

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di SMK Negeri 10 Padang dari tanggal 19 Agustus 2025 sampai 01 September 2025 diperoleh data Kepercayaan Diri Siswa kelas X. Pengambilan sampel dilakukan 25% dari setiap siswa kelas X SMK Negeri 10 Padang. Sehingga jumlah total sampel secara keseluruhan adalah 63 sampel diperoleh berdasarkan sistem *simple random sampling*. Data yang diambil adalah data primer yang diperoleh langsung dari responden melalui pengisian angket dalam bentuk *Google Form* sebanyak 36 item pernyataan.

1. Hasil Deskriptif Kuantitatif (Persen)

Berdasarkan hasil penelitian di kelas X SMK Negeri 10 Padang diketahui tingkat kepercayaan diri siswa sebagai berikut

Tabel 7. Kepercayaan Diri Siswa

Aspek	Derajat Pencapaian	Kriteria
Keyakinan Kemampuan Diri	99%	Sangat Tinggi
Optimis	96%	Sangat Tinggi
Objektif	95%	Sangat Tinggi
Bertanggung Jawab	47%	Sangat Rendah
Rasional dan Realistis	48%	Sangat Rendah
Total Keseluruhan (DP)	385	
Total Aspek	5	
Jumlah	77% (Cukup)	

Berdasarkan data pada Tabel 7 mengenai kepercayaan diri siswa, dapat diketahui bahwa sebagian besar aspek menunjukkan pencapaian yang sangat baik. Aspek Keyakinan Kemampuan Diri memperoleh nilai sebesar 99% dengan kriteria sangat tinggi, menunjukkan bahwa siswa memiliki kepercayaan tinggi terhadap kemampuan mereka sendiri. Aspek Optimis memperoleh nilai tertinggi, yaitu 96%, yang juga termasuk dalam kategori sangat tinggi, mencerminkan sikap positif siswa dalam menghadapi berbagai situasi. Selanjutnya, aspek Objektif mendapat nilai 95% dengan kriteria yang sama, yang menunjukkan bahwa siswa mampu menilai sesuatu secara adil dan berdasarkan fakta. Sementara itu, aspek Rasional dan Realistis memperoleh nilai 48% dan masuk dalam kategori sangat rendah, menandakan bahwa siswa kurang mampu berpikir logis dan sesuai kenyataan. Namun demikian, aspek Bertanggung Jawab menunjukkan pencapaian terendah, yaitu 47%, dengan kriteria sangat rendah. Secara keseluruhan, kepercayaan diri siswa tergolong cukup dengan hasil Derajat Pencapaian (DP) sebesar 77%. Dapat dikatakan siswa kelas X SMK Negeri 10 Padang memiliki tingkat kepercayaan diri yang cukup baik ditinjau dari keyakinan kemampuan diri, objektif, optimis, bertanggung jawab, rasional dan realistis.

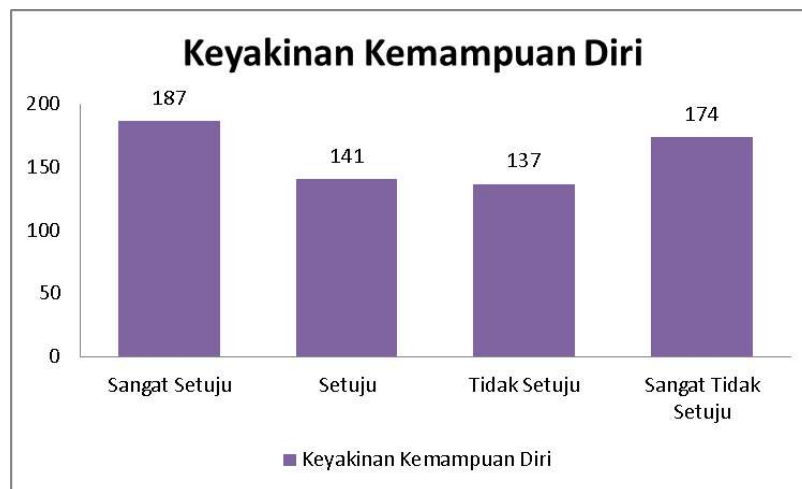
Tabel 8. Penyebaran jawaban berdasarkan tingkat klasifikasi dan distribusi penelitian Kepercayaan Diri Siswa

