

**TINGKAT PERCAYA DIRI SISWA KELAS X KKKR DALAM PEMBELAJARAN  
SEPAKBOLA DI SMKN 4 PEKANBARU**

**Rices Jatra<sup>1</sup> \*, Soleh Hadi<sup>2</sup>, Mimi Yulianti<sup>3</sup>, Nova Risma<sup>4</sup>**

<sup>1234</sup> Program Studi Pendidikan Jasmani, Universitas Islam Riau. Pekanbaru, Indonesia.  
[ricesjatra@edu.uir.ac.id](mailto:ricesjatra@edu.uir.ac.id)<sup>1</sup>, [solehhadi@student.uir.ac.id](mailto:solehhadi@student.uir.ac.id)<sup>2</sup>, [mimiyulianti@edu.uir.ac.id](mailto:mimiyulianti@edu.uir.ac.id)<sup>3</sup>,  
[novarisma@edu.uir.ac.id](mailto:novarisma@edu.uir.ac.id)<sup>4</sup>

\* Coressponding Author. E-mail: [solehhadi@student.uir.ac.id](mailto:solehhadi@student.uir.ac.id)

***Abstract***

The purpose of this study was to determine the confidence level of Grade X KKKR students in football learning at SMKN 4 Pekanbaru. This research is a descriptive quantitative study. The population and sample of the study consisted of 30 Grade X KKKR students involved in football learning at SMKN 4 Pekanbaru. The research instrument used was a questionnaire with a Likert scale, which was then processed using a percentage formula. Based on the research data obtained from 11 indicators of student confidence level, the average percentage was 83.56%. Referring to the percentage score criteria, this figure falls within the range of 81% – 100%, which is categorized as "Very Strong". The conclusion of this study is that Grade X KKKR students have excellent self-confidence in football learning, covering mental, social, and emotional aspects, which provides a positive impact on their learning process and outcomes.

**Keywords:** Confidence, Football Learning

***Abstrak***

Penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat percaya diri siswa kelas X KKKR dalam pembelajaran sepakbola di SMKN 4 Pekanbaru. Metode yang digunakan adalah jenis penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 siswa kelas X KKKR yang terlibat dalam pembelajaran sepakbola di SMKN 4 Pekanbaru. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah angket dengan skala Likert, yang kemudian diolah menggunakan rumus persentase. Hasil penelitian dari 11 indikator tingkat percaya diri menunjukkan perolehan persentase rata-rata sebesar 83,56%. Merujuk pada kriteria nilai persentase skor angket, angka tersebut berada pada rentang 81% - 100% yang termasuk dalam kategori "Sangat Kuat". Simpulan dari penelitian ini adalah siswa kelas X KKKR memiliki kepercayaan diri yang sangat baik dalam mengikuti pembelajaran sepakbola, yang mencakup aspek mental, sosial, maupun emosional, sehingga memberikan dampak positif terhadap proses dan hasil belajar mereka.

**Kata Kunci:** Percaya Diri, Pembelajaran Sepakbola

---

*Received: 2025-08-06*

*Accepted: 2026-04-19*

*Published: 2026-04-23*

---

## PENDAHULUAN

Pelajaran penjas merupakan salah satu mata pelajaran dari sekolah yang mulai diajarkan pada sekolah dasar sampai sekolah menengah akhir bahkan sampai ke perguruan tinggi. Di sekolah dasar pelajaran penjas belum diajarkan secara khusus, tetapi secara tidak langsung mereka telah mengenal dan mempelajari ilmu penjas. Sekolah merupakan lembaga formal yang memiliki fungsi dalam memberikan pendidikan. Pendidikan memiliki aspek penting dalam perkembangan manusia. Pendidikan membantu seseorang untuk menjadi lebih baik dan terarah. Sekolah merupakan wadah utama dalam memberikan pendidikan, pelatihan, dan pengembangan. Pendidikan memiliki peranan yang penting dalam upaya mengembangkan dan mewujudkan potensi yang dimiliki siswa. Pengembangan potensi tersebut bisa dimulai dengan menumbuhkan keterampilan dan kemampuan berpikir siswa.

Kemampuan dan keterampilan itu merupakan sesuatu yang perlu dimiliki oleh siswa sebagai bekal dalam menghadapi persoalan-persoalan yang akan dihadapi baik persoalan yang ada di sekolah maupun persoalan yang ada dalam kehidupan sehari-hari. Dalam Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 tahun 2005 disebutkan bahwa "Tujuan pendidikan adalah untuk mengembangkan potensi siswa agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab". Alasan penulis mengambil undang-undang ini adalah karena dengan adanya pendidikan, siswa bisa lebih mengembangkan potensi, minat, dan bakat yang mereka miliki sehingga bisa tersalurkan pada saat di sekolah, selain itu siswa juga bisa menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Sepakbola adalah permainan beregu yang dimainkan oleh dua buah regu, masing-masing tim terdiri sebelas pemain, dengan tujuan mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha menggagalkan serangan lawan untuk menjaga agar gawangnya tidak kemasukan bola. Kondisi fisik yang prima serta daya tahan yang kuat sangat diperlukan dalam sepakbola, karena permainan sepakbola berlangsung selama 2x45 menit dalam keadaan normal, dan dapat diperpanjang dengan 2x15 menit bila terjadi seri. Permainan sepakbola adalah bentuk kegiatan fisik yang memberikan manfaat pada kebugaran tubuh dan mental, bahkan bisa lebih dari itu yaitu prestasi. Sepakbola selalu menawarkan keindahan di setiap sudutnya baik dari sisi latihan maupun pertandingan, sepakbola juga harus diuntut untuk memiliki keterampilan baik teknik, fisik, mental dan strategi.

