

**HUBUNGAN PERCAYA DIRI DAN MOTIVASI
DENGAN HASIL BELAJAR SENAM LANTAI
(Peserta Didik Kelas X MIPA SMA Negeri Kesamben)**

JURNAL



Oleh :

LINA ANDRIYANI
NIM. 1381320

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN
SEKOLAH TINGGI KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
JOMBANG
2019**

LEMBAR PERSETUJUAN JURNAL

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN

STKIP PGRI JOMBANG

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Novita Nursynthiawati, M.Pd
Jabatan : PembimbingSkripsi

Menyetujui jurnal ilmiah ini :

NamaPenulis : Fitri Febriana Putri
NIM : 158049
Judul : HUBUNGAN PERCAYA DIRI DAN
MOTIVASI DENGAN HASIL BELAJAR
SENAM LANTAI (Peserta Didik Kelas X
MIPA SMA Negeri Kesamben)

Untuk diusulkan agar dapat diterbitkan di Jurnal/Artikel sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Jombang, 12 Februari 2020

Pembimbing,

NOVITA NURSYNTHIAWATI, M.Pd

HUBUNGAN PERCAYA DIRI DAN MOTIVASI DENGAN HASIL BELAJAR SENAM LANTAI

(Peserta didik kelas X MIPA SMA Negeri Kesamben)

Fitri Febriana Putri

Program Studi Pendidikan Jasmani STKIP PGRI Jombang

fitrifebrianaputri@gmail.com

ABSTRAK

Putri, Fitri Febriana. 2020. Hubungan Percaya Diri dan Motivasi dengan Hasil Belajar Senam Lantai Peserta Didik Kelas X MIPA SMA Negeri Kesamben. Skripsi. Jombang Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan Persatuan Guru Republik Indonesia. Dosen Pembimbing : Novita Nur Synthiawati, M.Pd

Kata Kunci : Percaya Diri, Motivasi, Hasil Belajar dan Senam Lantai

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan : (1) seberapa besar hubungan percaya diri dengan hasil belajar senam lantai. (2) seberapa besar hubungan motivasi dengan hasil belajar senam lantai. (3) variabel manakah yang hubungannya lebih besar dengan hasil belajar senam lantai.

Metode penelitian yang digunakan yakni metode penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini yakni sejumlah 210 siswa terdiri dari seluruh kelas X SMA Negeri Kesamben Jombang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan metode *cluster random sampling*, yaitu sebanyak 105 responden. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner (angket). Instrumen penskoran berdasarkan skala likert. Analisis data meliputi uji analisis regresi (sederhana dan berganda), uji F dan uji korelasi.

Hasil penelitian ini : (1) hasil pengujian koefisien regresi percaya diri (X_1) berhubungan dengan hasil belajar senam lantai (Y), dibuktikan dari F_{tabel} sebesar 3,09 sedangkan F_{hitung} sebesar 404,853, dengan demikian nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$ atau $404,854 > 3,09$ dengan $sig\ 0,000 < \alpha\ (0,05)$ dapat disimpulkan bahwa percaya diri berhubungan dengan hasil belajar senam lantai. (2) hasil pengujian koefisien regresi motivasi (X_2) berhubungan dengan hasil belajar senam lantai (Y), dibuktikan dari F_{tabel} sebesar 3,09 sedangkan F_{hitung} sebesar 65,687, dengan demikian nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$ atau $65,687 > 3,09$ dengan $sig\ 0,000 < \alpha\ (0,05)$ dapat disimpulkan bahwa motivasi berhubungan dengan hasil belajar senam lantai. (3) hasil pengujian korelasi percaya diri (X_1) dengan hasil belajar senam lantai (Y) sebesar 0,893, sedangkan nilai korelasi motivasi (X_2) dengan hasil belajar senam lantai (Y) sebesar 0,683, pada taraf signifikansi $0,00 < \alpha\ 0,05$, dapat disimpulkan korelasi variabel X_1 dan X_2 dengan variabel Y adalah positif, dan variabel yang paling besar hubungannya adalah variabel percaya diri. Jadi ada hubungan antara percaya diri dan motivasi dengan hasil belajar senam lantai. Saran agar

memperhatikan faktor-faktor yang lain selain percaya diri dan motivasi yang berperan atau berhubungan dengan hasil belajar senam lantai.

ABSTRACT

Putri, Fitri Febriana. 2020. The Relationship between Confidence and Motivation with Learning Outcomes of Gymnastics Floor for Grade X MIPA Students in Kesamben Public High School. Thesis. Jombang Physical Education Study Program Teacher Training and Education Colleges of the Republic of Indonesia. Advisor : Novita Nur Synthiawati, M.Pd

Keywords: Confidence, Motivation, Learning Outcomes and Floor Gymnastics

This study aims to determine the relationship: (1) how much is the relationship of confidence with learning outcomes floor exercises. (2) how big is the relationship between motivation and learning outcomes of gymnastics on the floor. (3) which variables have a greater relationship with learning outcomes of gymnastics on the floor.

