

# Kontribusi Rasa Percaya Diri dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Peserta Didik Ekstrakurikuler Tenis Meja Di SMA Negeri 1 Lubuk Alung

Selvi Susanti<sup>1\*</sup>, Masrun<sup>2</sup>, Tjung Hauw Sin<sup>3</sup>, Pringgo Mardesia<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia  
Email Korespondensi: [susantiselvi614@gmail.com](mailto:susantiselvi614@gmail.com)

## ABSTRAK

Tujuan Penelitian ini adalah melihat kontribusi rasa percaya diri dan motivasi belajar terhadap hasil belajar peserta didik ekstrakurikuler tenis meja di SMA Negeri 1 Lubuk Alung. Jenis pada penelitian ini adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini seluruh peserta didik ekstrakurikuler tenis meja yang berjumlah 35 orang diantaranya 20 putri dan 15 putra, pengambilan sampel menggunakan teknik sampel jenuh yaitu sensus dimana keseluruhan populasi dijadikan sampel. Instrumen penelitian ini yaitu berupa angket/ kuesioner rasa percaya diri dan motivasi. Hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1) Rasa percaya diri berkontribusi terhadap hasil belajar peserta didik ekstrakurikuler tenis meja di SMA Negeri 1 Lubuk Alung sebesar 22,47% yaitu signifikan, dikarenakan berdasarkan perbandingan nilai  $t_{hitung} (3,0906) > t_{tabel} (0,2826)$ . (2) Motivasi belajar berkontribusi terhadap hasil belajar peserta didik ekstrakurikuler tenis meja di SMA Negeri 1 Lubuk Alung sebesar 15,26% yaitu signifikan, dikarenakan berdasarkan perbandingan nilai  $t_{hitung} (2,4361) > t_{tabel} (0,2826)$ . (3) Rasa percaya diri dan motivasi belajar secara bersama-sama berkontribusi terhadap hasil belajar peserta didik ekstrakurikuler tenis meja di SMA Negeri 1 Lubuk Alung sebesar 181% tetapi tidak signifikan, dikarenakan berdasarkan perbandingan nilai  $F_{hitung} (-34,71) < F_{tabel} (3,295)$ .

**Kata Kunci:** Hasil belajar, rasa percaya diri, motivasi belajar

## *Contribution of Self-Confidence and Learning Motivation to Learning Outcomes for Table Tennis Extracurricular Students at Lubuk Alung State 1 high school*

### ABSTRACT

*The aim of this research is to see the contribution of self-confidence and learning motivation to the learning outcomes of table tennis extracurricular students at State Senior High School 1 Lubuk Alung. The type of this research is correlational. The population in this study were all table tennis extracurricular students, totaling 35 people, including 20 girls and 15 boys. The sample was taken using a saturated sampling technique, namely a census where the entire population was sampled. The results of data analysis show that: (1) Self-confidence contributes to student learning outcomes by 22.47%, which is significant, because it is based on the comparison of  $t_{count} (3.0906) > t_{table} (0.2826)$ . (2) Learning motivation contributes to student learning outcomes by 15.26%, which is significant, because it is based on the comparison of  $t_{count} (2.4361) > t_{table} (0.2826)$ . (3) Self-confidence and motivation to learn together contribute to the learning outcomes of table tennis extracurricular students at SMA Negeri 1 Lubuk Alung by 181% but it is not significant, because based on the comparison of the  $F_{count} (-34.71) < F_{table} (3.295)$ .*

**Keywords:** Learning outcomes, self-confidence, learning motivation

---

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan upaya pengembangan potensi manusia atau sumber daya manusia melalui kegiatan pembelajaran dengan tujuan memanusiakan manusia secara menyeluruh (Sin & Hidayani, 2020). Pendidikan merupakan faktor terpenting dalam setiap aspek kehidupan sebagai sarana untuk menjadikan manusia yang cerdas dan berkualitas. Pendidikan jasmani tidak dapat dipisahkan dari proses interaksi dengan orang lain di sekitar lingkungan pendidikan, sehingga berbagai permasalahan akan timbul dari interaksi tersebut. Permasalahan yang berkaitan dengan interaksi dengan orang lain antara lain naik turunnya tingkat kepercayaan diri dan motivasi belajar seseorang.

