

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN MOTIVASI BERPRESTASI PADA ATLET BOLA VOLI DI JAWA TENGAH

Wisnu Pradana¹, Emmanuel Satyo Yuwono²
wisnupradana616@gmail.com¹, emmanuel.yuwono@uksw.edu²
Universitas Kristen Satya Wacana

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan motivasi berprestasi pada atlet bola voli di Jawa Tengah. Dukungan sosial merupakan faktor eksternal yang dapat memberikan rasa nyaman secara emosional dan instrumental kepada individu, sementara motivasi berprestasi adalah dorongan internal untuk mencapai tujuan dan keberhasilan dalam bidang tertentu, khususnya olahraga. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan teknik pengambilan sampel purposive sampling. Sampel berjumlah 100 atlet bola voli aktif di wilayah Jawa Tengah. Alat ukur yang digunakan yaitu Skala Dukungan Sosial berbasis teori Sarafino (2006) dan Skala Motivasi Berprestasi mengacu pada Achievement Motivation Measure (Smith et al., 2020). Hasil analisis menggunakan korelasi Pearson menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan motivasi berprestasi ($r = 0,617$, $p < 0,001$). Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima atlet, maka semakin tinggi pula motivasi berprestasi yang dimiliki. Temuan ini memberikan implikasi bahwa dukungan dari keluarga, pelatih, dan rekan tim berperan penting dalam membangun semangat juang dan prestasi atlet, khususnya dalam konteks olahraga kompetitif di Jawa Tengah.

Kata Kunci : Dukungan Sosial, Motivasi Berprestasi, Atlet, Bola Voli.

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between social support and achievement motivation among volleyball athletes in Central Java. Social support is an external factor that provides individuals with emotional and instrumental comfort, while achievement motivation refers to the internal drive to reach goals and succeed in specific domains, particularly in sports. This research employed a quantitative correlational approach with purposive sampling techniques. The sample consisted of 100 active volleyball athletes from the Central Java region. The instruments used were the Social Support Scale based on Sarafino's theory (2006) and the Achievement Motivation Scale adapted from the Achievement Motivation Measure (Smith et al., 2020). Pearson correlation analysis revealed a significant positive relationship between social support and achievement motivation ($r = 0.617$, $p < 0.001$). These findings indicate that the higher the social support received by the athletes, the greater their achievement motivation. The results suggest that support from family, coaches, and teammates plays a crucial role in fostering the determination and performance of athletes, especially within the context of competitive sports in Central Java.

Keywords: Social Support, Achievement Motivation, Athletes, Volleyball.

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan serangkaian aktivitas yang melibatkan pergerakan tubuh untuk mencapai tujuan tertentu. Secara umum, olahraga dapat didefinisikan sebagai aktivitas fisik yang dilakukan oleh individu untuk melatih dan mengembangkan kemampuan tubuh. Olahraga dapat mencakup berbagai jenis gerakan, seperti berlari, berenang, bersepeda, bermain bola, atau aktivitas lainnya yang menuntut penggunaan otot-otot tubuh secara teratur. Tujuan utama dari olahraga adalah untuk menjaga kesehatan, meningkatkan kebugaran, serta mengembangkan keterampilan dan kemampuan fisik. Selain itu, olahraga juga dapat memberikan manfaat bagi kesehatan mental, seperti mengurangi stres, meningkatkan mood, dan membangun rasa percaya diri. Dengan demikian, olahraga menjadi aktivitas yang penting bagi kesejahteraan fisik dan mental individu.

