

**UPAYA GURU DALAM MENUMBUHKAN RASA PERCAYA
DIRI MELALUI PEMBIASAAN OLAHRAGA
DI MI MA'ARIF SINGOSAREN**

SKRIPSI



Oleh

**WIHANIS
NIM : 210614041**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
JURUSAN PENDIDIKAN GURU MADRASAH IBTIDAIYAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PONOROGO**

2018

ABSTRAK

Wihanis. 2018. *Upaya Guru Dalam Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Melalui Pembiasaan Olahraga di MI Ma'arif Singosaren.* **Skripsi** . Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Jurusan Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Ponorogo. Pembimbing Dr. Mambaul Ngadhimah, M.Ag

Kata kunci : Upaya Guru, Rasa Percaya Diri, Pembiasaan Olahraga

Olahraga merupakan pilar penting dalam kehidupan karena olahraga bukan sekedar kegiatan yang berorientasi pada faktor fisik belaka, olahraga dapat melatih mental seseorang. Maka dari itu pembentukan percaya diri dapat dilakukan melalui pendidikan olahraga khususnya kurangnya rasa percaya diri yang sekarang terjadi di MI Ma'arif singosaren dilihat dari kurangnya keberanian siswa, adanya perasaan takut dan cemas, belum bisa menyesuaikan situasi dengan temannya, kurangnya rasa positif pada diri siswa ketika berada di dalam kelas. Percaya diri sikap yang sangat penting untuk di miliki peserta didik, karena Percaya diri adalah sebuah keyakinan bahwa seseorang mempunyai kemampuan melakukan sesuatu dalam mencapai tujuan. Dengan percaya diri, kita sadar akan eksistensi diri, Percaya diri berguna sebagai modal dasar pengembangan aktualitas diri pada peserta didik. Kurangnya rasa percaya diri akan menghambat pengembangan potensi diri dan menjadikan peserta didik pesimis dalam menghadapi suatu tantangan, jadi harus adanya suatu pembinaan dalam menumbuhkan rasa percaya diri peserta didik.

Maka tujuan penelitian ini untuk mengetahui bagaimana rasa percaya diri siswa di MI Ma'arif Singosaren dan mengetahui pembinaan olahraga dapat menumbuhkan rasa percaya diri di MI Ma'arif Singosaren serta mengetahui faktor pendukung dan penghambat dalam menumbuhkan rasa percaya diri di MI Ma'arif Singosaren.

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kualitatif, metode yang digunakan dalam mengumpulkan data adalah wawancara, observasi, dan dokumentasi. Adapun teknik analisis data meliputi pengumpulan data serta *data reduction, data display dan conclusion*.

Hasil penelitian tersebut mengungkapkan bahwa: 1) Rasa percaya diri siswa di MI Ma'arif Singosaren masih ada yang kurang dan sebagian sudah banyak mengalami perubahan dilihat dari siswa menjadi lebih berani, lebih semangat, lebih percaya pada kemampuan diri sendiri dan lebih memiliki rasa positif terhadap diri sendiri ketika berada di dalam kelas. 2) Pembinaan olahraga terlaksanakan dengan 5 upaya yang berhasil dilakukan oleh guru olahraga yang dapat dilihat dari banyak munculnya rasa percaya diri siswa melalui 4 macam olahraga seperti bola voli, senam, bulu tangkis dan sepak bola. 3) faktor pendukung yang dihadapi oleh guru dari siswa yang sangat menyukai kegiatan olahraga, banyaknya prestasi yang diraih dalam olahraga, dan terdapat perubahan sedikit demi sedikit dari siswa, adapun faktor penghambatnya dari siswa yang masih sulit diarahkan, masih suka main-main ketika pembinaan berlangsung dan adanya siswa yang kurang nyambung dengan arahan yang diberikan oleh guru.

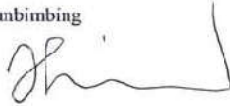
LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi atas nama saudara :

Nama : Wihanis
NIM : 210614041
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Jurusan : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI)
Judul : Upaya Guru Dalam Menumbuhkan Rasa Percaya Diri
Melalui Pembiasaan Olahraga di MI Ma'arif
Singosaren.

telah diperiksa dan disetujui untuk diuji dalam ujian munaqosah.

Pembimbing



Dr. Mambaul Ngadhimah, M.Ag
NIP. 19740204199803200

Tanggal 01 Juli 2018

Mengetahui,
Ketua
Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah
Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Institut Agama Islam Negeri
Ponorogo



Ali Ba'ul Chusna, M.S.I
NIP. 1983092922011012012



KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI

PENGESAHAN

Skripsi atas nama saudara:

Nama : Wihanis
NIM : 210614041
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Jurusan : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah
Judul : Upaya Guru Dalam Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Melalui Pembiasaan Olahraga di MI Ma'arif Singosaren.

Telah dipertahankan pada sidang munaqosah di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Ponorogo pada:

Hari : Kamis
Tanggal : 19 Juli 2018




Dan telah diterima sebagai bagian dari persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan, pada:

Hari : Selasa
Tanggal : 23 Juli 2018

Ponorogo, Juli 2018
Mengetahui
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Dr. Afwadi, M.Ag.
NIP. 196512171 997031003

Tim Penguji

1. Ketua Sidang : Izza Aliyatul Muna, M.Sc ()
2. Penguji I : Dr. Harjali, M.Pd ()
3. Penguji II : Dr. Mambaul Ngadhimah, M.Ag ()

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada saat ini dunia pendidikan masih banyak dijumpai siswa yang memiliki kurangnya rasa percaya diri, hal ini peran guru sangatlah penting dalam pembentukan rasa percaya diri siswa karena guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai dan mengevaluasi peserta didik dalam hal ini berarti juga ikut andil dalam menentukan maju atau tidaknya sebuah bangsa dan peradaban manusia.¹ Dengan bimbingannya, seorang anak yang awalnya tidak tahu apa-apa menjadi pribadi jenius, sehingga menjadi manusia unggul dan berdaya guna, seorang siswa yang awalnya merupakan anak didik dengan tingkat kenakalan luar biasa, dengan arahan dan bimbingan dalam kesabaran seorang guru menjadi siswa yang berprestasi. Banyak sekali perubahan yang terjadi dalam diri seorang siswa atas jasa dan perjuangan seorang guru.

Karena pendidikan itu sendiri merupakan sebuah investasi masa depan. Pendidikan juga dapat meningkatkan kecerdasan, ketrampilan, mengembangkan potensi diri dan membentuk pribadi yang bertanggung jawab, cerdas dan kreatif. Selain itu pendidikan olahraga juga memiliki peranan penting yaitu memberi kesempatan siswa untuk berbagi pengalaman belajar melalui aktivitas olahraga yang dipilih dan dilaksanakan dengan

¹ Kunandar, *Guru Profesional Implementasi Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) dan Sukses Dalam Sertifikasi Guru* (Jakarta: Rajawali Pres, 2009),54.

sistematis. Selain itu pendidikan olahraga juga memiliki tujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran.

Dari adanya pendidikan olahraga yang bisa dibuktikan dapat membantu peserta didik dalam menumbuhkan rasa percaya diri maka harus adanya sebuah pembiasaan yang bisa digabung dengan olahraga melalui upaya yang dilakukan oleh guru dengan pembiasaan. Pendidikan merupakan usaha sadar manusia dalam mencapai tujuan, yang dalam prosesnya diperlukan metode yang efektif dan menyenangkan. Oleh karena itu, ada suatu prinsip umum dalam memfungsikan metode, bahwa pembelajaran perlu disampaikan dalam suasana interaktif, menyenangkan, menggembirakan, penuh dorongan, motivasi, dan memberikan ruang gerak yang lebih leluasa kepada peserta didik dalam membentuk kompetensi dirinya untuk mencapai tujuan. Dari berbagai metode pendidikan, metode yang paling tua antara lain pembiasaan.²

Berlawanan dengan hal itu, di MI Ma'arif Singosaren Ponorogo masih ada siswa yang sulit untuk diarahkan oleh guru, sulit untuk diatur, kurang semangat dan yang paling utama yaitu kurangnya rasa percaya diri yang tertanam pada diri mereka ketika mengikuti pelajaran didalam kelas. Hal ini terjadi karena pengaruh teman sebaya, kurangnya rasa percaya diri yang tertanam pada diri siswa sehingga dari mereka masih banyak yang menyepelkan ketika mengikuti kegiatan pembelajaran didalam kelas.³

Dengan adanya permasalahan yang dialami di MI Ma'arif Singosaren tersebut, maka dapat di tanggulangi melalui pendidikan olahraga. pendidikan

² Mulyasa, *Manajemen Pendidikan Karakter* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2013), 165.

³ Observasi pada 16-09-2017, pukul 07.30.

olahraga di buktikan bisa menumbuhkan rasa percaya diri siswa dengan permainan-permainan yang ada diantaranya adalah bola voly, bulu tangkis, sepak bola, bola kasti, tenis meja dan lain sebagainya. Dengan permainan-permainan tersebut dapat melatih kepercayaan diri siswa salah satu contohnya pada saat mengalami pertandingan olahraga dalam hal ini kepercayaan diri sangat di butuhkan sehingga pendidikan olahraga dapat digunakan untuk melatih siswa menumbuhkan rasa percaya diri.⁴

Seperti halnya yang telah di jelaskan oleh Zinser, bahwa penampilan terbaik adalah korelasi langsung antara kepercayaan diri yang tinggi dan keberhasilan performa olahraga. Pendapat tersebut sangat beralasan karena untuk mencapai prestasi puncak dalam olahraga tidak sedikit tantangan dan hambatan yang datang silih berganti pada diri atlet. Oleh karena itu, modal utama yang harus dimiliki atlet supaya bisa mengatasi masalah tersebut yaitu kepercayaan diri. Tanpa adanya kepercayaan diri maka banyak masalah yang akan timbul pada diri seorang atlet , Dan di lain sisi kepercayaan diri akan meningkatkan usaha atlet.⁵ Ketika dalam pertandingan dan mengikuti lomba-lomba, khususnya untuk siswa-siswi MI Ma'arif singosaren yang sering mengikuti lomba-lomba.

Berdasarkan pendapat tersebut kepercayaan diri akan menggugah emosi positif. Artinya ketika atlet berada dalam keadaan percaya diri, atlet akan merasa tenang dan relaks walaupun berada dalam tekanan. Namun , ketika

⁴ Yandika Fefrian Rosmi, "Pendidikan Jasmani dan Pengembangan Karakter siswa di sekolah dasar", Education, 66 (1 Juni 2016),59.

⁵ Komarudin, *Psikologi Olahraga* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya,2015),65.

perolehan skor dalam keadaan seimbang atau sama keadaan fisik dan mental atlet boleh berubah menjadi lebih sigap dan lebih tegas. Tetapi ketika atlet merasa kurang percaya diri, cenderung atlet merasa ragu untuk melakukan yang terbaik dan berpikir untuk melakukan sesuatu yang terbaik.

Dan kepercayaan diri akan memengaruhi pencapaian tujuan. Artinya ada yang memiliki kepercayaan diri akan tertantang dan aktif untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Atlet memungkinkan untuk mencapai tujuan sesuai dengan kemampuan dirinya, sedangkan atlet yang kurang memiliki kepercayaan diri cenderung hanya menentukan tujuan yang mudah saja, dan tidak pernah tertantang untuk mencapai tujuan yang sulit. Hal ini disebabkan karena keterbatasan yang dimiliki oleh diri atlet. ketika diri seorang atlet tidak memiliki kepercayaan diri, atlet cenderung bermain bukan untuk kalah, dan cenderung mencoba menghindari untuk membuat kesalahan dalam pertandingan tersebut.⁶

Kepercayaan diri dapat memengaruhi terhadap semangat mental.⁷ Seorang atlet terutama untuk siswa –siswi di MI Ma'arif singosaren dari kebanyakan siswa disini masih banyak yang merasa kurang dengan semangat dan kepercayaan diri yang seharusnya sudah tertanam pada diri mereka sejak dini apalagi khususnya untuk siswa –siswi yang masih MI rasa semangat dan kepercayaan diri adalah masa-masa yang harusnya sudah dan tertanam pada diri mereka.. Untuk menyelesaikan masalah tersebut tentang bagaimana meningkatkan kepercayaan diri pada siswa-siswi di MI Ma'arif Singosaren

⁶ Ibid, 65-66

⁷ Khomarudin, Psikologi Olahraga, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), 65-76.

ada beberapa upaya dari guru yang bertujuan untuk menggugah semangat dan yang utama adalah kepercayaan diri yang seharusnya tertanam pada diri mereka. Dengan adanya upaya-upaya yang dilakukan oleh guru, hal ini dapat dilihat dari perubahan sikap siswa dari hari demi hari. Sehingga setelah guru melakukan upaya-upaya tersebut sedikit demi sedikit siswa-siswi akan sadar paham dan mempunyai keinginan untuk peningkatan kepercayaan diri yang seharusnya tertanam pada diri mereka, Sehingga dari hal tersebut dapat dirumuskan judul penelitian yaitu” UPAYA GURU DALAM MENUMBUHKAN RASA PERCAYA DIRI MELALUI PEMBIASAAN OLAHRAGA DI MI MA’ARIF SINGOSAREN.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka fokus penelitian ini adalah “Upaya Guru dalam menumbuhkan rasa Percaya Diri melalui pembiasaan olahraga di MI Ma’arif Singosaren Ponorogo”.

C. Rumusan Masalah

Berangkat dari latar belakang dan fokus penelitian yang diuraikan di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimana rasa percaya diri siswa di MI Ma’arif Singosaren?
2. Bagaimana pembinaan olahraga dapat menumbuhkan rasa percaya diri siswa di MI Ma’arif Singosaren?

3. Apa faktor pendukung dan penghambat dalam menumbuhkan rasa percaya diri siswa di MI Ma'arif Singosaren?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka penulis membuat tujuan penelitian yang ingin dicapai sebagai berikut:

1. Untuk mendeskripsikan bagaimana rasa percaya diri siswa di MI Ma'arif Singosaren.
2. Untuk mendeskripsikan bagaimana pembinaan olahraga dapat menumbuhkan rasa percaya diri di MI Ma'arif Singosaren Ponorogo.
3. Untuk mendeskripsikan apa faktor pendukung dan penghambat dalam menumbuhkan rasa percaya diri siswa di MI Ma'arif Singosaren?

E. Manfaat Penelitian

Adapun kegunaan atau manfaat hasil penelitian ini dapat ditinjau secara teoritis dan praktis. Dengan demikian, kajian ini diharapkan dapat menghasilkan manfaat berikut ini :

1. Secara teoritis

Penelitian ini secara teoritis dapat mengetahui Upaya Guru dalam menumbuhkan rasa percaya diri pada siswa melalui pembiasaan olahraga di MI Ma'arif Singosaren. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan pengembangan hasanah ilmu pengetahuan, khususnya tentang upaya guru dalam menumbuhkan sikap percaya diri pada siswa.

2. Secara praktis

a. Bagi Guru

Dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu guru dalam usahanya menumbuhkan rasa percaya diri, mengetahui permasalahan yang muncul untuk mencapai solusi dalam memecahkan masalah, memperoleh ide dengan tujuan untuk keberhasilan peserta didik.

b. Bagi Penulis

Untuk menambah wawasan tentang upaya guru dalam menumbuhkan rasa percaya diri melalui pembiasaan olahraga di MI Ma'arif Singosaren.

c. Bagi Siswa

Agar perilaku siswa dalam kehidupan sehari-hari menuju ke arah yang positif, sehingga akan terbiasa sampai mereka dewasa.

F. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan dimaksudkan untuk mempermudah pemahaman para pembaca dalam menelaah isi kandungan yang ada didalamnya. Dalam penulisan laporan nanti terdiri dari lima batang tubuh, adapun sistematika pembahasannya adalah sebagai berikut:

Bab I : Pendahuluan, yang berisi tentang tinjauan secara global permasalahan yang dibahas, yaitu terdiri latar belakang masalah, rumusan masalah, fokus penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, metode penelitian dan sistematika pembahasan. Bab pertama ini dimaksudkan untuk memudahkan dalam memaparkan data.

Bab II : kajian pustaka, yang berisi tentang dekritif landasan teori dan telaah pustaka. Untuk memperkuat judul penelitian, sehingga antara data dan teori saling melengkapi dan menguatkan. Teori yang digunakan sebagai landasan dalam penelitian ini yaitu tentang pengertian upaya guru, rasa percaya diri siswa, dan pembiasaan olahraga.