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang cocok dilakukan oleh semua orang. Olahraga tidak lagi hanya diperuntukkan bagi para atlet saja namun kini harus menjadi sebuah kebiasaan di masyarakat (Firdani, Y., s, A., haryanto, jeki, & Ridwan, m. 2024; Pribadi, I., Maidarman, M., Afrizal, A., & Okilanda, A. 2024; Syaiful, W., Irawadi, H., Umar, U., & Arifan, I. 2024; Febritha, G., Irawan, R., Arwandi, J., & Yenes, R. 2024; Reren, D., Maidarman, M., Ridwan, M., Ridwan, M., & Haryanto, J. 2024). Salah satu permainan olah raga tenis meja berbasis keterampilan dasar ekstrakurikuler tenis meja peserta didik di SMA Negeri 1 Lubuk Alung yang ditujukan untuk pembelajaran ekstrakurikuler di sekolah. Dalam bermain tenis meja perlu mempelajari beberapa teknik, yaitu cara mempertahankan bet, cara memukul, dan cara berdiri.

Masalah mengenai kepercayaan diri peserta didik terhadap hasil belajar ekstrakurikuler tenis meja sangat penting dalam kegiatan olahraga tenis meja. Rasa percaya diri peserta didik dapat menumbuhkan semangat belajar dan berkembang, tanpa menimbulkan rasa malas. Hal ini tentunya memberikan dampak positif bagi kesehatan fisik dan mental serta pengembangan bakat setiap peserta didik ekstrakurikuler tenis meja. Mengenai proses pendidikan dan kegiatan ekstrakurikuler tenis meja SMA Negeri 1 Lubuk Alung rasa percaya diri sangat bermanfaat karena saya telah berhasil menyelesaikan proses pembelajaran baik pendidikan kurikuler maupun kegiatan ekstrakurikuler.

Motivasi merupakan faktor yang sangat penting dalam proses pembelajaran ekstrakurikuler tenis meja, karena dapat meningkatkan hasil belajar dan membangkitkan minat belajar peserta didik (Masrun, Darmawan et al., 2020). Peserta didik yang bermotivasi tinggi akan mempunyai energi yang cukup untuk menyelesaikan kegiatan belajarnya dengan baik. Motivasi belajar juga dapat menimbulkan motivasi dalam diri

peserta didik, sehingga mengarah pada pembelajaran yang baik dan berorientasi pada kegiatan belajar (Masrun et al., 2022). Jika kegiatan pembelajaran berorientasi maka tujuan pendidikan akan mudah tercapai. Pendidik juga harus mempunyai strategi atau gaya belajar yang baik agar peserta didik termotivasi belajar yang benar-benar bermanfaat untuk mencapai tujuan belajarnya.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan guru PJOK SMA Negeri 1 Lubuk Alung pada saat peneliti melakukan praktik di bidang pendidikan (PLK) pada tanggal 13 Juli 2023, Bapak Welsa Febrianto, S.Pd mengatakan mengenai peserta didik SMA Negeri 1 Lubuk Alung masih kurang disiplin peserta didiknya dalam kegiatan olah raga. Misalnya pada jam pelajaran olah raga, masih banyak peserta didik yang datang terlambat ke lapangan, dan ada pula peserta didik yang berkelahi dan adu mulut dengan guru saat belajar. Pada saat kegiatan praktek dilapangan peserta didik masih kurang percaya diri dalam proses pembelajaran yang berkesinambungan dan kurangnya motivasi sehingga kegiatan pembelajaran di lapangan olah raga kurang membawa hasil belajar yang baik.

Terkait dengan rasa percaya diri dan motivasi belajar peserta didik ekstrakurikuler tenis meja di SMA Negeri 1 Lubuk Alung, permasalahan yang ada pada peserta didik ekstrakurikuler tenis meja tersebut masih rendahnya hasil belajar peserta didik yang ditunjukkan melalui proses pembelajaran dilapangan serta dari nilai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) nilai 80, yang dibandingkan dengan nilai rapor peserta didik pada saat peneliti melaksanakan praktek lapangan pendidikan (PLK). Hasil penyelidikan lapangan awal menunjukkan bahwa hasil pembelajaran yang dicapai dalam PJOK belum maksimal. Pada saat pembelajaran dilapangan, peneliti menemukan ada beberapa peserta didik yang belum memenuhi Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) secara total. Di antara 35 peserta didik, 10 (28,6%) peserta didik mempunyai nilai di bawah nilai KKM yang ditentukan dan 25 (71,5%) peserta didik mempunyai nilai lebih tinggi dari nilai KKM yang ditentukan. Nilai KKM harus 80. Peserta didik yang nilainya tidak memenuhi Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) harus mengikuti tes remedial atau ulangan selama pembelajaran.

