

## Hubungan antara Tingkat Kepercayaan Diri dengan Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani

Gumilar Mulya<sup>1\*</sup>, Resty Agustriani<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi, Jalan Siliwangi No. 24 Tasikmalaya

\* Corresponding author. Email [gumilarmulya@unsil.ac.id](mailto:gumilarmulya@unsil.ac.id)

**Abstrak :** Penelitian ini bertujuan untuk menguji tingkat hubungan kepercayaan diri dengan prestasi belajar pendidikan jasmani di Sekolah Dasar se Kecamatan Tawang, Kota Tasikmalaya. Metode penelitian menggunakan deskriptif-korelasional. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas VI yang dipilih mewakili beberapa sekolah yang ada di Kecamatan Tawang sebanyak 60 orang siswa dengan cara teknik purposive sampling. Instrument yang digunakan adalah berupa angket kepercayaan diri. Prosedur pengolahan data untuk memperoleh jawaban mengenai diterima tidaknya hipotesis sesuai dengan signifikansi yang diajukan adalah: (1) mencari rata-rata, (2) mencari simpangan baku, (3) menguji normalitas melalui uji Lilliefors (4) menguji korelasi dua variabel. Berdasarkan hasil penelitian dan perhitungan statistik terhadap uji hipotesis hubungan tingkat kepercayaan diri dengan prestasi belajar pendidikan jasmani, maka penulis dapat menyimpulkan sebagai berikut; terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan prestasi belajar siswa kelas VI di Kecamatan Tawang, Kota Tasikmalaya. Karena nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05, dan nilai  $Y_{xy} (0,90) > (0,250) r_{tabel (0,05)(60)}$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan prestasi belajar (signifikan).

**Kata kunci:** kepercayaan diri; prestasi belajar; pendidikan jasmani

**Abstract :** This study aims to examine the level of confidence relationship with physical education learning achievement in elementary schools in the Tawang sub-district, Tasikmalaya City. The research method uses descriptive-correlational. The sample in this study is the sixth-grade students selected representing several schools in the District of Tawang as many as 60 students employing a purposive sampling technique. The instrument used was a confidential questionnaire. Data processing procedures to obtain answers about whether or not the hypothesis is accepted following the proposed significance are: (1) looking for averages, (2) looking for standard deviations, (3) testing normality through the Lilliefors test (4) testing the correlation of two variables. Based on the results of research and statistical calculations on hypothesis testing the relationship of the level of confidence with physical education learning achievement, the authors can conclude as follows; there is a significant relationship between self-confidence and student achievement in class VI in Tawang District, Tasikmalaya City. Because the significance value obtained is greater than 0.05, and the value of  $Y_{xy} (0.90) > (0.250) r_{table (0.05) (60)}$  then  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted, so there is a significant relationship between self-confidence and achievement learning (significant).

**Keywords:** self-confidence; learning achievement; physical education

## PENDAHULUAN

Menjalani kehidupan sehari-hari manusia akan melakukan berbagai macam kegiatan guna memenuhi kebutuhan hidupnya, untuk melakukan kegiatan tersebut maka tubuh haruslah bugar. Untuk memperoleh tubuh yang bugar salah satu cara yang bisa dilakukan di sekolah adalah dengan pendidikan jasmani. Hal ini diungkapkan (Husdarta & Riduwan, 2010) bahwa, Melalui pendidikan jasmani, diharapkan dalam waktu jangka pendek agar para siswa memiliki kebugaran jasmani.

Melalui aktivitas berolahraga tubuh kita akan semakin sehat dan bugar. Peran pendidikan jasmani sangat diperlukan untuk menanamkan arti dan pentingnya berolahraga sejak dini di lingkungan pendidikan, sehingga mereka akan tetap berolahraga meskipun banyak kesibukan lain yang harus mereka lakukan. Pendidikan jasmani merupakan suatu upaya untuk mewujudkan bentuk manusia yang memiliki pengetahuan, keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani (Winarno, 2006). Melalui pendidikan jasmani proses interaksi yang sistematis antara anak didik dan guru serta lingkungan yang dikelola melalui pengembangan jasmani secara efektif dan efisien menuju pembentukan manusia seutuhnya. (Block, 2016) menjelaskan bahwa, dalam menempuh pendidikan jasmani tidak akan terlepas dari proses interaksi dengan orang lain di sekitar

