

Survey Tingkat Kepercayaan Diri Peserta Didik Dalam Pembelajaran Online PJOK Pada Masa Pandemi Covid 19

Novita Nur Synthiawati^{1✉}, Ilmul Ma'arif²

¹Pendidikan Jasmani, STKIP PGRI Jombang, Jawa Timur, Indonesia

Email: novitanurs.stkipjb@gmail.com¹, ma87arif@gmail.com²

Info Artikel

Kata Kunci:

Penjas, Pembelajaran Online, Tingkat Kepercayaan Diri

Keywords:

Physical education, Online Learning, Confidence Level

Abstrak

Seseorang yang memiliki kepercayaan diri biasanya menganggap bahwa dirinya mampu melakukan segala sesuatu yang dihadapinya dengan kemampuan yang dimilikinya. Rasa percaya diri sangat membantu manusia dalam masa perkembangan pribadinya. Khususnya bagi remaja. Tujuan penelitian ini adalah Memperoleh gambaran tingkat percaya diri peserta didik SMA Negeri 1 Nganjuk tahun ajaran 2019/2020 terhadap kehidupan di sekolah. Subyek penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 1 Nganjuk tahun ajaran 2019/2020 yang berjumlah total 100 siswa. Desain penelitian ini menggunakan metode survey dengan pendekatan kuantitatif. Data tingkat kepercayaan diri di dapatkan dari lembar angket/ kuesioner yang terdiri dari 46 butir pernyataan dengan menggunakan skala *Likert*. Hasil penelitian yang didapat disimpulkan melalui analisis Deskriptif persentase dengan hasil SMA Negeri 1 Nganjuk sebesar 51%. Masuk dalam kategori "tinggi" dengan kategori tinggi sebanyak 38% dan kategori rendah sebanyak 11% responden. Dengan hasil yang didapat demikian diharapkan peserta didik lebih dapat mengontrol emosinya, terlebih pada kepercayaan diri sehingga dapat mengeluarkan segenap kemampuan yang dimiliki agar mendapatkan sesuai hasil yang diharapkan.

Abstract

A person who has confidence usually considers that he is able to do everything he faces with the ability he has. Self-confidence is very helpful for humans in their personal development. Especially for teenagers. The purpose of this study is to obtain an overview of the confidence level of state high school students 1 Nganjuk school year 2019/2020 towards life in school. The subjects of this study are students of State High School 1 Nganjuk school year 2019/2020 which amounted to a total of 100 students. This research design uses survey methods with a quantitative approach. Confidence level data is obtained from a questionnaire sheet consisting of 46 statements using the Likert scale. The results of the study obtained were concluded through descriptive analysis of percentage with the results of Sma Negeri 1 Nganjuk by 51%. Fall into the category of "high" with a high category of 38% and a low category as many as 11% of respondents. With the results obtained so it is expected that learners can better control their emotions, especially in confidence so that they can release all the abilities they have in order to get the expected results.

✉ Alamat korespondensi:

STKIP PGRI Jombang Jln. Pattimura III/20 Jombang

E-mail: novitanurs.stkipjb@gmail.com

PENDAHULUAN

Di dalam kehidupan sehari-hari mengajarkan siswa untuk melakukan sebuah aktifitas gerak atau fisik untuk dapat meningkatkan kemampuan jasmaninya. Pendidikan jasmani merupakan dasar pendidikan yang melibatkan aktifitas fisik guna memperoleh kemampuan dalam keterampilan jasmani. Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia, melalui pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan membuat manusia dapat belajar lebih banyak hal yang berhubungan dengan ranah afektif, kognitif, dan psikomotor (Hanief & Sugito, 2015).

Dalam beberapa waktu belakangan ini banyak peserta didik yang hanya berfokus hanya pada ranah kognitif dan psikomotor, padahal ranah afektif juga sangat diperlukan dan dibutuhkan dalam melakukan aktivitas pembelajaran maupun di kehidupan sehari-hari. Ranah afektif adalah ranah yang berkaitan dengan sikap dan nilai, yang mencakup sifat atau watak perilaku seperti perasaan, minat, sikap, emosi, dan nilai.