## **METODE**

Berdasarkan masalah yang diteliti jenis penelitian ini termaksud penelitian deskriptif kuantitatif jenis korelasional. Penelitian deskriptif kuantitatif adalah penelitian yang bertujuan untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau masalah lain yang datanya

berupa angka-angka yang dianalisis menggunakan statistik. Penelitian korelasional (*correlational research*) bertujuan untuk melihat ada atau tidaknya dan sejauh mana ditemukan korelasi secara kuantitatif antara dua variabel atau lebih (Barlian, 2009: 19). Data diambil langsung dari variabel penelitian. Variabel dalam penelitian ini ada dua, pertama ada variabel bebas yaitu rasa percaya diri dan motivasi belajar, variabel terikat kedua yaitu hasil belajar peserta didik. Tempat pelaksanaan penelitian ini di SMA Negeri 1 Lubuk Alung. Populasi adalah suatu wilayah generalisasi yang mencakup objek atau subyek dengan kualitas dan karakteristik tertentu yang ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulan. Dalam penelitian ini populasinya adalah seluruh peserta didik yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tenis meja di SMA Negeri 1 Lubuk Alung yang berjumlah 35 peserta didik ekstrakurikuler yang terdiri dari 20 putri dan 15 putra. Sampel merupakan bahagian dari populasi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah sampel jenuh. Sampel jenuh adalah sensus, dimana semua anggota populasi dijadikan sampel. Menurut Sugiyono (2009), teknik pengambilan sampel jenuh apabila seluruh anggota populasi dijadikan sampel. Oleh karena itu, sampel yang diambil dari populasi harus benar-benar representatif atau mewakili. Dalam penelitian ini populasi dan sampel jenuh yang diambil adalah seluruh peserta didik yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tenis meja di SMA Negeri 1 Lubuk Alung. Jumlah populasi sebanyak 35 orang yang akan dijadikan sampel jenuh dalam penelitian ini, diantaranya kelas X dan kelas XI yang terdiri 20 putri dan 15 putra.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini dengan menggunakan kuesioner/angket tentang kepercayaan diri dan motivasi. Pembuatan kuesioner dimulai dengan membuat kisi-kisi, berdasarkan variabel, sub variabel, sub variabel dan item berupa pertanyaan terutama tentang kepercayaan diri dan motivasi.

Skala *Likert* adalah skala yang digunakan untuk mengukur persepsi, sikap, atau pendapat seseorang atau kelompok terhadap suatu peristiwa atau fenomena sosial (Pranatawijaya et al., 2019). Ada dua jenis pertanyaan dalam skala *Likert*, yaitu pertanyaan positif untuk mengukur skala positif dan pertanyaan negatif untuk mengukur skala negatif. Pertanyaan positif diberi skor 5, 4, 3, 2, dan 1, sedangkan bentuk pertanyaan negatif diberi skor 1, 2, 3, 4, dan 5.

<b>Pernyataan</b>	<b>Positif (+)</b>	<b>Negatif (-)</b>
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Ragu-ragu (RR)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

(Nurhasanah dalam Arsil 2015:191)

Selanjutnya ditinjau dari metode atau teknik pengumpulan data, teknik pengumpulan data dapat dilakukan melalui wawancara, angket, observasi, dan gabungan ketiga metode tersebut Sugiyono (2017:137). Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian adalah penggunaan kuesioner.

Menurut Sugiyono (2017:142), kuesioner adalah suatu teknik pengumpulan data dengan cara memberikan serangkaian pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden. Teknik pengumpulan data selanjutnya dengan menyebarkan kuesioner untuk mengumpulkan informasi dan wawasan tentang kontribusi rasa percaya diri dan motivasi belajar terhadap hasil belajar peserta didik di SMA Negeri 1 Lubuk Alung. Selanjutnya dilakukan uji prasyarat analisis dan juga wawancara terbatas dan observasi langsung sebagai ricek dari keabsahan data tersebut.

Mendapatkan gambaran yang jelas mengenai permasalahan kontribusi rasa percaya diri, dan motivasi peserta didik sekolah menengah atas, terlebih dahulu dilakukan proses wawancara terhadap responden yang mampu memberikan jawaban atas permasalahan rasa percaya diri, dan motivasi yang dimaksud. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis kuantitatif. Analisis penelitian ini dilakukan untuk mengetahui kontribusi rasa percaya diri, dan motivasi belajar terhadap Hasil belajar peserta didik ekstrakurikuler tenis meja di SMA Negeri 1 Lubuk Alung. Teknik analisis data meliputi:

Mendapatkan gambaran yang jelas mengenai permasalahan kontribusi rasa percaya diri, dan motivasi peserta didik sekolah menengah atas, terlebih dahulu dilakukan proses wawancara terhadap responden yang mampu memberikan jawaban atas permasalahan rasa percaya diri, dan motivasi yang dimaksud. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis kuantitatif. Analisis penelitian ini dilakukan untuk mengetahui kontribusi rasa percaya diri, dan motivasi belajar terhadap Hasil belajar peserta didik ekstrakurikuler tenis meja di SMA Negeri 1 Lubuk Alung.

## HASIL

Pengukuran hasil belajar PJOK dilakukan dengan memeriksa hasil belajar PJOK sebanyak 35 sampel, nilai tertinggi 98, nilai terendah 65, nilai rata-rata (mean) 82,29, standar deviasi (SD) 9,86. Untuk lebih jelasnya lihat tabel distribusi frekuensi hasil belajar di bawah ini.

Tabel 1. Distribusi frekuensi hasil belajar PJOK

<b>Kelas Interval Skor</b>	<b>Frekuensi Absolut</b>	<b>Presentase Relatif</b>	<b>Kriteria</b>
>90	10	29%	Sangat Baik
85 - 89	7	20%	Baik
79 - 84	6	17%	Sedang
<78	12	34%	Kurang
<b>Jumlah</b>	35	100%	

Berdasarkan tabel klasifikasi hasil belajar diketahui hasil belajar PJOK sangat baik sebanyak 10 peserta didik (29%) dan hasil belajar PJOK baik sebanyak 7 peserta didik (20%). Pada kategori rata-rata sebanyak 6 peserta didik (17%) dan pada kategori eksklusi sebanyak 12 peserta didik (34%). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa hasil belajar PJOK peserta didik ekstrakurikuler tenis meja di SMA Negeri 1 Lubuk Alung adalah kurang.

Untuk meningkatkan rasa percaya diri peserta didik ekstrakurikuler tenis meja di SMA Negeri 1 Lubuk Alung diberikan angket/tes seleksi. Hasil penelitian kepercayaan diri 35 peserta didik ekstrakurikuler tenis meja SMA Negeri 1 Lubuk Alung mencapai nilai tertinggi 148, nilai terendah 120, nilai rata-rata (rata-rata) 139, 63, standar deviasi (standar deviasi) 7 Untuk lebih jelasnya, lihat tabel berikut:

Tabel 2. Distribusi frekuensi rasa percaya diri.

<b>Interval</b>	<b>Frekuensi Absolut</b>	<b>Presentase Relatif</b>	<b>Kriteria</b>
<b>30-54</b>	0	0%	Sangat Tidak Setuju
<b>55-78</b>	0	0%	Tidak Setuju
<b>79-102</b>	0	0%	Ragu-ragu
<b>103-126</b>	4	11%	Setuju
<b>127-150</b>	31	89%	Sangat Setuju
<b>Jumlah</b>	35	100%	

Dari tabel di atas diketahui bahwa dari 35 peserta didik dengan tingkat keyakinan setuju, 4 peserta didik (11%) mempunyai tingkat keyakinan setuju, kemudian 31 peserta didik (89%) mempunyai tingkat keyakinan Setuju. keyakinan keyakinan sangat setuju. Dan tidak ada peserta didik dengan tingkat keyakinan yang kuat yang keberatan, tidak setuju, dan ragu. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri peserta didik ekstrakurikuler tenis meja di SMA Negeri 1 Lubuk Alung adalah sepenuhnya sangat setuju.

Untuk motivasi belajar ekstrakurikuler tenis meja peserta didik SMA Negeri 1 Lubuk Alung dilakukan tes seleksi angket/angket. Hasil penelitian motivasi belajar 35 peserta didik ekstrakurikuler tenis meja SMA Negeri 1 Lubuk Alung mencapai skor tertinggi 148, skor terendah 122, skor rata-rata (mean) 139, 51, standar deviasi (standar deviasi) 5,541. Untuk lebih jelasnya lihat tabel berikut ini:

Tabel 3. Distribusi frekuensi motivasi belajar.