Statistik Analisis	Kemampuan kepercayaan diri		Optimis		Objektif		Bertanggung Jawab		Rasional dan Realistis	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Sangat Tidak Setuju (STS)	187	297%	58	92%	10	16%	64	102%	77	122%
Tidak Setuju (TS)	141	224%	125	198%	126	200%	28	44%	34	54%
Setuju (S)	137	217%	110	175%	94	149%	41	65%	34	54%
Sangat Setuju (SS)	174	276%	59	94%	27	43%	61	97%	76	121%
Jumlah Responden	63		63		63		63		63	
Jumlah Item Pernyataan	36		36		36		36		36	
Mean	24.84		24.19		23.92		11.81		11.89	
Std Dev	2.096		3.839		3.498		1.703		2.470	
Variance	4.394		14.737		12.236		2.899		6.100	
Min	23		17		11		6		6	
Max	30		34		31		15		19	

Secara lebih rinci hasil deskripsi masing-masing aspek akan dijelaskan sebagai berikut:

1. Keyakinan kemampuan diri

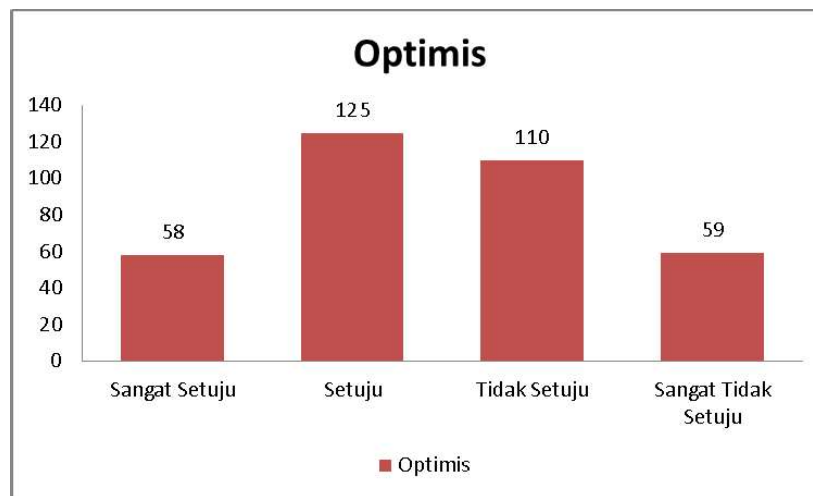
Berdasarkan hasil analisis kepercayaan diri siswa dari 63 sampel penelitian diperoleh nilai mean 24,84, standar deviasi sebesar 2,096, nilai maksimum sebesar 30, dan nilai minimum sebesar 23, Jumlah item pernyataan 12 butir pernyataan valid. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa frekuensi Sangat Tidak Setuju = 187 atau 297%, Tidak Setuju = 141 atau 224%, Setuju = 137 atau 217% dan Sangat Setuju = 174 atau 276%. Rerata hitung (mean) = 24,84, standar deviasi = 2,096, variance = 4.394. Berikut ini digambarkan histogram distribusi frekuensi variabel kepercayaan diri siswa dalam bentuk frekuensi ;



