

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI ATLET TERHADAP KUALITAS
KOMUNIKASI SAAT BERTANDING PADA TIM
BOLA VOLI PUTRI GUNTUR 1000**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Departemen Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh:

Septia Dina Fernanda

22087066/2022

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA

DEPARTEMEN KEPELATIHAN

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI PADANG

2026

JALUR PUBLIKASI

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Judul : Hubungan Kepercayaan Diri Atlet Terhadap Kualitas Komunikasi Saat Bertanding Pada Tim Bola Voli Putri Guntur 1000

Nama : Septia Dina Fernanda

NIM : 22087066

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Departemen : Kepelatihan

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Mei 2026

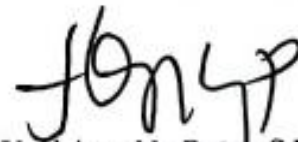
Disetujui oleh :

Kepala Departemen Kepelatihan

Pembimbing



Prof. Dr. Masrun, M.Kes., AIFO
NIP. 196311041987031002



Yogi Arnaldo Putra, S.Pd., M.Pd
NIP. 198906252022031002

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis skripsi dengan judul **"Hubungan Kepercayaan Diri Atlet Terhadap Kualitas Komunikasi Saat Bertanding Pada Tim Bola Voli Putri Guntur 1000"** adalah asli karya saya sendiri;
2. Karya ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan, kecuali pembimbing;
3. Di dalam karya tulis ini terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasi orang lain, kecuali secara tertulis dengan jenis dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebut nama pengarang dan dicantumkan pada perpustakaan;
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan yang berlaku.

Padang, Mei 2026



Septia Dina Fernanda

NIM/BP : 22087066/2022

ABSTRAK

Septia Dina Fernanda (2022/22087066), Hubungan Kepercayaan Diri Atlet Terhadap Kualitas Komunikasi Saat Bertanding Pada Tim Bola Voli Putri Guntur 1000

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri atlet dengan kualitas komunikasi saat bertanding pada tim bola voli putri Guntur 1000. Fokus penelitian diarahkan pada bagaimana tingkat keyakinan diri atlet dapat memengaruhi efektivitas interaksi, baik secara verbal maupun nonverbal, dalam situasi pertandingan.

Penelitian ini menggunakan metode korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Populasi penelitian adalah seluruh atlet bola voli putri Guntur 1000 yang berjumlah 33 orang, dengan sampel sebanyak 12 atlet yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner kepercayaan diri dan kuesioner kualitas komunikasi, sedangkan analisis data dilakukan menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat kuat dan signifikan antara kepercayaan diri dan kualitas komunikasi, dengan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,973 dan signifikansi 0,000 ($p < 0,01$). Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,946 mengindikasikan bahwa kepercayaan diri memberikan kontribusi sebesar 94,6% terhadap kualitas komunikasi atlet. Temuan ini menegaskan bahwa semakin tinggi kepercayaan diri atlet, maka semakin baik pula kualitas komunikasi yang ditunjukkan, sehingga berperan penting dalam meningkatkan koordinasi dan performa tim saat bertanding.

Kata Kunci: Kepercayaan Diri, Komunikasi Tim, Bola Voli

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil ‘Alamiin, segala puji syukur penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan hidayah dan karunia-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian ini dengan judul **“Hubungan Kepercayaan Diri Atlet Terhadap Kualitas Komunikasi Saat Bertanding Pada Tim Bola Voli Putri Guntur 1000”**. Sholawat serta salam senantiasa dilimpahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW yang menjadi tauladan selama hidup di dunia ini.

Penulisan proposal penelitian ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak yang telah membantu penulis dalam penulisan dan pelaksanaannya. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Kepada kedua orang tua tercinta Bapak Ahyak dan Ibu Partiyem yang selalu memberikan doa, dukungan, kasih sayang, serta motivasi yang tiada henti kepada penulis.
2. Kepada Bapak Yogi Arnaldo Putra, S.Pd., M.Pd selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan arahan, masukan, serta bimbingan yang sangat berarti dalam penyusunan proposal ini.
3. Kepada Ibu Dr. Suci Nanda Sari, S.Pd., M.Pd selaku Dosen Penguji I yang telah memberikan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan proposal penelitian ini.

