

HUBUNGAN PERCAYA DIRI DAN KENYAMANAN DALAM GERAK DENGAN HASIL BELAJAR PSIKOMOTOR SISWA SMP

Muhammad Fadlullah Adib

email : Adibblowos@gmail.com

Universitas PGRI Semarang

Abstract

When participating in physical education learning, students tend to be passive, especially in practicing movements in sports so that it has an impact on the value of students' psychomotor learning. One of the factors that cause low student psychomotor learning outcomes is the lack of confidence and comfort in movement. This research aims to determine the relationship between self-confidence and movement comfort on psychomotor learning outcomes of students at SMP Negeri 10 Semarang. This research design is in the form of quantitative research. The use of a quantitative approach with a survey/questionnaire method and is correlational. Before the questionnaire was tested on students, the questionnaire was first tested using validity and reliability tests. The population in this study were students of class VIII with a sample of two class VII at SMP Negeri 10 Semarang as many as 60 students. The data was processed using correlation test through SPSS and then the data was analysed descriptively. The result of this study are statistical testing with SPSS on the variable (X1) confident $r = -0.648$ and $p = 0.058 > 0.05$. So H_0 is accepted. This means that the self-confidence variable has no significant effect on students' psychomotor learning outcomes. In the variable (X2) comfort in motion obtained the value of $r = 0.234$ and $p = 0.053 > 0.05$. so H_0 is accepted. This means that the comfort variable in motion has no effect on student psychomotor learning outcomes. Based on the results of the study, it can be concluded that the results of the analysis show that there is no relationship between self-confidence and comfort in movement on psychomotor learning outcomes. Psychomotor are influenced by internal and external factors of students as well as the transition from online learning to offline learning.

Keywords: *Psychomotor learning outcome, Comfort, Confidence*

Abstrak

Ketika mengikuti pembelajaran penjas siswa cenderung pasif terutama dalam melakukan praktek gerakan - gerakan dalam olahraga sehingga berdampak pada nilai belajar psikomotor siswa. Salah satu faktor yang menyebabkan rendahnya hasil belajar psikomotor siswa adalah kurangnya rasa percaya diri dan kenyamanan dalam gerak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan percaya diri dan kenyamanan gerak terhadap hasil belajar psikomotor siswa SMP Negeri 10 Semarang. Desain penelitian ini berupa penelitian kuantitatif. Penggunaan pendekatan kuantitatif dengan metode survei/kuisoner dan bersifat korelasional. Sebelum angket diujikan kepada siswa, angket terlebih dahulu diuji menggunakan uji validitas dan uji reabilitas. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII dengan sampel dua kelas VIII di SMP Negeri 10 Semarang sebanyak 60 siswa. Data diolah menggunakan uji Korelasi melalui SPSS kemudian data dianalisis secara deskriptif. Hasil Penelitian ini berupa pengujian statistik dengan SPSS pada variabel (X1) percaya diri $r = -0,648$ dan $p = 0,058 > 0,05$. Jadi H_0 diterima. Ini berarti variabel percaya diri tidak berpengaruh signifikan terhadap hasil belajar psikomotor siswa. Pada variabel (X2) kenyamanan dalam gerak diperoleh nilai $r = 0,234$ dan $p = 0,053 > 0,05$. Jadi H_0 diterima. Ini berarti variabel kenyamanan dalam gerak tidak berpengaruh terhadap hasil belajar psikomotor siswa. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa hasil analisis menunjukkan tidak ada hubungan antara percaya diri dan kenyamanan dalam gerak terhadap hasil belajar psikomotor. Hasil belajar psikomotorik dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal siswa serta adanya peralihan pembelajaran dari masa pembelajaran daring menjadi luring.