<b>Interval</b>	<b>Frekuensi Absolut</b>	<b>Presentase Relatif</b>	<b>Kriteria</b>
<b>30-54</b>	0	0%	Sangat Tidak Setuju
<b>55-78</b>	0	0%	Tidak Setuju
<b>79-102</b>	0	0%	Ragu-ragu
<b>103-126</b>	2	6%	Setuju
<b>127-150</b>	33	94%	Sangat Setuju
<b>Jumlah</b>	35	100%	

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa dari 35 orang peserta didik mengenai motivasi belajar, 2 orang peserta didik (6%) mempunyai tingkat motivasi belajar yang cukup, kemudian 33 orang peserta didik (94%) mempunyai tingkat motivasi belajar yang sangat setuju. Dan tidak ada peserta didik yang mempunyai tingkat motivasi yang sepenuhnya tidak menyenangkan, tidak menyenangkan, dan tidak pasti. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar peserta didik ekstrakurikuler tenis meja di SMA Negeri 1 Lubuk Alung adalah sepenuhnya sangat setuju. Untuk lebih jelasnya lihat diagram berikut:

### Pengujian Prasyarat Analisis

#### Uji Normalitas

Tabel 4. Uji Normalitas Sebaran Data Peserta Didik Ekstrakurikuler Tenis Meja

No	Variabel	Lo	Lt (0,05)	Keterangan
1	Rasa Percaya Diri	0,1159	0,8860	Normal
2	Motivasi Belajar	0,1908	0,8860	Normal
3	Hasil Belajar PJOK	0,0442	0,8860	Normal

Berdasarkan Tabel 4 data seluruh variabel (X1, X2 dan Y) Artinya tiap-tiap variabel penelitian yaitu normal.

#### Uji Hipotesis

##### Pengujian Hipotesis 1 (X1 Terhadap Y)

Tabel 5. Analisis Hipotesis Pertama

Korelasi	r		t	
	Hitung	Tabel (0,05)	Hitung	Tabel (0,05)
Rasa Percaya Diri (X1)	0,4741	0,3338	3,0906	0,2826
Hasil Belajar PJOK (Y)				



Menurut dari tabel di atas, rasa percaya diri memiliki peran yang signifikan terhadap hasil belajar peserta didik ekstrakurikuler tenis meja di SMA Negeri 1 Lubuk Alung karena perbandingan nilai  $t_{hitung} (3,0906) > t_{tabel} (0,2826)$  menunjukkan bahwa H1 dapat diterima.

### **Pengujian Hipotesis Kedua (X2 Terhadap Y)**

Tabel 6. Analisis Hipotesis Kedua

Korelasi	r		t	
	Hitung	Tabel (0,05)	Hitung	Tabel (0,05)
Motivasi Belajar (X2) Hasil Belajar PJOK (Y)	0,3907	0,3338	2,4361	0,2826

Dari tabel di atas, motivasi belajar memiliki peran yang signifikan terhadap hasil belajar peserta didik ekstrakurikuler tenis meja di SMA Negeri 1 Lubuk Alung karena perbandingan nilai  $t_{hitung} (2,4361) > t_{tabel} (0,2826)$  menunjukkan bahwa H2 dapat diterima.

### **Pengujian Hipotesis Ketiga (X1 Dan X2 Terhadap Y)**

Tabel 7. Analisis Hipotesis Ketiga

$F_{hitung}$	$F_{tabel}$	Koefisien Determinasi	Kesimpulan
-34,71	3,295	181%	Tidak Signifikan

Berdasarkan tabel diatas, rasa percaya diri dan motivasi belajar berkontribusi bersama-sama sebesar 181% terhadap hasil belajar peserta didik ekstrakurikuler tenis meja di SMA Negeri 1 Lubuk Alung, tetapi tidak signifikan karena berdasarkan perbandingan skor  $F_{hitung} (-34,71) < F_{tabel} (3,2950)$ , maka diartikan bahwa H3 ditolak.

