

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Program pembelajaran pendidikan jasmani memiliki tujuan dan fungsi untuk menumbuhkembangkan seluruh domain (aspek) yang dimiliki oleh peserta didik. Domain tersebut mencakup ranah psikomotor, kognitif, dan afektif. Pada aspek psikomotor terlihat jelas untuk diamati karena pendidikan jasmani adalah pendidikan melalui aktivitas fisik (jasmani) yang bertujuan mengembangkan kemampuan gerak peserta didik. Pada aspek kognitif, program pendidikan jasmani berupaya mengembangkan kemampuan berfikir kritis dan daya nalar melalui berbagai konsep yang terkait dengan pemahaman tentang rangkaian gerak, kemampuan menganalisa gerakan, dan pemahaman konsep pola hidup sehat.

Melalui program pendidikan jasmani (penjas) dikembangkan pula aspek afektif yang terkait dengan perkembangan sikap dan emosional. Siswa diarahkan untuk memiliki kemampuan mengendalikan emosi, memiliki konsep diri yang positif, memiliki kemampuan berinteraksi secara efektif dengan orang lain, mampu menghormati dan menghargai kemampuan orang lain, dan memiliki kebanggaan serta percaya diri (*self esteem*) terhadap kemampuan yang dimilikinya (Lutan, 2001, hlm. 34-35).

*Self esteem* diartikan dalam istilah percaya diri meskipun tidak sepenuhnya menggambarkan makna yang sesungguhnya. Lutan (2003, hlm. 3) memaparkan bahwa “*self esteem* adalah penerimaan diri sendiri, oleh diri sendiri berkaitan bahwa kita pantas, berharga, mampu dan berguna tak peduli dengan apa pun yang sudah, sedang atau bakal terjadi. Tumbuhnya perasaan aku bisa dan aku berharga merupakan inti dari pengertian *self esteem*”. Hal yang serupa diungkapkan dalam sebuah situs “Kidshealth” (2006) yang menyatakan bahwa “*Self esteem is the collection of beliefs or feeling that we have about ourselves, or our “self-perception.” How we define ourselves influences or motivations, attitudes, and behaviors and affects our emotional adjustment*”. Maksudnya adalah *self esteem* merupakan kumpulan dari kepercayaan atau perasaan tentang diri kita atau

persepsi kita terhadap diri sendiri tentang motivasi, sikap, perilaku, dan penyesuaian emosi yang mempengaruhi kita.

Situs KidsHealts (2006) memaparkan mengenai dua jenis *self esteem* yaitu *Unhealthy Self esteem* dan *Healthy Self esteem*. *Self esteem* yang rendah atau tidak sehat pada anak ditandai dengan tidak adanya keinginan melakukan sesuatu hal yang baru, anak selalu berkata negatif atas kemampuan yang dimilikinya misalnya “Saya bodoh!”, “Saya tidak pernah belajar dengan baik”. Ciri yang lainnya adalah anak tidak memiliki toleransi, frustrasi, dan pesimis. Sedangkan pada anak yang memiliki *self esteem* yang sehat ditandai dengan senang memelihara hubungan dengan yang lain, aktif dalam kelompoknya, menyenangkan dalam berhubungan baik, mampu menemukan solusi ketika peluang menipis, memahami kekuatan dan kelemahannya serta memiliki sikap optimis.

*Self esteem* dapat tercermin dari cara seseorang berperilaku dan berbuat. *Self esteem* berkenaan dengan kemampuan untuk memahami apa yang sedang dan telah diperbuat, dan berkenaan pula dengan penetapan tujuan yang harus dicapai. Dalam konteks pembelajaran pendidikan jasmani, kita dapat mengamati *self esteem* yang dimiliki oleh para peserta didik. Peserta didik yang memiliki *self esteem* tinggi atau *self esteem* yang sehat pada umumnya memiliki kepercayaan diri dan keyakinan yang tinggi pula untuk dapat melakukan tugas gerak yang diinstruksikan guru. Mereka biasanya bersungguh-sungguh dalam melakukan aktivitas jasmani dan selalu berupaya memperbaiki kekurangan dan terus berlatih meningkatkan kemampuannya. Ciri ini akan sangat berbeda dengan peserta didik yang rendah *self esteem*nya atau yang tidak memiliki *self esteem*. Umumnya mereka enggan atau bermalas-malasan melakukan tugas gerak karena merasa khawatir atau tidak percaya terhadap kemampuan yang dimilikinya, tidak bekerja keras memperbaiki kekurangannya dan merasa cukup dengan apa yang sudah dilakukannya. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Allegrante (2010) menyebutkan bahwa “*Self esteem* sangat berhubungan erat dengan kesehatan fisik dan mental”. Hal ini berhubungan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Koka (2006) bahwa “Ancaman dengan stabilitas tinggi dari rendahnya *feedback*

