

Perbedaan Konsep Diri Antara Siswa Aktif Dan Siswa Pasif Dalam Aktifitas Pendidikan Jasmani Olahraga, Dan Kesehatan Di SDN 1 Slempit Kedamean Gresik

Bayu Nugraha Murdiansyah^{1*}

¹STKIP PGRI Trenggalek, Kabupaten Trenggalek, Jawa Timur

Email Address: ^{1*}the_reog_city@yahoo.com

(* : coressponding author)

Abstrak - Pendidikan dalam arti luas dapat mencakup seluruh proses kehidupan dari setiap individu dengan lingkungannya. Dalam pendidikan bukan hanya difokuskan dalam penerimaan informasi tentang ilmu pengetahuan melainkan juga difokuskan dalam pembentukan konsep diri para individu yang terlibat. Salah satu pendidikan yang melibatkan aktivitas fisik yaitu pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Dimana focus penelitian dalam pendidikan ini bukan hanya sebatas nilai tetapi bagaimanamenembentuk citra baik dalam kesehatan jasmani maupun rohani serta prestasi dalam bidang olahraga. Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dekripsi perbedaan konsep diri antara siswa yang aktif dan siswa pasif dalam aktivitas pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Tujuan khusus dari penelitian ini untuk mengetahui sejauh mana perbedaan konsep diri antara siswa aktif dan siswa pasif dalam aktivitas pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SDN 1 Slempit, guna pembentukan citra diri yang lebih baik bagi siswa nantinya. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode penelitian yang digunakan adalah metode *ex post facto* dimana peneliti tidak mengendalikan variabel bebas secara langsung karena perwujudan variabel tersebut telah terjadi, atau karena variabel tersebut pada dasarnya memang tidak dapat dimanipulasi. Instrument pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket. Dalam penelitian ini anggota populasi adalah siswa kelas V SDN 1 Slempit Kecamatan Kedamean Kabupaten Gresik dengan berjumlah 36 siswa. Berdasarkan dari hasil perhitungan yang dilakukan dalam pengambilan data dua populasi yang berbeda, yaitu pada siswa aktif dan siswa pasif dalam aktivitas pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, didapatkan hasil dari perhitungan ternyata $p \text{ value} = 0,0001$ lebih kecil dari $p\alpha = 0,05$. Dengan demikian terdapat perbedaan konsep diri antara siswa aktif dan siswa pasif dalam aktivitas pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Hal ini menunjukkan bahwa dalam aktivitas pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan mampu membentuk konsep diri (pencitraan diri) pada siswa.

Kata Kunci: Pendidikan Jasmani, Konsep Diri, Siswa SD.

Abstract - Education in a broad sense can cover the entire life process of each individual and their environment. Education is not only focused on receiving information about science but is also focused on forming the self-concept of the individuals involved. One form of education that involves physical activity is physical education, sports and health. Where the focus of research in education is not only limited to grades but how to shape an image of good physical and spiritual health as well as achievements in the field of sports. The general aim of this research is to find out the description of the differences in self-concept between active students and passive students in physical education, sports and health activities. The specific aim of this research is to determine the extent of the differences in self-concept between active and passive students in physical education, sports and health activities at SDN 1 Slempit, in order to form a better self-image for students in the future. This research is quantitative descriptive. The research method used is an *ex post facto* method where the researcher does not control the independent variable directly because the manifestation of the variable has already occurred, or because the variable basically cannot be manipulated. The data collection instrument in this research used a questionnaire. In this study, the population members were class V students at SDN 1 Slempit, Kedamean District, Gresik Regency, totaling 36 students. Based on the results of calculations carried out in collecting data from two different populations, namely active students and active students and passive students in physical education, sports and health activities, the results of the calculations show that $p \text{ value} = 0.0001$ is smaller than $p\alpha = 0.05$. Thus, there are differences in self-concept between active students and passive students in

physical education, sports and health activities. This shows that physical education, sports and health activities are able to form self-concept (self-image) in students.

Keywords: *Physical Education, Self-Confession, Elementary School Students.*

1. PENDAHULUAN

Pendidikan dalam arti luas dapat mencakup seluruh proses kehidupan dari setiap individu dengan lingkungannya, proses integrasi tersebut dapat berlangsung dalam lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat dalam rangka membangun anak secara optimal sesuai dengan tahapan tugas perkembangannya menuju tahap kedewasaan (dalam <http://definisi-pengertian.blogspot.com>).