Percaya diri merupakan salah satu kunci keberhasilan seseorang dan menjadi hal dasar yang penting untuk dikuasai dari masa anak-anak. Rasa percaya diri adalah sesuatu hal dimana seseorang melakukan sesuatu dengan penuh keyakinan tanpa adanya rasa takut gagal. Setiap pemain sepakbola harus dituntut untuk percaya pada diri sendiri disaat ia akan bertanding, karena dengan percaya diri maka seorang pemain sepakbola tidak akan minder dan akan bertanding dengan performa yang terbaik. Jika seorang pemain sepakbola tidak percaya pada dirinya sendiri, maka tidak akan bisa tampil

dengan maksimal. Percaya diri seorang pemain bola sangatlah penting dalam pencapaian prestasinya, seorang pemain bola bila tidak memiliki kepercayaan diri akan mengalami kesulitan pada saat bertanding.

Menurut (Ariady & Yulianti, 2024) Percaya diri merupakan salah satu kunci keberhasilan seseorang dan menjadi hal dasar yang penting untuk dikuasai dari masa anak-anak. Kepribadian, kemampuan bersosialisasi, dan kecerdasan bersumber dari rasa percaya diri. Remaja yang tidak memiliki rasa percaya diri akan tumbuh menjadi pribadi yang tidak kreatif dan tidak produktif. Rasa percaya diri sangat penting dimiliki remaja dalam melakukan aktivitas. Rasa percaya diri yang baik memotivasi remaja untuk melakukan sesuatu dengan keyakinan yang tinggi untuk meraih hasil yang maksimal dalam segala hal. Tidak memiliki kepercayaan diri (*Diffident*) atau kepercayaan diri yang melampaui batas (*Over Confidence*) dalam pembelajaran olahraga adalah sebuah masalah yang harus segera di selesaikan oleh guru, sehingga siswa tidak mengalami rasa frustrasi saat mengalami kegagalan.

Menurut (Apta, 2016) Percaya diri (*Self confidence*) adalah rasa percaya pada kemampuan sendiri bahwa mampu mencapai prestasi tertentu dan apabila prestasinya sudah tinggi maka individu tersebut akan lebih *self confidence*. *Self confidence* akan menimbulkan rasa aman yang dapat dilihat dari sikap dan tingkah laku yang tampak tenang, tidak mudah ragu-ragu, tidak mudah gugup, dan tegas.

Atlet yang penuh percaya diri (*full confidence*) biasanya menetapkan target sesuai dengan kemampuannya sehingga berusaha untuk mencapai target tersebut. Apabila mengalami kegagalan, maka akan dihadapi dan diterima dengan lapang dada tanpa harus frustrasi. Menurut (Noviyanto et al., 2021) Percaya diri merupakan sikap positif untuk menumbuhkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap situasi yang tengah dihadapi. Hal ini bukan juga diartikan bahwa seseorang dengan kepercayaan dirinya dianggap sebagai pribadi yang sakti.

Percaya diri tentunya memegang peranan penting bagi keberhasilan seseorang dalam hidupnya. Berbeda dengan seseorang yang tidak percaya diri, tentunya setiap langkah dan tindakan yang dilakukan akan terhambat karena sikap ketidakpercayaan diri yang ditumbuhkannya sendiri. Dengan demikian orang yang memiliki kepercayaan dirinya bagus, memiliki perasaan positif pada dirinya, memiliki keyakinan yang kuat atas dirinya dan pengetahuan akurat terhadap kemampuan yang dimiliki,

Sedangkan orang yang memiliki kepercayaan yang rendah atau kehilangan kepercayaan diri memiliki perasaan yang negatif terhadap dirinya, memiliki keyakinan lemah terhadap kemampuan dirinya dan pengetahuan yang kurang akurat terhadap kapasitas yang dimilikinya. Febrianto & Erdiyanti, (2020) Kepercayaan diri merupakan keyakinan terhadap kemampuan yang ada dalam diri seseorang. Kepercayaan diri merupakan bagaimana seseorang merasa dan melihat dirinya sendiri. Percaya diri merupakan perasaan yakin akan anggapan orang tentang seseorang. Kepercayaan diri

merupakan keyakinan dalam diri yang berupa perasaan dan anggapan bahwa dirinya dalam keadaan baik sehingga memungkinkan individu tampil dan berperilaku dengan penuh keyakinan.

Menurut (Kusnadi et al., 2021) Kepercayaan diri merupakan salah satu syarat yang esensial bagi individu untuk mengembangkan aktivitas dan kreativitas sebagai upaya dalam mencapai prestasi. Namun demikian, kepercayaan diri tidak tumbuh dengan sendirinya. Kepercayaan diri tumbuh dari proses interaksi yang sehat di lingkungan sosial individu dan berlangsung secara kontinu dan berkesinambungan. Rasa percaya diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang, ada proses tertentu di dalam pribadinya sehingga terjadilah pembentukan rasa percaya diri. Percaya diri merupakan kontrol internal terhadap perasaan seseorang akan adanya kekuatan dalam dirinya, kesadaran akan kemampuannya, dan bertanggung jawab terhadap keputusan yang telah ditetapkannya

Percaya diri itu sendiri sangat penting untuk dikembangkan dalam diri siswa khususnya agar menumbuhkan jati diri anak bangsa yang memiliki kepribadian yang bertanggung jawab dan memiliki etos kerja yang memuaskan di masa depan kelak (Sulistiadinata et al., 2022). Lebih dari itu khususnya dalam pendidikan jasmani siswa akan lebih memiliki rasa saling menghargai baik itu dalam mengikuti kegiatan belajar maupun dalam hubungan sesama rekannya.

Berdasarkan pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri, sehingga individu yang bersangkutan dapat mengaktualisasikan potensi yang dimiliki yang ditandai dengan adanya perasaan positif terhadap diri sendiri, mampu bertindak mandiri dalam mengambil keputusan dan berani mengungkapkan pendapat secara optimis tanpa adanya rasa takut, cemas dan grogi.

