



Korelasi *Self Esteem* dengan Prestasi Akademik Peserta Didik pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Masa Covid-19

Maya Sri Nurmayanti¹, Bangbang Syamsudar²
STKIP Pasundan

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan korelasi self esteem dengan prestasi belajar siswa pada pembelajaran penjas pada era pandemi Covid-19. Metode penelitian yang digunakan adalah korelasi deskriptif. Sampel penelitian ini adalah 32 siswa kelas X SMK Bunga Persada Cianjur. Pengumpulan data menggunakan Rosenberg Self-Esteem Scale yang dibagikan kepada siswa, terdiri dari sepuluh pertanyaan pernyataan. Sedangkan rapor siswa, digunakan sebagai instrumen untuk mengidentifikasi prestasi akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara self esteem dengan prestasi akademik siswa sebesar 0,758 dan signifikan pada taraf kepercayaan 0,01. Berdasarkan rumus Spearman's rho diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,643 dan signifikan pada taraf kepercayaan 0,01. Ini berarti, meskipun tidak dalam pola hubungan kausal, tetapi korelasi yang signifikan tersebut menunjukkan bahwa ada kontribusi self esteem terhadap prestasi akademik.

Kata kunci : *Self Esteem, Prestasi Akademik, Pendidikan Jasmani*

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani adalah salah satu bagian integral dari pendidikan melalui aktivitas jasmani yang melibatkan otot kecil maupun otot besar yang hasilnya tentu akan meningkatkan kemampuan individu secara organik, intelektual, dan emosional yang mengarah kepada hal positif. Pendidikan jasmani adalah sejumlah aktivitas jasmani manusia yang terpilih sehingga dilaksanakan untuk mendapatkan hasil yang diinginkan (Abduljabar, 2011). Semua muatan materi tersebut pada dasarnya digunakan sebagai cara agar memfasilitasi peserta didik untuk dapat menumbuhkembangkan potensi yang berkaitan dengan kognitif, afektif dan psikomotor. Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan melalui pengalaman gerak yang mendorong kemampuan fisik, keterampilan motorik, perkembangan kognitif, perkembangan sosial-emosional dan spiritual (Didik Rilastiyo Budi dan Arfin Deri Listiandi, 2021). Selain itu dari asumsi masyarakat umum, tersirat bahwa Pendidikan jasmani berpotensi memperkenalkan nilai-nilai moral, seperti toleransi antar sesama manusia (Winarni & Lutan, 2020). Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan sangat penting (Rozi et al., 2021) yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani olahraga dan kesehatan yang terpilih dan dilakukan secara sistematis (Pertiwi et al., 2018).

Namun, apabila kita melihat sejak terjadinya pandemi covid-19 yang lahir diakhir Desember tahun 2019 tepatnya di kota Wuhan, Tiongkok (R. R. Al Hakim, 2020),

kegiatan kehidupan disegala lini diseluruh dunia lumpuh, termasuk di Indonesia kasus ini pertama kali ditemukan pada dua warga Depok, Jawa Barat awal Maret 2020 (Yunita, 2020). Menyebarnya Covid-19 di seluruh penjuru dunia turut meruntuhkan ragam sendi-sendi kehidupan. Tidak hanya sisi ekonomi yang terkena imbasnya secara langsung melainkan juga sisi interelasi kita sebagai manusia. Perubahan dalam hal hubungan antar manusia dan perubahan dari sisi ekonomi ini seringkali diikuti dengan perubahan di bidang politik termasuk didalamnya kehidupan berbangsa dan bernegara (Romadlon, 2020). Tak terkecuali di bidang pendidikan, khususnya di pendidikan jasmani, siswa diharapkan dapat meningkatkan motivasi untuk melaksanakan aktivitas jasmani dan untuk guru diharapkan agar dapat memotivasi siswa melalui media virtual untuk melakukan aktivitas jasmani dalam menjaga kebugaran jasmani pada masa pandemi covid-19 (Candra Dewi et al., 2020). Karena dengan adanya pandemi covid-19, proses pembelajaran tatap muka langsung terhenti, dengan waktu yang tidak menentu, sehingga mengakibatkan penurunan kualitas pembelajaran, khususnya di mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) yang terdiri dari 3 jam mata pelajaran per minggu dan didominasi oleh kegiatan praktek di lapangan, menjadi pembelajaran jarak jauh, yang dibatasi dengan beberapa hal, seperti : ketersediaan alat, pengawasan guru, keterbatasan keadaan ekonomi (kuota internet).

Walaupun siswa diperintahkan untuk belajar dari rumah, namun pembelajaran PJOK memiliki potensi untuk dikembangkan di tengah masa pandemi covid-19 melalui model pembelajaran jarak jauh dengan pendekatan kolaboratif (Herlina & Suherman, 2020). PJOK berperan penting pada tumbuh kembang serta pembentukan karakter peserta didik. Selain itu, prestasi akademik merupakan salah satu tujuan yang harus diperhatikan, dicapai serta ditingkatkan dengan optimal, karena prestasi akademik pada dasar merupakan suatu hasil yang diperoleh peserta didik, di mana hasil tersebut berupa kesan-kesan yang mengakibatkan perubahan dalam diri individu sebagai hasil akhir dari aktivitas belajar.

