

BAB IV

TEMUAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Setelah melakukan penelitian sekitar 10 pertemuan dan 2 pertemuan digunakan untuk mengisi *pre-test* dan *posttest* penelitian mendapatkan hasil data. Data kuantitatif yang di peroleh merupakan data mentah yang harus diolah dengan menggunakan bantuan program *software microsoft excel dan IBM SPSS*. Tujuan dari pengolahan data ini adalah agar data yang telah dikumpulkan dapat memberikan makna yang lebih mendalam dan dapat dijadikan sebagai acuan dalam menjawab pertanyaan penelitian serta menarik kesimpulan yang relevan. Adapun data yang diperoleh sebagai berikut:

4.1.1. Analisis Deskriptif Data Penelitian

Analisis ini membantu memperoleh gambaran keseluruhan data penelitian dan membantu memperjelas hasil pembahasan berupa penjelasan hasil tes. Dalam penelitian ini terdapat dua kelompok sampel penelitian yang terdiri dari kelompok eksperimen. Artinya, kelompok yang menjalani program kepercayaan terintegrasi. Sedangkan kelompok kontrol merupakan kelompok yang mendapat program kepercayaan diri tidak terintegrasi. Dua jenis data yang diperoleh dalam penelitian ini yaitu data *pre-test* dan data *post-test*. Data *pre-test* dimaksudkan untuk mengetahui kinerja awal kedua kelompok yang dijadikan subjek penelitian, dan *post-test* dimaksudkan untuk mengukur kinerja akhir setelah perlakuan berbeda. Gambaran hasil data dapat dilihat pada tabel 4.1 sebagai berikut:

Tabel 4. 1 Data Hasil Statistik Deskriptif Kepercayaan Diri Kelompok Integrasi dan Non Integrasi

Item	N	Range	Skor	Skor	Rata-rata	Std. Deviation
			Minimum	Maximum	Mean	
Pre-Test Eksperimen	9	35	101	136	120.56	11.271
Post-Test Eksperimen	9	29	118	147	135.22	9.680
Pre-Test Kontrol	9	32	101	133	123.00	9.836
Post-Test Kontrol	9	17	119	136	130.44	5.897
Valid N (listwise)	9					

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa nilai *pre-test* pada kelompok eksperimen dengan nilai rata-rata 120,56 dan standar deviasi 11,27, sedangkan nilai *post-test* pada kelompok eksperimen memiliki nilai rata-rata 135,22 dan standar deviasi 9,68. Pada *pre-test* kelompok kontrol memperoleh nilai rata-rata 123,00 dan standar deviasi 9,836, sedangkan *post-test* pada kelompok kontrol memperoleh nilai rata-rata 130,44 dan standar deviasi 5,897.

4.1.2 Uji Normalitas

Penulis menggunakan bantuan program *IBM SPSS Statistics Version 22* dalam menghitung uji normalitas *Shapiro Wilk* untuk dapat menunjukkan normal atau tidaknya sebaran data. Sebuah syarat data berdistribusi normal apabila signifikan yang diperoleh dari hasil perhitungan lebih besar dari Sig.

Tabel 4. 2 Uji Normalitas Kepercayaan Diri(Sumber: *IBM SPSS Statistics Version 22*)

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest1	.247	9	.120	.848	9	.070
Posttest1	.225	9	.200*	.875	9	.140
Pretest2	.130	9	.200*	.975	9	.931
Posttest2	.147	9	.200*	.946	9	.649

Berdasarkan Tabel 4.2 menunjukkan nilai signifikan kelompok eksperimen *pre-test* dengan nilai signifikan (Sig.) = 0,070 > 0,05, *post-test* 0,140 > 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Pada kelompok kontrol *pre-test* menunjukkan nilai signifikan (Sig.) = 0,931 > 0,05, *post-test* 0,649 > 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

4.1.3 Uji Homogenitas

Setelah melakukan uji normalitas dan menemukan bahwa kedua data sampel berdistribusi normal, maka dapat menguji homogenitas varians kedua data sampel untuk mengetahui apakah data kedua kelompok dalam penelitian tersebut homogen. Menghitung uji homogenitas menggunakan program *IBM SPSS Statistics versi 22*. Data yang diuji jika sig. > 0,05 disebut data homogen. Hasil perhitungan uji Homogenitas varians data dapat disajikan dengan tabel 4.3 sebagai berikut:

Tabel 4. 3 Uji Homogenitas Kepercayaan Diri

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
kontrol	1.253	1	16	.280
eksperimen	.310	1	16	.585

(Sumber: *IBM SPSS Statistics Version 22*)

Berdasarkan tabel 4.3 uji homogenitas, menunjukkan bahwa nilai signifikan kelompok eksperimen $0,585 > 0,05$ atau dapat dinyatakan bahwa data tersebut bersifat homogen. Pada kelompok kontrol memiliki nilai signifikan $0,280 > 0,05$ dapat dinyatakan bahwa data tersebut homogen. Karena data yang diperoleh memiliki nilai signifikan yang lebih besar dari $> 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa nilai tersebut termasuk data yang bersifat homogen.

