraan pendidikan yang bertujuan mengembangkan potensi siswa khususnya bakat dan minat di bidang olahraga, yaitu dengan pembentukan kelas khusus bakat olahraga. Kelas khusus bakat olahraga atau biasa disebut dengan kelas khusus olahraga (KKO) merupakan kelas yang dibentuk untuk menampung peserta didik yang memiliki potensi istimewa dalam bidang olahraga dalam satuan pendidikan reguler pada jenjang pendidikan dasar dan menengah. (Sumaryanto, 2010).

Terbentuknya kebijakan penyelenggaraan Kelas Khusus Olahraga (KKO) ini merupakan upaya pemerintah dalam mengaplikasikan Undang-Undang RI No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 25 khususnya pada ayat 6 yang berbunyi:

Untuk menumbuhkembangkan prestasi olahraga di lembaga pendidikan, pada setiap jalur pendidikan dapat dibentuk unit kegiatan olahraga, kelas olahraga, pusat pembinaan dan pelatihan, sekolah olahraga, serta diselenggarakan kompetisi

olahraga yang berjenjang dan berkelanjutan.

Berlandaskan kebijakan tersebut, setiap siswa yang memiliki potensi dalam bidang olahraga memiliki kesempatan untuk mengembangkan bakat dalam bidang olahraganya di sekolah dengan mengikuti program kelas khusus olahraga (KKO). Siswa KKO juga dapat disebut siswa atlet. Siswa atlet ini merupakan sebutan bagi seorang individu yang berstatus sebagai pelajar secara penuh dan berpartisipasi dalam kegiatan olahraga dengan ikut serta dalam pertandingan olahraga (Kelas Khusus Olahraga diakses dari www.kotayogyakarta.com pada 5 November 2016).

Namun, untuk mampu mencapai sebuah prestasi olahraga bagi seorang atlet tidak hanya dipengaruhi oleh seberapa banyak intensitas atlet tersebut berlatih. Semakin tinggi intensitas berlatih tidak serta merta berdampak pada semakin meningkatnya prestasi. Namun performa dan prestasi atlet dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya adalah faktor psikologis.

Menurut Harsono, penampilan puncak seseorang atlet 80% dipengaruhi oleh aspek mental dan hanya 20%

oleh aspek yang lainnya. Selain itu, Garfield secara tegas juga mengatakan bahwa sebagian besar atlet yang mencapai puncak prestasi sebanyak 60% sampai 90% dipengaruhi oleh faktor mental dan kemampuan atlet menguasai kondisi psikologisnya (Gunarsa, 2004 : 48). Dengan demikian, pengelolaan faktor psikologis bagi atlet menjadi sesuatu yang sangat penting untuk diperhatikan selain penambahan intensitas latihan.

Salah satu kondisi psikologis yang sangat mempengaruhi performa seorang atlet adalah motivasi. Richard (2007 : 79) dalam bukunya *Sport Psychology* mengungkapkan bahwa sangat sulit membayangkan hal yang lebih penting untuk meraih kesuksesan pada olahraga selain motivasi.

Motivasi merupakan faktor penting yang dibutuhkan oleh setiap individu untuk mencapai tujuan yang telah mereka tetapkan. Begitu pula bagi seorang atlet, motivasi merupakan ketrampilan mental yang bersifat mendasar yang perlu dimiliki dalam usaha peningkatan prestasi mereka. Penampilan yang baik pasti ditunjukkan dengan adanya motivasi dan keterampilan yang baik pula, sehingga akan

memungkinkan seorang atlet mencapai tujuan mereka. Beberapa penelitian yang telah dilakukan oleh pakar psikologi olahraga menunjukkan bahwa motivasi merupakan energi psikologis yang sangat penting, tidak hanya dalam bertanding, melainkan juga dalam memelihara serta menyesuaikan kegiatan motorik selama proses latihan. (Adisasmito, 2007 : 32).

Setiap atlet yang memiliki motivasi berprestasi tinggi akan memiliki komitmen yang kuat dalam usahanya menampilkan seluruh kemampuannya. Hal ini dikarenakan, motivasi merupakan tenaga pendorong atau sumber kekuatan dari suatu perbuatan, perilaku atau penampilan (Adisasmito, 2007: 31). Ada tiga ciri pokok dari motivasi yaitu *direction*, intensitas, dan *persisten* dalam berperilaku (Komarudin, 2013 : 24). *Direction* menunjukkan bentuk aktivitas yang dipilih untuk dilakukan, intensitas merujuk pada seberapa besar atau seberapa banyak usaha yang dikeluarkan untuk aktivitas tersebut dan *persisten* menggambarkan pada berapa lamanya waktu yang digunakan dalam melakukan aktivitas. Seorang atlet dengan motivasi tinggi akan menekuni satu bidang olahraga-

nya dengan latihan yang sangat intensif yang kadangkala dalam satu hari melakukan dua kali latihan yaitu pagi dan sore dengan beban latihan yang semakin meningkat. Hal tersebut semata-mata karena adanya usaha dan keinginan untuk menampilkan performanya secara optimal untuk meraih prestasi yang diharapkan.

Karena meraih prestasi tertinggi merupakan tujuan akhir dari keberhasilan seorang atlet, maka sudah menjadi suatu keharusan setiap atlet memiliki motivasi berprestasi yang tinggi. Motivasi berprestasi adalah keinginan untuk menyelesaikan sesuatu, untuk mencapai suatu standar kesuksesan dan untuk melakukan suatu usaha dengan tujuan untuk mencapai kesuksesan (Santrock, 2007 : 474). Menurut Lilik Adisasmito (2007 : 38), motivasi berprestasi adalah dorongan yang bertujuan untuk mendapatkan pengakuan atau menghindari celaan dari diri sendiri maupun orang lain dan berhubungan dengan penampilan dalam situasi yang menerapkan standar keunggulan. Motivasi setiap atlet berbeda-beda intensitasnya, namun satu hal yang penting bahwa motivasi berprestasi tidak diturun-

kan secara otomatis dari orang tua yang memiliki motivasi berprestasi tinggi (Richard, 1983 : 54). Ia harus diusahakan sendiri oleh masing-masing atlet.

Meskipun demikian, tidak semua atlet mampu menampilkan motivasi berprestasi yang tinggi. Hal ini dikarenakan, kondisi psikologis atlet dipengaruhi oleh berbagai faktor. Ada berbagai faktor yang dapat menjadi sumber *stressor* bagi seorang atlet sehingga hal tersebut mempengaruhi performa mereka secara keseluruhan. Misalnya saja peralatan, lingkungan pertandingan, orangtua, ataupun hal lainnya. Hal ini sesuai dengan hasil wawancara dengan pelatih cabang olahraga bulu tangkis SMPN 13 Yogyakarta yang mengungkapkan bahwa ada seorang atlet yang permainannya cukup bagus, gerakannya gesit dan prestasinya cukup baik. Namun, ketika ayahnya menonton dirinya bermain baik itu dalam latihan ataupun pertandingan, maka seketika itu juga ia akan kehilangan motivasinya untuk mengalahkan lawannya. Selain itu, biasanya seorang atlet bulu tangkis memiliki raket kesayangan yang dianggap sebagai "senjata" utama yang

selalu ia gunakan, namun ketika raket tersebut senarnya putus, kualitas permainan dan semangatnya juga cenderung menurun.

Untuk itu, jelas bahwa pada dasarnya motivasi berprestasi merupakan faktor penting yang harus dimiliki dan dijaga oleh setiap atlet tanpa terkecuali. Motivasi akan menyebabkan terjadinya suatu perubahan energi yang ada pada diri manusia, sehingga akan bergayut dengan persoalan gejala kejiwaan, perasaan dan emosi, untuk kemudian bertindak atau melakukan sesuatu. Semua ini didorong karena adanya tujuan, kebutuhan dan keinginan (Rohmah, 2012 : 240). Motivasi merupakan kekuatan yang menggerakkan seseorang untuk berperilaku, berpikir dan merasa seperti yang mereka rasakan (King, 2012:64). Perilaku yang termotivasi perlu untuk diberi kekuatan, diarahkan dan juga dipertahankan, terlebih bagi atlet yang orientasi utamanya adalah menampilkan performa yang optimal untuk mencapai prestasi. Hal ini dikarenakan, motivasi bukan suatu hal yang bersifat paten, namun cenderung berubah sebagai hasil dari lingkungan budaya seseorang (Kompri, 2016 : 7).

Berdasarkan hal tersebut, dalam penelitian ini peneliti ingin menggali lebih jauh mengenai hal-hal yang dapat mempengaruhi motivasi berprestasi seorang atlet yang tergabung dalam kelas khusus olahraga. Selama ini, penelitian yang membahas mengenai penyelenggaraan kelas khusus olahraga masih banyak yang menitikberatkan pada manajemen pengelolaan KKO, belum banyak penelitian yang membahas mengenai kondisi psikologis siswa KKO.

Oleh karena itu, pada penelitian ini akan lebih menitikberatkan pada kondisi psikologis siswa khususnya pada variabel *adversity quotient*, regulasi diri dan juga efikasi diri.