Salah satu aspek yang penting lainnya adalah dukungan terhadap pemahaman *self esteem*, dimana siswa mampu untuk menghargai diri sendiri dan orang lain untuk dijadikan bagian dalam kehidupan. *Self esteem* (harga diri) yang positif didalam kehidupan peserta didik tentunya akan menjadi awal untuk mengoptimalkan kemampuan diri, salah satunya dalam pencapaian prestasi akademik. Oleh karena itu, dengan latar belakang diatas, penulis tertarik meneliti *self esteem* hubungannya dengan prestasi akademik peserta didik pada pembelajaran Pendidikan jasmani di masa pandemic covid-19.

Self Esteem

Self esteem juga dapat diartikan sebagai evaluasi yang dilakukan individu dan kebiasaan individu memandang diri sendiri, terutama mengenai sikap penerimaan dan indikasi atas seberapa besar kepercayaan individu terhadap kemampuan, keberartian, kesuksesan dan keberhargaan (Anggreni & Herdiyanto, 2017). *Self esteem* atau harga diri merupakan salah satu elemen penting dalam ilmu psikologis yang perlu diperhitungkan potensinya, karena *self esteem* dapat membuat peserta didik mempunyai harga diri yang tinggi akan kemampuannya dalam proses pembelajaran. *Self esteem* adalah kebutuhan psikologis pada masa remaja yang memiliki peranan penting bagi kehidupannya. Menurut Santrock, *self esteem* adalah dimensi penilaian yang menyeluruh dari diri (Anggreni & Herdiyanto, 2017). Dengan kata lain, *self esteem* mengacu pada suatu penilaian terhadap diri peserta didik mengenai kelayakan dirinya dan menunjukkan sejauh mana peserta

didik tersebut percaya bahwa ia mampu melakukan sesuatu dengan baik, sukses, dan ia merasa dirinya berharga. Selain itu, hubungan sosial peserta didik dan *self esteem* peserta didik saling berkaitan dalam semua tahap perkembangan di seluruh rentang kehidupan dimasa yang akan datang (Harris & Orth, 2020). Menurut Lutan (2003) dalam (Pusparagen & Suherman, 2018) memaparkan bahwa “*self esteem* adalah penerimaan diri sendiri, oleh diri sendiri berkaitan bahwa kita pantas, berharga, mampu dan berguna tak peduli dengan apa pun yang sudah, sedang atau bakal terjadi kelak.” Peserta didik yang memiliki *self esteem* tinggi pada umumnya memiliki kepercayaan diri dan keyakinan yang tinggi pula untuk dapat melaksanakan tugas gerak yang diinstruksikan oleh guru, sedangkan peserta didik yang memiliki *self esteem* yang lebih rendah ditandai dengan tidak adanya keinginan untuk melakukan suatu hal atau kegiatan yang baru, anak selalu berkata negatif atas kemampuannya yang dimiliki misalnya “saya bodoh”, “saya tidak pernah belajar dengan baik, saya tidak dengan kemampuan yang saya miliki atau saya tidak percaya diri” (Yusuf & Nyoko, 2019). *Self esteem* mempunyai peran yang sangat penting dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani disekolah, peserta didik dengan *self esteem* cenderung menunjukkan perilaku, seperti dapat melakukan tugas gerak dengan sebaik mungkin, tidak mudah menyerah dan akan mempunyai motivasi serta yakin dapat melakukan suatu tugas yang diberikan oleh guru. Sedangkan *self esteem* merupakan penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri, baik berupa penilaian negatif maupun penilaian positif yang akhirnya menghasilkan perasaan yang membawa kepercayaan diri dalam menjalani kehidupan (Ikbal & Nurjannah, 2016). *Self esteem* rendah menyulitkan peserta didik dalam berinteraksi sosial, Studi sebelumnya terkait *self esteem* melaporkan bahwa pentingnya mengembangkan elemen *self esteem* peserta didik saat pembelajaran, dikarenakan hal tersebut akan memberi pengaruh terhadap perilaku dan prestasi mereka disekolah (Tarigan et al., 2019). Salah satu penelitian menunjukkan bahwa anak sekolah dengan obesitas merasa dikucilkan dari kelas olahraga dan menunjukkan tingkat harga diri yang rendah, dibandingkan dengan anak sekolah dengan berat badan normal (Delgado-Floody et al., 2018). Remaja dengan harga diri tinggi lebih bahagia dari remaja dengan harga diri rendah. Peningkatan harga diri akan menjadi bermanfaat untuk mengurangi masalah kesehatan mental pada remaja, hal ini menegaskan bahwa ada banyak area spiritual yang mempengaruhi harga diri seseorang (Kielkiewicz et al., 2020). Siswa siswi yang mengikuti pendidikan jasmani menunjukkan harga diri yang tinggi, terutama di bidang yang berkaitan dengan cabang yang disukai (Guszkowska et al., 2016). Kemudian penelitian sebelumnya telah dilakukan untuk membuktikan keterkaitan antara *self esteem* dengan prestasi belajar, bahkan hingga saat ini, membuktikan bahwa tema ini masih menjadi perdebatan yang menarik. Beberapa ahli menyatakan seseorang yang memiliki persentase ketidakpuasan yang besar terhadap keadaan tubuh dan tingkat harga diri mereka yang rendah, akan menyebabkan tingkat perilaku akademik yang rendah (Elsherif & Abdelraof, 2018). Dalam hal *self esteem*, seorang siswa yang menunjukkan rasa kompetensi yang rendah dalam menghadapi hasil yang kurang baik selama proses pembelajaran, *self esteem* mereka dalam domain yang berhubungan dengan keluarga dan hubungan sosial tetap stabil (Akoul et al., 2021). Hubungan sosial yang stabil disertai pemberian terapi kognitif yang berfokus untuk membantu seseorang dalam mengidentifikasi dan mengkoreksi pikiran maladaptif akan mengubah perilaku diri seseorang dan memiliki pengaruh yang lebih signifikan terhadap peningkatan harga diri remaja (Putri & Dewi, 2019)

