
Analisis Tingkat Percaya Diri Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler di SD Jombatan 2 Jombang Tahun Ajaran 2023/2024

Rendra Wahyu Pradana ^{1✉}

¹Pendidikan Jasmani, Universitas PGRI Jombang, Jombang, Indonesia

Corresponding author*

E-mail: rendra.wahyu@stkipjb.ac.id

Info Artikel

Kata Kunci:

Ekstrakurikuler Olahraga,
Percaya Diri

Keywords:

Sports Extracurricular, Self
Confidence

Abstrak

Percaya diri adalah suatu sikap keyakinan kepada kemampuan dan nilai diri sendiri dalam melakukan sesuatu interaksi dengan lingkungan sosial, berisi suatu keyakinan diri dengan kekuatan, kemampuan diri dalam melakukan dan meraih kesuksesan, serta bertanggung jawab terhadap apa yang telah ditetapkan oleh dirinya. Tujuan penelitian menganalisis tingkat percaya diri siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga yang meliputi ekstrakurikuler olahraga individu dan ekstrakurikuler olahraga kelompok antara lain bola basket, futsal, karate, bola voli, sepak takraw dan pickleball. Jenis penelitian menggunakan deskriptif kuantitatif non-eksperimen. Penelitian non-eksperimen merupakan penelitian yang dilakukan dimana peneliti sama sekali tidak memiliki kesempatan untuk memberikan perlakuan. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Sampel penelitian ini adalah 88 siswa terdiri dari siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket dengan jumlah 10 siswa, futsal 16 siswa, karate 10 siswa, bola voli 14 siswa, sepak takraw 15 siswa dan pickleball 23 siswa. Metode pengumpulan data menggunakan angket. Analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dilakukan dalam pengambilan data pada satu kelompok yaitu siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri Jombatan 02 Jombang.

Abstract

Self-confidence is an attitude of belief in one's own ability and value in carrying out interactions with the social environment, containing self-confidence in one's strength, ability to do and achieve success, as well as being responsible for what one has set. The aim of the research is to analyze the level of self-confidence of students who take part in extracurricular sports which include extracurricular individual sports and extracurricular group sports including basketball, futsal, karate, volleyball, sepak takraw and pickleball. This type of research uses non-experimental quantitative descriptive. Non-experimental research is research conducted where the researcher does not have the opportunity to provide treatment at all. The sampling technique uses purposive sampling. The sample for this research was 88 students consisting of 10 students from basketball, 16 students from futsal, 10 students from karate, 14 students from volleyball, 15 students from sepak takraw and 23 students from pickleball. The data collection method uses a questionnaire. Data analysis used descriptive analysis which was carried out in taking two different groups, namely students who took part in individual extracurriculars and students who took part in

✉ Alamat korespondensi:
Pendidikan Jasmani, Universitas PGRI Jombang, Jombang, Indonesia

1. PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembelajaran melalui kegiatan menggerakkan tubuh yang bertujuan untuk mengembangkan keterampilan gerak, meningkatkan kebugaran jasmani, pola hidup sehat dan aktif, pengetahuan, sportivitas, dan kecerdasan mental. Pendidikan jasmani mempunyai tiga kontribusi khusus. Pertama untuk meningkatkan kebugaran dan kesehatan jasmani siswa, kedua untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam berbagai keterampilan jasmani, dan ketiga untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang prinsip dan latihan gerak. Salah satu jenis olah raga adalah ekstrakurikuler olah raga di sekolah.

Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan salah satu kegiatan yang dilakukan melalui aktivitas fisik. Selain mengikuti pendidikan jasmani, aktivitas fisik yang akan dilakukan oleh para siswa adalah mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Fungsi olahraga menurut ada 7 (tujuh), antara lain: 1) Pelepasan emosi 2) Kontrol sosial 3) Menunjukkan identitas 4) Sosialisasi 5) Semangat kolektif 6) Agen perubahan 7) Sukses (Kurniawan, 2016).

