

The Effect of Self Confidence on Student's Psychomotor Skill in Physical Education Learning

Nuuri Hasan¹, Slamet Junaidi², Wing Prasetya Kurniawan³

¹Penjas/ Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

²Penjas/ Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

³Penjas/ Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh *self confidence* dengan psikomotor siswa pada pembelajaran pendidikan jasmani. Latar belakang penelitian ini didasari dari hasil observasi yang dilakukan di SMKN 1 Kediri. Hasil yang diperoleh yaitu terdapat kurangnya rasa percaya diri dalam mempraktikkan teknik yang telah diajarkan gurunya. Kurangnya rasa percaya diri tersebut mempengaruhi dan juga membatasi ruang gerak siswa pada saat pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik penelitian korelasional (Hubungan). Instrumen pengumpulan data pada penelitian ini dengan adalah dengan penyebaran kusioner angket dan pengamatan psikomotor di sekolah. Penelitian mengambil sampel menggunakan teknik *probality samling* dengan jenis *simple random sampling* 20% dari 300 responden dengan total sampelnya sebanyak 60 responden. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa diketahui bahwa nilai $T_{hitung} 5,124 > T_{tabel} 1,622$ dengan tingkat signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Dan ditunjukkanya nilai determinasi (*R Square*) sebesar 0,312. Yang artinya besarnya variabel *Self Confidence* mempengaruhi variabel Psikomotor sebesar 31,2%, sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Maka dengan itu terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel *Self Confidence* dengan variabel Psikomotor. Dengan model regresi yang dipakai untuk memprediksi partisipasi "terdapat pengaruh antara *self confidence* dengan keterampilan psikomotor siswa pada saat pembelajaran pendidikan jasmani.

Kata kunci: *Self Confidence*, Psikomotor.

Abstract

*This study aims to determine the effect of self-confidence with psychomotor students on physical education learning. The background of this research is based on the results of observations made at SMKN 1 Kediri. The result is that there is a lack of confidence in practicing the techniques that the teacher has taught. This lack of confidence affects and also limits students' space for movement during the implementation of physical education learning. The research uses a quantitative approach with correlational research techniques (relationships). The data collection instrument in this study was by disseminating questionnaires and psychomotor observations in schools. The study took samples using probability sampling techniques with a type of simple random sampling of 20% of 300 respondents with a total sample of 60 respondents. Based on the results of the study showed that it was known that the value of $T_{calculate} 5.124 > T_{table} 1.622$ with a significance level of $0.000 < 0.05$. And it shows a determination value (*R Square*) of 0.312. Which means that the magnitude of the *Self Confidence* variable affects the *Psychomotor* variable by 31.2%, the rest is influenced by other factors. Therefore, there is a significant influence between variable X and variable Y. With the regression model used to predict participation, "there is an influence between self-confidence and students' psychomotor skills during physical education learning.*

Keywords: *Self Confidence*, *Psychomotor*.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu bentuk usaha dan kegiatan yang dilakukan dengan kesengajaan dan teratur dengan maksud merubah dan mengembangkan perilaku dan sikap yang diinginkan. Sekolah menjadi lembaga yang merupakan sarana untuk tujuan pendidikan. Melalui bersekolah siswa dapat melakukan pembelajaran berbagai macam hal. Hal tersebut ada dalam UUD Republik Indonesia Tahun 1945 pasal 32 Ayat 1 yang berbunyi “Setiap warga negara berhak menerima pendidikan” hal tadi bisa disimpulkan bahwa pendidikan artinya hak perorangan. Pembelajaran artinya suatu proses suatu interaksi antara siswa serta guru atau pendidik atau sumber belajar pada suatu daerah atau lingkungan belajar (UUSPN, NO.20 Tahun 2003).