Menurut (Domi & Azhari, 2020) Percaya diri atau self-confidence merupakan modal utama seorang atlet untuk dapat maju, karena pencapaian prestasi yang tinggi dan pemecahan rekor atlet itu sendiri harus dimulai dengan percaya bahwa atlet dapat dan sanggup melampaui prestasi yang pernah dicapainya. Tanpa memiliki penuh rasa percaya diri, atlet tidak akan dapat mencapai prestasi, karena ada saling hubungan antara motif berprestasi dan percaya diri. Orang yang memiliki kepercayaan diri rendah cenderung selalu memiliki perasaan negatif terhadap dirinya, keyakinan terhadap dirinya lemah, dan pengetahuan yang kurang akurat tentang kapasitas yang dimilikinya. Tidak memiliki kepercayaan diri (*Diffident*) atau kepercayaan diri yang melampaui batas (*Over Confidence*) dalam pembelajaran olahraga adalah sebuah masalah yang harus segera di selesaikan oleh guru, sehingga siswa tidak mengalami rasa frustrasi saat mengalami kegagalan

Dengan adanya aktifitas penjas di SMKN 4 Pekanbaru, siswa dapat mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai gerak dasar, akan tetapi pada kenyataannya terlihat ketidakaktifan siswa dalam melakukan suatu teknik gerakan sepakbola serta saat memecahkan suatu masalah yang ada, sehingga timbul kegiatan belajar mengajar yang monoton, salah satu masalah yang nampak adalah saat siswa sedang melaksanakan latihan teknik dasar sepakbola, terlihat kondisi proses pembelajaran cenderung guru yang dominan dalam memberikan materi dan siswa hanya dijadikan peragadengan gerakan seadanya dan adakalanya guru salah dalam memberikan pendekatan dan model

pembelajaran kepada siswa. Dalam pelaksanaan teknik dasar sepakbola, siswa banyak melakukan kesalahan diantaranya ketika melakukan *passing* perkenaan kaki pada bola tidak tepat sehingga laju atau dorongan bola tidak bagus, contohnya pada saat melakukan *passing* menggunakan kaki bagian dalam siswa masih banyak yang menggunakan telapak kaki, masalah seperti ini akan menimbulkan dampak yang kurang baik untuk siswa, sehingga rasa kepercayaan diri siswa dalam melakukan suatu keteampilan gerak tidak akan muncul, dengan demikian rasa kepercayaan diri siswa tidak akan berkembang.

Bahkan peneliti menemukan ada beberapa siswa yang pada saat diminta untuk melakukan praktek teknik dasar sepakbola, siswa merasa tidak bisa melakukannya dan biasanya mengatakan “pak saya tidak bisa”. Tapi ketika guru memberikan penjelasan dan memberikan pengertian siswa tersebut memiliki kemampuan untuk melakukan latihan tersebut. Faktor internal dari dalam diri siswa pada saat melakukan teknik dasar dalam sepakbola diantaranya kurangnya rasa percaya diri siswa. Kurangnya perhatian dan bimbingan guru akan mengakibatkan pola gerakan yang salah dan teknik tidak dikuasai dengan baik. Pada waktu pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, biasanya pada materi sepakbola siswa langsung bermain sepakbola. Anak-anak dibiarkan bermain dengan sendirinya tanpa memperhatikan teknik dasar sepakbola yang benar.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang memberikan gambaran tentang objek yang diteliti, menurut Balaka, (2022) Metode Penelitian Kuantitatif adalah sebuah metode penelitian yang memakai data yakni angka-angka yang ditambahkan penekanan terhadap pengukuran hasil yang objektif disertai analisis statistik. Angka-angka yang digunakan dalam analisis statistik berasal dari skala objektif pengukuran unit analisis yang disebut variabel. Menurut Untung, (2018) mengartikan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi terdiri dari obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dari penelitian ini adalah siswa kelas x KKKR SMKN 4 Pekanbaru yang berjumlah 40 orang. Menurut Untung, (2018) sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling* dimana sampel yang diambil adalah siswa kelas x KKKR SMKN 4 Pekanbaru yang berjumlah 40 orang siswa. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *likert* atau angket, yaitu berupa pernyataan yang dikembangkan sesuai dengan tujuan penelitian dan pernyataan tersebut tidak menyulitkan responden. Untuk mengumpulkan data penelitian, peneliti menggunakan angket. Setelah data terkumpul melalui angket, data tersebut diolah dengan menggunakan rumus persentase Sudijono (2016):

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

- F = Frekuensi yang sedang dicari persentasenya  
 N = *Number of Cases* (jumlah frekuensi/banyaknya individu)  
 P = Angka persentase  
 100% = Bilangan Tetap

**Tabel 1. Kriteria Penilaian Persentase Skor Angket**

No	Nilai	Kategori
1	81% - 100%	Sangat Kuat
2	61% - 80%	Kuat
3	41% - 60%	Cukup
4	21% - 40%	Lemah
5	0% - 20%	Sangat Lemah

Riduwan,(2005)

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan penelitian tentang tingkat percaya diri siswa kelas x kkkkr dalam pembelajaran sepakbola di SMKN 4 Pekanbaru menggunakan angket sebagai instrumennya, dimana angket yang telah valid tersebut berjumlah 46 angket. Angket tersebut diisi oleh siswa yang menjadi responden sebanyak 30 orang siswa, dari respon kedua variabel penelitian tersebut didapatkan sebaran data jumlah skor angket dengan deskripsi sebagai berikut:

### 1. Distribusi Frekuensi Jumlah Jawaban Skor Angket Tingkat Percaya Diri Siswa Kelas X KKKR Dalam Pembelajaran Sepakbola Di SMKN 4 Pekanbaru

Jumlah dari rekap jawaban angket motivasi didistribusi frekuensikan dalam 6 kelas interval dengan panjang interval sebanyak 7, diketahui bahwa dari tabel tersebut terlihat bahwa interval skor 148 – 154 memiliki frekuensi tertinggi, yaitu 11 siswa atau 36,67% dari total sampel. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memperoleh skor pada rentang tersebut, yang kemungkinan besar berada pada kategori "Sangat Kuat" dalam tingkat percaya diri. Disusul oleh interval 155 – 161 dengan 10 siswa atau 33,33%, yang juga menandakan tingkat kepercayaan diri yang tinggi.