Gambar 3. Histogram Aspek Keyakinan kemampuan diri siswa

2. Optimis

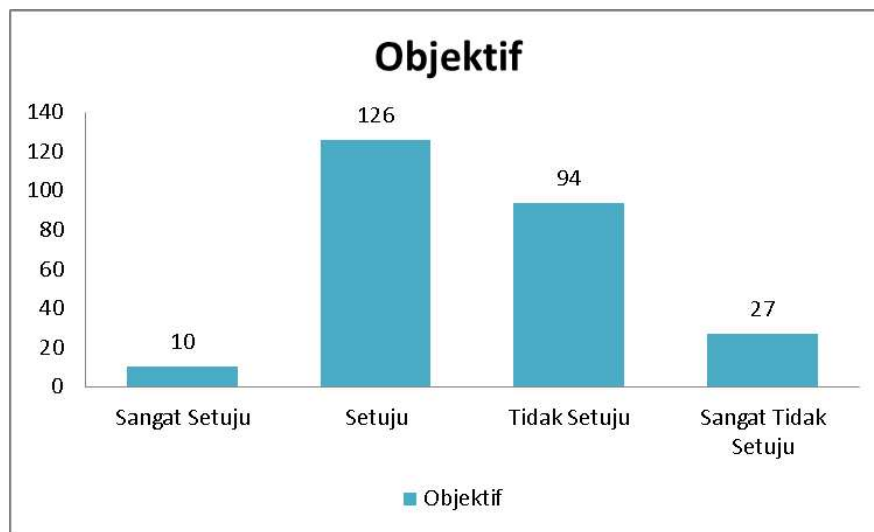
Berdasarkan hasil analisis kepercayaan diri siswa dari 63 sampel penelitian diperoleh nilai mean 24,19, standar deviasi sebesar 3,839, nilai maksimum sebesar 34, dan nilai minimum sebesar 17, Jumlah item pernyataan 8 butir pernyataan valid. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa frekuensi Sangat Tidak Setuju = 58 atau 92%, Tidak Setuju = 125 atau 198%, Setuju = 110 atau 175% dan Sangat Setuju = 59 atau 94%. Rerata hitung (mean) = 24,19, standar deviasi = 3.839, variance = 14,737. Berikut ini digambarkan histogram distribusi frekuensi variabel kepercayaan diri siswa dalam bentuk frekuensi ;



Gambar 4. Histogram Aspek Optimis Siswa

3. Objektif

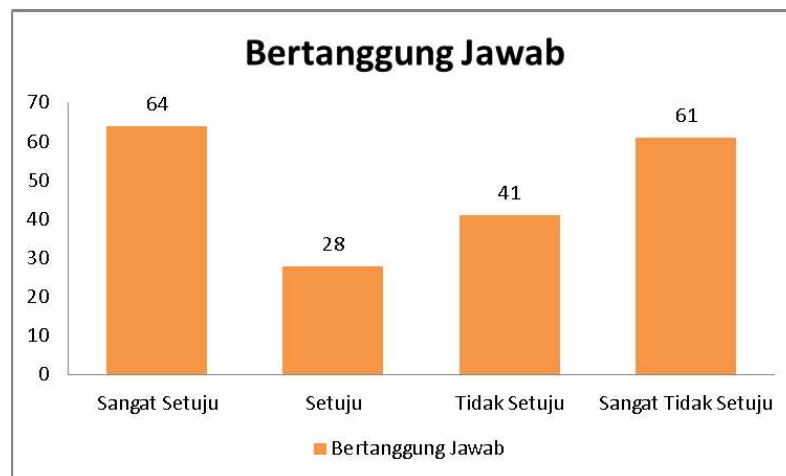
Berdasarkan hasil analisis kepercayaan diri siswa dari 63 sampel penelitian diperoleh nilai mean 23,92, standar deviasi sebesar 3,498, nilai maksimum sebesar 31, dan nilai minimum sebesar 11, Jumlah item pernyataan 8 butir pernyataan valid. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa frekuensi Sangat Tidak Setuju = 10 atau 16%, Tidak Setuju = 126 atau 200%, Setuju = 94 atau 149% dan Sangat Setuju = 27 atau 43%. Rerata hitung (mean) = 23,92, standar deviasi = 3.498, variance = 12,236. Berikut ini digambarkan histogram distribusi frekuensi variabel kepercayaan diri siswa dalam bentuk frekuensi ;