Faktor keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani sendiri tak lupa berasal dari faktor internal dan faktor eksternal siswa. Faktor internal yaitu berasal dari dalam diri siswa seperti motivasi, pola pikir, dan percaya diri. Faktor internal seperti pola pikir merupakan faktor yang paling besar pengaruhnya untuk pencapaian keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani. Dan kepercayaan diri pada siswa yang sangat baik juga menjadi faktor untuk keberhasilan sebuah pembelajaran di sekolah karena dengan rasa percaya diri yang dimiliki pada siswa bisa memaksimalkan pengetahuan dan skil yang dimiliki oleh siswa tersebut. Sedangkan faktor eksternal berasal dari dukungan orang tua, lingkungan belajar, serta sarana prasarana belajar yang ada di sekolah. Percaya diri merupakan hal terpenting yang harus seseorang miliki dalam belajarnya disekolahan, karena dengan rasa percaya itu akan ada keyakinan seseorang untuk melakukan kemampuan dan keterampilannya yang dimilikinya akan mampu untuk mencapai target belajar yang sudah direncanakan oleh gurunya. Serta pengendalian sikap, emosi, dan perasaan siswa juga menjadi hal yang penting untuk diperhatikan dalam pembelajaran.

Lautser, (2002). *Self confidence* merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan atau kemampuan individu sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai dengan kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab. Untuk mendapatkan hasil belajar maksimal, harus memiliki rasa percaya diri yang tinggi. *Self confidence* atau percaya diri siswa menjadi salah satu hal penting untuk meraih hasil belajarnya. Adapun rasa percaya diri dalam pembelajaran pendidikan jasmani disekolah adalah percaya diri terhadap diri sendiri untuk melakukan teknik olahraga yang diajarkan dengan yang baik dan benar sehingga muncul keberanian melakukan praktik tanpa rasa takut dan salah. Dan percaya diri terhadap teman saat praktik yang dilakukan berpasangan. Kepercayaan diri dalam proses pembelajaran

pendidikan jasmani dapat diartikan sebagai suatu keadaan yang menyebabkan pembelajaran pendidikan jasmani menjadi lebih baik.

Bedasarkan analisis pengamatan yang telah dilakukan peneliti, pada kelas X SMKN 1 Kota Kediri terdapat problem. Problem tersebut adalah kurangnya rasa percaya diri dalam mempraktikkan teknik yang telah diajarkan gurunya. Kurangnya rasa percaya diri tersebut mempengaruhi dan juga membatasi ruang gerak siswa pada saat pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani. Sebagian siswa lebih memilih untuk diam ketika melaksanakan suatu teknik dalam pembelajaran di sekolah. Siswa diam karena mereka merasa minder dengan teman yang telah melaksanakan teknik tersebut dengan baik.

Bedasarkan latar belakang permasalahan yang sudah dijelaskan diatas, tampaknya sangat betolak belakang dengan kenyataan yang ada. Sehingga atas dasar penelitian tersebut sehingga peneliti mengambil judul “Pengaruh *Self Confidence* Dengan Keterampilan Psikomotor Siswa Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani”.

METODE

Penelitian ini dilakukan di SMKN 1 Kediri pada bulan Februari – Juli 2023. Penelitian ini menggunakan Teknik Korelasional (Hubungan). Penelitian korelasional adalah sebuah teknik penelitian di dalam pendekatan kuantitatif yang mana teknik ini masuk dalam jenis teknik penelitian *non eksperimen*. Menurut Arikunto (2010:247-248), penelitian korelasional (Correlational Studies) merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel.

Dalam penelitian ini untuk mengukur data menggunakan instrumen berupa kuesioner angket dan pengamatan psikomotor siswa. Pada penyebaran kuesioner angket responden mengisi jawaban yang telah disediakan pada kuesioner tersebut. Pada pengamatan psikomotor dilakukan oleh peneliti pada proses pembelajaran pendidikan jasmani sekolah. Kemudian masing masing instrumen tersebut dijumlah dengan hasil nilai total dari tiap butir indikator.

Penelitian ini menggunakan sampel dari kelas X SMKN 1 Kediri berjumlah 300 siswa. Menurut Arikunto (2012:104) Apabila subyeknya kurang dari 100 lebih baik diambil semua dan apabila sebaliknya lebih dari 100 maka dapat diambil antara 20-25%. Penelitian ini mengambil sampel dari populasi siswa kelas X SMKN 1 Kediri dan mengambil sampel menggunakan teknik *probability*

sampling dengan jenis *simple random sampling* 20% dari 600 siswa sebanyak 60 siswa.