Rasa percaya diri merupakan salah satu aspek tentang kepribadian yang penting dalam kehidupan manusia. Rasa percaya diri sangat membantu manusia dalam masa perkembangan pribadinya. Khususnya bagi remaja. Oleh karena itu, rasa percaya diri sangat dibutuhkan remaja agar dapat berkembang dengan optimal dalam kehidupan. Seorang yang percaya diri dapat menyelesaikan tugas-tugas perkembangan dengan baik, merasa berharga, mempunyai keberanian, dan kemampuan untuk dapat meningkatkan prestasinya, mempertimbangkan berbagai pilihan, serta membuat keputusan penting dalam hidup (Agelis, 2000).

Kepercayaan diri merupakan modal dasar untuk pengembangan dalam aktualisasi diri (eksplorasi segala kemampuan dalam diri). Dengan percaya diri seorang akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri. Seorang yang memiliki kepercayaan diri akan berusaha sekeras mungkin untuk

mengeksplorasi semua bakat yang dimilikinya (Iswidharmamanjaya & Agung, 2004).

Aktualisasi diri pada peserta didik tidak akan mengalami atau mendapatkan sebuah perkembangan jika peserta didik tidak mempunyai sebuah modal dasar yaitu sebuah rasa kepercayaan diri. Percaya diri merupakan keyakinan bahwa orang mempunyai kemampuan untuk melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu, percaya diri sebagai keyakinan seseorang atas kemampuannya yang dapat menghasilkan tingkat pelaksanaan yang mempengaruhi kejadian yang di dapat di dalam kehidupan mereka. Percaya diri dapat di artikan sebagai keyakinan bahwa orang mempunyai kemauan untuk dapat memutuskan jalan suatu tindakan yang dituntut untuk mengurus situasi yang dihadapi.

Berdasarkan penjelasan Setiawan (2014) menyebutkan tingkah laku orang yang rendah diri antara lain sebagai berikut:

- a. Selalu menyendiri dan menarik diri dari pergaulan. Orang yang menganggap dirinya tidak mempunyai kemampuan yang berarti biasanya tidak mau bergaul dan menarik diri dari pergaulan. Mereka mungkin menganggap dirinya tidak berharga dibanding orang lain yang mereka anggap lebih dalam setiap aspek.
- b. Peragu Selalu ragu dalam bertindak. Orang yang merasa tidak mempunyai kemampuan yang berarti akan selalu ragu-ragu dalam bertindak, perasaan seperti itu akan merugikan diri sendiri.
- c. Lemah dalam persaingan orang yang rendah diri tidak mau bersaing positif. Dia merasa tidak mampu untuk mengikuti persaingan seperti orang lain. Karena dia merasa tidak mempunyai kemampuan atas dirinya sendiri.
- d. Tidak sportif orang yang rendah diri menolak untuk berpartisipasi dalam semua jenis kompetisi, dimana kemampuan mereka akan diuji melawan orang lain. Meski dia melakukannya, sikap yang suka mencela seperti ini akan muncul. Meski begitu, dia sangat menikmati kemenangan, waktu itu mungkin bukan atas usahanya sendiri.

- e. Sangat sensitive orang yang punya rasa rendah diri sangat sensitif terhadap pujian dan kritikan. Jika dipuji, dia akan mempertanyakan ketulusan dari orang yang memuji, dan jika dikritik, dia akan segera mempertahankan diri. Dia tidak bisa merespon humor dengan baik.
- f. Memancing pujian orang yang endh diri itu sangat suka memancing pujian dari orang lain, akan tetapi, terkadang meski ingin sekali dipuji, dia mungkin tidak mau menerimanya dan percaya bahwa orang yang memuji tersebut hanyalah karena dipancing.
- g. Takut membuat kesalahan orang yang rendah diri juga takut untuk mencoba sesuatu yang baru, karena jauh di dalam hatinya dia sangat takut membuat kesalahan sehingga akan terus teringat dengan kesalahannya tersebut

