

Jurnal
SPRINTER
ILMU OLAHRAGA



VOLUME 3 NOMOR 3 EDISI DESEMBER TAHUN 2022

Diterbitkan Oleh :

**Tim Pengembangan dan Peningkatan Mutu Pendidikan
MAN Insan Cendekia Jambi**

Jln. Lintas Jambi, Ma. Bulian Km. 21 Pijoan, Jaluko, Muaro Jambi, Jambi

SPRINTER
Jurnal Ilmu Olahraga

ISSN: 2745 - 4231 (media online)

Editor In Chief:
Moh. Agung Setiabudi

<http://jurnal.icjambi.id/index.php/sprinter/index>



Email: agungsetiabudi@unibabwi.ac.id

Universitas PGRI Banyuwangi

Editorial Boards Member :

M. Kamal

Email: eduinsan75@gmail.com

MAN Insan Cendekia Jambi

Puji Setyaningsih

Email: myedu37@gmail.com

Universitas PGRI Banyuwangi

Galih Farhanto

Email: galihfarhanto19@gmail.com

Universitas PGRI Banyuwangi

- EDITORIAL TEAM
- PEER REVIEWER
- AUTHOR GUIDELINES
- PUBLICATION ETHICS
- OPEN ACCESS POLICY
- PEER REVIEW PROCESS
- FOCUS AND SCOPE
- PLAGIARISM AND RETRACTION POLICY
- COPYRIGHT NOTICE
- ABSTRACT AND INDEXING
- ABOUT THIS PUBLISHING SYSTEM
- AUTHOR FEES
- JOURNAL HISTORY
- CONTACT

JOURNAL TEMPLATE



ISSN

e-ISSN:



REFERENCE MANAGEMENT TOOLS:



VISITOR STATISTIC:

00030584

FLAG STATISTIC:



RELAWAN JURNAL INDONESIA:



INDEX BY:





INFORMATION

For Readers

For Authors

For Librarians

Published by

SPRINTER is published by MAN Insan Cendekia Jambi

Editor's Address: Jl. Lintas Jambi - Ma. Bulian Km. 21 Pijoan - Jaluko - Muaro Jambi - Jambi

Website: <https://icjambi.sch.id> - Journal website: <http://jurnal.icjambi.id/index.php/sprinter>

Email: sprinter.ilmuolahraga@gmail.com



SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

SPRINTER
Jurnal Ilmu Olahraga

ISSN: 2745 - 4231 (media online)

HOME / ARCHIVE / Vol. 3 No. 3 (2022) / SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga

Vol. 3 No. 3 (2022): SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga

<http://jurnal.icjambi.id/index.php/sprinter/index>

Google GARUC



SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga merupakan jurnal penelitian, kajian pustaka, dan review pada bidang pendidikan olahraga, ilmu olahraga, kepelatihan olahraga, dan pariwisata olahraga yang diterbitkan tiga kali dalam setahun yaitu bulan Maret, Juli, dan Desember.

PUBLISHED: 2022-12-20

ARTICLES

Field Games untuk Menstimulasi Kemampuan Pemecahan Masalah Siswa Sekolah Dasar

Ahmad, Uray Gustian, Y. Touvan Juni Samodra, Rubiyatno, Rahmat Putra Perdana

149-154



Kesulitan Guru melaksanakan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Masa Pandemi Covid-19

Christin Prima Mery Rajagukguk, Andreas J. F. Lumba, David Loba, Fredik E. Nope

155-162



Hasil Latihan Sirkuit dengan Intensitas Moderat Menggunakan 10 Alat

Y. Touvan Juni Samodra, Isti Dwi Puspita Wati, Maharani Putri Gandasari, Putra Sastaman B, Ghana Firsta Yosika

163-171



Efek Pelatihan Power Berbasis Power Band terhadap Hasil Pukulan Pull Shot pada Atlet Cricket

