

**PENGARUH DISIPLIN PERCAYA DIRI DAN MOTIVASI TERHADAP
KONDISI FISIK PEMAIN FUTSAL SABIDUAK SADAYUANG
KOTA PARIAMAN**

TESIS



**Oleh:
EZI ELFAURI
22340003**


**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA S2
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

2024

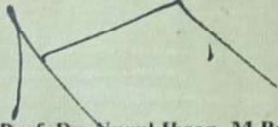
PERSETUJUAN AKHIR TESIS

Mahasiswa : Ezi Elfauri

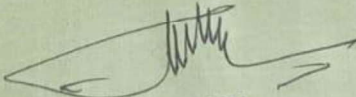
NIM : 22340003

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
<u>Prof. Dr. Tjung Hauw Sin, MPd. Kons</u> NIP. 19570725 198603 1 002 Pembimbing		<u>11/7-2029</u>

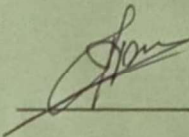
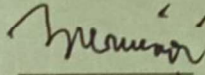
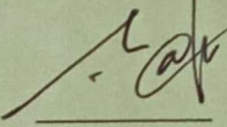
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dekan,


Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd.
NIP. 19820515 200912 1 005

Program Studi Ilmu Keolahragaan S2
Koordinator,


Prof. Alnedral, M.Pd
NIP. 19600430 198602 1001

PERSETUJUAN KOMISI
UJIAN TESIS ILMU KEOLAHRAGA S2

No	Nama	Tanda Tangan
1.	Prof. Dr. Tjung Hauw Sin, MPd. Kons (Ketua)	
2.	Dr. Willadi Rasyid, M.Pd (Anggota)	
3.	Dr. Aldo Nasa Putra, M.Pd (Anggota)	

Mahasiswa :

Mahasiswa : Ezi Elfauri
NIM : 22340003
Tanggal Ujian : 30 Mei 2024

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tesis dengan judul “PENGARUH DISIPLIN PERCAYA DIRI DAN MOTIVASI TERHADAP KONDISI FISIK PEMAIN FUTSAL SABIDUAK SADAYUANG KOTA PARIAMAN” adalah asli dan belum pernah di ajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun diperguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Pembimbing dan Tim Kontributor .
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karna karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Mei 2024
Saya yang menyatakan



Ezi Elfauri
NIM. 22340003

ABSTRAK

Ezi Elfauri, 2024. Pengaruh Disiplin, Percaya Diri, dan Motivasi terhadap Kondisi Fisik Pemain Futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman

Masalah dalam penelitian ini adalah masih kurang maksimalnya kondisi fisik pemain futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman. Tujuan penelitian ini untuk melihat pengaruh secara langsung dan tidak langsung antara disiplin, percaya diri dan motivasi terhadap kondisi fisik.

Penelitian ini menggunakan model korelasi path-analysis. Populasi pada penelitian ini adalah pemain futsal Sabiduak Sadayuang. Penarikan sampel menggunakan purposive sampling, dengan jumlah 32 pemain. Instrument tes variabel bebas penelitian ini adalah, angket disiplin angket percaya diri, angket motivasi. Instrumen tes variabel terikat adalah push-up, lari 60 meter, agility-tes, standing broad jump. Sit&reach tes, koordinasi mata-kaki. Pengujian hipotesis menggunakan SPSS 16.

Hasil penelitian adalah: (1) Terdapat pengaruh langsung disiplin terhadap kondisi fisik pemain futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman. Dengan persentase 37,9%. (2) Terdapat pengaruh langsung percaya diri terhadap kondisi fisik pemain futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman. Dengan persentase 25,6%. (3) Terdapat pengaruh langsung motivasi terhadap kondisi fisik pemain futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman. Dengan persentase 4,1%. (4) Terdapat tidak pengaruh langsung disiplin terhadap kondisi fisik melalui motivasi pemain futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman. Dengan persentase 49,3%. (5) Terdapat tidak pengaruh langsung percaya diri terhadap kondisi fisik melalui motivasi pemain futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman. Dengan persentase 37,3%. (6) Terdapat pengaruh langsung secara simultan disiplin, percaya diri, dan motivasi terhadap kondisi fisik pemain futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman. Dengan persentase 27,99%.