4. Kepada Bapak Kristian Burhan, M.Pd selaku Dosen Penguji II yang telah memberikan masukan, arahan, serta saran yang sangat bermanfaat dalam perbaikan proposal ini.
5. Kepada Bapak Prof. Dr. Masrun, M.Kes., AIFO selaku Kepala Departemen Kepelatihan yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada penulis untuk melaksanakan penyusunan proposal ini.
6. Kepada Bapak/Ibu staf pengajar dan tenaga tata usaha di lingkungan Departemen Kepelatihan yang telah memberikan ilmu, bantuan administrasi, dan pelayanan yang baik selama proses perkuliahan hingga penyusunan proposal ini.
7. Kepada Adik tercinta Mavi Ahyak yang selalu memberikan semangat dan dukungan dalam proses penyusunan proposal ini.
8. Kepada teman-teman seangkatan yang telah memberikan bantuan, kebersamaan, serta dukungan selama proses perkuliahan dan penyusunan proposal ini.

Terlepas dari segala upaya yang telah dilakukan, penulis meyakini masih terdapat kekurangan dalam penyusunan proposal ini. Penulis sangat terbuka menerima masukan, koreksi, serta saran yang konstruktif untuk menyempurnakan penelitian ini. Semoga karya ini dapat memberi kontribusi positif bagi pembaca.

Padang, Mei 2026

Septia Dina Fernanda

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
A. Kajian Teori	7
1. Hakikat Bola Voli.....	7
2. Hakikat Kepercayaan Diri.....	11
3. Hakikat Kualitas Komunikasi	17
4. Profil Guntur 1000.....	24
B. Penelitian Relevan.....	25
C. Kerangka Berpikir	29
D. Hipotesis Penelitian.....	30
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	31
A. Jenis Penelitian.....	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	31
C. Populasi dan Sampel	32
D. Definisi Operasional.....	34
E. Teknik Pengumpulan Data	36
F. Instrumen Penelitian.....	36

G. Uji Validitas dan Reliabilitas instrumen.....	43
H. Teknik Analisis Data.....	45
BAB IV HASIL PENELITIAN	50
A. Hasil Penelitian	50
1. Deskripsi Data.....	50
2. Analisis Data	51
B. Pembahasan	54
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	56
A. Kesimpulan	56
B. Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA.....	58
LAMPIRAN	63

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi Atlet Putri Guntur 1000	32
Tabel 2. Sampel Penelitian	34
Tabel 3. Alternatif Jawaban Aangket	37
Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Kepercayaan Diri	38
Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Kualitas Komunikasi.....	40
Tabel 6. Instrumen Kualitas Komunikasi.....	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Komunikasi Nonverbal	22
Gambar 2. Logo Guntur 1000.....	24
Gambar 3. Anggota Tim Putri Guntur 1000.....	25
Gambar 4. Kerangka Konseptual.....	30
Gambar 5. Jenis Penelitian	31
Gambar 6. Rumus Uji Validitas.....	44
Gambar 7. Rumus Uji Reabilitas	45
Gambar 8. Rumus Korelasi	48
Gambar 9. Hasil Uji Normalitas	52
Gambar 10. Hasil Uji Linearitas	52
Gambar 11. Hasil Uji Korelasi	53
Gambar 12. Hasil Koefisien Determinasi.....	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Angket Penelitian.....	63
Lampiran 2. Surat Penelitian	67
Lampiran 3. Surat Validator	68
Lampiran 4. Dokumentasi Penelitian.....	70
Lampiran 5. Data Keseluruhan Angket.....	72
Lampiran 6. Data Uji Validitas Dan Reliabilitas.....	73
Lampiran 7. Uji Validitas Angket Kualitas Komunikasi	74
Lampiran 8. Uji Reliabilitas Angket Kualitas Komunikasi	75

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bola voli adalah salah satu olahraga tim yang dimainkan oleh dua regu dimana setiap regu terdiri dari enam pemain. Dalam olahraga bola voli seorang atlet harus menguasai teknik-teknik dasar seperti, servis, passing, smash maupun blok (Putra et al., 2022). Kekompakan dalam sebuah tim dalam permainan bola voli juga sangat di perlukan demi mencapai tujuan/kemenangan dalam pertandingan. Olahraga bola voli ini banyak di gemari oleh masyarakat luas baik muda ataupun tua, perempuan ataupun laki-laki. Perkembangan olahraga di Indonesia ini dapat di katakan berkembang dengan baik, hal tersebut dapat di buktikan dari beberapa cabang olahraga yang di perhitungkan oleh negara lain baik tingkat Asia maupun internasional seperti olahraga bulutangkis, atletik, bola voli, dan masih banyak lagi (Nasution, 2015).