Teknik pengambilan keputusan dalam penelitian ini menggunakan uji regresi linier sederhana. Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara variabel bebas dengan terikat. Untuk mengambil keputusan dengan cara sebagai berikut:

1. Jika sig hitung < taraf signifikansi, maka hipotesis penelitian diterima.
2. Jika sig hitung > taraf signifikansi, maka hipotesis penelitian ditolak.

Sebelum melakukan analisis regresi linier sederhana terlebih dulu melakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas dan uji linieritas. Uji normalitas dan uji linieritas digunakan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal dan linier atau tidak.

HASIL

Dari hasil penelitian yang dilakukan di SMKN 1 Kediri pada bulan Februari – Juli 2023. Peneliti dapat mengumpulkan data kuesioner angket *self confidence* dan pengamatan psikomotor dan didistribusikan dalam skor total tiap item. Dengan demikian tinggi rendahnya dikategorikan sebagai berikut:

Deskripsi Hasil Data *Self Confidence*

Hasil kuesioner angket *self confidence* dari 60 responden disusun menggunakan tiga kategori yaitu sangat baik, baik, sedang.

Tabel 1. Distribusi *Self Confidence* Siswa Berdasarkan Kriteria

No.	Kategori	Frekuensi	Presentasi (%)	Keterangan
1	26-28	11	18%	Sedang
2	29-31	26	44%	Baik
3	32-34	23	38%	Sangat Baik
Total		60	100%	

Dari tabel 1 pengukuran *self confidence* siswa diatas, dapat dilihat bahwa siswa yang memiliki *self confidence* pada kategori sangat baik berjumlah 23 siswa dengan presentase 38%, siswa yang memiliki *self confidence* pada kategori baik berjumlah 26

siswa dengan presentase 44%, siswa yang memiliki *self confidence* pada kategori sedang berjumlah 11 siswa dengan presentase 18%. Dengan itu maka tingkat *self confidence* siswa kelas X SMKN 1 Kediri mayoritas berada dikategori baik.

Deskripsi Hasil Data Psikomotor

Hasil pengamatan psikomotor dari 60 responden disusun menggunakan tiga kategori yaitu sangat baik, baik, sedang.

Tabel 2. Distribusi Psikomotor Siswa Berdasarkan Kriteria

No.	Kategori	Frekuensi	Ppresentasi (%)	Keterangan
1	39 – 40	24	40%	Sedang
2	41- 42	31	52%	Baik
3	43 – 44	5	8%	Sangat Baik
Total		60	100%	

Dari tabel 2 pengukuran Psikomotor siswa diatas, dapat dilihat bahwa siswa yang memiliki Psikomotor pada kategori sangat baik berjumlah 5 siswa dengan presentase 8%, siswa yang memiliki Psikomotor pada kategori baik berjumlah 31 siswa dengan presentase 52%, siswa yang memiliki Psikomotor sedang pada kategori sedang berjumlah 24 siswa dengan presentase 40%. Dengan itu maka tingkat Psikomotor siswa kelas X SMKN 1 Kediri mayoritas berada dikategori baik.

Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data variabel bebas dan variabel terikat normal atau tidak. Berikut hasil uji normalitas data penelitian sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig. hitung	Taraf Sig.
<i>Self Confidence</i>		
Psikomotor	0.200	0.05

Dari hasil uji normalitas diatas tersebut menunjukkan bahwa nilai sig hitung $0.200 > 0,05$. Maka model uji normalitas pada variabel *Self Confidence* dan variabel Psikomotor disimpulkan nilai residual berdistribusi normal.

Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah variabel bebas dan variabel terikat

mempunyai hubungan yang linier atau tidak. Berikut hasil uji linieritas sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Linieritas

Variabel	Sig. hitung	Taraf Sig.
<i>Self Confidence</i> Psikomotor	0.979	0.05

Hasil uji linieritas menunjukkan nilai *deviation from linearity* sig 0.979 > sig 0.05. Artinya bahwa variabel *self confidence* dengan variabel psikomotor memiliki hubungan yang linier.