Kata Kunci : Disiplin, Percaya Diri, Motivasi, Kondisi Fisik

ABSTRACT

Ezi Elfauri, 2024. The Influence of Discipline, Confidence, and Motivation on the Physical Condition of Sabiduak Sadayuang Futsal Players in Pariaman City

The problem in this research is that the physical condition of futsal players Sabiduak Sadayuang in Pariaman City is still not optimal. The aim of this research is to see the direct and indirect influence of discipline, self-confidence and motivation on physical condition. This research uses a path-analysis correlation model. The population in this study was futsal player Sabiduak Sadayuang. Sampling used purposive sampling, with a total of 32 players. The independent variable test instruments for this research are a discipline questionnaire, a self-confidence questionnaire, and a motivation questionnaire. The dependent variable test instruments are push-ups, 60 meter run, agility test, standing broad jump. Sit&reach test, eye-foot coordination. Hypothesis testing using SPSS 16. The results of the research are: (1) There is a direct influence of discipline on the physical condition of futsal players Sabiduak Sadayuang, Pariaman City. With a percentage of 37.9%. (2) There is a direct influence of self-confidence on the physical condition of Sabiduak Sadayuang futsal players in Pariaman City. With a percentage of 25.6%. (3) There is a direct influence of motivation on the physical condition of Sabiduak Sadayuang Futsal players in Pariaman City. With a percentage of 4.1%. (4) There is no direct influence of discipline on physical condition through the motivation of futsal player Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman. With a percentage of 49.3%. (5) There is no direct influence of self-confidence on physical condition through the motivation of futsal player Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman. With a percentage of 37.3%. (6) There is a direct, simultaneous influence of discipline, self-confidence, and motivation on the physical condition of Sabiduak Sadayuang Futsal players in Pariaman City. With a percentage of 27.99%.

Keywords: Discipline, Confidence, Motivation, Physical Conditio

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan hasil penelitian yang berjudul **“Pengaruh Disiplin, Percaya Diri, dan Motivasi terhadap Kondisi Fisik Pemain Futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman”**.

Penulisan hasil penelitian ini merupakan salah satu syarat bagi penulis untuk memperoleh gelar Megister Olahraga di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Di dalam penulisan hasil penelitian ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik bantuan materil maupun moril, sehingga penulis dapat menyelesaikan hasil penelitian ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Ir. Krismadinata, Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan kesempatan sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan di Universitas Negeri Padang.
2. Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Prof. Dr. Alnedral, M.Pd. selaku Koordinator Program Studi Ilmu Keolahragaan S2 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dukungan dan fasilitas selama perkuliahan dan membantu dalam proses administrasi di Program Studi serta yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam menyelesaikan hasil penelitian ini.
4. Prof. Dr. Tjung Hauw Sin, M.Pd.Kons. sebagai Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, pemikiran, dan pengarahan yang sangat berarti bagi penulis dalam penulisan hasil penelitian ini.
5. Dr. Willadi Rasyid, M.Pd dan Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd sebagai kontributor dan memberikan arahan yang berarti kepada penulis.
6. Seluruh pihak Klub Sabiduak Sadayuang yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian pada pemain futsal dan untuk pengambilan data penelitian.