Secara bahasa, *adversity quotient* berasal dari istilah bahasa Inggris yaitu *adversity* dan *quotient*. *Adversity* memiliki arti malang, kemalangan atau kegagalan, celaka. sedangkan *quotient* berarti kecerdasan (Salim, 1989 : 15). Sehingga secara sederhana, *adversity quotient* dapat diartikan sebagai kecerdasan yang dimiliki oleh seseorang dalam mengatasi kesulitan atau kegagalan. Dalam buku *Prophetic Intelligence*, Hamdani Bakran (2008 : 677) menyebutkan bahwa *adversity quotient*

merupakan sesuatu potensi yang mana dengan potensi tersebut seseorang dapat mengubah hambatan yang dihadapinya menjadi peluang.

Adversity quotient diperlukan oleh setiap atlet untuk dapat mengelola hambatan dan gangguan yang mungkin dapat mempengaruhi performa mereka secara optimal, terlebih pada siswa kelas khusus olahraga dimana mereka menanggung beban lebih berat dibanding dengan siswa reguler karena adanya tuntutan tugas baik dari bidang olahraga maupun tugas sekolah. *Adversity quotient* nantinya akan diukur menggunakan skala yang disusun berdasarkan aspek *adversity quotient* dari Paul G. Stoltz yaitu *Control*, *Origin* dan *Ownership*, *Reach* dan *Endurance*.

Menurut Bandura, regulasi diri merupakan kemampuan mengontrol perilaku sendiri (King, 2012 : 92). Mengontrol perilaku diri ini tidak hanya melibatkan perilaku mereka agar fokus pada pencapaian tujuan, namun juga melibatkan variabel kognitif dan variabel yang berpengaruh (Schunk, 2012:545). Dari dua pengertian tersebut, dapat dipahami bahwa regulasi diri merupakan kemampuan mengatur tingkah laku dan menjalankan tingkah

laku tersebut sebagai strategi yang berpengaruh terhadap performansi seseorang mencapai tujuan atau prestasi dengan melibatkan faktor-faktor lain yang yang berpengaruh. Sedangkan Zimmerman lebih rinci menjabarkan bahwa regulasi merupakan proses dimana seseorang mengaktifkan dan mempertahankan kognisi, perilaku, afeksi, dan atensinya secara berkesinambungan sebagai upaya dalam pencapaian tujuan (Schunk, 2012 : 232).

Seseorang yang termotivasi untuk mencapai tujuan akan melaksanakan aktivitas-aktivitas pengaturan diri yang mereka yakini akan membantu mereka (Schunk, Pintrich dan Meece, 2012 : 232). Ditambahkan oleh Schunk (2012 : 585), motivasi sangat terkait erat dengan pengaturan diri. Hal ini dikarenakan, orang yang termotivasi akan mengatur aktivitas diri mereka agar mampu meraih tujuan yang diharapkan. Regulasi diri nantinya akan diukur menggunakan skala yang disusun berdasarkan aspek regulasi diri dari Ormrod (2009 : 30) yaitu standar dan tujuan yang ditentukan sendiri, pengaturan emosi, instruksi

diri, monitoring diri, evaluasi diri dan kontingensi yang ditetapkan sendiri.

Efikasi diri merupakan salah satu aspek pengetahuan tentang diri yang paling berpengaruh dalam kehidupan manusia sehari-hari. Hal ini disebabkan karena efikasi diri sangat mempengaruhi individu dalam menentukan sikap dan tindakan yang akan dilakukan untuk mencapai suatu tujuan (Ghufron dan Risnawati, 2010 : 73). Efikasi diri diperlukan untuk menampilkan tingkah laku yang optimal dalam menghasilkan suatu prestasi tertentu. Dalam hal ini, efikasi diri juga berkaitan dan memberikan pengaruh terhadap seberapa besar usaha yang akan dikeluarkan oleh seorang atlet dalam melakukan suatu tindakan. Semakin besar keyakinan diri atlet terhadap tingkat kemampuannya dan keyakinannya untuk memenangkan pertandingan, tentu akan semakin besar pula usaha yang akan dilakukannya untuk mencapai tujuan yang ingin dicapainya yaitu menjadi juara (Adi Sasmito, 2007 : 19). Efikasi diri nantinya akan diukur menggunakan skala yang disusun berdasarkan aspek efikasi diri dari

Bandura yaitu *strength*, level dan generalisasi.

Berdasarkan penjabaran di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *Adversity Quotient*, Regulasi Diri dan Efikasi Diri Terhadap Motivasi Berprestasi Siswa Kelas Khusus Olahraga (KKO) SMP Negeri 13 Yogyakarta.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif karena dalam pelaksanaannya, penelitian ini banyak menggunakan angka-angka mulai dari pengumpulan data, penafsiran sampai pada hasil dan penarikan kesimpulan (Machali, 2017 : 17).

Penelitian ini dilaksanakan pada awal semester dua tahun pelajaran 2016/2017 setelah libur semester. Hal ini dikarenakan, siswa kelas khusus KKO belum banyak kegiatan yang berkaitan dengan olahraga baik itu jadwal latihan ataupun turnamen yang harus diikuti.

Penelitian berlokasi di SMP Negeri 13 Yogyakarta, Jln. Minggiran - Mantrijeron, Suryodiningratan, Mantrijeron, Yogyakarta 55141. Alasan memilih lokasi ini adalah, dikarenakan

SMP Negeri 13 Yogyakarta merupakan Sekolah Menengah Pertama di Provinsi DIY yang menyelenggarakan kelas khusus olahraga. Sehingga, dalam penyelenggaraan kegiatan kelas khusus olahraga sudah cukup matang dan terstruktur. Program KKO SMP Negeri 13 Yogyakarta sudah cukup populer di kalangan pegiat olahraga ataupun akademisi dalam bidang olahraga khususnya di wilayah Provinsi DIY dengan prestasi yang sudah mencapai level nasional. Selain itu, lokasi penelitian memiliki akses yang mudah dijangkau karena berada di pinggir jalan raya.

Dalam penelitian ini, seluruh populasi digunakan sebagai subjek penelitian sehingga penelitian ini merupakan penelitian populasi. Jumlah populasi penelitian yang kurang dari 100 responden memungkinkan peneliti untuk mengambil seluruh populasi menjadi subjek penelitian.

Subjek penelitian adalah seluruh siswa kelas khusus olahraga (KKO) SMP Negeri 13 Yogyakarta dari kelas VII - IX. Masing-masing jenjang kelas terdiri dari satu kelas KKO yang ditempatkan pada kelas D. Jumlah siswa kelas VII 31 siswa, kelas VIII 31

siswa dan kelas IX 34 siswa sehingga totalnya adalah 96 siswa.

Prosedur

Ujicoba alat ukur

Ujicoba skala *adversity quotient*, regulasi diri, efikasi diri dan motivasi berprestasi ini melibatkan 62 siswa kelas khusus olahraga. Skala yang telah diisi oleh responden diperiksa saat itu juga untuk menghindari adanya aitem yang terlewat atau tidak dikerjakan, ataupun yang memiliki jawaban ganda sehingga memungkinkan peneliti untuk meminta responden yang bersangkutan untuk melengkapinya. Sehingga, berdasarkan hal tersebut diperoleh skala yang valid untuk diolah ke dalam SPSS berjumlah 62 skala.

Data hasil pengisian skala yang dilakukan oleh 62 siswa KKO, data kemudian diskor dan ditabulasi untuk dihitung tingkat validitas dan reliabilitasnya. Perhitungan validitas dan reliabilitas dilakukan dengan bantuan IBM SPSS *Statistics 19.00*. pengujian validitas item menggunakan teknik koefisien *alpha*.

Untuk menentukan apakah suatu item shahih atau gugur, digunakan

pedoman nilai koefisien korelasi (r_{tabel}) yaitu 0,254. Item yang memiliki nilai *corrected item-total correlation* di atas 0,254 dinilai sebagai item shahih sedangkan yang dibawah 0,254 dinilai sebagai item gugur.

Setelah melewati proses ujicoba, skala *adversity quotient* mengalami perubahan aitem dikarenakan adanya aitem yang gugur. Namun, setiap aspek dari skala *adversity quotient* terwakili oleh aitem yang valid atau lolos uji seleksi sehingga skala *adversity quotient* dapat digunakan untuk penelitian. Hasil uji validitas menunjukkan dari 30 aitem yang dianalisis, terdapat 23 aitem yang lolos uji seleksi aitem karena memiliki nilai koefisien korelasi aitem lebih dari 0.254. Koefisien *corrected item-total correlation* pada skala *adversity quotient* berkisar antara 0,281 hingga 0,554. Hasil analisis reliabilitas menunjukkan nilai 0.805. Hal ini menunjukkan bahwa skala *adversity quotient* memiliki tingkat reliabilitas yang baik.

Hasil uji validitas skala regulasi diri menunjukkan dari 36 aitem yang dianalisis, terdapat 21 aitem yang lolos uji seleksi aitem karena memiliki nilai koefisien korelasi aitem lebih dari 0.329.

Koefisien *corrected item-total correlation* pada skala regulasi diri berkisar antara 0,331 hingga 0,602. Hasil analisis reliabilitas menunjukkan nilai 0.764 sehingga dapat dipahami bahwa skala regulasi reliabel untuk digunakan dalam pengumpulan data.

Hasil uji validitas skala efikasi diri menunjukkan dari 35 aitem yang dianalisis, terdapat 28 aitem yang lolos uji seleksi aitem karena memiliki nilai koefisien korelasi aitem lebih dari 0.254. Koefisien *corrected item-total correlation* pada skala efikasi diri berkisar antara 0,271 hingga 0,670. Hasil analisis reliabilitas menunjukkan nilai 0.876. Hal ini berarti bahwa reliabilitas skala efikasi diri dalam kategori baik sehingga dapat digunakan untuk pengambilan data penelitian.