Dalam dunia pendidikan, pendidikan bukan hanya dimanfaatkan untuk memberikan informasi kepada siswa melainkan dalam pendidikan juga difokuskan dalam pengembangan potensi dan pembentukan perilaku positif setiap individu. Salah satu bentuk dari pendidikan adalah dengan pendidikan yang melibatkan aktivitas fisik yaitu pendidikan jasmani.

Dalam dunia pendidikan kecenderungan keberhasilan yang diukur dengan standar nilai masih berlaku di kalangan sekolah secara umum. Hal ini akan menjadi kendala bagi siswa yang memiliki nilai rendah dalam bidang-bidang kajian ilmu tertentu. Mereka akan cenderung rendah diri karena berada di bawah standar nilai siswa lainnya. Hal ini akan membawa dampak negatif apabila tidak mendapatkan perhatian dari pihak pendidik. Oleh karena itu sejak dini siswa perlu ditanamkan konsep diri yang kuat tentang sebuah prestasi yang tidak hanya diukur dengan nilai melainkan dengan prestasi ataupun kebanggaan atas tubuh yang sehat.

Konsep diri adalah gambaran yang dimiliki orang tentang dirinya. Konsep diri merupakan gabungan dari keyakinan yang dimiliki orang tentang diri mereka sendiri- karakteristik fisik, psikologis, sosial dan emosional, aspirasi dan prestasi (Hurlock, 1975:58)

Meski konsep diri tidak langsung ada begitu individu dilahirkan, tetapi secara bertahap seiring dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan individu, konsep diri akan terbentuk karena pengaruh lingkungannya. Selain itu konsep diri juga akan dipahami individu melalui kontak dan pengalaman dengan orang lain. Hal ini akan membentuk persepsi terhadap dirinya sendiri dan penilaian persepsinya terhadap pengalaman atau situasi tertentu untuk berinteraksi dalam kehidupan sosial masyarakat. Dalam pendidikan jasmani, anak akan memperoleh, anak akan memperoleh berbagai macam pengalaman gerak serta peningkatan kualitas kondisi fisik antara lain kelenturan, kekuatan, koordinasi dan kecepatan gerak.

Menurut Berk (dalam Aristo 2008) periode masa anak-anak yaitu pada usia 6- 12 tahun, anak akan belajar dengan dunianya lebih luas mulai dari dapat menguasai tanggung jawab, mulai memahami aturan, mulai menguasai proses berfikir logis, mulai menguasai keterampilan baca tulis, dan lebih maju dalam memahami diri sendiri dan pertemanan. Usia 6-12 tahun merupakan fase pertumbuhan yang umumnya pada usia ini yaitu pada sekolah dasar. Pertumbuhan akan mendapatkan rangsangan yang tepat yaitu rangsangan aspek fisik dan aspek psikis.

Sejalan dengan hal tersebut, menurut Gobbard C. dkk yang dikutip Baharuddin) dalam Murni, 2003:3) menjelaskan bahwa pendidikan jasmani bagi anak juga bertanggung jawab terhadap pertumbuhan fisik dan perkembangan anak seutuhnya. Perkembangan tersebut mencakup perkembangan aspek psikomotor, kognitif, dan afektif. Aktivitas fisik dalam pendidikan jasmani mampu memberikan kontribusi kepada perkembangan kognitif, psikomotor, dan afektif. Ketiga hal tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a. Dari segi kognitif yang dipengaruhi oleh aktivitas fisik meliputi: kesadaran persepsi (*perceptual awareness*), pemecahan masalah (*problem solving*), kreatifitas strategi (*strategy cratify*), pengertian (*understanding*), dan komunikasi melalui konsep dan pemikiran (*communication of concept and ideas*)
- b. Dari segi psikomotor yang dipengaruhi oleh aktifitas fisik ini adalah pertumbuhan fisik, perkembangan jasmanii, kesehatan dan kesegaran jasmani, postur tubuh, keterampilan (*skill*),

keahlian dan kecakapan gerak (*motor proviciecy*) dan rekreasi.

- c. Dari segi afektif yang dipengaruhi oleh aktivitas fisik adalah nilai-nilai kesenangan, konsep diri, sosial, tingkah laku, sikap-sikap positif dan disiplin pribadi (diri) (Murni, 2003:3).