Salah satu cabang olahraga yang ada di Indonesia adalah voli. Bola voli adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh dua grup berlawanan. Permainan ini dapat dimainkan oleh enam orang, namun jumlah pemain dalam setiap grup dapat disesuaikan sesuai kebutuhan (Lestari, 2020). Bola voli dapat dimainkan di berbagai jenis lapangan, seperti lantai buatan, rumput, pasir atau kayu. Selain itu, olahraga ini dapat dilakukan baik di dalam ruangan maupun di luar ruangan. Untuk bermain bola voli dengan baik, pemain perlu menguasai beberapa teknik dasar, seperti passing bawah, passing atas, smash, servis bawah, servis atas, serta blok (Jamil, dkk 2022). Penguasaan teknik-teknik tersebut sangat penting dalam permainan bola voli agar pemain dapat melakukan pergerakan dan menyerang lawan secara efektif.

Di Indonesia, olahraga bola voli telah menjadi salah satu cabang olahraga yang sangat populer. Berbagai kejuaraan bola voli, baik di tingkat nasional maupun regional, diselenggarakan secara rutin untuk menjaring atlet-atlet berbakat dan memberikan kesempatan bagi mereka untuk bersaing meraih prestasi. Tim nasional putra dan putri Indonesia telah beberapa kali berpartisipasi dalam Kejuaraan Bola Voli Asia. Prestasi terbaik diraih oleh tim putra pada tahun 1975 dengan meraih medali perak. Selain itu, Tim nasional putra juga berhasil meraih medali emas pada SEA Games 2019 di Filipina (Putra, 2024). Salah satu provinsi di Indonesia yang aktif menggelar kejuaraan bola voli adalah Jawa Tengah.

Di Jawa Tengah, banyak klub dan tim bola voli lokal yang aktif berpartisipasi dalam kompetisi-kompetisi yang digelar di tingkat provinsi maupun nasional. Prestasi cabang olahraga bola voli Jateng juga cukup membanggakan. Pada ajang PON XXI yang diselenggarakan di Aceh-Sumatera Utara pada tahun 2024, tim voli pantai putri dari Jawa Tengah sukses meraih medali emas, sementara tim bola voli putra berhasil membawa pulang medali perak (Jatengprov.go.id, 2025). Keberadaan atlet-atlet bola voli yang berprestasi menjadi sangat penting, tidak hanya bagi daerah asal mereka, tetapi juga bagi perkembangan olahraga bola voli secara keseluruhan. Prestasi yang diraih oleh atlet-atlet voli tidak hanya memberikan kepuasan pribadi, tetapi juga dapat membuka peluang karir yang lebih baik di bidang olahraga. Oleh karena itu, motivasi berprestasi menjadi faktor kunci yang harus dimiliki oleh setiap atlet voli.

Data menunjukkan bahwa atlet-atlet yang memiliki motivasi berprestasi yang tinggi cenderung lebih konsisten dalam berlatih, lebih tangguh dalam menghadapi tantangan, dan lebih mampu mencapai hasil yang optimal dalam setiap pertandingan. Motivasi berprestasi yang kuat dapat mendorong atlet untuk terus meningkatkan kemampuan dan keterampilannya, sehingga dapat berkontribusi secara maksimal dalam membawa kebanggaan bagi daerah asal dan Indonesia secara keseluruhan. Hal ini ditunjukkan berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan pada 10 atlet bola voli di Jawa Tengah yang menyatakan pentingnya motivasi untuk menang dalam sebuah pertandingan bola voli. Selain itu hasil wawancara awal menunjukkan motivasi berprestasi mendorong disiplin dalam latihan, mengurangi kecenderungan untuk menyerah, serta meningkatkan komitmen jangka panjang terhadap olahraga.

Motivasi berprestasi mendorong atlet untuk terus berlatih dengan disiplin dan berusaha meningkatkan kemampuannya. Atlet yang memiliki motivasi tinggi lebih bersemangat dalam menghadapi tantangan, berlatih dengan fokus, dan tidak mudah menyerah saat mengalami kegagalan (Rohendi, dkk, 2021). Dampak lain motivasi berprestasi pada atlet voli adalah adanya kepastian dalam kelangsungan kegiatan dan menentukan arah dan jumlah upaya untuk mencapai tujuan yang ditetapkan (Agustin, dkk, 2019). Sedangkan menurut McClelland dalam Damanik (2020), individu dengan motivasi berprestasi tinggi memiliki beberapa karakteristik utama. Mereka terdorong untuk bersaing,