4.1.4 Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil uji normalitas dan uji homogenitas, data yang diperoleh berdistribusi normal, menunjukkan bahwa kelompok eksperimen dan kontrol bersifat homogen. Oleh karena itu, uji statistik parametrik dapat dilakukan menggunakan uji-t sampel independen. Tujuan dari pengujian hipotesis ini adalah untuk melihat apakah terdapat perbedaan dampak terhadap peningkatan rasa percaya diri antara kelompok terintegrasi dan tidak terintegrasi, serta untuk mengetahui mana yang lebih baik dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa. Adapun hipotesis yang digunakan yaitu:

Ho: Tidak terdapat perbedaan pengaruh antara kelompok integrasi dan tidak terintegrasi kepercayaan diri terhadap peningkatan kepercayaan diri.

Hi: Terdapat perbedaan pengaruh antara kelompok integrasi dan tidak terintegrasi kepercayaan diri terhadap peningkatan kepercayaan diri.

Untuk mengetahui hasil uji hipotesis penulis menggunakan Uji-t sampel independen seperti yang disajikan pada tabel 4.4 berikut:

Tabel 4. 4 Uji Independent Sample T-Test

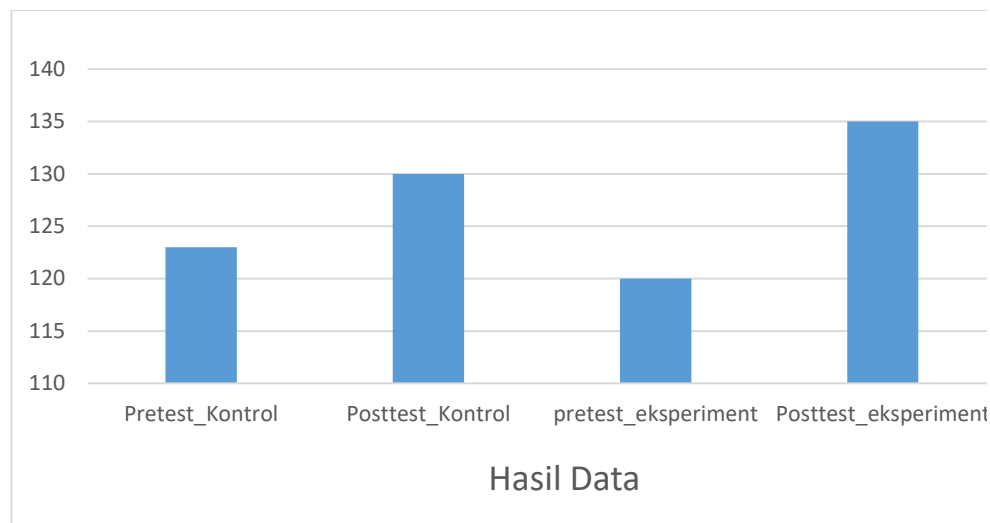
	KELOMPOK	
	INTEGRASI	NON INTEGRASI
Sigma X	143	66
X	76	37,5
SD	7,99228	5,537749

T Hitung	11,88
T Tabel	2.120

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bahwa didapatkan $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$ dengan nilai $11,88 > 2,120$. Maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya “Terdapat perbedaan pengaruh antara kelompok integrasi dan tanpa integrasi kepercayaan diri terhadap peningkatan kepercayaan diri”.

Untuk mengetahui kelompok mana yang lebih baik mengalami pengembangan kepercayaan diri, penulis membandingkan nilai rata-rata pada setiap kelompok yang ditunjukan pada gambar 4.1:

Gambar 4. 1 Perbandingan Peningkatan Kepercayaan Diri



Berdasarkan gambar 4.1 dapat diketahui bahwa peningkatan kepercayaan diri pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Maka dapat disimpulkan bahwa kelompok eksperimen yaitu kelompok integrasi mengalami peningkatan kepercayaan diri lebih baik dari pada kelompok kontrol tanpa integrasi kepercayaan diri. Program latihan memberikan lebih besar pengaruhnya terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa dibandingkan dengan kelompok yang diberikan program latihan tanpa integrasi kepercayaan diri.