Sekolah merupakan salah satu tempat pendidikan formal dimana terjadi proses belajar mengajar. Selain sebagai tempat pendidikan formal, sekolah juga memfasilitasi peserta didik melalui aktivitas-aktivitas yang dilakukan diluar jam efektif pembelajaran di sekolah yang bertujuan untuk mengasah bakat, minat, keterampilan percaya diri, serta pengetahuan. Dalam lingkup pendidikan, pendidikan jasmani adalah bagian dari pendidikan umum, dengan penekanan pada aktivitas jasmani, yang bertujuan untuk mengembangkan individu secara intelektual, organik, emosional, dan sosial (Nurhasan, 2005).

Ekstrakurikuler olahraga merupakan hubungan yang berkelanjutan dari pendidikan jasmani. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan aktivitas diluar jam sekolah yang berlangsung di dalam atau di luar sekolah untuk mendukung mengembangkan siswa sesuai dengan potensi, kebutuhan, bakat, dan minatnya melalui aktivitas yang dirancang secara spesifik oleh peserta didik atau guru yang berpengalaman dan terampil di sekolah dan madrasah (Kamilun, 1999). Selain itu, kegiatan ekstrakurikuler kerap kali di sebut sebagai aktivitas yang terjadi diluar jam sekolah yang tertulis dalam struktur program dan merupakan bagian dari kegiatan pengayaan, pertumbuhan, dan peningkatan pribadi yang berhubungan dengan program kurikuler reguler, tergantung pada keadaan dan kebutuhan sekolah. Kegiatan untuk lebih mengembangkan karakter, seperti Palang Merah Remaja, olah raga, pramuka, kegiatan kesenian sekolah, kegiatan kesehatan, dan lain-lain (Depdiknas. 2007).

Selain itu, kegiatan ekstrakurikuler kerap kali di sebut sebagai aktivitas yang terjadi diluar jam sekolah yang tertulis dalam struktur program dan merupakan bagian dari kegiatan pengayaan, pertumbuhan, dan peningkatan pribadi yang berhubungan dengan program kurikuler reguler, tergantung pada keadaan dan kebutuhan sekolah. Kegiatan untuk lebih mengembangkan karakter, seperti Palang Merah Remaja, olah raga, pramuka, kegiatan kesenian sekolah, kegiatan kesehatan, dan lain-lain (Depdiknas. 2007).

Tujuan dilaksanakannya kegiatan ekstrakurikuler olahraga adalah sebagai berikut: (1) Meneguhkan individualitas peserta didik guna membangun ketahanan sekolah sebagai lingkungan pendidikan, sehingga memperkuat karakter siswa agar terhindar dari upaya pengaruh negatif. (2) Pengembangan potensi peserta didik secara maksimal dan mengintegrasikan dengan kreativitas serta bakat, dan minat. (3) Mengembangkan peserta didik supaya menjadi warga atau masyarakat yang berbudi pekerti yang baik, menjunjung tinggi hak asasi manusia dan demokratis. (4). Mewujudkan potensi siswa untuk memperoleh suatu keunggulan sesuai bakat, dan minatnya (Yuyun Yunarti, 2014)

Sekolah mempunyai berbagai jenis ekstrakurikuler olahraga, seperti bola voli, futsal, basket, pickleball, sepak takraw dan karate. Siswa dapat memilih ekstrakurikuler olahraga yang sesuai dengan bakat dan minatnya. Dengan ikut serta dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga, siswa melakukan aktivitas fisik yang menumbuhkan sportivitas, integritas, disiplin, tanggung jawab, kerjasama tim, kepercayaan diri, dan demokrasi.

Dewasa ini perkembangan ekstrakurikuler olahraga di sekolah banyak digemari oleh para pelajar. Ekstrakurikuler olahraga merupakan kegiatan yang mengajarkan sportivitas, integritas, disiplin, percaya diri dan bertanggung jawab. Pada aktivitas olahraga, sifat percaya diri mempengaruhi seseorang dalam penampilannya dalam pertandingan maupun diluar pertandingan.

Banyak peserta didik yang ikut serta dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga di sekolah. Mengingat semua kegiatan ekstrakurikuler ini jelas bahwa mereka memiliki tingkat kepercayaan diri dan keberhasilan sekolah yang berbeda-beda. Siswa mempunyai kebebasan untuk mengembangkan minat dan bakatnya melalui kelas ekstrakurikuler karena di SD Negeri Jombatan 02 Jombang memiliki 7 (tujuh) jenis ekstrakurikuler olahraga. Melalui kegiatan ekstrakurikuler, siswa diajarkan untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya hingga mencapai prestasi baik di lingkup sekolah maupun diluar sekolah serta mengembangkan aspek psikologis yaitu percaya diri.