baik dengan diri sendiri maupun orang lain, dalam mencapai prestasi. Selain itu, mereka memiliki pola pikir yang visioner namun tetap realistis, serta mampu mengenali kelebihan dan kelemahan diri mereka. Orang dengan motivasi berprestasi tinggi juga menunjukkan rasa tanggung jawab yang besar, bersikap kreatif, serta berpikir strategis untuk jangka panjang. Mereka selalu mencari umpan balik sebagai sarana untuk terus berkembang dan meningkatkan kualitas diri.

Motivasi berprestasi seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah dukungan sosial. Dukungan sosial, terutama dari keluarga dan teman, memainkan peran penting dalam meningkatkan motivasi individu untuk mencapai prestasi. Hal ini sesuai dengan apa yang diungkapkan Renjana (2021) bahwa motivasi berprestasi dipengaruhi oleh dua aspek utama, yaitu faktor individual dan faktor situasional. Faktor individual mencakup aspek internal dalam diri seseorang, seperti tujuan yang ingin dicapai, cita-cita, harapan, ketakutan akan kesuksesan, harga diri yang tinggi, serta potensi dasar yang dimiliki. Sementara itu, faktor situasional berasal dari lingkungan eksternal yang mempengaruhi individu, termasuk dukungan dari orang tua, guru, dan teman sebaya. Dalam hal ini dukungan sosial menjadi hal penting untuk mendukung motivasi berprestasi dalam pertandingan bola voli. Menurut Baron & Byrne, (2005) dukungan sosial merupakan rasa nyaman, baik secara fisik maupun psikologis, yang diberikan oleh orang lain. Individu dapat menerima dukungan sosial dari berbagai pihak, baik secara sadar maupun tidak disadari oleh pemberi dukungan. Sumber dukungan sosial dapat berasal dari orang-orang terdekat, seperti teman, pasangan, serta keluarga atau orangtua. Secara khusus, dukungan sosial dari orangtua merujuk pada kenyamanan fisik dan psikologis yang diberikan oleh orangtua kepada anak.

Arum (2022) melakukan penelitian terkait dukungan sosial dan motivasi berprestasi pada atlet bulutangkis mahasiswa Universitas Semarang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan motivasi berprestasi pada atlet. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan, maka semakin tinggi motivasi berprestasi yang dimiliki oleh individu. Sejalan dengan penelitian tersebut, Toding, dkk (2015) juga memperoleh hasil yakni adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan motivasi berprestasi bagi mahasiswa. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Smith dan Jones (2015) menunjukkan bahwa atlet yang mendapat dukungan emosional dari pelatih dan keluarga memiliki motivasi berprestasi yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak mendapatkan dukungan tersebut. Sebaliknya, hasil penelitian Fitrotin (2017) menyimpulkan bahwa motivasi berprestasi memiliki pengaruh yang lebih kuat terhadap kejenuhan belajar dibandingkan dukungan sosial orangtua. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara dukungan sosial dan motivasi berprestasi tidak selalu bersifat positif. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi peran dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi khususnya bagi atlet bola voli di Jawa Tengah.

Penelitian ini memiliki signifikansi tinggi dalam pengembangan olahraga, khususnya bola voli di Jawa Tengah, dengan menyoroti pentingnya motivasi berprestasi sebagai faktor kunci yang mendorong atlet untuk berlatih disiplin, menghadapi tantangan, dan mencapai hasil optimal. Dukungan sosial dari keluarga, teman, dan pelatih merupakan elemen penting yang dapat meningkatkan motivasi berprestasi atlet, dan penelitian ini berupaya mengeksplorasi lebih dalam mengenai kontribusi dukungan sosial dalam konteks olahraga. Meskipun ada penelitian yang menunjukkan hubungan positif antara dukungan sosial dan motivasi berprestasi, terdapat juga studi dengan hasil berbeda, sehingga penelitian ini bertujuan menjembatani gap tersebut untuk memberikan wawasan komprehensif. Dengan meningkatkan pemahaman tentang hubungan ini, penelitian ini dapat memberikan rekomendasi praktis bagi pelatih dan pengurus olahraga dalam menciptakan program

