PERBANDINGAN TINGKAT RASA PERCAYA DIRI SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DENGAN SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER NON OLAHRAGA KELAS XI DI SMK PGRI 3 KEDIRI TAHUN AJARAN 2014-2015

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Pada Jurusan PENJASKESREK

OLEH :

BANGKIT PUTRANTO
NPM: 11.1.01.09.0521

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UNP KEDIRI
2015

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Oleh :

BANGKIT PUTRANTO
NPM: 11.1.01.09.0521

Dengan Judul :

PERBANDINGAN TINGKAT RASA PERCAYA DIRI SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DENGAN SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER NON OLAHRAGA KELAS XI DI SMK PGRI 3 KEDIRI TAHUN AJARAN 2014-2015

Telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk diajukan kepada Panitia Ujian
Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Nusantara PGRI Kediri

Tanggal, _____2015

Pembimbing I,	Pembimbing II,
Drs. SLAMET JUNAIDI, M.Pd.	RURUH ANDAYANI BEKTI, M.Pd.

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

Oleh :

BANGKIT PUTRANTO
NPM: 11.1.01.09.0521

Dengan Judul :

PERBANDINGAN TINGKAT RASA PERCAYA DIRI SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DENGAN SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER NON OLAHRAGA KELAS XI DI SMK PGRI 3 KEDIRI TAHUN AJARAN 2014-2015

Telah dipertahankan di depan Panitia Penguji
Pada tanggal : _____ 2015
Dan dinyatakan telah memenuhi persyaratan

	Panitia Penguji	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Slamet Junaidi, M.Pd.	.....
2. Penguji I	: Drs. Setyo Harmono, M.Pd.	.....
3. Penguji II	: Ruruh Andayani Bekti, M.Pd.	.....

Mengetahui:
Dekan FKIP.,

Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd
NIDN. 0716046202

PERBANDINGAN TINGKAT RASA PERCAYA DIRI SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DENGAN SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER NON OLAHRAGA KELAS XI DI SMK PGRI 3 KEDIRI TAHUN AJARAN 2014-2015

BANGKIT PUTRANTO
NPM: 11.1.01.09.0521

FKIP – PENJASKESREK

Dosen Pembimbing I : Drs. Slamet Junaidi, M.Pd.
Dosen Pembimbing II : Ruruh Andayani Bekti, M.Pd.

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Rasa percaya diri merupakan suatu keyakinan yang ada pada diri seseorang dalam melakukan segala hal yang bertujuan untuk memperoleh suatu keberhasilan dan pencapaian prestasi seseorang sehingga mampu meningkatkan sumber daya manusia yang unggul. Kegiatan ekstrakurikuler mengajarkan pada seseorang akan pengembangan bakat, minat, kemampuan, keterampilan dan nilai-nilai kepribadian yang positif. Oleh karena itu melalui kegiatan ekstrakurikuler yang ada di sekolah diharapkan dapat meningkatkan percaya diri siswa.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan tingkat rasa percaya diri siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dengan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga di SMK PGRI 3 Kediri. Penelitian ini merupakan penelitian non eksperimen melalui pendekatan kuantitatif dengan desain komparatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI yang mengikuti ekstrakurikuler di SMK PGRI 3 Kediri yang berjumlah 155 siswa, sampel pada penelitian ini adalah semua anggota dari populasi karena penelitian ini adalah penelitian populasi dimana semua anggota populasi akan diteliti. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan angket/kuesioner untuk memperoleh data. Sedangkan untuk analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji beda (t-test).

Berdasarkan hasil perhitungan diketahui nilai tertinggi hasil tes percaya diri siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga adalah 126 sedangkan nilai tertinggi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga adalah 110. Nilai rata-rata/mean siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga sebesar 110,24 dengan standar deviasi sebesar 12,087 dan nilai rata-rata/mean siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga sebesar 92,31 dengan standar deviasi sebesar 12,339. Sedangkan nilai signifikan variabel adalah 0,000 dan lebih kecil dari alpha 0,05.

Dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan tingkat rasa percaya diri antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dengan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga di SMK Ahmad Yani Kediri, siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga tingkat rasa percaya dirinya lebih tinggi sebesar 17,93.

Kata kunci: Percaya Diri, Ekstrakurikuler.