Rasa percaya diri merupakan keadaan mental atau psikologis seseorang yang memberikan rasa percaya diri yang erat dalam bertindak atau mengerjakan suatu perbuatan (Khaeruman & Saleh, 2016). Seseorang yang kurang percaya diri mempunyai citra diri yang kurang baik (negatif). Kurangnya rasa percaya diri juga menjadi dasar motivasi diri untuk sukses. Seseorang hanya perlu memotivasi diri sendiri untuk mendapatkan kedamaian dan kepercayaan diri. Banyak orang bergelut dengan defisit, namun dengan memiliki kepercayaan diri dan motivasi untuk terus berkembang dan mengubah masalah menjadi tantangan, mereka bangkit dari defisit dan benar-benar mengatasi kesulitan.

Rasa percaya diri merupakan bagian dari perilaku yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Orang yang percaya diri adalah orang yang percaya diri dengan kemampuannya, mengevaluasi dirinya secara realistis, dan berpikir positif. Rasa percaya diri merupakan aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Orang yang percaya diri adalah orang yang yakin akan kemampuannya, menilai dirinya secara realistis, dan berpikir positif. Percaya diri artinya tanpa rasa percaya diri seseorang tidak bisa menjalani kehidupan dengan sukses, termasuk partisipasi siswa dalam proses pembelajaran di sekolah. Percaya diri pada dasarnya adalah keyakinan pada diri sendiri bahwa Anda mampu menangani apapun sesuai dengan kemampuan Anda.

Percaya diri juga merupakan faktor yang begitu penting bagi seseorang dalam menjalankan aktivitasnya, baik dalam kehidupan sehari-hari maupun berkehidupan sosial. Jika tanpa adanya percaya diri, seseorang akan terus merasa takut untuk mencoba, takut untuk gagal, dan takut untuk salah. Hal ini menjadikan seseorang tidak berani untuk mengambil resiko dan lebih memilih diam tanpa mendapatkan pengalaman hidup yang baru. Menurut Husdarta (2010) mengungkapkan seperti halnya *over confidence*, *lack confidence* atau kurang percaya diri terhadap kemampuan diri dapat berakibat tidak baik.

Penjelasan diatas dapat dihubungkan dengan permasalahan yang ada di SD Negeri Jombatan 02 Jombang yakni didapat bahwa masih banyak peserta yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga yang belum mampu mengeluarkan potensi terbaiknya dikarenakan masih ragu untuk mengeluarkan kemampuan yang dimilikinya, pada saat berlatih atau bermain tidak percaya diri untuk melakukan sesuatu, yang disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya adalah tidak optimis dengan kemampuan menunjukkan menunjukkan skillnya sendiri.

Berdasarkan kajian tersebut, perlu adanya kajian mendalam mengenai tingkat kepercayaan diri yang dimiliki oleh siswa peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Jombatan 02 Jombang, khususnya pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Sehingga tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan kemudian di analisis untuk diketahui seberapa besar tingkat percaya diri tersebut.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode analisis dan pengambilan data menggunakan angket, angket dalam penelitian ini berbentuk skala likert. Penulis menggunakan pendekatan kuantitatif, karena peneliti memandang penelitian ini telah pasti dan terukur. Sugiyono (2010) mengatakan bahwa: "Metode ini sebagai metode ilmiah/scientific karena telah memenuhi kaidah-kaidah ilmiah yaitu konkrit/empiris, obyektif, terukur, rasional, dan sistematis. Penelitian ini dilakukan di sekolah SD Negeri Jombatan 02 Jombang pada saat jam ekstrakurikuler.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh jumlah peserta ekstrakurikuler olahraga di SD Negeri Jombatan 02 Jombang sebanyak 88 orang, yang terdiri dari ekstrakurikuler bola basket dengan jumlah 10 siswa, futsal dengan jumlah 16 siswa, karate 10 siswa, bola voli 14 siswa, sepak takraw 15 siswa dan pickleball 23 siswa. Penetapan sampel penelitian ini adalah Purposive Sampling. Sugiyono (2010), bahwa "Teknik penetapan sampel dengan pertimbangan tertentu". Adapun sampel dalam penelitian ini adalah anggota ekstrakurikuler olahraga yang ada di SD Negeri Jombatan 02 Jombang. Instrumen pada penelitian ini menggunakan skala Likert.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian dikaitkan dengan tujuan penelitian seperti yang sudah dikaitkan dengan pembahasan selanjutnya. Oleh karena itu penelitian ini menguji tingkat percaya diri siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang dapat dijelaskan dengan deskripsi data tes.