Prestasi dalam olahraga beregu semata-mata tidak hanya bergantung pada kebugaran fisik dan teknis saja, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh faktor psikologis dan kemampuan interaksi tim. Kepercayaan diri atlet juga menjadi salah satu modal mental fundamental yang menentukan performa dan pengambilan keputusan di lapangan, sementara itu kualitas komunikasi yang efektif adalah kunci keberhasilan untuk mencapai kerja sama tim. Tanpa dukungan mental yang kuat dan komunikasi yang lancar, potensi teknis tim akan sulit dimaksimalkan dalam situasi kompetitif yang penuh tekanan (Harimurti, 2018).

Dalam olahraga bola voli, keberhasilan sangat bergantung pada koordinasi dan reaksi yang cepat, yang mana menuntut komunikasi verbal (seruan) dan non-verbal (isyarat) yang akurat dan tegas. Kondisi ini menjadi semakin menantang, dimana dinamika psikologis dan interpersonal sering kali lebih kompleks dan sensitif terhadap tekanan pertandingan. Ketika tekanan meningkat, kemampuan atlet untuk berkomunikasi secara jelas dan tegas di lapangan akan teruji, dan disinilah peran kepercayaan diri menjadi sangat penting (Erdiyanti & Maulana, 2019).

Kualitas komunikasi saat bertanding merupakan faktor penting dalam menunjang efektivitas kerja sama tim dalam permainan bola voli. Dalam situasi pertandingan yang cepat dan penuh tekanan, atlet dituntut mampu menyampaikan instruksi secara jelas, baik melalui komunikasi verbal maupun nonverbal. Kualitas komunikasi yang baik ditandai dengan kejelasan pesan, ketepatan respons, kemampuan mendengarkan secara aktif, serta adanya umpan balik antar pemain. Sebaliknya, rendahnya kualitas komunikasi dapat menyebabkan miskomunikasi dan kesalahan koordinasi yang berdampak pada menurunnya performa tim. Idealnya komunikasi dalam pertandingan bola voli ditandai dengan penyampaian pesan yang jelas, tegas, dan tepat waktu, baik secara verbal maupun nonverbal. Atlet mampu memberikan instruksi singkat, menggunakan isyarat yang mudah dipahami, mendengarkan arahan dengan penuh perhatian, serta memberikan umpan balik yang positif kepada rekan satu tim. Kondisi ini mendukung terciptanya koordinasi yang efektif dan kerja sama yang harmonis di lapangan. Sebaliknya, komunikasi yang tidak ideal ditandai

dengan kurangnya kejelasan pesan, keraguan dalam berbicara, minimnya penggunaan isyarat, serta rendahnya respons terhadap instruksi. Hal tersebut dapat menimbulkan miskomunikasi, kesalahan posisi, dan menurunnya efektivitas permainan tim secara keseluruhan.

Syahrial et al., (2021) menyatakan bahwa tingkat kepercayaan diri atlet bola voli seringkali bervariasi atau berada di kategori sedang saat menjelang pertandingan. Sedangkan menurut Domínguez-González et al., (2024) atlet dengan tingkat kepercayaan diri yang rendah cenderung mengalami kecemasan bertanding yang lebih tinggi, sehingga kemampuan mengendalikan diri (self-control) mereka juga ikut menurun, dimana hal tersebut secara tidak langsung berdampak pada kejelasan dan ketegasan perilaku atlet, termasuk kemampuan untuk menyampaikan instruksi secara efektif di bawah tekanan.

Dari observasi yang sudah dilakukan peneliti pada tim bola voli putri Guntur 1000, ditemukan adanya indikasi kualitas komunikasi yang rendah, terutama pada situasi kritis pada saat pertandingan. Berdasarkan dari yang saya amati, masalah yang sering timbul yaitu, miskomunikasi antar pemain, keraguan dalam memberi isyarat (kode), serta kurangnya inisiatif pemain untuk bersuara dan memberi instruksi, sehingga pada pertandingan tersebut tim Guntur 1000 mengalami kekalahan. Permasalahan ini diduga kuat berasal dari ketidakstabilan dan rendahnya kepercayaan diri dari beberapa atlet saat menghadapi tekanan dalam pertandingan, yang menyebabkan mereka cenderung diam atau tidak berani mengambil resiko dalam berinteraksi di

lapangan. Fakta ini memperkuat dugaan bahwa masalah komunikasi pada tim bola voli Guntur 1000 berakar pada aspek mental, khususnya kepercayaan diri.