I Putu Eri Kresnayadi, I Gusti Putu Ngurah Adi Santika, I Gusti Ngurah Sudiarta

172-178



Evaluasi Kemampuan Guru PJOK Mendesain Rencana Pelaksanaan Pembelajaran pada Jenjang Sekolah Menengah Atas di Kota Ambon

179-188



Analisis Tuntutan Akademik dan Kondisi Lingkungan pada Psikologi Taruna Akademi Penerbang Indonesia Banyuwangi

189-195



Kesan Peserta Didik terhadap Keefektifan Penggunaan Quizizz sebagai Media Pembelajaran

Achmad Afandi, Budijanto, Paulus Rah Adi Pawitra, Ratno Susanto, Rizka Hadiwiyanti

196-200



Perbedaan Konsep Diri antara Siswa Putra dan Siswa Putri dalam Hal Penampilan Fisik

Bayu Nugraha Murdinsyah

201-206



Tingkat Performa Fisik Atlet Bulutangkis Usia Remaja PB. SAM Mobil Kabupaten Sumenep

Ainur Rasyid, Muhammad Kharis Fajar, Abdul Azis, Andi Fepriyanto, Dian Helaprahara

207-215



Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe STAD Kombinasi Metode Drill terhadap Hasil Belajar Servis Bola Voli

Ni Luh Putu Indrawathi, I Wayan Citrawan, I Gusti Putu Ngurah Adi Santika

216-222



Hasil Penerapan TKPN pada Siswa SDN 1 Rejomulyo Kecamatan Kras Kabupaten Kediri

Moch. Fajaryanto, Reo Prasetyo Herpandika, Budiman Agung Pratama

223-229



Potret Pola Latihan Atlet Tinju PPLMD Provinsi Nusa Tenggara Timur pada Masa Pandemi Covid-19

Lukas Dairo Billi, Dewi Lengo

230-234



Pengembangan Multimedia Interaktif sebagai Media Pembelajaran Pencak Silat untuk Siswa Kelas V di SD Negeri 7 Pule

Vega Mareta Sceisarriya , Aries Irsan Rofiq, Khamim Hariyadi
235-239



Gambaran Tingkat Indeks Massa Tubuh Siswa Sekolah Dasar setelah Bulan Puasa Ramadhan

Risfandi Setyawan, Ilmu Ma'arif
240-244



Peningkatan Kemampuan Guru dalam Mengajarkan Tanggung Jawab pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Khoirul Anwar Pulungan, Arief Ibnu Haryanto, Meri Haryani, I Kadek Suardika, Nurkhoiroh
245-253



Analisis Kecemasan Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Peserta Didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Sidowarek 2 Jombang

Jaka Bimantoro, Achmed Zoki
254-259



Profil Status Gizi Anak Sekolah Dasar Kabupaten Banyuwangi

Novia Prawita Murti, Danang Ari Santoso, Puji Setyaningsih, Moh. Agung Setiabudi
260-264



Analisis Keseimbangan Statis Permainan Egrang Bambu

265-270



EDITORIAL TEAM

PEER REVIEWER

AUTHOR GUIDELINES

PUBLICATION ETHICS

OPEN ACCESS POLICY

PEER REVIEW PROCESS

FOCUS AND SCOPE

PLAGIARISM AND RETRACTION POLICY

COPYRIGHT NOTICE

ABSTRACT AND INDEXING

ABOUT THIS PUBLISHING SYSTEM

AUTHOR FEES

JOURNAL HISTORY

CONTACT

JOURNAL TEMPLATE

Article
Template



ISSN

e-ISSN:



REFERENCE MANAGEMENT TOOLS:



grammarly



iThenticate®

VISITOR STATISTIC:

00030579

FLAG STATISTIC:



RELAWAN JURNAL INDONESIA:

INDEX BY:



INFORMATION

For Readers

For Authors

For Librarians

Published by

SPRINTER is published by MAN Insan Cendekia Jambi

Editor's Address: Jl. Lintas Jambi - Ma. Bulian Km. 21 Pijoan - Jaluko - Muaro Jambi - Jambi