The research method used is the correlational research method. The population in this study were 210 students consisting of all grade X of SMA Negeri Kesamben Jombang. Sampling in this study using a cluster random sampling method, as many as 105 respondents. Data collection techniques using a questionnaire (questionnaire). Scoring instruments are based on a Likert scale. Data analysis includes regression analysis tests (simple and multiple), F test and correlation test.

The results of this study: (1) the test results of the regression coefficient of confidence (X1) are related to the learning results of the floor gymnastics (Y), evidenced from the F_{table} of 3.09 while the F_{count} of 404,853, thus the value of $F_{count} > F_{table}$ or $404,854 > 3.09$ with $sig\ 0,000 < \alpha\ (0,05)$ it can be concluded that self-confidence is related to learning outcomes of the floor exercise. (2) the results of the motivation regression coefficient test (X2) are related to the learning outcomes of floor gymnastics (Y), as evidenced by the F_{table} of 3.09 while the F_{count} of 65.687, thus the value of $F_{count} > F_{table}$ or $65.687 > 3.09$ with $sig\ 0.000 < \alpha\ (0.05)$ it can be concluded that motivation is related to learning outcomes of floor exercises. (3) the results of the self-confidence correlation test (X1) with the floor gymnastics learning outcomes (Y) of 0.893, while the motivation correlation value (X2) with the floor gymnastics learning outcomes (Y) of 0.683, at the significance level of $0.00 < \alpha\ 0, 05$, it can be concluded that the correlation between variables X1 and X2 with Y is positive, and the variable with the greatest correlation is the confidence variable. So there is a relationship between self-confidence and motivation with the results of learning to exercise floor. Suggestions for paying attention to factors other than self-confidence and motivation that play a role or are related to learning outcomes of gymnastics on the floor.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan kebutuhan yang sangat penting bagi manusia, karena mampu mencapai kemajuan di berbagai bidang kehidupan terutama dalam rangka meningkatkan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM). Hal tersebut dilakukan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa sesuai dengan tujuan Pendidikan Nasional. Peran pendidikan dalam mencerdaskan kehidupan bangsa tidak boleh diabaikan begitu saja.

Pemerintah merumuskan dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 pasal 3 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak bangsa yang bermartabat, serta bertujuan mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan bertanggung jawab (SISDIKNAS, 2003).

Peneliti ingin melihat apakah percaya diri dan motivasi berhubungan dengan hasil belajar

senam lantai, untuk itu peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Hubungan Percaya Diri Dan Motivasi Dengan Hasil Belajar Senam Lantai Peserta Didik Kelas X MIPA SMA Negeri Kesamben” sebagai judul penelitiannya.

KAJIAN PUSTAKA

Percaya diri bersal dari bahasa Inggris yakni *self confidence* yang artinya percaya pada kemampuan, kekuatan dan penilaian diri sendiri. Jadi dapat dikatakan bahwa penilaian tentang diri sendiri adalah berupa penilaian yang positif. Penilaian positif inilah yang nanti akan menimbulkan sebuah motivasi dalam diri individu untuk lebih mau menghargai dirinya.

Rasa percaya diri juga dapat diartikan sebagai suatu kepercayaan terhadap diri yang dimiliki setiap orang dalam kehidupan serta bagaimana orang tersebut memandang dirinya secara utuh dengan mengacu pada konsep dirinya.

Menurut Maslow dalam (Rifki, 2008) bahwasannya kepercayaan diri itu diawali oleh konsep diri. Menurut Centi konsep diri adalah gagasan seseorang tentang dirinya sendiri, yang memberikan gambaran kepada seseorang mengenai kepada dirinya sendiri. Sullivan mengatakan bahwa ada dua macam konsep diri, konsep diri Positif dan konsep diri Negatif. Konsep diri yang positif terbentuk karena seseorang secara terus menerus sejak lama menerima umpan balik yang positif berupa pujian dan penghargaan.

Motivasi juga dapat dikatakan serangkaian usaha untuk menyediakan kondisi – kondisi tertentu, sehingga seseorang mau dan ingin melakukan sesuatu, dan bila ia tidak suka, maka akan suka itu. Jadi motivasi itu dapat dirangsang oleh faktor dari luar tetapi motivasi itu adalah tumbuh di dalam diri seseorang (Sardiman, 2011).

Menurut Winkel dalam (Suratiningsih, 2015) hasil belajar adalah perubahan yang mengakibatkan manusia berubah dalam sikap dan tingkah lakunya.