Meskipun hubungan antara aspek psikologis (kepercayaan diri) dengan performa tim telah banyak diteliti, masih terdapat kesenjangan penelitian yang signifikan. Berdasarkan dari penelitian terdahulu belum ada yang secara jelas, mendalam, dan kuantitatif mengukur hubungan langsung antara tingkat kepercayaan diri atlet putri dengan kualitas komunikasi spesifik yang terjadi saat atlet bertanding dalam konteks tim bola voli, masih minim. Kesenjangan ini perlu di isi untuk menjelaskan dengan lebih jelas dan rinci apa penyebab utama masalah dalam komunikasi tim.

Data yang akan di peroleh dari penelitian ini akan menjadi landasan ilmiah yang penting bagi pelatih, manajer, dan psikolog olahraga untuk merancang dan mengimplementasikan program mental dan komunikasi yang terarah dan berbasis bukti, guna meningkatkan kerja sama dan performa tim secara berkelanjutan.

Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengetahui secara nyata hubungan antara tingkat kepercayaan diri atlet terhadap kualitas komunikasi saat bertanding pada tim bola voli putri Guntur 1000.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, identifikasi masalah dalam penelitian ini, yaitu:

1. Masih rendahnya kualitas komunikasi antara pemain dalam tim bola voli putri Guntur 1000, terutama pada situasi pertandingan yang menegangkan.

2. Terjadi miskomunikasi antara pemain seperti ketidakjelasan isyarat, keterlambatan respon, dan kurangnya keberanian memberi instruksi di lapangan.
3. Beberapa atlet masih memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah, terutama saat menghadapi tekanan pertandingan.
4. Kurangnya inisiatif pemain dalam berkomunikasi dan mengambil keputusan cepat di lapangan diduga berakar pada aspek psikologis khususnya kepercayaan diri.
5. Belum adanya penelitian yang mendalam yang secara spesifik mengkaji hubungan antara tingkat kepercayaan diri atlet dengan kualitas komunikasi tim dalam konteks permainan bola voli.

C. Pembatasan Masalah

Agar permasalahan tidak meluas, maka dalam penelitian ini perlu adanya pembatasan masalah yang akan diteliti dengan tujuan agar hasil penelitian lebih terarah, maka peneliti akan memfokuskan penelitian pada masalah kepercayaan diri dan kualitas komunikasi, karena faktor tersebut sangat mempengaruhi atlet bola voli putri Guntur 1000 dalam bertanding.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan batasan masalah di atas berikut rumusan masalah:

Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri atlet dengan kualitas komunikasi saat bertanding pada tim bola voli putri Guntur 1000?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka berikut adalah tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini:

Untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri atlet dengan kualitas komunikasi saat bertanding pada tim bola voli putri Guntur 1000.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian yang ini adalah:

1. Bagi penulis untuk memenuhi syarat dalam mendapatkan gelar sarjana pada jurusan Pendidikan kepelatihan olahraga FIK UNP
2. Menambah pengetahuan bagi atlet sehingga diharapkan dapat dijadikan bahan untuk perkembangan dan kemajuan atlet.
3. Menjadi bahan perbaikan atau evaluasi bagi pelatih untuk timnya dan menjadi salah satu sarana bagi pelatih untuk lebih dekat dengan para atlet nya.
4. Menjadi salah satu referensi bagi mahasiswa departemen kepelatihan olahraga, agar penelitian selanjutnya dapat menyajikan hasil yang lebih baik.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan antara kepercayaan diri dengan kualitas komunikasi pada atlet bola voli putri Guntur 1000, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut.

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kepercayaan diri dengan kualitas komunikasi. Nilai koefisien korelasi yang sangat tinggi menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kepercayaan diri atlet, maka semakin baik pula kualitas komunikasi yang ditunjukkan dalam tim saat bertanding

Berdasarkan hasil koefisien determinasi, kepercayaan diri memberikan kontribusi yang sangat besar terhadap kualitas komunikasi atlet. Hal ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri merupakan faktor dominan yang mempengaruhi efektivitas komunikasi dalam tim, meskipun masih terdapat faktor lain di luar penelitian yang juga berpengaruh.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas komunikasi atlet, yang pada akhirnya mendukung performa dan kerja sama tim dalam permainan bola voli.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut.

