

**PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN INKUIRI TERHADAP
PENINGKATAN RASA PERCAYA DIRI SISWA KELAS XI DALAM
MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN
KESEHATAN DI SMK NEGERI 2 SUBANG**

**WALUYO ADI PRASOJO, DENI MUDIAN, IYAN NURDIYAN HARIS
PJKR FKIP UNIVERSITAS SUBANG
ABSTRAK**

Penelitian ini dilaksanakan di SMK Negeri 2 Subang Kabupaten Subang, Jawa Barat. Tujuan penelitian adalah (1) Untuk mengetahui apakah model pembelajaran inkuiri dapat memberikan pengaruh terhadap peningkatan rasa percaya diri siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SMK Negeri 2 Subang. (2) Untuk mengetahui model pembelajaran manakah yang lebih berpengaruh antara model pembelajaran inkuiri dan model pembelajaran langsung terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SMK Negeri 2 Subang. Penelitian ini adalah penelitian *Quasi Eksperiment*. Desain penelitian yang digunakan adalah *Non-Equivalent Pretest Posttest Control Group Desain*. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI Bidang Keahlian Pelayaran dengan jumlah siswa sebanyak 121 orang. Pada penelitian ini, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah "*Cluster Random Sampling*" yaitu menetapkan sebanyak 61 orang. Instrumen yang digunakan adalah skala kepercayaan diri model skala Likert. Semua data yang dikumpulkan pada saat tes akhir diolah dan dianalisis dengan menggunakan Uji *Paired Samples T Test Pre-Test* dengan *Post-Test* dan Uji *Independent Sample T-Test* dengan terlebih dahulu dilakukan uji asumsi normalitas dan homogenitas. Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data diperoleh kenaikan rata-rata nilai kelas eksperimen sebesar 7,29 sedangkan kenaikan rata-rata nilai kelas kontrol sebesar 3,74 sehingga diketahui kenaikan skor kepercayaan diri siswa kelas eksperimen lebih besar 3,55 dibandingkan dengan kelas kontrol. Dan diketahui juga nilai *Independent Sample T-Test sig.(2-tailed)* $0,003 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran inkuiri memberikan pengaruh lebih signifikan terhadap kepercayaan diri siswa daripada model pembelajaran langsung. Sesuai dengan hasil penelitian ini, direkomendasikan agar para guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan menerapkan model pembelajaran inkuiri dalam proses belajar mengajar.

Kata kunci: Model Pembelajaran Inkuiri, Rasa Percaya Diri Siswa

A. PENDAHULUAN

Dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan nasional, maka perlu diwujudkan penyajian berbagai mata pelajaran yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Salah satu mata pelajaran yang diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pembangunan nasional yaitu mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Tujuan dasar dari

pendidikan jasmani menurut Giriwijoyo, Komariah dan Kartinah (2007:12-13) adalah:

“...meningkatkan kemampuan kesehatan manusia secara paripurna, baik dari aspek jasmaniah, rohani maupun sosial. Penerapan Pendidikan jasmani/olahraga secara tepat berperan besar dalam menyetatkan dan mencerdaskan kehidupan bangsa”.

Tujuan penjas menurut Bucher 1964 (dalam Suherman 2009:7) yaitu perkembangan fisik, perkembangan gerak, dan perkembangan sosial. Dari pernyataan Bucher dapat disimpulkan bahwa, pendidikan jasmani tidak hanya terpusat pada aktivitas fisik semata, tetapi juga aktivitas psikis (Haris, 2017). Seorang guru pendidikan jasmani memiliki peran strategis dalam mengorganisasikan seluruh kegiatan pembelajaran siswa. Guru penjas dituntut memiliki pengetahuan, kemampuan dan keterampilan yang dapat memfasilitasi siswa untuk mengembangkan kemampuan dirinya baik dalam aspek kognitif, afektif maupun psikomotornya. Salah satu aspek afektif yang bisa ditingkatkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah kepercayaan diri.