Siswa yang memiliki *self esteem* tinggi pada umumnya memiliki kepercayaan diri dan keyakinan yang tinggi pula untuk dapat melakukan tugas gerak yang diinstruksikan. Sebaliknya, orang yang terlalu jauh dari standar dan harapan - harapan akan memiliki *self esteem* yang rendah (Tarigan et al., 2019). Berdasarkan *gap* atau kesenjangan pada studi sebelumnya, hal ini sesuai dengan kondisi dan fakta yang terjadi pada peserta didik di SMK Bunga Persada, di mana peneliti mengasumsikan mereka mempunyai elemen *self esteem* yang rendah, sehingga berdampak terhadap prestasi akademik yang rendah dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Dengan adanya sebuah

kesenjangan pada studi terdahulu, inilah yang mendasari perlunya mengkaji dan menyelidiki lebih jauh tentang *self esteem*, sehingga nantinya hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan kontribusi bagi guru, dosen maupun praktisi mengenai manfaat dari *self esteem*. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah menyelidiki mengenai korelasi antara *self esteem* dengan prestasi akademik peserta didik pada pembelajaran pendidikan jasmani di SMK Bunga Persada Cianjur.

Prestasi Belajar

Prestasi belajar adalah suatu hasil yang telah diperoleh atau dicapai dari aktivitas yang telah dilakukan atau dikerjakan. (Umboh et al., 2017). Prestasi belajar siswa dipengaruhi oleh berbagai faktor, yaitu : kompetensi profesional dari seorang guru, jiwa kepemimpinan yang dimiliki oleh guru, kinerja mengajar guru (Rahim et al., 2019). Hubungannya dengan aktivitas fisik, tampaknya tidak merusak prestasi akademis peserta didik dan remaja usia sekolah, akan tetapi pada kenyataannya, bermanfaat dalam memberikan motivasi dan kesiapan psikologis dalam melakukan proses pembelajaran yang lainnya (Barbosa et al., 2020). Salah satu hal positif dari keterlibatan peserta didik dalam hal kegiatan ekstrakurikuler olahraga akan berpengaruh positif terhadap pencapaian akademik peserta didik (Syamsudar, 2012). Prestasi akademik merupakan suatu pencapaian yang harus diperoleh setiap peserta didik, pencapaian prestasi akademik tersebut ada yang tinggi ada pula yang rendah. Untuk pencapaian prestasi akademik yang tinggi, bukanlah suatu perkara yang mudah, selain memerlukan bantuan, dorongan, arahan serta bimbingan dari guru, peserta didik pun harus memiliki sebuah kemauan, usaha serta mental yang kuat untuk merubah prestasi akademiknya menjadi lebih baik lagi dari pada sebelumnya. Diperlukan suatu faktor yang menunjang untuk mencapai tujuan itu, yaitu dengan kontribusi lingkungan sekitar dan faktor psikologis. Kaitannya dengan lingkungan ada hubungan positif yang signifikan antara lingkungan belajar dan akademik (Chuan et al., 2013). Apabila kita melihat dari faktor psikologis, tingkat keyakinan dan percaya diri atlet akan mempengaruhi pencapaian atlet elit sebesar 20% (Lengkana et al., 2018). Tidak hanya tingkat keyakinan saja melainkan kesehatan mental adalah sumber utama bagi atlet dalam kaitannya dengan kinerja dan perkembangan dalam mencapai prestasi maksimal mereka (Schinke et al., 2018). Selain itu, Para atlet lebih termotivasi dalam menghadapi sebuah pertandingan saat pelatih melakukan komunikasi dengan jelas dan diberikan langsung kepada atlet (Stambulova et al., 2020). Salah satu faktor psikologis yang diperkirakan berpotensi serta berkorelasi dengan prestasi akademik adalah *self esteem*. Ada hubungan positif yang signifikan antara lingkungan belajar dan akademik (Chuan et al., 2013). Pencapaian prestasi belajar dimasa pandemic covid-19, khususnya pembelajaran penjas diharapkan dapat tercapai lebih efektif dengan meningkatkan *self esteem* peserta didik atau memberikan motivasi baik dari guru atau melibatkan orang tua siswa. Sehingga tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui korelasi antara prestasi belajar dengan *self esteem* peserta didik dalam pembelajaran penjas dimasa pandemic covid-19.