Gambar 5. Histogram Aspek Objektif Siswa

4. Bertanggung Jawab

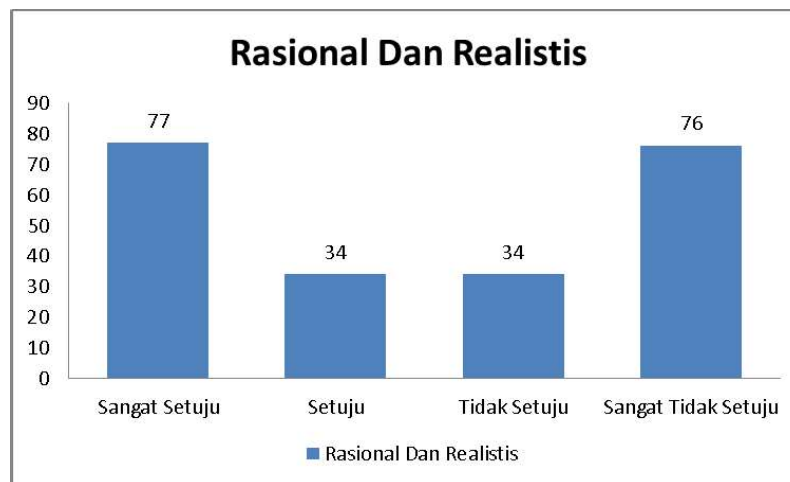
Berdasarkan hasil analisis kepercayaan diri siswa dari 63 sampel penelitian diperoleh nilai mean 11,81, standar deviasi sebesar 1,796, nilai maksimum sebesar 15, dan nilai minimum sebesar 6, Jumlah item pernyataan 8 butir pernyataan valid. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa frekuensi Sangat Tidak Setuju = 64 atau 102%, Tidak Setuju = 28 atau 44%, Setuju = 41 atau 65% dan Sangat Setuju = 61 atau 97%. Rerata hitung (mean) = 11,81, standar deviasi = 1.703, variance = 2,899. Berikut ini digambarkan histogram distribusi frekuensi variabel kepercayaan diri siswa dalam bentuk frekuensi ;



Gambar 6. Histogram Aspek Bertanggung Jawab Siswa

5. Rasional dan Realistis

Berdasarkan hasil analisis kepercayaan diri siswa dari 63 sampel penelitian diperoleh nilai mean 11,89, standar deviasi sebesar 2,470, nilai maksimum sebesar 19, dan nilai minimum sebesar 6, Jumlah item pernyataan 8 butir pernyataan valid. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa frekuensi Sangat Tidak Setuju = 77 atau 122%, Tidak Setuju = 34 atau 54%, Setuju = 34 atau 54% dan Sangat Setuju = 76 atau 121%. Rerata hitung (mean) = 11,89, standar deviasi = 2,470, variance = 6,100. Berikut ini digambarkan histogram distribusi frekuensi variabel kepercayaan diri siswa dalam bentuk frekuensi ;



Gambar 7. Histogram Aspek Rasional dan Realistis Siswa

B. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan di SMK Negeri 10 Padang yang bertujuan untuk mengetahui Tingkat Kepercayaan Diri Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan (PJOK). Instrumen penelitian menggunakan angket yang disebar melalui *google form* dengan pengukuran *skala likert* yang bertujuan untuk mengukur pendapat atau persepsi diri peserta didik.

1. Kepercayaan Diri Siswa

Pendidikan jasmani di sekolah mempunyai tujuan salah satunya adalah melatih motorik gerak siswa. Kenyataannya dilapangan seringkali menemukan siswa yang merasakan takut dan kurang percaya diri pada saat melakukan aktivitas gerakan pendidikan jasmani. Rasa percaya diri yang rendah membuat seseorang lebih sulit berkomunikasi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan

sekitarnya artinya, perkembangan rasa percaya diri siswa akan terbantu dengan lingkungan belajar yang mendukung (Triningtyas, 2016).

Rendahnya rasa percaya diri akan mengakibatkan siswa kurang maksimal dalam mengikuti pembelajaran penjas. Oleh karena itu, agar siswa dapat mempelajari pendidikan jasmani dengan sebaik-baiknya, ia harus mempunyai rasa percaya diri yang tinggi. Salah satu kualitas yang sangat penting yang harus dimiliki setiap orang adalah kepercayaan diri.