Kata Kunci: Hasil belajar Psikomotor, Kenyamanan, Percaya diri

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan bentuk kemauan sadar dan terstruktur, tidak termasuk aktivitas yang dilaksanakan tidak mempunyai niat dan persiapan yang baik. Pendidikan disekolah mempunyai peran penting untuk mencerdaskan kehidupan bangsa. Pelaksanaanya tidak bisa di anggap hal yang gampang. Pendidikan merupakan hal yang penting untuk kehidupan manusia maupun untuk pencapaian pembangunan untuk suatu bangsa (Ali Mustadi, 2020). Berjalannya pendidikan tidak bisa di pisahkan dengan proses pembangunan. Proses pendidikan sudah tentu tidak bisa di pisahkan dari segala cara yang harus di lakukan untuk meningkatkan sumber daya manusia yang berkelas, sementara itu manusia yang berkelas di lihat dari aspek pendidikan (Relita & Regina, 2015). Apabila didalam suatu bangsa memiliki sumber daya manusia yang berkualitas, maka kemajuan suatu bangsa tidak bisa diragukan kembali. Salah satu cara untuk meningkatkan proes pendidikan dapat dilihat dari segi siswa dalam proses pembelajaran. Belajar adalah salah satu usaha yang dilaksanakan oleh masing-masing individu guna menumbuhkan kemampuan dan keterampilannya untuk meningkatkan prestasi belajar. Sedangkan menurut Mudjiono, (2009) belajar merupakan tindakan dan perilaku siswa yang kompleks.

Proses pembelajaran adalah segala usaha bersama antar siswa dan guru untuk sebagai mengelola informasi yang didapatkan, berharap pengetahuan yang dibagikan berguna untuk diri siswa sehingga jadi pedoman belajar yang berkesinambungan, serta di harapkan ada perubahan yang lebih bagus lagi untuk mencapai suatu perubahan yang tepat yang di tandai dengan tranformasi tingkah laku individu untuk terwujudnya proses pembelajaran yang efektif & efesien. Proses pembelajaran yang benar akan tercipta kemampuan intelektual, berfikir teliti & tumbuhnya kreativitas dengan berubahnya sifat atau kepribadian orang menurut praktik dan pengalamannya (Baxter *et al.*, 2008). Ada beberapa faktor yang mempengaruhi proses pembelajaran siswa diantaranya faktor pada pribadi masing-masing atau disebut dengan faktor sosial. Faktor yang ada di dalam diri seseorang antara lain kejiwaan, kesehatan, dan intelektual yang termasuk dalam faktor sosial diantaranya yaitu geografis & budaya, situasi di sekolah, situasi keluarga, pergaulan baik masyarakat maupun di lingkungan sekolah. Ada pula seseorang anak memperoleh hasil belajar yang bagus namun terkadang tidak bisa berfikir secara percaya diri, canggung, merasa ragu-ragu ketika berbuat, minder dan bahkan tidak mempunyai kreativitas, sementara siswa yang memperoleh hasil belajar kurang bagus lebih dapat mengambil keputusan yang baik, optimis, dalam bertindak tidak ragu-ragu, memiki kehormatan, tidak malu, dan kreatif (Relita & Regina, 2015). Salah satu pembelajaran yang terdapat di sekolah yaitu pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani adalah pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik untuk mendapatkan kemampuan dan ketrampilan jasmani (Hanief *et al.*, 2010).

Salah satu fenomena masalah yang terjadi terdapat pada kelas VIII SMP Negeri 10 Semarang. Mayoritas siswa mendapatkan nilai psikomotor yang relatif sedang, yaitu rentang 71-80 pada akhir semester dengan nilai KKM 71. Pemahaman materi penjasorkes siswa masih relatif kurang sehingga perlu adanya pengulangan untuk menjelaskan materi