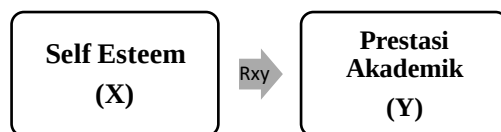
Metode

Metode memiliki peran yang sangat penting bagi peneliti untuk menjalankan sebuah penelitian. Banyak metode penelitian yang dapat digunakan, seperti metode penelitian eksperimen, PTK dan deskriptif. Dalam penelitian ini metode yang diaplikasikan adalah deskriptif korelasi. Mengenai pengertian penelitian deskriptif korelasi, dijelaskan oleh Suherman & Rahayu (2015, hlm. 86) bahwa “Penelitian korelasi yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui salah satu dari tujuan dasar untuk menjelaskan perilaku manusia yang penting atau untuk memprediksi hasil yang mungkin terjadi. Penelitian korelasi adalah penelitian yang berusaha menghubungkan antara satu unsur/elemen dengan unsur/elemen lain untuk menciptakan bentuk dan wujud

baru yang berbeda dengan sebelumnya (Fraenkel et al., 2012) . Hasil dari penelitian korelasi sangat bermanfaat bagi eksplorasi penelitian eskperimental berikutnya. Penelitian korelasi terkadang disebut juga penelitian deskriptif. Penelitian korelasi menggambarkan derajat hubungan antara dua atau lebih variabel kuantitatif dan untuk menjelaskannya digunakan koefisien korelasi (Ma, 2019). Dari pengertian dua teori di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa penelitian korelasi merupakan sebuah penelitian dengan tujuan utamanya adalah mencari hubungan antara variabel bebas (*self esteem*). Desain penelitian adalah semua proses yang diperlukan dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian. Dalam pengertian yang lebih ringkas, desain penelitian hanya pengumpulan dan analisis data (Nazir, 2005) Pada dasarnya desain penelitian berfungsi sebagai acuan peneliti dalam melakukan sebuah penelitian.

The design of research is fraught with complicated and crucial decisions. Researchers must decide which research questions to address, which theoretical perspective will guide the research, how to measure key constructs reliably and accurately, who or what to sample and observe, how many people/places/things need to be sampled in order to achieve adequate statistical power (Mitchell, 2015).

Untuk lebih jelasnya mengenai desain penelitian korelasional disajikan sebagai berikut:



Correlational Design

Meanwhile, Fraenkel and Wallen (2006:335)

Keterangan :

X : *Self Esteem*

Y : Prestasi Akademik

Rxy : Korelasi *Self Esteem* dengan Pencapaian Akademik

Populasi adalah sekelompok yang akan diteliti, kelompok dimana peneliti akan melakukan generalisasi hasil penelitiannya. *The larger group to which one hopes to apply the results is called population.* (Fraenkel et al., 2012) Artinya Suatu kelompok yang lebih besar yang diharapkan untuk menerapkan hasil disebut populasi. Dalam dunia pendidikan, populasi yang digunakan dalam penelitian biasanya adalah kelompok orang (siswa, guru atau individu lain) yang memiliki karakteristik tertentu. Dalam kasus tertentu, populasi didefinisikan sebagai kelompok ruang kelas, sekolah atau bahkan fasilitas pendidikan (Suherman & Rahayu, 2015, hlm. 67). Terkait penjelasan tersebut, maka populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas X di sekolah SMK Bunga Persada Cianjur yang berjumlah 32 orang. Menurut pendapat Suherman & Rahayu (2015, hlm. 67) bahwa “sampel merujuk pada proses pemilihan individu, kelompok atau objek penelitian. Oleh karena itu perlu dilakukan penyempelan terlebih dahulu untuk memilih sebagian populasi menjadi sampel dalam penelitian ini. Peneliti akan menggunakan teknik *total sampling*. *Total sampling* adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Instrumen adalah suatu alat yang digunakan untuk memperoleh informasi dari suatu objek penelitian. instrumen penelitian adalah alat atau tes yang digunakan untuk mengumpulkan data guna mendukung dalam keberhasilan suatu penelitian. (Sugiyono, 2016)

Berkenaan dengan hal itu, maka instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah: Instrumen *Self Esteem*; untuk mengukur *self esteem* yang dimiliki oleh siswa dapat menggunakan kuesioner. Kuesioner suatu teknik pengumpulan data atau informasi melalui formulir-formulir yang berisi pertanyaan yang akan dilakukan pengisian oleh beberapa responden untuk mendapatkan tanggapan atau jawaban yang akan

dianalisa (Cahyo et al., 2019). Pengukuran *self esteem* menggunakan alat ukur skala *self esteem* Rosenberg). Skala *Self Esteem* Rosenberg konstruksinya berupa skala Likert yang diisi sendiri oleh responden. Skala Likert adalah skala yang digunakan untuk mengukur persepsi, sikap atau pendapat seseorang atau kelompok mengenai sebuah peristiwa atau fenomena sosial, berdasarkan definisi operasional yang telah ditetapkan oleh peneliti. (diedit.com, 2017) Instrumen prestasi akademik yang digunakan untuk mengukur prestasi akademik siswa atau peserta didik dapat menggunakan hasil dari nilai raport mata pelajaran pendidikan jasmani. Uji reliabilitas instrumen untuk mengukur *self esteem* para siswa adalah skala *self esteem* yang dikembangkan oleh Rosenberg. Meskipun reliabilitas skala ini sudah diuji oleh penyusunnya tetapi dalam penelitian yang dilakukan penulis reliabilitas skala diuji kembali. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini berupa:

- Skala *Self Esteem* Rosenberg dibagikan kepada siswa. Skala ini terdiri atas sepuluh butir soal pernyataan. Menurut Sugiyono (2017, hlm.192) “Angket merupakan teknik pengumpulan data dimana partisipan/responden mengisi pertanyaan atau pernyataan kemudian setelah diisi dengan lengkap mengembalikan kepada peneliti”.
- Data prestasi akademik didapat dari nilai raport siswa atau peserta didik.

Analisis data masing-masing variabel yang diperoleh melalui proses pengukuran, merupakan nilai yang masih mentah. Adapun langkah-langkah yang dilakukan dalam pengolahan data hasil penelitian tersebut sebagai berikut: Uji analisis korelasi, setelah data terkumpul maka langkah selanjutnya adalah menghitungnya dengan menggunakan analisis korelasi yang bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan dan apabila ada, berapa eratnya hubungan serta berarti atau tidak hubungan itu. Analisis korelasi yang digunakan adalah analisis korelasi sederhana dengan menggunakan bantuan program SPSS versi 25.

Hasil dan Diskusi

Berdasarkan data yang telah diperoleh tentang *self esteem* dan prestasi belajar (akademik) para siswa atau peserta didik maka dibawah ini disajikan hasil pengolahan dan analisis data :

Reliabilitas Instrumen *Self Esteem*

Instrumen untuk mengukur *self esteem* para siswa adalah skala *self esteem* yang dikembangkan oleh Rosenberg. Meskipun reliabilitas skala ini sudah diuji oleh penyusunnya tetapi dalam penelitian yang dilakukan penulis, reliabilitas skala diuji kembali. Adapun hasil perhitungan statistik skala *self esteem* sebagai berikut.

Tabel 1
Hasil Penghitungan Reliabilitas Skala Self Esteem Rosenberg
Case Processing Summary

Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.889	10

	N	%
Cas Valid	32	100.0
es Excluded ^a	0	.0
Total	32	100.0

Hasil perhitungan dalam tabel 1 menunjukkan bahwa koefisien reliabilitas skala *Self Esteem* Rosenberg berdasarkan data yang diperoleh dari para siswa sebesar 0,889. Makna dari koefisien reliabilitas adalah suatu alat ukur yang dipengaruhi oleh karakteristik sampel (Moh. A. Hakim, 2011) Koefisien reliabilitas skala *Self Esteem* adalah $0,889 \times 0,889 = 0,790$. Besarnya random error adalah $1 - 0,790 = 0,210$. Jadi *random error* sebesar 0,210 relatif kecil, yang bermakna bahwa koefisien reliabilitas skala *Self Esteem* berdasarkan data yang diperoleh penulis sangat tinggi. Dengan demikian data *self steem* yang diperoleh reliabel dan dapat digunakan untuk mengkaji bagaimana hubungannya dengan prestasi akademik

Tabel 2
Hasil Perhitungan Korelasi *Self Esteem* dan Prestasi Akademik

	SELF ESTEE M	PRESTASI AKADE MIK
Spearman's rho	1.000	.643**
Correlation Coefficient	.	.000
Sig. (2-tailed)		
N	32	32
PRESTASI AKADEMIK	.643**	1.000
Correlation Coefficient	.000	.
Sig. (2-tailed)		
N	32	32

**,

Correlation is significant at the 0.01

Sesuai dengan pertanyaan penelitian yaitu seberapa kuat hubungan antara *self esteem* dan prestasi akademik, maka digunakan rumus korelasi *Pearson Correlation*.

Tabel 3
Koefisien Korelasi *Self Esteem* dengan Prestasi Akademik Memakai Pendekatan Non Parametrik

	SELF ESTEE M	PRESTASI AKADE MIK
SELF ESTEEM	1	.758**
Pearson Correlation		-.000
Sig. (2-tailed)		
N	32	32

PRESTASI Pearson	.758**	1
AKADEMI Correlation		
K Sig. (2-tailed)	.000	
N	32	32

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Dengan pendekatan non parametrik hasil perhitungan korelasi antara *self esteem*, dan prestasi akademik sebesar 0,643 dan signifikan pada tingkat kepercayaan 0,01. Korelasinya tergolong kuat yang bermakna makin meningkat *self esteem* seseorang makin bagus prestasi akademiknya. Koefisien determinasi sebesar $0,643^2 \times 100 \% = 41\%$.