Rasa percaya diri merupakan suatu keyakinan terhadap segala aspek yang dimiliki dan yakin membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya. Orang mempunyai sifat percaya diri memiliki rasa optimis dengan kelebihan atau kemampuan yang dimiliki dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan sebagai cita-cita (Ghufron & Rismawati, 2012). Pada beberapa kegiatan pembelajaran PJOK di sekolah terutama pada masa pandemi seperti ini, ditemukan beberapa masalah mengenai rasa percaya diri pada diri peserta didik. Yaitu kondisi dimana peserta didik cenderung masih kurang memahami potensi didalam diri dan juga pada peserta didik yang baru mengikuti masih terlihat ragu untuk mengeksplor kemampuan didalam dirinya, dan timbul beberapa sifat kecemasan seperti rasa takut sehingga menghambat mereka melakukan sesuatu hal yang semestinya dilakukan, seperti yang di kemukakan oleh (Buklew, 1980) tanda-tanda kecemasan bisa dilihat dari dua sisi, yaitu: a. Tingkat psikologis, seperti tegang, bingung, khawatir, sulit berkonsentrasi, dll b. Tingkat fisiologis, yaitu kecemasan yang sudah mempengaruhi fisik, terutama fungsi sistem syaraf seperti sukar tidur, jantung berdebar, keringat berlebihan, sering gemetar dan perut mual. Akibat

perasaan tersebut sehingga berimbas kepada performa siswa tersebut menjadi kurang maksimal.

Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tingkat kepercayaan diri peserta didik dalam pembelajaran online pjok dalam masa pandemic covid 19 di SMA Negeri 1 Nganjuk, atas dasar tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang survey tingkat kepercayaan diri peserta didik dalam pembelajaran online pjok di SMA Negeri 1 Nganjuk Tahun 2020, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimanakah tingkat kepercayaan diri peserta didik dalam pembelajaran online pjok di SMA Negeri 1 Nganjuk, serta tujuan penelitian ini adalah Memperoleh gambaran tingkat percaya diri peserta didik SMA Negeri 1 Nganjuk tahun ajaran 2019/2020 terhadap kehidupan di sekolah

METODE

Dalam Penelitian ini menggunakan metode Pendekatan Deskriptif Kuantitatif dengan menggunakan metode survey menurut (Maksum, 2014) survey adalah penelitian yang mengambil sampel dari satu populasi dan menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpul data yang pokok. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 1 Nganjuk yang mengikuti mata pelajaran penjasorkes. Pengambilan Sampel diambil dengan menggunakan *Probability sampling*. Sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 1 Nganjuk Penentuan sampel dilakukan dengan cara pengundian dengan sistem simple random sampling karena teknik sampling yang memberikan peluang yang sama bagi individu yang menjadi anggota populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel.

Instrumen merupakan alat yang digunakan untuk mengumpulkan data yang ingin diamati, Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisisioner atau angket. Kuesioner merupakan sekumpulan daftar pertanyaan atau pernyataan tertulis yang diberikan pada subyek penelitian (Arikunto et al., 2009). Kuisisioner ini bersifat tertutup, alternatif

jawaban yang disediakan mengacu pada prinsip-prinsip *skala likert* yang kemudian dimodifikasi, yang terdiri dari empat alternatif jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Subyek diminta memilih satu dari empat alternatif jawaban yang disediakan pada setiap pernyataan, dengan memberikan tanda (√) pada kolom

Penyusunan skala percaya diri menggunakan indikator-indikator yang mengacu pada teori yang dikemukakan oleh

Lindelfield, 1997 dengan kategori sebagai berikut: Percaya diri lahir: Cinta diri, Pemahaman diri, Tujuan yang positif, Pemikiran yang positif. Percaya diri batin: Komunikasi. Ketegasan, Tujuan yang positif Pengendalian perasaan Kemudian oleh peneliti dibuat pernyataan yang mencakup ke 2 indikator tersebut untuk memperoleh data tentang percaya diri. Skala ini terdiri dari 64 pernyataan, 32 pernyataan *favourable* (F) dan 32 pernyataan *unfavourable* (UF).