Tabel 1. Hasil uji analisis statistik deskriptif

Jenis Ekstrakurikuler	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Bola Basket	10	93	138	117	12,613
Futsal	16	110	129	117,18	5,540
Karate	10	104	124	114,9	6,118
Bola Voli	14	109	122	116,28	4,214
Sepak Takraw	15	109	122	116,93	6,181
Pickleball	23	108	132	114,9	6,118

Dengan data tersebut dapat dideskripsikan bahwa berdasarkan tabel 1 di atas, data siswa yang ikut pada kegiatan ekstrakurikuler bola basket yang berjumlah 10 siswa memperoleh nilai minimal 93, nilai maksimal 138, rata-rata 117 poin, dan standar deviasi sebesar 12,613. Futsal dengan jumlah 16 siswa memperoleh nilai minimal 110, nilai maksimal 129, rata-rata 117,18 poin, dan standar deviasi sebesar 5,540. Sepak takraw dengan jumlah 15 siswa memperoleh nilai minimal 109, nilai maksimal 122, rata-rata 116,93 poin, dan standar deviasi sebesar 6,181. bola voli dengan jumlah 14 siswa memperoleh nilai minimal 109, nilai maksimal 122, rata-rata 116,28 poin, dan standar deviasi sebesar 4,214. pickleball dengan jumlah 23 siswa memperoleh nilai minimal 108, nilai maksimal 132, rata-rata 115,73 poin, dan standar deviasi sebesar 6,593. karate yang berjumlah 10 siswa memperoleh nilai minimal 104, nilai maksimal 124, rata-rata 114,9 poin, dan standar deviasi sebesar 6,118.

Dari hasil yang sudah dilakukan analisis seperti diatas tingkat percaya diri yang paling tinggi dengan melihat nilai rata-rata (mean) adalah ekstrakurikuler futsal, dan tingkat percaya diri yang paling rendah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler karate. Berdasarkan hal tersebut dapat dijelaskan bahwa olahraga kelompok/beregu (futsal) mempunyai rata-rata lebih tinggi dibandingkan olahraga individu/perorangan (karate) karena lebih mampu bekerja sama secara tim untuk mencapai kesuksesan bersama. Sedangkan nilai yang paling rendah tingkat percaya diri ialah siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler karate dikarenakan mereka cenderung lebih bersifat individu, lebih suka menyendiri dan merasa dirinya mampu tanpa orang lain. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Danny Pramadya (2014) dari hasil penelitian tersebut menyimpulkan bahwa siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga beregu termasuk dalam kategori baik, siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga individu termasuk dalam kategori sedang, dan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non-olahraga termasuk dalam kategori rendah, dari hasil uji hipotesis menggunakan One Way Anova memperoleh nilai signifikansi $0,007 < 0,05$ maka H_0 ditolak atau terdapat perbedaan perilaku sosial dari ketiga kelompok sampel tersebut.

Tabel 2. Deskriptif Statistik Skor Indikator Angket Percaya Diri

No	Indikator	N	Minimum	Maksimum	Mean	Standar Deviasi
1	Kemauan dan Usaha	88	6	12	8.68	0.865
2	Tidak Mudah Menyerah	88	8	12	10.90	1.073
3	Optimis	88	8	15	12.27	1.428
4	Mandiri	88	34	52	44.03	3.32
5	Mampu Menyesuaikan diri	88	9	19	13.36	2.129