Diskusi Temuan

Di lingkungan sekolah atau pendidikan pada umumnya status pendidikan jasmani dianggap rendah dalam kurikulum. Pandangan tersebut terjadi pada khalayak umum dan orang tua yang menyatakan bahwa pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah tidak ada kontribusinya kepada prestasi akademik. Karena itu pendidikan jasmani dan olahraga dianggap tidak bermanfaat. Kalangan ahli pendidikan jasmani mencoba untuk menyingkap kontribusi pendidikan jasmani dan olahraga terhadap prestasi akademik. Hasil penelitian dari menunjukkan bahwa kontribusi pendidikan jasmani dan olahraga terhadap prestasi akademik tidak secara langsung tetapi melalui capaian tujuan, yaitu bisa melalui kebugaran jasmani (fitness), dan fitness mempengaruhi peningkatan fungsi kognitif, antara lain karena peredaran darah di otak semakin lancar, hingga kemudian peningkatan fungsi kognitif mempengaruhi skor tes belajar prestasi akademik (Setiawan et al., 2020). Jalur kedua aktivitas jasmani dan olahraga itu mempengaruhi *self-esteem*, dan dari *self esteem* kemudian mempengaruhi skor tes (prestasi akademik). Pola hubungan ketiga dapat dianalisis dari efek pendidikan jasmani dan olahraga terhadap indeks massa tubuh (IMT) yang kemudian mempengaruhi skor tes (prestasi akademik). Penelitian yang dilakukan penulis memilih *self esteem* sebagai variable bebas dan prestasi akademik sebagai variable terikat atau terpengaruh. *Self esteem* diasumsikan sebagai salah satu capaian tujuan pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah, meskipun penelitian ini tidak melalui proses pengendalian program secara langsung karena masa pandemic. Namun demikian ternyata bukti uji statistik teknik korelasi tunggal menunjukkan kaitan antara *self esteem* dan prestasi akademik dengan perhitungan korelasi Pearson sebesar 0,758 dan signifikan pada taraf kepercayaan 0,01. Dengan pendekatan non parametrik, korelasi ranking berdasarkan rumus Spearman's rho diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,643 dan signifikan pada taraf kepercayaan 0,01. Ini berarti, meskipun tidak dalam pola hubungan kausal, tetapi korelasi yang signifikan tersebut menunjukkan bahwa ada kontribusi *self esteem* terhadap prestasi akademik.

Temuan penelitian penulis, meskipun berskala kecil dengan sampel 32 orang cenderung selaras dengan temuan peneliti lainnya. Penelitian (Howie & Pate, 2012) dan (Barbosa et al., 2020) mengungkap bahwa aktivitas jasmani dengan intensitas lebih besar pada waktu di luar jam sekolah menghasilkan skor tes (akademik) yang lebih tinggi. Peneliti lainnya (Delgado-Floody et al., 2018), dan (Anh Ngoc, 2020) mengungkap bahwa rata-rata prestasi akademik anak-anak yang memperoleh kegiatan ekstra pendidikan jasmani secara signifikan lebih tinggi dari pada anak-anak yang tidak memperoleh pendidikan jasmani sebagai kelompok control. Lebih spesifik lagi terkait mata pelajaran seperti kemampuan memahami isi bacaan dan matematik. Apabila kita menyandingkan antara kepercayaan diri dengan Pendidikan jasmani, terlihat bahwa kepercayaan diri memainkan peranan penting dalam pencapaian prestasi individu, termasuk keberhasilan dalam konteks pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (Hidayat, 2011).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data yang telah disajikan, maka diajukan simpulan dan saran sebagai berikut. Studi korelasional dalam penelitian ini, meskipun tidak sampai mengungkap hubungan sebab akibat, tetapi cukup kuat bukti yang menunjukkan bahwa *self esteem* berkorelasi kuat dengan prestasi akademik para siswa. Dengan kata lain semakin meningkat *self esteem* seseorang semakin tinggi prestasi akademiknya.

Saran

Para guru pendidikan jasmani perlu meningkatkan proses belajar dan mengajar pendidikan jasmani, yang tertuju, di antaranya untuk meningkatkan *self esteem* sebagai sasaran antara agar kemudian prestasi akademik meningkat. Di masa yang akan datang dapat perlu dilakukan penelitian dengan desain yang berbeda yaitu melalui metode eksperimen yakni ada intervensi dengan desain satu grup siswa memperoleh pendidikan jasmani dan olahraga tambahan di luar jam sekolah dan satu grup kontrol tidak memperoleh tambahan program. Melalui pengtesan sebelum dan sesudah ada intervensi dapat dibandingkan *self esteem* dan prestasi belajar kedua grup yang berbeda. Dengan kata lain apakah grup yang memperoleh intervensi lebih unggul dari yang tidak memperoleh program baik dalam hal *self esteem* maupun prestasi akademik.

