**RINGKASAN**

**FIRDAUS DERMAWAN. Hubungan Kesegaran Jasmani dan Percaya Diri dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Siswa SMK BIM Banjarsari. SKRIPSI. Jakarta. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. 2015.**

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh informasi tentang hubungan antara kesegaran jasmani dan percaya diri dengan hasil belajar pendidikan jasmani siswa. Pengambilan data dilakukan di SMK BIM Banjarsari pada tanggal 4-7 februari 2015.

Penelitian ini menggunakan metode Kuantitatif dengan teknik studi korelasi, populasi yang digunakan yaitu siswa SMK BIM Banjarsari sebanyak 127 orang, pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *random sampling* sebanyak 20 orang. Teknik pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan teknik analisis statistika Persamaan Regresi dan korelasi ganda yang dilanjutkan dengan uji-t pada taraf signifikasi α = 0,05.

Hasil penelitian menunjukkan: *pertama*, terdapat hubungan yang berarti antara Kesegaran Jasmani dengan Hasil Belajar, dengan persamaan garis linier Ῡ = 14,44 + 0,71X1, koefisien korelasi (ry1) = 0,71 dan koefisien determinasi (ry1²) = 0,504, yang berarti variabel Kesegaran Jasmani memberikan sumbangan terhadap Hasil Belajar sebesar 50,4%. *Kedua*, Terdapat hubungan yang berarti antara Percaya Diri dengan Hasil Belajar, dengan persamaan garis linier Ῡ = 20,21+ 0,595X2, koefisien korelasi (ry2) = 0,595 dan koefisien determinasi (ry1²) = 0,3540 yang berarti variabel Percaya Diri memberikan sumbangan dengan Hasil belajar sebesar 35,4%. *Ketiga*, terdapat hubungan yang berarti antara Kesegaran Jasmani dan Percaya Diri dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani dengan persamaan garis linier Ῡ = 3,5+ 0,55X1 + 0,33X2, koefisien korelasi Ry1-2 = 0,766 dan koefisien determinasi (Ry1-2)² = 0,587 yang berarti terdapat hubungan antara Kesegaran Jasmani dan Percaya Diri secara bersama-sama dengan Hasil Belajar pendidikan jasmani sebesar 58,7%.

**KATA PENGANTAR**

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan nikmat, rahmat, dan karunia-nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Skripsi ini dibuat untuk memenuhi persyaratan untuk mendapat gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Hubungan Kesegaran Jasmani dan Percaya Diri Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Siswa SMK BIM Banjarsari”.

Peneliti sangat menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan baik dari segi kriteria penulisan maupun dari segi teknik penulisannya. Maka dari itu peneliti menerima kritik dan saran agar skripsi ini menjadi jauh lebih baik.

Pada penelitian ini peneliti tidak lupa mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta Bapak Dr. Abdul Sukur S.Pd, M.Si yang telah memberikan izin untuk peneliti melaksanakan penelitian, Pembimbing I Bapak Dr. Johansyah Lubis M.Pd, dan Pembimbing II Ibu Dr. Yusmawati M.Pd, yang telah membimbing dalam penyusunan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan tepat waktu. serta kepada semua pihak yang telah membantu penyelesaian penulisan skripsi ini. Terimakasih juga peneliti sampaikan kepada keluarga besar peneliti yang membantu peneliti dalam memberikan dukungan moril maupun materil.

Pada akhirnya peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca dan dapat membantu pembaca dalam ilmu pengetahuan dibidang olahraga pendidikan.

Jakarata, februari 2015

F.D

**DAFTAR ISI**

**Hal**

RINGKASAN i

KATA PENGANTAR iii

DAFTAR ISI v

DAFTAR TABEL viii

DAFTAR GAMBAR ix

DAFTAR LAMPIRAN xii

BAB I PENDAHULUAN 1

1. Latar Belakang Masalah 1
2. Identifikasi Masalah 5
3. Pembatasan Masalah 5
4. Perumusan Masalah 5
5. Kegunaan Penelitian 6

BAB II KAJIAN TEORITIK 7

1. Kerangka Teoritik 7
2. Hakikat Kesegaran Jasmani 7
3. Pengertian Kesegaran Jasmani 7
4. Komponen Kesegaran Jasmani 8
5. Keuntungan Pembinaan Kesegaran Jasmani 12
6. Percaya Diri 14
7. Definisi Percaya Diri 14
8. Komponen Percaya Diri 15
9. Percaya Diri dan Pembinaan Mental 20
10. Percaya Diri dan Kegagalan...................... 21
11. Hakikat Hasil Belajar 22
12. Pengertian Hasil Belajar 22
13. Penilaian Hasil Belajar 22
14. Kerangka Berpikir 28
15. Pengajuan Hipotesis 29

BAB III METODOLOGI PENELITIAN 30

1. Tujuan Penelitian 30
2. Tempat dan Waktu Penelitian 30
3. Metode Penelitian 31
4. Variabel Penelitian 31
5. Populasi dan Sampel 32
6. Teknik Pengumpulan Data 32
7. Instrumen Penelitian 32
8. Teknik Analisa Data 47

BAB IV HASIL PENELITIAN 49

1. Deskripsi Data 49
2. Variabel Kesegaran Jasmani 49
3. Variabel Percaya Diri 51
4. Variabel Hasil Belajar 53
5. Pengujian Hipotesis 56
6. Hubungan antara Kesegaran Jasmanidengan Hasil Belajar 56
7. Hubungan antara Percaya Diri dengan Hasil Belajar 57
8. Hubungan antara Kesegaran Jasmani dan Percaya Diri dengan Hasil Belajar 58

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 60

1. Kesimpulan 60
2. Saran 60
3. Kelemahan Penelitian.............................................. 61

DAFTAR PUSTAKA 62

LAMPIRAN – LAMPIRAN 63

**DAFTAR TABEL**

Tabel 1. Nilai Tes Kesegaran Jasmani Indonesia Putra 40

Tabel 2. Nilai Tes Kesegaran Jasmani Indonesia Putri 40

Tabel 3. Kisi-Kisi Instrumen Percaya Diri 42

Tabel 4. Penilaian Tes Praktek Penjas 45

Tabel 5. Penilaian Tugas Penjas 45

Tabel 6. Penilaian Sikap Siswa 46

Tabel 7. Dekskripsi Data Penelitian 49

Tabel 8. Data KesegaranJasmani 50

Tabel 9. Data Percaya Diri 52

Tabel 10 Data Hasil Belajar 54

Tabel 11. Uji keberartian Koefisien Korelasi X1 terhadap Y 56

Tabel 12. Uji keberartian Koefisien Korelasi X2 terhadap Y 57

Tabel 13. Uji keberartian Koefisien KorelasiX1X2 terhadap Y 58

Tabel 14. Daftar hasil Kesegaran jasmani (X1), Percaya Diri (X2), dan Hasil Belajar (Y) 63

Tabel 15. Data Mentah hasil tes Kesegaran jasmani (X1),Percaya Diri (X2), dan Hasil Belajar (Y) 64

Tabel 16. Data Mentah yang diubah dalam T Skor 71

Tabel 17. Data Persiapan untuk Persiapan Regresi dan Korelasi 72

Tabel 18. Data Hasil Uji Coba Instrumen Percaya Diri 88

Tabel 19. Validitas Instrumen Percaya Diri 92

Tabel 20. Reabilitas Uji Coba Percaya Diri 94

Tabel 20. Hasil Penelitian Percaya Diri 98

Tabel 21. Angket Penelitian Percaya Diri 101

**DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1*.* Korelasi X1 X2 Terhadap Y 31

Gambar 2*.* Histogram Kesegaran Jasmani 51

Gambar 3*.* Histogram Percaya Diri 53

Gambar 4. Histogram Hasil Belajar. 55

Gambar 5. Dokumentasi Tes Lari 103

Gambar 6. Dokumentasi Pengisian Angket 103

Gambar 7. Dokumentasi Tes Baring Duduk 104

Gambar 8. Dokumentasi Tes Senam Lantai 104

Gambar 9. Dokumentasi Tes Bola Voley 105

Gambar 10.Dokumentasi Foto Bersama 105

**Daftar Lampiran**

Lampiran 1*.* Daftar hasil Kesegaran Jasmani (X1), Percaya Diri (X2), dan Hasil Belajar (Y) 63

Lampiran 2*.* Data Mentah Hasil Tes Kesegaran Jasmani (X1), Percaya Diri (X2), dan Hasil Belajar (Y) 64

Lampiran 3. Langkah-Langkah Perhitungan. 65

Lampiran 4. Data Mentah yang diubah dalam T Skor 71

Lampiran 5. Data untuk Persiapan Regresi dan Korelasi 72

Lampiran 6. Menghitung rata-rata dan simpangan baku T-skor 73

Lampiran 7. Perhitungan Persamaan Regresi 76

Lampiran 8. Mencari koefisien korelasi dan uji keberartian koefisien korelasi 81

Lampiran 9. Perhitungan Uji Koefisien Determinasi 86

Lampiran10. Data Hasil Ujicoba Percaya Diri 88

Lampiran11. Dokumentasi pengambilan data Kesegaran Jasmani, Percaya Diri, dan Hasil Belajar 103