Tabel 1. Kisi – kisi pertanyaan percaya diri (Rifki, 2008)

Variabel	Indikator	No Item		Jumlah	Bobot
		F	UF		
Percaya diri lahir	Percaya diri lahir	1,2,3,4,9, 10,11,12, 17,18,19,20 25,26,27,28	5,6,7,8,13, 14,15,16,21, 22,23,24,29, 30,31,32	32	50%
	Percaya diri batin	33,34,35,36, 41,42,43,44, 49,50,51,52, 57,58,59,60	37,38,39,40, 45,46,47,48, 53,54,55,56, 61,62,63,64	32	50%
Total		32	32	64	100%

Penelitian yang mengukur sikap dan pendapat dapat menggunakan skala Likert. Sebelum penelitian dilakukan peneliti melakukan uji coba terhadap angket yang akan di sebarakan, diantara uji coba yang dipakai adalah uji validitas bila nilai korelasi dibawah 0.30 maka dapat disimpulkan bawah butir intrumen tersebut tidak valid, sehingga harus diperbaiki dan uji reliabilitas dengan koefisien alpha = 0,684 sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat reabilitasnya sangat tinggi.

Uji coba ini dilakukan menggunakan program SPSS Windows 16. Teknik analisis data yang akan digunakan didalam penelitian ini yakni menggunakan teknik analisis data deskriptif kuantitatif dengan prosentase. Dengan prosentase akan diperoleh nilai rata-rata dari setiap aspek penelitian berdasarkan hasil penyebaran angket, sehingga secara umum dapat diketahui minat belajar mahasiswa dalam pembelajaran online. Pengolahan data dari nilai rata-rata (mean) dapat di kategorikan menjadi 5 (lima) dengan

terlebih dahulu dibuat interval. Kategori dapat di bagi dari tingkatan yang tinggi ke yang rendah yaitu, sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, sangat rendah dengan ketentuan rumus sebagai berikut:

Tabel 2. Kategori Penilaian Interval (Sudijono, 2011)

Kategori	Rentang Skor
Sangat Tinggi	$X > M + 1,5 SD$
Tinggi	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$
Sedang	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$
Rendah	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$
Sangat Rendah	$X \leq M - 1,5 SD$

Untuk menentukan prosentase maka digunakan penghitungan sederhana sebagai berikut:

1. Menentukan NH (nilai harapan), dengan cara mengalikan jumlah item pertanyaan dengan skor tertinggi.

2. Menghitung NS (nilai skor), nilai ini merupakan rata-rata sebenarnya dari hasil penelitian.
3. Menentukan kategori, yaitu dengan menggunakan rumus:

$$P = NS \text{ NH } \times 100$$

HASIL

Data tingkat kepercayaan diri diperoleh dari hasil kuesioner yang terdiri dari 46 item pernyataan menggunakan skala likert yang terdiri dari empat alternatif jawaban yaitu sangat setuju (ss), setuju (s), tidak setuju (ts), sangat tidak setuju (sts). Subyek diminta memilih satu dari empat alternatif jawaban yang disediakan pada setiap pernyataan, dengan memberikan tanda (√) pada kolom. Skor maksimal dari alternative jawaban yaitu 4 dan skor minimal yaitu 1. Berdasarkan 46

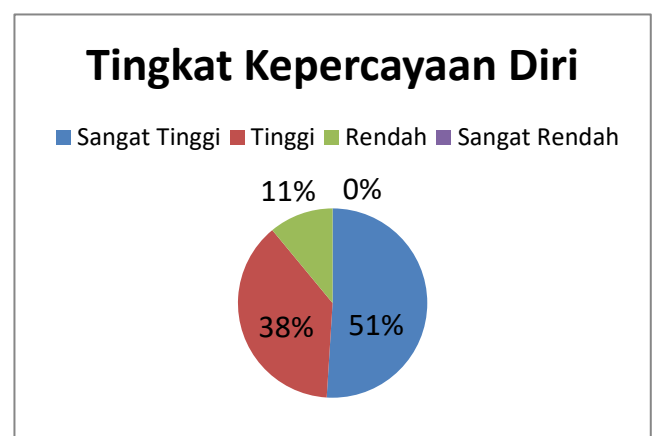
butir pernyataan yang ada dengan jumlah responden 100 siswa, menunjukkan bahwa variabel tingkat kepercayaan diri diperoleh skor maksimum sebesar 168 dari skor tertinggi yang mungkin dicapai sebesar $(4 \times 46) = 184$ dan skor terendah 102 dari skor terendah yang mungkin dicapai sebesar $(1 \times 46) = 46$.