I. LATAR BELAKANG

Peningkatan kualitas sumber daya insani dapat diwujudkan, salah satunya melalui pendidikan. Mahardika (2010:1) menjelaskan bahwa pendidikan atau *education* adalah suatu proses transfer falsafah (*philosophy*) dan sistem nilai (*values*), pengetahuan (*knowledge*) dan kemampuan (*ability*) sebagai bagian paling penting dari investasi sumber daya manusia (*investment in human capital*).

Undang Undang No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 3 mengamanatkan bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Melalui proses pendidikan diharapkan mampu mewujudkan sumber daya manusia yang cerdas, terampil, bermartabat dan bermoral, serta dapat bersaing di lingkungan global.

Pendidikan di sekolah merupakan salah satu wadah utama dalam proses mendidik dan mencetak individu yang berkualitas, selain pendidikan yang diperoleh di lingkungan keluarga. Hurlock dalam Mahardika (2010:1) menjelaskan bahwa sekolah merupakan lembaga formal yang melaksanakan pendidikan melalui proses pembimbingan, pengajaran dan pelatihan yang akan memandu dan membangun perkembangan fisik, mental spiritual, dan intelektual peserta didik. Di sekolah, peserta didik mendapatkan pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan potensi yang ada pada diri siswa, baik kegiatan dalam jam pelajaran sekolah (intrakurikuler) maupun kegiatan yang ada di luar jam sekolah (ekstrakurikuler). Kedua kegiatan tersebut berjalan secara beriringan yang dapat meningkatkan potensi siswa.

Ekstrakurikuler merupakan bagian dari program pembinaan kesiswaan, yang termasuk kelompok bidang peningkatan mutu pendidikan. Artinya, kegiatan ekstrakurikuler dirancang dalam rangka meningkatkan mutu pendidikan di sekolah, yang memperkuat penguasaan kompetensi dan memperkaya pengalaman belajar peserta didik melalui kegiatan di luar jam pelajaran.

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar jam pelajaran biasa dan pada waktu libur sekolah yang dilakukan baik di sekolah ataupun di luar sekolah dengan tugas memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, mengenal hubungan antara berbagai pelajaran,

menyalurkan minat dan bakat serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya (Khamidi, 2008:97).

Pelaksanaan ekstrakurikuler di sekolah sangat bervariasi tergantung dari kebijakan Kepala Sekolah, sarana prasarana, tenaga dan dana yang tersedia serta sesuai dengan otonomi daerah, maka sangat tergantung kebijakan Dinas Pendidikan kabupaten/kota (Khamidi, 2008:98).

Tujuan kegiatan ekstrakurikuler pada umumnya adalah untuk mengembangkan bakat siswa sesuai dengan minatnya. Selain itu, kegiatan ekstrakurikuler juga mempunyai manfaat lain yaitu untuk mengisi waktu luang anak pada kegiatan yang positif dan dapat lebih memperkaya keterampilan, memperluas wawasan, daya kreativitas, jiwa sportivitas, meningkatkan rasa percaya diri, dan lain sebagainya. Akan lebih baik lagi apabila siswa mampu memberikan prestasi yang gemilang di luar sekolah sehingga dapat mengharumkan nama sekolah. Adanya kegiatan ekstrakurikuler, diharapkan dapat memperlancar kegiatan belajar mengajar dan dapat menambah wawasan lebih dibandingkan kegiatan yang dilakukan melalui pendidikan intrakurikuler. Selain itu, hadirnya ekstrakurikuler dalam satuan lembaga pendidikan diharapkan mampu membantu guru dalam memaksimalkan penyampaian materi pelajaran yang hanya beberapa jam saja diberikan pada mata pelajaran di sekolah-sekolah terutama penanaman nilai-nilai positif sportivitas.