Bab III: Metode penelitian yang meliputi pendekatan dan jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian upaya guru dalam menumbuhkan rasa percaya diri di MI Ma'arif Singosaren. Lokasi yang digunakan dalam penelitian, data dan sumber data yang digunakan untuk meneliti rasa percaya diri siswa siswi kelas IV dan V di MI Ma'arif Singosaren.

Bab IV: Temuan penelitian yang meliputi gambaran umum lokasi penelitian dan deskripsi data khusus tentang upaya guru dalam menumbuhkan rasa percaya diri di MI Ma'arif Singosaren.

- Bab V:** Bab yang berisi tentang analisis penelitian. Analisis penelitian adalah sebuah upaya menafsirkan data penelitian dengan menggunakan acuan kerangka teori yang sudah dipaparkan bab II.
- Bab VI:** Penutup yang berisi kesimpulan sebagai jawaban dari pokok-pokok permasalahan dan saran-saran yang berhubungan dengan penelitian sebagai masukan-masukan berbagai pihak terkait. Bab ini dimaksudkan agar pembaca dan penulis mudah dalam melihat inti dari penelitian, sekaligus menindak lanjuti kasus yang diteliti.



BAB II

TELAAH HASIL PENELITIAN TERDAHULU DAN KAJIAN TEORI

A. Telaah Pustaka

Hasil Penelitian

Skripsi pertama berjudul “ Studi Upaya Guru Dalam Meningkatkan Kepercayaan diri siswa di SD Negeri 1 Pengasih”. Skripsi ini ditulis oleh Dettiany Pritama, Fakultas Ilmu pendidikan guru sekolah dasar di Universitas Negeri Yogyakarta, 2015. Hasil penelitian ini yaitu upaya guru dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa di SD Negeri 1 Pengasih, dapat disimpulkan yaitu memberikan motivasi pada siswa, memberikan apresiasi pada siswa, mengajak siswa berkomunikasi aktif, memberikan tanggung jawab khusus pada siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah, mengatur tempat duduk siswa, mengkomunikasikan upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa kepada kepala sekolah dan teman sesama guru.

Kendala yang dihadapi guru dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa yaitu kedua subjek guru SM dan guru ES terkendala kurangnya pengetahuan yang dimiliki dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa, subjek guru ES terkendala dengan ketidakmauan siswa bekerjasama dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa, subjek guru ES kesulitan mengajak berkomunikasi siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah.

Skripsi kedua berjudul “ Hubungan Kepercayaan diri dengan Penampilan puncak Pemain Sepak Bola Arema indonesia” Skripsi ini ditulis

oleh Muhamad Septa Winahyu. Berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh hasil yaitu semakin tinggi kepercayaan diri seorang pemain, maka semakin baik pula penampilan puncak yang dicapai, oleh karena itu, guna mencapai kesuksesan dalam pertandingan. Pertandingan yang dihadapi, hendaknya atlet tetap meningkatkan kepercayaan dirinya. Dalam hal ini official tim Arema Indonesia perlu memberikan motivasi dan keyakinan atau kepercayaan kepada setiap pemain. Hal ini akan lebih efektif apabila program latihan mental diberikan setiap hari, guna mendapatkan kepercayaan diri pemain yang tinggi saat bertanding pada suatu pertandingan.

Skripsi ketiga berjudul upaya guru dalam meningkatkan mutu pendidikan di Madrasah Ibtidaiyah Ma'arif Polorejo Ponorogo yang disusun oleh Ria Kristina mahasiswa IAIN Ponorogo dan hasil penelitiannya adalah upaya yang dilakukan guru dalam meningkatkan mutu pendidikan di MI Ma'arif Polorejo adalah meningkatkan etos kinerjanya, merancang silabus, membuat RPP, menggunakan metode dan sumber pembelajaran, mengikuti diklat atau pelatihan-pelatihan dan faktor penghambat dan pendukung yang dihadapi guru dalam meningkatkan mutu pendidikan adalah; faktor penghambat yang meliputi siswa terlalu capek dalam mengikuti proses belajar mengajar, kurangnya dukungan atau motivasi dari orang tua, lemahnya motivasi belajar peserta didik, minimnya fasilitas, sarana prasarana, serta keterbatasan biaya, serta faktor pendukung yang meliputi guru membuat modul sendiri, guru memiliki kualifikasi S1 dan S2, keinginan yang kuat untuk maju, dan dukungandari orang tua maupun masyarakat.

B. Landasan Teori

1. Kajian Tentang Rasa Percaya Diri

Rasa percaya diri itu merupakan hal yang penting bagi peserta didik, karena rasa percaya diri merupakan salah satu dari sebuah kunci kesuksesan seseorang. Sedangkan rasa percaya diri itu sendiri salah satunya bisa ditumbuhkan kepada siswa melalui pembelajaran dan pembiasaan dari seorang guru, maka dari itu disini peran dan upaya guru sangatlah penting dalam hal tersebut. Karena upaya itu sendiri adalah ikhtiar untuk mencapai suatu maksud, memecahkan persoalan, mencari jalan keluar⁸. Adapun upaya yang dimaksud adalah usaha yang dilakukan guru dalam menumbuhkan rasa percaya diri pada siswa kelas IV dan V di MI Ma'arif Singosaren.

Guru diibaratkan sebagai pembimbing perjalanan yang berdasarkan pengalaman dan pengetahuannya bertanggung jawab atas kelancaran perjalanan itu, dalam hal ini istilah perjalanan tidak hanya menyangkut fisik tetapi juga perjalanan mental, emosional, kreatifitas, moral dan spiritual yang lebih dalam dan kompleks.⁹

Guru adalah orang tua kedua di sekolah bagi anak-anak. Sebagai orang tua kedua hendaknya guru mampu mencintai anak didik sama seperti orang tua mencintai anaknya. Keteladanan dan ketelatenan harus selalu ada, karena yang namanya anak-anak memiliki naluriyah yang

⁸Tim penyusun kamus, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*(Jakarta: Balai Pustaka, 2005), 1250.

⁹E.Mulyasa, *Menjadi Guru Profesional* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009),40.

inginnya selalu bermain. Ketika kebosanan menyerang mereka dalam belajar maka kesabaran guru diuji. Kesabaran dan ketelatenan adalah kunci utama untuk mengajar anak-anak .

Dalam pengertian umum, orang tidak mengalami kesulitan untuk menjelaskan siapa guru dan bagaimana sosok guru. Dalam pengertian ini, makna guru selalu dikaitkan dengan profesi yang terkait dengan pendidikan anak disekolah, dilembaga pendidikan, dan mereka yang harus menguasai bahan ajar yang terdapat dalam kurikulum. Secara umum, baik sebagai pekerjaan ataupun sebagai profesinya, guru selalu disebut sebagai salah satu komponen utama pendidikan yang amat penting. Guru, siswa dan kurikulum merupakan tiga komponen utama dalam sistem pendidikan nasional. Ketiga komponen pendidikan itu merupakan *conditio Sine Quanon* atau syarat mutlak dalam proses pendidikan sekolah. Guru adalah seseorang yang memiliki tugas sebagai fasilitator sehingga siswa dapat belajar dan atau mengembangkan potensi dasar dan kemampuannya secara optimal, melalui lembaga pendidikan sekolah, baik yang didirikan oleh pemerintah maupun oleh msasyarakat atau swasta.¹⁰

Dalam UU Guru dan Dosen No. 14/2005 Bab pasal 1 disebutkan bahwa guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah. Tugas

¹⁰Suparlan, *Guru Sebagai Profesi* (Yogyakarta: Hikayat Publishing, 2006), 12-13.

pengajar yang terdapat pada undang-undang Republik Indonesia nomor 2 tahun 1989 tentang sistem pendidikan nasional, pasal 27 adalah sebagai tenaga kependidikan yang bertugas menyelenggarakan kegiatan mengajar, melatih, mengembangkan, mengelola dan memberikan pelayanan teknis dalam bidang pendidikan.¹¹

Guru merupakan pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai. Dan mengevaluasi peserta didik pada jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah¹². Guru adalah pribadi yang menentukan maju atau tidaknya sebuah bangsa dan peradaban manusia. Ditangannya, seorang anak yang awalnya tidak tahu apa-apa menjadi pribadi jenius, sehingga menjadi manusia unggul dan berdaya guna, seorang siswa yang awalnya merupakan anak didik dengan tingkat kenakalan luar biasa, dengan arahan dan bimbingan dalam kesabaran seorang guru menjadi siswa yang berprestasi. Banyak sekali perubahan yang terjadi dalam diri seorang siswa atas jasa dan perjuangan seorang guru. Dan apabila seorang guru telah menjadi guru yang disenangi para siswa, transformasi nilai serta ilmu akan berjalan dengan lancar dan bisa memberikan pengaruh positif bagi perkembangan nantinya.

2. Pengertian Percaya Diri

Rasa percaya diri adalah salah satu kunci kesuksesan seseorang.

Karena tanpa rasa percaya diri, seseorang tidak akan sukses dalam

¹¹Miftahul Ulum, *Demitologi Profesi Guru* (Ponorogo: STAIN Ponorogo Press, 2011),34.

¹²Kunandar, *Guru Profesional Implementasi Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) dan Sukses Dalam Sertifikasi Guru* (Jakarta: Rajawali Pres, 2009),54.

berinteraksi dengan orang lain. Disamping itu, tanpa rasa percaya diri. Seseorang niscaya tidak akan bisa mencapai keinginan yang diidam-idamkan bahkan vitalitas, daya kreativitas, dan jiwa petualangan yang seseorang miliki spontan akan beralih menjadi depresi, frustrasi, dan patah semangat. Karena pada prinsipnya, rasa percaya diri secara alami bisa memberikan seseorang efektivitas kerja, kesehatan lahir batin, kecerdasan, keberanian, vitalitas, daya kreativitas, jiwa petualangan, kemampuan mengambil keputusan yang tepat, kontrol diri, kematangan etika, rendah hati, sikap toleran, rasa puas dalam diri maupun jiwa serta ketenangan jiwa.¹³

Rasa percaya diri merupakan sikap mental optimisme dari kesanggupan anak terhadap kemampuan diri untuk menyelesaikan segala sesuatu dan kemampuan diri untuk melakukan penyesuaian diri pada situasi yang dihadapi. Terbentuknya rasa percaya diri yang kuat terjadi melalui proses, diantaranya:

- a. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu. Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkannya keyakinan yang kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya.

¹³ Yusuf al-Uqshari, *percaya diri pasti* (Jakarta : Daarul-Lathaaif, 2005),6.

- b. Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit menyesuaikan diri.
- c. Pengalaman di dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

Kekurangan pada salah satu proses tersebut, menjadikan seseorang mengalami hambatan untuk mendapatkan rasa percaya diri. Misalnya saja individu yang mengalami hambatan-hambatan dalam perkembangannya ketika bersosialisasi akan menjadikan individu tersebut menjadi tertutup dan rendah diri yang pada akhirnya menjadi kurang percaya diri. “Rasa percaya diri itu lahir dari kesadaran bahwa jika saya memutuskan untuk melakukan segala sesuatu, sesuatu pula yang akan saya lakukan”. Kesadaran itulah yang melahirkan keinginan dan tekad seseorang.¹⁴ Kepercayaan diri pada sendiri adalah merupakan sumber potensi utama seseorang dalam hidupnya. Jika seseorang sudah tidak lagi percaya diri, misalnya tidak percaya akan cita-cita dalam hidupnya dan keputusan-keputusan yang diambilnya serta tidak percaya akan potensi segala kemungkinan dari dirinya atau *al iman bi dzathi* maka hilanglah seluruh sumber potensi diri mereka.¹⁵

Kurang disadari bahwa manusia yang kehilangan kepercayaan akan kemampuan dirinya sendiri berakibat fatal dalam pencapaian kesuksesan dalam hidupnya. Manusia yang kehilangan kepercayaan

¹⁴ Rina Aristiani, “Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Informasi Berbantuan Audiovisual,” *Konseling*, 2 (juli-Desember, 2016), 13.

¹⁵ Izzatul Jannah, *Percaya Diri Aja Lagi* (Solo: Pt Era Adicitra Intermedia. 2011), 5-6

terhadap dirinya sendiri selalu dalam keraguan bila bertindak dan dalam pengambilan suatu keputusan . Apa terlebih keputusan itu amat penting dan menyangkut kepentingan dan kebutuhan orang banyak.¹⁶

Jadi, kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang merupakan modal dasar dan terbentuk melalui proses latihan dan interaksi dengan lingkungan sosial. ¹⁷Dengan percaya diri, kita sadar akan eksistensi diri, akan inti kepribadian kita yang dapat diubah dan yang berlangsung selama hidup kita betapapun bervariasinya lingkungan kita, dan bagaimanapun berubahnya pendapat dan perasaan orang lain.¹⁸

3. Ciri-ciri Rasa Percaya diri

Salah satu tanda dari kepercayaan diri seseorang adalah kemampuan untuk menentukan pilihan dan membuat keputusan. Salah satu faktor membangun harga diri adalah kemampuan mengambil keputusan yang tidak disesali di kemudian hari. Ciri-ciri orang yang percaya diri adalah sebagai berikut:

1) Berani

Berani atau keberanian adalah kemampuan untuk menghadapi ketakutan, derita, resiko, bahaya, ketidaktentuan, atau intimidasi, keberanian mengambil resiko adalah keberanian yang harus ada pada setiap orang. Karena keberanian inilah yang akan menentukan nasib

¹⁶ Tuloli Jassin & Ismail Dian Ekawati, *Pendidikan Karakter Menjadikan Manusia Berkarakter* (Yogyakarta: Uji Press Yogyakarta, 2016), 20.

¹⁷ Komarudin, *Psikologi Olahraga*, (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2015),66-67.

¹⁸ Mohammad Mustari, *nilai karakter refleksi untuk pendidikan* (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2014).51-52.

hidup masing-masing orang. Jadi berani mengambil resiko adalah suatu kewajiban, karena kita hidup. Berani juga dapat di artikan percaya akan kompetensi/ kemampuan diri sehingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun hormat orang lain. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri.¹⁹

2) Semangat

Semangat mampu melahirkan rasa optimis, seseorang yang memiliki semangat bisa mempunyai kekuatan mengarahkan aktifitas dan hidupnya. Rahasia kebugaran adalah selalu berusaha tetap semangat dalam bekerja. Semangat memungkinkan siswa memperoleh suasana yang hidup. Jadi ciptakanlah keyakinan dalam diri bahwa kita akan berfikir untuk terus menerus memberikan semangat agar diselimuti gairah yang besar untuk belajar.²⁰

3) Penyesuaian diri

Penyesuaian diri (adaptasi) pada awalnya berasal dari pengertian yang didasarkan pada ilmu biologi, yaitu dikemukakan oleh Charles Darwin yang terkenal dengan teori evolusi. Ia mengatakan” *genetic changes can improve the ability of organisms to survive, reproduce, and in animals, raise offspring, this process is called adaptation*”. Artinya tingkah laku manusia dapat dipandang

¹⁹ Enung fatimah, *psikologi perkembangan* (perkembangan Peserta Didik) (Bandung: Pustaka Setia, 2008), 149.

²⁰ Sitiatava Rizema Putra, *Tips-Tips Jitu Mencetak Siswa Juara Olimpiade Sejak Dini* (Jogjakarta: Diva Press,2013), 134.

sebagai reaksi terhadap berbagai tuntutan dan tekanan lingkungan tempat ia hidup, seperti cuaca dan berbagai unsur alamiah lainnya. Semua makhluk hidup secara alamiah telah dibekali kemampuan untuk menolong dirinya sendiri dengan cara beradaptasi dengan keadaan lingkungan alam untuk bertahan hidup. Dalam istilah psikologi, penyesuaian diri (adaptasi dalam istilah biologi) disebut dengan istilah *adjustment*. *Adjustment* merupakan suatu proses untuk mencari titik temu antara kondisi diri dan tuntutan lingkungan. Manusia dituntut untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial,kejiwaan dan lingkungan sekitarnya. Kehidupan itu secara alamiah juga mendorong manusia untuk terus menerus menyesuaikan diri.

Dalam kenyataan, tidak selamanya individu akan berhasil dalam melakukan penyesuaian diri. Hal itu disebabkan adanya rintangan atau hambatan tertentu yang menyebabkan ia tidak mampu melakukan penyesuaian diri secara optimal, Rintangan-rintangan itu dapat bersumber dari dalam dirinya (keterbatasan) atau mungkin dari luar dirinya. Dalam hubungannya dengan rintangan-rintangan tersebut, ada individu-individu yang mampu melakukan penyesuaian diri secara tidak tepat. Penyesuaian diri yang positif seperti tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional yang berlebihan tenang

dan terarah. Sedangkan penyesuaian diri yang tidak tepat ditandai dengan tingkah laku yang serba salah dan tidak terarah.²¹

4) Percaya akan kemampuan diri sendiri.