Data variabel penelitian ini selanjutnya akan digolongkan ke dalam kategori yang mendapat kecenderungan tingkat kepercayaan diri (x). Agar diketahui kecenderungan masing-masing skor variabel maka digunakan skor ideal. Skor ideal tersebut dapat dibagi menjadi 4 kategori kecenderungan, yaitu: Kelompok sangat tinggi : $mi + 1 \text{ sdi} \leq x$, Kelompok tinggi : $mi \leq x < mi + 1 \text{ sdi}$, Kelompok rendah : $mi - 1 \text{ sdi} \leq x < mi$, Kelompok sangat rendah : $x < mi - 1 \text{ sdi}$

Tabel 3. Pengkategorian variabel tingkat kepercayaan diri.

No	Kategori	Rumus	Hitungan	F	%
1	Sangat Tinggi	$mi + 1 \text{ sdi} \leq x$	$132 \leq x$	51	51
2	Tinggi	$mi \leq x < mi + 1 \text{ sdi}$	$115 \leq x < 132$	38	38
3	Rendah	$mi - 1 \text{ sdi} \leq x < mi$	$98 \leq x < 115$	11	11
4	Sangat rendah	$x < mi - 1 \text{ sdi}$	$x < 98$	0	0
Jumlah				100	100

Frekuensi kecenderungan variabel tingkat kepercayaan diri yang berada pada rentang skor lebih dari atau sama dengan 132 masuk pada kategori sangat tinggi sebanyak 51 siswa (51%), rentang skor antara 115 sampai 131 masuk pada kategori tinggi sebanyak 38 siswa (38%), rentang skor antara 98 sampai 114 masuk pada kategori rendah sebanyak 11 siswa (11%), dan rentang skor kurang dari 98 masuk pada kategori sangat rendah sebanyak 0 siswa (0%). Kecenderungan variabel tingkat kepercayaan diri digambarkan dalam *piechart* sebagai berikut.



Grafik 1. Tingkat Kepercayaan Diri

Gambar di atas menunjukkan bahwa 51% siswa memiliki tingkat kepercayaan diri yang sangat tinggi, kemudian 38 % siswa memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi

dan 11% siswa memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Berdasarkan data yang disajikan dapat disimpulkan bahwa tingkat kepercayaan diri siswa sma negeri 1 nganjuk tahun ajaran 2019/2020 cenderung berada pada kategori sangat tinggi.

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa dari total sampel 100 siswa, 51 siswa memiliki tingkat kepercayaan diri yang sangat tinggi dengan prosentase 51%, 38 siswa memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi dengan prosentase 38% dan 11 siswa memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah dengan prosentase 11%. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar peserta didik sma negeri 1 nganjuk memiliki tingkat percaya diri yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik sma negeri 1 nganjuk sudah memiliki kepercayaan diri, meskipun belum semua peserta didik belum sampai pada tingkat itu. Hal tersebut dikarenakan peserta didik sedang berproses mengenali kepercayaan diri yang ada didalam dirinya, seperti bertindak mandiri dalam mengambil keputusan dan berani mencoba sesuatu hal yang baru.

Rasa percaya diri sangat penting bagi peserta didik, karena dengan percaya diri yang tinggi memiliki sifat mandiri, bersemangat, yakin akan potensi yang dimiliki, bersikap tenang dan tidak mudah gugup dan mampu bangkit dari kegagalan. Dengan demikian percaya diri yang tinggi mampu menunjukkan tindakan positif terhadap berbagai kondisi yang mempengaruhi kegiatan belajar maupun hasil belajar, sebaliknya rasa percaya diri yang rendah menimbulkan kecenderungan negative, baik tindakan yang dilakukan sengaja maupun tidak sengaja yang dapat merugikan dan menghambat tujuan belajar peserta didik secara keseluruhan.