Dengan tingkat percaya diri yang tinggi siswa dapat belajar dan mencoba hal-hal yang baru. Hal ini akan mempengaruhi tingkat keterampilan siswa pada pembelajaran pendidikan jasmani disekolah. Percaya diri juga membantu siswa untuk mengembangkan ketahanan emosional terhadap suatu kegagalan atau kesalahan. Dengan ini siswa lebih berani mengambil resiko dan mencoba hal baru tanpa takut menghadapi kesalahan dan kegagalan. Dengan percaya diri yang tinggi siswa merasa percaya diri dan lebih cenderung rileks, tenang, dan fokus saat melaksanakan praktik karena siswa bisa mengontrol gerakan mereka dengan baik, dan meningkatkan kemampuan untuk menguasai sebuah teknik. Karena sesuai dengan pendapat (Sukma & Kurniawan, Febi, 2019) Percaya diri adalah perasaan yang berisi kekuatan, kemampuan dan keterampilan untuk melakukakan dan menghasilkkan sesuatu yang dilandasi keyakinan untuk sukses. Jadi ketika siswa

memiliki kepercayaan diri yang lebih maka melakukan suatu apapun akan berjalan dengan lancar.

Hasil deskriptif mengenai kepercayaan diri siswa, dapat diketahui bahwa sebagian besar aspek menunjukkan pencapaian yang sangat baik. Aspek Keyakinan Kemampuan Diri memperoleh nilai sebesar 99% dengan kriteria sangat tinggi, menunjukkan bahwa siswa memiliki kepercayaan tinggi terhadap kemampuan mereka sendiri. Aspek Optimis memperoleh nilai tertinggi, yaitu 96%, yang juga termasuk dalam kategori sangat tinggi, mencerminkan sikap positif siswa dalam menghadapi berbagai situasi. Selanjutnya, aspek Objektif mendapat nilai 95% dengan kriteria yang sama, yang menunjukkan bahwa siswa mampu menilai sesuatu secara adil dan berdasarkan fakta. Sementara itu, aspek Rasional dan Realistis memperoleh nilai 48% dan masuk dalam kategori sangat rendah, menandakan bahwa siswa kurang mampu berpikir logis dan sesuai kenyataan. Namun demikian, aspek Bertanggung Jawab menunjukkan pencapaian terendah, yaitu 47%, dengan kriteria sangat rendah. Secara keseluruhan, kepercayaan diri siswa tergolong cukup dengan hasil Derajat Pencapaian (DP) sebesar 77%. Dapat dilihat di lampiran 3 halaman 67.

Aspek dengan derajat pencapaian tertinggi adalah Keyakinan kemampuan diri sebesar 99% dalam kategori sangat tinggi. Keyakinan diri adalah keyakinan seseorang terhadap keterampilan dan kemampuan dirinya dalam mengorganisasi dan memecahkan permasalahan untuk hasil yang terbaik dalam suatu tugas tertentu. Sebaliknya siswa yang tidak

memiliki keyakinan diri cenderung mudah menyerah menghadapi masalah, mengalami kesulitan dalam memecahkan masalah, dan kegagalan memecahkan masalah tersebut dianggap karena kurangnya kemampuannya (Indriani 2016).

Aspek dengan derajat pencapaian tertinggi kedua adalah Optimis sebesar 96% dengan kategori sangat tinggi. Optimis adalah sikap seseorang yang selalu memiliki pandangan positif tentang segala sesuatu mengenai dirinya, harapannya dan kemungkinannya.

Aspek dengan derajat pencapaian tertinggi ketiga adalah Objektif sebesar 95% dengan kategori sangat tinggi. Objektif adalah kemampuan individu untuk melihat dan menilai potensi diri secara jujur dan rasional, berdasarkan fakta dan pengalaman (Hidayat dan Setiawati 2022)

Aspek dengan derajat pencapaian tertinggi keempat adalah Rasional dan Realistis 48% dengan kategori sangat rendah. Kepercayaan diri yang sehat harus didasarkan pada pemahaman yang objektif dan pengalaman nyata, sehingga mendukung perkembangan diri yang berkelanjutan. Dengan demikian, sikap kepercayaan diri yang realistis dan rasional menjadi modal penting bagi siswa dalam menghadapi proses pembelajaran dan tantangan akademik secara optimal (Hidayat dan Setiawati 2022).