6	Memiliki dan Memanfaatkan kelebihan	88	9	16	12.42	1.248
7	Memiliki Mental dan Fisik Yang Mumpuni	88	10	20	16.45	1.674

Berdasarkan hasil uji deskriptif variabel data dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS 25, terdapat perbedaan yang signifikan antara indikator Kemauan Dan Usaha yang mendapatkan nilai rata-rata (mean) 8.68 dengan indikator Mandiri yang mendapatkan nilai rata-rata (mean) 44,03. Hasil ini didapat dari jawaban dari seluruh responden yang berjumlah 88 siswa yang telah dihitung dengan bantuan aplikasi SPSS 25. Perbedaan yang signifikan ini dikarenakan jumlah pertanyaan pada indikator kemauan dan usaha yang hanya berjumlah 3 pertanyaan saja dan pada indikator mandiri yang berjumlah 13 pertanyaan, peneliti menghitung hasil ini dengan mengumpulkan semua data dari skor tiap pertanyaan dari tiap indikator yang telah dijawab oleh responden kemudian data tersebut dihitung dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS 25, dengan hasil tersebut dapat dilihat bahwa hasil dari perhitungan dengan bantuan aplikasi SPSS 25 menunjukkan hasil perbedaan nilai rata-rata yang signifikan antara indikator kemauan dan usaha dengan indikator mandiri.

Dari hasil penelitian yang dilaksanakan pada kegiatan ekstrakurikuler olah raga di SD Negeri Jombatan 02 Jombang, berdasarkan hasil analisis data dari 6 ekstrakurikuler olahraga pada sekolah tersebut bahwa peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga beregu/tim futsal memiliki tingkat percaya diri yang paling tinggi diantara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga beregu/tim dan ekstrakurikuler individu/perorangan, dan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga individu/perorangan karate memiliki tingkat percaya diri yang paling rendah diantara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga beregu/tim dan ekstrakurikuler olahraga individu/perorangan.

Hasil penelitian juga menunjukkan tingkat percaya diri siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga beregu futsal dan ekstrakurikuler perorangan karate pada umumnya memiliki kepercayaan diri yang baik dan sebagian besar berada dalam kategori tinggi. Akan tetapi hasil kepercayaan diri siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal lebih baik daripada ekstrakurikuler karate. Tujuan dari kegiatan ekstrakurikuler yaitu untuk mengembangkan kemampuan, kepribadian dan bakat di bidang non akademik (Pamungkas et al., 2019).

Tingkat kepercayaan diri siswa yang mengikuti ekstrakurikuler karate berada pada kategori baik, hal ini dikarenakan karate merupakan salah satu olahraga beladiri yang lebih mengutamakan kedisiplinan, keberanian, sportivitas/kejujuran, kewaspadaan, rasa sosial, antisipasi, kepercayaan diri dan pengendalian emosi. Olahraga bela diri juga memiliki kelebihan dalam membina jiwa/mental, yang membedakan dari jenis olahraga lainnya. Hasil ini mendukung penelitian sebelumnya bahwa atlet cabang olahraga beladiri taekwondo memiliki tingkat kepercayaan diri yang baik dengan disertai dukungan sosial yang tepat (Sakti & Rozali, 2015).

Dengan demikian hasil dari penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler beregu/tim futsal memiliki tingkat percaya diri yang lebih tinggi daripada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler individu/ perorangan karate, hal ini selaras dengan

penelitian yang dilakukan oleh Rani Anjarwati (2020) dimana hasil dari penelitian tersebut mengungkapkan bahwa siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga beregu/ tim memiliki tingkat percaya diri yang lebih tinggi daripada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler individu/perorangan. Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler beregu mempunyai rasa saling membutuhkan orang lain, saling kerjasama, dan saling membantu satu sama lain dibandingkan dengan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga individu/perorangan yang lebih sering menyendiri, tidak saling komunikasi dan tidak membutuhkan bantuan orang lain.

Hasil dari penelitian ini juga diperkuat dengan penelitian yang dilakukan Andri Kamnuron (2020) dengan hasil analisis menunjukkan bahwa siswa yang mengikuti ekstrakurikuler beregu dan perorangan memiliki tingkat percaya diri yang baik, akan tetapi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga beregu sepakbola memiliki tingkat percaya diri yang lebih baik dibandingkan dengan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga perorangan karate.

Keadaan ini dikarenakan oleh beberapa aspek yang dapat memengaruhi rasa percaya diri, seperti rendahnya rasa gotong royong antar individu yang tercermin dari rendahnya perbuatan individu, dan hal ini membuat mereka memprioritaskan keinginan mereka sendiri mengalahkan kepentingan bersama. Misalnya kita perlu menanamkan sikap bahwa kemenangan bukanlah target utama, namun target utamanya ialah menang secara berkualitas dan saling bekerja sama. Sebab, rasa percaya diri tidak langsung dibentuk oleh lingkungan, namun ada aspek penting lain yang membantu proses berkembangnya rasa percaya diri yaitu proses personal dan dukungan keluarga.