Orang yang berfikir positif dalam kesehariannya akan mempunyai alasan untuk merasa bangga terhadap dirinya sendiri, karena ia memang layak untuk mendapatkan itu. Tidak ada istilah kata lemah, ragu, kurang, terbatas dan bimbang dalam dirinya. Mereka menjadi terbiasa untuk menjadi kreatif dan selektif dalam berpikir, menerima pikiran-pikiran positif dan menghilangkan pikiran-pikiran negatif.²²

5) Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri.

Berfikir positif merupakan sikap mental yang melibatkan proses memasukan pikiran-pikiran, kata-kata, dan gambaran-gambaran yang konstruktif (membangun) bagi perkembangan pikiran. Pikiran positif menghadirkan kebahagiaan, sukacita, kesehatan, serta kesuksesan dalam setiap situasi dan tindakan. Apapun yang pikiran seseorang harapkan, pikiran positif akan mewujudkannya. Jadi berfikir positif juga merupakan sikap mental yang mengharapkan hasil yang baik serta menguntungkan.²³

²¹ Enung Fatimah, 194-195

²² Siti Rochmah Maulida, " Hubungan antara kepercayaan diri dan dukungan orang tua dengan motivasi berwirausaha pada siswa SMK", *Psikologi*, 11 (Oktober 2012), 4.

²³ Ibid, 4

4. Manfaat percaya Diri

Berdasarkan penjabaran definisi percaya diri dapat diketahui bahwa percaya diri mampu meningkatkan performa seseorang khususnya peserta didik. Percaya diri seseorang ditandai dengan harapan keberhasilan yang tinggi. Hal ini dapat membantu individu untuk membangkitkan emosi positif, memfasilitasi konsentrasi, menetapkan tujuan, meningkatkan usaha, fokus strategi permainan, dan mempertahankan momentum. Pada intinya, kepercayaan diri dapat memengaruhi perilaku dan kognisi. Berikut ini akan dibahas masing-masing secara singkat manfaat percaya diri dalam olahraga.

- a. Percaya diri membangkitkan emosi positif. Ketika seseorang merasa percaya diri, orang tersebut lebih mungkin untuk tetap tenang dan santai di bawah tekanan. Keadaan pikiran dan tubuh memungkinkan untuk menjadi agresif dan tegas ketika hasil kompetisi terletak pada keseimbangan.
- b. Percaya diri memfasilitasi konsentrasi. Ketika seseorang merasa percaya diri, pikiran seseorang tersebut bebas untuk fokus pada tugas yang diberikan.
- c. Percaya diri mempengaruhi tujuan. Orang yang percaya diri cenderung menetapkan tujuan yang menantang dan aktif menggapainya. Keyakinan memungkinkan seseorang untuk meraih bintang-bintang dan menyadari potensi yang dimilikinya. Orang yang

tidak percaya diri cenderung menetapkan tujuan mudah dan tidak pernah memaksakan diri.

- d. Percaya diri meningkatkan upaya. Berapa banyak usaha yang dikeluarkan seseorang dan berapa lama individu akan bertahan dalam mengejar tujuan sangat tergantung pada kepercayaan/ keyakinan.²⁴

5. Faktor Rasa tidak Percaya Diri

Rasa tidak percaya diri muncul dimulai dari adanya kelemahan-kelemahan tertentu di dalam berbagai aspek kepribadian seseorang. Kelemahan pribadi memiliki aspek yang sangat luas dan berkaitan dengan kehidupan di dalam keluarga sejak masa kecil tidak percaya diri akan menghambat seseorang dalam mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya, seperti dalam mencapai prestasi pada bidang tertentu. Berbagai kelemahan pribadi yang biasanya dialami dan sering menjadi sumber penyebab timbulnya rasa tidak percaya diri antara lain cacat atau kelainan fisik; buruk rupa; ekonomi lemah; status sosial; status perkawinan; sering gagal; kalah bersaing; kurang cerdas; pendidikan rendah; perbedaan lingkungan; tidak supel; tidak siap menghadapi situasi tertentu; sulit menyesuaikan diri; mudah cemas dan penakut; tidak terbiasa; mudah gugup; bicara gagap; pendidikan keluarga kurang baik; sering menghindar; mudah menyerah; tidak bisa menarik simpati orang; serta kalah wibawa dengan orang lain. Kurang percaya diri juga dapat

²⁴ Mirhan, "Hubungan antara percaya diri dan kerja keras dalam olahraga dan ketrampilan hidup", *Olahraga*, 12 (1 januari 2016), 89.

disebabkan oleh perasaan khawatir dan pikiran buruk. Perasaan gelisah, tegang dan takut, sehingga menjadi kehilangan kepercayaan diri.²⁵

6. Cara menumbuhkan Rasa Percaya Diri

Adapun cara menumbuhkan rasa percaya diri pada siswa bahwasanya dapat dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Memberi semangat dan dorongan bagi kemajuan siswa.
- 2) Memahami beban dan kesulitan siswa serta memberi motivasi ketika mengalami kegagalan.
- 3) Mengungkapkan perasaan kasih dan sayang.
- 4) Memberikan penghargaan.
- 5) Memberi contoh yang baik bagi siswa.
- 6) Memberi tanggung jawab kepada siswa.
- 7) Melatih siswa untuk bersosialisasi,
- 8) Melatih mental siswa dalam menghadapi segala situasi.
- 9) Memberi ruang siswa untuk saling menghargai pendapat orang lain.
- 10) Memberikan kesempatan kepada siswa untuk memamerkan setiap hasil karya yang di buat di depan kelas.²⁶

7. Faktor yang Mempengaruhi Rasa Percaya Diri

Rahayu menyatakan bahwa dukungan dari orang tua. Lingkungan maupun guru di sekolah menjadi faktor dalam membangun percaya diri anak. Pendidikan keluarga merupakan pendidikan merupakan pendidikan awal dan utama yang menentukan baik buruknya kepribadian anak.

²⁵ Lydia Ersta Kusumaningtyas, "Sekilas Tentang Rasa Percaya Diri Pada Remaja", *Education*, 2,111.

²⁶ Anita Lie, *101 Cara Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Anak*, (Jakarta,2003),65-96.

Pendidikan di sekolah juga merupakan lingkungan yang sangat berperan penting dalam menumbuhkan kepercayaan diri anak, karena sekolah berperan dalam menumbuhkan kepercayaan diri anak, karena sekolah berperan dalam kegiatan sosialisasi. Guru juga berperan dalam membentuk percaya diri, yakni dengan memberikann sifat yang ramah dan hangat, karena guru juga berperan sebagai model bagi anak. Menurut Angelis faktor timbulnya sikap percaya diri adalah sebagai berikut:

- 1) Kemampuan pribadi, sikap percaya diri hanya timbul pada saat seseorang mengerjakan sesuatu yang memang mampu dilakukan.
- 2) Keberhasilan seseorang, keberhasilan seseorang ketika mendapatkan apa yang selama ini diharapkan dan cita-citakan akan memperkuat timbulnya sikap percaya diri.
- 3) Keinginan, ketika seseorang menghendaki sesuatu maka orang tersebut akan belajar dari kesalahan yang telah diperbuat untuk mendapatkannya.
- 4) Tekat yang kuat, sikap percaya diri yang datang ketika seseorang memiliki tekat yang kuat untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Percaya diri dapat ditumbuhkan beberapa faktor, yakni cinta, rasa aman, model peran/teladan, hubungan, kesehatan, sumber daya/fasilitas, dukungan dan upah atau hadiah. Ada dua sumber penting dukungan sosial yang berpengaruh terhadap sikap percaya diri individu, yaitu hubungan dengan orang tua dan hubungan dengan teman sebaya. Faktor-faktor pembangun kepercayaan diri dalam diri seseorang, yaitu:

- 1) Pendidikan keluarga merupakan pendidikan pertama dan utama yang sangat menentukan baik buruknya kepribadian seseorang, pola-pola pendidikan keluarga akan menjadi latar belakang timbulnya sikap percaya diri.
- 2) Pendidikan sekolah dapat dikatakan sebagai lingkungan yang paling berperan untuk mengembangkan kepercayaan diri setelah pendidikan keluarga, karena sekolah memegang peran sosialisasi melalui berbagai macam kegiatan.
- 3) Pendidikan nonformal memiliki peran mengembangkan bakat/kemampuan yang dimiliki seseorang. Sikap percaya diri akan lebih mantap jika individu memiliki suatu ketrampilan tertentu yang bisa didapatkan melalui kegiatan pendidikan nonformal.

Kesimpulannya, faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang diawali dari keluarga/pendidikan keluarga. Keluarga memiliki peran untuk membentuk baik buruk pribadi. Lingkungan merupakan faktor selanjutnya, baik lingkungan sekolah maupun masyarakat karena lingkungan memegang peran sosialisasi dengan individu lain. Memiliki ketrampilan dalam bidang tertentu menjadi faktor yang menunjang tumbuhnya sikap percaya diri seorang individu, yang dapat diperoleh melalui pendidikan nonformal.

8. Kajian Tentang Pembiasaan Olahraga dan Percaya diri.

Pendidikan merupakan usaha sadar manusia dalam mencapai tujuan, yang dalam prosesnya diperlukan metode yang efektif dan

menyenangkan. Oleh karena itu, ada suatu prinsip umum dalam memfungsikan metode, bahwa pembelajaran perlu disampaikan dalam suasana interaktif, menyenangkan, menggembirakan, penuh dorongan, motivasi, dan memberikan ruang gerak yang lebih leluasa kepada peserta didik dalam membentuk kompetensi dirinya untuk mencapai tujuan. Dari berbagai metode pendidikan, metode yang paling tua antara lain pembiasaan.

Pembiasaan adalah sesuatu yang sengaja dilakukan secara berulang-ulang agar sesuatu itu dapat menjadi kebiasaan. Pembiasaan sebenarnya berintikan pengalaman, yang dibiasakan itu adalah sesuatu yang diamalkan. Pembiasaan menempatkan manusia sebagai sesuatu yang istimewa, yang dapat menghemat kekuatan, karena akan menjadi kebiasaan yang melekat dan spontan, agar kekuatan itu dapat dipergunakan untuk berbagai kegiatan dalam setiap pekerjaan, dan aktivitas lainnya. Pembiasaan dalam pendidikan hendaknya dimulai sedini mungkin.

Pendidikan melalui pembiasaan dapat dilaksanakan secara terprogram dalam pembelajaran, dan secara tidak terprogram dalam kegiatan sehari-hari.

1. Kegiatan pembiasaan terprogram dalam pembelajaran dapat dilaksanakan dengan perencanaan khusus dalam kurun waktu tertentu untuk mengembangkan pribadi peserta didik secara individual, kelompok, dan atau klasikal sebagai berikut:

- a. Biasakan peserta didik untuk bekerja sendiri, menemukan sendiri, dan mengkonstruksi sendiri pengetahuan, ketrampilan, dan sikap baru dalam setiap pembelajaran.
 - b. Biasakan melakukan kegiatan inkuiri dalam setiap pembelajaran.
 - c. Biasakan peserta didik untuk bertanya dalam setiap pembelajaran
 - d. Biasakan belajar secara kelompok untuk menciptakan masyarakat belajar.
 - e. Guru harus membiasakan diri menjadi model dalam setiap pembelajaran.
2. Kegiatan pembiasaan secara tidak terprogram dapat dilaksanakan sebagai berikut.
- a. Rutin, yaitu pembiasaan yang dilakukan terjadwal, seperti: upacara bendera, olahraga, shalat berjamaah, keberaturan, pemeliharaan, kebersihan dan kesehatan diri.
 - b. Spontan, adalah pembiasaan tidak terjadwal dalam kejadian khusus seperti: pembentukan perilaku memberi salam, membuang sampah pada tempatnya, antre, mengatasi silang pendapat.
 - c. Keteladanan, adalah pembiasaan dalam bentuk perilaku sehari-hari seperti: berpakaian rapi, berbahasa yang baik, rajin membaca, memuji kebaikan dan atau keberhasilan orang lain, datang tepat waktu.²⁷

²⁷ Mulyasa, *Manajemen Pendidikan Karakter* (Jakarta : PT Bumi Aksara, 2013),165-169.

Dalam pelaksanaan pembiasaan seperti yang dilaksanakan di MI Ma'arif Singosaren mengacu pada pengaruh kepercayaan diri siswa melalui pembiasaan olahraga, seperti kajian-kajian yang dilakukan oleh para peneliti terkait olahraga dan pengaruh olahraga terhadap dimensi psikologis individu yang terlibat didalamnya. Beberapa peneliti telah melakukan riset untuk mengetahui pengaruh olahraga terhadap kondisi psikologis seseorang. Contoh penelitian yang telah dilakukan pada olahraga beladiri, dimana olahraga ini dapat mempromosikan kesehatan mental dan mengurangi kecemasan, membangun konsep diri, serta meningkatkan rasa percaya diri.

9. Definisi pendidikan jasmani dan Olahraga

Olahraga merupakan suatu aktivitas gerak tubuh, mulai dari anggota tubuh bagian atas dan bagian bawah. Dikatakan aktivitas karena memiliki tujuan pada akhirnya, yakni kualitas hidup yang meningkat, sehingga menjadikan tubuh menjadi sehat dan bugar. Aktivitas menyehatkan ini selain dijadikan aktivitas pengisi waktu luang, juga dapat dijadikan sebagai sarana untuk mengasah kemampuan diri dalam berolahraga atau wadah untuk menjadi atlet profesional atau olahraga prestasi.²⁸

Pendidikan jasmani adalah bagian integral dari proses keseluruhan proses pendidikan. Artinya, pendidikan jasmani menjadi salah satu media untuk membantu ketercapaian tujuan pendidikan secara keseluruhan,

²⁸ Mikanda Rahmani, *Buku Super Lengkap Olahraga* (Jakarta: Dunia Cerdas), 1.

Husdarta. Sedangkan menurut Rahyubi mengatakan bahwa penjas dan olahraga pada dasarnya merupakan bagian dari sistem pendidikan. Oleh karena itu, pelaksanaan harus diarahkan pada pencapaian tujuan tersebut. Tujuan penjas dan olahraga bukan hanya mengembangkan ranah jasmani, tetapi juga mengembangkan seluruh potensi didik. Secara lengkap, penjas dan olahraga aspek kesehatan, kebugaran jasmani, ketrampilan berpikir kritis stabilitas emosional, ketrampilan sosial, empati sosial, mengasa penalaran, dan memperbaiki tindakan moral. Lebih lanjut Rosdiani mengatakan pendidikan jasmani sering pula diartikan dengan gerak badan, gerak fisik, gerakan jasmani. Yang pada hakekatnya berarti gerakan jasmani manusia atau dapat disebut pula gerak manusiawi. Tidak semata-mata gerak otot tetapi gerak manusia seutuhnya. Gerak itu merupakan esensi. Esensi pendidikan jasmani adalah yang mengikuti batasan gerak dan waktu.

Abedalhafiz mengemukakan bahwa *physical education is an education field characterized by practical application and practice*. Proses pembelajaran merupakan suatu proses yang mengandung serangkaian perbuatan guru dan siswa atas hubungan timbal balik yang berlangsung untuk mencapai tujuan tertentu. Pembelajaran dapat dijadikan sebagai media sosialisasi dan interaksi antara pendidik dan peserta didik. Interaksi yang terjadi diharapkan mampu menstransfer nilai-nilai pendidikan. Rusman mengemukakan bahwa guru berperan sebagai pengajar, pemimpin kelas, pembimbing, pengatur lingkungan belajar, perencana pembelajaran,

supervisor, motivator, dan sebagai evaluator. Guru mempunyai peran penting terhadap keberhasilan belajar siswa. Guru harus mampu mendidik siswanya secara profesional dan mampu mendidik siswanya secara profesional dan mampu mengembangkan aspek psikologi siswa terutama melalui pendidikan jasmani.