Ekstrakurikuler yang diselenggarakan di sekolah umumnya terbagi menjadi dua jenis yaitu, ekstrakurikuler olahraga dan ekstrakurikuler non olahraga. Kegiatan ekstrakurikuler olahraga maupun non olahraga mempunyai keterkaitan dengan aspek psikologi peserta didik. Hal ini tercantum dalam tujuan atau manfaat yang didapatkan oleh peserta didik yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Manfaat kegiatan ekstrakurikuler secara umum dijelaskan oleh Narmoatmojo (2009:6), yang dikutip dari Depdikbud tentang Petunjuk Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler sebagai Salah Satu Jalur Pembinaan Kesiswaan, mengungkapkan bahwa ekstrakurikuler sebagai salah satu jalur pembinaan kesiswaan mempunyai peranan utama sebagai berikut:

a. memperdalam dan memperluas pengetahuan para siswa, dalam arti memperkaya, mempertajam, serta memperbaiki pengetahuan para siswa yang berkaitan dengan mata pelajaran sesuai dengan program kurikulum yang ada.
b. melengkapi upaya pembinaan, pemantapan dan pembentukan

nilai-nilai kepribadian para siswa.

c. membina serta meningkatkan bakat, minat, keterampilan, dan hasil yang diharapkan ialah untuk memacu anak ke arah kemampuan mandiri, percaya diri dan kreatif.

Selain itu, keterkaitan kegiatan ekstrakurikuler dengan aspek psikologi peserta didik juga tersirat dalam petunjuk pelaksanaan kegiatan-kegiatan ekstrakurikuler oleh Depdikbud (1995:134) yaitu: ”...kegiatan ekstrakurikuler dimaksudkan untuk mengaitkan pengetahuan yang diperoleh dalam program kurikulum dengan keadaan dan kebutuhan lingkungan serta usaha pemantapan dan pembentukan kepribadian siswa agar terpadu ke arah kemampuan mandiri, percaya diri dan kreatif”.

Sedangkan di dalam kegiatan ekstrakurikuler yang berhubungan dengan kegiatan jasmaniah, Maksum (2007:27) menjelaskan bahwa terdapat pengaruh aktivitas olahraga terhadap beberapa dimensi psikologi, salah satunya keterkaitan antara olahraga dan konsep diri (*self-concept*), dimana mereka yang terlibat aktif dalam kegiatan olahraga menunjukkan tingkat kepercayaan diri (*self-confidence*) yang lebih tinggi dibanding mereka yang tidak terlibat.

Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan ekstrakurikuler pada hakikatnya merupakan salah satu jalur pembinaan yang erat kaitannya dengan pengembangan kemampuan yang dimiliki siswa termasuk di dalamnya adalah nilai-nilai kepribadian siswa yang salah satunya adalah percaya diri. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Tanpa adanya kepercayaan diri akan banyak menimbulkan masalah pada diri seseorang. Kepercayaan diri merupakan keyakinan untuk melakukan sesuatu pada diri subjek sebagai karakteristik pribadi yang di dalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis (Ghufron dan Risnawita, 2012:35).

Upaya meningkatkan kepercayaan diri, pada dasarnya dapat dilakukan dalam lingkungan sekolah yaitu melalui kegiatan yang diterima di dalam kelas (intrakurikuler) sesuai aplikasi dari mata pelajaran dan kegiatan ekstrakurikuler yang bertujuan untuk menampung bakat dan minat siswa. Seperti halnya yang terjadi pada masa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) merupakan salah satu jenjang pendidikan yang termasuk dalam kategori remaja, dimana rasa percaya diri sangat diperlukan dalam bersosialisasi atau menjalin pertemanan.

SMK PGRI 3 Kediri merupakan salah satu lembaga pendidikan yang terdapat kegiatan ekstrakurikuler yang bervariatif, selain itu SMK PGRI 3 Kediri juga merupakan salah satu sekolah unggulan di Kabupaten yang menjadi salah satu SMK acuan untuk sekolah lain di sekitarnya dalam kegiatan belajar mengajar. Ekstrakurikuler yang diselenggarakan di SMK PGRI 3 Kediri terbagi menjadi dua jenis yaitu, ekstrakurikuler olahraga dan ekstrakurikuler non olahraga. Ekstrakurikuler olahraga di SMK PGRI 3 Kediri meliputi bola basket, futsal, perisai diri, bolavoli, *tae kwon do*. Sedangkan yang termasuk ekstrakurikuler non olahraga meliputi jurnalistik, paduan suara, drumband, UKS, PMR, Pramuka, Pecinta Alam, Paskibraka, Jurnalistik, Kelompok Ilmiah Remaja, Sie Kerohanian Islam. Kegiatan ekstrakurikuler tersebut telah mengikuti perlombaan di setiap tahunnya dan tidak jarang memperoleh prestasi yang membanggakan, sehingga mampu mengharumkan nama sekolah. Prestasi yang membanggakan tersebut tentu berasal dari dorongan dan usaha keras guru pembimbing ekstrakurikuler dan rasa percaya diri yang kuat dari para peserta didik (Data Internal SMK PGRI 3 Kediri, 2015).