Hasil uji validitas skala motivasi berprestasi menunjukkan dari 40 aitem yang dianalisis, terdapat 26 aitem yang lolos uji seleksi aitem karena memiliki nilai koefisien korelasi aitem lebih dari 0.254. Koefisien *corrected item-total correlation* pada skala *adversity quotient* berkisar antara 0,255 hingga 0,669. Hasil analisis reliabilitas menunjukkan nilai 0.825. Hal ini berarti bahwa skala motivasi berprestasi memiliki tingkat

reliabilitas yang baik dan dapat digunakan sebagai alat pengumpulan data pada penelitian ini.

Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada bulan Desember hingga Januari 2017. Peneliti melakukan pengambilan data di masing-masing kelas khusus olahraga pada jam yang sudah ditentukan oleh pihak sekolah dan pengelola kelas khusus olahraga. Skala yang telah diisi oleh responden diperiksa saat itu juga untuk menghindari adanya aitem yang terlewat atau tidak dikerjakan, ataupun yang memiliki jawaban ganda sehingga memungkinkan peneliti untuk meminta responden yang bersangkutan untuk melengkapinya. Sehingga, berdasarkan hal tersebut diperoleh skala yang valid untuk diolah ke dalam SPSS berjumlah 87 skala.

Dari hasil observasi yang didapat serta dari hasil wawancara guru yang sudah dilakukan sebelumnya, diketahui jumlah siswa yang tergabung dalam Kelas Khusus Olahraga 96 siswa. Namun pada pelaksanaannya seluruh subjek penelitian hanya berjumlah 87 siswa yang terdiri dari 30 siswa kelas

VII, 29 siswa kelas VIII dan 28 siswa kelas IX. Hal ini dikarenakan adanya siswa yang tidak masuk sekolah dikarenakan sedang mengikuti pertandingan.

Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini diantaranya adalah:

Skala

Skala merupakan alat ukur psikologis dalam bentuk kumpulan pernyataan atau sikap yang disusun sedemikian rupa untuk mengungkap atribut tertentu melalui respon terhadap pertanyaan (Azwar, 2012). Dalam penelitian ini menggunakan skala *Likert*. Skala *Likert* adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi seseorang tentang gejala atau masalah sosial yang dialami masyarakat (Machali, 2016:45). Format penulisan aitem terdiri dari dua arah yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Aitem *favorable* merupakan aitem yang mendukung atribut yang diukur. Sebaliknya, aitem *unfavorable* merupakan aitem yang isinya bertentangan atau tidak mendukung ciri perilaku

yang dikehendaki oleh indikator keperilakuannya (Azwar, 2012:42).

Skala ini diberikan kepada subjek secara langsung dan tertutup dalam arti skala tersebut langsung diberikan kepada subjek dan alternatif jawaban sudah disediakan sehingga subjek hanya tinggal memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan. Alternatif pilihan jawaban yang dimaksud yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Masing-masing jawaban tersebut nantinya akan memiliki skor yang bergerak dari 1 sampai 4.

Observasi

Observasi adalah teknik pengumpulan data dengan cara melakukan pengamatan langsung di lapangan (Machali, 2016: 63). Observasi dilakukan terhadap lingkungan sekolah, sarana prasarana, kegiatan sekolah dan segala bentuk administrasi yang diperlukan sehubungan penelitian ini. Hasil observasi dalam penelitian ini digunakan sebagai data pendukung dalam penelitian.

Instrumen Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala yang disusun berdasarkan aspek-aspek teori yang menjadi pedoman penulisan kisi-kisi aitem masing-masing variabel.

Skala *adversity quotient*

Skala *adversity quotient* terdiri 4 aspek yaitu *control*, *origin* dan *ownership*, *reach* dan *endurance*. Masing-masing dari aspek kemudian diturunkan menjadi beberapa indikator sehingga menghasilkan total 30 aitem yang terbagi menjadi dua kategori dimana 18 aitem merupakan aitem *favorable* dan 12 aitem *unfavorable*.

Skala Regulasi Diri

Skala regulasi diri terdiri dari 6 aspek yaitu standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri, pengaturan emosi, instruksi diri, monitoring diri, evaluasi diri, dan kontingensi yang ditetapkan sendiri. Dari aspek-aspek tersebut kemudian diturunkan menjadi beberapa indikator sehingga total jumlah aitem pada skala regulasi diri adalah 36 aitem yang terdiri dari 18 aitem *favorable* dan 18 aitem *unfavorable*.

Skala Efikasi Diri

Skala efikasi diri terdiri dari tiga aspek/dimensi yaitu dimensi tingkat, dimensi level dan dimensi generalisasi

yang kemudian dari ketiga dimensi tersebut disusun beberapa indikator untuk memudahkan penyusunan instrumen penelitian. Jumlah aitem pada

Skala motivasi berprestasi

Pada skala motivasi berprestasi, item yang disusun berjumlah 40 yang terdiri dari 20 aitem favorable dan 20 *item unfavorable*. Item-item tersebut disusun berpedoman pada aspek motivasi berprestasi yang disampaikan oleh Lilik Adisasmito yaitu berani mengambil resiko, melakukan evaluasi, bertanggung jawab dan disiplin, tekun serta inovatif.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu:

a. Deskripsi sampel

Deskripsi sampel merupakan gambaran umum tentang objek penelitian yang dijelaskan secara deskriptif kuantitatif. Untuk mempermudah dalam menjelaskan karakteristik atau deskripsi sampel penelitian dapat menggunakan tabel (Machali, 2017: 159).

b. Distribusi frekuensi data

skala efikasi diri adalah 35 aitem yang terdiri dari 21 aitem *favorable* dan 14 aitem *unfavorable*

Distribusi frekuensi digunakan untuk menyusun data yang jumlahnya relatif banyak ke dalam suatu tabel frekuensi. Dengan membuat tabel frekuensi, akan dapat membantu memudahkan membaca data tersebut. Bahkan dapat digunakan untuk mengambil suatu kesimpulan secara deskripsi terhadap berbagai data penelitian (Machali, 2015:23).

Analisis Statistik Inferensial

Statistik inferensial merupakan statistik yang bertujuan untuk menganalisa data sampel dan hasilnya akan digeneralisasikan pada populasi dimana sampel diambil (Sugiyono, 2013:23). Statistik inferensial merupakan teknik analisis yang digunakan untuk menguji hipotesis atau mengambil kesimpulan (Gunawan, 2016:10). Teknik statistik inferensial ini digunakan untuk menguji hubungan dan kontribusi antara variabel bebas dengan variabel terikat. Teknik analisis yang digunakan yaitu analisis regresi linier sederhana dan analisis regresi linier ganda.

Analisis regresi merupakan analisis yang digunakan untuk menggambarkan model hubungan antara dua variabel atau lebih. Selain itu, analisis regresi juga dapat digunakan untuk mengetahui variabel mana yang secara statistik berpengaruh terhadap variabel kriterium, mengestimasi atau memprediksi kontribusi variabel prediktor terhadap variabel kriterium dan mengetahui variabel prediktor mana yang memiliki pengaruh paling dominan (Gunawan, 2016:202).

1. Analisis regresi linier sederhana

Regresi linier sederhana merupakan salah satu metode statistik inferensial yang digunakan untuk mengukur besarnya pengaruh satu variabel prediktor (X) terhadap satu variabel kriteria (Y) (Machali, 2017:149). Dalam penelitian ini analisis regresi linier sederhana digunakan untuk menganalisis pengaruh *adversity quotient* (X_1) terhadap motivasi berprestasi (Y), pengaruh regulasi diri (X_2) terhadap motivasi berprestasi (Y) dan pengaruh efikasi diri (X_3) terhadap motivasi berprestasi.

Adapun untuk mengetahui besarnya kontribusi variabel prediktor

terhadap variabel kriterium, dapat dilihat pada hasil R square (R^2) yang ada pada hasil tabel *model summary*. Untuk menjelaskan nilai variabel prediktor apakah memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel kriterium dapat melihat kolom sig yang ada pada tabel ANOVA.

Sedangkan untuk tabel terakhir dari hasil analisis yaitu tabel *coefficient*, digunakan untuk membuat persamaan regresi yang akan menjelaskan dan menganalisis seberapa besar kontribusi variabel prediktor terhadap variabel kriterium (Machali, 2017:149).

2. Analisis regresi linier ganda

Analisis regresi linier ganda adalah alat analisis statistik yang digunakan untuk mengetahui nilai atau pengaruh antara dua variabel prediktor atau lebih (X) terhadap satu variabel kriterium (Y) dalam rangka membuktikan ada tidaknya hubungan fungsional atau kausal antara dua variabel prediktor atau lebih tersebut terhadap satu variabel kriterium (Sarwono, 2013:1). Dalam penelitian ini, analisis regresi ganda digunakan untuk menganalisis pengaruh ketiga variabel bebas yaitu *adversity quotient*, regulasi

diri dan efikasi diri secara bersama-sama terhadap motivasi berprestasi.

