

## ABSTRAK

### PENGARUH EKSTRAKURIKULER PENCAK SILAT TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI SISWA DI SMA N 3 KOTA SUKABUMI

**Pembimbing**  
**Dra. Lilis Komariyah, M.Pd**

**Muhammad Restu Yuliana**  
**1100525**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah kegiatan ekstrakurikuler pencak silat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kepercayaan diri siswa. Metode penelitian yang digunakan dalam skripsi ini yaitu studi eksperimen terhadap 30 orang siswa di Sekolah SMA Negeri 3 Kota Sukabumi. Populasi pada penelitian ini adalah anggota ekstrakurikuler pencak silat dan siswa kelas X yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pencak silat. Sampel pada penelitian ini menggunakan 15 orang siswa anggota ekstrakurikuler pencak silat dan 15 orang siswa kelas X yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pencak silat di SMA Negeri 3 Kota Sukabumi. Teknik pengambilan sampel yaitu menggunakan teknik “*Purposive Sampling*”. Yang mana sampel dipilih untuk tujuan penelitian. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Posttest-Only-Control Desain*. Instrument yang digunakan adalah angket yang bersifat tertutup. Analisis statistik yang digunakan adalah analisis t-test dengan kesamaan dua rata-rata satu pihak. Dari hasil penelitian ini diketahui bahwa dengan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pencak silat terbukti dapat meningkatkan kepercayaan diri pada siswa, dilihat dari hasil pengujian menunjukkan hipotesis diterima dengan  $t_{hitung} 4.46 \geq t_{tabel} 4.048$  maka  $H_0$  ditolak. Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler pencak silat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kepercayaan diri siswa. Dari hasil yang ditemukan pada penelitian ini maka penulis merekomendasikan hasil penelitian untuk kemajuan pendidikan di Indonesia dibidang kepercayaan diri siswa, dan sebagai bahan acuan untuk penelitian dikemudian hari bagi mahasiswa khususnya mahasiswa FPOK UPI.

Kata Kunci : Ekstrakurikuler, Pencak Silat, Kepercayaanandiri.

*\*Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Angkatan 2011*