## **PEMBAHASAN**

### **Kontribusi Rasa Percaya Diri Terhadap Hasil Belajar PJOK Peserta Didik Ekstrakurikuler Tenis Meja Di SMA Negeri 1 Lubuk Alung**

Rasa percaya diri merupakan hal yang wajib dimiliki oleh setiap orang khususnya peserta didik baru karena mereka yakin akan kemampuannya (Radyuli et al., 2020)

(Synthiawati & Putri, 2023). Rasa percaya diri ini dapat mendatangkan hasil atau prestasi yang tinggi (Aulia et al., 2019; Komara, 2016). Oleh karena itu, kepercayaan diri didefinisikan sebagai atribut seseorang yang percaya pada kemampuan dan penilaiannya sendiri, yang percaya diri, dan terkadang berani. (Meirisa et al., 2020; (Sheldrake, 2016). Karena tujuan akhir peserta didik dalam proses belajar adalah mencapai hasil akademik yang tinggi, maka rasa percaya diri merupakan hal yang sangat penting bagi setiap peserta didik (Irhamna et al., 2020) (Rumawatine, 2023).

Dari uraian di atas dapat dipahami bahwa kepercayaan diri memberikan kontribusi sebesar 22% terhadap hasil belajar PJOK. Hasil tersebut menunjukkan bahwa rasa percaya diri peserta didik mempunyai peranan penting terhadap hasil belajar PJOK di SMA Negeri 1 Lubuk Alung. Semakin tinggi rasa percaya diri peserta didik, diharapkan peserta didik mulai berani bertanya ketika mengikuti kegiatan belajar mengajar dan terjadi interaksi antara peserta didik dengan guru dan antara peserta didik dengan peserta didik untuk meningkatkan hasil belajar melalui PJOK.

### **Kontribusi Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar PJOK Peserta Didik Ekstrakurikuler Tenis Meja Di SMA Negeri 1 Lubuk Alung**

Motivasi memegang peranan yang sangat penting dalam melaksanakan proses belajar untuk mencapai hasil belajar yang diinginkan (Ibrahim & Jaafar, 2017). Dalam proses belajar motivasi sangat diperlukan karena orang yang tidak termotivasi belajar tidak akan mampu melakukan kegiatan belajar (Alhadi & Nanda Eka Saputra, 2017). Motivasi dan belajar merupakan dua hal yang saling mempengaruhi (Cook & Artino, 2016; Syahputra et al., n.d.). Belajar adalah suatu perubahan tingkah laku yang relatif permanen dan kemungkinan besar dihasilkan dari latihan atau penguatan berdasarkan pencapaian tujuan tertentu (Elshareif & Mohamed, 2021). Motivasi belajar dapat timbul karena faktor internal, berupa keinginan, keinginan untuk sukses dan dorongan akan kebutuhan belajar, harapan akan cita-cita (Ditta et al., 2020; Andesta et al., 2023). Sedangkan faktor eksternal meliputi penghargaan, lingkungan belajar yang menyenangkan, dan kegiatan belajar yang menarik (Rose et al., 2020). Namun tidak boleh dilupakan bahwa kedua faktor tersebut disebabkan oleh rangsangan tertentu yang membuat seseorang ingin melakukan kegiatan belajar dengan lebih aktif dan bersemangat (Dr. Hamzah B. Uno, 2012). Tujuan motivasi dapat membantu individu mencapai tujuan yang diinginkan (Masrun, Darmawan et al., 2020).

Dari uraian di atas dapat dipahami bahwa motivasi belajar memberikan kontribusi sebesar 15,26% terhadap hasil belajar PJOK. Sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain. Hasil tersebut menunjukkan bahwa motivasi peserta didik mempunyai peranan penting terhadap hasil belajar PJOK peserta didik di SMA Negeri 1 Lubuk Alung.

### **Kontribusi Rasa Percaya Diri Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Peserta Didik Ekstrakurikuler Tenis Meja Di SMA Negeri 1 Lubuk Alung**

Belajar adalah perubahan perilaku yang relatif permanen yang dihasilkan dari pengalaman masa lalu atau dari pembelajaran yang ditargetkan atau direncanakan (Nurrita, 2018). Hasil belajar adalah hasil yang dicapai siswa setelah mengikuti kegiatan pembelajaran. Hasil belajar siswa dapat berupa kompetensi yang berkaitan dengan pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang diperoleh siswa setelah proses pembelajaran (Rahman, 2021). Di pihak guru, kegiatan mengajar diakhiri dengan proses evaluasi hasil belajar. Dari sudut pandang pembelajar, hasil belajar merupakan tujuan dan puncak akhir dari proses pembelajaran (Dimiyati dan Mudjiono, 2013).