1. Bagi Atlet

Atlet diharapkan dapat terus meningkatkan kepercayaan diri melalui latihan yang konsisten, pengalaman bertanding, serta penguatan mental. Dengan kepercayaan diri yang baik, atlet akan lebih berani dalam berkomunikasi dan mengambil keputusan di lapangan

2. Bagi Pelatih

Pelatih disarankan untuk tidak hanya fokus pada aspek teknik dan fisik, tetapi juga memberikan perhatian pada aspek psikologis atlet, khususnya dalam membangun kepercayaan diri. Pelatih dapat memberikan motivasi, dukungan, serta umpan balik positif guna meningkatkan kualitas komunikasi antar pemain.

3. Bagi Tim

Tim diharapkan dapat menciptakan lingkungan yang mendukung komunikasi terbuka dan kerja sama yang baik antar anggota tim. Kegiatan yang dapat mempererat hubungan antar pemain juga perlu dilakukan untuk meningkatkan kekompakan tim.

4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti faktor lain yang dapat mempengaruhi kualitas komunikasi, seperti kecemasan, pengalaman bertanding, kepemimpinan, dan kekompakan tim, serta menggunakan jumlah sampel yang lebih besar agar hasil penelitian lebih maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditomo, A. (2024). *Kementerian pendidikan, kebudayaan, riset, dan teknologi* (Issue 021).
- Aprilianti, Y., Suryawati, I., & History, A. (2025). Komunikasi Interpesonal Pelatih dan Atlet Arung Jeram Jakarta Pada PON XXI Aceh Sumatera Utara. *Jurnal Komunikasi Nusantara*, 7(1), 111–121.
- Bandura, A. (1978). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Advances in Behaviour Research and Therapy*, 1(4), 139–161. [https://doi.org/10.1016/0146-6402\(78\)90002-4](https://doi.org/10.1016/0146-6402(78)90002-4)
- Bryan, A., & Loisa, R. (2023). Komunikasi Antara Pelatih dengan Pemain dalam Membangun. *Komunikasi Antara Pelatih Dengan Pemain Dalam Membangun Prestasi Tim Olahraga*, 3(2), 275–281.
- Çakici, Y., & Arslangorur, A. (2024). Ejsse 1. *Eurasian Journal of Sport Sciences and Education*, 6(2). <https://doi.org/10.47778/ejsse.1513279>
- Domínguez-González, J. A., Reigal, R. E., Morales-Sánchez, V., & Hernández-Mendo, A. (2024). Analysis of the Sports Psychological Profile, Competitive Anxiety, Self-Confidence and Flow State in Young Football Players. *Sports*, 12(1). <https://doi.org/10.3390/sports12010020>
- Erdiyanti, Y. P., & Maulana, A. (2019). Hubungan Kecemasan dengan Performa Atlet Bola Voli pada Event Kejuaraan Antar Desa Di Desa Orimalang Kec. Jamblang Kab. Cirebon. *Prophetic : Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal*, 2(2), 269. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v2i2.5813>
- Fatah, M. S., & Farida, L. A. (2023). Indonesian Journal for Physical Education and Sport Komunikasi Olahraga Antara Pelatih dan Atlet terhadap Performa Atlet di Klub Dayung Sunan Kalijaga Kabupaten Demak. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 4, 477–483.
- Febriani, W., Marni, S., & Tatalia, R. G. (2024). Jurnal Bébasan Sociolinguistic Analysis of Verbal and Non-Verbal Language in Children with Physical Disabilities. *Jurnal Bébasan*, 11(01), 41–48.
- Firmansyah, R., Hunaifi, N., & Sugiyono. (2019). PERANCANGAN SISTEM INFORMASI LITERASI BERBASIS WEB. *JUST IT: Jurnal Sistem Informasi, Teknologi Informasi Dan Komputer*, 10(1), 52–61.
- Fitri, E., Zola, N., & Ifdil, I. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 4, 1–5.
- Fitri1, A., Sumantri, F., & Karamoy, E. (2022). Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan. *Pengaruh Roa, Roe Dan Per Terhadap Harga Saham Pada Bank Tabungan*

Pensiun Nasional Tbk 2015-2021, 8(8), 59–67.
<https://doi.org/10.5281/zenodo.6609612>

Hadi, S. (2017). *Membuat Kuesione*. September 2017.