dukungan yang lebih efektif, yang diharapkan menghasilkan atlet kompetitif di tingkat lokal, nasional, dan internasional. Selain itu, penelitian ini berpotensi berkontribusi pada pengembangan kebijakan olahraga yang inklusif dan berkelanjutan, fokus pada kesejahteraan fisik dan mental atlet, sehingga relevan tidak hanya bagi atlet tetapi juga bagi masyarakat dan perkembangan olahraga di Indonesia secara keseluruhan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif dengan analisis deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif bertujuan untuk menggambarkan atau mendeskripsikan peristiwa yang terjadi saat ini. Metode deskriptif ini dipilih karena penelitian ini berfokus pada pengungkapan masalah-masalah yang relevan di masa kini. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen penelitian, dan analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancah Penelitian dan Pengumpulan Data Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada atlet bola voli yang berdomisili di wilayah Jawa Tengah. Partisipan dalam penelitian ini merupakan atlet yang masih aktif berkompetisi, tanpa pembatasan usia, serta berasal dari berbagai tim bola voli di Jawa Tengah. Pengumpulan data dilakukan dalam rentang waktu satu bulan, yaitu sejak tanggal 10 Maret 2025 hingga 10 April 2025, dengan menggunakan kuesioner daring yang disebarluaskan melalui Google Form. Selama proses pengumpulan data, peneliti menghadapi kendala berupa partisipan yang kerap lupa untuk mengisi kuesioner. Untuk mengatasi hal tersebut, peneliti secara aktif memberikan pengingat kepada partisipan agar segera mengisi kuesioner yang telah disediakan.

B. Partisipan Penelitian

Berdasarkan hasil penyebaran skala, diperoleh total dari partisipan penelitian yang berjumlah 103 atlet bola voli di Jawa Tengah dengan rentang usia 12 hingga 36 tahun.

Tabel 1. Data Demografi Partisipan

Kategori	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin		
Perempuan	30	29,23%
Laki-Laki	73	70,77%
Usia		
12 tahun	2	1,94%
13 tahun	1	0,97%
15 tahun	1	0,97%
17 – 28 tahun	93	90,29%
30 tahun	1	0,97%
32 tahun	1	0,97%
35 – 36 tahun	4	3,88%

C. Hasil Penelitian

1. Hasil Statistik Deskriptif

Berdasarkan perolehan data, terdapat tiga kategori motivasi berprestasi yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Hasil kategorisasi pada skala motivasi berprestasi pada tabel, responden menunjukkan bahwa 15 atlet voli (14,6%) memiliki tingkat motivasi berprestasi yang rendah, sebanyak 79 atlet voli (76,7%) memiliki tingkat motivasi berprestasi yang sedang, dan 9 atlet voli (8,7%) memiliki motivasi berprestasi yang tinggi.

Tabel 2. Kategorisasi Skala Motivasi Berprestasi

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$X < 53$	Rendah	15	14,6%
2.	$53 \leq X < 63$	Sedang	79	76,7%
3.	$63 \leq X$	Tinggi	9	8,7%
Jumlah			103	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi skala dukungan sosial pada tabel di bawah ini, menunjukkan bahwa 14 atlet voli (13,6%) memiliki tingkat dukungan sosial yang rendah, sebanyak 78 atlet voli (75,7%) memiliki tingkat dukungan sosial yang sedang, dan 11 atlet voli (10,7%) memiliki dukungan sosial yang tinggi.