KDI mengemukakan pendidikan jasmani adalah proses sosialisasi melalui aktivitas jasmani, bermain, dan atau olahraga yang bersifat selektif untuk mencapai tujuan pendidikan pada umumnya. Himberg mengemukakan bahwa *the purpose of physical education should be to help students develop the skills and knowledge they need to become physically active for life*. Pendidikan jasmani membantu siswa untuk mengembangkan ketrampilan dan pengetahuan yang siswa butuhkan secara jasmani dalam kehidupan sehari-hari. Hetherington mengemukakan bahwa ada empat tujuan utama dari pendidikan jasmani : (1) organic education the development of muscular and skeletal vigor, (2) psychomotor education the development of skill in neuromuscular activities, (3) character education the development of moral, social, and personal characteristics, dan (4) intellectual education the development of cognitive, expressive knowledge. Tujuan pendidikan organ, pendidikan gerak, pendidikan karakter, dan pendidikan kecerdasan. Pendidikan organ mengembangkan otot dan tulang melalui aktivitas jasmani. Pendidikan gerak mengembangkan ketrampilan dalam melakukan aktivitas jasmani. Pendidikan gerak mengembangkan ketrampilan dalam melakukan aktivitas

jasmani. Pendidikan karakter bertujuan untuk mengembangkan moral, sosial, dan karakter pribadi. Pendidikan kecerdasan bertujuan untuk mengembangkan kemampuan kognitif siswa.²⁹

Dari beberapa pendapat yang dikemukakan diatas dapat disimpulkan bahwasannya pendidikan jasmani dan olahraga merupakan salah satu mata pelajaran di sekolah yang memiliki peran yang relatif besar terhadap perkembangan perilaku siswa seperti aspek kognitif, afektif, dan khususnya aspek psikomotorik.

10. Manfaat dan Tujuan Pendidikan Jasmani dan Olahraga

Tujuan pendidikan jasmani adalah untuk membantu anak didik menuju kearah kedewasaan yang dalam prosesnya syarat dengan nilai-nilai positif bagi pertumbuhan fisik dan perkembangan mental, sosial, dan emosional. Oleh karena itu guru harus mampu memahami konsep dan tujuan pendidikan jasmani di sekolah. Suherman menyatakan bahwa: Tujuan pertama pembuatan program pendidikan jasmani adalah untuk menyediakan dan memberikan berbagai pengalaman gerak yang kokoh, yang pada akhirnya diharapkan dapat mempengaruhi gaya hidup yang aktif dan sehat.

Pendidikan memiliki sasaran pedagogis, oleh karena itu pendidikan kurang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani , olahraga dan kesehatan, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alami

²⁹ Anisa Herdiana, “ Pembelajaran Pendidikan Jasmani Yang Mengacu Pada Pembiasaan Sikap Kepercayaan Peserta didik”, olahraga, 12(1Januari 2016),84.

berkembang searah dengan perkembangan zaman. Namun demikian, perolehan ketrampilan dan perkembangan lain yang bersifat jasmaniah itu juga sekaligus sebagai tujuan. Melalui proses pembelajaran pendidikan jasmani di SD/MI diharapkan siswa akan terbentuk rasa percaya diri yang baik, percaya bahwa dirinya mampu menampilkan kinerja olahraga seperti yang diharapkan Weunberg dan Gould rasa percaya diri akan membawa seseorang dapat, (a) membangkitkan dan mengendalikan emosi positif (b) lebih mudah berkonsentrasi pada aktivitas yang dijalani, (c) cenderung mengembangkan berbagai strategi untuk memperoleh hasil kerjanya dan berani mengambil resiko atas strategi yang dipilihnya. (d) tidak mudah patah semangat atau frustrasi dalam berupaya mencapai cita-cita, dan berani mengambil resiko atas strategi yang dipilihnya. Untuk mengembangkan rasa percaya diri pada siswa dapat dilakukan dengan cara-cara sebagai berikut, (a) sebisa mungkin biarkan siswa menentukan keputusan mereka sendiri, (b) bantulah siswa meningkatkan kompetensi olahraga mereka. Habiskan waktu berlatih dengan mereka, (c) dukung siswa baik dalam sebuah tim atau tidak masuk tim, (d) ekspresikan kepercayaan diri pada siswa, berikan mereka banyak feedback yang positif, (e) ajari siswa bagaimana menggambarkan sesuatu, yaitu gambaran tentang penampilan mereka sendiri dikala sukses dalam situasi apapun, (f) setiap siswa diminta merasakan dan menghayati penampilan yang terbaik sesuai kemampuan yang terbaik sesuai kemampuan yang dimiliki. Pada

situasi demikian, guru/ pelatih seyogyanya menghindari tindakan mencela dan berusaha memberikan pernyataan yang bernada positif.

Melalui pendidikan jasmani, siswa disosialisasikan ke dalam aktivitas jasmani termasuk ketrampilan berolahraga. Pendidikan jasmani sebagai suatu kegiatan mendidik melalui aktivitas jasmani memiliki tujuan tertentu, yang menurut Lutan sebagai berikut: Pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada siswa untuk: (1) Mengembangkan pengetahuan dan ketrampilannya yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika, dan perkembangan sosial.(2) Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai ketrampilan gerak dasar yang mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani. (3) Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali. (4) Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara berkelompok maupun perorangan. (5) berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan ketrampilan sosial yang memungkinkan siswa berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang. (6) Menikmati kesenangan dan keringanan melalui aktivitas jasmani, termasuk permainan olahraga.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka tujuan pendidikan jasmani adalah membentuk perkembangan fisik, mental dan sosial yang diberikan kepada guru pendidikan jasmani terhadap siswa. Dengan demikian, pendidikan jasmani membantu perkembangan dan pertumbuhan jasmani

siswa melalui aktivitas fisiknya sehingga akan menumbuh kembangkan kemampuan motorik dan membentuk pribadi yang memiliki jiwa dan budi pekerti luhur atau mengembangkan perilaku siswa yang mencakup aspek kognitif, afektif dan psikomotor.

Melalui penjelasan di atas, pendidikan jasmani memberikan kontribusi terhadap perkembangan peserta didik yang bersifat menyeluruh meliputi perkembangan peserta didik yang bersifat menyeluruh meliputi perkembangan psikomotorik, pengetahuan dan penalaran. Watak serta kepribadian. Pembekalan pengalaman belajar diarahkan untuk membina sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat. Nilai-nilai yang terkandung didalam pembelajaran penjasorkes antara lain : kejujuran, keadilan, sportifitas, kepercayaan diri, menghargai dan menghormati orang lain, menghormati kewenangan, *fairplay*, disiplin, empati, kepemimpinan, kerjasama, dan lain-lain. Pendidikan jasmani merupakan gambaran kecil seseorang dihadapkan dengan replika kehidupan yang sesungguhnya, kegiatan pendidikan jasmani yang diterima anak sejak awal dalam hal ini sejak usia Sekolah Dasar sangat potensial untuk melaksanakan pendidikan moral, apabila dikelola dan dilaksanakan sebaik-baiknya. Nilai-nilai yang terkandung didalamnya diharapkan menjadi pembiasaan dalam kehidupan sehari-hari, melalui contoh kemudian menjadi kebudayaan dalam sebuah kebiasaan sehingga

menjadi sebuah otomatis dalam mensikapi berbagai permasalahan dalam kehidupannya.³⁰

11. Macam-macam olahraga

Di sekolah terdapat beberapa macam-macam olahraga yang diajarkan dan menurut beberapa peneliti menyatakan bahwasannya ada beberapa sebagian macam olahraga yang dapat menumbuhkan dan meningkatkan rasa percaya diri peserta didik seperti tergolong adanya olahraga olimpiade dan olahraga non olimpiade berikut ini:

a) Bulu Tangkis

Terdapat olahraga yang sangat terkenal di masyarakat. Ketenarannya ini bukan hanya karena olahraga ini sudah mendunia, akan tetapi karena olahraga ini sangat mudah dan murah untuk dimainkan seluruh kalangan masyarakat. Olahraga bulu tangkis ini merupakan olahraga yang menggunakan alat yang dinamakan raket dan kok atau *shuttlecock*, yang dimainkan oleh 2 atau 2 orang pemain.³¹ Selain itu menurut Adegbesan Hidayat bulu tangkis mengacu pada tingkat kepercayaan diri seseorang, untuk mendapatkan performa yang optimal kepercayaan diri menjadi salah satu aspek yang diperhitungkan. Kepercayaan diri diyakini sebagai salah satu parameter psikologis yang sangat penting dalam partisipasi olahraga. Kepercayaan diri menjadi sesuatu yang wajib dimiliki dan dilatih oleh tiap individu karena dengan memiliki kepercayaan diri diharapkan

³⁰ Yandika Fefrian Rosmi, "Pendidikan Jasmani dan Pengembangan Karakter siswa di sekolah dasar", *Education*, 66 (1 Juni 2016),59.

³¹ Mikanda Rahmani, *Buku Super Lengkap Olahraga* (Jakarta: Dunia Cerdas,2014),71.

siswa dapat bermain atau berkegiatan dimanapun sesuai dengan kemampuan terbaik mereka.³²

b) Senam

Rangkaian gerakan pada senam terdiri atas gerakan ringan, sedang, berat, dan akrobatik, juga terdapat gerakan ketangkasan, dan keluwesan. Ciri-ciri gerakan senam adalah diciptakan dengan sengaja, gerakan yang dilakukan harus berguna dalam mencapai tujuan tertentu, dan gerakannya tersusun secara sistematis. Ada beberapa senam yang dilakukan baik diluar sekolah maupun dalam sekolah seperti senam lantai, artistik, lalulintas, penguin, aerobik dan sebagainya.³³ Dengan demikian beberapa peneliti menyatakan bahwa kegiatan senam berpengaruh dengan tingkat kepercayaan diri pada peserta didik untuk berbicara, bergerak, berinteraksi, semangat, antusiasnya anak dalam melakukan gerakan senam, maupun saat dikelas, pembelajaran, kedatangan, *circle time*, saat ada kejadian yang kurang baik, istirahat berlangsung, dan saat mengulas kegiatan yang telah dilakukan sehari dikelas.³⁴

c) Sepak Bola

Olahraga sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling banyak diminati penduduk dunia, tidak terkecuali di

³² Rahmad Hadi Pernama, "Profil Rasa Percaya diri antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pecinta alam dan ekstrakurikuler bulu tangkis", pendidikan jasmani, 1 (April 2013),56.

³³ *Ibid*, 95-97.

³⁴ Rizkyana, " Pengaruh Kegiatan Senam Bebek Terhadap Kepercayaan Diri Anak", (sport,2013), 96.

Indonesia. Cabang olahraga ini dimainkan oleh 11 orang pemain dan dilakukan di sebuah lapangan berumput luas. Olahraga ini berkembang menjadi sangat populer seiring dengan semakin berkembangnya dunia olahraga.

Olahraga ini memiliki tujuan, yaitu meraih kemenangan dengan mencetak gol sebanyak mungkin ke gawang lawan yang dibangun dari tiang dan berjaring. 11 pemain yang merumput dalam satu tim terdiri atas 10 pemain di tengah lapang dan 1 orang penjaga gawang yang bertugas mengamankan gawang dari serangan lawan.³⁵ Dari beberapa peneliti menyatakan bahwa sepak bola juga mengacu pada tingkat percaya diri peserta didik untuk seorang atlet, bahwasannya antara tingkat kepercayaan diri siswa dengan ketrampilan gerak dasar sepak bola terdapat hubungan yang signifikan sehingga berpengaruh dengan tingkat kepercayaan diri siswa.³⁶

d) Bola Voli

Teknik dasar bolavoli merupakan komponen mendasar yang harus dikuasai agar dapat bermain bolavoli. Menurut M.Yunus bahwa teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efektif dan efisien. Teknik dalam permainan bolavoli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai hasil yang optimal. Terdapat belajar

³⁵ *Ibid*, 99.

³⁶ Yudha Purnama Putra, " Hubungan Tingkat Kepercayaan diri dan Motivasi dengan ketrampilan gerak dasar sepak bola", *Education*, 2(2013) ,11.

ketrampilan gerak dimulai dari gerakan mudah ke gerakan yang sulit, dari gerakan yang rendah ke yang tinggi, dan dari gerakan yang sederhana ke gerakan yang kompleks. Kedudukan guru memberikan motivasi kepada siswa untuk melakukan gerakan, karena motivasi akan menambah semangat, disiplin, keaktifan, serta menumbuhkan kembangkan kreatifitas siswa untuk selalu melakukan gerakan-gerakan yang diinginkan. Tugas dan latihan gerak ketrampilan dapat dikembangkan sehingga mendapatkan pemikiran dan respon, mengembangkan sikap jujur, sportif dalam persaingan dengan rekan-rekannya serta menumbuhkan rasa percaya diri . ketrampilan gerak yang dipraktikkan akan bermakna apabila siswa dapat menampilkan gerakan-gerakan yang ditemukan sendiri atau dikembangkan oleh dirinya sendiri.

e) Tenis meja

Pada permainan tenis meja dibutuhkan koordinasi, ketangkasan, dan energi agar bermain dengan baik. Selain itu, dibutuhkan ketelitian di dalam membaca tembakan lawan agar permainan dengan mudah. Olahraga tenis meja juga membutuhkan kebugaran tubuh dari lengan, bahu, dada, paha, sampai pinggul. Selain itu, gerakan tangan dan kaki juga harus lincah karena berperan penting di dalam permainan ini.

f) Olahraga air

Olahraga air dibagi ke dalam 2 kategori, yaitu olahraga yang dilakukan di dalam air dan olahraga yang dilakukan di atas permukaan air. Jenis olahraga yang termasuk ke dalam kategori olahraga di dalam air adalah renang dan menyelam. Sedangkan jenis olahraga yang termasuk ke dalam kategori olahraga di atas permukaan air diantaranya adalah *snorkling* dan *rafting* atau arung jeram.

g) Bola basket

Olahraga basket merupakan olahraga yang menggunakan bola dan dimainkan secara beregu. Tiap regunya dimainkan oleh 5 orang pemain. Olahraga ini pada umumnya dimainkan dalam ruangan tertutup atau indoor. Berbeda dengan yang terjadi di sekolah, di mana olahraga basket lebih banyak dimainkan di ruangan terbuka. Cara memainkan olahraga ini adalah kedua tim saling berebut bola dengan mengutamakan kerja sama tim dan memasukkan bola ke dalam keranjang atau ring basket, sehingga mencetak angka.

Dan yang termasuk olahraga non olimpiade adalah sebagai berikut:

a) Futsal

Sama seperti sepak bola, futsal merupakan olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang berlawanan. Hanya saja, dalam futsal setiap tim terdiri atas lima orang. Selain itu, futsal umumnya dimainkan di lapangan *indoor* atau ruangan. Olahraga yang satu

ini merupakan salah satu olahraga populer di dunia. Masyarakat dari berbagai negara sangat menggemari olahraga ini.

b) Pencak silat

Pencak silat merupakan cabang olahraga yang menggabungkan ilmu bela diri dan seni, serta membutuhkan konsentrasi yang tinggi. Olahraga ini juga merupakan warisan budaya bangsa yang kini sudah berkembang hingga ke kancah meancanegara. Pencak silat ini lahir sebagai cara melindungi diri dari ancaman hal apapun yang berbahaya, terutama pada masa nenek moyang yang sebagian besar hidup di alam bebas.

c) Panjat tebing

Dalam istilah asing, panjat tebing disebut juga *rock climbing*. Panjat tebing merupakan salah satu jenis olahraga alam bebas yang cukup menantang adrenalin, di mana para pemanjatnya haruslah orang yang berani dengan ketinggian untuk menanjaki daerah yang umumnya berkontur batuan tebing. Dalam olahraga ini, diperlukan juga teknik dan alat-alat tertentu untuk menunjang keselamatan.

d) Catur

Dalam permainan catur, biasanya ada dua pemain/pecatur yang bertanding mengadu konsentrasi dan strategi untuk mengalahkan lawan. Oleh karena itu, olahraga ini bisa dikatakan sebagai olahraga permainan otak/ pikiran. Sebelum dimulainya

pertandingan, pecatur akan memilih bidak atau buah catur yang akan dimainkan. Ada dua warna yang bisa dipilih, yaitu hitam dan putih.

e) Sepak takraw

Permainan sepak takraw dapat dikatakan merupakan penggabungan olahraga sepak bola dan voli yang membangun ketangkasan dan kebugaran pemainnya. Namun, olahraga ini dimainkan di lapangan bulu tangkis. Salah satu aturan mainnya, pemain dilarang menyentuh bola dengan tangan.

f) Bowling

Bowling termasuk salah satu jenis olahraga permainan yang dilakukan dengan menggelindingkan bola bowling menuju lintasan lurus untuk menjatuhkan pin sebanyak mungkin. Jumlah pin yang dipasang ada sepuluh buah dan sudah disusun hingga membentuk segitiga, apabila dilihat dari atas.³⁷

C. Model Kepercayaan Diri dalam Olahraga

Model kepercayaan diri dalam olahraga dirancang untuk memberikan kerangka bermakna untuk memperluas kajian mengenai kepercayaan diri dalam olahraga. Kepercayaan diri dalam olahraga didefinisikan sebagai tingkat keyakinan yang dimiliki seseorang berkaitan dengan kemampuan mereka untuk meraih sukses dalam olahraga. Kepercayaan diri dalam

³⁷ *Ibid*, 139-174.

olahraga merupakan konseptualisasi yang lebih general dibandingkan dengan kepercayaan diri.