Aspek terendah adalah Bertanggung Jawab 47% berada dalam kategori sangat rendah. Menurut Armella dan Maisun, (2022) kesulitan belajar dipengaruhi oleh faktor internal seperti psiko-fisik serta faktor eksternal seperti keluarga, guru, teman sebaya. Salah satu faktor internal

yang memiliki keterkaitan dengan sumber *kepercayaan diri* adalah kondisi fisiologis. Bandura menyatakan bahwa keadaan emosi dan fisik pada saat tugas dijalankan memberikan sugesti kepada peserta didik dalam menyelesaikan tugas. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa rendahnya *kepercayaan diri* peserta didik di pengaruhi oleh kondisi fisiologis peserta didik itu sendiri.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa *kepercayaan diri* sangat mempengaruhi proses pembelajaran PJOK disekolah. Seperti yang diketahui bahwa proses pembelajaran PJOK memiliki berbagai tingkatan keterampilan. Untuk mampu melakukan tugas dan aktivitas fisik maka dibutuhkan *kepercayaan diri* yang tinggi. Sebaliknya, jika siswa memiliki *kepercayaan diri* yang rendah, mereka merasa sulit untuk mengekspresikan diri dengan bebas.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan maka penelitian “Studi Tentang Kepercayaan Diri Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) Di Kelas X SMK Negeri 10 Padang” diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

Derajat Pencapaian Tingkat Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMK Negeri 10 Padang yaitu 1). Keyakinan kemampuan diri sebesar 99% dalam kategori sangat tinggi, 2). Optimis sebesar 96% dalam kategori sangat tinggi, 3). Objektif sebesar 95% dalam kategori sangat tinggi, 4). Bertanggung Jawab sebesar 47% dalam kategori cukup, 5). Rasional dan Realistis sebesar 48% dalam kategori cukup. Secara keseluruhan, kepercayaan diri siswa tergolong cukup dengan hasil Derajat Pencapaian (DP) Sebesar 77%.

B. Saran

Berdasarkan temuan penelitian, pembahasan dan kesimpulan yang telah didapatkan, beberapa saran dari peneliti adalah sebagai berikut:

1. Pendidik pada mata pelajaran PJOK hendaknya selalu memberi afirmasi positif kepada peserta didik sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam mengembangkan potensi diri yang mereka punya.
2. Pada peserta didik hendaknya selalu berfikir positif dan tidak mudah menyerah dalam belajar PJOK.

3. Pada penelitian selanjutnya perlu kajian kepercayaan diri lebih mendalam atau kajian variabel psikologi lainnya yang sesuai dengan fenomena populer dikalangan pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alnedral. (2016). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga & Kesehatan*. Jakarta: Kencana.
- Ameliah, 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.
- Ardila, R. M., Nurhasanah, N., & Salimi, M. (2017). Pendidikan Karakter Tanggung Jawab dan Pembelajarannya di Sekolah. Prosiding Seminar Nasional Inovasi Pendidikan
- Arikunto, S. (2022). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik* (Revisi ed.). Jakarta: Rineka Cipta.
- Armella, R., dan Maisun, K. (2022). Kesulitan belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesulitan Belajar. *Sultan Idris Journal of Psychology and Education*, 1(2), 14–27.
- Armen, H., Rinaldi, M., & Yusuf, A. (2021). *Pendidikan jasmani: Teori dan praktik*. Bandung: Alfabeta.
- Armen, M., Rahmalia, A., Nora, Y., & Salamaka, M. I. T. (2021). Survey of the implementation of traditional games of Minangkabau in physical education in Elementary School. *Juara: Jurnal Olahraga*, 7(1), 15–24
- Aziz, A., & Basry, B. (2017). Hubungan antara Kompetensi Guru dan Kepercayaan Diri dengan Kemandirian Siswa SMPN 2 Pangkalan Susu. *Jurnal Psychomutiara*, 1(1), 1529.
- Danardani, Wasti. (2020, Agustus). *Perkembangan kecerdasan logika matematika melalui renang artistik*.