7. Seluruh staf pengajar dan karyawan di lingkungan Program Studi S2 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah membantu dan memberi petunjuk diberbagai bidang disiplin ilmu yang sangat bermanfaat bagi penulis.
8. Teristimewa kepada Kedua Orang Tua yang berjuang melalui do'a, yang telah mencurahkan kasih sayang, yang selalu tidak bosan mengingatkan untuk selalu sholat 5 waktu dan selalu berdoa untuk kelancaran dan kesuksesan, rajin kuliah, rajin belajar, berjuang dan berkorban sekuat tenaga agar anaknya dapat menyelesaikan perkuliahan dengan baik dan lancar, serta memberikan dukungan secara materil dan moril demi kesuksesan saya dalam menyelesaikan hasil penelitian dan studi perkuliahan ini.
9. Keluarga saya baik kakak, abang, dan adik-adik yang telah memberikan semangat dan dukungan untuk saya dalam menyelesaikan hasil penelitian ini.
10. Buat teman-teman yang senasib dan seperjuangan Ilmu Keolahragaan S2 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, khususnya angkatan 2022 yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah memberikan dukungan, semangat, dan gagasan dalam menyelesaikan hasil penelitian ini.

Penulis menyadari tentunya dalam penulisan hasil penelitian ini masih banyak terdapat kekurangan, karena tidak ada manusia yang sempurna. Sehingga penulis mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua agar untuk ke depannya penulis bisa menjadi lebih baik. Akhir kata penulis do'akan semoga semua amal yang diberikan mendapat imbalan yang setimpal dari Allah S.W.T dan bermanfaat untuk kita semua. Aamiin Yaa Rabbal 'Alamin.

Padang, Maret 2024
Penulis

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR ISI	i
DAFTAR TABEL	iii
DAFTAR GAMBAR	iv
DAFTAR LAMPIRAN	v
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Pembatasan Masalah.....	7
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Kajian Teori	10
1. Futsal.....	10
2. Kondisi Fisik	15
3. Disiplin.....	21
4. Percaya Diri.....	28
5. Motivasi.....	31
B. Penelitian yang Relevan.....	33
C. Kerangka Konseptual.....	35
D. Hipotesis Penelitian	37
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Disain dan Jenis Penelitian.....	39
B. Tempat dan Waktu Penelitian	40
C. Populasi dan Sampel.....	40
D. Teknik Pengumpulan Data.....	41
E. Teknik Analisis Data	53
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	56
1. Disiplin.....	56

2.	Percaya Diri.....	57
3.	Motivasi.....	59
4.	Kondisi Fisik	60
B.	Pengujian Persyaratan.....	61
1.	Normalitas	62
2.	Linearitas.....	63
C.	Pengujian Hipotesis	63
1.	Pengaruh Langsung Disiplin terhadap Kondisi Fisik Pemain Futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman.....	63
2.	Pengaruh Langsung Percaya Diri terhadap Kondisi Fisik Pemain Futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman.....	64
3.	Pengaruh Langsung Motivasi terhadap Kondisi Fisik Pemain Futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman.....	65
4.	Pengaruh Tidak Langsung Disiplin terhadap Kondisi Fisik Melalui Motivasi Pemain Futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman.....	65
5.	Pengaruh Tidak Langsung Percaya Diri terhadap Kondisi Fisik Melalui Motivasi Pemain Futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman.....	66
6.	Pengaruh Langsung secara Simultan Disiplin, Percaya Diri, dan Motivasi terhadap Kondisi Fisik Pemain Futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman	67
D.	Pembahasan.....	68
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN		
A.	Kesimpulan	74
B.	Immplikasi	74
C.	Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA		76
LAMPIRAN		79

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Populasi Penelitian.....	40
Tabel 2. Sampel Penelitian	41
Tabel 3. Kategori <i>Push-Up</i> untuk Laki-laki	43
Tabel 4. Norma Tes Kelincahan	45
Tabel 5. Norma Tes <i>Standing Broad Jump</i>	47
Tabel 6. Kisi – Kisi Angket Disiplin.....	50
Tabel 7. Kisi – Kisi Angket Percaya diri.....	52
Tabel 8. Kisi – Kisi Angket Motivasi.....	53
Tabel 9. Tabulasi Frekuensi Disiplin	56
Tabel 10. Deskripsi Frekuensi Percaya Diri	58
Tabel 11. Deskripsi Frekuensi Motivasi.....	59
Tabel 12. Deskripsi Frekuensi Kondisi Fisik.....	60
Tabel 13. Uji Normalitas	62
Tabel 14. Uji Linearitas Rangkuman	63
Tabel 15. Rangkuman Hipotesis	65