Faktor-faktor tingginya tingkat percaya diri peserta didik dapat dilihat dari beberapa aspek sebagaimana dipaparkan oleh Ghufroon & Rismawati (2012), yaitu : pertama peserta didik memiliki keyakinan akan kemampuan diri. Hal ini terlihat dari individu yang memiliki sikap positif tentang dirinya bahwa dia mengerti sungguh-sungguh akan

mendapatkan apa yang dilakukannya, seperti peserta didik yakin dapat mengerjakan tugas atau pr dengan baik dan yakin dengan kerja keras yang dilakukannya untuk mendapatkan nilai yang baik. Kedua peserta didik memiliki sikap optimis, seperti : peserta didik berani mengatakan bakat atau kemampuan yang dimiliki orang lain, bangga dan bersyukur atas apa yang ada pada diri, berani bertanya tanpa harus ditunjuk guru apabila ada yang belum dimengerti, dan lancer berbicara didepan kelas ketika menyampaikan pendapat.

Ketiga , peserta didik memiliki sikap obyektif, hal ini terlihat dari individu yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri, seperti: peserta didik percaya tugas sesulit apapun yang diberikan oleh guru bukan untuk membebani melainkan untuk mengembangkan kemampuan yang ia miliki, keempat, peserta didik memiliki sikap bertanggungjawab, hal ini terlihat dari individu yang bersedia menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya seperti : peserta didik melaksanakan sanksi yang diberikan ketika peserta didik terlambat datang sekolah. Kelima, peserta didik memiliki sikap rasional , hal ini terlihat dari individu menganalisa suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan, seperti, peserta didik berfikir bahwa guru yang member peringatan kepada peserta didik memiliki tujuan agar peserta didik menjadi lebih baik. Keenam, peserta didik berani mencoba hal baru tanpa rasa takut, hal ini terlihat dari setiap individu mempunyai keberanian untuk mencoba sesuatu hal yang baru, seperti : peserta didik mau mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang belum pernah di ikuti ketika smp. Ketujuh, peserta didik merasa dapat diterima oleh lingkungan tempat berinteraksi , hal ini terlihat dari individu memiliki keyakinan bahwa dirinya akan dapat diterima di dalam ditengah-tengah lingkungan tempat mereka berinteraksi seperti ; peserta didik merasa diterima dengan baik oleh teman – teman dan bapak/ibu guru.

Adapun cara untuk menumbuhkan rasa percaya diri adalah evaluasi diri secara obyektif, belajar menilai diri sendiri secara obyektif, beri penghargaan yang jujur terhadap diri sendiri sadari dan hargailah sekecil apapun keberhasilan dan potensi yang dimiliki, positif tingking memerangi setiap asumsi atau persepsi negative yang muncul dalam pikiran, belajar dari pengalaman dan membangun pendirian yang kuat. Menurut Hakim (2002) faktor yang mempengaruhi terbentuknya percaya diri, yaitu:

A. Faktor internal

- 1) Konsep diri merupakan penilaian mengenai diri sendiri. Terbentuknya konsep diri pada seseorang diawal dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam sosialisai dengan lingkungan. Seseorang yang mempunyai rasa rendah diri biasanya memiliki konsep diri yang negatif. Sebaliknya seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan memiliki konsep diri yang positif.
- 2) Kondisi fisik perubahan kondisi fisik juga berpengaruh pada kepercayaan diri. Penampilan fisik dan ketidakmampuan fisik seseorang juga bisa menyebabkan rasa rendah diri pada diri seseorang tersebut.
- 3) Pengalaman hidup kepercayaan diri yang terbentuk dalam diri seseorang merupakan hasil dari pengalamannya sepanjang hidup. Biasanya orang yang memiliki pengalaman mengecewakan, akan menyebabkan timbulnya rasa percaya diri pada dirinya. Terlebih jika pada dasarnya seseorang memilih rasa tidak aman, kurang kasih sayang, dan kurang perhatian.