Selanjutnya, pada interval 141 – 147 dan 162 – 168 masing-masing terdapat 4 siswa atau 13,33%, menunjukkan bahwa ada siswa yang memiliki skor kepercayaan diri sedikit di bawah atau di atas nilai mayoritas. Menariknya, pada interval 134 – 140 tidak ada siswa yang masuk, yang mengindikasikan bahwa tidak ada siswa dengan skor kepercayaan diri sedang atau mendekati kategori cukup. Hanya 1 siswa (3,33%) yang berada di interval 127 – 133, yang kemungkinan menunjukkan tingkat percaya diri paling rendah di antara yang lain.

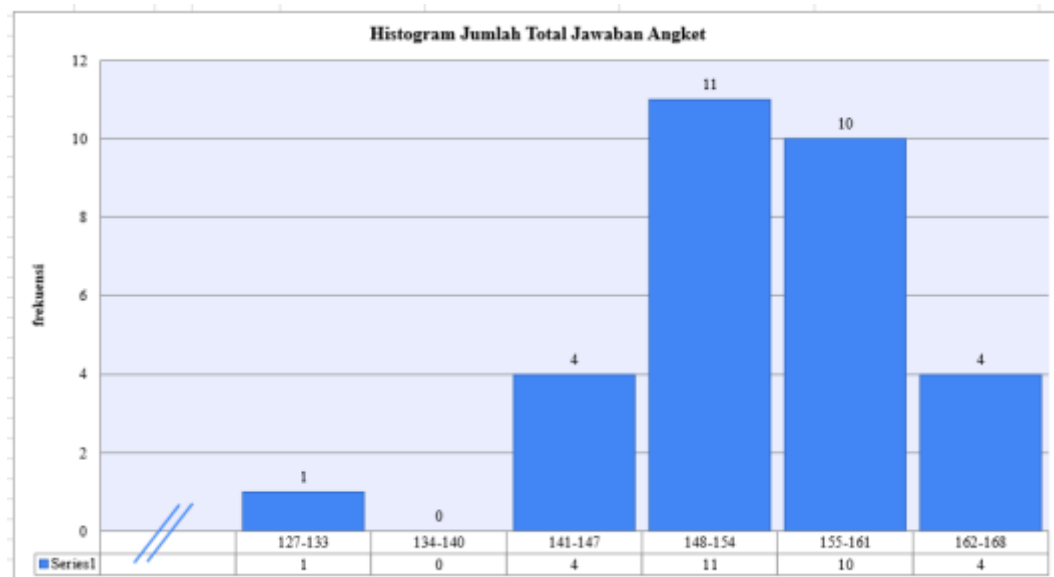
Secara keseluruhan, distribusi skor menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki tingkat percaya diri yang tinggi hingga sangat tinggi dalam pembelajaran sepakbola, dan hanya sebagian kecil

siswa yang memiliki skor lebih rendah. Dengan demikian, hasil ini memperkuat temuan bahwa kepercayaan diri siswa kelas X KKKR di SMKN 4 Pekanbaru dalam konteks pembelajaran sepakbola berada dalam kondisi yang sangat baik. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 2. Tabel Distribusi Frekuensi Jumlah Jawaban Tingkat Percaya Diri Siswa Kelas X KKKR Dalam Pembelajaran Sepakbola Di SMKN 4 Pekanbaru**

No	Interval Skor Nilai			Frekuensi	Frekuensi Relatif
1	127	-	133	1	3,33%
2	134	-	140	0	0,00%
3	141	-	147	4	13,33%
4	148	-	154	11	36,67%
5	155	-	161	10	33,33%
6	162	-	168	4	13,33%
<b>Jumlah Pernyataan</b>				<b>30</b>	<b>100%</b>

Data yang tertera dalam tabel di atas, tentang distribusi frekuensi data motivasi siswa, maka dapat digambarkan dalam grafik di bawah ini:



**Grafik 1. Histogram Tingkat Percaya Diri Siswa Kelas X KKKR Dalam Pembelajaran Sepakbola Di SMKN 4 Pekanbaru**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat percaya diri siswa kelas X KKKR dalam pembelajaran sepakbola di SMKN 4 Pekanbaru berada dalam kategori “Sangat Kuat”, dengan persentase rata-rata sebesar 83,56%. Temuan ini mencerminkan bahwa secara umum siswa memiliki kepercayaan diri yang tinggi ketika terlibat dalam proses pembelajaran, khususnya dalam kegiatan olahraga seperti sepakbola

**Tabel 3. Rekap Rata-rata Skor Nilai Angket**

No	Indikator	Persentase
1	Selalu Bersikap Tenang Dalam Mengerjakan Sesuatu	80,00%
2	Mempunyai Potensi dan Kemampuan	82,92%
3	Mampu Menetralisasi ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi	84,72%
4	Mampu Menyesuaikan Diri dan Berkomunikasi Diberbagai Situasi	84,79%
5	Memiliki Kondisi Mental dan Fisik Yang Cukup Menunjang Penampilan	80,63%
6	Memiliki Kecerdasan Yang Cukup	83,96%
7	Memiliki Tingkat Pendidikan Forma Yang Cukup	81,88%
8	Memiliki Kemampuan Bersosialisasi	84,38%
9	Memiliki Latar Belakang Pendidikan Yang Baik	86,46%
10	Memiliki Pengalaman Hidup Yang Menempa Mentalnya Menjadi Kuat dan Tahan Dalam Menghadapi Cobaan Hidup	83,33%
11	Selalu Bereaksi Positif Didalam Menghadapi Berbagai Masalah	86,11%
<b>Jumlah</b>		<b>919,17%</b>
<b>Rata-rata</b>		<b>83,56%</b>

Tabel di atas merupakan Rekap Rata-rata Skor Nilai Angket menampilkan persentase rata-rata hasil angket dari 11 indikator yang digunakan untuk mengukur tingkat percaya diri siswa kelas X KKKR dalam pembelajaran sepakbola di SMKN 4 Pekanbaru. Setiap indikator menggambarkan aspek-aspek psikologis dan sosial yang berperan dalam membentuk rasa percaya diri siswa.