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Lapangan Futsal Skala Internasional.....	13
Gambar 2. Kerangka Konseptual	37
Gambar 3. Tes Kekuatan	43
Gambar 4. Tes Kecepatan.....	44
Gambar 5. Tes Kelincahan	45
Gambar 6. Tes Kelentukan	46
Gambar 7. Tes Daya Ledak Otot Tungkai.....	47
Gambar 8. Tes Koordinasi Mata Kaki.....	47
Gambar 9. Diagram Disiplin.....	57
Gambar 10. Diagram Percaya Diri.....	58
Gambar 11. Diagram Motivasi	60
Gambar 12. Diagram Kondisi Fisik	61

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Angket Sebelum Uji Coba	80
Lampiran 2. Angket Setelah Validasi	92
Lampiran 3. Data Mentah.....	104
Lampiran 4. Data T-Score	109
Lampiran 5. Uji Normalitas	110
Lampiran 6. Uji Linearitas.....	111
Lampiran 7. Uji Hipotesis	114
Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian	120

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah suatu aktivitas fisik yang membutuhkan stamina serta didalamnya terdapat sebuah aturan. Banyak cabang olahraga yang saat ini diminati oleh masyarakat Indonesia. Salah satunya adalah cabang olahraga futsal. Futsal merupakan olahraga yang paling populer dan digemari oleh masyarakat Indonesia terutama laki-laki dari anak-anak, remaja, dan dewasa. Hal tersebut terbukti dari kenyataan yang ada di masyarakat baik di perkotaan maupun di pedesaan lebih banyak menggemari olahraga futsal dibanding dengan yang lainnya. Selain itu di sekolah-sekolah dari mulai SMP, SMA, sampai ke universitas olahraga futsal sangat berkembang pesat.

Untuk mencapai prestasi di Sumatera Barat, pelatih dan atlet harus mempersiapkan atlet secara matang. Perkembangan futsal di Sumatera Barat belum maksimal, dibuktikan dalam pertandingan Pekan Olahraga Nasional (PON) tahun 2020 di Papua, futsal Sumbar hanya sampai babak penyisihan. Sebelumnya tim futsal Sumatera Barat pernah meraih medali emas pada PON Riau pada tahun 2012. Tetapi tim futsal Sumatera Barat tidak bisa mempertahankan prestasinya.

Di Sumatera Barat, setiap tahunnya mengadakan kejuaraan resmi seperti pekan olahraga provinsi (PORPROV), pekan olahraga mahasiswa daerah (POMDA), pekan olahraga pelajar (POPDA). Selain itu, banyak juga pertandingan-pertandingan yang diikuti oleh tim-tim futsal yang ada di Sumatera Barat, seperti Rafely Cup, piala Nusantara, dan banyak lagi.

Kejuaraan resmi tersebut diwakilkan oleh daerah kota/kabupaten yang ada di Sumatera Barat, salah satunya Kota Pariaman. Salah satu tim futsal yang ada di Kota Pariaman adalah Sabiduak Sadayuang. Tim Sabiduak Sadayuang. Tetapi prestasi atlet tidak stabil. Tim Sabiduak Sadayuang tidak bisa mempertahankan prestasi-prestasi yang pernah didapat. Banyak faktor yang mempengaruhi prestasi futsal, diantaranya kondisi fisik, disiplin, percaya diri, dan motivasi.