Menurut psikolog Miskell (1939) disebutkan bahwa: “percaya diri adalah kepercayaan akan kemampuan sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki, serta dapat memanfaatkannya secara tepat.” Sampai saat ini, masih ada guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang sering memilih model pembelajaran langsung, dimana pembelajaran berorientasi pada tujuan dan guru yang menstruktur pembelajaran. Mengingat sangat pentingnya kepercayaan diri bagi seorang siswa, penulis mencoba untuk menerapkan model lain yaitu dengan menerapkan model pembelajaran inkuiri. *Inquiry teaching* menurut Metzler “*Learner as problem solver*” pembelajaran sebagai pemecah masalah. Metzler (Juliantine, 2010:20) menerangkan bahwa:

“...model pembelajaran *inquiry* dapat digunakan untuk mengembangkan kreativitas, sebab dalam model *inquiry* proses pembelajarannya adalah guru membimbing masalah dan siswa memulai untuk berpikir dan bergerak, siswa diberi kebebasan untuk mengeksplorasi jawaban yang memungkinkan”.

W. Gulo (Khoirul Anam, 2017:11) mengemukakan bahwa “Pembelajaran inkuiri berarti suatu rangkaian kegiatan belajar yang melibatkan secara maksimal seluruh kemampuan siswa untuk mencari dan menyelidiki secara sistematis, kritis, logis, analitis sehingga mereka dapat merumuskan sendiri penemuannya dengan penuh percaya diri”.

Sesuai dengan uraian – uraian diatas, penulis tertarik untuk meneliti lebih jauh lagi perihal “Pengaruh model pembelajaran inkuiri terhadap peningkatan rasa percaya diri siswa kelas XI dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMKN 2 Subang Kabupaten Subang”.

B. TINJAUAN PUSTAKA

Percaya diri (*self confidence*) memegang peranan sangat penting bagi keberhasilan seseorang dalam hidupnya. Seseorang dapat saja melewatkan berbagai kesempatan yang bernilai disebabkan tidak percaya diri. Lauster (2002:24) mengemukakan bahwa “kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu

cemas, merasa bebas untuk melakukan hal – hal yang sesuai dengan keinginan dan bertanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri”

Milsidayu (2015:103) menyatakan bahwa “*self confidence* adalah keyakinan pada diri sendiri untuk mencapai sesuatu/target yang telah ditentukan”. Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa percaya diri (*self confidence*) adalah sikap positif seorang individu yang menyadari kemampuan yang dimilikinya untuk memampukan, mengembangkan diri dan dapat memanfaatkannya dengan tepat.

Weinberg & Gould (Komarudin, 2016:68) menjelaskan kepercayaan diri ditentukan oleh harapan yang tinggi terhadap kesuksesan. Kepercayaan diri akan membantu seseorang pada area sebagai berikut: (1) meningkatkan emosi positif, (2) memfasilitasi konsentrasi, (3) memberi efek positif pada tujuan, (4) meningkatkan kerja keras, (5) memberi efek pada strategi permainan, (6) memberi efek pada momentum psikologis.

Menurut Lauster (Ghufron,2010:35) menjelaskan bahwa orang yang memiliki kepercayaan diri yang positif adalah (1) Keyakinan akan kemampuan diri (2) Optimis (3) Obyektif (4) Bertanggung jawab (5) Rasional dan realistis. Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa aspek-aspek dari kepercayaan diri antara lain: keyakinan akan kemampuan diri, optimis, bersikap tenang, mampu berkomunikasi, berfikir positif, berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, memiliki tujuan yang jelas, mandiri dalam mengerjakan tugas, memiliki ambisi untuk maju, toleransi, cinta diri, dan mampu bersosialisasi dengan kelompoknya.