Referensi

- Abduljabar, B. (2011). Pengertian pendidikan jasmani. *Ilmu Pendidikan*, 1991.
- Akoul, M., Lotfi, S., & Radid, M. (2021). Correlations of self-esteem with academic competencies and gender variations. *International Journal of Learning and Teaching*, 13(1). <https://doi.org/10.18844/ijlt.v13i1.5204>
- Al Hakim, R. R. (2020). Pencegahan Penularan Covid-19 Berbasis Aplikasi Android Sebagai Implementasi Kegiatan KKN Tematik Covid-19 di Sokanegara Purwokerto Banyumas. *Community Engagement and Emergence Journal (CEEJ)*, 2(1). <https://doi.org/10.37385/ceej.v2i1.125>
- Anggreni, N. W. Y., & Herdiyanto, Y. K. (2017). PENGARUH STIGMA TERHADAP SELF ESTEEM PADA REMAJA PEREMPUAN YANG MENGIKUTI EKTRAKURIKULER TARI BALI DI SMAN 2 DENPASAR. *Jurnal Psikologi Udayana*, 4(1). <https://doi.org/10.24843/jpu.2017.v04.i01.p20>
- Anh Ngoc, C. T. (2020). The Impact of Physical Education on Self-Esteem and Confidence of Orphaned Children. *Bioscience Biotechnology Research Communications*, 13(1). <https://doi.org/10.21786/bbrc/13.1/18>
- Barbosa, A., Whiting, S., Simmonds, P., Moreno, R. S., Mendes, R., & Breda, J. (2020). Physical activity and academic achievement: An umbrella review. In *International Journal of Environmental Research and Public Health* (Vol. 17, Issue 16). <https://doi.org/10.3390/ijerph17165972>
- Cahyo, K. N., Martini, & Riana, E. (2019). Perancangan Sistem Informasi Pengelolaan Kuesioner Pelatihan pada PT Brainmatics Cipta Informatika. *Journal of Information System Research (JOSH)*, 1(1).
- Candra Dewi, N. K. A. T., Astra, I. K. B., & Suwiwa, I. G. (2020). MOTIVASI MAHASISWA PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN MENJAGA KEBUGARAN JASMANI PADA MASA PANDEMI COVID-19. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 8(1). <https://doi.org/10.23887/jiku.v8i1.29573>
- Chuan, C. C., Yusof, A., & Shah, P. M. (2013). Sports involvement and academic achievement: A study of Malaysian university athletes. *International Education Studies*, 6(2). <https://doi.org/10.5539/ies.v6n2p12>

- Delgado-Floody, P., Cofré-Lizama, A., Guzmán-Guzmán, I. P., Mayorga, D. J., Martínez-Salazar, C., & Caamaño-Navarrete, F. (2018). Perception of obese schoolchildren regarding their participation in the physical education class and their level of self-esteem: Comparison according to corporal status. *Nutricion Hospitalaria*, 35(6). <https://doi.org/10.20960/nh.1786>
- Didik Rilastiyo Budi dan Arfin Deri Listiandi. (2021). Model Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani Abstrak. *Budi, D. R. (2021, February 1). Supplemental Materials for Preprint: Model Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani. Retrieved From.*
- diedit.com. (2017). Pengertian Skala Likert dan Contoh Cara Hitung Kuesionernya. In *Diedit.Com*.
- Elsherif, Z. A. E., & Abdelraof, A. S. E. (2018). The Relation between body image satisfaction, self-esteem and the academic behavior among the first and fourth year students in the faculty of nursing Tanta University. *Clinical Nursing Studies*, 6(3). <https://doi.org/10.5430/cns.v6n3p28>
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Helen H. Hyun. (2012). *How to Design and Evaluate Research in Education* (J. R. Fraenkel, Ed.; Eighth). The McGraw-Hill Companies.
- Guszkowska, M., Kuk, A., Zagórska, A., & Skwarek, K. (2016). Self-esteem of physical education students: Sex differences and relationships with intelligence. *Current Issues in Personality Psychology*, 4(1). <https://doi.org/10.5114/cipp.2015.55406>
- Hakim, Moh. A. (2011). KOEFISIEN RELIABILITAS SEBAGAI KARAKTERISTIK SAMPEL: PENGUJIAN DENGAN INSTRUMENT POTRAIT VALUES QUESTIONNAIRE (PVQ) DARI SCHWARTZ. *Psikoislamika : Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 8(2). <https://doi.org/10.18860/psi.v0i0.1550>
- Harris, M. A., & Orth, U. (2020). The link between self-esteem and social relationships: A meta-analysis of longitudinal studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 119(6), 1459–1477. <https://doi.org/10.1037/pspp0000265>
- Herlina, H., & Suherman, M. (2020). Potensi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (Pjok) Di Tengah Pandemi Corona Virus Disease (Covid)-19 Di Sekolah Dasar. *Tadulako Journal Sport Sciences And Physical Education*, 8(1).
- Hidayat, Y. (2011). Model konseptual kepercayaan diri dalam aktivitas olahraga. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Universitas Pendidikan Indonesia*, 1(2).
- Howie, E. K., & Pate, R. R. (2012). Physical activity and academic achievement in children: A historical perspective. In *Journal of Sport and Health Science* (Vol. 1, Issue 3). <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2012.09.003>
- Ikbali, M., & Nurjannah. (2016). Meningkatkan Self Esteem dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy pada Peserta Didik Kelas VIII Di SMP Muhammadiyah Jati Agung Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2015/2016. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(1).
- Kielkiewicz, K., Mathúna, C., & McLaughlin, C. (2020). Construct Validity and Dimensionality of the Rosenberg Self-Esteem Scale and Its Association with Spiritual Values Within Irish Population. *Journal of Religion and Health*, 59(1). <https://doi.org/10.1007/s10943-019-00821-x>
- Lengkana, A. S., Tangkudung, J., & Asmawi, Moch. (2018). THE EFFECT OF POWER LIMBS, SPEED REACTION, FLEXIBILITY AND SELF CONFIDENCE ON THE ACHIEVEMENT OF ELITE ATHLETES ATHLETIC WEST JAVA IN THE TRACK NUMBER. *JIPES - JOURNAL OF INDONESIAN PHYSICAL EDUCATION AND SPORT*, 4(2). <https://doi.org/10.21009/jipes.042.03>
- Ma, Y. Z. (2019). Corrections to: Quantitative Geosciences: Data Analytics, Geostatistics, Reservoir Characterization and Modeling. In *Quantitative Geosciences: Data Analytics, Geostatistics, Reservoir Characterization and Modeling*. https://doi.org/10.1007/978-3-030-17860-4_25
- Mitchell, O. (2015). Experimental Research Design. In *The Encyclopedia of Crime and Punishment*. <https://doi.org/10.1002/9781118519639.wbecpx113>
- Nazir, M. (2005). Metode Penelitian, Ghalia Indonesia. *Nuraini R, EKa*.