Terdapat tiga ranah yang menjadi sumber terbentuknya kepercayaan diri, Lane menjelaskan bahwa tiga ranah yang mempresentasikan kepercayaan diri yaitu (prestasi, regulasi diri, serta iklim sosial), dan aspek psikologis yaitu sikap, perilaku, dan kognitif. Ketiga ranah dalam aspek psikologis dipandang memiliki hubungan yang sangat erat untuk memahami kepercayaan diri dalam memengaruhi penampilan atlet. Bagaimana atlet bersikap atau merasakan, berperilaku (merespons), dan (kognitif) atau berpikir sesuatu mengenai apa yang terjadi pada dirinya.

Kepercayaan diri sangat berhubungan dengan konsistensi emosi positif, seperti kegembiraan dan kebahagiaan, sedangkan kepercayaan diri yang rendah berhubungan dengan emosi negatif seperti kecemasan, keraguan, dan depresi. Kepercayaan diri bisa dijadikan sebagai faktor penting dalam rangka menginterpretasikan gejala-gejala kecemasan sebelum pertandingan. Hal ini sesuai dengan beberapa laporan bahwa atlet menampilkan penampilan yang luar biasa ketika atlet merasa cemas dan percaya diri pada level moderat. Sebaliknya apa yang dijelaskan Jones & Hanton Lane bahwa orang yang mengalami kecemasan tingkat tinggi tanpa dibarengi rasa percaya diri mungkin akan mengalami penurunan performa.

Kepercayaan diri juga berhubungan dengan pembentukan perilaku berprestasi, seperti meningkatkan usaha dan ketekunan. Bandura dalam penelitiannya menunjukkan bahwa atlet akan berusaha semaksimal mungkin

untuk mencapai tujuan ketika atlet percaya bahwa punya kesempatan untuk sukses. Rasa percaya dirinya tinggi yang ditunjang dengan memaksimalkan pencapaian tujuan yang telah ditetapkan. Atlet yang memiliki kepercayaan diri cenderung berhasil dan sekaligus mampu menunjukkan prestasi terbaiknya.

Kepercayaan diri juga berhubungan dengan ketrampilan dan efisiensi menggunakan ranah kognitif untuk mencapai sukses dalam olahraga. Hal ini senada dengan apa yang dijelaskan oleh Vealey bahwa orang yang memiliki kepercayaan diri ternyata lebih memiliki ketrampilan dan efisiensi dalam menggunakan sumber kognitif untuk sukses dalam olahraga. Lebih lanjut Cresswell & Hodge menjelaskan bahwa kepercayaan diri ternyata memengaruhi proses untuk mengatasi masalah pada atlet. Lebih lengkapnya, atlet yang memiliki kepercayaan diri kuat akan mampu menampilkan sesuatu yang terbaik sekalipun berada di bawah tekanan, serta mampu mengatasi situasi yang tidak menguntungkan saat kompetisi.

Dari beberapa pendapat tersebut menegaskan bahwa kepercayaan diri berpengaruh terhadap keberhasilan atlet dalam olahraga. Atlet memiliki keyakinan kuat pada kemampuan yang dimilikinya dan mampu bertahan dalam berbagai tekanan yang kurang baik sekalipun selama berada dalam kompetisi.³⁸

³⁸*Ibid*,70-72.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Dalam penelitian ini digunakan metode penelitian dengan menggunakan pendekatan kualitatif, yaitu penelitian kualitatif memiliki karakteristik-karakteristik dilakukan pada kondisi yang alamiah, langsung ke sumber data dan peneliti adalah instrumen kunci, penelitian kualitatif lebih bersifat deskriptif, data yang terkumpul berbentuk kata-kata atau gambar, sehingga tidak menekankan pada angka, penelitian kualitatif lebih menekankan proses daripada hasil, penelitian kualitatif melakukan analisis secara induktif, penelitian kualitatif lebih menekankan makna (data dibalik yang teramati).³⁹

2. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini, jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus yaitu uraian penjelasan komprehensif mengenai berbagai aspek seorang individu, suatu kelompok, suatu organisasi (komunitas), suatu program, atau situasi sosial.⁴⁰ Adapun subjek dari penelitian ini adalah wali kelas IV dan V, Guru mata pelajaran, Guru olahraga kelas IV, Guru olahraga kelas V, siswa kelas IV dan siswa kelas V dan seluruh program yang berkaitan dengan upaya guru.

³⁹Sugiyono, *memahami penelitian kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2005), 9-10.

⁴⁰Deddy Mulyana, *metodologi Penelitian 45* litatif, Paradigma Baru Ilmu Komunikasi (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2004), 201

B. Kehadiran Peneliti

Ciri khas penelitian kualitatif tidak dapat dipisahkan dari pengamatan berperan serta, sebab peranan peneliti yang menentukan keseluruhan skenarionya.⁴¹

Dalam penelitian ini peneliti sebagai aktor sekaligus sebagai pengumpul data, data dan peran peneliti sebagai partisipan pasif dengan melakukan pengamatan akan tetapi tidak berperan serta yaitu peneliti melakukan interaksi sosial dengan subyek yang diteliti dalam lapangan disusun secara sistematis.

C. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini adalah di MI Ma'arif Singosaren Ponorogo. Pemilihan lokasi ini berdasarkan kesesuaian dengan topik penelitian ini yaitu didasarkan pada fakta bahwa di sekolah ini masih banyak siswa yang kurang akan sikap kepercayaan diri yang seharusnya tertanam pada diri mereka, meskipun seperti itu dari guru-guru di MI Ma'arif Singosaren ini tidak putus asa dalam halnya berupaya untuk menumbuhkan kembali sikap percaya diri pada siswa salah satunya dengan pembiasaan olahraga. Dan uniknya, dari sekolah ini meskipun banyak siswa yang masih terkendala dengan masalah-masalah dari dalam diri mereka sendiri , sekolah ini juga unggul dalam berbagai bidang. Salah satunya dibidang olahraga.

⁴¹Lexy Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT, Remaja Rosdakarya,2003),

Sekolah ini terletak di Jenangan Singosaren Ponorogo yang lokasinya sangat strategis dan masih berada dikawasan kota. Perkembangannya yang sangat cukup pesat membuat MI Ma'arif Singosaren terus semakin maju dalam berbagai bidang dan tak pernah berhenti berkembang hingga saat ini.

D. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini adalah kata-kata dan tindakan, selebihnya adalah tambahan, seperti dokumen dan lainnya. Dengan demikian sumber data dalam penelitian ini adalah kata-kata dan tindakan sebagai sumber data utama, sedangkan data tertulis adalah sebagai sumber data tambahan.⁴²

Data primer dalam penelitian ini adalah:

- a. Guru olahraga, wali kelas , dan guru pengajar tematik kelas IV yang bernama Pak Sidiq Purnomo, untuk memperoleh data mengenai keadaan rasa percaya diri siswa kelas IV, pembinaan olahraga dapat menumbuhkan rasa percaya diri siswa dan faktor pendukung dan penghambat dalam menumbuhkan rasa percaya diri siswa di MI Ma'arif Singosaren.
- b. Wali kelas dan guru Pkn, Ips, Ipa, kelas V yang bernama pak Putut Eko untuk memperoleh data keadaan rasa percaya diri siswa kelas V di MI Ma'arif Singosaren.

⁴²Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: RinekaCipta,2006),156.

- c. Siswa kelas IV dan V untuk memperoleh data bagaimana keadaan rasa percaya diri mereka dan pembinaan olahraga yang dilakukan oleh guru di MI Ma'arif Singosaren.
- d. Sedangkan data sekunder merupakan data kepustakaan penulis, yang diperoleh dari literature- literature tertentu yang sesuai dengan permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini, data sekunder dalam penelitian ini adalah data tertulis terkait dengan sikap percaya diri siswa, pembinaan olahraga dapat menumbuhkan rasa percaya diri siswa, dan faktor pendukung dan penghambat dalam menumbuhkan rasa percaya diri siswa di MI Ma'arif Singosaren.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah meliputi wawancara, observasi dan dokumentasi. Sebab bagi peneliti kualitatif fenomena dapat di mengerti maknanya secara baik apabila dilakukan interaksi dengan subyek melalui wawancara mendalam dan di observasi pada latar, dimana fenomena tersebut berlangsung dan disamping itu untuk melengkapi data, diperlukan dokumentasi (tentang bahan-bahan yang ditulis oleh atau tentang subyek).

1. Teknik Wawancara

Yang dimaksud dengan wawancara adalah proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab, sambil

beratap muka antara sipenanya atau pewawancara dengan sipenjawab atau responden dengan penggunaan alat yang dinamakan *interview guide* (panduan wawancara). Walaupun wawancara adalah proses percakapan yang berbentuk Tanya Jawab dengan tatap muka. Wawancara adalah suatu proses pengumpulan data untuk suatu penelitian.⁴³

Dalam wawancara kita dihadapkan kepada dua hal. Pertama, kita harus secara nyata mengadakan interaksi dengan responden. kedua, kita menghadapi kenyataan, adanya pandangan orang yang mungkin berbeda dengan pandangan kita sendiri. Masalah yang kita hadapi ialah bagaimana kita mengolah pandangan yang mungkin berbeda itu.⁴⁴

Adapun yang menjadi narasumber adalah guru olahraga, wali kelas IV, guru tematik kelas IV, wali kelas V, guru Pkn, Ips, Ipa, kelas V, dan siswa kelas IV dan V terkait dengan penelitian ini. Adapun data yang ingin diperoleh dari metode wawancara adalah bagaimana upaya guru menumbuhkan rasa percaya diri siswa melalui pembiasaan olahraga di MI Ma'arif Singosaren, Visi dan Misi Madrasah, serta faktor pendukung dan penghambatnya dalam upaya menumbuhkan rasa percaya diri melalui pembiasaan olahraga siswa.

2. Teknik Observasi

Dalam penelitian kualitatif observasi diklasifikasikan menurut tiga cara. *Pertama*, pengamat dapat bertindak sebagai seorang partisipan atau non partisipan. *Kedua*, observasi dapat dilakukan secara terus terang atau

⁴³ Mohammad Nazir, *Metode Penelitian* (Bogor :Ghalia Indonesia,2013), 193.

⁴⁴ Nasution, *metode Penelitian Naturalistik-Kualitatif* (Bandung: TARSITO,1988),69.

penyamaran. *Ketiga*, observasi yang menyangkut latar penelitian. Dalam penelitian ini digunakan teknik yang pertama, dimana pengamat bertindak sebagai partisipan.

Dengan teknik ini, peneliti mengemukakan aktifitas-aktifitas sehari-hari obyek penelitian, karakteristik fisik, situasi sosial, dan perasaan pada waktu menjadi bagian dari situasi tersebut. Selama peneliti di lapangan, jenis observasinya tidak tetap. Dalam hal ini peneliti mulai dari observasi deskriptif (*deskriptive observations*) secara luas, yaitu berusaha melukiskan secara umum situasi sosial dan apa yang terjadi disana. Kemudian, setelah perekaman dan analisis data pertama, peneliti menyempitkan pengumpulan datanya dan mulai melakukan observasi terfokus (*fokused observations*). Dan akhirnya, setelah dilakukan lebih banyak lagi analisis dan observasi yang berulang-ulang di lapangan, peneliti dapat menyempitkan lagi penelitiannya dengan melakukan observasi selektif (*selective observations*). Sekalipun demikian, peneliti masih terus melakukan observasi deskriptif sampai akhir pengumpulan data.

Dalam menggunakan metode observasi cara yang paling efektif adalah melengkapinya dengan format atau blangko pengamatan sebagai instrument. Format yang disusun berisi item-item tentang kejadian atau tingkah laku yang digambarkan akan terjadi.⁴⁵

⁴⁵ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta : Rineka cipta, 2006) 204.

Metode ini penulis gunakan untuk mencari informasi pendapat tentang upaya guru olahraga, penumbuhan rasa percaya diri siswa, observasi dilakukan dengan mengikuti langsung proses pendidikan.

3. Teknik Dokumentasi

Disamping observasi partisipan dan wawancara, para peneliti kualitatif dapat juga menggunakan berbagai dokumen dalam menjawab pertanyaan terarah. Apabila tersedia, dokumen-dokumen ini dapat menambah pemahaman atau informasi untuk penelitian. Karena perhatian peneliti kualitatif telah dan selalu difokuskan pada orang baik yang melek huruf maupun yang buta huruf, tidak semua proyek penelitian akan memiliki dokumen-dokumen lokasi yang tersedia. Juga mungkin bahwa penelitian yang sama dikalangan suatu kelompok melek huruf tidak akan memiliki dokumen-dokumen lokasi yang relevan untuk dipertimbangkan, ini sangat bergantung pada fokus penelitian.⁴⁶ Selain itu maksud digunakan dokumen ini adalah untuk mendapat data dengan bentuk foto data yang ingin diperoleh melalui tehnik ini adalah data-data mengenai lingkungan fisik maupun administratif serta foto-foto yang berkaitan.

F. Teknik Analisis Data

⁴⁶ Emzir, *Metodologi Penelitian Kualitatif Analisis Data*,61.

Analisis data kualitatif adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan dan bahan-bahan lain, sehingga dapat mudah difahami dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain. Analisis data dilakukan dengan mengorganisasikan data, menjabarkannya kedalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun kedalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari dan membuat kesimpulan yang dapat diceritakan kepada orang lain⁴⁷.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan konsep yang diberikan Miles dan Huberman yang mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus pada setiap tahapan penelitian, sehingga sampai tuntas, dan datanya sampai jenuh. Aktifitas dalam analisis data meliputi:⁴⁸

- a. Mereduksi data dalam konteks penelitian reduksi data adalah merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, membuat kategori. Dengan demikian data yang telah direduksikan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data dan selanjutnya.
- b. Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah *mendisplaykan* data atau menyajikan data ke dalam pola yang dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, grafik, matrik, network, dan chart. Bila pola-pola

⁴⁷ *Buku Pedoman Penulisan Skripsi (syari'ah, Tarbiyah, Ushuluddin)* (Ponorogo; P2MP STAIN Ponorogo, 2010), 40-41.

⁴⁸ Sugiono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, 183.

yang ditemukan telah didukung oleh data selama penelitian, maka pola tersebut telah menjadi pola yang baku yang selanjutnya akan didisplaykan pada laporan akhir penelitian.

- c. Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif dalam penelitian ini adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi.⁴⁹ Penarikan kesimpulan yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode induktif yaitu penarikan kesimpulan yang dinilai dari pernyataan atau fakta-fakta khusus menuju pada kesimpulan umum.⁵⁰

G. Pengecekan Keabsahan Temuan

Keabsahan data merupakan konsep penting yang diperbaharui dari konsep kesahihan (*validitas*) dan kendalan (*reliabilitas*).⁵¹ Derajat kepercayaan keabsahan data dijadikan pengecekan dengan teknik (1) pengamatan yang tekun, dan (2) triangulasi.

Ketekunan pengamatan yang dimaksud adalah menemukan ciri-ciri dan unsur-unsur dalam situasi yang sangat relevan dengan persoalan atau isu yang sedang dicari. Ketekunan pengamatan ini dilaksanakan peneliti dengan cara: (a) mengadakan pengamatan dengan teliti dan rinci secara berkesinambungan terhadap faktor-faktor yang menonjol yang ada hubungannya dengan upaya guru dalam menumbuhkan rasa percaya diri melalui pembiasaan olahraga di MI Ma'arif Singosaren, kemudian (b) menelaahnya secara rinci sampai pada suatu titik, sehingga pada pemeriksaan

⁴⁹ Buku pedoman Penulisan Skripsi (Syari'ah, Tarbiyah, Ushuluddin),42.

⁵⁰ *Ibid*, 41-42.

⁵¹ Moleong, *Metodologi Penelitian*, 171.

tahap awal tampak salah satu atau seluruh faktor yang ditelaah sudah difahami dengan cara yang biasa.