Website: <https://icjambi.sch.id> - Journal website: <http://jurnal.icjambi.id/index.php/sprinter>

Email: sprinter.ilmuolahraga@gmail.com



SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Perbedaan Konsep Diri antara Siswa Putra dan Siswa Putri dalam Hal Penampilan Fisik

Bayu Nugraha Murdinsyah

Program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP PGRI Trenggalek, Jawa Timur, Indonesia
E-mail: the_reog_city@yahoo.com

Info Artikel

Kata Kunci:
Pendidikan Jasmani, Penampilan fisik, Konsep diri

Keywords:
Physical education, physical appearance, self-concept

Abstrak

Pendidikan yang melibatkan penampilan fisik adalah pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. Dimana fokus penilaian dalam pendidikan ini peranan penting dari penampilan seseorang terhadap aktifitas sehari-harinya. Penelitian ini bertujuan untuk melihat sejauh mana perbedaan konsep diri antara siswa putra dan siswa putri dalam hal penampilan fisik di SMP Negeri 3 Madiun, guna pembentukan citra dan penampilan diri yang lebih baik bagi siswa nantinya. Penelitian ini termasuk penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode *ex post facto* dimana variable bebas dalam penelitian ini tidak dikendalikan oleh peneliti sebab perwujudan variable tersebut sudah terjadi. Instrumen penelitian ini menggunakan angket. Dalam penelitian ini anggota populasi adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Madiun Kecamatan Mangunharjo Kota Madiun pada tahun ajaran 2011/2012 dengan jumlah 32 siswa. Hasil penelitian ini diuji dengan uji T independent yang sudah dilakukan pengambilan data dari dua kelompok yang berbeda yaitu pada siswa putra dan putri dalam penampilan fisik pada koefisien T keduanya (-0,591) pada P value (0,559). Bisa dikatakan tidak ada perbedaan yang signifikan konsep diri antara siswa putra dan siswa putri dalam hal penampilan fisik.

Abstract

*Education that involves physical appearance is physical education, sports, and health. Where the focus of assessment in education is the critical role of a person's appearance in daily activities. This study aims to see to what extent the differences in self-concept between male and female students in terms of physical appearance at SMP Negeri 3 Madiun, are in order to form a better self-image and appearance for students later. This research includes quantitative descriptive research using *ex post facto* methods where the independent variables in this study are not controlled by the researcher because the manifestation of these variables has already occurred. This research instrument uses a questionnaire. In this study, members of the population were class VIII students of SMP Negeri 3 Madiun, Mangunharjo District, Madiun City in the 2011/2012 academic year with a total of 32 students. The results of this study were tested with an independent T test which had taken data from two different groups, namely male and female students in physical appearance at both T coefficients (-0.591) at P value (0.559). It can be said that there is no significant difference in self-concept between male and female students in terms of physical appearance.*

© 2022 Author

✉ Alamat korespondensi:
STKIP PGRI Trenggalek
E-mail: the_reog_city@yahoo.com

PENDAHULUAN

Konsep diri ialah bagaimana cara orang itu memandang serta menilai diri sendiri. (Ratrioso, 2008). Sedangkan menurut Wonodihadrjo, (2014) konsep diri merupakan gambaran seseorang yang dimiliki terkait dirinya. Dimana konsep diri adalah gabungan dari keyakinan yang dimiliki seseorang tentang dirinya masing-masing terkait karakteristik fisik, psikologis, sosioal, aspirasi dan emosional serta prestasi.

Menurut Richards & Marsh, (2005) konsep fisik diri sebagai unidimensional domain relatif menggabungkan karakteristik yang beragam seperti kebugaran, kesehatan, penampilan, pertumbuhan, olahraga kompetensi, citra tubuh, seksualitas, dan aktivitas fisik, menjadi skor tunggal. Hal tersebut akan membawa dampak negatif apabila tidak mendapatkan perhatian dari pihak pendidik. Maka dari itu perlu siswa sejak usia dini tertanam konsep diri kuat terutama konsep diri yang positif agar siswa selalu percaya diri terhadap penampilannya.