yang diberikan oleh guru sangat dirasakan pada pendidikan jasmani”. Dari hasil penelitian tersebut di atas dapat terlihat bahwa guru pendidikan jasmani jarang sekali memberikan *feedback* sehingga tujuan dari pelajaran pendidikan jasmani sulit tercapai, sedangkan hasil penelitian sebelumnya menjelaskan bahwa *self esteem* sangat berhubungan erat dengan kesehatan fisik.

Peristiwa seperti itu akan menjadi hambatan bagi terciptanya lingkungan belajar penjas yang kondusif. Sudah menjadi kewajiban guru penjas untuk mampu menyajikan program pengajaran penjas yang baik yang dapat mengatasi peserta didik yang tidak memiliki *self esteem* atau taraf *self esteem*nya masih rendah. “Guru atau pelatih merupakan sumber penting dalam mengembangkan *self esteem* siswa atau atlet, bahkan sebaliknya guru berpotensi menghancurkan *self esteem* siswa” (Lutan, 2003). Untuk itu guru penjas harus memiliki sikap dan perilaku yang mampu mengembangkan *self esteem* peserta didik melalui perkataan dan tindakan selama proses pembelajaran penjas yang termuat dalam program penjas yang sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan peserta didik.

“Program penjas yang baik akan memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengembangkan kepercayaan diri, mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui aktivitas jasmani baik secara perorangan maupun berkelompok” (Lutan, 1998). Bila tujuan itu tercapai, hal itu memungkinkan peserta didik untuk memperoleh dan menerapkan pengetahuan tentang aktivitas jasmani, pertumbuhan dan perkembangan, perkembangan estetika dan sosial, mengembangkan sikap positif, mengembangkan keterampilan sosial untuk berkomunikasi secara efektif dengan orang lain (Lutan, 1998).

Kesempatan dan manfaat yang akan diperoleh peserta didik akan tercapai apabila guru penjas mampu bertindak sesuai dengan fungsi dan peranannya dalam mengembangkan potensi yang dimiliki peserta didik. Termasuk ketika berupaya meningkatkan *self esteem* pada diri peserta didik. Salah satu cara meningkatkan *self esteem* menurut Lutan (2003) adalah “Melalui komunikasi yang efektif”. Indikator terpenting dari komunikasi yang efektif adalah berterus terang, mendengar, dan merasakan perasaan orang lain”.

Guru yang baik harus berterus terang memberikan penilaian terhadap kemampuan peserta didik dengan menceritakan hal yang sesungguhnya dengan cara yang tidak membuat peserta didik semakin terpuruk. Misalnya guru harus menghindari kata-kata “kamu tidak bisa” kepada peserta didik, tetapi diutarakan dengan kata “belum bisa” ketika peserta didik belum mampu melaksanakan tugas gerak sesuai dengan harapan guru. Hal terpenting lagi adalah guru tetap memiliki pendirian yang konsisten terhadap ucapan dan perilakunya. Guru penjas yang baik adalah guru yang mau mendengar dan memperhatikan segala hal yang diutarakan peserta didik dalam rangka perbaikan proses pembelajaran. Guru penjas yang baik pun adalah orang yang mampu menerima perasaan orang lain, termasuk perasaan peserta didik.