Kondisi fisik (*Physical Condition*) secara umum dapat diartikan dengan keadaan atau kemampuan fisik. Keadaan tersebut bisa meliputi sebelum (kondisi awal), dan pada saat setelah mengalami suatu proses latihan, (Supriady 2021). Kondisi fisik adalah kapasitas seseorang untuk melakukan kerja fisik dengan kemampuan bertingkat. Kondisi fisik dapat diukur secara kuantitatif dan kualitatif.

Disiplin dalam kehidupan sosial merupakan kehidupan yang penuh dengan nilai-nilai, (Saputra 2019). Orang yang memiliki sifat disiplin terlihat dari kesediaan untuk mereaksi dan bertindak terhadap nilai-nilai yang berlaku, yaitu nilai-nilai yang tertuang dalam bentuk: ketentuan, tata tertib, aturan, tatanan hidup, atau kaidah kaidah tertentu. Jadi disiplin dalam bidang latihan ini harus dimiliki oleh setiap atlet yang bertujuan untuk mencapai prestasi maksimal.

Percaya diri merupakan syarat mutlak pertama yang mesti dimiliki siapapun yang ingin menjadi atlet. Jangan berharap dan bermimpi jadi atlet kalau tidak percaya diri. Ciri pribadi atlet percaya diri adalah: selalu

menganggap setiap tim lawan sejajar dengan dirinya, tidak lebih tinggi dan tidak lebih rendah, (Arham 2019). Tidak merasa takut dengan status lawan, apapun status orang status orang yang dihadapi seperti supporter yang fanatic, manager kaya, tim besar, pemain elite, atau pemain yang biasa.

Motivasi merupakan dorongan baik dari dalam diri maupun luar diri, (Putra 2020). Motivasi sangat dibutuhkan sekali oleh pemain futsal. Motivasi adalah dorongan yang timbul pada diri seseorang secara sadar atau tidak sadar untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu. Motivasi adalah proses yang menjelaskan dorongan, arah, dan ketekunan seorang individu dalam mencapai tujuannya.

Seharusnya prestasi pemain futsal Sabiduak Sadayuang terus meningkat. Untuk meningkatkan prestasi atlet dibutuhkan kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental, (Syafuruddin 2011). Kondisi fisik yang dimaksud yaitu (1) kecepatan, (2) daya ledak, (3) kekuatan, (4) kelincahan, (5) koordinasi, dan (6) keseimbangan. Kecepatan merupakan kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan yang sejenis secara berturut-turut atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya, kecepatan termasuk faktor penting dalam futsal, karena cabang olahraga futsal salah satu cabang olahraga anaerobik. Daya ledak merupakan kemampuan tubuh untuk mengeluarkan kekuatan secara maksimal dalam waktu singkat, dalam pemain futsal daya ledak sangat penting untuk pemain dalam melakukan *shooting* ke gawang lawan dan *passing* ke kawan. Kelincahan merupakan gerakan-gerakan dalam beraktivitas setiap hari dimana dilakukan perubahan posisi tubuh dengan cepat

dan dilakukan secara bersama-sama. Koordinasi merupakan kemampuan seseorang untuk merangkaikan beberapa gerakan kedalam satu pola gerakan yang selaras dan efektif sesuai tujuannya. Keseimbangan merupakan kemampuan untuk mempertahankan tubuh agar tidak jatuh pada saat sedang melakukan gerakan.

Teknik juga menjadi penunjang prestasi pemain futsal. Teknik merupakan suatu cara atau prosedur yang digunakan oleh manusia agar sesuatu dapat dilakukan atau diselesaikan dengan cepat dan berhasil. Ada beberapa teknik dasar dalam olahraga futsal yang perlu dikuasai pemain yaitu (a) Menendang Bola (*Kick*), (b) Mengumpan Bola (*Passing*), (c) Menggiring Bola (*Dribbling*), (d) Menembak ke Gawang Lawan (*Shooting*), (e.) Menyundul Bola (*Heading*), (Festiawan 2020).

