

ABSTRAK

Kesuksesan dalam bidang olah raga yang sangat kompetitif berkaitan erat dengan keahlian dan motivasi dari masing-masing atlet. Teknik penetapan tujuan (*goal setting*) dapat digunakan untuk mempengaruhi perkembangan dan mempertahankan keahlian dan motivasi atlet. Karakteristik pendekatan ini meliputi pemotivasian dan pengembangan keahlian atlet yang berbentuk program penetapan tujuan. Faktor kunci lainnya yang juga mempengaruhi keahlian dan motivasi atlet adalah keyakinan diri (*self-efficacy*). Keyakinan diri (*self-efficacy*) dalam dunia olah raga merefleksikan tingkat keahlian yang dimiliki, dan dapat digunakan untuk melihat perbedaan antara kinerja yang baik atau buruk dalam suatu pertandingan. Keyakinan diri (*self-efficacy*) yang tinggi akan mengarahkan seseorang untuk menetapkan tujuan yang tinggi, dan kemudian menciptakan motivasi yang tinggi. Apabila pencapaian tujuan meningkatkan kekuatan dan pentingnya keyakinan diri (*self-efficacy*), adanya tujuan atau standar memicu peningkatan usaha dan konsentrasi kekuatan. Karena pentingnya faktor keyakinan diri (*self-efficacy*) dan penetapan tujuan (*goal-setting*) dalam meningkatkan kinerja atlet, maka penelitian ini mengambil judul *Keyakinan Diri (Self-Efficacy), Penetapan Tujuan (Goal Setting) dan Kinerja Atlet Sepak Bola: Studi Kasus Pada Tim Persebaya Surabaya*.

Penelitian ini dilakukan pada atlet sepak bola Tim Persebaya Surabaya, yang meliputi pemain non-amatir dan U-21 berjumlah 51 orang. Tujuan penelitian ini adalah untuk menelaah pengaruh faktor keyakinan diri (*self-efficacy*) terhadap kinerja atlet, serta pengaruh tidak langsung penetapan tujuan (*goal-setting*) dalam mempengaruhi hubungan keyakinan diri (*self-efficacy*) terhadap kinerja atlet. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis *path*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keyakinan diri (*self-efficacy*) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kinerja atlet tim Persebaya Surabaya, dan penetapan tujuan (*goal setting*) memang terbukti mempengaruhi secara tidak langsung hubungan keyakinan diri (*self-efficacy*) terhadap kinerja atlet tim Persebaya Surabaya.

Keywords: Teori Kognitif Sosial, Self-Efficacy, Teori Penetapan Tujuan, *Goal-Setting*, Kinerja Atlet