Seseorang dapat terpengaruh oleh penampilan fisik orang lain saat berinteraksi dan mempersepsi dirinya sendiri. Sebagaimana ditunjukkan oleh Petrakaki & Karakasidou, (2017) fisik diri menempati posisi unik dalam sistem diri karena tubuh menyediakan penampilan fisik antara individu dan dunia.

Dalam dunia pendidikan, pendidikan bukan hanya dimanfaatkan untuk memberikan informasi kepada siswa melainkan dalam pendidikan juga difokuskan dalam pengembangan potensi dan pembentukan perilaku positif setiap individu. Salah satu bentuk dari pendidikan khususnya dalam pendidikan jasmani adalah dengan pendidikan yang melibatkan aktifitas fisik.

Sejalan dengan hal tersebut, menurut Murdiansyah, (2022) menjelaskan bahwa pendidikan jasmani bagi anak juga bertanggung jawab terhadap pertumbuhan fisik dan perkembangan anak seutuhnya. Perkembangan tersebut menyangkut perkembangan kognitif, psikomotor, dan afektif. Aktifitas fisik dalam pendidikan jasmani mampu memberi kontribusi kepada perkembangan kognitif, psikomotor dan afektif, dari ketiga hal tersebut bisa dijelaskan antara lain: 1) Dari segi kognitif yang dipengaruhi oleh aktivitas fisik meliputi: kesadaran persepsi, pemecahan masalah, kreatifitas strategi, pengertian dan komunikasi mengenai konsep dan pemikiran. 2) Dari segi

psikomotor yang dipengaruhi oleh aktifitas fisik ini adalah pertumbuhan fisik, perkembangan jasmani kesehatan dan kesegaran jasmani, postur tubuh, ketrampilan, keahlian atau kecakapan gerak dan rekreasi. 3) Dari segi afektif yang dipengaruhi oleh aktivitas fisik adalah nilai-nilai kesenangan, konsep diri, sosial, tingkah laku, sikap-sikap positif dan disiplin pribadi (Hurlock, 2005).

Hal tersebut akan membawa dampak negatif apabila tidak mendapatkan perhatian dari pihak pendidik. Maka dari itu perlunya dari awal siswa ditanamkan konsep diri kuat terutama konsep diri yang positif agar siswa selalu percaya diri terhadap penampilannya. Berkaitan dengan konsep diri dan penampilan fisik siswa, penelitian ini dilakukan guna menelaah lebih jauh mengenai perbedaan yang akan diteliti meliputi konsep diri dari siswa putra dan siswa putri dalam penampilan fisik.

Berdasarkan beberapa uraian diatas terdapat beberapa masalah yang ada sebelumnya, maka permasalahan tersebut dapat dirumuskan sebagai berikut: 1) Bagaimanakah konsep diri siswa SMP Negeri 3 Madiun terkait dengan penampilan fisiknya? 2) adakah perbedaan yang akan diteliti meliputi konsep diri dari siswa putra dan siswa putri dalam penampilan fisik SMP Negeri 3 Madiun dalam hal penampilan fisik?

Dari rumusan masalah diatas dapat diungkapkan terdapat maksud atau tujuan penelitian yaitu untuk menjelaskan bagaimanakah konsep diri siswa SMP Negeri 3 Madiun terkait dengan penampilan fisiknya dan untuk mengetahui perbedaan yang akan diteliti meliputi konsep diri dari siswa putra dan siswa putri dalam penampilan fisik.