Hamdani, R. A., & Sartono, H. (2021). Jurnal Kepelatihan Olahraga Tingkat Percaya Diri Atlet Cabang Olahraga Individual dan Beregu. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 13(March), 25–31.

Harimurti, R. S. (2018). Peningkatan keyakinan diri dan hasil belajar guling depan melalui latihan imagery. *Jurnal Keolahragaan*, 6(1), 87–99.
<https://doi.org/10.21831/jk.v6i1.10097>

Harjiyono, P. (2023). *Pengertian Skala Likert dan Kelebihan*. Anotherorion.Com. <https://anotherorion.com/pengertian-skala-likert-dan-kelebihannya/>

Hasibuan, A. S., Sari, A., Uin, H., Djamil, S. M., Bukittinggi, D., Sari, L., Sjech, U., Djamil, M., Suci, D. B., Uin, A., Febriananda, F., Syam, H., Gurun Aua, J., Putiah, K., Banuhampu, K., & Bukittinggi, K. (2025). Peran Keluarga dalam Menumbuhkan Kepercayaan Diri Anak. *Jurnal Sains Student Research*, 3(4), 239–249. <https://doi.org/10.61722/jssr.v3i4.5260>

Iba, Z., & Wardhana, A. (2023). *Metode Penelitian*.

Irawati, A. F., Ivan, M., & Aziz, M. (2025). *The Impact of Positive Feedback-Based Training on the Self-Confidence of Young Male and Female Athletes Flying Wheel Basketball Club*. 17(3), 2417–2425.

Islam, U., Raden, N., Indonesia, U. M., & Bandung, U. T. (2025). Universitas Islam Negeri Raden Fatah Universitas Methodist Indonesia 3 Universitas Terbuka Bandung. *Journal of Communication and Social Sciences*, 3(2), 99–108.

Jabbarov, A. (2024). History of the origin of volleyball sport. *Science and Innovation International Scientific Journal*, 3(10), 59–62.

Jariono, G., Nurhidayat, N., Sudarmanto, E., Nugroho, H., Maslikah, U., & Budiman, I. A. (2023). Basic Volleyball Technical Skills for Students: Validity and Reliability. *Physical Education Theory and Methodology*, 23(5), 747–753. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2023.5.13>

Jaya, I. M. L. M. (2025). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF DAN KUALITATIF: Teori, Penerapan, dan Riset Nyata*. QUADRANT.

Kenanto, C. E. L. (2023). *HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DAN KECEMASAN TERHADAP KEMAMPUAN TENDANGAN PENALTI PEMAIN SEPAKBOLA PUTRI MATARAM SLEMAN [Skripsi]*. UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA.

Krisnawati, E., Artanti, K. D., & Umar, N. H. (2024). Uji Validitas dan Reliabilitas

- Instrumen Penelitian Dukungan Suami terhadap Hambatan Penggunaan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang pada Multipara Akseptor Aktif di Surabaya Validity and Reliability Test of Research Instruments on Husbands ' Support on Barr. *Media Gizi Kesmas*, 13(2), 659–664.
- Lumba, A. J. F., Rajagukguk, C. P. M., Kristen, U., & Wacana, A. (2021). OLAHRAGA BEREGU. *Jurnal Muara Olahraga*, 4(1).
- Muñoz, A. R., Vega-díaz, M., & González-garcía, H. (2023). Team Cohesion Profiles: Influence on the Development of Mental Skills and Stress Management. *Journal of Sports Science and Medicine*, 637–644.
- Nasution, N. S. (2015). Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Percaya Diri Dengan Ketrampilan Open Spike Pada Pembelajaran Bola Voli. *Jurnal Pendidikan Unsika*, 3(2), 188–199.
- Oktavia, A. C., & Jannah, M. (2023). Hubungan Regulasi Emosi dengan Kepercayaan Diri pada Atlet Pelajar. *JSH: Journal of Sport and Health*, 4(2), 75–87.
- Pohan, D. D., & Fitria, U. S. (2021). Jenis jenis komunikasi. *Journal Educational Research and Social Studies*, 2, 29–37.
- Prajaka, H., & Purwadi, D. (2016). No Title. *Jurnal Kajian Pendidikan Teknik Bangunan*, 2(2), 234–240.
- Pujiati. (2025). *Statistik Deskriptif: Rumus, Perbedaan Hingga Contoh*. Perpustakaan Nasional Republik Indonesia (PNRI). <https://penerbitdeepublish.com/information/statistik-deskriptif/>
- Putra, Y. A., Setiawan, Y., Donie, & Pitriani. (2022). Running head: TRANSDISCIPLINARY RESEARCH IN SFD 1 Moving Beyond Disciplinary Silos: The Potential for Transdisciplinary Research in Sport for Development. *Jurnal Internasional Penelitian Lingkungan*, 2.
- Rizkun, M., Supriyadi, T., & Susilawati, D. (2025). No Title. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 8(April), 947–956.
- Septiady, E. (2024). *Panduan Lengkap: Cara Efektif Menyusun Instrumen Penelitian*. Tsurveyid. <https://tsurvey.id/portal/panduan-lengkap-cara-efektif-menyusun-instrumen-penelitian>
- Setiawan, C. K., & Yosepha, S. Y. (2020). JURNAL ILMIAH M-PROGRESS. *JURNAL ILMIAH M-PROGRESS*, 10(1), 1–9.
- Shaila Natha Mustopa Kosasih, Hadi, A., & Permadi, A. A. (2025). Journal of S.P.O.R.T. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 9(3), 471–485.
- Sholihah, I., & Pudjijuniarto. (2021). KOMUNIKASI INTERPERSONAL