lingkungan pendidikan, sehingga akan timbul berbagai permasalahan dari interaksi tersebut. Permasalahan yang dilatarbelakangi oleh interaksi dengan orang lain diantaranya adalah naik turunnya tingkat kepercayaan diri seseorang. Menurut (Machida, Marie Ward, & Vealey, 2012) Rasa percaya diri secara sederhana merupakan rasa percaya terhadap kemampuan atau kesanggupan diri untuk mencapai prestasi tertentu. Beberapa ahli menilai, kepercayaan diri merupakan faktor penting yang menimbulkan perbedaan besar antara sukses dan gagal, hal ini sesuai dengan pendapat (Rothman, Maldonado, & Rothman, 2008) bahwa, *self-confidence is considered important to support career success*. Kebanyakan orang menilai bahwa kesuksesan adalah milik orang-orang yang ber-IQ tinggi, lulusan sekolah terbaik dan memilih spesialisasi yang paling terkenal. Di luar kemampuan itu kita tidak menyadari bahwa ada faktor lain yang tidak kalah utamanya dalam memprediksi kesuksesan seseorang, yakni antusiasme, hasrat, ketekunan, kerja keras dan kebulatan tekad. Pada saat seperti inilah, rasa percaya diri sangat penting untuk ditumbuhkan.

Pembelajaran yang memiliki hambatan bersosialisasi akan mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungannya dan pada akhirnya mengalami hambatan belajar (Muilenburg & Berge,

2005). Sehingga apabila siswa tidak memiliki rasa percaya diri yang baik maka dapat dimungkinkan siswa tersebut akan mengalami gagal belajar dan hal ini dapat menghambat pencapaian tujuan pendidikan.

Kegagalan dalam belajar sangat mempengaruhi kepribadian siswa yang terbentuk karena tidak dapat mencapai apa yang diharapkan, (Dweck, 2000) menjelaskan untuk mencapai tujuan yang diinginkan seseorang harus memiliki rasa percaya diri. Menurut (Lengkana, Tangkudung, & Asmawi, 2018), orang percaya diri cenderung lebih mudah untuk mencapai apa yang diinginkan atau tujuan yang diinginkan. Membangun percaya diri tidak dapat dilakukan dengan instan, harus melalui proses yang panjang. Dimulai dari siswa harus memahami dan mengerto betul orientasi dirinya ketika mereka memutuskan untuk belajar. Siswa harus memiliki orientasi pada tujuan yang jelas (Hakim, 2005), karena dengan menetapkan suatu tujuan yang jelas, setiap orang akan dapat menentukan arah dan juga tahap-tahap belajar yang harus dilalui dalam mencapai tujuan belajar tersebut. Selain itu, dengan adanya tujuan yang jelas, keberhasilan belajarpun dapat dilihat dari sejauh mana ia mampu mencapai tujuan belajar itu. Tentunya melaluinya dengan penuh percaya diri.

Memiliki rasa percaya diri yang tinggi juga merupakan hal yang sangat

bermanfaat bagi perkembangan kepribadian individu (khususnya remaja). Adanya rasa percaya diri yang tinggi akan membuat individu mersa optimis, dan dari rasa optimis ini akan mempunyai pengaruh yang besar bagi perkembangan kepribadian dan kehidupan yang dijalaninya.

Pada kenyataan, tidak semua individu memiliki rasa percaya diri yang tinggi, dan kurangnya rasa percaya diri juga merupakan gejala khas yang banyak menimpa para remaja, apalagi dalam masa remaja emosi masih labil dan belum terbiasa dengan lingkungan sosial yang baru. Hal ini diungkapkan (Husdarta & Kusmaedi, 2010) bahwa, salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial. Jadi dapat dikatakan bahwa masa remaja akan sangat menentukan konsep diri dan keperibadian seseorang, sehingga akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang. Hal ini dapat menyebabkan tingkat kepercayaan diri tiap individu berbeda-beda tergantung dari penyesuaian sosial individu tersebut.

Berdasarkan observasi dan pengamatan penulis dilapangan, bahwasannya tingkat kepercayaan diri siswa pada saat proses belajar mengajar di sekolah masih sangat rendah. Dalam proses belajar mengajar sering terjadi beberapa masalah seperti siswa besikap pasif, canggung, dan

gugup saat proses belajar mengajar berlangsung. Selain itu kadang juga siswa gemetar ketika sedang mempraktikkan teknik dasar dalam suatu permainan dan ketika siswa gagal dalam melakukannya mereka akan sangat mudah frustrasi dengan apa yang dilakukannya. Jika kondisi tersebut dibiarkan maka akan berdampak pada prestasi belajar siswa.

## **METODE**

Dalam penelitian ini yang ingin diteliti adalah hubungan antara tingkat percaya diri dengan prestasi belajar pendidikan jasmani siswa Sekolah Dasar. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif-korelasional, yang merupakan metode penyelidikan atau penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan atau melukiskan keadaan (seseorang, lembaga, atau masyarakat) tertentu pada saat sekarang ini berdasarkan pada faktor yang nampak di dalam situasi yang diselidikinya. Menurut (Annisa, 2010) bahwa, metode deskriptif yaitu suatu metode dalam pencarian fakta status sekelompok manusia, suatu obyek, suatu kondisi, suatu system pemikiran atau pun suatu peristiwa pada masa sekarang dengan interpretasi yang tepat.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas VI Sekolah Dasar di Kecamatan Tawang, Kota Tasikmalaya. Kemudian langkah kedua yaitu

menentukan sampel berdasarkan populasi. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas VI berjumlah 60 orang. Terdiri dari 30 siswa laki-laki dan 30 siswa perempuan yang dipilih mewakili beberapa sekolah yang ada di Kecamatan Tawang sebanyak 60 orang siswa dengan cara teknik *purposive sampling*. *The purposive sampling technique is a type of non-probability sampling that is most effective when one needs to study a certain cultural domain with experts within* (Tongco, 2007). Penentuan sampel yang dilakukan penulis memiliki kriteria tersendiri yakni mereka yang masuk kedalam urutan prestasi belajar sampai 10 (sepuluh) besar dikelasnya.

Langkah selanjutnya adalah melakukan pengambilan data dengan menggunakan instrumen angket kepercayaan diri yang di adaptasi dari *Student Satisfaction and Self-Confidence in Learning Scale* (SCLS) (Unver et al., 2017) dan prestasi belajar dari nilai raport siswa. Selanjutnya tahapan selanjutnya penulis identifikasi data setelah data terkumpul, langkah selanjutnya penulis menggunakan aplikasi SPSS IBM versi 20 untuk mengolah dan menganalisis data.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Data yang diperoleh dari tes awal dan tes akhir selanjutnya diolah sesuai dengan prosedur yang telah diterapkan sebelumnya berkaitan dengan permasalahan yang

diajukan. Untuk lebih jelasnya mengenai hasil pengolahan data, dapat penulis uraikan

pada tabel 1 di bawah ini yaitu Jumlah Nilai Total,  $\bar{X}$ , dan S untuk sampel perlakuan.

**Tabel 1.** Nilai Total, Nilai Rata-Rata, dan Standar Deviasi

Jenis Tes	Jumlah Nilai Total	Rata-rata	Standar Deviasi
Tes angket kepercayaan diri	3136	98	2,91
Nilai raport siswa	2560	80	1,13

Setelah nilai rata-rata dan simpangan baku diketahui, langkah selanjutnya adalah melakukan uji normalitas data dengan menggunakan uji statistik Liliefors. Hasil

pengujian data angket kepercayaan diri yaitu sebagai berikut. Hasil uji normalitas data tes kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran penjas dapat dilihat pada tabel 2 berikut ini.

**Tabel 2.** Hasil Uji Normalitas

Tes	N	Lo hitung	L $\alpha$ tabel	Hasil
Tes Kepercayaan Diri	60	0,1081	0,1145	Normal

Dari daftar tabel 2 di atas, di dapat Lo hitung = 0,1081 dengan taraf nyata  $\alpha = 0,05$  dan 60 siswa. Sedangkan dari daftar tabel di dapat L $\alpha$  tabel = 0,1145 yang lebih besar dari pada Lo hitung = 0,1081, sehingga hipotesis nol diterima, dengan demikian tes angket kepercayaan diri dalam pembelajaran penjas berdistribusi normal.

Setelah diketahui data dari setiap tes berdistribusi normal, maka langkah selanjutnya adalah uji hipotesis dengan menggunakan uji korelasi dan uji korelasi determinasi. Hubungan tes kepercayaan diri dan prestasi belajar siswa dalam pembelajaran penjas dapat terlihat pada tabel 3 dan tabel 4 berikut ini.

**Tabel 3.** Hasil Uji Korelasi Tes Kepercayaan Diri dengan Prestasi Belajar

$X_i^2$	$Y_i^2$	$X_i Y_i$	$Y_{xy}$
202	40	81	0,90

*Kriteria :*

- 0,80 - 1,00 = *Berhubungan sangat tinggi*
- 0,70 - 0,79 = *Berhubungan tinggi*
- 0,60 - 0,69 = *Berhubungan Sedang*
- 0,50 - 0,59 = *Berhubungan Rendah*
- 0,49 kebawah = *Berhubungan Sangat rendah*

Berdasarkan penghitungan data tersebut diketahui korelasi antara kedua variabel tersebut adalah 0,90, Maka berdasarkan dari kriteria korelasi kedua

variabel data tersebut diketahui adanya X dengan variabel Y sebesar 0,90. hubungan yang sangat tinggi antara variabel

**Tabel 4.** Uji Korelasi X dengan Y

Korelasi	$r_{xy}$	rtabel	Keterangan
X dengan Y	0,90	0,250	Signifikan

Dari tabel 4 tersebut dapat diketahui bahwa hasil dari perhitungan uji signifikansi. Besarnya nilai probabilitas atau signifikansi korelasi antara kepercayaan diri dengan prestasi belajar sebesar 0,90. Karena nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05, dan nilai  $r_{xy} (0,90) > (0,250)$

$r_{tabel}((0,05)(60))$  maka  $H_0$  ditolak, sehingga terdapat hubungan yang signifikan

antara kepercayaan diri dengan prestasi belajar siswa kelas VI Sekolah Dasar di Kecamatan Tawang, Kota Tasikmalaya secara berarti (signifikan).

Selanjutnya ialah menguji koefisien determinasi guna mengetahui sejauh mana kemampuan variable kepercayaan diri mempengaruhi variable prestasi belajar siswa.

**Tabel 5.** Hasil Uji Koefisien Determinasi

Korelasi ( r )	Korelasi ( $r^2$ )	Hasil (KD)
0,90	0,81	81%

*Kriteria:*

0% - 19% = *Kontribusinya sangat rendah*

20% - 29% = *Kontribusinya rendah*

30% - 49% = *Kontribusinya sedang*

50% - 79% = *kontribusinya tinggi*

80% - 99% = *Kontribusinya sangat tinggi*

Berdasarkan penghitungan data tersebut diketahui koefisien determinasinya adalah 81%, maka terdapat hubungan yang sangat tinggi yaitu sebesar 81%. Berdasarkan kriteria hubungan di atas menunjukkan bahwa adanya hubungan antara tingkat kepercayaan diri dan prestasi belajar pendidikan jasmani

siswa kelas VI Sekolah Dasar di Kecamatan Tawang, Kota Tasikmalaya berkontribusi sangat tinggi.

Kemampuan untuk belajar harus diimbangi dengan ketenangan dan keteguhan hati. Artinya tidak ada unsur paksaan, harus berdasarkan itikada dari diri sendiri. Hal lain akan terjadi bila ketika belajar dipaksakan, mereka akan mengalami kesulitan belajar karena perasaan tidak tenang, tidak menyenangkan belajar itu sendiri. Ini jelas bahwa kesulitan belajar akan berimbas pada

faktor psikologis (DKB, 2007). Oleh karena itu, perlu adanya sinergitas antara anak, orangtua, dan guru sehingga tercipta satu komunikasi yang positif dan utuh.

Orang memiliki tanggung jawab dalam pendidikan anak. Orang tua memiliki tugas untuk menentukan masa depan anaknya. Ketika anak-anak dititipkan di sekolah, orang tua tetap memiliki tanggung jawab untuk keberhasilan anaknya. Peran mereka antara lain dapat diwujudkan dengan membimbing ketika anak belajar di rumah. Para orang tua dapat mengawasi dan membantu pengaturan tugas sekolah, mengarahkan untuk mencari cara untuk menyelesaikan tugas dan menyediakan fasilitas nyaman bagi anak untuk belajar. Karena salah satu upaya menghasilkan prestasi belajar yang baik yakni dengan adanya sebuah dukungan orangtua dan dukungan fasilitas kenyamanan yang baik pula ketika anak belajar (Priastuti & HW, 2016).

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara tingkat kepercayaan diri dengan prestasi belajar pendidikan jasmani siswa kelas VI Sekolah Dasar di Kecamatan Tawang, Kota Tasikmalaya. Penulis dapat menarik kesimpulan yang didukung dengan data yang telah diuji secara statistik sebagai berikut.

Terdapat hubungan yang positif antara tingkat kepercayaan diri dengan prestasi belajar pendidikan jasmani siswa kelas VI Sekolah Dasar di Kecamatan Tawang, Kota Tasikmalaya, hal ini di buktikan dari nilai signifikansi yang diperoleh  $Y_{xy} (0,90) > (0,349)$   $r_{tabel}((0,05)(32))$  maka  $H_0$  ditolak, sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan prestasi belajar siswa kelas VI SDN Tegalkalong Sumedang berarti (signifikan).

Hubungan antara tingkat kepercayaan diri dengan prestasi belajar pendidikan jasmani siswa kelas VI Sekolah Dasar di Kecamatan Tawang, Kota Tasikmalaya sangat besar, hal ini di buktikan dari nilai koefisien determinasi yang diperoleh sebesar 81%. Berdasarkan kriteria hubungan di atas menunjukkan bahwa adanya hubungan antara tingkat kepercayaan diri dan prestasi belajar pendidikan jasmani siswa kelas VI Sekolah Dasar di Kecamatan Tawang, Kota Tasikmalaya berkontribusi sangat tinggi. Dengan demikian di artikan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima berarti (signifikan).

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Annisa, W. (2010). *Metode Penelitian Korelasional*.
- Block, M. E. (2016). *A Teacher's Guide to Adapted Physical Education*. Paul H. Brookes Publishing.
- DKB, D. K. B. (2007). *Psikologi pendidikan*.

- Dweck, C. S. (2000). *Self-theories: Their role in motivation, personality, and development*. Psychology press.
- Hakim, T. (2005). *Belajar secara efektif*. Niaga Swadaya.
- Husdarta, J. S., & Kusmaedi, N. (2010). *Pertumbuhan dan Perkembangan Peserta Didik: Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Husdarta, J. S., & Riduwan. (2010). *Sejarah dan Filsafat Olahraga*. Alfabeta.
- Lengkana, A. S., Tangkudung, J., & Asmawi, M. (2018). THE EFFECT OF POWER LIMBS, SPEED REACTION, FLEXIBILITY AND SELF CONFIDENCE ON THE ACHIEVEMENT OF ELITE ATHLETES ATHLETIC WEST JAVA IN THE TRACK NUMBER. *JIPES-JOURNAL OF INDONESIAN PHYSICAL EDUCATION AND SPORT*, 4(2), 20–25.
- Machida, M., Marie Ward, R., & Vealey, R. S. (2012). Predictors of sources of self-confidence in collegiate athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10(3), 172–185.
- Muilenburg, L. Y., & Berge, Z. L. (2005). Student barriers to online learning: A factor analytic study. *Distance Education*, 26(1), 29–48.
- Priastuti, A. W., & HW, S. (2016). *Dukungan Fasilitas dan Lingkungan Keluarga terhadap Prestasi Belajar Matematika di SMP*.
- Rothman, T., Maldonado, J. M., & Rothman, H. (2008). Building self-confidence and future career success through a pre-college transition program for individuals with disabilities. *Journal of Vocational Rehabilitation*, 28(2), 73–83.
- Tongco, M. D. C. (2007). Purposive sampling as a tool for informant selection. *Ethnobotany Research and Applications*, 5, 147–158.
- Unver, V., Basak, T., Watts, P., Gaioso, V., Moss, J., Tastan, S., ... Tosun, N. (2017). The reliability and validity of three questionnaires: the student satisfaction and self-confidence in learning scale, simulation design scale, and educational practices questionnaire. *Contemporary Nurse*, 53(1), 60–74.
- Winarno, M. E. (2006). *Dimensi Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang: Laboratorium Jurusan Ilmu Keolahragaan.