

**EFEKTIVITAS PERMAINAN KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA PUTUS
SEKOLAH DI YAYASAN NURSAHABAT – JAKARTA TIMUR**



ADINDA SYAHARANI

1605621067

**Skripsi ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Olahraga**

**PROGRAM STUDI OLAHRAGA REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2026

LEMBAR PERSEMBAHAN

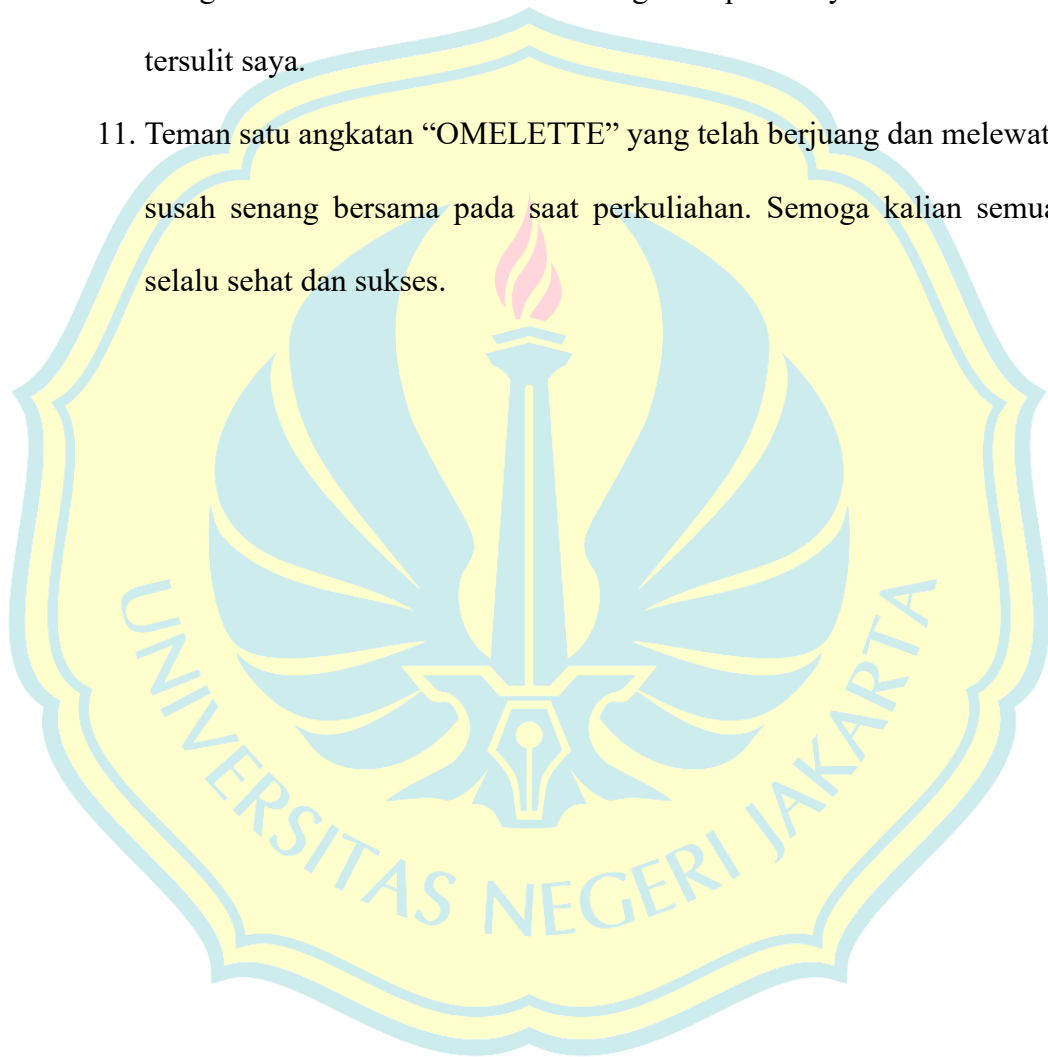
Puji dan Syukur kepada Allah SWT dan Rasul-Nya, Nabi Muhammad SAW. Karena atas berkah, Rahmat, dan karunia yang tiada habis, penulis dapat menuntaskan skripsi ini. Sebab penulis meyakini bahwa segala bentuk usaha dan doa yang dikerahkan untuk menyelesaikan skripsi ini tidak akan berarti tanpa keterlibatan Yang Maha Kuasa.