Taktik merupakan suatu siasat atau akal yang dirancang dan akan dilaksanakan dalam permainan oleh perorangan, kelompok, maupun tim untuk memenangkan pertandingan secara sportif. Taktik dalam pemain futsal berguna untuk melakukan menyerang dan bertahan dalam bertanding. Taktik individu dilakukan pada saat pemain futsal mendapatkan peluang ketika melakukan *shooting* ke gawang lawan. Taktik kelompok bertujuan untuk bisa menembus pertahanan lawan dan mencetak sebuah gol. Taktik kelompok juga harus dikuasai oleh tim menyusun strategi untuk mempersempit lawan masuk ke gawang dan memperkuat pertahanan untuk lawan tidak bisa mencetak gol.

Mental juga sangat diperlukan untuk meningkatkan prestasi pemain futsal. Apabila mental pemain bagus maka pemain akan memiliki semangat

dalam bertanding untuk mencetak gol dan memenangkan pertandingan. Dan sebaliknya, apabila pemain memiliki mental *down*, maka pemain akan merasakan kecemasan sebelum bertanding, tidak hanya itu atlet merasakan demam panggung yang membuat konsentrasi pecah dan kalah dalam bertanding.

Untuk meningkatkan prestasi diharapkan pelatih berasal dari atlet, memiliki ijazah sarjana olahraga, dan memiliki lisensi. Program latihan sangat penting dimiliki oleh pelatih untuk memperkecil kesalahan pada saat latihan. Jadi, pelatih tanpa program latihan apa yang diingat pelatih itu yang dilatih. Hal itu merupakan kesalahan yang fatal. Bentuk latihan yang monoton mengakibatkan membosankan bagi atlet. Untuk itu perlu latihan yang bervariasi untuk memotivasi atlet yang lebih baik, Tidak hanya itu sarana prasaran yang lengkap juga akan menjadi penunjang meningkatkan prestasi pemain futsal. Kalau atlet mau latihan sarana prasarana yang tidak layak akan mengganggu kondisi latihan, Maka prestasi tidak meningkat.

Selain itu, status gizi juga mempengaruhi prestasi atlet. Gizi yang seimbang diharapkan menunjang prestasi atlet. Pada saat latihan gizi atlet lebih banyak keluar daripada gizi yang masuk. Sehingga gizi yang masuk tidak seimbang dengan gizi yang keluar, sehingga atlet mengalami lelah, letih, lesu. Oleh karena itu pentingnya memperhatikan asupan gizi atlet. Jadi, gizi yang seimbang akan meningkatkan prestasi.

Motivasi juga sangat berpengaruh pada prestasi atlet di karenakan motivasi adalah dorongan kepercayaan diri yang diberikan pelatih kepada atlet

saat akan bertanding dan ketika bertanding, ketika atlet mendapatkan motivasi yang sesuai dengan yang dibutuhkan atlet, maka atlet akan bersemangat dalam bertanding maka atlet akan merasa tenang tidak terbebani pada saat bertanding, begitu juga sebaliknya ketika motivasi kurang maka atlet akan merasa terbebani dalam bertanding sehingga atlet tersebut akan banyak melakukan kesalahan yang akan menguntungkan lawan.

Dari hasil wawancara dengan pelatih futsal Sabiduak Sadayuang mengatakan bahwa prestasi pemain futsal belum maksimal. Hal ini dilihat dari kondisi fisik pemain futsal masih belum maksimal, kecepatan atlet dalam penguasaan lapangan belum lincah, kekuatan otot tungkai atlet belum maksimal, dan koordinasi atlet dalam tim belum kompak. Selain itu, pemain juga belum menguasai teknik, salah satunya atlet belum bisa melakukan tendangan bebas dan belum tepat sasaran. Atlet juga belum bisa mengatur strategi yang diberikan pelatih dengan matang. Kurangnya disiplin pemain juga menjadi faktor belum maksimalnya prestasi, seperti sering terlambat datang latihan, saat pertandingan juga ada atlet yang terlambat sampai tempat bertanding. Masih kurangnya percaya diri atlet pada saat bertanding, seperti takut dengan lawan yang sering juara, sehingga mental *down* dan motivasi atlet kurang bersemangat menjadi salah satu menurunnya prestasi atlet.