Ketiga indikator yang termuat dalam komunikasi yang efektif sesungguhnya merupakan proses pemberian umpan balik atau *feedback* yang dilakukan guru selama proses pembelajaran. Hal itu dilakukan tidak saja dalam kegiatan belajar mengajar di kelas atau di lapangan melainkan ketika aktivitas belajar telah selesai dilaksanakan. Misalnya di sela-sela waktu istirahat, guru biasanya mengingatkan peserta didik untuk terus berlatih atau aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler sesuai dengan cabang olahraga yang dipilih peserta didik. Secara tidak langsung, peristiwa komunikasi tersebut dapat menjadi *feedback* bagi peserta didik untuk selalu diingatkan akan keharusannya berlatih sekaligus termotivasi karena adanya perhatian dari gurunya. Seperti halnya dalam konteks kepelatihan, peserta didik sebagai atlet membutuhkan *feedback*. Harsono (1988, hlm.87) mengemukakan “Atlet membutuhkan umpan balik untuk mengetahui bagaimana hasil-hasil latihannya, dan apa yang masih harus diperhatikan dan ditekankan dalam latihan-latihan untuk kemajuan prestasinya”.

Secara umum *feedback* terbagi ke dalam dua jenis yaitu *intrinsic feedback* dan *extrinsic feedback* (Apruebo, 2005). *Intrinsic feedback* atau *feedback* intrinsik terkait dengan penilaian terhadap dirinya sendiri, tentang sikap atau perilaku yang telah dilakukannya, tentang kemampuan yang telah ditunjukkannya. Misalnya dalam melakukan tugas gerak, apakah aktivitas yang dilakukan sudah sesuai

dengan yang diinstruksikan guru, apakah merasa nyaman dengan alat bantu yang digunakan, atau menilai bahwa rangkaian gerakan senam telah sesuai dengan urutan yang harus dilakukan. Sedangkan *extrinsic feedback* adalah *feedback* yang berasal dari luar dirinya. Misalnya koreksi dari guru penjas atas gerakan yang sudah dilakukan, cemoohan rekan karena salah memberikan umpan ketika bermain bola, atau dari lingkungan sekitar seperti cuaca yang terlalu panas sehingga mengharuskannya sering beristirahat di tempat yang teduh.

Fungsi *feedback* adalah memberikan motivasi, *reinforcement* (Harsono, 1988, hlm. 89) atau *punishment* (Lutan, 1998). Menurut Apruebo (2005, hlm. 100), "*Reinforcement means any event that increase the probability that a particular response will reoccur under similar consequences*". *Reinforcement* maksudnya adalah pemberian penguatan atas kejadian atau aktivitas yang telah dilaksanakan sehingga aktivitas tersebut tetap mampu dipertahankan atau memberikan respons yang serupa dan pada aktivitas berikutnya dapat meningkat lagi. Dalam hal pemberian *reinforcement* Weinberg dan Gould (1995, hlm. 137) mengemukakan "*Reinforcement is the use of reward and punishment that increase or decrease the likelihood of similar response occurring in the future*". Bahwa *reinforcement* dapat menggunakan penghargaan atau hukuman yang mungkin sekali dapat meningkatkan atau menurunkan respons serupa yang terjadi pada masa berikutnya. Penghargaan tidak selalu dalam bentuk benda sebagai hadiah, tetapi dapat melalui ungkapan-ungkapan. Contohnya ungkapan guru penjas yang mengatakan "Lemparan kamu sudah bagus, coba lempar ke sasaran yang lebih jauh!" Sedangkan *punishment* lebih bersifat memberikan penilaian buruk atas apa yang dilakukan oleh peserta didik. Misalnya pada ungkapan "Lemparan kamu ngawur, jangan asal lempar saja!"

*Feedback* dapat diberikan dalam beberapa jenis, misalnya seperti *knowledge of result*, *objective measures*, *self monitoring*, *snap judgement*, *video playback* (Butler, 1996 dalam Apruebo, 2005). Jenis *feedback* yang lain dikemukakan oleh Suherman (1998, hlm. 126) yaitu *feedback* positif, *feedback* netral, dan *feedback* negatif. Ketiga jenis *feedback* ini paling sering dijumpai

dalam kegiatan belajar mengajar penjas yang bersifat praktik di lapangan dan lebih mudah dilakukan oleh guru. *Feedback* positif ditandai dengan ungkapan guru seperti bagus, hebat, dan pintar. *Feedback* netral diungkapkan guru dengan tidak merujuk kepada kesalahan tugas gerak yang dilakukan seorang peserta didik akan tetapi mengingatkan kepada semua peserta didik. Misalnya dalam belajar menyundul bola, guru mengatakan buka mata untuk melihat arah bola. *Feedback* negatif adalah kebalikan dari *feedback* positif. Pada umumnya *feedback* negatif diajarkan secara implisit atau tidak langsung, misalnya pada ungkapan guru “Kamu tidak becus mengoper bola” sebaiknya diungkapkan “Jangan hanya didorong, lempar bola itu dengan kuat agar sampai ke teman kamu!”. Firmansyah dalam penelitiannya menyebutkan bahwa terdapat interaksi antara gaya mengajar dan *feedback* terhadap keterampilan gerak dasar.