Skripsi ini dipersembahkan untuk seluruh orang hebat yang terlibat, baik secara langsung maupun dalam bentuk dukungan. Tentunya skripsi ini tidak dapat terselesaikan dengan baik tanpa keterlibatan berbagai pihak yang telah memberikan sumbangsih pemikiran serta dukungan. Baik dukungan akademik, moral, dan finansial. Untuk itu penulis secara hormat mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar., M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan. Secara hormat saya ucapkan terima kasih atas bantuan serta ilmu yang bermanfaat.
2. Dr. Drs. Zulham, M.Si., MCE, selaku Koordinator program studi Olahraga Rekreasi. Terima kasih atas dukungan, bantuan, dan ilmu yang diberikan selama saya menjalani perkuliahan di Universitas Negeri Jakarta.
3. Bapak Masnur Ali, M.Pd, selaku dosen ahli validasi sekaligus pembimbing akademik saya. Terima kasih atas bantuan serta dukungan yang selalu diberikan kepada saya selama saya menjadi mahasiswa Univertitas Negeri Jakarta.

4. Dr. Muhamad Arif, M.Pd, selaku dosen pembimbing I saya yang luar biasa. Tentunya tanpa bimbingan, arahan, dan sumbangsih pemikiran beliau, skripsi ini tidak dapat selesai secara maksimal. Terima kasih bapak, atas segala pengertian, nasihat, dan saran yang diberikan membuat saya lebih percaya diri untuk menyelesaikan skripsi ini. Semoga kebaikan selalu menyertai.
5. Dr. Slamet Sukriadi, M.Pd, yang juga selaku dosen pembimbing II saya yang luar biasa. Tentunya tanpa bimbingan, arahan, dan sumbangsih pemikiran beliau, skripsi ini tidak dapat selesai secara maksimal. Terima kasih bapak, atas segala pengertian, nasihat, dan saran yang diberikan membuat saya lebih percaya diri untuk menyelesaikan skripsi ini. Semoga kebaikan selalu menyertai.
6. Dr. Aryati Mowll, S.Pd., M.Ed selaku dosen ahli validasi. Terima kasih atas bantuan serta dukungan yang diberikan.
7. Kedua orang tua saya, Bapak Gini Sumanto dan Ibu Jumini. Saya bersyukur memiliki kedua orang tua hebat yang selalu menjadi alasan saya untuk terus melangkah. Tentunya berkat dukungan, kasih sayang, dan do'a yang tidak pernah terputus, saya dapat menyelesaikan perkuliahan ini.
8. Kakak, keponakan, dan seluruh keluarga besar saya yang selalu menghibur, dan memberikan dukungan kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

9. Saudara saya Annisa Lusyani Zahra dan Hanna Tuzzakiyah Aris, yang selalu membantu serta memberikan dukungan kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Sahabat seperjuangan saya Dwi Wahyutara Pratiwi, yang selalu bersedia menghibur serta memberikan dukungan kepada saya dimasa- masa tersulit saya.
11. Teman satu angkatan “OMELETTE” yang telah berjuang dan melewati susah senang bersama pada saat perkuliahan. Semoga kalian semua selalu sehat dan sukses.



**EFEKTIVITAS PERMAINAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN
KEPERCAYAAN DIRI REMAJA PUTUS SEKOLAH DI YAYASAN
NURSAHABAT – JAKARTA TIMUR**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas permainan kelompok dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja putus sekolah di Yayasan Nursahabat Jakarta Timur. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pre-eksperimental dan desain one-group pretest–posttest. Subjek penelitian berjumlah 30 remaja putus sekolah yang berada di bawah binaan Yayasan Nursahabat Jakarta Timur. Instrumen penelitian yang digunakan berupa angket kepercayaan diri dengan skala Likert. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif dan uji Paired Sample t-test. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan tingkat kepercayaan diri remaja putus sekolah setelah mengikuti kegiatan permainan kelompok. Hasil uji statistik menunjukkan perbedaan yang signifikan antara tingkat kepercayaan diri sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa permainan kelompok efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja putus sekolah di Yayasan Nursahabat Jakarta Timur. Permainan kelompok dapat dijadikan sebagai alternatif metode pembinaan psikososial yang bersifat partisipatif dan menyenangkan bagi remaja putus sekolah.

Kata kunci: permainan kelompok, kepercayaan diri, remaja putus sekolah

***THE EFFECTIVENESS OF GROUP GAMES ACTIVITIES IN IMPROVING
SELF-CONFIDENCE AMONG SCHOOL DROPOUT ADOLESCENTS AT
NURSAHABAT FOUNDATION – EAST JAKARTA***

ABSTRACT

This study aims to examine the effectiveness of group games in improving the self-confidence of school dropout adolescents at the Nursahabat Foundation, East Jakarta. The study employed a quantitative approach using a pre-experimental method with a one-group pretest–posttest design. The participants consisted of 30 school dropout adolescents under the guidance of the Nursahabat Foundation. The research instrument was a self-confidence questionnaire using a Likert scale. Data were analyzed using descriptive statistics and a Paired Sample t-test. The results indicated an improvement in the level of self-confidence of school dropout adolescents after participating in group games. Statistical analysis showed a significant difference between self-confidence levels before and after the intervention. Based on the findings, it can be concluded that group games are effective in enhancing the self-confidence of school dropout adolescents at the Nursahabat Foundation, East Jakarta. Group games may serve as an alternative psychosocial intervention that is participatory and enjoyable for school dropout adolescents.

Keywords: group games, self-confidence, school dropout adolescents

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT, karena berkah, rahmat, dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Efektivitas Permainan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Remaja Putus Sekolah di Yayasan Niursahabat – Jakarta Timur”. Skripsi ini merupakan syarat untuk memperoleh gelar sarjana Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi, namun berkat bantuan dari berbagai pihak skripsi ini dapat terselesaikan. Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada ibu Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, S.Pd., M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan. Bapak Dr. Drs. Zulham, M.Si., MCE selaku Koordinator Program studi Olahraga Rekreasi. Bapak Dr. Muhamad Arif, M.Pd selaku dosen pembimbing I. Bapak Dr. Slamet Skuriadi, M.Pd selaku dosen pembimbing II. Bapak Masnur Ali, M.Pd dan ibu Dr. Aryati Mowll, S.Pd., M.Ed selaku dosen ahli validasi.

Terima kasih juga penulis ucapkan kepada seluruh pengurus Yayasan Nursahabat serta para remaja atas bantuan, serta dukungan dalam menyusun skripsi ini. Penulis menyadari akan adanya keterbatasan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis memohon maaf atas segala kekurangannya. Semoga skripsi ini bisa bermanfaat.

Jakarta, 8 Januari 2026

Adinda Syaharani

DAFTAR ISI

PERNYATAAN ORISINALITAS.....	i
LEMBAR PERSEMBAHAN	iii
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumususan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN TEORITIK.....	9
A. Kajian Teori.....	9
1. Kepercayaan Diri	9
2. Remaja Putus Sekolah.....	19
3. Permainan Kelompok.....	21
B. Peneliatan Yang Relevan.....	26
C. Kerangka Berpikir.....	29
D. Hipotesis Penelitian.....	30
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	31
A. Tujuan Penelitian.....	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	31

C. Metode Penelitian.....	31
D. Populasi dan Sampel	33
E. Teknik Pengumpulan Data	34
1. Instrumen Penelitian.....	34
2. Pengujian Validitas dan Reliabilitas.....	35
F. Kisi-Kisi Instrumen.....	36
G. Teknik Analisis Data	38
BAB IV PEMBAHASAN.....	41
A. Deskripsi Data Penelitian.....	41
1. Hasil deskripsi data pre-test	42
2. Hasil deskripsi data post-test.....	43
B. Pengujian Hipotesis.....	44
1. Uji Normalitas	44
2. Uji Reliabilitas	45
3. Uji Paired T-test	46
C. Pembahasan Penelitian.....	47
BAB V KESIMPULAN.....	52
A. Kesimpulan	52
B. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA.....	54
LAMPIRAN.....	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Persentase Angka Putus Sekolah.....	2
Gambar 4.1 Grafik Hasil Skor Pre-test	48
Gambar 4.2 Grafik Hasil Post-test	50