Adapun untuk mengetahui besarnya kontribusi variabel prediktor terhadap variabel kriterium, dapat dilihat dari hasil R square (R^2) yang ada pada output hasil analisis menggunakan IBM SPSS *Statistic pada tabel model summary*. Untuk menjelaskan nilai variabel prediktor apakah memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel kriterium dapat melihat kolom sig yang ada pada tabel ANOVA dengan melihat nilai pada kolom F dan kolom sig. kaidah yang digunakan yaitu :

Jika $F_{hitung} > F_{tabel}$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Jika $sig < 0.05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sedangkan untuk tabel terakhir dari hasil analisis yaitu tabel *coefficient*, digunakan untuk membuat persamaan regresi yang akan menjelaskan dan menganalisis seberapa besar kontribusi variabel prediktor terhadap variabel kriterium (Sarwono, 2013:1).

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis di atas, dilihat pada tabel VIF masing-masing variabel yaitu variabel *adversity*

quotient, regulasi diri dan efikasi diri memiliki nilai VIF < 10 dan nilai toleransi ketiganya > 0.1 sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi masalah multikolinieritas dalam model regresi.

Analisis deskriptif

Karakteristik responden dalam penelitian ini dijabarkan sebagai berikut :

1. Berdasarkan jenis kelamin, yaitu 52 (59.8%) responden adalah laki-laki dan 35 (40.2%) responden adalah perempuan.
2. Berdasarkan usia yaitu 11 (12.6%) responden berusia 12 tahun, 25 (28.7%) responden berusia 13 tahun, 34 (39.1%) responden berusia 14 tahun, 14 (16.1%) responden berusia 15 tahun, dan 3 (3.4%) responden berusia 15 tahun.
3. Berdasarkan kelas yaitu 30 (34.5%) responden berasal dari kelas VII, 29 (33.3%) responden berasal dari kelas VIII, dan 28 (32.2%) responden berasal dari kelas IX.
4. Berdasarkan cabang olahraga yaitu 33 (37.9%) responden dari cabang sepak bola, 14 (16.1%) responden dari cabang bola voli, 8 (9.2%) responden dari cabang bulutangkis,

masing-masing 7 (8%) responden dari cabang panahan dan atletik, masing-masing 3 (3.4%) responden dari cabang taekwondo dan sepeda roda, masing-masing 2 (2.3%) responden dari cabang pencak silat, tenis meja dan catur, serta masing-masing 1 responden (1.1%) berasal dari cabang tenis lapangan, karate, senam artistik, anggar, tapak suci dan wushu.

Analisis Frekuensi

1. Tingkat Adversity Quotient dari responden yang berjumlah 87 siswa, sebanyak 43 siswa atau sebesar 49.5% memiliki tingkat *adversity quotient* yang sedang. Namun begitu, responden yang memiliki tingkat *adversity quotient* rendah juga cukup tinggi, yaitu sebanyak 26 siswa atau 29.9%. sisanya sebanyak 18 siswa atau 20.7% memiliki tingkat *adversity quotient* yang tinggi.
2. Tingkat regulasi diri mayoritas responden yaitu sebanyak 43 siswa atau 49.4% siswa berada pada kategori sedang, sedangkan sisanya 20 responden (23%) memiliki nilai regulasi diri yang rendah dan 24

responden (27.6 %) berada pada rentang regulasi diri yang tinggi.

3. Tingkat efikasi diri responden mayoritas berada pada rentang sedang. Hal ini didasarkan dari data responden yang berjumlah 87 siswa, sebanyak 43 siswa atau 49.4% berada pada kategori sedang. Sedangkan sisanya, sebanyak 13 responden (14.9%) pada kategori rendah dan 31 responden (35.6%) berada pada kategori tinggi.
4. Lebih dari separuh responden (54%) memiliki tingkat motivasi berprestasi sedang yaitu sebanyak 47 responden dari jumlah 87 responden. Sedangkan rentang motivasi berprestasi rendah dan tinggi masing-masing terdiri dari 20 responden (23%).

Analisis Regresi Linier Sederhana Adversity Quotient Terhadap Motivasi Berprestasi

Tabel *model summary* di bawah menunjukkan besarnya kontribusi atau pengaruh variabel *adversity quotient* terhadap motivasi berprestasi siswa kelas khusus olahraga SMP Negeri 13 Yogyakarta. Berdasarkan tabel di bawah, nilai R sebesar 0.668 artinya terdapat korelasi atau hubungan yang

tinggi atau kuat antara *adversity quotient* dengan motivasi berprestasi. Nilai *R Square* sebesar 0.446 menunjukkan sumbangan relatif *adversity quotient*

terhadap motivasi berprestasi sebesar 44.6%. sedangkan sisanya sebesar 55.4% dipengaruhi oleh variabel lain.

Tabel 1. Model Analisis Regresi Linier Sederhana *Adversity Quotient* Terhadap Motivasi Berprestasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.668 ^a	.446	.440	6.988

a. Predictors: (Constant), *Adversity Quotient*

Selanjutnya untuk menguji kelayakan model regresi antara *adversity quotient* terhadap motivasi berprestasi dapat melihat nilai F hitung dan juga nilai signifikansi yang ada di tabel Anova. Dari tabel di bawah diketahui bahwa

nilai F Hitung 68.443 dengan skor probabilitas sig 0.000 < $\alpha = 0.05$. Sehingga kesimpulannya adalah bahwa kontribusi *adversity quotient* adalah signifikan dalam memprediksi motivasi berprestasi siswa.

Tabel 2. Anova Kontribusi *Adversity Quotient* Terhadap Motivasi Berprestasi

ANOVA ^b						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3341.781	1	3341.781	68.443	.000 ^a
	Residual	4150.173	85	48.826		
	Total	7491.954	86			

Untuk menguji model persamaan regresi signifikan atau tidak, dapat diuji dengan melihat nilai probabilitas pada kolom sig. Dari kolom signifikansi diketahui nilai sig. 0.000 ($p < 0.05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa

model persamaan regresi adalah signifikan dan dapat digunakan sebagai alat untuk memprediksi perubahan nilai variabel terikat

Tabel 11. Koefisien Regresi Pengaruh *Adversity Quotient* Terhadap Motivasi Berprestasi

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	8.765	8.445		1.038	.302
	Adversity Quotient	.985	.119	.668	8.273	.000

A. Dependent Variable: Motivasi Berprestasi

Regresi Linier Sederhana Regulasi Diri Terhadap Motivasi Berprestasi

Berdasarkan tabel di bawah, diperoleh nilai R sebesar 0.691 yang artinya ada korelasi atau hubungan yang tinggi atau kuat antara regulasi diri dengan motivasi berprestasi. Nilai

R Square sebesar 0.478 menunjukkan kontribusi regulasi diri terhadap motivasi berprestasi sebesar 47.8%. sedangkan sisanya sebesar 52.2% dipengaruhi oleh variabel lain.

Tabel 4. Model Analisis Regresi Linier Sederhana Regulasi Diri Terhadap Motivasi Berprestasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error Of The Estimate
1	.691 ^a	.478	.471	6.785

A. Predictors: (Constant), Regulasi Diri

Selanjutnya untuk menguji kelayakan model regresi antara regulasi diri terhadap motivasi berprestasi dapat melihat nilai F hitung dan juga nilai signifikansi yang ada di tabel Anova. Dari tabel di bawah diketahui

bahwa nilai F Hitung 77.718 dengan skor probabilitas sig $0.000 < \alpha = 0.05$. Kesimpulannya adalah bahwa kontribusi regulasi diri adalah signifikan dalam memprediksi motivasi berprestasi siswa.

Tabel 5. Anova Kontribusi Regulasi Diri Terhadap Motivasi Berprestasi

Anova ^b						
	Model	Sum Of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3578.346	1	3578.346	77.718	.000 ^a
	Residual	3913.608	85	46.042		
	Total	7491.954	86			
A. Predictors: (Constant), Regulasi Diri						
B. Dependent Variable: Motivasi Berprestasi						

Tabel 6 di bawah bertujuan untuk menggambarkan persamaan model regresi untuk mengetahui angka konstan dan uji hipotesis signifikansi koefisien regresi. Persamaan regresi dapat dilihat pada kolom B diperoleh nilai konstan sebesar 13.494 dan nilai regulasi diripada kolom beta (β) sebesar 0.999. Jadi secara keseluruhan, bentuk persamaan regresinya dapat dilihat sebagai berikut :

$$Y = \alpha + \beta X$$

$$Y = 13.494 + 0.999X$$

Dengan menggunakan persamaan regresi di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa ketika nilai regulasi diri tetap ($X=0$), maka tingkat motivasi berprestasinya 13.494. ketika nilai regulasi diri mengalami kenaikan 1 %,

maka tingkat motivasi berprestasinya adalah sebesar 14.493. dan setiap regulasi diri mengalami kenaikan 1%, maka tingkat motivasi berprestasinya akan naik sebesar 0.999. Begitu juga sebaliknya, tingkat motivasi berprestasi akan menurun ketika nilai regulasi diri dikurangi sebesar 1%.

Untuk menguji model persamaan regresi signifikan atau tidak, dapat diuji dengan melihat nilai probabilitas pada kolom sig. Dari kolom signifikansi diketahui nilai sig. 0.000 ($p < 005$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa model persamaan regresi adalah signifikan dan regulasi diri dapat digunakan sebagai alat untuk memprediksi perubahan nilai variabel terikat yaitu motivasi berprestasi.