Tabel 3. Kategorisasi Skala Dukungan Sosial

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$X < 103$	Rendah	14	13,6%
2.	$103 \leq X < 118$	Sedang	78	75,7%
3.	$118 \leq X$	Tinggi	11	10,7%
Jumlah			103	100%

2. Hasil Uji Asumsi

a) Uji Normalitas

Berdasarkan hasil dari uji normalitas tersebut menunjukkan bahwa nilai K-S-Z sebesar 0,123 dan nilai signifikansi sebesar 0,118. Artinya kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data residual berdistribusi normal dan memenuhi asumsi normalitas.

**Tabel 4. Hasil Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		103	
Normal Parameters ^a	Mean		,0000000
	Std. Deviation		3,81349435
Most Extreme Differences	Absolute		,079
	Positive		,066
	Negative		-,079
Kolmogorov-Smirnov Z			0,118
Asymp. Sig. (2-tailed)			0,123

b) Uji Linieritas

Berdasarkan hasil uji linieritas, diperoleh nilai *deviation from linearity* dengan F sebesar 1,497 dan nilai P sebesar 0.097 ($p > 0.05$). Maka dapat dikatakan bahwa kedua skala memiliki sifat yang linier dan tidak adanya penyimpangan dari garis lurus.

**Tabel 5. Hasil Uji Linieritas
ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Motivasi Berprestasi *Dukungan Sosial	Between Groups	(Combined)	1365.421	24	56.893	4.312	<.001
		Linearity Deviation from	911.165	1	911.165	69.061	<.001
	Within Groups		454.256	23	19.750	1.497	.097
Total			1029.103	78	13.194		
			2394.524	102			

3. Hasil Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0.617 dengan nilai signifikan (p) sebesar 0.001. Nilai korelasi sebesar 0.617 menunjukkan bahwa hubungan antara dukungan sosial dan motivasi berprestasi berada dalam kategori kuat dan positif. Nilai p 0.001 ($p < 0.05$) artinya hipotesis penelitian diterima, terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dan motivasi berprestasi pada atlet voli di Jawa Tengah. Hasil analisis hipotesis dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 6. Hasil Uji Hipotesis
Correlations

		Dukungan Sosial	Motivasi Berprestasi
Dukungan Sosial	Pearson Correlation	1	.617**
	Sig. (2-tailed)		<.001
	N	103	103
Motivasi Berprestasi	Pearson Correlation	.617**	1
	Sig. (2-tailed)	<.001	
	N	103	103

D. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dan motivasi berprestasi pada atlet bola voli di Jawa Tengah dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0.617$ ($p < 0.001$). Secara teoritis, temuan ini mendukung teori McClelland (dalam Damanik, 2020) yang menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor eksternal yang mampu mendorong individu untuk berprestasi. Hal ini juga diperkuat oleh Baron dan Byrne (2005), yang menyatakan bahwa dukungan sosial memberikan kenyamanan psikologis yang mempengaruhi motivasi. Secara empiris, hasil ini konsisten dengan penelitian Arum (2022) dan Toding, dkk (2015) yang juga menemukan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan positif terhadap motivasi berprestasi. Temuan ini mempertegas bahwa atlet yang merasa mendapat dukungan dari lingkungan sekitarnya terutama keluarga dan pelatih akan memiliki dorongan yang lebih kuat untuk mencapai target dan menunjukkan performa maksimal. Kemudian, secara non-empiris, penalaran dapat dikembangkan melalui pemahaman konteks sosial budaya Jawa Tengah, yang menekankan nilai kekeluargaan dan solidaritas sosial tinggi. Lingkungan yang saling mendukung akan mendorong semangat kolektif, yang kemudian berpengaruh terhadap motivasi individu untuk berprestasi, termasuk dalam bidang olahraga.