Uji Regresi Linier Sederhana

Uji resgresi linier sederhana bertujuan untuk mengetahui apakah variabel bebas dan variabel terikat memiliki pengaruh yang linier atau tidak. Kriteria pengujian regresi linier sederhana adalah jika nilai signifikansi lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05, maka variabel bebas berpengaruh dengan variabel terikat. Hasil rangkuman uji regresi linier sederhana sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Uji Regresi Linier sederhana

Variabel	T hitung	T tabel	Sig. hitung	Taraf Sig.
<i>Self Confidence</i>	5,124	1,672	0,000	0,05

Dari hasil uji regresi diatas menunjukkan diketahui bahwa nilai singnifikansi lebih kecil dari taraf nilai signifikansi 0,05 (0,000 < 0,05) dan nilai T_{hitung} lebih besar dari T_{tabel} (5,124 > 1,672) . Bedasarkan hasil uji tersebut maka dalam penelitian ini dapat diketahui ”Terdapat pengaruh antara *self confidence* dengan keterampilan psikomotor siswa saat pembelajaran pendidikan jasmani”.

Hasil Koefisien determinasi

Koefisien determinasi digunakan untuk menggambarkan variabel bebas mempengaruhi variabel terikat. Berikut hasil koefisien determinasi sebagai berikut:

Tabel 6. Hasil Koefisien Determinasi

Variabel	R	R Square
Self Confidence	0,558	0,312

Bedasarkan tabel diatas dapat diketahui *self confidence* memiliki pengaruh kuat terhadap psikomotor. Hal ini ditunjukkan nilai koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0,312. Hal ini berarti besarnya variabel *self confidence* dalam mempengaruhi psikomotor sebesar 31,2% dan lainnya dipengaruhi oleh faktor lain.

PEMBAHASAN

Bedasarkan hasil penelitian kecenderungan siswa memiliki tingkat percaya diri dengan kategori baik (44 %). Yang artinya siswa SMKN 1 Kediri sudah menunjukkan tingkat percaya dirinya pada pembelajaran pendidikan jasmani disekolah. Dan siswa SMKN 1 Kediri memiliki nilai keterampilan psikomotor dengan kategori baik (52 %). Yang artinya siswa SMKN 1 Kediri memiliki tingkat psikomotor yang baik.

Hasil dari penelitian ini terdapat pengaruh antara *self confidence* dengan keterampilan psikomotor siswa pada pembelajaran pendidikan jasmani. Hal ini ditunjukkan dari hasil uji regresi linier sederhana diperoleh nilai sig hitung lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 ($0,000 < 0,05$). Dan nilai T_{hitung} lebih besar dari T_{tabel} ($5,124 > 1,672$) berada dikurva regresi didaerah berpengaruh negatif . Yang artinya ada pengaruh yang kuat antara percaya diri dengan keterampilan psikomotor siswa pada pembelajaran pendidikan jasmani disekolah. Hal ini juga ditunjukkan oleh hasil koefisien determinasi yang menunjukkan nilai *R Square* 0,312 yang artinya *self confidence* mempengaruhi psikomotor sebesar 31,2%. *Self confidence* merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya sendiri untuk berhasil dalam mengerjakan tugas dengan baik. Sedangkan psikomotor adalah interaksi antara aspek kognitif, emosional, dan motorik dalam keterampilan dalam aktifitas fisik.

Dengan tingkat percaya diri yang tinggi dapat meningkatkan motivasi siswa untuk belajar dan mencoba hal-hal yang baru. Hal ini akan mempengaruhi tingkat keterampilan psikomotor siswa pada pembelajaran pendidikan jasmani disekolah. Percaya diri juga membantu siswa untuk mengembangkan ketahanan emosional terhadap suatu kegagalan atau kesalahan. Dengan ini siswa lebih berani mengambil risiko dan mencoba hal baru tanpa takut menghadapi kesalahan dan kegagalan. Dengan

percaya tinggi yang tinggi siswa merasa percaya diri dan lebih cenderung rileks, tenang, dan fokus saat melaksanakan praktik karena siswa bisa mengontrol gerakan mereka dengan baik, dan meningkatkan kemampuan untuk menguasai sebuah teknik.