B. Faktor eksternal

- 1) Pendidikan tingkat pendidikan yang rendah cenderung akan membuat seseorang dibawah kekuasaan yang lebih pandai, sebaliknya seseorang yang memiliki agar pendidikan yang tinggi akan lebih mandiri dan tidak

bergantung pada orang lain. Orang tersebut dapat mampu memenuhi keperluan hidup mereka dengan rasa percaya diri dan kekuatannya.

- 2) Lingkungan yang dimaksud adalah keluarga dan masyarakat. Dukungan yang diterima dari lingkungan keluarga, seperti anggota keluarga yang saling berinteraksi dengan baik akan memberikan rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi pada diri seseorang.

Ada beberapa factor yang mempengaruhi peserta didik SMAN 1 Nganjuk belum optimal pencapaian sikap percaya diri dengan baik yaitu factor internal dan factor external. Factor internal yang pertama yaitu pengalaman hidup. Kepercayaan diri yang terbentuk dalam diri setiap orang merupakan hasil dari pengalamannya sepanjang hidup.

Biasanya orang yang memiliki pengalaman yang mengecewakan, akan menyebabkan timbulnya rasa rendah diri pada dirinya. Terlebih jika pada dasarnya seseorang memilih rasa tidak nyaman, kurang kasih sayang, dan kurang perhatian. Factor internal yang kedua yaitu konsep diri merupakan penilaian mengenai diri sendiri. Terbentuknya konsep diri pada seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam sosialisasi dengan lingkungan. Seseorang yang mempunyai rasa rendah diri biasanya memiliki konsep diri yang negative sebaliknya seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan memiliki konsep diri yang baik.

Faktor external mempengaruhi peserta didik sma negeri 1 nganjuk belum optimal dalam pencapaiannya sikap percaya diri dengan baik yaitu: lingkungan disini merupakan lingkungan keluarga dan masyarakat, dukungan yang diterima dari lingkungan keluarga, seperti anggota keluarga yang saling berinteraksi dengan baik akan member rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi pada diri seseorang, begitu juga dengan lingkungan masyarakat yang memberikan

dampak positif, maka seseorang akan berkembang menjadi lebih baik.

Kepercayaan diri menjadi salah satu faktor yang dapat berpengaruh terhadap keberhasilan belajar siswa. Kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang berisi keyakinan tentang kekuatan, kemampuan dan keterampilan yang dimilikinya. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri biasanya menganggap bahwa dirinya mampu melakukan segala sesuatu yang dihadapinya dengan kemampuan yang dimilikinya (Komara, 2016). Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

Terbentuknya sebuah kemampuan percaya diri adalah suatu proses belajar bagaimana seseorang merespon berbagai rangsangan dari luar dirinya melalui interaksi dengan lingkungannya (Syam & Amri, 2017). Orang yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi memandang dunia sebagai hal yang dapat dikendalikan, dan memandang dirinya sebagai orang yang dapat mempunyai kemampuan mengendalikannya.

Lawan dari rasa percaya diri adalah ketidakpercayaan diri. Rasa tidak percaya diri akan sangat mengganggu aktivitas sehari-hari. Tidak percaya diri merupakan salah satu dari bentuk ketakutan yang sangat dihindari banyak orang (Amri, 2018). Berdasarkan apa yang telah dibahas, maka dapat diperoleh suatu pemahaman bahwa kepercayaan diri tumbuh dalam diri setiap individu. Hal ini berarti dengan rasa percaya diri dapat mendorong seorang individu untuk mewujudkan harapan dan cita-cita, karena tanpa adanya rasa percaya diri maka seseorang akan cenderung ragu-ragu dalam mengambil tindakan dan pengambilan keputusan dan hal ini dapat merugikan diri sendiri dan orang lain. Dengan demikian kepercayaan diri berisi dengan keyakinan

siswa terkait dengan kekuatan, kemampuan diri, untuk melakukan dan meraih sukses serta tanggung jawab terhadap apa yang telah ditetapkan oleh dirinya (Puspita, 2018).

Untuk meningkatkan hasil belajar perlu ditingkatkan percaya diri siswa. Rasa percaya diri didasarkan pada kepercayaan yang realistis terhadap kemampuan yang dimiliki oleh siswa. Bila siswa merasa rendah diri, siswa tidak berhasil menyadari kemampuan yang sebenarnya dimiliki. Individu menghindari mengambil tantangan baru. Dengan cara ini, rasa rendah diri dapat menuntun pada rasa kurang percaya diri yang tidak realistis, membatasi kemampuan kita untuk memberikan yang terbaik. Maka dengan kepercayaan diri akan dapat menyadari dan juga bagaimana cara mengaplikasikan kemampuan dirinya dengan baik sehingga dapat mencapai tujuan prestasi atau hasil belajar yang diinginkan. Maka pengaruh percaya diri terhadap hasil belajar siswa menguatkan keyakinan akan kemampuan yang ada dalam diri individu seseorang siswa sehingga diharapkan akan melakukan aktivitas belajarnya dengan baik serta memperoleh hasil belajar yang baik (Adi, 2017).

KESIMPULAN

Tingkat percaya diri peserta didik SMA Negeri 1 Nganjuk tahun ajaran 2019/2020 sudah baik. Hal ini tampak dari hasil perolehan sebagian besar (51%) peserta didik sudah mencapai tingkat percaya diri pada kategori tinggi 38 siswa memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi dengan prosentase 38% dan 11 siswa memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah dengan prosentase 11%. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar peserta didik SMA Negeri 1 Nganjuk memiliki tingkat percaya diri yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik SMA Negeri 1 Nganjuk sudah memiliki kepercayaan diri, meskipun belum semua peserta didik belum sampai pada tingkat itu. Hal tersebut dikarenakan peserta didik sedang berproses mengenali kepercayaan diri yang ada didalam dirinya, seperti bertindak mandiri

dalam mengambil keputusan dan berani mencoba sesuatu hal yang baru.

REFERENSI

- Adi, H. (2017). Hubungan Percaya Diri dengan Hasil Belajar PJOK di SMP Se-Kecamatan Ule Kareng Banda Aceh Tahun Pelajaran 2016/2017. *Jurnal Penjaskesrek*, 4(2), 292–300.
- Agelis, B. (2000). *Confidance (percaya diri)*. Jakarta: PT Gramedia Pustakan Utama.
- Amri, S. (2018). Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Sma Negeri 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia*. <https://ejournal.unib.ac.id/index.php/jpmr>, 03(02).
- Arikunto, S., Suhardjono, & Supardi. (2009). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Buklew, J. (1980). *Paradigm for Psychopathology. A Contribution to Case History Analysis*. New York: J.B. Lippencott Company.
- Ghufron, M. N., & Rismawati, R. (2012). *Teori – Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hakim, T. (2002). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta : Puspa Swara.
- Hanief, Y. N., & Sugito. (2015). Membentuk Gerak Dasar Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Permainan Tradisional. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 1(1), 60–73. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v1i1.575
- Iswidharmamanjaya, & Agung. (2004). *Satu Hari Menjadi Lebih Percaya Diri*. Jakarta: Media Komputindo.
- Komara, I. B. (2016). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Prestasi Belajar dan Perencanaan Karir Siswa SMP. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 33. <https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v5i1.4474>
- Maksum, A. (2014). *Metode Penelitian*. Surabaya: Unesa Press.
- Puspita, L. (2018). Pengaruh Motivasi Belajar Dan Percaya Diri Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Pada Siswa Tunarungu Sekolah Luar Biasa. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 1(2), 18. <https://doi.org/10.26858/sportive.v1i2.5623>
- Rifki, M. (2008). *Pengaruh rasa percaya diri terhadap prestasi belajar siswa di SMA Islam Almaarif Singosari Malang*. Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Setiawan, P. (2014). *Siapa Takut Tampil Percaya Diri*. Yogyakarta: Parasmu.
- Sudijono, A. (2011). *Evaluasi Pedidikan*. Jakarta; Raja Grafindo Persada.
- Syam, A., & Amri. (2017). Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Kaderisasi Imm Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi Kasus Di Program Studi Pendidikan Biologi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Parepare). *Jurnal Biotek*, 5, 87–102.