Data deskriptif menunjukkan bahwa sebagian besar atlet memiliki motivasi berprestasi pada kategori sedang. Demikian pula, untuk dukungan sosial, sebagian besar atlet berada pada kategori sedang. Distribusi ini mengindikasikan bahwa mayoritas atlet telah memiliki dukungan sosial dan motivasi berprestasi pada tingkat cukup, namun masih ada ruang untuk peningkatan ke tingkat yang lebih optimal. Hal ini menjadi masukan penting untuk program pembinaan atlet, di mana dukungan dari lingkungan sekitar dapat lebih dimaksimalkan agar berdampak lebih kuat pada peningkatan motivasi atlet.

Secara teoretik, temuan ini mendukung pandangan McClelland bahwa motivasi berprestasi dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti dukungan sosial (Susanto, 2018). Dukungan sosial dapat memberikan validasi emosional, meningkatkan rasa aman, dan memperkuat efikasi diri, yang semuanya berkontribusi pada motivasi individu untuk mencapai prestasi (Sarafino, 2006). Secara empirik, hasil ini selaras dengan penelitian Arum (2022) dan Toding dkk. (2015) yang menunjukkan bahwa atlet yang merasa mendapatkan dukungan sosial yang tinggi dari keluarga dan pelatih menunjukkan motivasi berprestasi yang lebih kuat. Bahkan dalam penelitian Smith & Jones (2015), dukungan emosional dari lingkungan sekitar terbukti sebagai prediktor penting dalam pencapaian atletik.

Dalam konteks budaya Jawa Tengah, yang dikenal dengan nilai kekeluargaan dan gotong royong yang tinggi, dukungan sosial memiliki makna yang lebih dalam daripada sekadar bantuan teknis. Atlet yang berasal dari komunitas yang menjunjung tinggi solidaritas dan kebersamaan cenderung menginternalisasi harapan sosial tersebut menjadi dorongan pribadi untuk berprestasi (Weiss & Smith, 2002). Dengan kompetisi yang tinggi di Jawa Tengah, termasuk prestasi di ajang PON XXI, atlet membutuhkan kekuatan psikologis untuk menjaga komitmen jangka panjang. Sebagaimana dijelaskan oleh Sarafino (2006). Dukungan sosial di sini tidak hanya bersifat emosional, tetapi juga informasional (saran dari pelatih), instrumental (fasilitas latihan), dan kebersamaan (dukungan tim).

Penelitian dilakukan pada atlet bola voli aktif di Jawa Tengah, wilayah yang dikenal memiliki banyak klub voli potensial dan sejarah prestasi baik di tingkat nasional (seperti medali emas PON XXI). Dalam konteks ini, kompetisi yang tinggi dan ekspektasi masyarakat turut mendorong pentingnya dukungan sosial sebagai sumber kekuatan psikologis. Dinamika ini memunculkan kebutuhan akan dukungan emosional, informasi, dan kebersamaan dari orang tua, pelatih, dan rekan tim untuk menjaga motivasi tetap tinggi. Hasil ini juga mengindikasikan bahwa motivasi atlet bukan semata-mata hasil usaha individu, tetapi sangat dipengaruhi oleh ekosistem sosial di sekitarnya.

Temuan dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya (Arum, 2022; Toding, dkk, 2015; Smith & Jones, 2015) yang menekankan pentingnya dukungan emosional dalam membangun motivasi. Namun penelitian seperti Fitrotin (2017) menyebutkan bahwa dukungan sosial tidak selalu berdampak positif dalam hal ini, penelitian ini memperkuat bahwa dalam konteks atlet bola voli yang kompetitif dan terstruktur, dukungan sosial justru berperan signifikan. Hal ini mungkin menunjukkan bahwa jenis kegiatan (seperti olahraga) dan bentuk dukungan (emosional, instrumental, informasional, kebersamaan) sangat menentukan kekuatan hubungan antara variabel. Namun, metode pengumpulan data yang hanya dilakukan secara daring (Google Form) dapat mengurangi akurasi data karena tidak ada pengawasan langsung saat pengisian skala. Selain itu, rentang usia atlet sangat bervariasi (12 - 36 tahun) sehingga penting untuk penelitian sebelumnya mempertimbangkan analisis lebih dalam berdasarkan kelompok usia atau tingkat pengalaman yang mempengaruhi motivasi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dalam penelitian ini, dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

- 1) Terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan motivasi berprestasi pada atlet bola voli di Jawa Tengah. Hal ini dibuktikan dengan nilai korelasi sebesar 0,617 dan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh atlet, maka semakin tinggi pula motivasi berprestasi yang dimiliki.
- 2) Sebagian besar atlet bola voli di Jawa Tengah memiliki tingkat dukungan sosial dan motivasi berprestasi pada kategori sedang. Ini mengindikasikan bahwa walaupun dukungan sosial belum pada tingkat maksimal, namun sudah cukup berperan dalam membangun semangat dan dorongan berprestasi para atlet.
- 3) Hasil penelitian ini memperkuat teori dan temuan sebelumnya yang menyatakan bahwa dukungan sosial dari lingkungan sekitar, seperti keluarga, pelatih, dan rekan, merupakan salah satu faktor penting dalam meningkatkan motivasi berprestasi, khususnya dalam konteks olahraga kompetitif.
- 4) Dukungan sosial berperan sebagai sumber kekuatan psikologis yang membantu atlet untuk tetap berkomitmen dalam latihan, menghadapi tekanan kompetisi, serta

menetapkan tujuan-tujuan prestasi yang lebih tinggi.

Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

- 1) Bagi atlet dan pelatih
Penting untuk terus membangun dan mempertahankan hubungan sosial yang positif, baik di dalam maupun di luar lapangan, karena dukungan sosial terbukti mampu meningkatkan motivasi untuk meraih prestasi.
- 2) Bagi keluarga dan lingkungan sosial atlet
Keterlibatan aktif dalam memberi dukungan sosial berupa semangat, perhatian, dan bantuan dapat memberikan dampak yang besar terhadap semangat juang atlet dalam mencapai prestasi terbaiknya.
- 3) Bagi instansi terkait
Disarankan untuk mengadakan program penguatan dukungan sosial, seperti kegiatan pembinaan mental, mentoring, atau pelatihan komunikasi positif antara atlet dan pihak-pihak pendukungnya.
- 4) Untuk peneliti selanjutnya
Disarankan agar memperluas cakupan populasi ke atlet dari cabang olahraga lain atau wilayah yang lebih luas, serta mempertimbangkan usia dan jenis kelamin untuk mendapatkan pemahaman yang lebih menyeluruh terkait faktor-faktor yang memengaruhi motivasi berprestasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, D., Rusdiyanto, R. M., & Priyono, A. (2019). Studi terhadap motivasi berprestasi tim bola voli putri kota Cirebon pada porda tahun 2018. *Research Physical Education and Sport*, 1(2), 60-67. [10.31949/jr.v1i2.1471](https://doi.org/10.31949/jr.v1i2.1471)
- Arum, P. S. (2022). Hubungan Dukungan Sosial dengan Motivasi Berprestasi Atlet Bulutangkis Universitas Semarang [master thesis]. Universitas Semarang.
- Baron, R.A., & Byrne, D. (2005). Psikologi sosial. Jakarta: Erlangga.
- Clarasati, E. L., & Jatmika, D. (2017). Pengaruh Kecemasan Berolahraga terhadap Motivasi Berprestasi Atlet Bulutangkis Remaja di Klub J Jakarta. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 1(2), 121-132. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i2.421>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Fitrotin, K. (2017). Hubungan Antara Motivasi Berprestasi dan Dukungan Sosial Orang Tua dengan Kejenuhan Belajar Siswa [master thesis]. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Hidayah, S. (2016). Dukungan sosial dan kebahagiaan pada lansia yang tinggal di uptd panti sosial tresna werdha nirwana puri samarinda. *PSIKOBORNEO: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(3), 544–552. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v4i3.4091>
- Irwan. (2017). Etika Dan Perilaku Kesehatan. Yogyakarta: Cv.Absolute Media.
- Jatengprov.go.id. (03 Januari 2025). Proliga 2025 Dibuka di Semarang, Nana Sudjana : Beri Motivasi Atlet Jawa Tengah [press release]. <https://jatengprov.go.id/publik/proliga-2025-dibuka-di-semarang-nana-sudjana-beri-motivasi-atlet-jawa-tengah/>
- Jamil, Y., Nugraheni, B., & Bachtiar. (2022). Keterampilan teknik dasar bermain bola voli pada siswa peserta ekstrakurikuler bola voli. *Jurnal Educatio*, 8(4), 1309-1317. <https://doi.org/10.31949/educatio.v8i4.3494>
- Lestari, F. W. (2020). Mengimplementasi Model Pembelajaran Cooperative Learning Tipe Stad Untuk Meningkatkan Hasil Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli SMP Negeri 21 Pekanbaru [Doctoral dissertation]. Universitas Islam Riau.
- Putra, D. (2024). Bola Voli di Indonesia: Sejarah, Prestasi, dan Masa Depan. Radio Republik Indonesia.
- <https://rri.co.id/features/691385/bola-voli-di-indonesia-sejarah-prestasi-dan-masa-depan> Rohendi, A., Budiman, A., & Cipta, M. G. (2021). Hubungan antara kecemasan dan motivasi

- dengan prestasi atlet bola voli di masa pandemi covid-19. *Journal of Physical and Outdoor Education*, 3(1), 34-41. <https://doi.org/10.37742/jpoe.v3i1.108>
- Renjana, D., & Kustanti, E. R. (2021). Hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan motivasi berprestasi siswa di pondok pesantren Assalafi Al Fithrah Semarang. *Jurnal Empati*, 10 (2), 131-136. <https://doi.org/10.14710/empati.2021.31005>
- Toding, W.R.B., David, L., & Pali, C. (2015). Hubungan dukungan sosial dengan motivasi berprestasi pada mahasiswa angkatan 2013 fakultas kedokteran universitas sam ratulangi. *Jurnal e-Biomedik (eBM)*, 3(1). <https://doi.org/10.35790/ebm.v3i1.6619>
- Sarafino, E.P. (2006). *Health psychology : Biopsychosocial Interactions*. Fifth edition. USA: John Wiley & Sons
- Singh, N., & Jain, N. (2017). Effects of infographic designing on image processing ability and achievement motivation of dyscalculic students. Paper Presented at the Proceedings of the International Conference for Young Researchers in Informatics, Mathematics and Engineering. Kaunas, Lithuania. <https://ceur-ws.org/Vol-1852/p08.pdf>
- Singh, A., & Jain, P. (2017). Achievement motivation and academic stress among adolescents. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 8(4), 376-378.
- Sitanggang, N.G., Mayangsari, M. & Zwagery, R. 2018. Hubungan Antara Penetapan Tujuan Dengan Motivasi Berprestasi Pada Siswa SMK Negeri 1 Martapura. *Jurnal Kognisia*, 1(1), 17–22. <https://doi.org/10.20527/jk.v1i1.1381>
- Smith, J., & Jones, A. (2015). The Impact of Social Support on Athletic Performance. *Journal of Sports Psychology*.
- Smith, R. L., Karaman, M. A., Balkin, R. S., & Talwar, S. (2020). Psychometric properties and factor analyses of the achievement motivation measure. *British Journal of Guidance & Counselling*, 48(3), 418-429. <https://doi.org/DOI:10.1080/03069885.2019.1620>
- Susanto, A. (2018). *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. Jakarta: Prenada Media Group
- Toding, R. S., dkk. (2015). Pengaruh dukungan sosial terhadap prestasi atlet muda. *Jurnal Ilmiah Keolahragaan*, 2(1), 15–23.
- Weiss, M. R., & Smith, A. L. (2002). Friendship quality in youth sport: Relationship to age, gender, and motivation variables. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 24(4), 420–437.