Dari uraian tersebut, pendidikan jasmani seharusnya mampu menyentuh ketiga aspek kognitif, psikomotor, dan afektif secara menyeluruh. Penelitian ini dilakukan guna menelaah lebih jauh mengenai perbedaan konsep diri antara siswa aktif dan siswa pasif dalam aktivitas Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Deskriptif yaitu penelitian yang dilakukan untuk menggambarkan gejala, fenomena atau peristiwa tertentu (Maksum, 2008: 16). Kuantitatif adalah hasil dari suatu penelitian yang disertai angka-angka.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini data tentang perbedaan konsep diri siswa aktif dan pasif dalam aktivitas pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan dapat dilihat dari hasil jawaban siswa dalam mengisi angket tingkat keaktifan siswa dan angket konsep diri. Dalam hal ini di ambil objek penelitian sebanyak 36 siswa, yang terdiri dari keseluruhan siswa kelas V SDN 1 Slempit Kecamatan Kedamean Kabupaten Gresik. Pada deskripsi data ini membahas tentang rata-rata, standar deviasi, uji t independent yang diperoleh dari pengisian angket. Sebelum pengisian angket dilaksanakan, perlu diadakan demonstrasi tentang cara pengisian angket tersebut.

Dalam bab ini akan dianalisis hasil dari pengisian angket tersebut. Berdasarkan hasil dari perhitungan SPSS for windows release 17.0, setelah itu deskripsi data dapat dijabarkan lebih lanjut sebagai berikut:

Deskripsi tingkat keaktifan siswa kelas V SDN Slempit 1

Tabel 1. Distribusi Tingkat Keaktifan Siswa Kelas V SDN Slempit 1

No	Konsep Diri	Jumlah Siswa	Presentase
1	Siswa Aktif	19	53%
2	Siswa Pasif	17	47%
Jumlah		36	100%

Dari data pada grafik di atas didapatkan hasil bahwa subyek penelitian yang termasuk kategori aktif sebanyak 19 siswa dengan presentase sebesar 53% dan subyek penelitian yang termasuk kategori pasif sebanyak 17 siswa dengan presentase sebesar 47%

Deskripsi konsep diri siswa kelas v SDN Slempit 1

Tabel 2. Distribusi Konsep Diri Kelompok Siswa Aktif SDN Slempit 11

No	Kategori	Jumlah
1	Sangat rendah	0
2	Rendah	0
3	Sedang	4
4	Tinggi	15
5	Sangat tinggi	0
Jumlah		19

Tabel 3. Distribusi Konsep Diri Kelompok Siswa Pasif SDN Slempit 1

No	Kategori	Jumlah
1	Sangat rendah	0
2	Rendah	3
3	Sedang	14
4	Tinggi	0
5	Sangat tinggi	0
Jumlah		17

Dari hasil jawaban angket konsep diri pada kelompok siswa pasif di peroleh hasil siswa yang termasuk dalam kategori rendah sebanyak 3 siswa, siswa yang termasuk dalam kategori sedang sebanyak 14 siswa.

Tabel 4. Persentase Konsep Diri Siswa Kelas V SDN 1 Slempit

No	Konsep Diri	Sangat Tinggi		Tinggi		Sedang		Rendah		Sangat Rendah	
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
1	Aktif	-	-	5	26,3	14	73,7	-	-	-	-
2	Pasif	-	-	-	-	14	82,4	3	17,6	-	-

Dari hasil jawaban angket konsep diri diperoleh hasil siswa pada kelompok siswa aktif termasuk dalam kategori sedang dengan presentase sebesar 73,7% sebanyak 14 siswa dan termasuk dalam kategori tinggi dengan presentase sebesar 26,3 % sebanyak 5 siswa. Sedangkan pada kelompok siswa tidak aktif termasuk dalam kategori rendah dengan presentase sebesar 17,6 % sebanyak 3 siswa dan termasuk dalam kategori sedang dengan presentase sebesar 82,4% sebanyak 14 siswa.