penjas agar siswa dapat memahami materi. Materi-materi tersebut utamanya berkaitan dengan pemahaman gerak dan penerapan ketika melakukan praktik penjas. Hal tersebut dikarenakan sebagian siswa cenderung mengabaikan ketika guru sedang menjelaskan dan memberikan contoh gerakan dalam materi penjas sehingga hasil belajar keterampilan (psikomotor) siswa kelas VIII SMP Negeri 10 Semarang masih ada kategori rendah. Sejak awal pembentukan rasa percaya diri perlu dilakukan terutama di lingkungan belajar siswa, termasuk sekolah sebagai sarana pengembangan berbagai kemampuan siswa. Hal tersebut dikarenakan, ada beberapa individu dimasa dewasa yang merasa kurang percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki disebabkan pengalaman yang dialami pada masa lampau. Meskipun demikian, dengan asumsi individu umumnya berpikir dengan tegas apa yang seharusnya mungkin, kepastiannya akan sangat tinggi (Perry, 2006). Hal tersebut sejalan dengan pendapat Rifki, (2008) Orang yang percaya diri selalu percaya pada setiap tindakan yang dilakukan, merasa bebas melakukan sesuatu sesuai keinginannya dan bertanggung jawab atas tindakannya. Tentunya hal ini dapat mendorong dan memperlancar proses pembelajaran.

Salah satu faktor yang menyebabkan siswa mendapatkan nilai psikomotorik yang cenderung rendah adalah kurangnya rasa percaya diri untuk melakukan praktik gerakan-gerakan penjas adalah kenyamanan siswa dalam melakukan gerakan. Selain faktor percaya diri siswa yang mengabaikan ketika guru sedang menjelaskan dan memberikan contoh gerakan penjas, bisa disebabkan pula karena kurangnya rasa kenyamanan ketika melakukan pembelajaran penjasorkes. Menurut Friskawati *et al.*, (2019) pendidik mesti berkreasi agar bisa mewujudkan lingkungan & waktu belajar yang memberikan kenyamanan serta meningkatkan kesenangan gerak siswa. Kenyamanan dan kegembiraan siswa saat belajar kesehatan fisik dan psikologis secara langsung terkait dengan inspirasi siswa untuk melakukan pengembangan dinamis dan mengumpulkan kebiasaan hidup dinamis di luar jam belajar pelatihan yang sebenarnya. Ketenangan dan kegembiraan siswa ditemukan ketika anak itu mempelajari perkembangan sebanyak yang dapat diharapkan secara wajar tanpa arahan dari orang lain. Secara keseluruhan sikap siswa SMP Negeri 10 Semarang dominan memiliki sikap kurang percaya diri dan rasa nyaman ketika pembelajaran penjasorkes. Hal tersebut diperlihatkan dengan sikap takut dan malu ketika melakukan praktik gerakan-gerakan yang berkaitan dengan materi penjasorkes. Para murid-murid tersebut lebih memilih diam dan pasif. Berdasarkan observasi di SMP Negeri 10 Semarang, hal tersebut mempengaruhi tingkat kemampuan dan keterampilan yang dimiliki sehingga untuk mempercepat siswa memahami gerak pada materi penjasorkes perlu adanya kepercayaan diri dan kenyamanan siswa dalam melakukan aktivitas tersebut.

Hal tersebut sejalan dengan pendapat Friskawati *et al.*, (2019) untuk memacu pembelajaran gerak siswa, pendidik harus menumbuhkan percaya diri dan kebahagiaannya lewat acuan gerakan yang diberikan dalam pengalaman ketika pembelajaran lewat tingkat tantangan yang diimbangkan dengan jenjang kemampuan belajar gerak murid. Anak yang lebih aktif dan merasa nyaman saat melakukan olahraga akan memiliki kepercayaan diri pada kemampuan mereka untuk aktif secara fisik di masa

depan, dan lebih menikmati latihan fisik sepanjang hidup mereka (Pedro Ángel *et al.*, 2015). Berdasarkan latar belakang dan hasil observasi yang dilakukan peneliti, tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan percaya diri dan kenyamanan dalam gerak dengan hasil belajar psikomotor siswa SMP Negeri 10 Semarang.