Kemampuan yang menyebabkan perubahan tersebut digolongkan menjadi kemampuan kognitif yang meliputi pengetahuan dan pemahaman, kemampuan sensorik-motorik yang meliputi keterampilan melakukan gerak badan dalam urutan tertentu, kemampuan yang dinamik-afektif yang meliputi sikap dan nilai yang meresapi perilaku dan tindakan.

Guling belakang adalah salah satu gerakan dalam senam lantai. Guling belakang merupakan gerakan dengan urutan gerak yang merupakan kebalikan dari guling depan. Dimulai dengan kontak matras dari kedua kaki, ke pantat, ke pinggang, ke punggung, lalu ke bahu (tidak kepala), ke tangan yang bertumpu, dan kembali ke posisi awal yaitu kedua kaki.

Macam-macam percaya diri ada 2, yaitu: (1) percaya diri lahir meliputi komunikasi, ketegasan, pengendalian perasaan. (2) percaya diri batin meliputi cinta diri, pemahaman diri, berpikir positif. Kepercayaan diri seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor, (a) pola asuh, (b) sekolah, (c) teman sebaya, (d) masyarakat, (e)

pengalaman. Jelas terlihat bahwasanya percaya diri sangat ditentukan oleh lingkungan sosialnya yaitu: orang tua, sekolah, teman sebaya, masyarakat dan pengalaman-pengalaman pribadinya.

Macam-macam motivasi menurut (Sardiman, 2011) yang pertama adalah motivasi intrinsik, motivasi intrinsik yaitu motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirangsang dari luar, karena dalam diri sendiri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu. Sebagai contoh seseorang yang senang membaca, tidak usah ada yang menyuruh atau mendorongnya, ia sudah rajin membaca. Selanjutnya adalah motivasi ekstrinsik, motivasi ekstrinsik adalah motif-motif yang aktif berfungsi karena adanya perangsang dari luar. Sebagai contoh seseorang belajar, karena tahu besok paginya akan ujian dengan harapan mendapat nilai baik, sehingga akan dipuji oleh pacarnya, atau temannya.

Pada dasarnya setiap individu memiliki kemampuan untuk menghadapi dan memecahkan

permasalahan. percaya diri adalah sikap percaya dan yakin akan kemampun yang dimiliki, yang dapat membantu seseorang untuk memandang dirinya dengan positif dan realitis sehingga ia mampu bersosialisasi secara baik dengan orang lain. Sedangkan untuk mencapai hasil belajar senam lantai guling belakang dengan sempurna dibutuhkan rasa percaya diri yang dapat meyakinkan akan kemampuan yang dimiliki.

Motivasi juga berperana penting terhadap hasil belajar senam lantai, menurut (Sardiman, 2011) bahwa motivasi bertalian dengan suatu tujuan. Belajar sangat diperlukan adanya motivasi, hasil belajar akan menjadi optimal, kalau ada motivasi. Makin tepat motivasi yang diberikan, akan makin berhasil pula pelajaran itu. Jadi motivasi akan senantiasa menentukan intensitas usaha belajar bagi para peserta didik.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah Korelasional, yakni penelitian yang menghubungkan satu atau lebih

variabel bebas dengan satu variabel terikat tanpa ada upaya untuk mempengaruhi variabel tersebut. Bentuk sederhana dari penelitian korelasi adalah hubungan antara dua variabel yaitu percaya diri dan motivasi. Populasi dalam penelitian ini 210 peserta didik, sedangkan sampel penelitian ini berjumlah 105 peserta didik kelas X MIPA SMA Negeri Kesamben yang diambil menggunakan teknik *cluster random sampling*.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang diisi langsung oleh peserta didik mengenai percaya diri dan motivasi dengan hasil belajar senam lantai. Analisis data penelitian dilakukan dengan menggunakan teknik analisis korelasi dan regresi sederhana, dengan percaya diri (X_1), motivasi (X_2) dan hasil belajar senam lantai (Y). Pengolahan data dibantu program komputer statistik serial *SPSS versi 16.00*.

HASIL PENELITIAN

1) Percaya Diri

Menurut Thantaway dalam jurnal (Relita & Regina, 2015) mengatakan bahwa percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat. Rasa percaya diri seseorang juga banyak di pengaruhi oleh tingkat kemampuan dan ketrampilan yang dimiliki.

Hal ini terbukti dari hasil penelitian yang menunjukkan koefisien regresi variabel percaya diri menunjukkan F_{tabel} dengan menggunakan tingkat keyakinan $\alpha = 5\%$, dapat diperiksa F_{tabel} sebesar 3,09, sedang F_{hitung} sebesar 404,853. Besarnya F_{tabel} 3,09, dan F_{hitung} 404,853 dimana nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$ atau $404,853 > 3,09$, sedangkan nilai signifikan 0,000 lebih kecil dari α (0,05). Dengan demikian variabel percaya diri mempunyai hubungan positif dengan hasil belajar senam lantai pada mata pelajaran PENJASKES peserta didik kelas X MIPA SMA Negeri Kesamben Jombang.