Berdasarkan hal tersebut, maka melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga maupun non olahraga diharapkan tidak hanya mampu meningkatkan kemampuan dalam hal materi saja, akan tetapi juga dapat meningkatkan kemampuan mental siswa yaitu rasa percaya diri. Rasa percaya diri yang dibahas dalam penelitian ini adalah rasa percaya diri secara umum, tidak mengarah pada salah satu bidang yaitu olahraga maupun non olahraga. Berdasarkan uraian di atas timbul rasa keinginan untuk melakukan penelitian dengan judul "Perbandingan Tingkat Rasa Percaya Diri Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Dengan Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler *Non*-Olahraga Kelas XI di SMK PGRI 3 Kediri Tahun Ajaran 2014-2015".

II. METODE PENELITIAN

1. Pendekatan Penelitian

Pendekatan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Menurut Arikunto (2006:12) penelitian kuantitatif, sesuai dengan namanya, banyak dituntut menggunakan, mulai dari pengumpulan data penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasilnya.

2. Teknik Penelitian

Penelitian ini menggunakan teknik komparatif non-eksperimen dengan menggunakan desain komparatif, yaitu penelitian yang diarahkan untuk membandingkan satu kelompok dengan kelompok yang lain. Adapun kelompok

tersebut adalah siswa kelas XI SMK PGRI 3 Kediri yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dengan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non-olahraga.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Pembahasan ini akan membahas penguraian penelitian tentang perbandingan tingkat rasa percaya diri siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dengan ekstrakurikuler non olahraga di SMK PGRI 3 Kediri.

Sesuai dengan rumusan masalah, tujuan penelitian dan hasil penelitian tentang perbandingan tingkat rasa percaya diri siswa yang mengikuti ekstrakuriler olahraga dengan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga bisa diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat percaya diri siswa yang mengikuti ekstrakuriler olahraga dengan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non nolahraga di SMK PGRI 3 Kediri. Hal ini diperoleh dari hipotesis yang diajukan dan data analisis yang telah diperoleh yang menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara tingkat percaya diri siswa yang mengikuti ekstrakuriler olahraga dengan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non nolahraga, hal ini diketahui dari kesesuaian data yang diperoleh nilai, baik rata-rata, standar deviasi dan uji-t. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa sig (0,00) < 0,05 maka hipotesis nihil kerja (Ha) diterima dan hipotesis nihil (Ho) ditolak.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga tidak ada yang masuk dalam kategori sangat kurang, kurang dan cukup, 42% masuk dalam kategori baik dan 48% masuk dalam kategori sangat baik. Sedangkan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga tidak ada yang masuk dalam kategori sangat kurang dan kurang, 14% masuk dalam kategori cukup, 78% masuk dalam kategori baik dan 8% masuk dalam kategori sangat baik.

Perbedaan rasa percaya diri tersebut secara tidak langsung dipengaruhi oleh aktivitas olahraga yang mengajarkan nilai-nilai olahraga yang terkandung di dalamnya.

> Olahraga merupakan sekolah kehidupan (*school for life*) yang mengajarkan sejumlah keterampilan dan nilai yang merupakan pondasi perkembangan menyeluruh dari para pemuda dapat dipelajari melalui kegiatan bermain, pendidikan jasmani, dan olahraga (Maksum, 2009:40).

Perubahan tingkahlaku manusia dipahami sebagai akibat dari proses pembelajaran. Seseorang yang aktif dalam

kegiatan olahraga akan mempunyai karakter sesuai dengan nilai-nilai yang terkandung di dalam olahraga tersebut.

Untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia, selain siswa mendapatkan bekal ilmu yang diperoleh dari kegiatan proses belajar mengajar di kelas atau intrakurikuler, siswa juga mendapatkan kegiatan tambahan yaitu kegiatan ekstrakurikuler di sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang berada dalam naungan sekolah dengan tujuan untuk mengembangkan bakat dan minat siswa. Semakin merata kegiatan ekstrakurikuler, peningkatan sumber daya manusia yang berkualitas dan profesional dapat diwujudkan.