Dari tabel tersebut terlihat bahwa seluruh indikator memiliki persentase di atas 80%, yang menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri siswa berada dalam kategori "Sangat Kuat" (81% - 100%). Indikator dengan nilai tertinggi adalah "Memiliki Latar Belakang Pendidikan Yang Baik" sebesar 86,46%, disusul oleh "Selalu Bereaksi Positif Dalam Menghadapi Berbagai Masalah" sebesar 86,11%, serta "Mampu Menyesuaikan Diri dan Berkomunikasi Diberbagai Situasi" sebesar 84,79%. Ini menunjukkan bahwa siswa memiliki latar belakang yang mendukung serta kemampuan sosial dan emosional yang baik dalam proses pembelajaran sepakbola.

Sementara indikator dengan nilai terendah adalah "Selalu Bersikap Tenang Dalam Mengerjakan Sesuatu" dengan 80,00%, meskipun tetap berada dalam kategori sangat kuat. Jumlah keseluruhan persentase dari semua indikator adalah 919,17%, dan rata-rata dari seluruh indikator adalah 83,56%, yang secara keseluruhan menguatkan kesimpulan bahwa siswa memiliki tingkat percaya diri yang tinggi dalam mengikuti pembelajaran. Data ini memberikan gambaran positif terhadap kondisi

psikologis siswa dalam konteks pembelajaran Pendidikan Jasmani, khususnya dalam cabang olahraga sepakbola.

Persentase tertinggi terlihat pada indikator “Memiliki Latar Belakang Pendidikan Yang Baik” sebesar 86,46%. Hal ini menunjukkan bahwa siswa merasa dukungan pendidikan yang mereka peroleh sebelumnya cukup memberikan fondasi mental yang kuat untuk menghadapi tantangan dalam pembelajaran sepakbola. Selain itu, indikator “Selalu Bereaksi Positif Didalam Menghadapi Berbagai Masalah” juga menempati nilai tinggi dengan angka 86,11%. Ini menunjukkan bahwa siswa memiliki kemampuan emosional yang stabil dan mampu menghadapi tekanan atau situasi sulit dengan sikap optimis, sebuah karakteristik penting dalam olahraga kompetitif.

Indikator lain seperti “Mampu Menyesuaikan Diri dan Berkomunikasi Diberbagai Situasi” (84,79%) dan “Mampu Menetralisasi Ketegangan yang Muncul di Dalam Berbagai Situasi” (84,72%) juga menunjukkan bahwa siswa telah memiliki kontrol diri yang baik. Dalam sepakbola, kemampuan untuk tetap tenang, fleksibel, dan mampu berkomunikasi adalah modal penting dalam membentuk tim yang solid dan efektif. Sementara itu, indikator “Memiliki Kecerdasan Yang Cukup” (83,96%) mengindikasikan bahwa siswa mampu menggunakan logika, strategi, dan pemahaman taktik dalam permainan sepakbola. Kecerdasan ini bukan hanya intelektual, tetapi juga emosional dan sosial yang terlihat dari cara siswa merespons permainan di lapangan.

Nilai persentase indikator “Memiliki Pengalaman Hidup Yang Menempa Mentalnya Menjadi Kuat” (83,33%) menggambarkan bahwa pengalaman pribadi siswa selama ini turut membentuk kepercayaan diri mereka. Dalam konteks olahraga, pengalaman sangat berpengaruh dalam membentuk ketahanan mental pemain. Kemudian, indikator “Memiliki Kemampuan Bersosialisasi” dengan nilai 84,38% memperlihatkan bahwa siswa cenderung mudah bergaul dan berinteraksi. Dalam olahraga tim seperti sepakbola, hal ini menjadi faktor penting karena kolaborasi antarpemain sangat menentukan keberhasilan tim. Indikator “Mempunyai Potensi dan Kemampuan” (82,92%) memberikan gambaran bahwa siswa memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya sendiri. Keyakinan ini sangat diperlukan untuk tampil optimal, baik dalam latihan maupun dalam pertandingan sesungguhnya. Sementara itu, indikator “Memiliki Tingkat Pendidikan Formal yang Cukup” (81,88%) juga menjadi faktor pendukung kepercayaan diri. Latar belakang pendidikan turut memberikan kontribusi dalam hal pemahaman terhadap instruksi, strategi permainan, serta disiplin belajar dan latihan.

Indikator “Memiliki Kondisi Mental dan Fisik yang Cukup Menunjang Penampilan” (80,63%) menunjukkan bahwa kondisi kesehatan, baik fisik maupun mental, turut mempengaruhi tingkat kepercayaan diri siswa. Fisik yang bugar dan mental yang stabil memungkinkan siswa berani tampil dan berkompetisi tanpa rasa takut. Indikator dengan nilai terendah adalah “Selalu Bersikap Tenang Dalam Mengerjakan Sesuatu” dengan persentase 80,00%. Meskipun masih dalam kategori sangat kuat, hal ini menunjukkan bahwa ada beberapa siswa yang mungkin masih mudah cemas atau tegang dalam menghadapi situasi tertentu.

Secara keseluruhan, capaian nilai dari 11 indikator menunjukkan konsistensi bahwa mayoritas siswa berada pada tingkat percaya diri yang tinggi. Tidak ditemukan adanya indikator yang masuk dalam kategori sedang atau rendah. Kondisi ini bisa jadi merupakan hasil dari pendekatan pembelajaran yang positif dan mendukung dari guru Pendidikan Jasmani di sekolah. Pendekatan yang membangun rasa percaya diri dan memberikan ruang kepada siswa untuk berekspresi dalam olahraga kemungkinan besar mendorong hasil yang optimal ini.