PELATIH TERHADAP MOTIVASI BERPRESTASI ATLET Imroatus Sholihah. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9(1), 95–104.

Sianturi, R. (2025). TEST NORMALITY AS A CONDITION OF HYPOTHESIS TESTING. *JURNAL PEMBELAJARAN DAN MATEMATIKA SIGMA (JPMS)*, 11(1), 1–14.

Siroj, R. A., Islam, U., Raden, N., & Palembang, F. (2024). Correlational Research. *Journal Of Social Science Research*, 4(1), 5118–5128.

Siva, M. (2025). Volleyball Skills Techniques and the Impact on Motor Fitness. *Journal of Neonatal Surgery*, 14(3), 90–94. <https://doi.org/10.52783/jns.v14.1701>

Subhaktiyasa, P. G. (2024). Evaluasi Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Kuantitatif: Sebuah Studi Pustaka. *Journal of Education Research*, 5(4), 5599–5609.

Sullivan, P. J. (2004). Communication differences between male and female team sport athletes. *Journal of Sport Behavior*, 17(2).

Suriani, N., Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau. *Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 24–36.

Syahrial, A. M., Amir, N., Studi, P., Jasmani, P., & Aceh, B. (2021). 1, 1, 1. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi*, 7(November), 190–198.

Tutiasri, R. P. (2016). Komunikasi dalam komunikasi kelompok. *KOMUNIKASI DALAM KOMUNIKASI KELOMPOK*, 4, 81–90.

Verma, C., & Rathore, N. S. (2025). The Role Of Self-Confidence In Mental Health And Well-Being. *International Journal of Environmental Sciences*, 11(18), 1922–1931.

Wibowo, A. (2025). *Uji Validitas dan Reliabilitas: Pengertian, Langkah, dan Rumus*. Tsurvey.Id. <https://doi.org/11> Februari 2025

YİĞİT, Ş., & ŞAHİN, M. (2025). The Online Journal of Recreation and Sports. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 14(4).

Yuliawuri, H., Raudah, S., Pristina, N., Mardalena, M., & Kaisar, M. (2023). *METODOLOGI RISET KESEHATAN*.

Yusup, F., Studi, P., Biologi, T., Islam, U., & Antasari, N. (2018). Uji Validitas Dan Reliabilitas. *UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS INSTRUMEN PENELITIAN KUANTITATIF*, 7(1), 17–23.

Zhu, S., & Song, C. (2023). The role of team collaboration and communication in volleyball matches. *Region – Educational Research and Reviews*, 5(3), 168–

174. <https://doi.org/10.32629/rerr.v5i3.1337>

Zulkarnaini1*, Pratama2, B., Haholongan3, R., Alaudin4, Fakhri5, M. D., & Naufal. (2025). Tersedia : <https://journal.aspirasi.or.id/index.php/ASPIRASI>. *Penyuluhan Kerjasama Tim Sebagai Kunci Meraih Kemenangan Pada Tim Futsal SMK Hang Tuah 1 Jakarta*, 3(September), 232–240.