- Darani, R. (2020). *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam perspektif pendidikan karakter*. Yogyakarta: Deepublish.
- Febrianti, N. (2014). *Implementasi Program Adiwiyata Pada Sekolah Menengah Pertama di Kota Yogyakarta*.
- Febriyani, T., Kurniawan, F., & Effendi, R. (2020). Kepercayaan Diri Siswa dalam Pembelajaran Lompat Harimau. *Jurnal Altius*, 9(2), 92-99.
- Ghufron, M. N., & S, R. R. (2020). *Teori- Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar- Ruzz Media.
- 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.
- Hasan, N., JUNAIDI, S., & PRASETYA, W. (2023). *PENGARUH SELF CONFIDENCE DENGAN KETERAMPILAN PSIKOMOTOR SISWA PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI* (Doctoral dissertation, Universitas Nusantara PGRI Kediri).
- Hasmarita, S., & Adha Septiana, R. (2020). Hubungan Kepercayaan Diri.dengan Teknik Dasar Grab Start. *Jpoe*, 1(2), 63–72.
- Hendriana, H., Rohaeti, E. E., & Sumarmo, U. (2018). *Penanaman karakter siswa melalui pembelajaran matematika*. Bandung: Refika Aditama.
- Hidayat, R., & Setiawati, D. (2022). *Pengembangan Kepercayaan Diri Siswa dalam Pembelajaran Daring*. *Jurnal Psikologi Pendidikan*.
- Indriani, N. 2016. Proses Berpikir Siswa dalam Pemecahan Masalah Trigonometrii ditinjau dari Self Efficacy Siswa. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.

- Khory, F. D., Hartoto, S., & Prakoso, B. B.(2020). Hubungan Tingkat Percaya Diri Dengan Hasil Belajar Berenang.*Bravo's:Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*,8(3), 117.
- Komara, I. B. (2016). Hubungan antaraKepercayaan Diri dengan Prestasi Belajar dan Perencanaan Karir Siswa SMP.*PSIKOPEDAGOGIA JurnalBimbinganDanKonseling*,5(1),33.
- Kunandar. (2011). *Penilaian autentik: Penilaian hasil belajar peserta didik berdasarkan Kurikulum 2013*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Kusmana, U. (2018). *Pengaruh self-efficacy dan kepercayaan diri terhadap motivasi belajar siswa sekolah dasar di kelas VI SD Negeri Kecamatan Cilaku Kabupaten Cianjur* (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Terbuka.
- Lengkana, S. L., Tangkudung, J., & Asmawi, M. (2018). *Hubungan kepercayaan diri dengan prestasi belajar siswa*. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.
- Lubis, Syahron. (2011). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Padang: Sukabina Press.
- Luthans, F., Youssef-Morgan, C. M., & Avolio, B. J. (2021). *Psychological Capital and Beyond*. Oxford University Press.
- Lynch, T. (2019). *Physical Education and Wellbeing*. Cham: Springer International Publishing.
- Majid, A. (2013). *Perencanaan pembelajaran: Mengembangkan standar kompetensi guru*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Maliki, A. F., Ismaya, B., & Gustiawati, R. (2021). Pengaruh Model Pembelajaran Inquiry Terhadap Kepercayaan Diri Pendidikan Jasmani. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(7), 65-70.
- Miftah, F. E. (2019). Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Kesadaran Diri pada Siswa Smpn 8 Banjarmasin 8 Banjarmasin. *Jurnal*

Kognisia,2(1),6165.

Mulya, G., & Lengkana, A. S. (2020). Pengaruh kepercayaan diri, motivasi belajar terhadap prestasi belajar pendidikan jasmani. *Competitor*, 12(2), 83-94.

Mylsidayu, A. (2015). *Ilmu kepelatihan dasar* (Cet. 1). Bandung: Alfabeta.