Berdasarkan analisis data terdapat 2 faktor atau variabel yang memberikan kontribusi terhadap hasil belajar PJOK peserta didik SMA Negeri 1 Lubuk Alung yaitu kepercayaan diri dan motivasi belajar, dan hasil analisis data menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 181 %.

Untuk mencapai hasil belajar yang optimal, peserta didik harus mengikuti langkah-langkah tertentu. Salah satunya menyangkut faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar. Karena hanya dengan cara inilah peserta didik dapat mencapai hasil belajar yang optimal. Rasa percaya diri dan motivasi belajar dianggap sebagai faktor internal yang mempengaruhi hasil belajar. Oleh karena itu, semakin tinggi tingkat kepercayaan diri dan motivasi belajar seorang peserta didik, maka semakin tinggi pula hasil belajar yang akan dicapainya.

### **KESIMPULAN**

Dari pembahasan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa variabel X1 dan X2 dari variabel Y, serta variabel X1 dan X2 dari variabel Y, sama-sama memberikan kontribusi terhadap terciptanya variabel Y, yakni signifikan. Peneliti diminta untuk mengajukan rekomendasi berdasarkan hasil analisis dan kesimpulan kajian: (1) Guru harus selalu membimbing dan mengenal peserta didik dengan meningkatkan rasa percaya diri dan

memberikan motivasi serta merancang metode pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik dengan memberikan motivasi dan perhatian peserta didik dapat menyerap konten pengajaran dengan baik untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik.

(2) Bagi peneliti agar lebih memahami kontribusi rasa percaya diri dan motivasi belajar terhadap hasil belajar.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Alhadi, S., & Nanda Eka Saputra, W. (2017). *The Relationship between Learning Motivation and Learning Outcome of Junior High School Students in Yogyakarta*. 66(Yicemap), 138–141.
- Andesta, N., Padli, P., Argantos, A., & Sari, D. P. (2023). Tingkat Motivasi Latihan Atlet Renang G Sport Center. *Gladiator*, 275–285.
- Aulia, A., Marjohan, M., & Rakimahwati, R. (2019). The contribution of learning motivation and self-confidence towards the resolution of students' learning problems. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, 3(3), 148–155.
- Cook, D. A., & Artino, A. R. (2016). Motivation to learn: an overview of contemporary theories. *Medical education*, 50(10), 997–1014.
- Ditta, A. S., Strickland-Hughes, C. M., Cheung, C., & Wu, R. (2020). Exposure to information increases motivation to learn more. *Learning and Motivation*, 72(August), 101668.
- Dr. Hamzah B. Uno, M. P. (2012). *Teori Motivasi & Pengukurannya*.
- Elshareif, E., & Mohamed, E. A. (2021). The effects of E-learning on students' motivation to learn in higher education. *Online Learning Journal*, 25(3), 128–143.
- Fantino, N., Argantos, A., Kiram, Y., & Mariati, S. (2024). A ANALYSIS OF THE CONFIDENCE LEVEL OF MAN 2 BASKETBALL PLAYERS PADANG CITY. *Gladiator*, 4(4), 801-808.
- Febritha, G., Irawan, R., Arwandi, J., & Yenes, R. (2024). Pengaruh Latihan Plyometrik Terhadap Daya Ledak Otot Tungkai Pada Atlet Futsal Di Klub Labschool Futsal Academy Padang. *Gladiator*, 4(2), 331-344.
- Firdani, Y., s, A., haryanto, jeki, & Ridwan, m. (2024). PENGARUH LATIHAN METODE HIGH INTENSITY INTERVAL TRAINING TERHADAP KECEPATAN TENDANGAN SABIT ATLET PENCAK SILAT TAPAK SUCI. *Gladiator*, 4(4), 809-819.
- Hidayat, A. R., Padli, P., Sin, T. H., & Mariati, S. (2021). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan terhadap Kemampuan Chestpass Atlet Ekstrakurikuler Bolabasket. *Gladiator*, 1(4), 177–185.
- Ibrahim, H. I., & Jaafar, A. H. (2017). The outcomes of work-integrated learning programmes: The role of self-confidence as mediator between interpersonal and self-management skills and motivation to learn. *Pertanika Journal of Social Sciences and Humanities*, 25(2), 931–948.