Perlu juga diperhatikan bahwa kepercayaan diri dalam pembelajaran sepakbola bukan hanya ditentukan oleh kemampuan bermain saja, tetapi juga oleh berbagai faktor psikologis dan sosial yang melingkupi siswa. Oleh sebab itu, guru dan sekolah memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung. Kondisi lingkungan sosial sekolah, termasuk hubungan antar siswa dan hubungan siswa-guru, turut mempengaruhi perkembangan kepercayaan diri siswa. Iklim kelas yang positif dan suportif menjadi landasan terbentuknya suasana belajar yang membangkitkan keberanian siswa untuk mencoba dan berpartisipasi aktif.

Kepercayaan diri siswa dalam bermain sepakbola juga sangat berkaitan dengan motivasi intrinsik. Ketika siswa merasa dihargai, diberi kesempatan untuk tampil, serta mendapatkan umpan balik positif, maka rasa percaya dirinya akan semakin tumbuh. Faktor lain yang mendukung tingginya percaya diri siswa dalam pembelajaran sepakbola adalah keikutsertaan dalam kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan ini memberikan kesempatan tambahan untuk melatih keterampilan dan membentuk kepercayaan diri melalui pengalaman kompetitif.

Dukungan dari keluarga juga tidak dapat diabaikan. Siswa yang memiliki dukungan emosional dan motivasi dari orang tua biasanya cenderung lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan pembelajaran. Temuan penelitian ini selaras dengan beberapa teori psikologi pendidikan yang menyatakan bahwa kepercayaan diri terbentuk melalui pengalaman positif, dukungan sosial, dan keberhasilan yang terus-menerus diperoleh siswa. Secara praktis, guru Pendidikan Jasmani dapat memanfaatkan data ini untuk merancang strategi pembelajaran yang lebih menantang namun tetap mendorong kepercayaan diri siswa agar terus berkembang.

Misalnya, guru dapat memberikan kesempatan bagi siswa untuk memimpin kelompok dalam latihan, memberi peran sebagai kapten, atau mengadakan mini turnamen internal kelas. Strategi ini akan meningkatkan rasa tanggung jawab dan keyakinan diri siswa. Kepala sekolah juga diharapkan dapat mendukung kegiatan pembelajaran yang bersifat partisipatif dan membangun karakter seperti kepercayaan diri. Ini dapat dilakukan melalui kebijakan yang mendorong pembelajaran aktif dan kompetisi yang sehat.

Temuan ini juga menjadi motivasi bagi guru untuk mempertahankan pendekatan pembelajaran yang humanis dan menghargai keberagaman potensi siswa. Perlakuan yang setara dan positif dari guru akan memperkuat kepercayaan diri semua siswa, tidak hanya mereka yang memiliki keterampilan lebih. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa pembelajaran sepakbola di sekolah bukan hanya mengajarkan

keterampilan teknis semata, tetapi juga membentuk karakter penting seperti keberanian, tanggung jawab, dan percaya diri.

Dalam konteks kurikulum merdeka, temuan ini mendukung pentingnya pendekatan pembelajaran berbasis karakter dan keterampilan hidup yang mencakup aspek afektif dan sosial. Pembelajaran sepakbola yang dilakukan dengan pendekatan holistik ternyata mampu membentuk kepribadian siswa menjadi lebih stabil dan optimis dalam menghadapi tantangan. Dengan tingkat kepercayaan diri yang sangat kuat, siswa akan lebih siap dalam menghadapi berbagai bentuk evaluasi baik praktikum maupun teori yang berkaitan dengan mata pelajaran Pendidikan Jasmani.

Kepercayaan diri yang tinggi juga akan berdampak positif pada prestasi belajar siswa, karena siswa lebih berani bertanya, aktif berdiskusi, dan tidak takut melakukan kesalahan selama proses pembelajaran. Namun demikian, kepercayaan diri siswa tetap perlu dipelihara secara berkelanjutan agar tidak mengalami penurunan seiring waktu atau perubahan lingkungan belajar. Guru dan sekolah dapat mempertahankan capaian ini dengan terus melakukan evaluasi berkala, memberikan penguatan positif, serta mendorong partisipasi aktif siswa dalam berbagai aktivitas olahraga.

Meskipun hasilnya berada pada kategori sangat kuat, tetap ada ruang untuk peningkatan, khususnya pada indikator dengan nilai yang paling rendah seperti sikap tenang. Ini bisa menjadi fokus penguatan karakter dalam program pembelajaran ke depan. Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan gambaran bahwa pembelajaran sepakbola di SMKN 4 Pekanbaru telah berhasil tidak hanya dalam aspek teknis permainan, tetapi juga dalam membentuk rasa percaya diri siswa secara menyeluruh.

Temuan ini memberikan dasar yang kuat bagi pelaksanaan program pengembangan diri melalui olahraga di tingkat sekolah menengah kejuruan. Penelitian ini juga menunjukkan pentingnya menanamkan nilai-nilai psikologis positif melalui pembelajaran jasmani sebagai bagian dari pembangunan karakter peserta didik. Dengan memperhatikan semua indikator yang telah diteliti, dapat disimpulkan bahwa siswa memiliki kesiapan mental dan emosional yang sangat baik untuk berkembang lebih jauh dalam bidang olahraga, khususnya sepakbola.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, jumlah sampel yang digunakan terbatas hanya pada siswa kelas X KKKR di SMKN 4 Pekanbaru, sehingga hasil penelitian ini belum dapat digeneralisasikan untuk seluruh siswa atau sekolah lain dengan kondisi dan lingkungan belajar yang berbeda. Kedua, data yang dikumpulkan sepenuhnya bersumber dari angket dengan skala persepsi, yang berisiko mengandung subjektivitas jawaban dari responden. Selain itu, penelitian ini hanya melihat aspek kepercayaan diri secara deskriptif tanpa menggali faktor penyebab atau pengaruh dari variabel lain yang mungkin berkaitan, seperti lingkungan keluarga, prestasi belajar, atau metode pembelajaran guru.