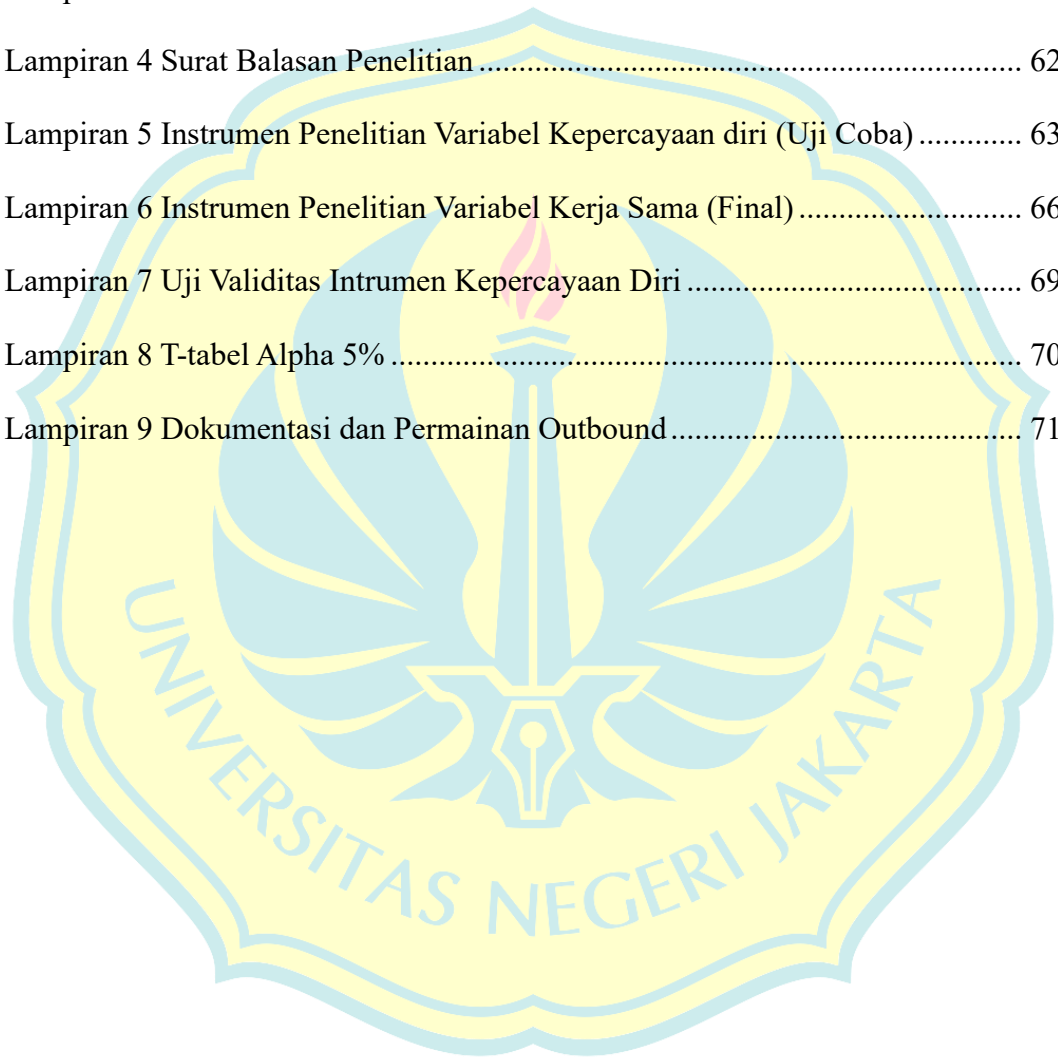


DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Umur Remaja Putus Sekolah.....	3
Tabel 2. 1 Perbedaan Outbound, Outdoor game, dan Permainan Kelompok	25
Tabel 2.2 Jurnal Penelitian Terdahulu	26
Tabel 3. 1 Keterangan One-Group Pretest-Posttest Design	33
Tabel 3. 2 Kisi-Kisi Instrumen	36
Tabel 4. 1 Deskripsi Nilai Pre-Test dan Post-Test.....	41
Tabel 4. 2 Nilai Pre-Test.....	42
Tabel 4. 3 Nilai Post-Test	43
Tabel 4. 4 Uji Normalitas Shapiro-Wilk	45
Tabel 4. 5 Uji Realibilitas.....	46
Tabel 4. 6 Uji T-Paired	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Usulan Judul Skripsi.....	59
Lampiran 2 Validasi Ahli Kepercayaan Diri	60
Lampiran 3 Surat Penelitian.....	61
Lampiran 4 Surat Balasan Penelitian	62
Lampiran 5 Instrumen Penelitian Variabel Kepercayaan diri (Uji Coba)	63
Lampiran 6 Instrumen Penelitian Variabel Kerja Sama (Final)	66
Lampiran 7 Uji Validitas Instrumen Kepercayaan Diri	69
Lampiran 8 T-tabel Alpha 5%	70
Lampiran 9 Dokumentasi dan Permainan Outbound	71



PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi yang saya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta ataupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni dari sebuah ide, gagasan, dan penelitian saya sendiri yang dibantu oleh arahan dosen pembimbing.
3. Seluruh tulisan dalam skripsi ini tidak terdapat pendapat yang telah ditulis oleh orang lain, kecuali pendapat yang dijadikan sebagai acuan dan telah disebutkan nama pengarang serta dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sungguh - sungguh dan apabila terdapat ketidakbenaran dan penyimpangan dalam pernyataan ini dikemudian hari, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan aturan yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 8 Januari 2026


D9ANX255031175
Adinda Syaharani
NIM.1605621067



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220

Telepon/Faksimili: 021-4894221

Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Adinda Syaharani
NIM : 1605621067
Fakultas/Prodi : Olahraga Rekreasi
Alamat email : adindakagami@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Efektivitas Permainan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan
Diri Remaja Putus Sekolah Di Yayasan Nursahabat - Jakarta
Timur.

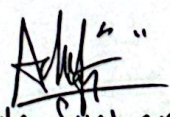
Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 20 Januari 2026

Penulis


(Adinda Syaharani)
nama dan tanda tangan

LEMBAR PENGESAHAN

Nama

Tanda Tangan

Tanggal

Pembimbing I

Dr. Muhamad Arif, M.Pd

NIDN. 0023028304

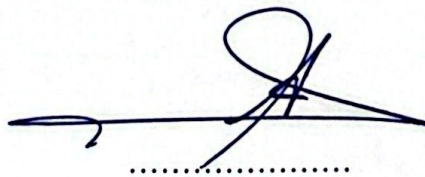


15/26
01

Pembimbing II

Dr. Slamet Sukriadi, M.Pd

NIP. 198210282015041002



15/26
01

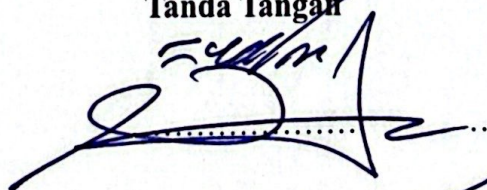
Nama

Tanda Tangan

Tanggal

Dr. Drs. Zulham, M.Si., MCE

NIP.197203022005011002



19/1-2026

Drs. Iwan Barata, M.Pd

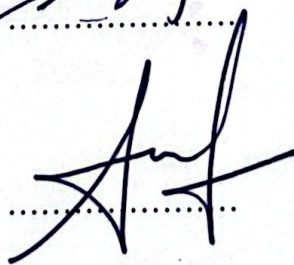
NIP.196803092001121001



15/26
01

Dr. Muhamad Arif, M.Pd

NIDN. 0023028304



15/26
01

Dr. Slamet Sukriadi, M.Pd

NIP.198210282015041002



15/26
01

Masnur Ali, M.Pd

NIP.199209012019031014



15/26
01

Tanggal Lulus : 08 - 01 - 2026