Teknik triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data itu. Ada empat macam triangulasi sebagai teknik pemeriksaan yang memanfaatkan penggunaan: sumber, metode, penyidik, dan teori.⁵²

Dalam penelitian ini, dalam hal ini digunakan teknik triangulasi dengan sumber, berarti membandingkan dan mengecek balik derajat kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui waktu dan alat yang berbeda dalam metode kualitatif.

H. Tahapan-Tahapan Penelitian

Tahap-tahap penelitian dalam penelitian ini ada 3(tiga) tahapan dan ditambah dengan tahapan terakhir dari penelitian yaitu tahap penulisan laporan hasil penelitian. Tahap-tahap penelitian tersebut adalah :

1. Tahap Pra Lapangan

Ada enam kegiatan yang harus dilakukan oleh peneliti dalam tahapan ini ditambah dengan satu pertimbangan yang perlu dipahami, yaitu etika penelitian lapangan.

Tahap pra lapangan ini meliputi : menyusun rancangan penelitian, memilih lapangan penelitian, mengurus perizinan, penelusuran awal dan

⁵²Ibid, 178.

menilai keadaan lapangan penelitian, memilih dan memanfaatkan informan, menyiapkan perlengkapan penelitian dan yang menyangkut persoalan etika penelitian.⁵³

2. Tahap Pekerjaan Lapangan

Dengan membawa desain yang dirancang sedemikian rupa bisa saja tidak sesuai dengan situasi nyatanya. Pertanyaan yang telah dipersiapkan sebelumnya, mungkin tidak mempunyai relevansi dengan situasi objek yang diteliti. Dalam menghadapi hal ini, peneliti harus memulai membuat formulasi desain yang baru (*new research design*) atau teknik baru lagi dan mulai menyusun pertanyaan-pertanyaan berbeda dalam berbagai hal serta meninggalkan situasi yang satu kesituasi yang lain.⁵⁴

Tahap pekerjaan lapangan ini meliputi: memahami latar penelitian dan persiapan diri, memasuki lapangan dan berperan serta sambil mengumpulkan data.⁵⁵

3. Teknik Analisis Data

Dalam tahap ini, peneliti melakukan analisis terhadap data-data yang telah dikumpulkan dari hasil wawancara, observasi dan dokumentasi. Pekerjaan analisis ini meliputi: mengatur, mengorganisasikan data, menjabarkannya dalam unit-unit, melakukan sintesa, memilih nama yang penting dan membuat kesimpulan.

4. Tahap Penulisan Hasil Laporan

⁵³ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2002), 85-93.

⁵⁴ Imron Arifin, *Penelitian Kualitatif* (Malang: Kalimasada, 1996), 40-41.

⁵⁵ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, 94-102.

Pada tahap ini, peneliti menuangkan hasil penelitian yang sistematis sehingga dapat dipahami dan diikuti alurnya oleh pembaca.

Penulisan laporan hasil penelitian tidak terlepas dari keseluruhan tahapan kegiatan dan unsur-unsur penelitian. Kemampuan melaporkan hasil penelitian merupakan suatu tuntutan mutlak bagi peneliti. Dalam hal ini penelitian hendaknya tetap berpegang teguh sehingga ia membuat laporan apa adanya, objektif walaupun dalam banyak hal ia akan menghadapi kesulitan.⁵⁶



⁵⁶ Lexy Moleong, *Metodologi Penelitian*, 215-216

BAB IV

DESKRIPSI DATA

A. Deskripsi Data Umum

1. Sejarah Berdiri Dan Berkembangnya MI Ma'arif Singosaren

Berkat kesadaran masyarakat akan pentingnya pendidikan, agama, maka pada tahun 1956 di Kelurahan Singosaren Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo mendirikan Madrasah malam dalam rangka memenuhi tuntutan masyarakat banyak, demi tercapainya cita-citanya ingin mempunyai anak yang berkepribadian tinggi dan utama, sebab tak mungkin tercapai cita-cita tersebut tanpa pendidikan agama.

Kemudian tidak berlangsung lama yaitu pada tahun 1958 dilebur menjadi MWB (Madrasah Wajib Belajar) masuk pagi hari atas tuntutan Departemen Agama untuk memoderisasikan murid Madrasah sesuai dengan dasar-dasar dan cita-cita Pendidikan di Indonesia. Salah satu langkah kearah terlaksananya maksud itu adalah dengan mengadakan pembaharuan secara Revolusioner dalam Pendidikan Madrasah, yang diberi nama Madrasah Wajib Belajar (MWB).

Dalam hal ini Departemen Agama dengan aktif membantu organisasi-organisasi Islam yang mendirikan dan menyelenggarakan MWB. Yang pada waktu itu bertujuan dan berfungsi :

1. Sesuai dengan namanya MWB turut berusaha di samping sekolah-sekolah dari Departemen Pendidikan dan Kebudayaan dalam rangka

pelaksanaan Undang-Undang kewajiban belajar di Indonesia. Dalam hubungan ini MWB akan diperlakukan mempunyai hak serta kewajiban. Sebagai sekolah Negeri atau sekolah Partikellir yang melaksanakan wajib belajar. MWB mendapat perhatian Pemerintah Departemen Agama karena masih banyak rakyat yang akan memilih Madrasah bagi anak-anaknya.

2. Pendidikan terutama sekali diarahkan kepada jiwa Bangsa untuk mencapai kemajuan dilapangan Ekonomi, Industrialisasi dan Transmigrasi.

Pada tahun 1960 ada perubahan nama yang semula MWB menjadi MI. Karena Madrasah Ibtidaiyyah atau MI Singosaren itu dibawah Lembaga Ma'arif, maka pada tahun tersebut didirikanlah madrasah dengan nama Madrasah Ibtidaiyyah Ma'arif Singosaren oleh Organisasi yang diketuai Bapak Muhammad Sayid Almarhum. Madrasah tersebut didirikan diatas tanah wakaf, letaknya jalan Singopuro Kelurahan Singosaren. Kira-kira 50 meter sebelah timur dari perempatan kota lama di Ponorogo. Sedang gedungnya terdiri dari 6 lokal dan 1 lokal ruang guru. Jadi jelasnya berdirinya Madrasah tersebut atas dasar dorongan masyarakat Singosaren yang berkeinginan agar anaknya menjadi muslim sejati, beriman teguh, beramal sholeh dan berakhlak mulia serta berguna bagi masyarakat agama dan Negara.

2. Visi, Misi dan Tujuan MI MA'ARIF SINGOSAREN

Data ini diperoleh dengan menggunakan metode dokumentasi yang peneliti terapkan pada tanggal 04 Mei 2018 pukul 08.30 WIB di kantor ruang guru. Dari hasil dokumentasi ini diperoleh data tentang visi, misi dan tujuan MI Ma'arif Singosaren, sebagai berikut:

a. Visi Madrasah :

“Terbentuknya anak yang berakhlakul karimah yang berwawasan”
Ahlussunnah wal jama'ah” dan berkualitas dalam IMTAQ dan IPTEK

b. Misi Madrasah :

- 1) Mengembangkan sumber daya manusia (SDM) dengan memberikan tuntunan pada anak, besikap hidup sehari-hari disekolah maupun di masyarakat dengan berpegang teguh pada norma-norma Islam dengan paham Ahlussunnah Wal Jama'ah.
- 2) Mengembangkan dan meningkatkan pengetahuan dengan menumbuhkan penghayatan terhadap ajaran agama dalam beribadah dan kehidupan sehari-hari (berpribadi yang sholeh dalam beragama dan sholeh dalam bermasyarakat)
- 3) Membina dan mempersiapkan siswa menjadi insane kamil yang mampu bersaing di bidang Ilmu Pengetahuan.

c. Tujuan Madrasah

- 1) Membentuk pribadi siswa bersikap baik dan benar dalam beribadah
- 2) Membentuk pribadi siswa yang baik dan benar dalam kehidupan sehari-hari
- 3) Membentuk kepribadian siswa yang amanah, jujur dan ikhlas dalam bertindak atau berbuat
- 4) Membentuk siswa yang berprestasi dalam pelajaran agama dan pelajaran
- 5) Membentuk siswa yang terampil dalam mengoperasikan teknologi (komputer)
- 6) Membentuk siswa yang mempunyai wawasan keagamaan yang bercirikan Ahlussunnah wal Jama'ah
- 7) Menanamkan kepada siswa untuk mempunyai rasa memiliki terhadap madrasah, warga madrasah dan masyarakat sekitar.⁵⁷

3. Profil Singkat MI Ma'arif Singosaren

Data profil MI Ma'arif Singosaren ini, peneliti peroleh dengan cara menerapkan metode dokumentasi dari ruang guru pada tanggal 04 mei 2018 pukul 09.00 WIB. Dari hasil dokumentasi ini diperoleh data yang bersumber dari arsip tentang identitas MI Ma'arif Singosaren Tahun 2018, sebagai berikut:

Nama Madrasah : MI MA'ARIF SINGOSAREN

⁵⁷ Lihat pada transkrip dokumentasi Nomor: 01/O/06-IV/2018

N I S : 11 00 20
NSM : 111235020024
Nama Kepala Madrasah : AHMAD SLAMET, S.Ag
Alamat : JL. SINGAJAYA III NO. 02
Kelurahan : SINGOSAREN
Kecamatan : JENANGAN
Kabupaten : PONOROGO
Kode Pos : 63492
Email : mimaarif.singosaren@yahoo.co.id
Status Sekolah : Swasta
Status Akreditasi : TERAKREDITASI / B
SK. Nomor/Tanggal : No: 20/SK/MI/82, 28 Oktober 1982
Penerbit SK : Lembaga Pendidikan Ma'arif Cab.
Ponorogo
Tahun Berdiri : 1960
Tahun Perubahan : 1993
Bangunan Sekolah : Milik Sendiri
Organisasi Penyelenggara : LP MA'ARIF NU
Kegiatan Belajar Mengajar : PAGI HARI
Ruang Kelas : 6 ruang
Ruang Guru : 1 ruang
Ruang Komputer : 1 ruang Ruang UKS : 1 ruang
Ruang Kepala Sekolah : 1 ruang

Ruang Toilet : 2 ruang

Tempat Ibadah : 1 Masjid

Letak geografis MI Ma'arif ini terletak di sudut kota dan yang mana di samping sekolah terdapat taman kanak-kanak dan dikelilingi oleh rumah penduduk. Tetapi, tidak bisa dipungkiri bahwa suara kendaraan dan terkadang mengganggu proses pembelajaran.

Adapun batas-batas wilayah dari MI Ma'arif Singosaren adalah sebagai berikut:

- a. Sebelah timur berbatasan dengan RA Muslimat NU Singosaren
- b. Sebelah selatan berbatasan rumah penduduk
- c. Sebelah barat berbatasan rumah penduduk
- d. Sebelah utara berbatasan jalan Niken Gandini

Adapun motif dan tujuan Madrasah tersebut didirikan antara lain :

- a. Dengan adanya rasa tanggung jawab dihadapan Allah SWT, mengenai kelangsungan Agama Islam dimuka bumi ini
- b. Untuk membina masyarakat setempat khususnya mengenai generasi mudanya agar benar-benar mencintai Agama Islam dan mengamalkannya sesuai dengan ajaran-ajarannya.
- c. Menjawab tantangan dan tuntutan zaman yang semakin kompleks melalui program wajib belajar 9 tahun.⁵⁸

Adapun keadaan dan situasi MI Ma'arif Singosaren pada tahun 2017/2018 ialah sebagai berikut:

⁵⁸ Lihat transkrip Dokumentasi Nomor: 01/O/06-IV/2018

a. Keadaan Gedung

Terdapat 10 ruang, dengan rincian 6 ruang belajar, 1 ruang kepala madrasah, 1 ruang guru, 1 ruang UKS dan 1 ruang lab komputer. Disebelah timur terdapat tujuh ruang yang terdiri dari 1 ruang kepala madrasah, 1 ruang guru, 3 ruang kelas yaitu kelas I, II, dan III, 1 ruang UKS, dan 1 ruang lab komputer. Disebelah barat terdapat 3 ruang kelas yaitu kelas IV, V, dan VI. Secara keseluruhan atapnya dari genting, gentingnya dari tanah liat, untuk gedung yang berada disebelah barat menggunakan keramik dan gedung yang berada disebelah timur masih menggunakan tegel kecuali ruang guru dan ruang kepala sekolah. Untuk lokasi kamar mandi (toilet) berada dibelakang lab komputer .

b. Keadaan Murid

Jumlah murid secara keseluruhan pada tahun 2017 berjumlah 116. Dengan rincian kelas satu berjumlah 25 siswa, kelas dua berjumlah 22 siswa, kelas tiga berjumlah 15, kelas lima berjumlah 17 siswa, kelas enam berjumlah 22 siswa.

c. Keadaan Pendidik

Berdasarkan data terakhir tahun 2017/2018, jumlah tenaga pendidik sebanyak 13 orang, kepala sekolah 1 orang, guru 10 orang, satpam 1 orang, dan tukang kebun 1 orang. Lama mengajar guru MI Ma'arif Singosaren bervariasi. Guru-guru senior telah mengajar lebih dari sepuluh tahun dan guru junior kurang dari sepuluh tahun. Namun rata-rata mereka ditunjang oleh latar belakang pendidikan yang

memadai yakni berasal dari Sarjana Pendidikan yang sesuai dengan bidangnya.⁵⁹

B. Deskripsi Data Khusus

1. Rasa Percaya Diri Siswa Kelas IV dan V di MI Ma'arif Singosaren.

Rasa percaya diri pada siswa sangatlah penting guna menjadi modal dasar untuk pengembangan aktualitas diri. Dengan percaya diri siswa akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri. Sementara itu, kurangnya percaya diri yang ada di MI Ma'arif Singosaren akan menghambat pengembangan potensi diri siswa. Jadi, orang yang kurang percaya diri akan menjadi seseorang yang pesimis dalam menghadapi tantangan, takut dan ragu-ragu untuk menyampaikan gagasan, serta bimbang dalam menentukan pilihan dan sering membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain. Dalam hal ini upaya guru sangat dibutuhkan oleh siswa agar tertanam dan tumbuh rasa percaya diri yang seharusnya ada pada diri siswa. Seperti yang diungkapkan oleh siswa kelas IV yang bernama Andika Candra Pratama adalah sebagai berikut :

“ Kami sering mendapatkan PR dari Bapak Ibu guru, dan hampir setiap hari kami mendapatkan PR dari berbeda mata pelajaran, itu membuat kami sangat lelah dan malas untuk mengerjakannya. Untuk mengerjakan tugas kami terkadang mengerjakan tugas di sekolah dan terkadang mengerjakan di rumah. Tergantung pada semangat kami, kalau sedang tidak semangat kami sering tidak mengerjakan, kalau sekarang ini kami lebih sering mengerjakan di rumah dalam hal lain kami sudah berkurang malasnya kalau dulu seringnya tidak bisa mengerjakan sendiri karena takut salah dan lebih memilih mencontek punya teman, kalau sekarang sudah sering mengerjakan di rumah bersama orang tua kami. Kalau dapat tugas langsung dari Bapak Ibu Guru kami terkadang langsung mengerjakan dan terkadang tidak. Kalau untuk sekarang kami sering langsung mengerjakan bersama dengan teman secara berkelompok. Untuk

⁵⁹ Lihat transkrip Dokumentasi Nomor: 03/D/08-IV-2018

ulangan harian dulu kami sering cemas ketika guru memberikan pengumuman akan diadakan ulangan harian, dan sekarang kami lebih semangat dan tidak takut karena kami yakin bisa mengerjakannya sendiri. “⁶⁰

Dan selanjutnya ungkapan yang disampaikan oleh siswa kelas V yang bernama Tiara Dwi Aprilia adalah sebagai berikut :

“ Setiap hari kami selalu mendapatkan tugas dari Bapak Ibu Guru dan itu membuat kami malas dan sering tidak mengerjakan , kalau mengerjakan dirumah tidak ada yang membantu dan menemani untuk belajar, jadi kami lebih sering mencontek pekerjaan teman di sekolah. Jadi ketika guru memberikan tugas kami lebih sering suka menunda-nunda tidak langsung mengerjakannya. Dan kadang ketika di kelas guru menyuruh untuk bertanya seputar materi yang belum kami pahami. Dan kami tidak berani untuk bertanya kepada guru takut akan dimarahi kalau salah bertanya. Untuk ulangan harian kami lebih sering cemas dan takut kalau tidak bisa mengerjakan sendiri, jadi ketika ulangan harian berlangsung kami lebih sering masih bertanya jawaban punya teman. “⁶¹