- pandemic and Olympic/Paralympic athletes' developmental challenges and possibilities in times of a global crisis-transition. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1810865>
- Pertiwi, R. M., Nurhasan, N., & Syam, T. A. R. (2018). Pengembangan Model Pembelajaran Sirkuit Untuk Membantu Pola Gerak Lokomotor, Non Lokomotor, dan Manipulatif Anak Down Syndrome. *Jendela Olahraga*, 3(2). <https://doi.org/10.26877/jo.v3i2.2452>
- Pusparagen, Y., & Suherman, A. (2018). PENGARUH PEMBERIAN UMPAN BALIK DAN GENDER TERHADAP PENINGKATAN SELF ESTEEM SISWA SMP. *Didaktik : Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 4(1). <https://doi.org/10.36989/didaktik.v4i1.66>
- Putri, A. B. P., & Dewi, D. K. (2019). Hubungan antara self-esteem dengan konformitas dalam memilih kegiatan kemahasiswaan pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya angkatan 2017. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(3).
- Rahim, Ilyas, gunawan bata, & Azis, M. (2019). prestasi belajar sangat dipengaruhi. *Pengaruh Kompetensi Profesional, Kepemimpinan Kepala Sekolah Kinerja Mengajar Guru Terhadap Prestasi Belajar Siswa Di Smk Insan Cemerlang Kabupaten Berau*, 2.
- Romadlon, F. (2020). Mendefinisikan Ulang Pola Pembelajaran Daring: Antara Sharing Knowledge dan Transfer Etika. In *COVID-19 Dalam Ragam Tinjauan Perspektif*.
- Rozi, F., Shidiq, A. A. P., & Rahman, A. Y. (2021). ASPEK AMAN, IMUN, DAN IMAN PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI IAIN SALATIGA SELAMA PANDEMI COVID-19 [THE ASPECTS OF SAFETY, IMMUNITY, AND FAITH IN PHYSICAL EDUCATION LEARNING AT IAIN SALATIGA DURING THE COVID-19 PANDEMIC]. *Polyglot: Jurnal Ilmiah*, 17(1). <https://doi.org/10.19166/pji.v17i1.2908>
- Schinke, R. J., Stambulova, N. B., Si, G., & Moore, Z. (2018). International society of sport psychology position stand: Athletes' mental health, performance, and development. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(6). <https://doi.org/10.1080/1612197X.2017.1295557>
- Setiawan, H., Rahayu, N. I., & Juliantine, T. (2020). Integrasi program SPARK dalam pendidikan jasmani terhadap peningkatan health-related fitness siswa. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 13(2). <https://doi.org/10.21831/jpipfip.v13i2.28979>
- Stambulova, N. B., Schinke, R. J., Lavalley, D., & Wylleman, P. (2020). The COVID-19
- Syamsudar, B. (2012). DAMPAK KEGIATAN EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA TERHADAP PEROLEHAN HASIL BELAJAR SISWA: *Academic Achievement* [Universitas Pendidikan Indonesia]. <http://repository.upi.edu/8677/>
- Sugiyono. (2016). Metodologi Penelitian dan Pengembangan. Bandung. In *Penerbit Alfabeta*.
- Umboh, E., Kepel, B., & Hamel, R. (2017). HUBUNGAN ANTARA MOTIVASI BELAJAR DENGAN PRESTASI AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SAM RATULANGI MANADO. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 5(1).
- Winarni, S., & Lutan, R. (2020). Emphaty and tolerance in physical education: Cooperative vs. classical learning. *Cakrawala Pendidikan*, 39(2). <https://doi.org/10.21831/cp.v39i2.31851>
- Yunita, N. (2020). Penyebab, Asal Mula, dan Pencegahan Virus Corona di Indonesia. *Detik*.
- Yusuf, W. P. P., & Nyoko, Y. O. (2019). Knowledge and Eating Patterns of Fishermen With Hypertension In The Puskesmas Wulla Waijelu. *Jurnal Kesehatan Primer*.