4.2. Pembahasan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data yang telah dilakukan maka diperoleh beberapa temuan terkait dengan hipotesis yang diajukan. Untuk lebih jelas penulis akan memaparkan sebagai berikut:

4.2.1. Terdapat Perbedaan Pengaruh Antara Kelompok Integrasi Dan Tanpa Integrasi Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri

Berdasarkan hasil pengolahan data yang telah dilakukan, penulis memperoleh hasil bahwa terdapat perbedaan pengaruh antara kelompok integrasi dan tanpa integrasi kepercayaan diri terhadap peningkatan kepercayaan diri. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji t-test, didapatkan nilai

signifikansi sebesar $11,88 > 2,120$, yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara kedua kelompok dalam peningkatan kepercayaan diri siswa.

Perbedaan pengaruh pada kedua kelompok tersebut membuktikan bahwa dengan olahraga dapat berkontribusi dalam meningkatkan kepercayaan diri seseorang. Siswa yang berpartisipasi dalam program gulat dengan integrasi kelompok (misalnya, adanya interaksi dan kerja sama antaranggota kelompok) menunjukkan peningkatan kepercayaan diri yang lebih signifikan dibandingkan kelompok tanpa integrasi. Sedangkan Siswa yang menjalani latihan secara individu atau tanpa ada elemen integrasi dalam kelompok mungkin mengalami peningkatan kepercayaan diri, tetapi peningkatannya lebih rendah dibandingkan dengan kelompok integrasi Duckworth, A. L., et al (2007).

Olahraga memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap peningkatan kepercayaan diri individu, terutama di kalangan pelajar dan remaja. Aktivitas fisik yang rutin, termasuk partisipasi dalam olahraga, meningkatkan persepsi diri dan memberikan rasa pencapaian yang membantu membangun kepercayaan diri.

Partisipasi dalam olahraga, baik individu maupun tim, menunjukkan efek yang berbeda. Studi menunjukkan bahwa siswa yang terlibat dalam olahraga tim cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang tidak berpartisipasi dalam olahraga atau hanya mengikuti olahraga individu. Hal ini terkait dengan faktor sosial, seperti dukungan dari rekan tim dan interaksi kelompok, yang memperkuat rasa kepemimpinan dan keyakinan diri (Yilmaz, T. 2023).

Olahraga memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan kepercayaan diri melalui berbagai mekanisme, termasuk pencapaian keterampilan, interaksi sosial, dan pengelolaan stres. Penelitian

menunjukkan bahwa siswa yang berpartisipasi dalam olahraga tim lebih mungkin mengalami peningkatan kepercayaan diri dibandingkan dengan mereka yang tidak berolahraga, karena dukungan sosial dari teman dan pelatih memperkuat *self-efficacy* mereka. Selain itu, keterlibatan jangka panjang dalam olahraga berhubungan erat dengan peningkatan rasa harga diri dan kebahagiaan. Penelitian yang dilakukan oleh The Sport Journal menunjukkan bahwa partisipasi dalam olahraga di masa remaja berkontribusi secara signifikan terhadap *self-esteem*, yang berkaitan dengan pencapaian tugas dan pengelolaan tantangan (Yılmaz, 2023)

Seperti yang penulis sampaikan di awal pembelajaran, seringkali siswa ingin melakukan suatu gerak atau keterampilan yang diinstruksikan selama pembelajaran. Namun, jika latihan dilakukan dengan rasa harga diri yang terintegrasi ke dalamnya, kemungkinan besar siswa akan mampu melakukan gerak yang diperintahkan dan menunjukkan kemampuannya dengan lebih efektif. Menurut Mirhan & Kurnia (2016), memiliki rasa percaya diri akan membantu seseorang dalam kehidupan sehari-hari, seperti ketika harus melakukan suatu tugas, namun juga perlu memiliki energi positif dalam dirinya. Dengan rasa percaya diri, seseorang dapat mengembangkan energi positif dalam dirinya. Oleh karena itu, ketika ada energi positif, orang dapat memiliki rasa harga diri dan kesadaran diri.

4.3. Keunggulan Penelitian

Berdasarkan pemahaman penulis, belum banyak penelitian yang mengkaji tentang perkembangan rasa percaya diri pada cabang olahraga gulat, sehingga tidak hanya sekedar orisinalitas dan kebaruan saja. Integrasi kepercayaan diri diwujudkan dengan berkembangnya rasa percaya diri pada penelitian ini. Banyak penelitian lain yang hanya berfokus pada menghubungkan rasa percaya diri seseorang dengan variabel lain.

Moch Fakri Azriel Ardiyansyah, 2024

INTEGRASI PROGAM KEPERCAYAAN DIRI MELALUI PELATIHAN GULAT DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT DI SMA NEGERRI 1 MAJALAYA.

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

4.4. Kelemahan Penelitian

Kelemahan pada penelitian ini yaitu jika instrumen yang digunakan untuk mengukur kepercayaan diri atau komponen *Positive Youth Development* lainnya tidak valid atau reliabel, hasil penelitian bisa diragukan.