- Iksan, I., Umar, U., Argantos, A., & Denay, N. (2024). Analisis Keterampilan Teknik Dasar Renang Gaya Dada Atlet SeRia Aquatic. *Gladiator*, 4(4), 752-761. Retrieved from
- Irhamna, I., Amry, Z., & Syahputra, H. (2020). Contribution of Mathematical Anxiety, Learning Motivation and Self-Confidence to Student's Mathematical Problem Solving. *Budapest International Research and Critics in Linguistics and Education (BirLE) Journal*, 3(4), 1759–1772.
- Items, R., Rose, W., Rose, W., If, T., & Rose, W. (2020). *The Impact of Online Use of English on Motivation to Learn Martin Lamb a and Fauziah Eka Arisandy b*.
- Komara, I. B. (2016). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Prestasi Belajar dan Perencanaan Karir Siswa SMP. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(1), 33.
- Masrun, Darmawan, R. Z., Padli, & Alnedral. (2020). Kontribusi Antara Motivasi dan Koordinasi Mata-Tangan Dengan Keterampilan Servis Bawah Bolavoli. *Jurnal Patriot*, 2(3), 860–873.
- Masrun, M., Iyakrus, I., & Pujiyanto, D. (2022). Pengaruh kesegaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*, 11(2), 319–330.
- Meirisa, D., Fachrezzy, F., & Takhi, K. (2020). Survei Motivasi Dan Kepercayaan Diri Dalam Olahraga Taekwondo Pada Siswa Perempuan Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Adaptif*, 110–118.
- Nurrita, T. (2018). *Kata Kunci : Media Pembelajaran dan Hasil Belajar Siswa*. 03, 171–187.
- Pribadi, I., Maidarman, M., Afrizal, A., & Okilanda, A. (2024). Revitalisasi Kinerja Fisik: Membuka Potensi Tersembunyi dalam Peningkatan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola. *Gladiator*, 4(4), 840-852
- Putri, F., Donie, D., Yendrizal, Y., & Putra, J. (2024). Pengaruh Latihan Drop Push Up Terhadap Kemampuan Pukulan Gyaku Tsuki Atlet Shorinji Kempo Dojo Balai Kota Sawahlunto. *Gladiator*, 4(4), 743-751.
- Radyuli, P., Wijaya, I., & Ulfina, I. (2020). Correlation of Self-Confidence and Student Learning Motivation Against Learning Outcomes of Class X Digital Simulation. *Journal of Education Research and Evaluation*, 4(2), 216.
- Rahman, S. (2021). Pentingnya Motivasi Belajar Dalam Meningkatkan Hasil Belajar. *Merdeka Belajar, November*, 289–302.
- Reren, D. M., Maidarman, M., Ridwan, M., & Haryanto, J. (2024). Kontribusi Kelentukan dan Kelincahan terhadap Tendangan Sabit pada Atlet Perguruan Silat Tangan Mas. *Gladiator*, 395–403.
- Rumawatine, Z. (2023). The Effect Of Personal Learning Models On Self-Confidence And Learning Outcomes To Play Soccer In Extracurricular Men's Soccer. *JIM: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Sejarah*, 8(2), 864–873.
- Sheldrake, R. (2016). Confidence as motivational expressions of interest, utility, and other influences: Exploring under-confidence and over-confidence in science

- students at secondary school. *International Journal of Educational Research*, 76, 50–65.
- Sin, T. H., & Hudayani, F. (2020). Studi motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 5(1), 30.
- Syahputra, A. R., Irawadi, H., & Sari, S. N. (n.d.). Hubungan Motivasi dan Minat dengan Hasil Belajar PJOK. *Gladiator*, 863–876.
- Syaiful, W., Irawadi, H., Umar, U., & Arifan, I. (2024). Tinjauan Kondisi Fisik Dan Teknik Dasar Siswa Sekolah Sepak Bola (SSB). *Gladiator*, 4(4), 787-800. Retrieved from
- Synthiawati, N. N., & Putri, F. F. (2023). *The Relationship between Confidence and Motivation with Learning Outcomes of Gymnastics Floor for Grade X MIPA Students in Kesamben Public High School*. 5(1), 74–80.
- Yazid, A., Maidarman, M., Syahara, S., & Setiawan, Y. (2024). Tinjauan Teknik dan Kondisi Fisik Permainan Bola Voli SMA N 8 Padang. *Gladiator*, 4(4), 762-778. Retrieved fro