2) Motivasi

Motivasi juga dapat dikatakan serangkaian usaha untuk menyediakan kondisi – kondisi tertentu, sehingga seseorang mau dan ingin melakukan sesuatu, dan bila ia tidak suka, maka akan suka itu. Jadi motivasi itu dapat dirangsang oleh faktor dari luar tetapi motivasi itu adalah tumbuh di dalam diri seseorang (Sardiman, 2011).

Hal ini dapat dibuktikan dengan hasil penelitian yang menunjukkan F_{tabel} dengan menggunakan tingkat keyakinan $\alpha = 5\%$, dapat diperiksa F_{tabel} sebesar 3,09, sedang F_{hitung} sebesar 65,687. Besarnya F_{tabel} 3,09, dan F_{hitung} 65,687 dimana nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$ atau $65,687 > 3,09$. Sedangkan nilai signifikan 0,000 lebih kecil dari α (0,05). Dengan demikian variabel motivasi mempunyai hubungan dengan hasil belajar senam lantai pada mata pelajaran PENJASKES peserta didik kelas X MIPA SMA Negeri Kesamben Jombang.

3) Percaya Diri dan Motivasi dengan Hasil Belajar Senam Lantai

hasil hubungan variabel X_1 dan X_2 dengan Y di atas adalah positif, dengan nilai *person correlation* percaya diri dengan hasil belajar senam lantai 0,893, kemudian nilai motivasi dengan hasil belajar senam lantai 0,683, dengan nilai signifikansi 0,00 lebih kecil dari α 0,05 ,dapat disimpulkan bahwa korelasi antara variabel X_1 dan X_2 dengan variabel Y adalah positif,dan variabel yang paling besar hubungannya dengan hasil belajar senam lantai adalah variabel percaya diri karena jika mengacu pada pedoman derajat hubungan maka termasuk dalam kategori korelasi sempurna. Jadi terdapat hubungan antara percaya diri dan motivasi dengan hasil belajar senam lantai pada mata pelajaran PENJASKES peserta didik kelas X MIPA SMA Negeri Kesamben Jombang.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. (2013). *PROSEDUR PENELITIAN*. Jakarta: PT RINEKA CIPTA, Jakarta.
- Bayuntoro, S. (2015). TINGKAT KEMAMPUAN GULING BELAKANG PESERTA DIDIK KELAS V DAN VI DALAM PEMBELAJARAN SENAM DI SEKOLAH DASAR NEGERI GEDANGAN 1 GUNUNGKIDUL TAHUN 2014/2015, 59.
- Maksum, Al. (2012). *METODOLOGI PENELITIAN dalam olahraga* (1st ed.). Surabaya: Unesa University.
- Margono, A. (2009). *SENAM*. (M. M. Drs. Mulyono, Ed.) (1st ed.). Surakarta: UPT Penerbitan dan Pencetakan UNS (UNS PRes) Surakarta.
- Prihatmoko, T. (2013). PERBEDAAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI SENAM LANTAI GULING BELAKANG PESERTA DIDIK KELAS VIII ANTARA KELAS AKSELERASI DAN KELAS REGULER, (April).
- Relita, D. T., & Regina, F. (2015). PESERTA DIDIK KELAS XI SEKOLAH MENENGAH ATAS KARYASEKADAUTAHUN PELAJARAN 2014 / 2015, 122–130.
- Rifki, M. (2008). Pengaruh Rasa Percaya Diri Terhadap Prestasi Belajar Peserta didik di SMA ISLAM AL Maarif singosari Malang, 84.
- Rohmah, N. (2015). *PSIKOLOGI PENDIDIKAN*. Kalimedia, Yogyakarta.
- Sardiman. (2011). *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar* (1st ed.). Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- SISDIKNAS. (2003). UURI NOMOR 20 TAHUN 2003 TENTANG SISTEM PENDIDIKAN NASIONAL, 1–33.
- Slavin, Ro. . (2009). *PSIKOLOGI PENDIDIKAN (Teori & Praktik)*. PT Indeks Permata Puri Media, Jakarta Barat.
- Suratiningsih. (2015). PENINGKATAN HASIL BELAJAR GULING BELAKANG MELALUI PENDEKATAN PAKEM PADA PESERTA DIDIK KELAS V SD NEGERI MINOMARTANI 1 KECAMATAN NGAGLIK KABUPATEN SLEMAN, 98.