Adapun manfaat dari penelitian ini dapat bermanfaat ke berbagai kalangan, diantaranya: 1) Bagi guru pendidikan jasmani dan kesehatan. Hasil yang didapat dalam penelitian ini bisa dijadikan rekomendasi bagi guru bahwa pentingnya pembentukan konsep diri anak untuk membentuk karakter diri guna pembentukan citra positif dalam perkembangan anak dalam bersikap. 2) Bagi peneliti bahwa yang didapat dalam penelitian ini bisa menjadi bahan referensi untuk menambah ilmu pengetahuan dan wawasan pentingnya penjasorkes dalam upaya pembentukan konsep diri siswa. 3) Bagi siswa sebagai upaya merefleksi diri sendiri dan memahami informasi yang didapat mengenai konsep diri yang bukan hanya dinilai dari nilai semata,

melainkan dari penampilan fisik serta tubuh yang sehat.

METODE

Metode dan Desain

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang dilakukan untuk mengetahui fenomena, atau peristiwa tertentu dengan menggunakan angka-angka (Maksum, 2009).

Penelitian ini menggunakan dua kelompok antara kelompok siswa putra dan kelompok siswa putri. Dalam penelitian tidak ada perlakuan hanya memberikan kuesioner atau angket untuk dijawab oleh subyek penelitian. Oleh karena itu penelitian ini hanya menggunakan metode ex post facto sehingga dapat diartikan dari sesudah fakta. Jadi peneliti tidak dituntut memberikan perlakuan terhadap variable bebas dikarenakan terjadi sbelum penelitian dilakukan (Mahardika, 2018).

Partisipan

Penelitian ini dilakukan terhadap siswa kelas VIII pada semester ganjil serta siswa tersebut telah mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani selama satu tahun pada kelas VII sebelumnya di SMP Negeri 3 Madiun. Dalam penelitian ex post facto tidak ada pengendalian atau kontrol terhadap varibel bebas yaitu subyek yang telah berjalan sebagaimana adanya dengan siswa melakukan kegiatan atau aktivitas normal dan tidak dibuat-buat pendidikan jasmani sebagaimana biasanya penyelenggaraan pendidikan jasmani itu dilaksanakan di sekolah tersebut.

Ada beberapa kelemahan dalam pendekatan ex post facto, yaitu peneliti tidak bisa memanipulasi variabel bebas dan mengendalikannya sehingga menyebabkan kemungkinan adanya perbedaan atau pengaruh terhadap variabel terikat.

Penelitian ini sebagai anggota populasi adalah siswa SMP Negeri 3 Madiun dan sampelnya adalah siswa kelas VIIIA dengan jumlah 32 siswa dengan rincian 10 siswa putra dan 22 siswa putri yang terdaftar pada tahun ajaran 2011-2012. Penetapan sebagai anggota populasi siswa SMP Negeri 3 Madiun dengan pertimbangan serta alasan yaitu: 1) lokasi penelitian terdekat. 2) belum pernah diadakannya penelitian ditempat ini. Terkait masalah yang akan diteliti oleh peneliti.

Instrumen

Teknik pengambilan data penelitian dengan menggunakan kuesioner. Instrumen penelitian merupakan alat bantu yang

digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data (Maksum, 2012). Angket atau kuesioner terdapat dua macam yaitu kuesioner tertutup dengan beberapa pertimbangan : 1) peneliti tidak perlu hadir langsung. 2) responden dapat menerima dengan kurun waktu bersamaan. 3) dalam pengerjaannya dapat dikerjakan dengan mudah oleh responden dengan kecepatan waktu tertentu. 4) responden dapat dianonimkan dan sehingga bebas jujur dan tidak malu-malu (Arikunto, 2016).

Tabel 1. Kategori Penilaian

Sangat Jelek	Jelek	Cukup	Baik	Sangat Baik
1	2	3	4	5

Tidak ada jawaban salah atau benar, Tetapi apa yang anda anggap paling tepat menggambarkan kondisi diri anda saat ini.