Hal ini juga dibuktikan juga dari hasil pertandingan. Pada tahun 2020 selama satu tahun pemain melakukan program latihan mandiri dirumah karena covid-19 performa pemain futsal menurun. Pada tahun 2022 pemain futsal Sabiduak Sadayuang lolos Zona Sumatera Barat dan melanjutkan ke Wilayah Sumatera hanya sampai Runner-Up saja. Pada tahun 2022 juga mewakili

Sumatera Barat, tetapi tim futsal Sabiduak Sadayuang hanya sampai posisi 3 di classmen grup dan tidak lolos 16 besar.

Dari hasil pertandingan tersebut maka masih belum maksimalnya performa pemain futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman.

B. Identifikasi Masalah

Dari hasil latar belakang masalah diatas, maka dapat diidentifikasi penelitian pada:

1. Kurangnya disiplin pemain futsal Sabiduak Sadayuang.
2. Kurangnya percaya diri pemain futsal Sabiduak Sadayuang.
3. Rendahnya motivasi pemain futsal Sabiduak Sadayuang.
4. Belum maksimalnya penguasaan teknik pemain futsal Sabiduak Sadayuang.
5. Kurangnya pengaturan taktik pemain futsal Sabiduak Sadayuang.
6. Seringnya pemain mental down.
7. Kurangnya pelatih pemain futsal Sabiduak Sadayuang.
8. Belum maksimal sarana prasarana pemain futsal Sabiduak Sadayuang.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah diatas, maka penelitian membatasi masalah penelitian yaitu tentang Pengaruh disiplin, percaya diri, dan motivasi terhadap kondisi fisik pemain futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, pembatasan masalah, maka peneliti merumuskan, yaitu:

1. Apakah disiplin berpengaruh langsung terhadap kondisi fisik pemain futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman ?
2. Apakah percaya diri berpengaruh langsung terhadap kondisi fisik pemain futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman ?
3. Apakah motivasi berpengaruh langsung terhadap kondisi fisik pemain futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman ?
4. Apakah disiplin berpengaruh tidak langsung terhadap kondisi fisik melalui motivasi pada pemain futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman ?
5. Apakah percaya diri berpengaruh tidak langsung terhadap kondisi fisik melalui motivasi pada pemain futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman ?
6. Apakah terdapat pengaruh secara simultan antara disiplin, percaya diri, dan motivasi terhadap kondisi fisik pemain futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk melihat disiplin berpengaruh langsung terhadap kondisi fisik pemain futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman.
2. Untuk melihat percaya diri berpengaruh langsung terhadap kondisi fisik pemain futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman.
3. Untuk melihat motivasi berpengaruh langsung terhadap kondisi fisik pemain futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman.

4. Untuk melihat kondisi fisik berpengaruh tidak langsung terhadap kondisi fisik melalui motivasi pada pemain futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman.
5. Untuk melihat percaya diri berpengaruh tidak langsung terhadap kondisi fisik melalui motivasi pada pemain futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman.
6. Untuk melihat pengaruh secara simultan disiplin, percaya diri, dan motivasi terhadap kondisi fisik pemain futsal Sabiduak Sadayuang Kota Pariaman.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini adalah :

1. Bagi peneliti untuk mendapatkan gelar Magister Olahraga (M.Or).
2. Bagi pelatih sebagai acuan untuk meningkatkan prestasi pemain futsal Sabiduak Sadayuang.
3. Bagi pemain sebagai referensi untuk meningkatkan prestasi.
4. Sebagai referensi bagi rekan – rekan pascasarjana Ilmu Keolahragaan
5. Sebagai referensi perpustakaan Universitas Negeri Padang