Tabel 7. Koefisien Regresi Pengaruh Regulasi diri terhadap Motivasi Berprestasi

		Coefficients ^a				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	T	Sig.
1	(Constant)	13.494	7.393		1.825	.072
	Regulasi Diri	.999	.113	.691	8.816	.000

A. Dependent Variable: Motivasi Berprestasi

Regresi Linier Sederhana Efikasi Diri Terhadap Motivasi Berprestasi

Tabel 8 di bawah menunjukkan nilai R sebesar 0.763 yang artinya ada korelasi atau hubungan yang tinggi atau kuat antara efikasi diri dengan motivasi berprestasi. Nilai R Square

sebesar 0.583 menunjukkan kontribusi efikasi diri terhadap motivasi berprestasi sebesar 58.3%. sedangkan sisanya sebesar 41.7% dipengaruhi oleh variabel lain.

Tabel 8. Model Analisis Regresi Linier Sederhana Efikasi Diri Terhadap Motivasi Berprestasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error Of The Estimate
1	.763 ^a	.583	.578	6.065

A. Predictors: (Constant), Efikasi Diri

Untuk menguji kelayakan model regresi antara efikasi diri dengan motivasi berprestasi dapat melihat nilai F hitung dan juga nilai signifikansi yang ada pada tabel Anova di bawah. Tabel di bawah menunjukkan nilai F

Hitung 118.663 dengan skor probabilitas sig 0.000 < $\alpha = 0.05$. Kesimpulannya adalah bahwa kontribusi efikasi diri adalah signifikan dalam memprediksi motivasi berprestasi siswa.

Tabel 8. Anova Kontribusi Efikasi Diri Terhadap Motivasi Berprestasi

Anova ^b						
Model		Sum Of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	4365.143	1	4365.143	118.663	.000 ^a
	Residual	3126.811	85	36.786		
	Total	7491.954	86			

Anova ^b						
Model		Sum Of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	4365.143	1	4365.143	118.663	.000 ^a
	Residual	3126.811	85	36.786		
	Total	7491.954	86			

A. Predictors: (Constant), Efikasi Diri

Tabel 17. Koefisien Regresi Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Motivasi Berprestasi

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	17.482	5.626		3.107	.003
	Efikasi Diri	.698	.064	.763	10.893	.000

A. Dependent Variable: Motivasi Berprestasi

Tabel di atas bertujuan untuk menggambarkan persamaan model regresi yang digunakan untuk mengetahui angka konstan dan uji hipotesis signifikansi koefisien regresi. Persamaan regresi dapat dilihat pada kolom B diperoleh nilai konstan sebesar 17.482 dan nilai efikasi diripada kolom beta (β) sebesar 0.698. Jadi secara keseluruhan, bentuk persamaan regresinya dapat dilihat sebagai berikut :

$$Y = \alpha + \beta X$$

$$Y = 17.482 + 0.698X$$

Keterangan :

- Y : tingkat motivasi berprestasi
- X : Efikasi diri
- A : merupakan nilai konstan yang bermakna bahwa besarnya tingkat motivasi berprestasi ketika nilai X= 0. Dari tabel di atas diperoleh tingkat

motivasi berprestasi sebesar 17.482 ketika nilai X = 0

β : merupakan angka koefisien regresi yang memiliki makna bahwa setiap kenaikan efikasi diri sebesar 1 %, maka tingkat motivasi berprestasinya akan meningkat sebesar 0.698

Dengan menggunakan persamaan regresi di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa ketika nilai efikasi diri tetap (X=0), maka tingkat motivasi berprestasinya 17.482. sedangkan ketika nilai efikasi diri mengalami kenaikan 1 %, maka tingkat motivasi berprestasinya adalah sebesar 18.180. Setiap nilai efikasi diri mengalami kenaikan 1%, maka tingkat motivasi berprestasinya akan naik sebesar 0.698.

Begitu juga sebaliknya, tingkat motivasi berprestasi akan menurun ketika nilai efikasi diri dikurangi sebesar 1%.

Untuk menguji model persamaan regresi signifikan atau tidak, dapat diuji dengan melihat nilai probabilitas pada kolom sig yang ada pada tabel *coefficient*. Dari kolom signifikansi diketahui nilai sig. 0.000 ($p < 005$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa model persamaan regresi adalah signifikan dan efikasi diri dapat digunakan sebagai alat untuk memprediksi perubahan nilai variabel terikat yaitu motivasi berprestasi.

Analisis Regresi Linier Ganda

Pada tabel di bawah, tabel R menunjukkan koefisien korelasi dan diperoleh nilai R sebesar 0.810. hal ini berarti bahwa, terdapat korelasi yang sangat kuat atau sangat tinggi antara *adversity quotient*, regulasi diri dan efikasi diri dengan motivasi berprestasi. Nilai R yang positif menunjukkan arah korelasi antara variabel bebas dan terikat yang searah

atau positif. Sehingga dapat dipahami bahwa semakin tinggi nilai yang diperoleh responden pada tiap-tiap variabel bebas, maka akan semakin tinggi pula tingkat motivasi berprestasi siswa.

Nilai *R square* sebesar 0.656 menunjukkan kontribusi dari ketiga variabel yaitu variabel X_1 , X_2 dan X_3 secara simultan dalam memprediksi nilai variabel $Y = R^2 \times 100\% = (0.810)^2 \times 100\% = 65.6\%$. sedangkan sisanya sebesar 35.5% dipengaruhi oleh variabel lain di luar variabel penelitian yang digunakan.

Berdasarkan hasil analisis dari tabel tersebut, diketahui pula nilai residu atau kesalahan ramalan dari analisis yang ditunjukkan pada kolom *standard error of estimates* sebesar 5.575. Residu adalah perbedaan nilai pendugaan dengan nilai sesungguhnya (Gunawan, 2016: 228).

Tabel 9. Model Analisis Regresi Ganda

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.810 ^a	.656	.643	5.575

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.810 ^a	.656	.643	5.575

a. Predictors: (Constant), Efikasi Diri, Adversity Quotient, Regulasi Diri

Tabel anova di bawah menunjukkan besarnya angka probabilitas atau signifikansi pada perhitungan Anova yang akan digunakan untuk menguji kelayakan model regresi dengan ketentuan $F_{hitung} > F_{tabel}$ dan angka sig <

0.05. Dari tabel tersebut diketahui nilai sig. 0.000 yang artinya sig < 0.05. da $F_{hitung} = 52.695 > F_{tabel} = 2.72$. Oleh karena itu, variabel *adversity quotient*, regulasi diri dan efikasi diri berpengaruh secara signifikan terhadap motivasi berprestasi siswa.

Tabel 10. Anova Kontribusi Variabel Bebas Terhadap Motivasi Berprestasi

Anova ^c						
		Sum Of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	4912.640	3	1637.547	52.695	.000 ^a
	Residual	2579.314	83	31.076		
	Total	7491.954	86			

a. Predictors: (Constant), Efikasi Diri, Adversity Quotient, Regulasi Diri

b. Dependent Variable: Motivasi Berprestasi

Selanjutnya untuk menentukan persamaan regresi dari analisis regresi

dapat dilihat dari tabel *coefficient* di bawah ini:

Tabel 11. Koefisien Regresi Ganda Antara Variabel Bebas terhadap Variabel Terikat

Coefficients ^a					
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	
Model		B	Std. Error	Beta	t
1	(Constant)	-2.261	7.001		

Adversity Quotient	.364	.137	.247	2.652	.010
Regulasi Diri	.241	.151	.167	1.594	.115
Efikasi Diri	.450	.086	.492	5.212	.000

A. Dependent Variable: Motivasi Berprestasi

Tabel *coefficient* di atas menunjukkan model persamaan regresi untuk memperkirakan motivasi berprestasi (Y) yang dipengaruhi oleh *adversity quotient* (X₁), regulasi diri (X₂) dan efikasi diri (X₃) dengan persamaan sebagai berikut :

$$Y = \alpha + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \beta_3 X_3$$

$$Y = -2.261 + 0.364 X_1 + 0.241 X_2 + 0.450 X_3$$

Keterangan :

- Y : Motivasi berprestasi
- X₁ : *Adversity quotient*
- X₂ : Regulasi diri
- X₃ : Efikasi diri

Dengan menggunakan persamaan regresi di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa jika seorang siswa tidak memiliki *adversity quotient*, regulasi diri dan efikasi diri (X₁, X₂ dan X₃ = 0), maka diperkirakan motivasi berprestasinya sebesar -2.261.

Untuk menguji apakah model persamaan regresi ganda signifikan atau tidak, maka dilihat dari nilai probabilitas pada kolom sig dengan ketentuan apabila nilai p < 0.05 maka persamaan regresi adalah signifikan.

Dari tabel di atas diketahui bahwa uji koefisien regresi variabel *adversity quotient* dan efikasi diri memiliki nilai probabilitas < 0.05 yang berarti signifikan, sedangkan koefisien regresi dari variabel regulasi diri memiliki nilai probabilitas yang > 0.05 yang berarti tidak signifikan. Dari hasil tersebut, maka model persamaan regresi yang dapat dipakai adalah hanya variabel X₁ dan X₃. Adapun untuk variabel X₂ tidak dapat digunakan karena tidak signifikan.