3.1 Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji t independen sebagai berikut:

Ho : Tidak ada perbedaan yang signifikan antara variabel siswa aktif dan siswa pasif Dari hasil uji t independen, dapat dikatakan bahwa Ho di tolak karena nilai signifikansinya lebih dari $\alpha = 0,05$

Tabel 4. Distribusi Konsep Diri Antara Siswa AKtif Dan Siswa Pasif SDN 1 Slempit

Konsep Diri	Mean	SD	SE	P Value	N
Siswa Aktif	178,16	14,303	3,281	0,001	19
Siswa Pasif	154,59	9,401	2,280		17

Dari tabel 4 tersebut dapat di ketahui bahwa rata-rata hasil pengisian angket tentang konsep diri pada kelompok siswa aktif dan siswa pasif pada hasil uji angket siswa aktif adalah 178,16 dengan standar deviasi 14,303, sedangkan pada hasil uji angket kelompok siswa pasif sebesar 154,59 dengan standar deviasi 9,401. Hasil uji statistic didapatkan nilai $p = 0,001$, berarti pada alpha 5% terlihat ada perbedaan signifikan konsep diri antara siswa aktif dan siswa pasif dalam aktivitas pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan, karena nilai $p \text{ value} < p \alpha (0,001 < 0,5)$. Jadi dalam penelitian ini Ho ditolak karena signifikansinya lebih besar dari $\alpha = 0,05$

3.2 Pembahasan

Dalam pembahasan ini, peneliti akan menguraikan hasil penelitian tentang perbedaan konsep diri antara siswa aktif dan siswa pasif dalam aktivitas pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

Berdasarkan hasil analisis perbedaan konsep diri antara siswa aktif dan siswa pasif didapatkan hasil yang termasuk dalam kategori siswa aktif sebanyak 19 siswa dan yang termasuk dalam kategori siswa pasif sebanyak 17 siswa. Dalam kategori siswa aktif, yang memiliki konsep diri tinggi sebanyak 15 siswa dan yang memiliki kategori sedang sebanyak 4 siswa. Sedangkan dalam kategori siswa pasif, yang memiliki kategori konsep diri rendah sebanyak 3 siswa dan yang memiliki kategoris sedang sebanyak 14 siswa.

Dari pengujian hipotesis didapatkan hasil bahwa data yang diperoleh signifikan, karena nilai $p \text{ value} < p\alpha (0,001 < 0,5)$, maka dapat dinyatakan bahwa H_0 ditolak. Dari data yang diperoleh dapat dinyatakan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara konsep diri siswa aktif dan siswa pasif dalam aktivitas pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Berdasarkan hasil analisis perbedaan konsep diri antara siswa aktif dan siswa pasif, menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok siswa.

Konsep diri merupakan cara pandang seseorang terhadap diri dan bagaimana cara seseorang menyikapi pandangan orang lain terhadap dirinya. Dalam Maksum (2007:27) dijelaskan bahwa kebanyakan studi terdapat hubungan yang positif antara keterlibatan siswa dalam olahraga dengan perkembangan identitas remaja. Mereka yang terlibat aktif dalam kegiatan olahraga menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi di banding mereka yang tidak terlibat. Konsep diri yang positif tampak tidak hanya dalam dimensi fisik, tetapi juga sosial, dan yang lebih mengejutkan adalah pengaruhnya pada perkembangan intelektual. Kepercayaan diri (*Self-confidence*) juga merupakan bagian dari konsep diri yang diyakini mampu di bentuk dalam aktivitas pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dengan perolehan citra fisik dan kebugaran yang baik.

Dalam penelitian ini ditemukan beberapa faktor yang menyebabkan seseorang memiliki konsep diri yang baik yaitu dengan memiliki citra fisik yang berupa kebugaran dan bentuk tubuh yang baik serta pencapaian prestasi di bidang olahraga akan menempatkan seseorang dalam rasa percaya diri yang tinggi untuk melakukan sosialisasi di masyarakat, karena dengan memiliki konsep diri yang baik anak mampu bersikap positif tentang permasalahan yang mereka hadapi.

4. KESIMPULAN

4.1 Kesimpulan

Berdasarkan pada data yang telah terkumpul, di olah dan di analisis sebagaimana telah disajikan pada bab IV secara umum penelitian ini telah menjawab permasalahan yang telah diajukan. Untuk itu dapat disimpulkan bahwa:

1. Subyek penelitian yang termasuk dalam kategori siswa aktif sebanyak 19 siswa dengan presentase sebesar 53%. Subyek penelitian yang termasuk dalam kategori siswa aktif yang memiliki konsep diri tinggi dengan presentase dengan presentasi 73,7 % sebanyak 14 siswa, yang memiliki kategori konsep diri sedang dengan presentase sebesar 26,3 % sebanyak 5 siswa.
2. Subyek penelitian yang termasuk dalam kategori siswa pasif sebanyak 17 siswa dengan presentase sebesar 47%. Subyek penelitian yang termasuk dalam kategori siswa pasif yang memiliki kategori konsep diri rendah dengan presentase sebesar 17,6% sebanyak 3 siswa, yang memiliki kategori konsep diri sedang dengan presentase sebesar 82,4 % sebanyak 14 siswa
3. Hasil uji statistik didapatkan nilai karena nilai $p \text{ value} < p\alpha (0,001 < 0,5)$, artinya nilai p lebih kecil dari taraf signifikansi $\alpha (5\%)$, sehingga di dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan tentang konsep diri antara siswa aktif dan siswa tidak aktif dalam aktivitas pendidikan.

4.2 Saran

Berdasarkan simpulan masalah di atas, maka selanjutnya disajikan beberapa saran untuk

dijadikan pertimbangan. Adapun saran-saran tersebut adalah:

1. Konsep diri yang merupakan cara pandang akan diri memiliki peran yang sangat penting dalam pembentukan perilaku individu nantinya. Oleh karena itu konsep diri seharusnya ditanamkan sejak usia dini. Siswa seharusnya lebih memahami bagaimana menilai diri baik dalam kemampuan ataupun statusnya di masyarakat. Sehingga ketika mereka dapat diterima di masyarakat akan terbentuk rasa percaya diri akan kemampuan yang dimiliki, secara tidak langsung maka konsep diri akan terbentuk.
2. Bagi guru pendidikan jasmani dan kesehatan sebaiknya memperhatikan ketiga ranah tujuan pendidikan jasmani baik aspek kognitif, aspek psikomotor ataupun aspek afektif, karena dalam ketiga hal ini akan mampu menciptakan konsep diri positif bagi anak dan bukan pada sebatas nilai semata.

REFERENCES

- _____. 1996. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan: Balai Pustaka.
- _____. 2010. *Penelitian Ex Post Facto*. (online). (<http://elinherlinawati70767.blogspot.com/2010/07/penelitian-ex-post-facto.html>), diakses pada Senin, 12 Juli 2011
- _____. 2010. *Definisi Pendidikan Jasmani*. (online). (<http://definisi-pendidikan-jasmani.blogspot.com/2010/01/definisi-pendidikan-jasmani.html>), diakses pada Senin, 12 Juli 2011
- Aristo. 2008. Konsep Diri Dalam Pendidikan Jasmani. (Online) (<http://aristorahardi.wordpress.com/2008/03/31/konsep-diri-dalam-pendidikan/>), diakses pada Senin, 12 Juli 2010
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Ateng, H. Abdulkadir. 1992. *Asas Dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan
- Azwar, Syaifuddin., Drs., MA. 2000. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, Syaifuddin., Drs., MA. 2000. *Sikap Manusia (Teori dan Pengukurannya)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Hurlock, B. Elizabeth. 1978. *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Maksum, Ali. 2007a. *Psikologi Olahraga*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya
- Maksum, Ali. 2007b. *Statistik dalam Olahraga*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya
- Maksum, Ali. 2008. *Metodologi Penelitian*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya
- Martini. 2004. *Prosedur dan Prinsip-prinsip Statistika*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya
- Monks, F.J. 2006. *Psikologi Perkembangan*. Gadjah Mada: University Press
- Murni, Sri. 2003. *Peran Aktifitas Pendidikan Jasmani Dalam Membentuk Konsep Diri*. Skripsi Sarjana Pendidikan yang tidak dipublikasikan., Universitas Negeri Surabaya
- Nurhasan, dkk. 2005. *Petunjuk Praktis Pendidikan Jasmani*. Surabaya: Unesa University Press
- Riduan. 2005. *Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru, Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta
- Rahmat, Jalaluddin., Drs., M. Sc. 2008. *Psikologi Komunikasi*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya
- Suherman, Adang., Drs., MA. 2000. *Dasar-Dasar Penjaskes*. Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan
- Sukintaka, 1992. *Teori Bermain Untuk D2 PGSD Penjaskes*. Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan
- Tim. 2005. *Bahasa Indonesia Keilmuan*. Surabaya: Unesa University Press
- Tim. 2006. *Pedoman Penulisan dan Ujian Skripsi*. Surabaya: Unesa University Press.