Adapun implikasi dari penelitian ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran sepakbola dapat menjadi indikator penting dalam proses pendidikan jasmani. Hasil ini

memberikan dasar bagi guru untuk terus mengembangkan pendekatan pembelajaran yang berorientasi pada penguatan karakter dan psikologis siswa. Sekolah juga dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai acuan dalam menyusun program pengembangan diri siswa melalui olahraga, sekaligus menanamkan nilai-nilai positif seperti keberanian, ketahanan mental, dan rasa percaya diri. Bagi peneliti selanjutnya, hasil ini dapat menjadi referensi untuk mengembangkan kajian lebih lanjut yang menghubungkan kepercayaan diri dengan performa akademik atau keterampilan motorik siswa

## KESIMPULAN

Berdasarkan data hasil penelitian dari 11 indikator tingkat percaya diri siswa kelas X KKKR dalam pembelajaran sepakbola di SMKN 4 Pekanbaru, diperoleh persentase rata-rata sebesar 83,56%. Jika merujuk pada kriteria nilai persentase skor angket, angka ini berada pada rentang 81% - 100% yang termasuk dalam kategori "Sangat Kuat".

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat percaya diri siswa kelas X KKKR dalam pembelajaran sepakbola di SMKN 4 Pekanbaru termasuk dalam kategori "Sangat Kuat". Hal ini terlihat dari rata-rata persentase sebesar 83,56%, yang mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa memiliki sikap tenang, kemampuan menyesuaikan diri, latar belakang yang mendukung, serta kemampuan menetralkan ketegangan dan bereaksi positif dalam menghadapi berbagai situasi di lingkungan pembelajaran sepakbola.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa siswa kelas X KKKR memiliki kepercayaan diri yang sangat baik dalam mengikuti pembelajaran sepakbola, baik dari aspek mental, sosial, maupun emosional, yang tentunya berpengaruh positif terhadap proses dan hasil belajar mereka

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, A. (2014). *Model Latihan Teknik Dasar SepakBola Berbasis Bermain Untuk Atlet Pemula Usia 8-12 Tahun*. Sidoarjo. Zifatama Jawa.
- Alfandra, Suganda, M. A., & Yani, A. (2019). Pengaruh Metode Latihan Sirkuit terhadap Daya Tahan Kekuatan Otot Tungkai Pemain Persatuan Sepakbola Batusasak Kecamatan Kampar Kiri Hulu Kabupaten Kampar. *In Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana (PROSNAMPAS)*, 2(1), 444–452.
- Amanah, S., & Rahmadani, A. (2023). Tingkat Kondisi Fisik Pada Pemain Sepakbola SALTIM FC. *Science and Education Journal (SICEDU)*, 2(3), 641–650. <https://doi.org/10.31004/sicedu.v2i3.171>
- Andrianto, N., & Yani, A. (2024). Tingkat Kondisi Fisik Siswa SSB UIR Soccer School Kelompok Umur 13-14 Tahun. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 7(2), 5228–5233.
- Anggaraeni, M. A. (2017). Penerapan Bermain untuk Membangun rasa Percaya Diri Anak Usia Dini. *Journal Of Early Childhood and Inclusive Education*, 1(1), 1–8. <https://doi.org/10.31537/jecie.v1i1.25>

- Apriani, L., Alpen, J., & Arismon, A. (2020). Tingkat percaya diri dan keterampilan micro teaching. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 1(1), 42–49. [https://doi.org/10.25299/es:ijope.2020.vol1\(1\).5155](https://doi.org/10.25299/es:ijope.2020.vol1(1).5155)
- Apta, M. (2016). Tingkat Self Confidence Dalam Pertandingan Futsal Antar Kelas Pada Mahasiswa Pjkr Fkip Unisa Bekasi. *MOTION*, 7(1), 48–58. <https://doi.org/10.33558/motion.v7i1.496>
- Ariady, G., & Yulianti, M. (2024). Tingkat Percaya Diri Siswa Dalam Pembelajaran Bolavoli di MTS Masmur Pekanbaru Gandi. *Integrated Sport Journal*, 02(02), 46–55. <https://doi.org/10.33558/motion.v7i1.496>
- Balaka, M. Y. (2022). Metode penelitian Kuantitatif. In *Metodologi Penelitian Pendidikan Kualitatif*. Bandung. WIDINA BHAKTI PERSADA BANDUNG.
- Budianti, Y., & Permata, T. (2017). Upaya Meningkatkan Keterampilan Berbicara Dan Percaya Diri Siswa Melalui Metode Bermain Peran (Role Playing) Pada Pelajaran Bahasa Indonesia Siswa Kelas V Sdn Buni Bakti 03 Babelan Bekasi. *Pedagogik : Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 5(2), 44–56. <https://doi.org/10.33558/pedagogik.v5i2.448>
- Candra, O. (2015). Pengaruh Metode Kooperatif, Komando Dan Percaya Diri Terhadap Keterampilan Bermain Bolabasket Siswa Puteri Kelas Viii Smp Negeri 9 Pekanbaru. *Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan*, 18(2), 162–175. <https://doi.org/10.24014/kutubkhanah.v18i2.1479>
- Darma, I. Z., & Fernando, R. (2024). Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan terhadap Kemampuan Dribbling Sepakbola : studi korelasi pada siswa ekstrakurikuler. *Asian Journal of Sport Research and Review*, 1(1), 1–6.
- Domi, B., & Azhari, A. (2020). Hubungan Rasa Percaya Diri, Kelentukan Togok, Dan Koordinasi Mata Kepala Dengan Kemampuan Menyundul Bola Posisi Berdiri. *Jurnal Master Penjas & Olahraga*, 1(2), 44–51. <https://doi.org/10.37742/jmpo.v1i2.18>
- Febrianto, B. D., & Erdiyanti, Y. P. (2020). Tingkat Kepercayaan Diri Peserta Didik Laki-Laki Dan Perempuan Dalam Pembelajaran Penjas Bola Voli Di SDIT Ibnu Taimiyah Tahun Pelajaran 2019/2020. *Seminar Nasional Pendidikan, FKIP UNMA*, 2(1), 703–708.
- Fernando, R. (2018). Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Teknis Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Sepakbola. *JURNAL PAJAR (Pendidikan Dan Pengajaran)*, 2(6), 1044. <https://doi.org/10.33578/pjr.v2i6.6549>
- Kodhar, L., & Apriani, L. (2025). *Upaya Meningkatkan Passing dan Stopping Melalui Metode Drill Dalam Olahraga Sepakbola di SMPN 1 Siak Hulu Kabupaten Kampar*. 03(01), 18–28. <https://doi.org/10.58707/isj.v3i1.1192>
- Kusnadi, S. K., Irmayanti, N., Kusnadi, S. A., Anggoro, H., & Agustina, K. S. B. (2021). Pelatihan Public Speaking Sebagai Upaya Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Remaja Komunitas Kappas Surabaya Surabaya. *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat Dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)*, 4, 1093–1098. <https://doi.org/10.37695/pkmsr.v4i0.1303>
- Kusuma, K. C. A. (2018). *Kepelatihan Sepakbola Teori Dan Praktik*. PT RajaGraindo Persada.
- Komarudin, & Risqi, F. (2020). *Tingkat kepercayaan diri, kohesivitas, dan kecerdasan emosi siswa Kelas Khusus Olahraga cabang olahraga sepakbola*. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(1). [doi:10.21831/jpji.v16i1.30728](https://doi.org/10.21831/jpji.v16i1.30728)