Berdasarkan hasil analisis uji signifikansi model persamaan regresi, dapat disimpulkan bahwa variabel *adversity quotient* dan efikasi diri mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap motivasi berprestasi, sedangkan variabel regulasi diri tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Oleh karena itu, persamaan regresi yang dapat dipakai menjadi:

$$Y = \alpha + \beta_1 X_1 + \beta_3 X_3$$

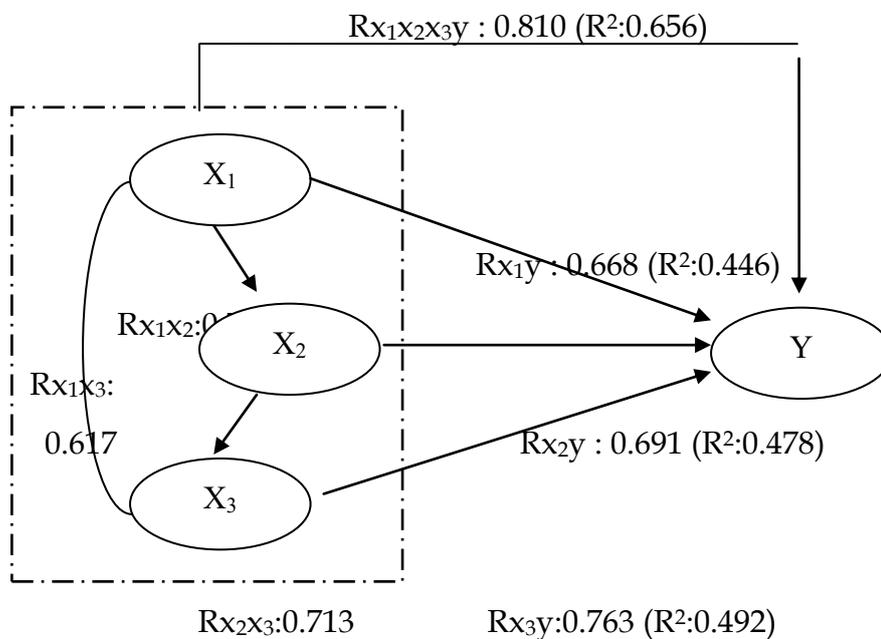
$$Y = 2.261 + 0.364 X_1 + 0.450 X_3$$

dengan menggunakan persamaan regresi untuk variabel yang signifikan,

dapat diambil kesimpulan bahwa ketika *adversity quotient* dan efikasi diri konstan atau tetap ($X=0$), maka nilai motivasi berprestasi siswa sebesar 2.261. ketika *adversity quotient* dan efikasi diri siswa meningkat 1 poin, maka nilai motivasi berprestasi siswa sebesar 3.075. setiap nilai *adversity quotient* dan efikasi diri mengalami kenaikan sebesar 1 poin, maka motivasi berprestasi siswa juga akan

mengalami kenaikan sebesar 3.075 dan berlaku sebaliknya, motivasi berprestasi siswa akan menurun apabila tingkat *adversity quotient* dan efikasi diri siswa berkurang sebesar 1 poin.

Berdasarkan hasil dari seluruh analisis yang sudah dijabarkan di atas, korelasi dari keempat variabel penelitian ini dapat dirangkum secara sederhana seperti pada gambar di bawah :



Gambar 1. Ringkasan Hasil Analisis Penelitian

Pembahasan

Pengaruh *Adversity Quotient* terhadap Motivasi Berprestasi

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dibahas sebelumnya, diketahui bahwa terdapat hubungan atau korelasi positif dalam kategori tinggi atau kuat antara *adversity quotient*

dengan motivasi berprestasi yang ditunjukkan dengan nilai R sebesar 0.668 dengan tingkat kepercayaan 95%. Artinya, semakin tinggi nilai *adversity quotient* siswa, maka akan semakin tinggi pula motivasi berprestasinya.

Kemudian dari hasil analisis regresi linier, kontribusi variabel *adversity quotient* terhadap motivasi berprestasi sebesar 44.6% pada angka kepercayaan 95% dan hubungan ini secara statistik berdasarkan nilai sig. 0.000 menunjukkan bahwa *adversity quotient* memiliki kontribusi yang positif dan signifikan terhadap peningkatan motivasi berprestasi siswa. Atas dasar tersebut, maka hipotesis pertama yang diajukan dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara *adversity quotient* terhadap motivasi berprestasi siswa diterima (H_{a1}).

Hasil ini sesuai dengan apa yang telah disampaikan oleh Paul G. Stoltz dalam bukunya *Adversity Quotient* bahwa seseorang yang memiliki *adversity quotient* tinggi dianggap sebagai orang yang paling memiliki motivasi (Stoltz, 2005:94). Dapat dipahami bahwa, AQ merupakan kecerdasan berupa kegigihan untuk mengatasi rintangan demi mencapai tujuan. Dimana apabila seseorang sudah gigih dalam berusaha mencapai tujuan, ia akan terus berusaha untuk mencapainya. Seseorang yang memiliki *adversity quotient* yang baik diibaratkan

sebagai *climber* atau pendaki yang akan mampu memotivasi diri sendiri, bersemangat tinggi dan berjuang untuk mampu mendapatkan apa yang telah menjadi tujuannya dengan menyambut baik setiap tantangan (Stoltz, 2005:26-27). Seseorang dengan AQ yang tinggi akan membiarkan diri mereka membayangkan kemungkinan-kemungkinan yang lebih besar karena akan mereka akan menentukan masa depan yang diinginkan (Stoltz, 2005:386).

Begitupun bagi seorang atlet, dengan AQ yang tinggi mereka akan mampu merespons tekanan dan kesulitan dengan baik sehingga akan pulih dari kekalahan dan mampu terus bertahan pada situasi-situasi yang mungkin tidak menguntungkan bagi mereka. Dengan AQ yang baik, seorang atlet akan memiliki ketekunan untuk terus berusaha bahkan ketika menghadapi kesulitan dan kegagalan sehingga tidak mudah menyerah. Seperti yang diungkapkan oleh Guillian Cornista dan Charmaine Machasaet apabila seseorang tidak mampu mengendalikan kesulitan yang dihadapinya, emosinya akan mudah meluap dan menyebabkan ia akan mudah menyerah dan berhenti berusaha

(Cornista dan Machasaet, 2013:14). Bagi seorang atlet, berhenti berusaha dan muda menyerah merupakan titik awal menuju kekalahan. Kemampuan fisik yang baik, teknik yang sempurna, serta latihan intens yang sudah dijalani akan terbuang dengan sia-sia apabila seorang atlet telah merasa putus asa.

Hasil penelitian ini pun sejalan dengan beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yang membahas mengenai hubungan antara *adversity quotient* dengan motivasi berprestasi. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Guillian Cornista dan Charmaine Machasaet yang berjudul *Adversity Quotient and Achievement Motivation of Selected Third Year and Fourth Year Psychology Student of De La Salle Lipa A.Y. 2012-2013* yang menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan dari seluruh aspek *adversity quotient* terhadap motivasi berprestasi, penelitian dari Nur Syahid (2014) yang menyebutkan bahwa terdapat korelasi yang kuat antara *adversity quotient* dengan motivasi berprestasi di mana *adversity quotient* memberikan kontribusi sebesar 54.4% serta penelitian yang dilakukan oleh Risky Melinda yang menyatakan bahwa terdapat korelasi

yang signifikan dengan nilai $p = 0.000$ antara *adversity quotient* dengan motivasi berprestasi (Melinda, 2014).

Untuk itu, hasil temuan peneliti berkaitan dengan pengaruh *adversity quotient* terhadap motivasi berprestasi siswa kelas khusus olahraga telah menguatkan bukti bahwa pentingnya membentuk dan mengembangkan *adversity quotient* siswa khususnya siswa kelas khusus olahraga untuk lebih baik lagi. Mengingat bahwa mayoritas responden berjumlah 43 siswa atau 49.4% masih berada pada kategori sedang dan 26 responden atau 29.9% berada pada kategori rendah, tentunya menjadi pedoman bagi sekolah, pelatih ataupun pihak terkait untuk terus berusaha meningkatkan *adversity quotient* siswa.

Pengaruh Regulasi Diri Terhadap Motivasi Berprestasi

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan sebelumnya, diperoleh hasil analisis korelasi antara regulasi diri dengan motivasi berprestasi dengan nilai R sebesar 0.691 yang berarti bahwa terdapat korelasi positif yang kuat atau tinggi antar kedua variabel. Artinya, semakin tinggi nilai regulasi diri siswa, maka akan semakin

tinggi pula tingkat motivasi berprestasinya.

Kemudian dari hasil analisis regresi linier diperoleh nilai R Square sebesar 0.478 yang menunjukkan adanya kontribusi regulasi diri terhadap motivasi berprestasi sebesar 47.8%. nilai signifikansi 0.000 dapat dipahami bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara regulasi diri dengan motivasi berprestasi siswa. Berdasarkan hal tersebut, maka hipotesis kedua dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara regulasi diri dengan motivasi siswa kelas khusus olahraga diterima (H_{a2}).

Hal ini sesuai dengan apa yang disampaikan oleh Schunk bahwa seseorang yang termotivasi untuk mencapai tujuan akan melaksanakan aktivitas-aktivitas pengaturan diri yang mereka yakini akan membantu mereka (Schunk, 2012:232). Schunk juga menambahkan bahwa motivasi sangat terkait erat dengan pengaturan diri. Hal ini dikarenakan, orang yang termotivasi akan mengatur aktivitas diri mereka agar mampu meraih tujuan yang diharapkan (Schunk, 2012:585). Hal ini juga sesuai dengan hasil

penelitian yang dilakukan oleh Aftina Nurul Husna, Frieda dan Jati Ariati (tt) yang menyatakan bahwa pada mahasiswa berprestasi regulasi diri tertuang dalam sejumlah pikiran, perasaan, dan tindakan yang berkesesuaian, berkesinambungan dan fokus pada tujuan berprestasi.