Pemberian jenis *feedback* harus disesuaikan dengan kebutuhan peserta didik. Kebutuhan peserta didik terkait dengan tingkat perkembangan psikososial peserta didik. Pada perkembangan peserta didik di masa remaja yang terkadang memiliki keinginan diperhatikan secara berlebihan atau bahkan ingin diberikan kebebasan seluas-luasnya, guru harus berhati-hati memberikan *feedback* untuk perbaikan atau koreksi atas kekeliruan yang dilakukan peserta didik. Kekurangsesuaian jenis *feedback* yang diberikan akan berdampak kepada perasaan tidak enak, pesimistis, tidak memiliki motivasi, atau tidak memiliki harga diri karena selalu mendapat teguran guru. Untuk itu karakteristik peserta didik harus mendapat perhatian penting ketika guru akan memberikan *feedback*. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Budiman (2009) tentang pemberian *feedback* menghasilkan tiga aspek penting yang harus diketahui oleh guru penjas dalam pemberian *feedback*, yaitu:

- (1) Pemberian *feedback* positif memberikan pengaruh yang signifikan pada pengembangan konsep diri yang positif pada siswa sekolah dasar, (2) Pemberian *feedback* netral tidak memberikan pengaruh yang signifikan pada pengembangan konsep diri yang positif pada siswa sekolah dasar, dan (3) pemberian *feedback* positif lebih baik daripada pemberian *feedback* netral.

Karakteristik siswa SMP (13-16 tahun) tergolong ke dalam masa remaja awal. “Karakteristik umum masa remaja adalah memandang sesuatu hal dari yang bersifat subyektif menuju ke arah yang obyektif” (Makmun, 1995). Lebih lanjut Makmun mengemukakan bahwa usia remaja pada masa anak sekolah umumnya dituntut untuk dapat mengerjakan atau menyelesaikan sesuatu dengan baik dan sempurna. Kemampuan melaksanakan tugas merupakan kepercayaan atas kecakapannya. Kalau tidak, maka akan timbul perasaan rendah diri (*inferiority*) atau *self esteem* yang rendah sekali yang akan dibawanya pada taraf perkembangan selanjutnya. Masa remaja sudah menunjukkan kepada proses pemenuhan kebutuhan pada tahap penghargaan dan perwujudan diri (Teori Kebutuhan Maslow), dan sudah menunjukkan arah kecenderungan tertentu yang akan mewarnai pola dasar kepribadiannya (Soesilowindradini, 1995)

Dalam penelitian ini peneliti juga ingin mengkaji mengenai bagaimana peran gender dalam pemberian *feedback* dan *self esteem*. Hal ini sangat menarik karena berdasarkan pada hipotesis intensifikasi gender (*gender intensification hypothesis*) bahwa perbedaan psikologis dan perilaku antara laki-laki dan perempuan menjadi semakin besar pada masa remaja awal karena meningkatnya tekanan sosialisasi untuk menyesuaikan diri pada peran gender maskulin dan feminim. Dimana masa remaja awal adalah masa usia sekolah menengah pertama. Peneliti ingin melihat apakah ada perbedaan pada peserta didik laki-laki dan perempuan setelah diberikan pemberian *feedback* dan bagaimana pengaruhnya terhadap *self esteem* peserta didik yang tentunya berdasarkan gender.

## **B. Identifikasi Masalah Penelitian**

Perkembangan masa remaja pada umumnya dipengaruhi oleh minatnya terhadap sekolah (Soesilowindradini, 1995 hlm. 189-190). Salah satu yang mempengaruhinya adalah penilaian remaja terhadap kemampuan gurunya mengajar. Kadang-kadang remaja berkeluh kesah berkenaan dengan perilaku dan cara-cara gurunya mengajar. Guru dinilainya tidak memahami keinginan dan kebutuhan remaja di sekolah. Remaja merasa diperlakukan seperti anak kecil, tidak ada kebebasan dan kebanggaan atas apa yang telah dilakukan oleh remaja.