METODE PENELITIAN

Model yang dipergunakan dalam penelitian ialah dengan Desain penelitian ini berupa penelitian kuantitatif. Penggunaan pendekatan kuantitatif dengan metode survei/kuisoner dan bersifat korelasional. Populasi dalam penelitian ini semua siswa kelas VIII SMP Negeri 10 Semarang. Sampel penelitian dari kelas VIII SMP Negeri 10 Semarang berjumlah 60 siswa diambil dari 2 kelas. Hal tersebut menurut Fraenkel *et al.*, (2006) bahwa jumlah sampel minimal sebanyak 50 sampel. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner berupa angket tertutup. Angket yang digunakan pada variabel X1 berupa angket skala rasa percaya diri atau PSPP (*Physical Self – Perception Profile*) sesuai dengan literature (Widiyatmoko *et al.*, 2020) sedangkan angket pada variable X2 berupa angket skala kenyamanan dalam gerak atau PAES (*Physical Activity Enjoyment Scale*) sesuai dengan literature (Widiyatmoko *et al.*, 2020). Data variabel Y1 berupa hasil belajar psikomotorik siswa berasal dari nilai psikomotorik siswa kelas VIII selama 1 semester pembelajaran yaitu semester genap tahun 2022. Angket yang telah dipersiapkan kemudian dibagikan kepada siswa untuk diisi lalu hasil dari angket akan penulis berikan skor terhadap pertanyaan yang ada. Sebelum dilakukan pengolahan data, terlebih dahulu di lakukan pengujian validitas dan reliabilitas terhadap daftar pertanyaan yang digunakan. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasional dengan langkah-langkah yang ditempuh adalah Tabulasi data, Menghitung nilai dari masing-masing butir tes dan Menghitung hasil dengan analisis regresi untuk mengetahui hubungan antara percaya diri dan kenyamanan dalam gerak dengan hasil belajar psikomotor. Data dihitung menggunakan SPSS 16.0.

Berdasarkan pengujian validitas yang sudah dilaksanakan diketahui bahwa item pertanyaan tingkat percaya diri X1.1 hingga X1.24 tabel 1 diperoleh nilai koefisien korelasi sebagaimana terlihat pada kolom *Corrected Item-Total Correlation* sebesar 0,284 (terendah) pada X1.15 dan sebesar 0,676 (tertinggi) pada X1.23. Hal ini menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi butir angket variabel percaya diri siswa lebih besar dari 0,095. Sehingga bisa disimpulkan bahwa pertanyaan X1.1 hingga X1.24 dinyatakan valid dan layak digunakan sebagai instrumen penelitian. Sedangkan tabel 3.2 tersebut diketahui bahwa item pertanyaan X2.1 hingga X2.18 diperoleh nilai koefisien korelasi sebagaimana terlihat pada kolom *Corrected Item-Total Correlation* sebesar 0,027 (terendah) pada X1.15 dan sebesar 0,756 (tertinggi) pada X1.13. Hal ini menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi butir angket variabel percaya diri siswa lebih besar dari 0,095. Sehingga bisa disimpulkan bahwa pertanyaan X1.1 hingga X1.24 dinyatakan valid dan layak digunakan sebagai instrumen penelitian. Untuk perolehan dari pengujian validitas untuk masing-masing variabel di sajikan pada Tabel 1 dan 2 berikut :

Tabel 1 Hasil Uji Validitas Variabel Percaya Diri (X1)

Item-Total Statistik				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
p1	52,30	66,730	,497	,912
p2	52,46	67,139	,504	,912
p3	52,28	64,806	,630	,909
p4	52,60	66,599	,573	,910
p5	52,29	67,639	,413	,913
p6	52,55	68,150	,425	,913
p7	52,35	65,809	,550	,911
p8	52,24	65,800	,476	,912
p9	52,25	64,692	,645	,909
p10	52,21	65,071	,611	,909
p11	52,06	65,391	,531	,911
p12	52,50	66,227	,632	,910
p13	52,52	64,832	,667	,908
p14	52,12	67,121	,400	,914
p15	52,69	68,303	,284	,916
p16	52,67	66,964	,440	,913
p17	52,47	65,843	,525	,911
p18	51,90	67,341	,355	,915
p19	52,28	65,436	,597	,910
p20	52,43	65,963	,595	,910
p21	52,52	65,659	,614	,910
p22	51,94	65,472	,570	,910
p23	52,43	64,889	,676	,908
p24	52,35	65,315	,612	,909

Sumber: Data primer yang diolah, 2022

Tabel 2 Hasil Uji Validitas Variabel Kenyamanan dalam Gerak (X1)

Item-Total Statistik				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
pertanyaan 1	61,01	92,457	,583	,562
pertanyaan 3	58,93	131,167	-,543	,715
pertanyaan 2	59,03	121,610	-,355	,679
pertanyaan 4	61,07	89,434	,657	,548
pertanyaan 5	61,00	90,815	,643	,553
pertanyaan 6	58,88	127,824	-,514	,700
pertanyaan 7	60,95	90,886	,642	,554
pertanyaan 8	58,85	131,131	-,597	,709
pertanyaan 9	60,98	93,463	,598	,564
pertanyaan 10	61,32	87,107	,694	,538
pertanyaan 11	61,51	86,276	,657	,539
pertanyaan 12	58,72	135,732	-,638	,727
pertanyaan 13	60,72	90,982	,756	,547
pertanyaan 14	60,96	89,622	,737	,543
pertanyaan 15	60,06	107,947	,027	,644
pertanyaan 16	60,63	97,259	,490	,581
pertanyaan 17	61,21	86,454	,754	,531
pertanyaan 18	61,02	94,740	,524	,573

Sumber: Data primer yang diolah, 2022

Dari tabel 3 diketahui bahwa kedua hasil uji reliabilitas tersebut diketahui bahwa kedua variabel penelitian yaitu variabel percaya diri (X1) diketahui uji reliabilitasnya sebesar 0.914 dengan jumlah 24 item angket, hasil uji reliabilitas variabel kenyamanan gerak (X2) sebesar 0.626 dengan jumlah 18 item,.Sehingga bisa dikatakan bahwa kedua variabel tersebut lebih besar dari 0,6 maka termasuk *reliabel*.

Tabel 3. Hasil Uji Reliabilitas Variabel

Variable	Cronbach's Alpha	N of Items	Keterangan
Percaya diri (X1)	0,914	24	Reliabel
Kenyamanan gerak (X2)	0,626	18	Reliabel

Sumber: Data primer yang diolah, 2022

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 10 Semarang selama 1 hari pada saat pelajaran Pendidikan Jasmani. Penelitian ini dilakukan hanya 1 kali pertemuan di masing-masing kelas selama 40 menit yaitu kelas VIII B dan VIII C. Setelah diadakan penelitian di sekolah SMP Negeri 10 Semarang di dapat hasil 60 kuisisioner yang sudah diperoleh siswa tiap kelas yang terdiri dari 28 siswa dari kelas VIII B dan 32 siswa dari kelas VIII C. Hasil data angket kemudian ditabulasi, kemudian diberi skor dan dihitung menggunakan uji korelasi.

Tabel 4. Uji Korelasi

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	80.926	4.337		18.660	.000
percaya diri	-.027	.058	-.065	-.459	.648
kenyamanan dalam gerak	-.064	.053	-.170	-1.204	.234

Sumber: Lampiran output SPSS, diolah 2022.

Berdasarkan tabel 4, diketahui bahwa kedua hasil uji korelasi di ketahui bahwa:

- Korelasi antara percaya diri dengan hasil belajar psikomotor siswa diperoleh $r = 0,648$ dan $p = -0,058 > 0,05$. H_0 : diterima dan H_1 : ditolak, artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara percaya diri dengan hasil belajar psikomotor. Semakin tinggi percaya diri belum tentu nilai psikomotornya tinggi begitupun sebaliknya.

- b. Korelasi antara kenyamanan dalam gerak dengan hasil belajar psikomotor siswa diperoleh $r = 0,234$ dan $p = -0,053 > 0,05$. H_0 : diterima dan H_1 : ditolak, artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara kenyamanan dalam gerak dengan hasil belajar psikomotor. Semakin tinggi kenyamanan dalam gerak belum tentu nilai psikomotornya tinggi begitupun sebaliknya.

Berdasarkan hasil penelitian menggunakan penyebaran angket dengan 2 angket yang berbeda, yaitu angket percaya diri atau PSPP (*Physical Self – Perception Profile*) sebanyak 24 item pertanyaan dan angket kenyamanan dalam gerak atau PAES (*Physical Activity Enjoyment Scale*) sebanyak 18 item pertanyaan. Kedua angket tersebut bersumber dari (Widiyatmoko *et al.*, 2020). Angket yang disebar dan dikembalikan sebanyak 100% dari jumlah peserta yaitu 60 siswa yang telah mengisi pertanyaan yang telah diajukan. Berdasarkan hasil uji penelitian diketahui ada tidaknya hubungan variabel independen dengan variabel dependen baik secara parsial. Ditinjau dari hasil uji variabel percaya diri dan kenyamanan dalam gerak dengan hasil belajar psikomotor siswa menunjukkan bahwa tidak ada hubungan percaya diri dan kenyamanan dalam gerak dengan hasil belajar psikomotor siswa di SMP N 10 Semarang. Artinya semakin baik percaya diri siswa dan kenyamanan dalam gerak berarti tidak memberikan pengaruh terhadap hasil belajar psikomotor siswa di SMP Negeri 10 Semarang. Demikian sebaliknya, semakin kecilnya percaya diri siswa dan kenyamanan dalam gerak berarti tidak memberikan pengaruh terhadap menurunnya hasil belajar psikomotor siswa di SMP Negeri 10 Semarang. Artinya, naik turunnya percaya diri siswa dan kenyamanan dalam gerak siswa belum tentu akan menjadikan naik turunnya hasil belajar psikomotor siswa dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Negeri 10 Semarang. Hal ini dikarenakan kedua variabel bebas yaitu percaya diri dan kenyamanan dalam gerak tidak memiliki hubungan dengan hasil belajar psikomotor siswa.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil tidak adanya hubungan percaya diri dan kenyamanan dalam gerak dengan hasil belajar psikomotor siswa. Hal tersebut didukung menurut Egyptian, (2014) bagian-bagian dari unsur-unsur yang mempengaruhi psikomotor, yaitu:

a. Faktor dalam diri

Faktor yang berasal dari dalam diri sendiri, diantaranya:

- 1) Sifat ragawi yang di berikan dari orang tuanya, anak dari ayah dan ibunya yang cenderung bertumbuh lebih cepat tinggi dari pada anak yang diwariskan dari orang tua yang terhambat dalam masa pertumbuhannya.
- 2) Kedewasaan secara sekilas, perkembangan tubuh seakan akan seperti sudah di rancang oleh faktor kedewasaan. walaupun anak tersebut di beri asupan yang bergizi tinggi, namun jika belum saatnya, alhasil pertumbuhan akan terhalang. contohnya, anak berusia 3 bulan di kasih asupan konsumsi yang cukup bergizi agar perkembangan otot kaki bertumbuh sehingga bisa untuk berjalan. Hal tersebut tidak mungkin berhasil sebelum mencapai usia lebih dari 10 bulan.

b. Faktor luar diri

Faktor luar diri merupakan faktor yang berasal dari luar diri anak. diantaranya, yaitu:

- 1) Kesehatan
Anak-anak yang selalu sakit-sakitan perkembangan psikomotornya pasti akan terhalang.
- 2) konsumsi
Anak-anak yang kekurangan nutrisi akan terhambat pertumbuhannya, begitupun sebaliknya yang cukup nutrisi pertumbuhannya akan cepat.
- 3) Perangsangan lingkungan
pribadi yang badannya selalu di latih untuk mengembangkan memacu perkembangannya akan berbeda dengan yang tidak pernah melakukan latihan.

Menurut Patel, (2019) faktor yang berpengaruh terhadap kemampuan psikomotorik berhubungan dengan pertumbuhan gerak, akan tetapi dampak yang berpengaruh terhadap seseorang yang tidak dapat bergerak tidak dari kelemahan pada anggota gerak melainkan terdapat beberapa faktor lain yang berpengaruh yaitu:

- 1) Pertumbuhan sistem saraf
Pertumbuhan anak berkaitan dengan pertumbuhan pada otak dimana dalam traktus akan berpengaruh. Hal tersebut juga dipengaruhi dengan adanya proses saraf tulang punggung yang menjadikan gerakan *involunter* menjadi *volunter*, tetapi tidak tercapainya pertumbuhan saraf juga dapat dipengaruhi oleh beberapa sistem yang gagal tumbuh, hal tersebut pertumbuhan otak berfungsi untuk mengontrol gerakan lewat beberapa saraf jadi terganggu.
- 2) Kemampuan tubuh
tubuh tiap-tiap orang berbeda, kemampuan fisik seseorang berpengaruh terhadap perkembangan psikomotorik. Anak yang punya kekuatan tubuh baik akan memiliki pertumbuhan psikomotorik yang aktif di bandingkan anak yang tubuhnya rapuh.
- 3) Motivasi
Motivasi adalah salah satu dorongan yang di peroleh baik dari luar individu maupun dari dalam diri individu sendiri, motivasi bisa mendorong seorang anak bergerak lebih bebas, kekuatan psikomotorik anak mesti di bentuk demi memperoleh hasil yang memuaskan. Seringkali anak dibentuk untuk memperoleh kebebasan gerak akan mengakibatkan pertumbuhan psikomotorik lebih tinggi.
- 4) gender
Anak laki-laki akan cepat bertumbuh pada kemampuan gerak tubuh, hal tersebut di lihat pada masa pubertas berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan anak.
- 5) Umur
Umur adalah faktor yang mempengaruhi pertumbuhan anak. Pertumbuhan sel otak berpengaruh terhadap aktivitas psikomotorik anak, berkaitan dengan umur sel yang mengalami kematangan akan memberikan rangsangan yang lebih maksimal untuk menggerakkan anggota gerak tubuh.

Berdasarkan pendapat diatas tidak ada hubungan antara percaya diri dan kenyamanan dalam gerak dengan hasil belajar psikomotor siswa, sehingga yang mempengaruhi nilai psikomotor siswa di SMP Negeri 10 Semarang di sebabkan karena

faktor internal dan eksternal. Selain itu, siswa kelas VIII merupakan siswa perubahan dari sistem *online* (daring) yang bersifat pasif menjadi secara tatap muka (luring). Hal tersebut sejalan dengan pendapat Hardiansyah *et al.*, (2021) Perubahan kepribadian siswa berbeda jauh dengan pembelajaran secara tatap muka sebelum pandemi, hal tersebut karena pelaksanaan pembelajaran secara daring, guru sulit untuk mengamati motorik atau keterampilan siswa bahkan emosional siswa secara langsung sehingga berakibat pada ketidak tercapainya upaya dalam pendidikan yang dilakukan. Tidak adanya hubungan percaya diri dan kenyamanan dalam gerak dengan hasil belajar psikomotor siswa. Hal ini dikarenakan bahwa faktor internal dan eksternal di dalam diri siswa serta siswa belum sepenuhnya beradaptasi dengan sistem pembelajaran luring. Dengan adanya peralihan dari sistem online (daring) yang bersifat pasif menjadi secara tatap muka (luring), maka guru beserta sekolah harus mampu saling berusaha untuk melaksanakan peralihan perubahan sistem pembelajaran kembali secara luring untuk mencapai tujuan Pendidikan yang lebih baik lagi. Tidak hanya pada hasil belajar kognitif dan afektif saja namun pada hasil belajar psikomotorik siswa harus dikembangkan.