Kurangnya rasa percaya diri yang muncul pada diri siswa tidak akan selalu menghambat eksistensi diri siswa karena masih banyak terdapat semangat yang muncul dari dalam diri siswa yang membantu untuk menuju rasa percaya diri yang lebih tinggi yaitu adanya kesukaan atau strategi yang diadakan di sekolah yang mengacu siswa untuk bisa menuju peningkatan seperti yang dingkapkan siswa kelas IV yang bernama Andika Candra Pratama adalah sebagai berikut :

“Kami sering mengikuti olahraga yang diadakan di sekolah dan kami sangat menyukai beberapa macam-macam olahraga yang ada disekolah kami, karena menurut kami dengan olahraga bisa membantu dan sangat berpengaruh dengan konsentrasi dan memberikan sebuah motivasi tersendiri untuk membangun rasa percaya diri kami. Begitu juga guru olahraga yang mengajarkan kami sangat menyenangkan dan itu membuat kami lebih semangat dalam mengikuti kegiatan olahraga, dan setelah kami mengikuti olahraga seringkali kami lebih semangat dan lebih fokus ketika mengikuti pelajaran yang ada di kelas karena kami merasa fit dengan badan, hati dan pikiran kami. Maka dari itu kami sangatlah menyukai kegiatan olahraga yang diadakan di sekolah.”⁶²

⁶⁰ Lihat transkrip Wawancara Nomor: 01/W/04-IV/2018

⁶¹ Lihat transkrip Nomor:02/W/04-IV/2018

⁶² Lihat transkrip Wawancara Nomor: 02/W/04-IV/2018

Selanjutnya hal yang senada juga diungkapkan oleh siswa kelas V yang bernama Tiara Dwi Aprilia adalah sebagai berikut :

“Kami sangat menyukai dengan kegiatan olahraga yang diadakan di sekolah ini akan tetapi olahraganya tidak setiap hari dilaksanakan. Disini terdapat berbagai macam-macam olahraga yaitu diantaranya senam, Bola voly, kasti, sepak bola, tenis meja, dan sebagainya. Setelah olahraga kami merasa lebih semangat daripada sebelumnya, lebih merasa segar dan badan, fikiran juga lebih membaik daripada sebelumnya. Kalau untuk percaya diri kami merasa lebih muncul ketika mengikuti olahraga, dan juga lebih senang karena gurunya ketika mengajar sangat menyenangkan.”⁶³

Olahraga ternyata penting untuk menumbuhkan rasa percaya diri dan semangat siswa karena dengan olahraga siswa menjadi lebih merasa segar dan berkonsentrasi ketika akan mengerjakan sesuatu. Dari ungkapan-ungkapan siswa pastinya ada penanggulangan atau strategi yang dilaksanakan oleh guru dalam hal terkait masih kurangnya rasa percaya diri siswa. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh bapak Sidiq Purnomo S.Pd selaku wali kelas dan guru tematik kelas IV adalah sebagai berikut:

“ Untuk rasa percaya diri siswa masih ada yang kurang akan tetapi alhamdulillah sebagian banyak yang sudah percaya diri . Sekarang lebih baik ibaratnya sudah berkuranglah daripada dulu-dulu siswa masih banyak yang rasa percaya dirinya masih kurang . kalau misalnya disuruh maju ke depan siswa masih sulit apalagi kalau disuruh mengerjakan tugas siswa masih banyak yang tidak mau mengerjakan tepat waktu dan lagi siswa lebih sering mengerjakan di sekolah karena siswa itu merasa tidak yakin dengan dirinya sendiri. Kalau saya mau mengadakan ulangan harian itu siswa sebelumnya sudah merasa cemas dulu, mereka merasa ulangan itu menjadi momok bagi mereka. Kalau untuk sekarang sudah berkurang meskipun belum 100%. Setidaknya sekarang siswa sudah mau mengerjakan dikelas, sudah mau maju di depan kelas , sudah mau berpendapat meskipun itu masih tidak tentu terkadang mau. Tapi pada intinya untuk kelas IV ini sudah berkurang banyak sudah lebih baik daripada yang dulu. Tapi setidaknya kami selaku guru sudah berusaha dan terus berusaha dengan dengan kiat dan dengan upaya-upaya yang bisa kami lakukan untuk siswa.”⁶⁴

⁶³ Lihat transkrip Wawancara Nomor: 01/W/04-IV/2018

⁶⁴ Lihat transkrip Wawancara Nomor: 04/W/05-IV/2018

Selanjutnya hal yang senada juga diungkapkan oleh bapak Puthut Eko N, S.Pd. Selaku wali kelas dan guru pelajaran Pkn, Ips, dan Ipa kelas V di MI Ma'arif Singosaren, sebagai berikut:

“ Untuk siswa kelas V sekarang itu masih ada yang kurang dengan rasa percaya diri mereka meskipun sebagian sudah ada yang berkurang , dari siswa yang masih suka mengerjakan pr disekolah, masih ada yang suka mencontek pekerjaan teman, dan terkadang kalau saya memberikan tugas untuk langsung dikerjakan siswa masih suka menunda-nunda untuk mengerjakan. Kalau untuk masalah ulangan harian masih ada sebagian siswa yang cemas dan takut jika akan diadakan ulangan untuk siswa masih ada sebagian yang suka malas-malasan.”⁶⁵

Dari ungkapan-ungkapan yang diutarakan oleh guru bahwasanya siswa masih ada yang kurang dengan rasa percaya diri yang seharusnya tertanam pada diri siswa tetapi terdapat suatu perubahan yang dilakukan oleh siswa dan itu berkat suatu usaha yang dilakukan oleh guru seperti yang diungkapkan oleh bapak Sidiq Purnomo selaku wali kelas dan guru olahraga kelas IV dan V adalah sebagai berikut:

“ Kami memberikan suatu bentuk upaya yang itu hal yang disukai siswa, kalau disini siswa cenderung suka ke olahraga. Kami melihat terdapat perbedaan sebelum mereka mengikuti olahraga dan setelah mengikuti olahraga. Kadang ada siswa kalau setelah olahraga mengeluh karena merasa lelah dan itu menjadikan siswa malas tapi untuk disini justru sebaliknya. Jadi kami sering membiasakan olahraga yang cenderung disukai oleh siswa. Tujuan kami disini melakukan pembiasaan itu adalah yang utama untuk menumbuhkan rasa percaya diri siswa. Dan alhamdulillah sudah berjalan sedikit demi sedikit dari siswa ada perubahan. Disini terdapat macam-macam olahraga dari sepak bola, volly, kasti dan sebagainya. Saya tidak pernah memaksa siswa harus ikut ini dan itu. Tapi saya melihat dari kesenangan siswa kalau si A suka senam tidak menjadi masalah karena masing-masing siswa berbeda-beda. Munculnya rasa percaya diri siswa itu terlihat dari berbeda-beda olahraga. Ada yang muncul rasa percaya dirinya melalui olahraga voly ada juga yang dari senam, bulutangkis, dan sebagainya.”⁶⁶

Upaya yang dilakukan oleh guru untuk menumbuhkan rasa percaya diri siswa adalah melalui pembiasaan olahraga yang sudah

⁶⁵Lihat transkrip Wawancara Nomor: 03/W/05-IV/2018

⁶⁶ Lihat transkrip Wawancara Nomor: 04/W/05-IV/2018

berjalan hingga sekarang dengan membawa perubahan untuk siswa sedikit demi sedikit, dari pembiasaan yang dilakukan oleh guru yaitu dari pembinaan-pembinaan yang dilakukan ketika pembiasaan olahraga yaitu seperti yang diungkapkan oleh Bapak Sidiq Purnomo adalah sebagai berikut:

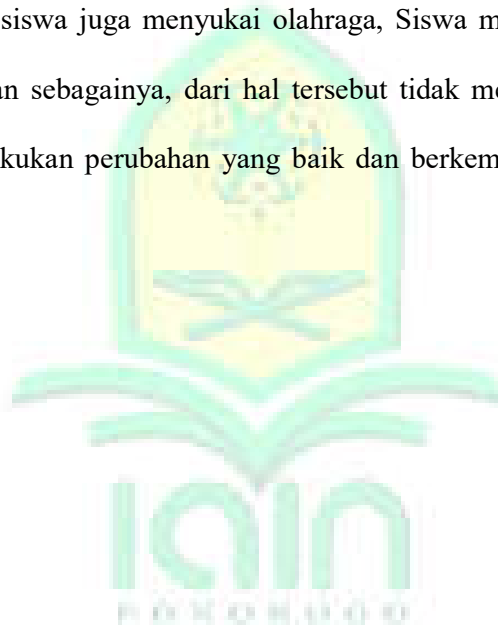
“Saya mempunyai cara tersendiri dalam halnya mengajar olahraga di lapangan, sehingga peserta didik merasa semangat dan sangat senang sekali ketika mengikuti kegiatan olahraga, mereka terlihat lebih leluasa, anak-anak akan terlihat lebih nyaman ketika mengikuti kegiatan apapun, jika kami sebagai guru selalu ada cara-cara untuk diberikan kepada peserta didik Dalam kegiatan olahraga ini yang pertama, kami tidak mengajarkan secara monoton artinya kami selalu memberikan permainan-permainan baru di dalam olahraga sesuai kemampuan siswa atau sesuai keinginan siswa. Yang kedua, sebelum olahraga berlangsung kami selalu memberikan sedikit motivasi-motivasi agar mereka lebih semangat selama kegiatan olahraga berlangsung. Yang ketiga, kami memberikan yang namanya sanksi-sanksi bagi siswa yang terlambat ketika olahraga akan dimulai agar mereka tidak terlalu menyepelkan artinya mereka juga terlatih untuk kedisiplinannya. Yang keempat, di setiap kegiatan olahraga apapun itu kami selaku guru selalu memancing keberanian siswa, kami menyuruh salah satu dari mereka bergantian untuk belajar memimpin di depan misal sebelum olahraga terlebih dahulu ada yang namanya pemanasan, itu salah satu cara kami agar siswa tidak minder dan belajar memberanikan diri. Yang kelima, kami selalu memancing tanggapan-tanggapan siswa agar kami tau seberapa jauh peserta didik tanggap dan mau dengan sendirinya berfikir kreatif ketika pelaksanaan olahraga berlangsung.”⁶⁷

Untuk menuju perubahan pada siswa guru memberikan macam-macam pembinaan diantaranya guru mengajar tidak monoton, adanya permainan didalam olahraga, memberikan motivasi-motivasi sebelum olahraga berlangsung, adanya sanksi untuk kedisiplinan siswa, mencoba memancing keberanian siswa, memancing tanggapan-tanggapan dari siswa. Dari pembinaan yang dilakukan guru tidak lepas dari adanya faktor pendukung dan penghambat yang dilalui oleh guru seperti yang diungkapkan oleh Bapak Sidiq Purnomo adalah sebagai berikut:

⁶⁷ Lihat transkrip Wawancara Nomor : 04/W/05-IV/2018

“ Untuk faktor pendukung dan penghambat yang kami hadapi yaitu untuk faktor pendukungnya adanya perubahan yang terus menerus muncul pada diri siswa meskipun tidak sepenuhnya, siswa kebetulan menyukai olahraga dan didalam olahraga siswa juga sering mendapatkan prestasi-prestasi ketika mengikuti lomba. Dan untuk faktor penghambat itu masih ada beberapa siswa yang sulit untuk diarahkan dan masih ada yang belum nyambung dengan apa yang saya sampaikan dan terakhir masih ada siswa yang tidak serius artinya masih suka main-main ketika pembinaan berlangsung.”⁶⁸

Dengan demikian guru sebagai pendidik dan pembimbing menghadapi adanya dukungan dan hambatan seperti adanya siswa yang sulit untuk diarahkan, belum nyambung dengan apa yang disampaikan guru, dan siswa juga menyukai olahraga, Siswa mendapatkan beberapa prestasi dan sebagainya, dari hal tersebut tidak menjadikan guru untuk terus melakukan perubahan yang baik dan berkembang untuk bebaikan siswa.



⁶⁸ Lihat transkrip Wawancara Nomor : 04/W/05-IV/2018

BAB V

ANALISIS DATA

Pada bab pembahasan ini penulis membahas tentang hasil penelitian yang telah didapatkan dari lapangan dan untuk menjawab fokus penelitian yang telah diajukan dalam penelitian ini, adapun data yang diperoleh dari penelitian ini berasal dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi di MI Ma'arif Singosaren Jenangan Ponorogo. Adapun hal yang diuraikan yang berkaitan dengan fokus penelitian yaitu:

A. Rasa Percaya Diri Siswa Di MI Ma'arif Singosaren

Setiap siswa disekolah pasti mempunyai karakternya masing-masing dan setiap siswa mempunyai karakter yang berbeda-beda, pada dasarnya masing-masing sekolah mempunyai permasalahan yang berbeda-beda tak terkecuali dengan masalah rasa percaya diri siswa. Rasa percaya diri adalah salah satu kunci kesuksesan seseorang. Karena tanpa rasa percaya diri, seseorang tidak akan sukses dalam berinteraksi dengan orang lain.

Disamping itu, tanpa rasa percaya diri seseorang niscaya tidak akan bisa mencapai keinginan yang diidam-idamkan bahkan vitalitas, daya kreativitas, dan jiwa petualangan yang seseorang miliki spontan akan beralih menjadi depresi, frustrasi, dan patah semangat. Karena pada prinsipnya, rasa percaya diri secara alami bisa memberikan seseorang efektivitas kerja, kesehatan lahir batin, kecerdasan, keberanian, vitalitas, daya kreativitas, jiwa petualangan, kemampuan mengambil keputusan yang tepat, kontrol diri,

kematangan etika, rendah hati, sikap toleran, rasa puas dalam diri maupun jiwa serta ketenangan jiwa.⁶⁹

Rasa percaya diri merupakan sikap mental optimisme dari kesanggupan anak terhadap kemampuan diri untuk menyelesaikan segala sesuatu dan kemampuan diri untuk melakukan penyesuaian diri pada situasi yang dihadapi.⁷⁰ Dari pernyataan tersebut seperti hal yang terjadi pada saat ini khususnya pada peserta didik di bangku sekolah dasar, pentingnya rasa percaya diri saat ini sudah seharusnya tertanam pada diri siswa sejak dini. Hal ini seperti yang sedang terjadi di MI Ma'arif Singosaren bahwasannya siswa masih ada yang kurang dengan rasa percaya diri mereka.

Tanggapan dari siswa ketika mereka menerima tugas, siswa masih ada yang mengerjakan tugas disekolah dan menyontoh punya teman, akan tetapi mereka tidak selalu setiap saat mengerjakan tugas disekolah. Siswa terkadang mengerjakan tugas disekolah dan lebih baiknya lagi siswa lebih banyak mengerjakan tugas dirumah bersama orang tua mereka masing-masing. Dari hal tersebut tergantung semangat yang ada pada diri siswa. Jadi semangat yang kurang pada diri siswa berpengaruh dengan apa yang mereka kerjakan termasuk dengan tugas-tugas yang mereka hadapi. Akan tetapi masih ada siswa ketika disuruh maju ke depan kelas ada yang masih tidak berani karena malu kepada teman-temannya, dan ketika guru mengadakan ulangan harian masih ada siswa yang cemas dan takut untuk menghadapi ulangan tersebut meskipun sebagian sudah tidak cemas dan takut.

⁶⁹ Yusuf al-Uqshari, *Percaya Diri Pasti* (Jakarta : Daarul-Lathaaf, 2005),6.

⁷⁰ Izzatul Jannah, *Percaya Diri Aja Lagi* (Solo: Pt Era Adicitra Intermedia. 2011), 5-6

Dari ulasan tersebut perlu diketahui bahwasannya semangat yang muncul pada diri siswa dikarenakan adanya kegiatan yang mereka sukai ketika disekolah yaitu olahraga. Siswa pada dasarnya lebih banyak yang suka kegiatan diluar kelas daripada kegiatan didalam kelas, karena mereka lebih merasa bebas ketika melakukan hal apapun ketika berada diluar kelas. Selain itu, siswa juga perlu dukungan dari guru dan bimbingan yang baik untuk melakukan kegiatan yang mereka sukai disekolah.⁷¹

Jadi, kurangnya rasa percaya diri yang muncul pada diri siswa tidak akan selalu menghambat eksistensi diri siswa karena masih banyak terdapat semangat yang muncul dari dalam diri siswa yang membantu untuk menumbuhkan kembali rasa percaya diri yang lebih tinggi pada diri siswa. Dengan hal yang terjadi pada siswa tersebut perlu adanya penanggulangan atau pembinaan khusus dari seorang guru disekolah, karena pada dasarnya guru adalah panutan bagi siswa ketika berada dalam sekolah dan merupakan pendidik yang wajib memberikan pembinaan yang terbaik untuk peserta didik.