Hal ini terkait dengan terabaikannya upaya pengembangan konsep diri, rasa percaya diri atau harga diri (*self esteem*) sebagai hasil interaksi dalam proses pembelajaran.

Perkembangan *self esteem* terkait erat dengan proses perkembangan peserta didik untuk semakin mengenal siapa dirinya. “Guru penjas memiliki peranan yang cukup besar dalam rangka membantu siswa memahami siapa dirinya” (Lutan 2003, hlm. 21). Terutama bagaimana membantu peserta didik untuk merasakan bahwa dirinya mendapat pengakuan dari orang lain, dan mendapat penghargaan atas tindakan yang dilakukannya.

Dalam konteks pembelajaran penjas, menumbuhkan perasaan harga diri (*self esteem*) dapat ditingkatkan melalui pemberian *feedback* oleh guru secara langsung melalui ungkapan dan tindakan, atau guru membuat indikator pembelajaran agar lingkungan pembelajaran dapat memberikan stimulus berupa *feedback* kepada setiap tindakan yang dilakukan peserta didik. Ini berlandaskan pada pernyataan Lutan (2003, hlm. 21) bahwa salah satu faktor yang dapat mengembangkan *self esteem* adalah peranan guru atau pelatih olahraga. Sehingga dengan bentuk perlakuan yang guru berikan dalam proses pembelajaran akan berdampak pada perubahan *self esteem* peserta didik. Misalnya, antara peserta didik untuk selalu diarahkan menghargai kemampuan yang dimiliki serta menghormati kesempatan kawan untuk melakukan tugas gerak dalam proses menunggu giliran.

Yang menjadi hambatan dalam menerapkan *feedback* adalah kesesuaian antara jenis *feedback* dengan kebutuhan peserta didik akan penghargaan yang harus diterimanya. Hal ini adalah sebagai akibat dari belum mampunya guru penjas menerapkan *feedback* secara maksimal karena belum memiliki pemahaman tentang jenis dan fungsi *feedback*. Faktor lain yang harus diperhatikan adalah tingkat perkembangan psikososial antara peserta didik laki-laki dengan perempuan pada tingkat SMP yang cenderung berbeda, apalagi menginjak masa remaja. Block dan Robins (1993) dalam buku *Self esteem theory and research* melaporkan bahwa kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain dalam

perilaku yang positif mencerminkan rasa *self esteem* pada diri perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Tingkat pertumbuhan dan perkembangan siswa perempuan pada beberapa aspek mental, sosial, dan emosional cenderung berkembang lebih cepat dibandingkan siswa laki-laki (Soesilowindradini 1995, hlm. 188). Hal ini pun berdampak pada pemberian jenis *feedback* yang berbeda pula agar terjadi kesesuaian antara aktivitas peserta didik sebagai stimulus dengan respons berupa perlakuan guru dalam bentuk *feedback*. Semua itu diupayakan dalam meningkatkan *self esteem* pada diri peserta didik.

Berdasarkan wawancara peneliti dengan guru BK (Bimbingan Konseling) SMP Lab UPI (2014), tingkat *self esteem* peserta didik SMP Laboratorium Percontohan sangat bervariasi, dilihat berdasarkan tingkatannya siswa kelas IX memiliki *self esteem* paling tinggi dibandingkan dengan adik kelasnya kelas VII dan VIII, karena kelas IX merupakan tingkatan paling tinggi di SMP sehingga peserta didik kelas IX cenderung lebih memiliki rasa menguasai dan percaya diri, sedangkan untuk kelas VII cenderung memiliki *self esteem* yang rendah, karena sering mendapatkan tekanan atau ejekan dari kakak kelasnya, begitupun bila dibandingkan dengan kelas VII yang termasuk kedalam kelas bilingual, kelas VII reguler memiliki *self esteem* yg lebih rendah dibandingkan dengan kelas bilingual.

