

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan salah satu upaya yang dilakukan dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Secara disadari atau tidak, sejak lahir hingga dewasa manusia terus dididik agar mendapat kondisi terbaik yang berguna bagi dirinya dan orang lain. Proses pendidikan merupakan salah satu upaya yang dilakukan terhadap para peserta didik agar mampu mengembangkan kemampuan dan potensi dalam dirinya. Seperti yang tercantum dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No.2 Tahun 2003 dalam Rasyidin, dkk (2007: 25) disebutkan bahwa:

Pendidikan adalah usaha sadar dan berencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat bangsa dan Negara.

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Namun demikian, perolehan keterampilan dan perkembangan lainnya yang bersifat jasmaniah itu juga sekaligus sebagai tujuan. Melalui pendidikan jasmani, siswa disosialisasikan ke dalam aktivitas jasmani termasuk keterampilan olahraga. Tidaklah mengherankan, apabila banyak pakar yang meyakini dan mengatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan menyeluruh dan sekaligus memiliki potensi yang strategis untuk mendidik.

Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat

yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang. Dengan pendidikan jasmani, siswa akan memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, terampil, memiliki kebugaran jasmani, kebiasaan hidup sehat dan memiliki pengetahuan serta pemahaman terhadap gerakan manusia.

Oleh karena itu, pendidikan jasmani memiliki peranan penting bagi pendidikan di sekolah menengah atas. Karena pada usia tersebut, memiliki peranan penting pada aspek psikologinya terutama pada tingkat kepercayaan diri. Untuk itu, diperlukan sebuah pembelajaran yang menumbuhkan sikap afektif. Pembelajaran tersebut tidak hanya dilakukan pada kegiatan intrakurikuler namun juga dapat dilakukan pada jam ekstrakurikuler, karena memiliki durasi yang lebih panjang dibandingkan kegiatan intrakurikuler.

Melalui proses pendidikan formal seperti sekolah, siswa dididik, dibina dan didorong agar kemampuan serta potensi yang dimilikinya dapat berkembang. Selain itu, diharapkan siswa didik memiliki kualitas diri yang baik, sehat jasmani maupun rohani serta memiliki watak dan karakter yang mandiri. Kaitannya dengan proses pendidikan di sekolah, pendidikan jasmani merupakan bagian penting dan tidak dapat terpisahkan dari program pendidikan secara umum. Seperti dalam Kurikulum (2008:194) dipaparkan bahwa:

Pendidikan jasmani, Olahraga, dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan, terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pembelajaran ekstrakurikuler adalah pembelajaran diluar jam pelajaran sekolah biasa yang dilakukan di sekolah ataupun di luar sekolah dengan tujuan

untuk memperluas pengetahuan siswa mengenai hubungan antara mata pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi pembinaan manusia secara utuh.

Pembelajaran ekstrakurikuler adalah kegiatan nonpelajaran formal yang dilakukan peserta didik sekolah ataupun universitas, umumnya diluar jam belajar kurikulum standar. Kegiatan-kegiatan ini ada pada setiap jenjang pendidikan dari sekolah dasar sampai universitas. Kegiatan ekstrakurikuler bertujuan untuk mengembangkan kepribadian, bakat, dan kemampuan siswa pada berbagai bidang diluar akademik. Kegiatan ini diadakan secara swadaya dari pihak sekolah maupun siswa-siswi itu sendiri untuk merintis kegiatan di luar jam pelajaran sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler dapat berbentuk kegiatan seni, olahraga, pengembangan kepribadian, dan kegiatan lain yang bertujuan positif untuk kemajuan dari siswa-siswi itu sendiri.

Sedangkan pembelajaran intrakurikuler adalah pembelajaran sebenarnya yang dilakukan dalam waktu pembelajaran yang telah diatur sebagaimana didalam kurikulum.

Percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Dengan percaya diri, seseorang dapat mengembangkan potensi dalam dirinya sendiri, sebaliknya seseorang yang tidak memiliki rasa percaya diri akan selalu merasa tidak yakin dengan kemampuannya dan tidak memiliki keberanian untuk mengembangkan potensi dalam dirinya.

Percaya diri (*self confidence*) adalah meyakini pada kemampuan dan penilaian (*judgement*) diri sendiri dalam melakukan tugas dan memilih pendekatan yang afektif. Hal ini termasuk kepercayaan atas kemampuan menghadapi lingkungan yang semakin menantang dan kepercayaan atas keputusan atau pendapatnya. Sedangkan, kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Hal ini bukan berarti individu tersebut mampu dan kompeten melakukan segala sesuatu seorang diri. Rasa percaya diri yang tinggi sebenarnya

merajuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut, dimana ia merasa memiliki kompetensi yakni mampu dan percaya bahwa dia bisa karena dukungan oleh pengalaman, potensi, aktual, prestasi serta harapan yang realistik terhadap diri sendiri.

Orang yang memiliki kepercayaan diri rendah atau kehilangan kepercayaan diri memiliki perasaan negatif terhadap dirinya, memiliki keyakinan lemah terhadap kemampuan dirinya dan memiliki pengetahuan yang kurang akurat terhadap kapasitas yang dimilikinya. Sedangkan, orang yang kepercayaan dirinya bagus, mereka memiliki perasaan positif terhadap dirinya, dan memiliki pengetahuan akurat mengenai kemampuan yang dimilikinya. Orang yang memiliki kepercayaan diri tinggi bukanlah orang yang hanya merasa mampu (tetapi sebetulnya tidak mampu) melainkan orang yang mengetahui bahwa dirinya mampu berdasarkan pengalaman dan perhitungannya.

Dalam kehidupan, pergaulan merupakan syarat seseorang bisa diterima orang lain. Tidak mungkin kita bisa berbisnis, bernegosiasi, dan melakukan kesepakatan tertentu tanpa kontak langsung. Sikap kita dalam bergaul manunjukan kepribadian yang dimiliki. Percaya diri merupakan syarat utama agar bisa diperhatikan, kepercayaan diri dan kepribadian yang kuat bisa menunjang seseorang untuk bisa menjalin hubungan dengan orang disekitarnya. Sayangnya, tidak semua orang dilahirkan memiliki kemampuan itu, hanya orang yang memiliki kepercayaan diri yang kuat yang bisa diterima oleh semua orang dan terkesan berkharia, tetapi semua orang berpotensi memiliki kharisma, percaya diri tinggi dan bisa dipelajari untuk kehidupan sehari-hari.

Dalam bahasa harian, pede yang kita maksudkan adalah percaya diri. Semua orang sebenarnya memiliki masalah dengan istilah yang satu ini. Ada orang yang merasa telah kehilangan rasa percaya diri hampir dikeseluruhan hidupnya. Terkait dengan soal krisis diri, depresi, hilang kendali, merasa tak berdaya menatap sisi cerah masa depan, dan lain-lain. Ada juga orang yang belum merasa percaya diri

dengan apa yang dilakukannya atau dengan apa yang ditekuninya. Ada juga orang yang merasa kurang percaya diri ketika menghadapi situasi atau keadaan tertentu.

Siswa yang tidak memiliki rasa percaya diri atau sering disebut *diffident*, merupakan akibat dari ketidakinannya pada kemampuan yang ia miliki. Siswa tersebut menilai kemampuannya terlalu rendah dan tidak bisa melakukan sesuatu untuk perkembangan dirinya. Kondisi seperti ini tentu akan menjadi suatu permasalahan karena sikap percaya diri dibutuhkan untuk menghadapi tantangan yang ada dalam kehidupan.

Menurut *online game research group itb* diambil <http://e-psikologi.com> (2004:4) menyatakan bahwa:

Kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang mampu dirinya mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Hal ini bukan berarti bahwa setiap individu mampu dan kompeten dalam segala hal seorang diri. Rasa percaya diri yang tinggi sebenarnya hanya merujuk pada beberapa aspek dari kehidupan. Individu harus memiliki kompetensi, yakin mampu dan percaya bahwa dia bisa, karena didukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan yang realistik terhadap diri sendiri.

Menurut Wills (1985) dalam Ghufon (2010:34) “kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi semua orang”, sedangkan menurut Lauser (1992) dalam Ghufon (2010:35) mendefinisikan sebagai berikut:

Kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan karena kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab.

Dari beberapa pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa percaya diri adalah suatu keyakinan terhadap kemampuan diri untuk mencapai suatu tujuan

dalam hidup. Percaya diri merupakan suatu keyakinan dan sikap seseorang terhadap kemampuan pada dirinya sendiri dengan menerima secara apa adanya baik positif maupun negatif yang dibentuk dan dipelajari melalui proses belajar dengan tujuan untuk kebahagiaan dirinya. Percaya diri adalah modal dasar seorang manusia dalam memenuhi berbagai kebutuhan sendiri. Salah satu langkah pertama dan utama dalam membangun rasa percaya diri dengan memahami dan meyakini bahwa setiap manusia memiliki kelebihan dan kelemahan masing-masing. Kelebihan yang ada didalam diri seseorang harus dikembangkan dan dimanfaatkan agar menjadi produktif dan berguna bagi orang lain.

Sikap percaya diri merupakan sikap yang harus dimiliki seorang siswa untuk membuat mereka lebih yakin dalam menghadapi tantangan dalam hidup. Untuk meningkatkan rasa percaya diri, salah satunya ialah dengan memberikan pembelajaran pendidikan jasmani. Banyak siswa yang kurang percaya diri untuk berbicara didepan kelas atau didepan teman-temannya pada saat pembelajaran ataupun pada saat keadaan formal.

Pada pembelajaran di lapangan, banyak siswa yang tidak mau ataupun malu untuk memimpin teman-temannya dalam pemanasan, hanya beberapa siswa yang mau seperti ketua kelas.

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih jauh mengenai pengaruh pembelajaran pendidikan jasmani terhadap tingkat kepercayaan diri siswa pada kegiatan pembelajaran intra dan ekstrakurikuler di SMA Kartika XIX-2 Bandung.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang belakang di atas maka dapat diidentifikasi beberapa masalah yang ada yaitu :

1. Guru belum terlalu memperhatikan tingkat kepercayaan diri siswa pada kegiatan intra dan ekstrakurikuler di sekolah.

2. Siswa selalu merasa malu di depan guru untuk menyampaikan pengetahuan yang dia punya.
3. Siswa juga masih agak merasa canggung untuk memimpin atau memnyampai sesuatu kepada teman-temannya.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan identifikasi masalah di atas maka dapat di rumuskan permasalahan yang akan di teliti adalah “Apakah terdapat perbedaan tingkat kepercayaan diri siswa pada kegiatan intra dan ekstrakurikuler di SMA Kartika XIX-2 Bandung?”

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan yang ingin dicapai dalam pelaksanaan penelitian ini adalah :

1. Kita dapat mengetahui seberapa besar perbedaan tingkat kepercayaan diri siswa pada kegiatan intra dan ekstrakurikuler.
2. Kita dapat mengetahui apakah kegiatan ekstrakurikuler lebih menunjang siswa dalam hal kepercayaan diri
3. Kita dapat mengetahui seberapa besar tingkat percaya diri siswa dari pembelajaran intra dan ekstrakurikuler

E. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian merupakan suatu harapan yang berkaitan dengan hasil penelitian, baik secara teoritis maupun secara praktis. Dari informasi yang ada diharapkan peneliti dapat memberikan manfaat secara :

1. Teoritis :

Hasil dari penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan pemikiran dalam dunia pendidikan, peneliti juga berharap agar penelitian ini dapat di jadikan tolak ukur dari dampak pembelajaran pendidikan dan jasmani terhadap rasa percaya diri siswa.

2. Praktis :

Adapun secara praktis, hasil ini bermanfaat untuk :

a. Siswa.

Hasil penelitian di harapkan dapat meningkatkan percaya diri siswa kearah yang lebih baik dari hasis proses pembelajaran penjas

b. Guru.

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi masukan bagi guru untuk meningkatkan percaya diri siswa dengan proses pembelajaran penjas

c. Sekolah.

Dapat dijadikan sebagai rujukan penting terhadap pengamatan perubahan percaya diri siswa di sekolah

F. Batasan Masalah

Agar penelitian ini teratur dan terarah maka perlu adanya pembatasan ruang lingkup penelitian. Peneliti memberikan batasan penelitian permasalahan yang akan mengatahui pengaruh pembelajaran pendidikan jasmani terhadap tingkat kepercayaan diri siswa pada kegiatan pembelajaran intrakurikuler dan ekstrakurikuler pada siswa kelas X di SMA Kartika XIX-2 Bandung.

G. Struktur Organisasi Skripsi

Dalam penulisan skripsi, peneliti mengurutkan dan menjelaskan sesuai pedoman penulisan karya ilmiah UPI tahun 2015 dengan penjelasan secara singkat sebagai berikut :

1. Bab I Pendahuluan merupakan penjelasan mengenai latar belakang penelitian yang didalamnya dijelaskan urgensi bahwa penelitian ini perlu dilakukan, sehingga peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh pembelajaran pendidikan jasmani terhadap kepercayaan diri siswa pada kegiatan intra dan ekstrakurikuler pada siswa. Dari permasalahan

tersebut ditentukan beberapa rumusan masalah, tujuan penelitian, dan manfaat penelitian. Adapun urutan penyajian sebagai berikut :

- a. Latar belakang penelitian
- b. Rumusan masalah penelitian
- c. Tujuan penelitian
- d. Manfaat/signifikansi penelitian
- e. Struktur organisasi skripsi

2. Bab II kajian pustaka terdiri dari kajian teori, kerangka pemikiran, dan hipotesis penelitian. Kajian teori menjelaskan teori-teori yang terkait dalam penelitian, kerangka pemikiran menjelaskan konsep penelitian yang akan dilakukan dan hipotesis penelitian menyatakan dugaan sementara mengenai hasil akhir penelitian. Adapun urutan dalam penyajian bab II sebagai berikut:

- a. Kajian teori
- b. Kerangka pemikiran
- c. Hipotesis penelitian

3. Bab III metode penelitian menjelaskan tentang bagaimana penelitian akan dilakukan yang didalamnya mencakup penjelasan mengenai sampel yang terlibat, cara pengambilan data, instrumen yang digunakan, langkah-langkah penelitian, dan cara menganalisis data. Urutan penyajian bab III sebagai berikut :

- a. Desain penelitian
- b. Populasi dan sampel
- c. Instrumen penelitian
- d. Prosedur penelitian
- e. Analisis data

4. Bab IV Temuan dan Pembahasan berisikan temuan-temuan yang didapat setelah uji coba dan analisis data, setelah itu temuan tersebut dibahas untuk menjawab rumusan masalah penelitian. Penyajian bab IV diurutkan sebagai berikut :

- a) Hasil penelitian
- b) Pembahasan dan hasil penelitian

5. Bab V Simpulan, implikasi dan rekomendasi berisikan tentang kesimpulan penelitian yang dirumuskan dari hasil uji coba dan analisis data. Berikutnya, yaitu perumusan implikasi dan rekomendasi yang menyatakan kekurangan dari penelitian ini yang disertai rekomendasi untuk penelitian selanjutnya agar setiap penelitian lebih baik lagi