B. Pembinaan Olahraga Dapat Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Siswa Di MI Ma'arif Singosaren.

Guru adalah orang tua kedua di sekolah bagi anak-anak. Sebagai orang tua kedua hendaknya guru mampu mencintai anak didik sama seperti orang tua mencintai anaknya. Keteladanan dan ketelatenan harus selalu ada,

⁷¹ Lihat transkrip Wawancara Nomor : 04/W/05-IV/2018

karena yang namanya anak-anak memiliki naluri yang inginnya selalu bermain. Ketika kebosanan menyerang mereka dalam belajar maka kesabaran guru diuji. Kesabaran dan ketelatenan adalah kunci utama untuk mengajar anak-anak.⁷²

Guru diibaratkan sebagai pembimbing perjalanan yang berdasarkan pengalaman dan pengetahuannya bertanggung jawab atas kelancaran perjalanan itu, dalam hal ini istilah perjalanan tidak hanya menyangkut fisik tetapi juga perjalanan mental, emosional, kreatifitas, moral dan spiritual yang lebih dalam dan kompleks.⁷³ Diantara tugas guru sebagai pembimbing ialah menciptakan upaya yang terbaik bagi peserta didik khususnya, memberikan bimbingan, pembinaan yang sesuai dengan masalah yang terjadi pada diri peserta didik.

Maka di MI Ma'arif Singosaren guru memberikan pembinaan yang baik untuk siswa yaitu pembinaan olahraga yang dipercaya bisa dan baik guna menumbuhkan rasa percaya diri siswa yang masih kurang. Guru melihat dan mengutamakan bagaimana kesukaan siswa, dan dari siswa lebih cenderung banyak yang suka dengan olahraga. Jadi guru menyesuaikan bagaimana kesukaan siswa bisa berpengaruh sebagai penunjang untuk menumbuhkan rasa percaya diri mereka. Karena pada dasarnya olahraga bertujuan dapat Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk

⁷² Suparlan, *Guru Sebagai Profesi* (Yogyakarta: Hikayat Publishing, 2006), 12-13.

⁷³ E.Mulyasa, *Menjadi Guru Profesional* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009), 40.

menguasai ketrampilan gerak dasar yang mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani.⁷⁴

Disamping itu, untuk seorang atlet atau seseorang yang suka dengan olahraga memang perlu memiliki kepercayaan diri, karena kepercayaan diri memiliki korelasi yang signifikan terhadap peningkatan performa seorang atlet. Tingkatan kepercayaan diri merupakan prediktor keberhasilan dalam setiap kompetisi. Atlet bisa menampilkan tugas-tugasnya dengan baik tentu didasari oleh kepercayaan aka kemampuan yang ada dalam dirinya, atlet yang memiliki kepercayaan diri akan konsisten dalam bersikap dan bertindak. Hal ini merupakan cerminan adanya konsistensi dalam aspek emosionalnya. Atlet yang memiliki kepercayaan diri akan melakukan interpretasi dan mengevaluasi kemampuan yang dimiliki oleh dirinya untuk mendorong meraih sukses. Atlet akan bertanggung jawab terhadap apa yang akan dilakukannya.⁷⁵

Dari pernyataan tersebut adalah merupakan modal dasar dari guru untuk percaya bahwasannya pembinaan olahraga dipercaya dapat membantu siswa untuk menumbuhkan dan meningkatkan rasa percaya diri yang masih kurang pada saat ini. Di MI Ma'arif Singosaren ada berbagai macam olahraga seperti bola voli, sepak bola, kasti, tenis meja, bulu tangkis, senam, dan sebagainya. Dari berbagai macam olahraga yang ada, ada beberapa yang lebih terlihat menonjol untuk menunjang rasa percaya diri siswa yaitu sepak bola, bola voli, bulu tangkis dan senam. Guru dapat melihat bagaimana rasa

⁷⁴Yandika Fefrian Rosmi, "Pendidikn Jasmani dan Pengembangan Karakter siswa di sekolah dasar", Education, 66 (1 Juni 2016),59.

⁷⁵ Komarudin, *Psikologi Olahraga* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), 65-66.

percaya diri siswa lebih muncul pada saat olahraga tersebut. Mereka lebih berani, lebih semangat, dan terlebih mereka mampu dan percaya pada diri sendiri bahwa mereka bisa melakukannya.⁷⁶ Maka Ketika olahraga guru cenderung mempunyai cara tersendiri untuk siswa yaitu guru tidak mengajar secara monoton, artinya guru ada permainan-permainan yang diberikan kepada siswa agar siswa tidak bosan selama pembinaan olahraga. Selain itu, sebelum olahraga dimulai guru memberikan motivasi-motivasi untuk menggugah semangat siswa ketika kegiatan dimulai. Meskipun awalnya ada motivasi tapi guru tidak lupa dengan yang namanya sanksi. Siswa yang terlambat mengikuti olahraga ada sanksi tersendiri agar siswa tidak mudah menyepelkan guru dan belajar disiplin.

Untuk lebih giatnya siswa dalam mengikuti kegiatan, guru juga memancing bagaimana keberanian siswa. Guru menyuruh salah satu siswa di setiap kegiatan secara bergantian untuk memimpin pemanasan sebelum olahraga dilaksanakan. Dan selain itu, guru juga memancing bagaimana kreativitas siswa dalam kegiatan olahraga, guru mengajak berfikir untuk membentuk sebuah permainan yang seru dalam olahraga, jadi siswa sedikit demi sedikit berani untuk memberikan sebuah usulan dan berani unjuk diri dihadapan teman-temannya untuk mempraktekkan sesuai dengan usulannya tersebut.⁷⁷

Dari pembinaan yang dilakukan, guru melihat bagaimana keadaan siswa sebelum mengikuti kegiatan olahraga dan setelah mengikuti olahraga ,

⁷⁶ Lihat transkrip Wawancara Nomor : 04/W/05-IV/2018

⁷⁷ Lihat transkrip Wawancara Nomor : 04/W/05-2018.

terutama pada saat sudah berada dalam kelas. Guru lebih banyak melihat bagaimana perubahan satu demi persatu dari siswa ketika berada didalam kelas dari sebelumnya tidak semangat menjadi semangat, dari yang sebelumnya semangatnya kurang menjadi bertambah semangat. Dan sebelumnya yang tidak berani tampil, tidak percaya dengan kemampuan diri sendiri banyak perubahan yang terjadi. Siswa lebih cenderung memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi.⁷⁸ Maka dari itu guru sebagai panutan untuk peserta didik disekolah dan sebagai orang tua kedua disekolah tidak ada henti-hentinya memberikan pembinaan yang baik guna menumbuhkan dan lebih meningkatkan rasa percaya diri yang tinggi dan baik untuk peserta didik.

C. Faktor Pendukung Dan Penghambat Dalam Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Siswa Di MI Ma'rif Singosar

Guru merupakan pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai. Dan mengevaluasi peserta didik pada jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah⁷⁹. Guru adalah pribadi yang menentukan maju atau tidaknya sebuah bangsa dan peradaban manusia. Ditangannya, seorang anak yang awalnya tidak tahu apa-apa menjadi pribadi jenius, sehingga menjadi manusia unggul dan berdaya guna, seorang siswa yang awalnya merupakan anak didik dengan tingkat kenakalan luar biasa, dengan arahan dan bimbingan dalam

⁷⁹Kunandar, *Guru Profesional Implementasi Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) dan Sukses Dalam Sertifikasi Guru* (Jakarta: Rajawali Pres, 2009),54.

kesabaran seorang guru menjadi siswa yang berprestasi. Banyak sekali perubahan yang terjadi dalam diri seorang siswa atas jasa dan perjuangan seorang guru. Dan apabila seorang guru telah menjadi guru yang disenangi para siswa, transformasi nilai serta ilmu akan berjalan dengan lancar dan bisa memberikan pengaruh positif bagi perkembangan nantinya.

Setiap usaha yang dilakukan oleh guru demi kebaikan siswanya pasti tidak akan terlepas dari yang namanya faktor pendukung dan penghambat. Bagaiman kedua faktor tersebut ada untuk tidak menghambat bagaimana perjalanan usaha yang dilakukan oleh seorang guru, ibaratnya dibalik adanya hambatan yang maju tetapi adanya dukungan yang memotivasi seorang guru untuk tidak berhenti dalam menciptakan sebuah upaya. Seperti hal yang terjadi di MI Ma'arif Singosaren guru menghadapi yang namanya faktor pendukung dan penghambat yaitu dari faktor pendukung yang ada disini adanya perubahan yang terus menerus muncul pada diri siswa meskipun tidak sepenuhnya, adanya prestasi yang diraih siswa ketika mengikuti lomba dan yang lebih mendukung adalah siswa menyukai kegiatan olahraga.

Selain faktor pendukung yang ada faktor penghambatnya yaitu masih ada siswa yang sulit untuk diarahkan, masih ada siswa yang kurang nyambung dengan apa yang disampaikan oleh guru, selain itu ketika pembinaan berlangsung masih ada siswa yang tidak serius mengikuti dalam artian masih suka main-main.⁸⁰ Dari hal-hal tersebut tidak menjadikan alasan

⁸⁰ Lihat transkrip Wawancara Nomor : 04/W/05-IV/2018

oleh seorang guru untuk tetap terus melaksanakan pembinaan secara baik dan profesional.



BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang upaya guru dalam menumbuhkan rasa percaya diri melalui pembiasaan olahraga di MI Ma'arif Singosaren, dapat disimpulkan bahwa:

1. Kepercayaan diri siswa di MI Ma'arif Singosaren, sebelum di adakan upaya guru melalui pembiasaan olahraga, Rasa percaya dirinya masih kurang, terutama dalam mengikuti pembelajaran di dalam kelas siswa masih ada yang tidak mau mengerjakan tugas karena tidak yakin dengan kemampuan dirinya sendiri, tidak mau bertanya seputar materi yang belum dipahami, merasa cemas dan takut ketika menghadapi ulangan harian, dan sulit menyesuaikan diri dengan teman-temannya. Namun setelah terbentuk upaya guru melalui pembiasaan pendidikan olahraga kini Siswa-Siswi MI Ma'arif Singosaren telah banyak mengalami perubahan, dilihat dari banyak siswa yang sudah berani, semangat, percaya akan kemampuan diri sendiri dan memiliki rasa positif terhadap diri sendiri.
2. Para Guru di MI Ma'arif Singosaren memberikan pembinaan kepada siswa-siswinya melalui pembiasaan olahraga agar rasa percaya diri siswa MI Ma'arif Singosaren menjadi terbentuk lebih baik, pembiasaan olahraga yang dilakukan melalui beberapa macam olahraga diantaranya seperti sepak bola, senam, bulutangkis, bola voly, tenis meja dan

sebagainya. Olahraga tersebut berhasil membangun rasa percaya diri siswa, hal ini ditandai dengan adanya perubahan sedikit demi sedikit setiap hari dari diri masing-masing siswa.

3. Adapun yang menjadi faktor pendukung dalam penumbuhan rasa percaya diri siswa adalah adanya perubahan, mendapatkan beberapa prestasi yang diraih, dan yang lebih mendukung siswa menyukai olahraga. Adapun faktor penghambatnya yaitu siswa masih ada yang sulit diarahkan, kurang nyambung dengan penyampaian guru dan masih suka main-main ketika pembinaan berlangsung.

B. Saran

Berdasarkan hasil temuan penelitian, sebagai bahan pertimbangan bagi pihak-pihak terkait, peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Antara sekolah dan orang tua sebaiknya menjalin kerjasama agar siswa tidak hanya mendapatkan perhatian lebih hanya di sekolah tapi di rumah juga mendapatkan perhatian yang justru lebih berpengaruh pada diri siswa.
2. Para guru MI Ma'arif Singosaren terutama guru olahraga sebaiknya mencari model pembelajaran yang lebih bervariasi untuk mendukung dalam menumbuhkan rasa percaya diri siswa.
3. Para guru MI Ma'arif Singosaren hendaknya mengadakan kegiatan tambahan yang dapat menarik perhatian siswa-siswi seperti diadakannya lomba terkait bakat yang terdapat pada olahraga di dalam sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Al- Uqshari, Yusuf. Percaya Diri Pasti Jakarta. : Daarul-Lathaaif, 2005.
- Arikunto. Suharsimi, Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: RinekaCipta,2006.
- Arifin, Imron. Penelitian Kualitatif . Malang: Kalimasada, 1996.
- Aristiani, Rina. Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Informasi Berbantuan Audiovisual, Konseling, 2 juli- Desember,2016.
- Buku Pedoman Penulisan Skripsi syari'ah, Tarbiyah, Ushuluddin. Ponorogo; P2MP STAIN Ponorogo, 2010.
- E.Mulyasa. Menjadi Guru Profesional. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009.
- Enung, Fatimah , psikologi perkembangan. perkembangan Peserta Didik: Bandung: Pustaka Setia, 2008.
- Ersta, Kusumaningtyas Lidya, Sekilas Tentang Rasa Percaya Diri Pada Remaja, Education, 2.
- Fefrian, Rosmi Yandika. Pendidikn Jasmani dan Pengembangan Karakter siswa di sekolah dasar, Education, 66 (1 Juni 2016).
- Hadi, Pernama Rahmad. Profil Rasa Percaya diri antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pecinta alam dan ekstrakurikuler bulu tangkis, pendidikan jasmani, 1 April 2013.
- Herdiana, Anisa. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Yang Mengacu Pada Pembiasaan Sikap Kepercayaan Peserta didik. Olahraga, 2016.
- Jannah, Izzatul. Percaya Diri Aja Lagi . Solo: Pt Era Adicitra Intermedia. 2011.
- Jassin, Tuloli dan Dian Ekawati Ismail. Pendidikan Karakter Menjadikan Manusia Berkarakter. Yogyakarta: Uji Press Yogyakarta, 2016.
- Khomarudin. Psikologi Olahraga. Bandung: PT Remaja Rosdakarya,2015.
- Kunandar. Guru Profesional Implementasi Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan KTSP dan Sukses Dalam Sertifikasi Guru. Jakarta: Rajawali Pres, 2009.
- Lie, Anita. 101 Cara Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Anak, Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2003.

- Mirhan. Hubungan antara percaya diri dan kerja keras dalam olahraga dan ketrampilan hidup, Olahraga, 12 1 januari 2016.
- Moleong j. Lexy. Metodologi Penelitian Kualitatif. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2002.
- Moleong Lexy. Metodologi Penelitian Kualitatif. Bandung: PT, Remaja Rosdakarya, 2003.
- Mulyana, Deddy. Metodologi Penelitian Kualitatif. Paradigma Baru Ilmu Komunikasi Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2004.
- Mulyasa. Manajemen Pendidikan Karakter. Jakarta: PT Bumi Aksara, 2013.
- Mustari, Mohammad. nilai karakter refleksi untuk pendidikan. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2014.
- Nasution, metode Penelitian Naturalistik-Kualitatif. Bandung: TARSITO, 1988.
- Nazir, Mohammad. Metode Peneliti . Bogor: Ghalia Indonesia, 2013.
- Purnama, Putra Yudha. Hubungan Tingkat Kepercayaan diri dan Motivasi dengan ketrampilan gerak dasar sepak bola, Education, 2.2013.
- Rahmani, Mikanda, Buku Super Lengkap Olahraga. Jakarta: Dunia Cerdas, 2014.
- Rizkyana. “ Pengaruh Kegiatan Senam Bebek Terhadap Kepercayaan Diri Anak, sport, 2013.
- Rizema, Putra Siatava. Tips-Tips Jitu Mencetak Siswa Juara Olimpiade Sejak Dini . Jogjakarta: Diva Press, 2013.
- Rochmah, Maulida Siti. Hubungan antara kepercayaan diri dan dukungan orang tua dengan motivasi berwirausaha pada siswa SMK, Psikologi, 11 Oktober 2012.
- Sugiyono. memahami penelitian kualitatif . Bandung: Alfabeta, 2005.
- Suparlan. Guru Sebagai Profesi . Yogyakarta: Hikayat Publishing, 2006.
- Tim penyusun kamus, Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta: Balai Pustaka, 2005, 1250.
- Ulum, Miftahul, Demitologi Profesi Guru . Ponorogo: STAIN Ponorogo Press, 2