SIMPULAN DAN SARAN

A. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kesimpulan bahwa percaya diri tidak ada hubungan dengan hasil belajar psikomotor, hal ini ditunjukkan dari hasil pengolahan data diperoleh nilai signifikan sebesar 0,058 ($>0,05$) sehingga hipotesis yang diajukan tidak diterima. Kenyamanan dalam gerak tidak ada hubungan dengan hasil belajar psikomotor, hal ini ditunjukkan dari hasil pengolahan data diperoleh nilai sebesar 0.053 ($>0,05$) sehingga hipotesis yang diajukan tidak diterima.

B. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa percaya diri tidak ada hubungan dengan hasil belajar psikomotor, hal ini ditunjukkan dari hasil pengolahan data diperoleh nilai signifikan sebesar 0,058 ($>0,05$) sehingga hipotesis yang diajukan tidak diterima. Kenyamanan dalam gerak tidak ada hubungan dengan hasil belajar psikomotor, hal ini ditunjukkan dari hasil pengolahan data diperoleh nilai sebesar 0.053 ($>0,05$) sehingga hipotesis yang diajukan tidak diterima.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali Mustadi, D. (2020). *landasan pendidikan sekolah dasar*. UNY press.
- Baxter, R., Hastings, N., Law, A., & Glass, E. J. . (2008). Pengertian Proses Pembelajaran Pembelajaran. *Animal Genetics*, 39(5), 561–563.
- Egyptian. (2014). *BAB II Landasan Teori : Perkembangan Psikomotorik Anak*. 9–29.
- Friskawati, G. F., Widaningsih, S., & Illahi, R. (2019). *Situational interest siswa dilihat dari pemberian reward and punishment dalam pembelajaran pendidikan jasmani Observing student ' s situational interest based on the implementation of reward and punishment in physical education PENDAHULUAN Melalui proses . 5*.
- Hanief, Y. N., Mashuri, H., & Agiasta Subekti, T. A. (2010). Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bolavoli melalui Permainan 3 on 3 pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(76), 161–166.
- Hardiansyah, M. A., Ramadhan, I., Suriyanisa, Pratiwi, B., Kusumayanti, N., & Yeni. (2021). *Jurnal basicedu*. 5(6), 5840–5852.
- Mudjiono, D. dan. (2009). *Belajar dan Pembelajaran*. Rineka Cipta.
- Patel. (2019). *Faktor Yang Mempengaruhi kemampuan Psikomotorik*. 9–25.
- Pedro Ángel, L.-R., Ana Vanesa Navarro, M., & Felipe, G.-P. (2015). Effect of a physical activity program on sport enjoyment, physical activity participation, physical self-concept and q/ Efecto de un programa de actividad física en el disfrute de deportes, la participación en la actuality of life in children with asthma. *Motriz: Revista de Educação Física VO - 21, 4, 386*.
<http://ezproxy.si.unav.es:2152/lib/bibliotecaunav/reader.action?docID=10491396>
- Perry, M. (2006). *Pendongkrak Kepercayaan Diri*. Erlangga.
- Relita, D. T., & Regina, F. (2015). Hubungan antara Rasa Percaya Diri dengan Hasil Belajar Siswa Kelas Xi Sekolah Menengah Atas Karyasekadautahun Pelajaran 2014 / 2015. *Jurnal Profit*, 2(2), 122–130.
- Rifki, M. (2008). Pengaruh rasa percaya diri terhadap prestasi belajar siswa di SMA Islam Almaarif Singosari Malang. *Skripsi, UIN Malang, 1, XVI*.
- Widiyatmoko, F. A., Dwi Pradipta, G., Hudah, M., & Anhar Fahmi, D. (2020). The impact of physical education on students' active lifestyles. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(4), 28–37.
https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v6i4.15217