- Noviyanto, T. S. N., Sumaryoto, & Ibrahim, S. (2021). Pengaruh Rasa Ingin Tahu dan Percaya Diri Terhadap Kemampuan Literasi Sains Siswa Sekolah Menengah Atas Di Kota Tangerang Selatan. *Jurnal Penelitian Sains Dan Pendidikan (JPSP)*, 1(2), 143–150. <https://doi.org/10.23971/jpsp.v1i2.3109>
- Parulian, T., Wijaya, P. A., & Rohima. (2023). Sosialisasi Koordinasi Mata Dan Kaki Pada Passing Dan Stopping Ssb Uir Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 2(11), 2269–2274.
- Prasetyo, K. A., & Henjilito, R. (2020). Ketepatan Shooting SepakBola Pada Siswa Sma Melihat Dari Kontribusi Daya Ldeak Otot Tungkai. *Indonesian Sport Innovation Review*, 1(2), 66–74.
- Prawitama, M. R., & Aulia, P. (2020). Pengaruh latihan mental terhadap kepercayaan diri atlet sepakbola akademi Persegat Padang Pariaman. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4(3), 3395–3402. doi:10.31004/jptam.v4i3.863
- Riduwan. (2005). *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula*. Alfabeta.
- Risqi, F., & Arsila, S. P. (2021). Melatih tingkat kepercayaan diri, kohesivitas, serta kecerdasan emosi siswa pada cabang olahraga sepakbola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(1). doi:10.21831/jpji.v17i1.40385
- Rohmadani, & Henjilito, R. (2023). Kontribusi Power Otot Tungkai dan Koordinasi Mata dan Kaki Terhadap Keterampilan Sooting Sepakbola Pada Club FC Bentra Benyah. *ANTHOR: Education and Learning Journal*, 2(2), 218–223. <https://doi.org/10.31004/anthor.v2i2.120>
- Santoso, B. E., & Jatra, R. (2021). Hubungan Kekuatan Otot dengan Kemampuan Heading Pada Pemain Patriot Muda FC. *Indonesian Journal of Physical Education and Sport Science*, 1(2), 37–44. <https://doi.org/10.52188/ijpess.v1i2.197>
- Sulistiadinata, H., Kurnia, D., & Arifin, B. N. (2022). Pengaruh penerapan permainan tradisional bebentengan dan lari balok terhadap percaya diri siswa SMK Kiansantang kota bandung. *Journal of Physical and Outdoor Education*, 4(1), 24–33. <https://doi.org/10.37742/jpoe.v4i1.150>
- Tanjung, Z., & Amelia, S. H. (2017). Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 2(2), 1–4. <https://doi.org/10.29210/3003205000>
- Tukaryanto, Hendikawati, P., & Nugroho, S. (2018). Peningkatan Kemampuan Penalaran Matematik dan Percaya Diri Siswa Kelas X Melalui Model Discovery Learning. *PRISMA, Prosiding Seminar Nasional Matematika*, 1, 656–662.
- Untung, N. (2018). *Metodologi Penelitian Kuantitatif Pendidikan Jasmani*. Purwodadi. CV Sarnu Untung.
- Wildani, L., & Gazali, N. (2020). Model Kooperatif Teams Games Tournaments: Apakah dapat meningkatkan keterampilan belajar dribbling sepakbola? *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 1(2), 103–111. [https://doi.org/10.25299/es:ijope.2020.vol1\(2\).5637](https://doi.org/10.25299/es:ijope.2020.vol1(2).5637)
- Yuliman, H., & Apriani, L. (2024). Survey Kemampuan Teknik Dasar Permainan Sepakbola Pada SSB Nongsa Football Training U-17 Kota Batam. *ORKES (Jurnal Olahraga Dan Kesehatan)*, 3(2), 90–101. <https://doi.org/10.56466/orkes/Vol3.Iss2.108>
- Yusuf, M. M., & Zulraflia. (2023). Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Permainan Sepakbola Nanda Football Academy U-15 Kota Batam. *Jurnal Olahraga Indragiri*, 6(2), 53–64. <https://doi.org/10.61672/joi.v6i2.2575>

Zikri, I., & Henjilito, R. (2024). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Hasil Shooting Sepakbola Pada SSB Indonesia Muda Empat Balai. *Indonesian Research Journal on Education*, 4(2), 88–94. <https://doi.org/10.31004/irje.v4i2.513>