Pembelajaran pada Kurikulum 2013 dilakukan dengan pendekatan *scientific*. Di mana dengan pendekatan ini pengembangan sikap, keterampilan dan pengetahuan peserta didik lebih diutamakan. Untuk itu dalam pembelajaran harus terdapat proses mengamati, menanya, mengumpulkan data, menganalisis, menyimpulkan, mengkomunikasikan dan mencipta. Pembelajaran dirancang berpusat pada peserta didik (*student centered active learning*) agar siswa dapat mengembangkan kemampuannya. Adapun peran pendididkan dalama pembelajaran adalah seperti yang dikemukakan oleh Riyanto (2016) “

Pendidikan memiliki peranan penting dalam menciptakan sumber daya manusia Indonesia yang berkualitas. Upaya peningkatan kualitas manusia ditujukan untuk mewujudkan kader-kader bangsa yang akan melaksanakan pembangunan di masa mendatang. Kader-kader bangsa yang berkualitas atau dikenal dengan istilah sumber daya manusia inilah yang menentukan keberhasilan pembangunan. Untuk itu, salah satu cara menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas adalah melalui pendidikan”.

Dalam buku yang berjudul *Models of Teaching* yang ditulis oleh Joyce, Bruce and Weil, Marsha, (Huda, 2014:73). Mereka mendeskripsikan model pembelajaran sebagai rencana atau pola yang dapat digunakan untuk membentuk kurikulum,

mendesain materi-materi instruksional, dan memandu proses pengajaran diruang kelas atau disetting yang berbeda.

Pembelajaran berbasis inkuiri merupakan metode pembelajaran yang memberi ruang sebeb-bebasnya bagi siswa untuk menemukan gairah dan cara belajarnya masing – masing. Titik tekan utama pada pembelajaran berbasis inkuiri tidak lagi berpusat pada guru (*teacher centered instruction*), tetapi pada pengembangan nalar kritis siswa (*student centered approach*). Siswa diminta untuk tidak hanya menerima melainkan juga menelaah, memilah dan memberi respons atas materi pelajaran yang diberikan. Jadi, dalam konteks ini, guru bukan lagi ‘setir’ yang menentukan arah haluan pembelajaran, ia hanya akan berfungsi layaknya ‘pematik’ yang menghidupkan semangat, motivasi dan percaya diri siswa untuk kemudian membiarkan siswa menikmati proses belajar tersebut (Khoirul Anam,2017:12).

Dalam *Journal of Physics Teacher Education Online “Level of inquiry: Hierarchies of Pedagogical Practices and Inquiry Processes”*, Wening,C.J (2005) menjelaskan bahwa tahapan pembelajaran inkuiri harus dilaksanakan secara berurutan yaitu (1) Discovery Learning (2) *Interactive Demonstration* (3) *Inquiry Lesson* (4) *Inquiry Lab* (5) *Hypothetical Inquiry*.

C. METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah *Quasi Eksperiment* dengan rancangan yang digunakan adalah *Non-Equivalent Pretest Posttest Control Group Desain* yaitu desain quasi eksperimen dengan melihat perbedaan pretest maupun posttest antara kelas eksperimen dan kelas control. Adapun desain penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Kelas	Pretest	Perlakuan	Tes Formatif
Kelas Eksperimen	T ₀	X	T ₁
Kelas Kontrol	T ₀	C	T ₁

Sumber: Sugiyono (2010:116)

Keterangan:

- T₀ : Tes awal kelas eksperimen dan kelas kontrol
- T₁ : Tes akhir kelas eksperimen dan kelas kontrol
- X : Perlakuan berupa metode pembelajaran inkuiri
- C : Perlakuan berupa metode pembelajaran langsung

Arikunto (2010:173) menyatakan bahwa, “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada di dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi.” Maka dari itu, adapun yang menjadi subjek populasi penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas XI program Keahlian Pelayaran yang terdiri dari empat kelas. Hal ini dikarenakan tidak memungkinkannya untuk melakukan penelitian di kelas selain Program Keahlian Pelayaran sehubungan dengan adanya Praktek Kerja Industri. Pada penelitian ini, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah “*Cluster Random Sampling*” yaitu menetapkan sampel penelitian berdasarkan kelompok atau daerah. Menurut Riduwan (2010,hlm.60) “*cluster sampling* adalah sebuah

teknik sampling yang dilakukan dengan cara mengambil perwakilan atau mengambil salah satu kelas dari setiap kelas yang ada.” Subjek penelitian ini terdiri dari satu kelas eksperimen sebanyak 31 orang dan satu kelas kontrol sebanyak 30 orang, penelitian ini dilakukan pada bulan Mei sampai dengan Bulan Agustus 2018.