Pada kenyataan yang ada di lapangan, peserta didik SMP Lab UPI sering sekali malas dan sulit sekali apabila guru menugaskan untuk memberikan contoh suatu gerakan kepada teman-temannya, sebagai contoh apabila peserta didik ditugaskan untuk memberikan contoh melakukan *lay up shoot* pada pembelajaran bola basket tidak semua peserta didik mau melakukannya. Setelah guru melakukan observasi, kemalasan mereka untuk melakukan tugas tersebut dikarenakan mereka tidak bisa dan tidak yakin bisa melakukan hal tersebut, karena bila salah dalam melakukan tugas tersebut hal yang mereka dapat adalah ejekan dan sindiran dari teman-teman sebayanya. Hal ini menunjukkan masih adanya peserta didik yang menunjukkan gejala *self esteem* yang rendah. Berkaitan dengan *self esteem* yang rendah terdapat dampak yang cukup buruk akibat dari rendah diri di dunia pendidikan Indonesia. Salah satunya yang sering terjadi dan

muncul di televisi yaitu kasus bunuh diri yang dialami peserta didik yang tidak lulus Ujian Nasional (UN). Berdasarkan pada pernyataan Lutan (2003) bahwa salah satu faktor yang dapat mengembangkan *self esteem* adalah peranan guru, sehingga dengan bentuk perlakuan yang guru berikan pada peserta didik dalam proses pembelajaran akan berdampak pada perubahan *self esteem* peserta didik.

### C. Rumusan Masalah Penelitian

Dari latar belakang dan Identifikasi masalah yang telah diuraikan, maka rumusan penelitiannya adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh pemberian *feedback* terhadap peningkatan *self esteem* pada peserta didik SMP?
2. Apakah terdapat pengaruh gender terhadap peningkatan *self esteem* pada peserta didik SMP?
3. Apakah terdapat interaksi antara pemberian *feedback* dan gender terhadap peningkatan *self esteem* pada peserta didik SMP?

### D. Tujuan Penelitian

#### 1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh temuan mengenai pengaruh pemberian *feedback* terhadap peningkatan *self esteem* pada peserta didik laki-laki dan peserta didik perempuan. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan bukti kebermaknaan program pendidikan jasmani melalui proses pembelajarannya yang mampu menumbuhkembangkan seluruh aspek yang dimiliki peserta didik, khususnya aspek psikologis dan sosial.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui pengaruh pemberian *feedback* terhadap peningkatan *self esteem* pada peserta didik SMP.
- b. Untuk mengetahui pengaruh gender terhadap peningkatan *self esteem* pada peserta didik SMP.
- c. Untuk mengetahui interaksi antara pemberian *feedback* dan gender terhadap peningkatan *self esteem* pada peserta didik SMP.

## E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi berbagai pihak yang berkepentingan dengan proses pembinaan dan pengembangan pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pada upaya peningkatan aspek psikososial peserta didik di SMP.

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan referensi bagi para peneliti atau pihak lain yang hendak meneliti masalah-masalah yang berhubungan dengan penerapan *feedback* sebagai salah satu faktor untuk meningkatkan *self esteem* pada peserta didik. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan kajian atau rujukan dalam proses pembelajaran penjas khususnya di bidang strategi belajar mengajar pendidikan jasmani. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat dijadikan masukan dan sumber tambahan bagi lembaga-lembaga yang berkepentingan dalam mengembangkan keilmuan di bidang pendidikan jasmani seperti FPOK, Lembaga Penjamin Mutu Pendidikan (LPMP), para guru penjas dan lembaga terkait lainnya, termasuk para peneliti dalam bidang kajian yang sama.

### 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menemukan jenis *feedback* yang paling sesuai sebagai cara meningkatkan *self esteem* pada peserta didik SMP, baik bagi peserta didik laki-laki maupun peserta didik perempuan. Dengan ditemukannya jenis *feedback* yang paling sesuai, guru penjas akan lebih mudah lagi untuk menerapkannya sehingga kegiatan belajar mengajar akan lebih kondusif lagi. Sedangkan bagi peserta didik, melalui peningkatan *self esteem* diharapkan akan terbentuk kepribadian yang tangguh dalam menghadapi berbagai konflik hidup. Kepribadian peserta didik yang tangguh dicirikan dengan karakter memiliki kepercayaan diri yang tinggi, selalu optimis, dan memiliki *social skill* yang tinggi.