KESIMPULAN

Bedasarkan hasil analisis dan pembahasan diatas tentang "Prengaruh *self confidence* dengan keterampilan psikomotor siswa pada pembelajaran pendidikan jasmani" dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *self confidence* dengan keterampilan psikomotor siswa pada pembelajaran pendidikan jasmani. Hal ini didasari dengan ditunjukkannya hasil uji regresi linier sederhana bahwa nilai sig hitung lebih kecil dari nilai taraf signifikansi. *Self confidence* mempunyai pengaruh kuat terhadap keterampilan psikomotor siswa dalam pembelajaran Pendidikan jasmani di sekolah karena dengan percaya diri siswa dapat meningkatkan motivasi siswa untuk berpartisipasi aktif dalam praktik pendidikan jasmani. *Self confidence* juga mempengaruhi aspek emosional dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Dengan rasa percaya diri yang tinggi siswa lebih berani mengambil resiko untuk mencoba suatu permasalahan yang dihadapi.

REFERENSI

- Adi, H. (2017). *Hubungan Percaya Diri Dengan Hasil Belajar PJOK Di SMP Se-Kecamatan Ule Kareng Banda Aceh Tahun Pelajaran 2016-2017* , 292–300.
- Gumilar, M., & Anggi, L. S. (2020). *PENGARUH KEPERCAYAAN DIRI, MOTIVASI BELAJAR TERHADAP PRESTASI BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI* (hal. 83–94).
- Kamnuron, A., Hidayat, Y., & Nuryadi. (2020). Perbedaan Kepercayaan Diri Pada Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga. *physical activity journal*, 1(2), 133–141.
- Krisno, K., Gustiawati, R., & Iqbal, R. (2021). Tingkat Kepercayaan Diri Siswa dalam Pembelajaran Penjas Di SMP Asrama Al Fath Kota Bekasi. *Jurnal Literasi Olahraga*, 1(2), 131–140. <https://doi.org/10.35706/jlo.v1i2.3893>
- Miranti, K., Rusyadi, A., & Fahmi, F. (2022). Melatih Keterampilan Psikomotorik Siswa Melalui Penggunaan Lembar Kerja Siswa (Lks). *Journal of Banua Science*

Education, 2(2), 93–98. <https://doi.org/10.20527/jbse.v2i2.106>

Mukhamad, R. (2016). *TINGKAT KEPUASAN SISWA KELAS XI TERHADAP SARANA DAN, 1(2)*. 1-11.

Mulyono, A., Haetami, M., & Triansyah, A. (2019). Tingkat Kepercayaan Diri Mahasiswa Penjas Setelah Mengikuti Perkuliahan Senam Lantai. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 8(3), 1–12.
<http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/view/32429>

Pratiwi, A., Sahputra, R., & Hadi, L. (2017). Pengaruh Model Flipped Classroom Terhadap Self-Confidence Dan Hasil Belajar Siswa Sman 8 Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Untan*, 6(11).

Ricki, O. (2021). *HUBUNGAN PERHATIAN ORANG TUA TERHADAP PRESTASI BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI SISWA KELAS X DI SMK NEGERI 4 PEKANBARU* (hal. 1–54).

Rosaliza, M. (2015). *PENGARUH TINGKAT KEPERCAYAAN, KUALITAS PELAYANAN, DAN HARGA TERHADAP KEPUASAN PELANGAN JNE SURABAYA* (hal. 71).

Seran, M., & Setyowati, A. M. W. (2016). *Studi Literatur: Pendekatan induktif untuk meningkatkan kemampuan generalisasi dan self confidence siswa SMK*.
<https://journal.unpar.ac.id/index.php/projustitia/article/download/1172/1137>

Suhir, & Duri, T. (2008). *PENILAIAN PSIKOMOTOR SISWA PADA PEMBELAJARAN FISIKA MELALUI MODEL PEMBELAJARAN GUIDED INQUERY* (hal. 78–84).

Sugiono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. ALFABETA, cv.

Undang Undang Sistem Pendidikan Nasional (UUSPN) No.20 tahun 2003
https://saintif.com/pasal-31-ayat-1-dan-2/#Undang_Undang_Dasar_1945.

Vandini, I. (2016). Peran Kepercayaan Diri terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 5(3), 210–219.
<https://doi.org/10.30998/formatif.v5i3.646>