Hasil penelitian di atas membuktikan bahwa perbandingan rasa percaya diri siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dengan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga di SMK PGRI 3 Kediri cukup signifikan. Oleh karena itu kegiatan ekstrakurikuler dan juga proses pembelajaran yang ada di sekolah hendaknya benar-benar dapat dimanfaatkan oleh siswa dan dijadikan sebagai media untuk mendorong pembentukkan karakter, keterampilan motorik, serta mengembangkan potensi siswa secara optimal dan terpadu yang meliputi bakat, minat dan kreativitas yang bermuara pada terbentuknya kualitas sumber daya manusia yang berkualitas.

KESIMPULAN

Berdasarkan paparan yang terkumpul, sebagaimana yang dijelaskan pada bab IV secara umum, penelitian ini menjawab permasalahan yang telah diajukan pada bab I, maka dapat diambil simpulan sebagai berikut:

1. Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga kelas XI di SMK PGRI 3 Kediri Tahun Ajaran 2014-2015 tidak ada yang masuk dalam kategori sangat kurang, kurang dan cukup, 42% masuk dalam kategori baik dan 48% masuk dalam kategori sangat baik.
2. Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga kelas XI di SMK PGRI 3 Kediri Tahun Ajaran 2014-2015 tidak ada yang masuk dalam kategori sangat kurang dan kurang, 14% masuk dalam kategori cukup, 78% masuk dalam kategori baik dan 8% masuk dalam kategori sangat baik.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan tingkat percaya diri siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dengan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga kelas XI di SMK PGRI 3 Kediri Tahun Ajaran 2014-2015 dan kelompok yang tingkat percaya dirinya lebih tinggi adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Alwi, H. 2002. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik.* Jakarta: PT Renika Cipta

Depdikbud. 1995. Petunjuk Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Depdikbud. 1998. Petunjuk Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Sebagai Salah Satu Jalur Pembinaan Kesiswaan. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Dirjend Dikdasmen.

Depdiknas. 2003. *UU Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Departemen Pendidikan Nasional

Ghufron, Nur dan Rini Risnawita. 2012. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: AR RUZZ MEDIA.

Khamidi, Amrozi. 2008. *Pendidikan dan Strategi Belajar Mengajar*. Surabaya:Unesa University Press.

Mahuda. 2013. "*Perbedaan Tingkat Kedisiplinan Siswa Antara yang Mengikuti dan yang Tidak Mengikuti Ekstrakurikuler Pencak Silat".* Surabaya: FIK-Universitas Negeri Surabaya.

Mahardika, I Made Sriundy. 2010. *Pengantar Evaluasi Pengajaran*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.

Maksum, Ali. 2007. *Psikologi Olahraga Teori dan Aplikasi*. Surabaya: FIK-Universitas Negeri Surabaya.

Maksum, Ali. 2009. *Buku Ajar Sosiologi Olahraga*. Surabaya: FIK-Universitas Negeri Surabaya.

Maksum, Ali. 2009. *Buku Ajar Statistik dalam Olahraga*. Surabaya: FIK-Universitas Negeri Surabaya.

Maksum, Ali. 2009. *Metode Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: FIK-Universitas Negeri Surabaya.

Permendiknas. 2008. *Nomor 39 Tahun Tentang Pembinaan Kesiswaan*. Kementrian Pendidikan Nasional Republik Indonesia

Riduwan. 2002. Skala *Pengukuran Variabel-variabel Penelitian. Bandung*: Alfabeta

Umar, Totong. 2011. *Pengaruh Outbond Training Terhadap Peningkatan Rasa Percaya Diri Kepemimpinan Dan Kerjasama Tim*. Jurnal Ilmiah SPIRIT, ISSN: Vol. 11 No. 3 (1411-8319).

Undang-Undang Republik Indonesia. 2005. *Nomor 03 Tahun 2005 Tentang tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. Kementrian Negara Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia.

Yudhista, Yopi. 2011. "*Perbandingan Rasa Percaya Diri Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga dengan Siswa Yang Tidak Mengikuti Ekstrakurikuler"*. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya: FIK-Universitas Negeri Surabaya.

Yulianto, Fitri dan H. Fuad Nashori. 2006. *Kepercayaan Diri Dan Prestasi Atlet Tae Kwon Do Daerah Istimewa Yogyakarta*. Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro: Vol.3 No. 1.