Variabel yang diukur dalam penelitian ini adalah tentang pengembangan kepercayaan diri. Berikut kisi-kisi skala kepercayaan diri:

Tabel 1. Indikator Kepercayaan Diri

Variabel	Sub Variabel	Indikator
Kepercayaan Diri	1. Keyakinan akan Kemampuan Diri.	1. Bersikap positif terhadap diri sendiri 2. Memahami tindakan
	2. Optimis	1. Berpandangan baik tentang diri. 2. Berpandangan baik tentang kemampuan.
	3. Obyektif	1. Bertindak sesuai kenyataan. 2. Bukan menurut kebenaran pribadi.
	4. Bertanggung Jawab	1. Kesiediaan seseorang terhadap sesuatu 2. Siap menerima konsekuensi
	5. Rasional	1. Menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal 2. Menganalisa sesuai kenyataan

Rancangan instrumen mengacu kepada *Skala Likert* dengan lima alternatif jawaban, yaitu: Sangat Setuju (SS); Setuju (S); Ragu-Ragu (R); Tidak Setuju (TS); dan Sangat Tidak Setuju (STS), tiap alternatif diberi jawaban skor yang terentang dari 1-5.

D. HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan selama delapan kali pertemuan. Pada pertemuan pertama, sebelum pelaksanaan pembelajaran dilakukan pengisian angket kepercayaan diri dengan tujuan untuk mengetahui kepercayaan diri awal siswa selama 30 menit, kemudian dilakukan implementasi pembelajaran hingga delapan pertemuan masing-masing pada kelas eksperimen dan kelas kontrol. Setelah proses pembelajaran selesai, kembali dilakukan pengisian angket kepercayaan diri untuk mengetahui peningkatan kepercayaan diri siswa setelah pembelajaran. Deskripsi data dari hasil penelitian dapat dijabarkan lebih lanjut dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 3. Data Frekuensi Skor Pretest dan Posttes Kelas Eksperimen Dan Kelas Control

		Mean	Median	Std. Deviation	Min	Max
Eksperimen	Pretest	141,90	140,00	11,253	123	168
	Posttest	149,16	150,00	10,080	129	173
Kontrol	Pretest	142,93	143,50	11,228	124	169
	Posttest	144,87	145,50	10,769	125	169

Sebelum dilakukan uji hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji normalitas dan homogenitas pada data kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah pembelajaran pada kelas eksperimen dan kelas kontrol dengan bantuan program SPSS versi 22. Data hasil uji normalitas dan hasil uji homogenitas data kepercayaan diri dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas Pretest dan Post Test Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol

Kelompok	Shapiro-Wilk			Ket
	Statistic	Df	Sig.	
Pretest Kelas Eksperimen	,979	31	,781	Normal
Posttest Kelas Eksperimen	,985	31	,938	Normal
Pretest Kelas Kontrol	,975	30	,683	Normal
Posttest Kelas Kontrol	,978	30	,764	Normal

Dari hasil uji normalitas diatas terlihat bahwa skor *pretest* dan *posttest* kelas eksperimen memiliki nilai sig. 0,781 dan 0,938 untuk uji normalitas Shapiro-Wilk. Hasil uji normalitas *pretest* dan *posttest* kelas kontrol memiliki nilai sig. 0,683 dan 0,764 untuk uji normalitas Shapiro-Wilk. Semua nilai Signifikan lebih besar dari $\alpha = 0,05$ (sig > 0,05) dapat disimpulkan bahwa data berasal dari populasi yang berdistribusi normal, maka hipotesis yang menyatakan data berdistribusi normal diterima

Tabel 5. Hasil Uji Homogenitas Pretest dan Post Test Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.	Ket
Pretest	,001	1	59	,975	Homogen
Posttest	,369	1	59	,546	Homogen

Berdasarkan hasil uji homogenitas variabel penelitian diketahui data *pretest* dan *posttest* diperoleh nilai signifikan 0,975 dan 0,546, karena $p > 0,05$ maka data pada kelompok *pretest* dan *posttest* adalah homogen.