Begitupun dalam dunia olahraga, regulasi diri merupakan faktor penting yang harus dimiliki oleh setiap atlet. Kemampuan dalam melakukan pengaturan diri atau regulasi diri dalam pertandingan olahraga seringkali menjadi faktor penentu kemenangan (Adisasmito, 2007:14). Hal ini dikarenakan, regulasi diri yang baik akan membuat seorang atlet mampu mengendalikan dan mengatasi ketegangan-ketegangan (*stress management*) yang muncul dalam pertandingan. Seorang atlet dengan kemampuan regulasi diri yang baik akan memiliki kecenderungan keberhasilan yang lebih tinggi dibanding atlet yang tidak memiliki kemampuan dalam melakukan pengaturan diri. Aftina dkk juga menambahkan dalam penelitiannya bahwa ketika meregulasi diri, seseorang akan menyadari pentingnya kerja keras dan berprestasi, aktif dalam

mengenali potensi diri, memiliki tujuan yang jelas, merasa takut gagal serta tidak ingin mengecewakan orang lain, mampu mengatasi hambatan-hambatan baik itu internal dan eksternal, mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan, mampu memajemen diri, melakukan proses belajar dan aktivitas secara efektif dan ketat, membuka diri dalam menerima tantangan berprestasi yang lebih tinggi, dan pada akhirnya mensyukuri proses yang dilalui dan apapun hasilnya, serta kembali bertekad untuk berprestasi (Husna, 2012:7).

Dengan kemampuan regulasi diri yang baik, seorang atlet akan mengontrol setiap perilakunya karena ia menyadari bahwa dirinya memiliki tanggung jawab yang harus dijalani dengan sungguh-sungguh dan target yang harus dicapai agar tidak mengecewakan dirinya ataupun lingkungan sosialnya. Untuk itu, penting bagi pihak-pihak terkait yaitu pihak sekolah ataupun pengelola kelas khusus olahraga dalam hal ini juga pelatih dan orangtua siswa bahwa sangat penting memberikan pemahaman bagi seorang atlet terkait kemampuan dalam meregulasi diri karena

lingkungan sosial juga memberikan dampak yang sangat besar dalam pembentukan regulasi diri siswa. Hal ini dikarenakan, proses regulasi diri tidak yang hanya mengandalkan diri sendiri sebagai pemilik tujuan, rencana, dan tindakan-tindakan untuk mencapai tujuan, namun mereka mengelola hubungan sosial dan mencari manfaat atau dukungan dari orang-orang di sekitar mereka dan juga mengelola hubungan dengan Tuhan lantaran keyakinan religius (Islam) mereka bahwa Tuhan Maha Berkehendak atas segala sesuatu (Husna, 2012:8).

Perlu diketahui bahwa tingkat regulasi diri siswa mayoritas masih berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 49.4% tentu masih dapat ditingkatkan lagi. Selain itu masih banyak pula siswa dengan kemampuan regulasi diri yang berada pada kategori rendah yaitu sebesar 23%, sehingga hal ini butuh perhatian lebih untuk dapat lebih ditingkatkan.

Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Motivasi Berprestasi

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, diperoleh hasil korelasi antara efikasi diri dengan

motivasi berprestasi dengan nilai R sebesar 0.763. Hal ini berarti bahwa terdapat korelasi positif yang sangat kuat antara efikasi diri dengan motivasi berprestasi siswa. Artinya semakin tinggi nilai efikasi diri siswa, maka akan semakin tinggi pula tingkat motivasi berprestasinya.

Kemudian berdasarkan hasil analisis regresi linier sederhana diketahui bahwa nilai R Square sebesar 0.583. hal ini berarti bahwa terdapat kontribusi sebesar 58.3% antara variabel efikasi diri terhadap motivasi berprestasi siswa. Nilai sig.000 dapat dipahami bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara efikasi diri dengan motivasi berprestasi siswa. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa hipotesis ketiga dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara efikasi diri terhadap motivasi berprestasi siswa diterima (H_{a3}). Variabel efikasi diri ini merupakan variabel yang cukup dominan memberikan pengaruh terhadap motivasi berprestasi dibanding kedua variabel lainnya.

Efikasi diri merupakan keyakinan individu akan kemampuan dirinya dan

ia mempercayai dapat menguasai situasi dan menghasilkan keluaran yang positif (King, 2012:412). Bagi seorang atlet, mempercayai kemampuannya merupakan bekal utama untuk menghadapi sebuah kompetisi. Hal ini sejalan dengan apa yang dipaparkan oleh Adisasmito, bahwa semakin besar keyakinan diri seorang atlet terhadap kemampuan dan keyakinan dirinya dapat memenangkan pertandingan, maka akan semakin besar usaha yang akan dikeluarkannya dan semakin aktif untuk mencapai tujuannya. Dalam hal ini, dengan keyakinan akan kemampuan diri yang tinggi akan menjadi tenaga penggerak dirinya untuk berusaha mengeluarkan segenap kemampuan optimalnya untuk dapat meraih kemenangan. Keyakinan yang tinggi untuk menjadi juara dalam sebuah pertandingan timbul karena ia yakin akan kemampuan yang dimilikinya tersebut (Adisasmito, 2007:19). Dijelaskan oleh Rustika (2012:18-25), bahwa untuk mewujudkan hasil akhir yang memuaskan tidak cukup hanya memikirkan potensi-potensiapa yang dimiliki. Hal ini dikarenakan, tanpa adanya efikasi diri yang memadai potensi yang dimiliki

tersebut tidak akan dapat teraktualisasi dengan optimal. Potensi yang dimiliki seseorang akan terpendam selamanya tanpa adanya efikasi diri yang memadai.

M.F Siregar menambahkan bahwa penyebab utama menurunnya prestasi dalam bidang olahraga secara keseluruhan adalah disebabkan mengenai faktor psikologis yaitu rendahnya motivasi dan kepercayaan diri atlet. Hal ini dapat dilihat dari rendahnya gairah berlatih dan ketidakyakinan atlet terhadap kemampuannya (Rustika, 2012:5). Mereka tidak memiliki keyakinan akan kemampuan mereka dalam menghadapi lawannya sehingga terkadang kekalahan yang dialami tidak menguras stamina (Rustika, 2012:4). Padahal kita tahu bahwa butuh waktu latihan berbulan-bulan untuk mempersiapkan sebuah pertandingan dengan porsi latihan yang intensif. Sehingga akan menjadi sia-sia usaha yang sudah dijalani selama berbulan-bulan namun kalah pada babak pertama bahkan dengan istilah *'belum capek tapi sudah kalah'*.

Dengan hasil tersebut dapat dipahami bahwa efikasi diri atau keyakinan akan kemampuan diri bagi

atlet mutlak untuk ditumbuhkan dan dikembangkan guna meningkatkan motivasi atlet dalam meraih prestasi. Hal ini untuk mendukung atlet dalam menampilkan performanya secara optimal untuk mencapai prestasi terbaik mengingat prestasi merupakan standar keberhasilan yang telah dicapai oleh seorang atlet dalam melaksanakan tugas yang dibebankan kepadanya (Rustika, 2012:8). Sejauh ini, tingkat efikasi diri siswa kelas khusus olahraga SMP Negeri 13 Yogyakarta sudah berada pada kategori sedang hingga tinggi dengan persentase sebesar 85%. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki keyakinan yang baik akan kemampuan diri mereka dalam menghadapi tantangan untuk mencapai prestasi. Untuk itu, kiranya keyakinan diri yang sudah baik ini agar mampu dipertahankan dan ditingkatkan lagi dengan bimbingan oleh pihak-pihak terkait.

Pengaruh *Adversity Quotient*, Regulasi Diri dan Efikasi Diri Terhadap Motivasi Berprestasi Siswa

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan sebelumnya, dapat diketahui bahwa antara ketiga variabel prediktor yaitu *adversity*

quotient, regulasi diri dan efikasi diri siswa terhadap variabel kriterium yaitu motivasi berprestasi memiliki korelasi R sebesar 0.810 yang berada pada kategori sangat kuat/sangat tinggi. Nilai R positif menunjukkan arah korelasi yang positif. Artinya, semakin tinggi nilai ketiga variabel bebas, maka akan semakin tinggi pula tingkat nilai motivasi berprestasinya. Kemudian dari hasil analisis regresi ganda diperoleh nilai R square sebesar 0.656 hal ini berarti bahwa terdapat kontribusi *adversity quotient*, regulasi diri dan efikasi diri terhadap motivasi berprestasi siswa sebesar 65.6%.