Di sisi lain, tingkat kepercayaan diri siswa dalam kelompok dapat lebih tinggi sebab mereka menekankan kerja sama, memiliki sikap tanggung jawab, dan saling mendukung untuk menggapai aspirasi dan tujuan bersama. perilaku percaya diri dapat meningkatkan semangat seseorang terhadap suatu hal dan membuatnya merasa sukses dalam bidang tersebut. Hal ini sesuai dengan temuan teori sosiometri yang menjelaskan bahwa hubungan antar individu cenderung menolak ketertarikan satu sama lain yang dirasakan sebagai emosi, dan pengaruh emosi tersebut terhadap pembentukan dan susunan kelompok. Winkel, W.S. (1985).

Seseorang dengan perilaku percaya diri dapat memahami kemampuan dan kelemahan dirinya serta merasa senang dengan keadaannya. Sebab dia merasa baik dan menjaga dirinya sendiri, akhirnya, mampu menerima segala kritik atau pendapat orang lain, mampu menerima keberhasilan orang lain, dan bangga dengan apa yang telah dilakukan. Orang yang percaya diri lebih termotivasi untuk selalu bersemangat, terus maju, dan memikirkan masa depan dalam segala hal yang dilakukannya.

4. KESIMPULAN

Kepercayaan diri siswa yang terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga beregu/tim dan ekstrakurikuler olahraga individu/perorangan memiliki tingkat kepercayaan diri yang baik. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan tingkat kepercayaan diri siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga beregu dan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler perorangan di SD Negeri Jombatan 02 Jombang. Karena kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan salah satu faktor penting untuk mengembangkan keterampilan dan sikap sosial, terutama

percaya diri, maka disarankan siswa/siswi untuk mengikuti salah satu kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang diselenggarakan di sekolah.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Anjarwati, Rani. (2020) Analisis Tingkat Percaya Diri Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Di SMA Negeri Ngoro Jombang Tahun Ajaran 2019/2020. Skripsi.
- Depdiknas. (2007). Model Pengembangan Diri. Jakarta: P4TK Penjas dan BK.
- Husdarta, HJS. (2010). Psikologi Olahraga. Bandung: Alfabeta.
- Kamnuron, Andri (2020) Perbedaan Kepercayaan Diri Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga SMA Negeri 1 Jatinangor Sumedang. *Physical Activity Journal*.
- Khaeruman & Muhammad Saleh. (2016). Pengaruh Percaya Diri Siswa Terhadap Motivasi Belajar Kelas Xi (Sebelas) Ips Di Ma. Ashhabul Maimanah Sidayu. Jakarta *Jurnal Kajian Keislaman*.
- Kurniawan, S. (2016). Pendidikan Karakter Konsepsi dan Implementasinya Secara Terpadu di Lingkungan Keluarga, Sekolah, Perguruan Tinggi dan Masyarakat. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Nurhasan, dkk. (2005). Petunjuk Praktis Pendidikan Jasmani. Surabaya: Unesa University Press.
- Pramadya, Danny (2014) Perbandingan Perilaku Sosial Antara Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Cabang Olahraga Individu Beregu Dan Ekstrakurikuler Non Olahraga Di Sma Negeri 5 Cirebon. S1 THESIS, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Pamungkas, H.J., Festiawan, R, & Nurcahyo, P. J. (2019) Pengaruh Latihan Small Side Game Terhadap Kemampuan Long Pass Pada Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 9(1).
- Sakti, G., & Rojali, Y. (2015). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kepercayaan Diri Pada Atlet Cabang Olahraga Taekwondo Dalam Berprestasi (Studi Pada Atlet Taekwondo Club BJTC, Kabupaten Tangerang). *Jurnal Psikologi*.
- Sugiyono. 2010. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Winkel, W.S. (1985). Psikologi Pengajaran. Jakarta: Gramedia.
- Yuyun, Y. (2014). Pendidikan Kearah Pembentukan Karakter. *Jurnal Tarbawiyah*.