Naufal, L. (2023). *Analisis Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) Dalam Membangun Karakter Siswa SD Negeri 2 Candi Rejo* (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).

Nisa, K., & Jannah, M. (2021). Pengaruh kepercayaan diri terhadap ketangguhan mental atlet bela diri. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3), 36–45.

Nopiyanto, Y. E., & Raibowo, S. (2019). *Filsafat Pendidikan Jasmani & Olahraga*. El Markazi.

Nopiyanto, Y. E., Insanisty, B., Raibowo, S., Prabowo, A., Andriyani, M. U., & Ibrahim, I. (2023). Analisis tingkat kepercayaan diri siswa pada pembelajaran Penjas di SD Negeri 82 Bengkulu Tengah. *Jurnal Patriot*, 5(3), 165-173.

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.

Paturusi, A. (2012). *Manajemen pendidikan jasmani dan olahraga*. Jakarta: Rineka Cipta.

Ramadhan, C. R. (2023). Pengaruh self-efficacy terhadap sikap tanggung jawab siswa sekolah dasar. Universitas Pendidikan Indonesia.

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.

Republik Indonesia. (2003). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Kementerian Pendidikan Nasional.

Reza, E. A., Syafei, M. M., & Achmad, I. Z. (2021). Tingkat Rasa Percaya Diri Siswa pada Pembelajaran Senam Lantai. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 4(2), 142–149.

Sagala, S. (2010). *Konsep dan makna pembelajaran: Untuk membantu memecahkan problematika belajar dan mengajar*. Bandung: Alfabeta.

Sanjaya, W. (2013). *Perencanaan dan desain sistem pembelajaran*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.

Santrock, J. W. (2011). *Educational psychology* (5th ed.). New York, NY: McGraw-Hill.

Sari, R. T. (2023). *Analysis Of Knowledge and Understanding of Regarding Waste Management in the Aie Dingin Landfill Area in Balai Gadang Koto Tangah District Padang City*. *Jurnal IPA dan Pembelajaran IPA*, 7(3), p.269-278.

Sholichin, R., Saifudin, A., & Buana, V. G. (2019). Dynamics of Use of Methods And Teaching Books in TPQ Learning Under The Ring of LP. Ma'arif in Garum, Blitar. *Journal of Development Research*, 3(1), 31–36.

Solihin, A. O. (2015). Pengaruh Metode Permainan Menggunakan Parasut dalam Pembelajaran Penjas terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Tunarungu. *Jurnal Olahraga*, 1(2), 74–80.

Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.

- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukma, M., & Kurniawan, Febi, F. (2019). Survei Self Confidence pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal di SMAN Se- Kecamatan Klari Kabupaten Karawang. *Jurnal Speed*, 2(November), 31–38.
- Supriyanto, A. (2016). Peran Pola Asuh Otoriter Demokratis, Dukungan Sosial, Kepercayaan Diri Terhadap Prestasi Atlet Renang Melalui Mediator Motivasi Berprestasi. *Indonesia Sport Journal*,
- Suryadi, B., Hayat, B., & Putra, M. D. K. (2021). The Indonesian version of the life orientation test-revised (LOT-R): Psychometric properties based on the rasch model. *Cogent Psychology*, 1-15.
- Suseno, M. N. (2013). Efektivitas pembentukan karakter spiritual untuk meningkatkan optimisme terhadap masa depan anak yatim piatu. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 5(1), 1-24.
- Suyadi. (2015). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Karakter*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- 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).
- Undang Undang Sistem Pendidikan Nasional (UUSPN) No.20 tahun 2003.
- Walton-Fisette, J. L., & Wuest, D. A. (2018). *Foundations of Physical Education, Exercise Science, and Sport* (19th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Wenni. (2016). *Kepercayaan diri dan karakteristik individu percaya diri*. Yogyakarta: Deepublish.
- Wiarto, G. (2015). *Inovasi Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta:

Laksitas

Wiarto, H. (2015). *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Wiradihardja, S., & Syarifudin, S. (2017). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMA Kelas X* (Buku Guru & Buku Siswa). Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemendikbud.