

## **Analisis tingkat kepercayaan diri siswa pada pembelajaran Penjas di SD Negeri 82 Bengkulu Tengah**

**Yahya Eko Nopiyanto<sup>1\*</sup>, Bayu Insanistyo<sup>1</sup>, Septian Raibowo<sup>1</sup>, Andika Prabowo<sup>1</sup>, Mas'ullah Andriyani<sup>1</sup>, Ibrahim<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bengkulu, Indonesia.

<sup>2</sup>Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Cenderawasih, Indonesia.

### **Informasi Artikel:**

Dikirim: 20 Mei 2023; Direvisi: 4 Juli 2023; Diterbitkan: 1 September 2023

### **ABSTRAK**

**Masalah:** Kurangnya kemampuan siswa untuk mengekspresikan dirinya dalam melakukan berbagai tugas gerak dalam pembelajaran penjas.

**Tujuan:** Tujuan penelitian ini adalah menganalisis kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 82 Bengkulu Tengah.

**Metode:** Deskriptif kuantitatif digunakan untuk mencapai tujuan penelitian. Sampel dalam penelitian ini adalah 25 siswa yang berasal dari kelas 4 dan 5. Instrumen yang digunakan berupa angket. Data dianalisis berdasarkan pada nilai rerata dan standar deviasi untuk menentukan kategori tingkat kepercayaan diri.

**Hasil:** Hasil analisis menunjukkan bahwa 1 siswa memiliki kepercayaan diri rendah, 4 siswa memiliki kepercayaan diri sedang, 15 siswa memiliki kepercayaan diri tinggi, dan 5 siswa memiliki kepercayaan diri sangat tinggi.

**Kesimpulan:** Berdasarkan analisis data dapat disimpulkan bahwa siswa SD Negeri 82 Bengkulu Tengah memiliki kepercayaan diri yang tinggi untuk mengikuti kegiatan pembelajaran penjas. Penelitian ini memiliki keterbatasan karena tidak mendeskripsikan faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri siswa untuk mengikuti pembelajaran penjas. Hasil penelitian ini memperluas informasi khususnya pada kepercayaan diri siswa untuk mengikuti kelas penjas.

**Kata Kunci:** kepercayaan diri; siswa; penjas.

### ***Analysis of Student Self-Confidence Levels in Physical Education Learning at SD Negeri 82 Bengkulu Tengah***

### **ABSTRACT**

**Problems:** Lack of students' ability to express themselves in carrying out various motion tasks in physical education learning.


**Purpose:** This study aims to analyze the level of self-confidence of students in learning physical education at SD Negeri 82 Bengkulu Tengah.

**Methods:** Quantitative descriptive is used to achieve research objectives. The subjects in this study were upper class students, totaling 25 students. The instrument used is a questionnaire. Data were analyzed based on the mean value and standard deviation to determine the category of confidence level.

**Results:** The results of the analysis indicated that there was 1 student who had low self-confidence, 4 students had moderate self-confidence, 15 students had high self-confidence, and 5 students had very high self-confidence.

**Conclusion:** From the analysis of the data that has been done, it is concluded that students at SD Negeri 82 Bengkulu Tengah have high self-confidence in participating in physical education learning activities. This research has limitations because it has not described the factors that influence students' self-confidence in participating in physical education learning. The results of this study contribute to the repertoire of knowledge, especially focusing on students' self-confidence in participating in physical education learning.

**Keywords:** self confidence; student; physical education.

 <https://doi.org/10.24036/patriot.v%vi%i.962>



---

**Penulis Korespondensi:**

Yahya Eko Nopiyanto

Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bengkulu.

Kota Bengkulu, Bengkulu, Indonesia.

Email: yahyaekonopiyanto@unib.ac.id

---

**Pendahuluan**

Pendidikan jasmani menjadi bagian yang tak terpisahkan untuk membentuk siswa memiliki kesehatan secara fisik, mental, emosional, sosial, maupun psikologis sehingga mampu menjadi manusia Indonesia seutuhnya (Nopiyanto & Raibowo, 2019). Melalui proses pembelajaran pendidikan jasmani (penjas) di sekolah diharapkan mampu membantu setiap siswa untuk memperoleh kematangan secara psikologis, salah satunya adalah membentuk kepercayaan diri siswa (Solihin, 2015). Namun, dalam proses pembelajaran penjas yang diterapkan khususnya di tingkat sekolah dasar (SD) dijumpai masih terjadi beberapa problema seperti rendahnya kebugaran jasmani siswa, kurang optimalnya motivasi belajar siswa, rendahnya kepercayaan diri siswa dalam mengekspresikan dirinya melalui berbagai aktivitas fisik dalam pembelajaran penjas (Krisno et al., 2021).

Permasalahan kepercayaan diri siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas diakibatkan oleh berbagai faktor diantaranya adalah suasana belajar atau lingkungan belajar di sekolah, kualitas pendidik atau guru, dan permasalahan dari dalam diri siswa (Reza et al., 2021). Seseorang dengan kepercayaan diri rendah cenderung sulit untuk beradaptasi dengan lingkungan dan mengalami kesulitan dalam membangun komunikasi (Triningtyas, 2016). Artinya bahwa lingkungan belajar yang kondusif akan turut memberikan kontribusi bagi terbentuknya rasa kepercayaan diri siswa. Faktor dari kualitas guru juga turut memberikan kontribusi yang positif bagi siswa untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri (Aziz & Basry, 2017). Artinya kemampuan guru dalam memberikan penguatan maupun reward kepada siswa akan menumbuhkan rasa penerimaan terhadap diri siswa yang mana hasil akhirnya adalah timbulnya rasa kepercayaan diri siswa.

Kepercayaan diri adalah keyakinan dalam diri seseorang untuk mencapai tujuan tertentu (Nopiyanto et al., 2022). Kepercayaan diri merupakan keyakinan dalam diri siswa untuk melalui semua proses pembelajaran dengan perasaan bahagia (Ameliah & Munawaroh, 2016). Siswa dengan kepercayaan diri yang tinggi berpartisipasi secara optimis dalam pembelajaran, tidak mudah menyerah ketika menghadapi berbagai hambatan belajar, dan lebih berprestasi dibandingkan dengan siswa yang rendah diri (Hasmayni, 2014). Jadi, dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri sangat mempengaruhi proses pembelajaran penjas di sekolah. Seperti yang diketahui bahwa proses pembelajaran penjas memiliki berbagai tingkatan keterampilan gerak. Untuk mampu melakukan tugas gerak atau aktivitas fisik maka dibutuhkan kepercayaan diri yang tinggi. Sebaliknya, jika siswa memiliki kepercayaan diri yang rendah, mereka merasa sulit untuk mengekspresikan diri dengan bebas atau terdapat batasan siswa dalam melakukan gerakan.

Tingkat kepercayaan diri yang dimiliki oleh siswa dalam proses pembelajaran dapat dilihat dari setidaknya tiga indikator yaitu ulet, tekun dan kesadaran diri (Rasimin & Sarman, 2023). Ulet merupakan keadaan dimana seseorang yang tidak

---

mudah putus asa dalam kegiatan tertentu (Gunawan et al., 2019). Seperti dalam kegiatan pembelajaran penjas siswa akan terus belajar saat tidak mencapai hasil yang maksimal. Tekun merupakan keadaan dimana seseorang itu berusaha dengan sungguh-sungguh (Solina et al., 2013). Seperti dalam kegiatan pembelajaran penjas seorang guru tidak memberi tugas tambahan tetapi siswa berinisiatif untuk mengulang pelajaran dirumah. Kesadaran diri merupakan bentuk pemahaman mengenai diri sendiri sehingga mampu memfokuskan terdapa diri sendiri (Miftah, 2019). Seperti dalam pembelajaran penjas siswa harus paham dan sadar akan kemampuan yang mereka miliki dimana kemampuan tersebut dapat menjadi motivasi bagi diri sendiri untuk lebih maju.

Berdasarkan pada hasil observasi yang dilakukan pada proses pembelajaran penjas diketahui bahwa proses pembelajaran penjas belum sepenuhnya dapat diikuti secara optimal oleh siswa. Berbagai indikator yang dpat menggambarkan kondisi tersebut diantaranya adalah sebagian besar siswa keraguandalam melakukan tugas gerak yang diinstruksikan guru, siswa belum memiliki keberanian untuk melakukan kesalahan gerak, dan siswa mudah menyerah ketika dihadapkan dengan tugas gerak yang memiliki tingkatan lebih menantang. Kurangnya rasa kepercayaan diri yang dihadapi oleh siswa siswa kelas atas di SD Negeri 82 Bengkulu Tengah tentu akan menghambat tercapainya tujuan pembelajaran penjas. Oleh karena itu, diperlukannya penelitian mengenai tingkat kepercayaan diri siswa SD Negeri 82 Bengkulu Tengah. Dalam penelitian ini mengkaji kepercayaan diri siswa dilihat dari tiga indikator yaitu: keuletan, ketekunan, kesadaran diri sehingga mampu memberikan informasi mendasar bagi guru dalam merancang rencana pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

## Metode

Penelitian ini bersifat deskriptif kuantitatif. Penelitian dilakukan pada bulan Maret sampai Mei 2023 di SD Negeri 82 Bengkulu Tengah. Populasi penelitian ini hanya terdiri dari siswa kelas atas yaitu kelas 4 dan 5, dengan jumlah 25 siswa. Dalam penelitian ini sampel terdiri dari 25 siswa yang diambil secara *total sampling*. Penggunaan *total sampling* adalah teknik yang peneliti gunakan untuk mengumpulkan sampel dengan mengikutsertakan semua populasi untuk diambil datanya (Nopiyanto & Pujiyanto, 2021). Adapun prosedur penelitian adalah mengidentifikasi masalah penelitian, menetapkan masalah penelitian, menyusun instrumen penelitian, melakukan validasi instrumen, pengambilan data penelitian, analisis data penelitian, dan menyimpulkan hasil penelitian.

### Instrumen Penelitian

Angket digunakan sebagai instrumen untuk menganalisis kepercayaan diri siswa. Sebelum kuesioner digunakan untuk pengumpulan data, dua ahli memvalidasi kuesioner dan menganggapnya layak digunakan. Kuesioner terdiri dari 20 pernyataan. Ukuran yang digunakan dalam menyusun instrumen adalah keuletan, ketekunan, dan kesadaran diri. Indikator tersebut disajikan ke dalam tabel 1 berikut ini.

**Tabel1.** Indikator Kepercayaan Diri

No	Indikator	Nomor Pernyataan		Total
		Positif	Negatif	
1	Keuletan	1, 2, 3, 4	5, 6, 7	7
2	Ketekunan	10, 11, 12, 13, 14	8, 9	7
3	Kesadaran Diri	15, 16, 17	18, 19, 20	6
				20

**Tabel 2.** Kriteria Pemberian Skor

Sifat Pernyataan	Kategori Jawaban dan Skor			
	Sangat Baik (SB)	Baik (B)	Sedang (S)	Kurang Sekali (KS)
Positif	4	3	2	1
Negatif	1	2	3	4

**Teknik Analisis Data**

Nilai rerata ideal dan standar deviasi ideal digunakan untuk membantu dalam melakukan analisis data (Wagiran, 2015).

**Tabel13.** Formula Penentuan Kategori

No	Interval	Kategori
1	$> (Mi + 1.8 SD) - (Mi + 3 SD)$	Sangat Tinggi
2	$> (Mi + 0.6 SD) - (Mi + 1.8 SD)$	Tinggi
3	$> (Mi - 0.6SD) - (Mi + 0.6 SD)$	Sedang
4	$> (Mi - 1.8 SD) - (Mi - 0.6SD)$	Kurang
5	$(Mi - 3SD) - (Mi - 1.8 SD)$	Sangat Kurang

$$Mi = \frac{ST+SR}{2}$$

$$SD = \frac{ST-SR}{6}$$

Keterangan:

Mi = Mean ideal

ST = Skor maksimum

SR = Skor minimum

SD = Standar deviasi

**Hasil**

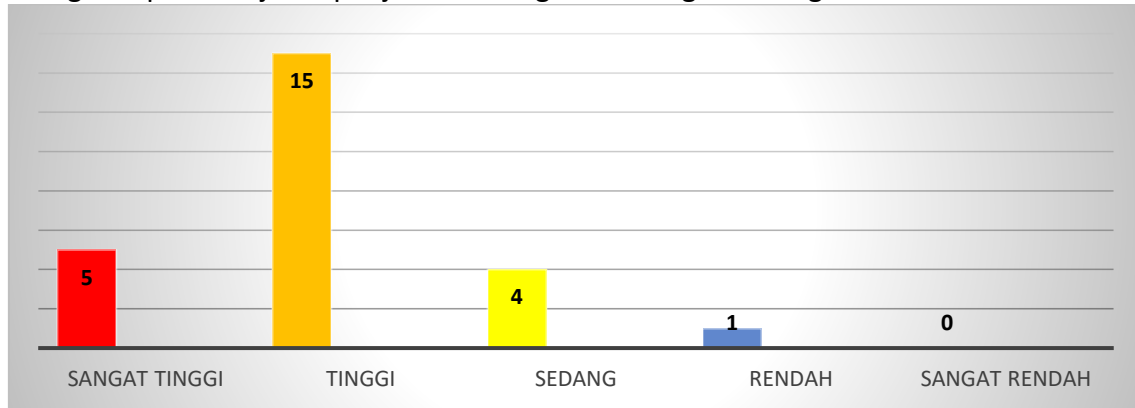
Tabel 3 di bawah ini menunjukkan hasil penelitian tentang kepercayaan diri siswa mengikuti pembelajaran penjasdi SD Negeri 82 Bengkulu Tengah.

**Tabel 3.** Tingkat Kepercayaan Diri Siswa

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	>68 - 80	Sangat Tinggi	5	20%
2	>56 - 68	Tinggi	15	60%
3	>44 - 56	Sedang	4	16%
4	>32 - 44	Rendah	1	4%
5	20 - 32	Sangat Rendah	0	0%
Total			25	100%

Berdasarkan hasil analisis data yang ditungkan ke dalam tabel 3, diketahui bahwa siswa yang memiliki kepercayaan diri sangat tinggi sebanyak 5 siswa, terdapat 15 siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi, 4 siswa dalam kategori rendah, dan tidak ada siswa yang memiliki kepercayaan diri dalam kategori sangat rendah.

Gambar 1 menunjukkan distribusi frekuensi kepercayaan diri siswa untuk mengikuti pembelajaran penjas di SD Negeri 82 Bengkulu Tengah.



**Gambar 1.** Sebaran Frekuensi Kepercayaan Diri Siswa

Tabel 4 di bawah ini memuat hasil analisis data terhadap tiga indikator yaitu: keuletan, ketekunan dan kesadaran diri.

**Tabel 4.** Hasil Analisis Masing-masing Indikator

No	Indikator	Nilai Rerata	Standar Deviasi	Kategori
1	Keuletan	21,92	2,33	Tinggi
2	Ketekunan	21,72	3,31	Tinggi
3	Kesadaran Diri	17,84	2,77	Tinggi

Dari tabel 4 diketahui bahwa indikator keuletan memiliki nilai rerata yang paling tinggi dengan nilai 21,92 dan standar deviasi sebesar 2,33. Indikator kedua yaitu ketekunan memiliki nilai rerata sebesar 21,72 dan standar deviasi sebesar 3,31. Indikator terakhir adalah kesadaran diri dengan nilai rerata sebesar 17,84 dan standar deviasi sebesar 2,77. Secara umum semua indikator memiliki kategori yang sama yaitu kategori tinggi.

### Pembahasan

Kepercayaan diri siswa berada pada kategori tinggi dalam mengikuti pembelajaran penjas di SD Negeri 82 Bengkulu Tengah. Kepercayaan diri dalam belajar merupakan kemampuan yang dirasakan oleh siswa untuk dapat bertindak dengan penuh keyakinan tanpa dipengaruhi oleh orang lain, bersifat terbuka, mudah bergaul, bertanggung jawab dalam menjalankan tugas belajar, dan merasa gembira selama proses pembelajaran (Akbari & Sahibzada, 2020). Siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi mampu mengembangkan potensi dalam dirinya dan merasa kompeten untuk menjalankan berbagai tugas serta tanggung jawabnya sehingga tujuan yang telah ditetapkan dapat tercapai (Purnamasari & Novian, 2021; McGrane et al., 2016). Percaya diri merupakan bagian dari keterampilan psikologis atau mental yang dimiliki oleh seseorang untuk mengurangi rasa keragu-raguan dalam dirinya sehingga dapat

---

menguasai materi pembelajaran yang sedang diikutinya (Purnomo et al., 2021).

Materi pembelajaran penjas memiliki berbagai variasi keterampilan gerak olahraga. Oleh sebab itu, siswa yang ingin mencapai hasil optimal dalam pembelajaran penjas membutuhkan kepercayaan diri tinggi. Siswa yang memiliki kepercayaan diri lebih mudah dalam menguasai keterampilan gerak olahraga (Mirhan, 2016). Rendahnya rasa kepercayaan diri akan mengakibatkan siswa kurang maksimal dalam mengikuti pembelajaran penjas. Menurut (Masrun, 2021; Simorangkir et al., 2014) menyebutkan kurangnya percaya diri juga banyak disebabkan karena beberapa guru kurang memahami bagaimana cara agar siswa dapat melakukan atau mengeksplor kemampuan yang ia miliki. Oleh karena itu, guru penjas dituntut untuk menciptakan kondisi belajar yang aman dan nyaman bagi siswa, mampu berkomunikasi secara intensif kepada siswa sehingga siswa mampu memahami instruksi guru (Barber et al., 2022). Komunikasi guru dinyatakan berhasil jika mampu mengubah perilaku siswa yang dari kurang percaya diri melakukan tugas gerak menjadi siswa yang yakin akan kemampuan dirinya dalam melakukan berbagai tugas gerak olahraga (Sparks et al., 2015).

Hasil analisis data pada tabel 4 menunjukkan secara spesifik mengenai kepercayaan diri siswa ditinjau dari tiga indikator yang secara umum juga berada pada kategori tinggi. Pada indikator pertama yaitu keuletan memiliki nilai rerata sebesar 21,92 yang mengindikasikan bahwa siswa di SD Negeri 82 Bengkulu Tengah telah memiliki keyakinan untuk mampu mempraktekkan materi yang disajikan oleh guru selama pembelajaran penjas berlangsung. Indikator keuletan menjadi faktor penting untuk dimiliki oleh setiap siswa dalam pembelajaran penjas (Ayiriga et al., 2021). Siswa yang memiliki keuletan dalam belajar akan termotivasi untuk menguasai materi pembelajaran, merasa tertantang untuk mendapatkan hasil belajar yang terbaik, senang menemukan solusi dari permasalahan belajar, dan mandiri dalam belajar (Amalia, 2017).

Pada indikator kedua adalah ketekunan. Dari hasil analisis yang ditunjukkan dalam tabel 4, siswa memiliki nilai rerata sebesar 21,72 yang mengindikasikan bahwa siswa di SD Negeri 82 Bengkulu Tengah telah menanamkan nilai-nilai pantang menyerah, semangat untuk mengatasi kesulitan belajar, dan memiliki motivasi belajar yang tinggi. Ketekunan memiliki korelasi yang positif dengan hasil belajar penjas (Mulya & Agustriyani, 2020). Artinya, siswa yang memiliki ketekunan dalam belajar mempunyai potensi untuk lebih sukses dibandingkan dengan siswa yang mudah menyerah dalam belajar (Hasmara, 2022).

Pada indikator kesadaran diri diketahui bahwa siswa memiliki nilai rerata yang paling rendah yaitu sebesar 17,84 namun masih dalam kategori tinggi. Artinya, siswa di SD Negeri 82 Bengkulu Tengah telah memahami batasan kemampuannya dalam mengikuti proses pembelajaran penjas. Meskipun demikian, kesadaran diri siswa perlu ditingkatkan sehingga mampu mencapai nilai yang lebih baik. Peran guru penjas perlu dioptimalkan untuk membentuk kesadaran diri siswa dalam proses pembelajaran (Stiadi et al., 2020).

Dari pembahasan tersebut dapat disimpulkan bahwa dalam proses pembelajaran penjas hendaknya setiap siswa memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Peran guru penjas sangat krusial untuk membentuk siswa yang memiliki kepercayaan diri. Meskipun,

tingkat kepercayaan diri siswa telah diketahui dalam penelitian ini tetapi perlu dikaji lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang mempengaruhinya. Direkomendasikan kepada pembaca untuk membandingkan hasil penelitian ini dengan penelitian yang serupa sehingga membantu untuk memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai kepercayaan diri yang dibutuhkan oleh siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas. Bagi peneliti lain yang ingin melanjutkan penelitian ini direkomendasikan untuk mengkaji lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri siswa di SD Negeri 82 Bengkulu Tengah. Keterbatasan dalam penelitian ini adalah membahas kepercayaan diri dilihat dari 3 indikator dan sampel yang relatif kecil sehingga hasil penelitian ini belum mampu untuk digeneralisasikan untuk seluruh siswa SD di Bengkulu Tengah.

### Kesimpulan

Dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri siswa di SD Negeri 82 Bengkulu Tengah berada dalam kategori tinggi. Direkomendasikan kepada guru penjas untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa ditinjau dari kesadaran diri karena pada indikator ini memiliki nilai rerata yang paling rendah. Peneliti menyadari bahwasannya penelitian ini mempunyai keterbatasan dinatranya adalah sampel dalam penelitian hanya terdiri dari siswa kelas atas yaitu kelas 4 dan 5, serta belum menguraikan faktor penyebab masih terdapat siswa yang memiliki kepercayaan diri sedang dan rendah. Oleh sebab itu, direkomendasikan kepada peneliti selanjutnya untuk menemukan faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kepercayaan diri siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas.

### Referensi

- Akbari, O., & Sahibzada, J. (2020). Students' Self-Confidence and Its Impacts on Their Learning Process. *American International Journal of Social Science Research*, 5(1), 1–15. <https://doi.org/10.46281/aijssr.v5i1.462>
- Amalia, R. U. (2017). Pengaruh Layanan Penguasaan Konten Teknik Mind Mapping Terhadap Aktivitas Belajar Siswa. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling*, 6(1), 41–48.
- Amelia, I., & Munawaroh, M. (2016). Pengaruh Keingintahuan Dan Rasa Percaya Diri Siswa Terhadap Hasil Belajar Matematika Kelas VII MTs Negeri I Kota Cirebon. *Eduma: Mathematics Education Learning and Teaching*, 5(1), 9–21. <https://doi.org/10.24235/eduma.v5i1.598>
- Ayiriga, L., Haryanto, S., & Mulyoto, M. (2021). Implementasi pembelajaran ekstrakurikuler bola basket di SMA Santo Mikael Sleman, Yogyakarta. *Wiyata Dharma: Jurnal Penelitian Dan Evaluasi Pendidikan*, 9(2), 96–106. <https://doi.org/10.30738/wd.v9i2.12173>
- Aziz, A., & Basry, B. (2017). Hubungan antara Kompetensi Guru dan Kepercayaan Diri dengan Kemandirian Siswa SMPN 2 Pangkalan Susu. *Jurnal Psychomutiara*, 1(1), 15–29. <http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/Psikologi/article/view/130/148>
- Barber, W., Walters, W., Chartier, P., & Temertzoglou, C. (2022). Examining self-

- Confidence and self-Perceived competence in Canadian pre-service teachers (PSTs): the role of biographies in physical education teacher education (PETE). *Sport, Education and Society*, 27(3), 347–360. <https://doi.org/10.1080/13573322.2020.1844649>
- Gunawan, I. M., Endriani, A., & Malina, R. (2019). Pengaruh Konseling Behavioristik Terhadap Sikap Keuletan pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Batukliang Utara. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian Dan Kajian Kepustakaan Di Bidang Pendidikan, Pengajaran Dan Pembelajaran*, 5(1), 21. <https://doi.org/10.33394/jk.v5i1.1389>
- Hasmara, P. S. (2022). Hubungan Emotional Quotient (EQ) dengan Hasil Belajar PJOK Siswa Kelas Atas SDN Bakalan Gondang Mojokerto. *Corner: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(2), 34–43. <https://doi.org/10.36379/corner.v2i2.235>
- Hasmayni, B. (2014). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja. *Jurnal Analitika*, 6(2), 98–104. <http://ojs.uma.ac.id/index.php/analitika/article/view/850>
- Krisno, K., Gustiawati, R., & Iqbal, R. (2021). Tingkat Kepercayaan Diri Siswa dalam Pembelajaran Penjas Di SMP Asrama Al Fath Kota Bekasi. *Jurnal Literasi Olahraga*, 1(2), 131–140. <https://doi.org/10.35706/jlo.v1i2.3893>
- Masrun, M. (2021). Kompetensi Profesional dan Sosial Sebagai Prediktor Literasi pada Kinerja Guru Pendidikan Jasmani. *Jurnal Patriot*, 3(4), 419–427. <https://doi.org/10.24036/patriot.v3i4.826>
- McGrane, B., Belton, S. J., Powell, D., Woods, C. B., & Issartel, J. (2016). Physical self-confidence levels of adolescents: Scale reliability and validity. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 19(7), 563–567. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2015.07.004>
- Miftah, F. E. (2019). Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Kesadaran Diri pada Siswa Smpn 8 Banjarmasin 8 Banjarmasin. *Jurnal Kognisia*, 2(1), 61–65. <http://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/kog/article/view/1609>
- Mirhan, J. B. K. J. (2016). Hubungan antara percaya diri dan kerja keras dalam olahraga dan keterampilan hidup. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 12(1).
- Mulya, G., & Agustriyani, R. (2020). Hubungan Antara Tingkat Kepercayaan Diri Dengan Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani. *Gladi : Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 11(01), 60–67. <https://doi.org/10.21009/gjik.111.05>
- Nopiyanto, Y. E., & Pujiyanto, D. (2021). *Buku ajar penelitian penjas dan olahraga*. UNIB Press.
- Nopiyanto, Y. E., & Raibowo, S. (2019). *Filsafat Pendidikan Jasmani & Olahraga*. El Markazi.
- Nopiyanto, Y. E., Raibowo, S., Prabowo, A., Ilahi, B. R., & Widodo, L. (2022). Pengaruh Latihan Imagery terhadap Kepercayaan Diri Atlet. *Jurnal Patriot*, 4(1), 48–57. <https://doi.org/10.24036/patriot.v4i1.834>
- Purnamasari, I., & Novian, G. (2021). Tingkat Kepercayaan Diri dan Kecemasan Atlet PPLP Jawa Barat selama Menjalani Training From Home (TFH) pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB). *Jurnal Patriot*, 3(2), 203–213. <https://doi.org/10.24036/patriot.v3i2.784>
- Purnomo, E., Marheni, E., Soniawan, V., Adnan, A., & Indrawati, F. (2021). Pengaruh



- 
- Manajemen Stres dan Kepercayaan Diri terhadap Peningkatan Prestasi Olahraga. *Jurnal Patriot*, 3(4), 452–461. <http://patriot.ppj.unp.ac.id/index.php/patriot>
- Rasimin, R., & Sarman, F. (2023). Hubungan Kepercayaan Diri dengan Motivasi Belajar Intrinsik Siswa di SMAN 6 Kota Jambi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 347-352.
- Reza, E. A., Syafei, M. M., & Achmad, I. Z. (2021). Tingkat Rasa Percaya Diri Siswa pada Pembelajaran Senam Lantai. *Gelandang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 4(2), 142–149. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v4i2.1832>
- Simorangkir, N. R., Menanti, A., & Aziz, A. (2014). Kontribusi komunikasi persuasif guru terhadap kepercayaan diri dan motivasi belajar. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 6(2), 68-76.
- Solihin, A. O. (2015). Pengaruh Metode Permainan Menggunakan Parasut dalam Pembelajaran Penjas terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Tunarungu. *Jurnal Olahraga*, 1(2), 74–80. <https://doi.org/10.37742/jo.v1i2.48>
- Solina, W., Erlamsyah, E., & Syahniar, S. (2013). Hubungan Antara Perlakuan Orangtua Dengan Motivasi Belajar Siswa Disekolah. *Konselor*, 2(1), 289–294. <https://doi.org/10.24036/02013211247-0-00>
- Sparks, C., Dimmock, J., Whipp, P., Lonsdale, C., & Jackson, B. (2015). “Getting connected”: High school physical education teacher behaviors that facilitate students’ relatedness support perceptions. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 4(3), 219–236. <https://doi.org/10.1037/spy0000039>
- Stiadi, D., Ma'mun, A., & Juliantine, T. (2020). The Effect of Cooperative Learning Intentionally Structuring Model on Self-Disclosure and Self-Awareness in Physical Education Learning at School. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 5(1), 22-28.
- Triningtyas, D. A. (2016). Studi Kasus Tentang Rasa Percaya Diri, Faktor Penyebabnya Dan Upaya Memperbaiki Dengan Menggunakan Konseling Individual. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(1). <https://doi.org/10.25273/counsellia.v3i1.239>
- Wagiran. (2015). *Metodologi Penelitian Pendidikan: Teori dan Implementasi*. Yogyakarta.