Motivasi berprestasi merupakan keinginan untuk menyelesaikan sesuatu, untuk mencapai suatu standar kesuksesan dan untuk melakukan suatu usaha dengan tujuan untuk mencapai prestasi (Santrock, 2007:474). Dalam bidang olahraga, motivasi berprestasi sangat penting untuk dimiliki oleh setiap atlet tanpa terkecuali. Motivasi berprestasi tersebut akan menjadi pendorong yang kuat bagi atlet untuk mampu menampilkan performanya secara optimal. Bahkan, Justin Henine-Hardene mengungkapkan bahwa tidak mungkin mencapai

prestasi yang luar biasa apabila tidak memiliki dorongan yang kuat dari dalam dirinya untuk berprestasi (Gunarsa, 2004:5). Seberapa kuat motivasi yang dimiliki oleh seorang atlet akan banyak menentukan kualitas dari perilaku yang akan ditampilkan.

Melihat hal tersebut, dapat kita pahami bahwa selain faktor fisik dan teknik, faktor psikologis pun turut memberikan pengaruh yang besar bagi atlet dalam mencapai keberhasilan. Hal ini pun sesuai dengan apa yang disampaikan oleh Gunarsa (2004:3) bahwa keberhasilan seorang atlet dipengaruhi oleh tiga komponen yaitu fisik, teknik dan psikologis. Bahkan, hasil penelitian yang dilakukan oleh Heisman dan Bunker mengungkapkan bahwa atlet profesional di beberapa negara mengungkapkan bahwa untuk mencapai keberhasilan dalam olahraga, atlet dan pelatih seringkali menggunakan teknik latihan mental (psikologis) dengan persentase lebih banyak yaitu 81% dibanding dengan latihan teknik dan taktik yang hanya 44%. Karena, dalam sebuah pertandingan, atlet lebih banyak menggunakan latihan mental dan psikologis di-

banding dalam proses latihan (Komarudin, 2013:5).

Khusus untuk faktor psikologis, hasil penelitian ini telah membuktikan bahwa pentingnya membentuk dan mengajarkan latihan psikologis bagi siswa khususnya pada variabel *adversity quotient*, regulasi diri dan efikasi diri. Hal ini dikarenakan ketiga variabel tersebut memberikan kontribusi sebesar 65.6% terhadap motivasi berprestasi. Ketiga faktor tersebut memiliki pengaruh yang cukup besar bagi penampilan seorang atlet khususnya dalam menampilkan motivasi berprestasi yang tinggi. Kondisi atlet yang selalu berada pada situasi yang penuh kompetisi dan tekanan membuat atlet harus memiliki kemampuan dalam meregulasi diri dalam menghadapi kesulitan dan tetap yakin akan kemampuan yang dimilikinya.

Simpulan

1. Ada pengaruh yang signifikan antara *adversity quotient* terhadap motivasi berprestasi siswa kelas khusus olahraga. Hal ini dapat dilihat dari nilai R sebesar 0.668 dengan sig. 0.000 ($P < 0.05$).

2. Ada pengaruh yang signifikan antara regulasi diri terhadap motivasi berprestasi siswa kelas khusus olahraga dibuktikan dengan nilai Sig = 0.000 ($p < 0.05$).

3. Ada pengaruh yang signifikan antara efikasi diri terhadap motivasi berprestasi siswa kelas khusus olahraga dibuktikan dengan nilai Sig = 0.000 ($p < 0.05$).

4. *Adversity quotient*, regulasi diri dan efikasi diri secara bersama-sama memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap motivasi berprestasi siswa kelas khusus olahraga.

Saran

1. Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dijabarkan, dapat dipahami bahwa faktor psikologis terbukti memiliki peran yang signifikan terhadap performa atlet. Khususnya dalam penelitian ini adalah pengaruh dari *adversity quotient*, regulasi diri dan efikasi diri terhadap motivasi berprestasi siswa yang menunjukkan kontribusi sebesar 65.6%. Kontribusi sebesar 65.6% dianggap peneliti sebagai kontribusi yang cukup

besar dan signifikan. Oleh karena itu, peneliti menyarankan untuk dapat meningkatkan motivasi berprestasi siswa agar mampu mencapai prestasi yang optimal, tiga variabel tersebut dapat lebih diperhatikan dan ditingkatkan, baik oleh pihak sekolah, pelatih, maupun siswa atlet pada umumnya. Mengingat bahwa dari hasil penelitian ini juga menunjukkan tingkat *adversity quotient*, regulasi diri dan efikasi diri maupun motivasi berprestasi siswa mayoritas masih berada pada kategori sedang. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan hal tersebut adalah dengan mengefektifkan peran guru bimbingan dan konseling ataupun melibatkan pihak yang memiliki kecakapan khusus dalam menangani hal tersebut misalnya saja bekerjasama dengan konselor pendidikan ataupun lembaga psikologi untuk membantu siswa mengenali diri dan potensinya.

2. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan hasil penelitian ini yang masih bersifat tekstual menjadi lebih operasional

misalnya saja dengan mengembangkan modul pelatihan yang terstandarisasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adisasmito, Lilik. (2007). *Mental Juara: Modal Atlet Berprestasi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Aftina, H. N., Frieda dan Jati Ariati. (tt). *Regulasi Diri Mahasiswa Berprestasi. Artikel Penelitian*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Azwar, Saifuddin. (2011). *Dasar-Dasar Psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- _____ (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bakran A. Hamdani. (2008). *Prophetic Intelligence (Kecerdasan Kenabian) : Mengembangkan Potensi Robbani Melalui Peningkatan Kesehatan Ruhani*. Yogyakarta: Al-Manar.
- Cornista, Guillian dan Charmaine Machasaet. (2013). *Adversity Quotient and Achievement Motivation of Selected Third Year and Fourth Year Psychology Student of De La Salle Lipa A.Y. 2012-2013. Skripsi*. Filipina: De La Salle Lipa.
- Ghufron, M. N. dan Rini Risnawati. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

- Gunarsa, S. D. (2004). *Psikologi Olahraga Prestasi*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Gunawan, Imam. (2016). *Pengantar Statistika Inferensial*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Husna, Aftina. (2012). *Motivasi Dalam Proses Regulasi Diri Mahasiswa Berprestasi. Proceeding Seminar Nasional Psikologi Tantangan Pengembangan Psikologi Indonesia pada 6 September 2012*. Jakarta: Program Studi Psikologi Universitas Paramadina.
- Kasiram, Moh. (2010). *Metodologi Penelitian Kuantitatif-Kualitatif*. Malang: UIN Maliki Press.
- King, L. A. (2012). *Psikologi Umum : Sebuah Pandangan Apresiatif*. (Terjemahan Brian Marwensdy). Jakarta: Salemba Humanika.
- Komarudin. (2013). *Psikologi Olahraga: Latihan Mental dalam Olahraga Kompetitif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Kompri. (2016). *Motivasi Pembelajaran Perspektif Guru dan Siswa*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Machali, Imam. (2016). *Statistik Manajemen Pendidikan*. Yogyakarta: Kaukaba Dipantara.
- _____ (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- _____ (2015). *Statistik Itu Mudah*. Yogyakarta: Ladang Kita.
- Melinda, Risky. (2014). *Hubungan Antara Adversity Quotient dengan Motivasi (Studi Korelasional Antara Adversity Quotient dengan Motivasi Berprestasi, Motivasi Berafiliasi dan Motivasi Berkuasa pada Agen Prudential Cabang Achmad Yani Bandung*. Skripsi, tidak dipublikasikan. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Morissan. (2014). *Metode Penelitian Survei*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- Ormrod, J. E. (2009). *Psikologi Pendidikan : Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang*. (Terjemahan Amitya Kumara). Jakarta: Erlangga.
- Richard H. C. (2007). *Sport Psychology : Concepts and Application*. New York: McGraw Hill.
- Rohmah, Noer. (2012). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: Teras.
- Ruane, J. M. (2013). *Dasar-Dasar Metode Penelitian : Panduan Riset Ilmu Sosial*, terj. Shodiq Mustika. Bandung: Nusa Media.
- Rustika, Made. (2012). *Efikasi Diri : Tinjauan Teori Albert Bandura*. *Buletin Psikologi Vol. 20, No. 1-2, 2012: 18 - 25*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.
- Salim, Peter. (1989). *Advanced English-Indonesia Dictionary*. (Terjemahan Benedictine Jakarta: Modern Englis Press.
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja Widyasinta*. Jakarta: Erlangga.
- _____ (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. (Terjemahan Shinto B. Adelar). Jakarta: Erlangga.

- Sarwono, Jonathan. (2013). *Statistik Multivariate*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Schunk, D. A. (2012). *Learning Theories an Educational Perspective*. (Terjemahan Eva Hamdiah dan Rahmat Fajar). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Schunk, D. A., Pintrich P. R & Meece J. L. (2012). *Motivasi dalam Pendidikan : Teori, Penelitian dan Aplikasi*. (Terjemahan Ellys Tjo). Jakarta: Indeks.
- Stoltz, P. G. (2005). *Adversity quotient : Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. (Terjemahan Hermaya). Jakarta: Grasindo.
- Sugiyono. (2013). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sumaryanto. (2010). *Pengelolaan Pendidikan Kelas Khusus Istimewa Olahraga menuju Tercapainya Prestasi Olahraga, paper dipresentasikan pada acara Program Kelas Khusus Olahraga di SMA N 4 Yogyakarta, tanggal 16 Juli 2010*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Suryabrata, Sumadi. (2010). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Warga, Richard G. (1983). *Personal Awareness*. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Undang-undang :**
- Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional.
- Sumber web :**
- “Kelas Khusus Olahraga”, diakses tanggal 5 November 2016 dari <http://kotayogyakarta.com/kelas-khusus-olahraga/>.