Hasil uji *paired samples T test* Kepercayaan Diri ditunjukkan pada tabel berikut:

Tabel 6. Hasil Uji Paired Samples T Test Kepercayaan Diri

Kelas	Mean	T _{hitung}	T _{tabel}	P
Pretest Kelas Eksperimen	141,90	6,630	1,695	0,000

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan rata-rata nilai *pre-test* sebesar 141,90 dan rata-rata nilai *post-test* sebesar 149,19 sehingga mengalami peningkatan sebesar 7,29. Didapatkan juga $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$ pada taraf signifikansi 5% ($6,630 > 1,695$) dan mempunyai nilai $p < 0,05$ ($0,000 < 0,05$) yang berarti dapat disimpulkan terdapat pengaruh model pembelajaran inkuiri terhadap peningkatan rasa percaya diri siswa.

Tabel 7. Hasil Uji *Independent Sample T-Test* Kepercayaan Diri

	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)
Equal variances assumed	14.463	.000	3.056	59	.003
Equal variances not assumed			3.100	35.302	.004

Berdasarkan hasil pengujian *Independent Sample T-Test* dapat diketahui bahwa nilai sig.(2-tailed) $0,003 < 0,05$ maka hipotesis diterima. Dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran inkuiri lebih berpengaruh terhadap peningkatan rasa percaya diri siswa dalam mata PJOK di SMKN 2 Subang dibandingkan dengan model pembelajaran langsung.

E. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data yang dilakukan, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Pemberian model pembelajaran inkuiri dapat memberikan pengaruh terhadap peningkatan rasa kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMK Negeri 2 Subang.
2. Terdapat perbedaan yang signifikan antara model pembelajaran inkuiri dan model pembelajaran langsung terhadap peningkatan rasa kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMK Negeri 2 Subang.

Berdasarkan kesimpulan penelitian diatas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Model pembelajaran inkuiri sebaiknya dijadikan sebagai salah satu alternative yang diterapkan dalam proses pembelajaran dikelas untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa, sehingga pada akhirnya dapat meningkatkan kualitas pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK).

DAFTAR PUSTAKA

- Anam, Khoirul. (2017). *Pembelajaran Berbasis Inkuiri: Metode dan Aplikasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Dimiyati dan Mudjiono. (2007). *Belajar Dan Pembelajaran*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

- Gulo, W. (2002). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Grasindo.
- Haris, I. N. (2017). *Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe STAD terhadap Sikap Tanggung Jawab*. Jurnal Biomatika FKIP Universitas Subang Volume 4 No. 2.
- Huda, Miftahul. (2014). *Model-model Pengajaran dan Pembelajaran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Hulukati, Wenny. (2016). *Pengembangan Diri Siswa SMA*. Gorontalo: Ideas Publishing
- Juliantine, Tite. (2009). "Implementasi Model Inkuiri Dalam Pembelajaran Jasmani". Makalah pada Seminar Nasional 2 UPI, Bandung.
- Komarudin. (2016). *Psikologi Olahraga Latihan Keterampilan Mental Dalam Olahraga Kompetitif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Miliyawati, Betty. (2015). *Memahami Analisis Data Dengan SPSS*. Subang: FKIP Universitas Subang
- Musfiqon, HM dan Nurdyansyah. (2015). *Pendekatan Pembelajaran Saintifik*. Sidoarjo: Nizamia Learning Center
- Mylsidayu, Apta. (2015). *Psikologi Olahraga*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Riyanto, Pulung. Pengaruh pemanfaatan ilmu teknologi (*audio visual*) Terhadap motivasi belajar pendidikan jasmani di SMP Negeri 1 Panjalu. BIORMATIKA Jurnal Ilmiah FKIP Universitas Subang Vol. 4 No 2 September 2017 ISSN (p) 2461-3961 (e) 2580-63
- Suherman, Adang. (2009). *Revitalisasi Pengajaran Dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung: CV. Bintang Warli Artika
- Suminar, Bambang. (2014). *Pengaruh Model Pembelajaran Inkuiri Terhadap Pembentukan Rasa Percaya Diri Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di SMA Kartika Xix-3 Bandung. Skripsi*. Bandung: Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.