Prosedur

Sebelum pelaksanaan penelitian, dilakukan hal-hal sebagai berikut: a) Mempersiapkan angket yang akan digunakan dalam penelitian. b) Membuat surat pengantar dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya. c) Membawa surat pengantar kepada SMP negeri 3 Madiun. d) Mengurus surat ijin penelitian untuk menggunakan salah satu kelas siswa SMP Negeri 3 Madiun. 2) Pelaksanaan penelitian. Penelitian ini dilakukan antara hari Jumat dan hari Sabtu bulan Juli 2011 mengambil tempat di SMP 3 Madiun : a) Menyiapkan alat yang akan digunakan dilapangan berupa angket dan alat tulis. b) Menghubungi dan mengumpulkan orang yang membantu dalam penelitian dan memberi informasi yang lengkap dalam pelaksanaan penelitian. c) Sebelum responden menerima angket letak bangku responden diatur. d) Setelah menerima angket responden mengisi data pribadi. e) Diberikan petunjuk kepada responden tentang pengisian angket dan menyuruh responden meneliti kembali sebelum jawaban dikumpulkan. Jelaskan langkah-langkah untuk memperoleh data penelitian.

Analisis Data

Analisis data yang digunakan untuk menguji signifikansi perbedaan dua buah mean yang berasal dari dua distribusi dengan menggunakan Uji T independent.

$$T = \frac{X_1 - X_2}{\sqrt{(S_1^2 / n_1) + (S_2^2 / n_2)}}$$

keterangan:

- X1 = Mean pada distribusi sampel 1
- X2 = Mean pada distribusi sampel 2
- S12 = Nilai varian distribusi sampel 1
- S22 = Nilai varian distribusi sampel 2
- n1 = Jumlah individu pada sampel 1
- n2 = Jumlah individu pada sampel 2

$$df = \frac{[(S_1^2/n_1) + (S_2^2/n_2)]^2}{[(S_1^2/n_1)^2/(n_1-1)] + [(S_2^2/n_2)^2/(n_2-1)]}$$

Keterangan:

- S1 atau S2 : standar deviasi sampel kelompok 1 atau 2
- n1 atau n2 : Jumlah sampel kelompok 1 atau 2

Untuk memperkuat analisis data di atas, peneliti juga menggunakan analisis data *SPSS for windows release 18* agar tidak terjadi kesalahan dalam perhitungan.

HASIL

Dalam penelitian ini data perbedaan yang akan diteliti meliputi konsep diri dari siswa putra dan siswa putri dalam penampilan fisik dapat dilihat dari hasil jawaban siswa dalam mengisi angket *physical self concept scales*. Dalam hal ini diambil objek penelitian 32 siswa, yang terdiri dari keseluruhan siswa kelas VIIIA SMP Negeri 3 Madiun Jalan Kartini 6 Kota Madiun. Data yang akan dibahas diperoleh berdasarkan uji T yang di dapat dari pengisian angket yang dilaksanakan.

Tabel 2. Distribusi Jumlah siswa

No	Konsep Diri	Jumlah Siswa
1	Siswa Putra	10
2	Siswa Putri	22
Jumlah		32

Tabel 5. Presentase Konsep Diri Siswa Dalam Hal Penampilan Fisik Siswa Kelas VIIIA SMP Negeri 3 Madiun

No	Konsep Diri	Sangat Tinggi		Tinggi		Sedang		Rendah		Sangat Rendah	
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
1	Siswa Putra	-	-	4	40	5	50	1	10	-	-
2	Siswa Putri	-	-	8	36,4	14	63,6	-	-	-	-

Hasil angket konsep diri siswa dalam hal penampilan fisik diperoleh hasil siswa pada kelompok siswa putra dengan kategori rendah sebesar 10% sebanyak 1 siswa, termasuk kategori sedang sebesar 50% sebanyak 5 siswa dan termasuk dengan kategori tinggi sebesar 40 % sebanyak 4 siswa.

Tabel 3. Distribusi konsep diri siswa putra dalam hal penampilan fisik SMP Negeri 3 Madiun

No	Kategori Bentuk Tubuh	Jumlah
1	Sangat Rendah	0
2	Rendah	1
3	Sedang	5
4	Tinggi	4
5	Sangat Tinggi	0
Jumlah		10

Dari hasil jawaban angket konsep diri dalam hal penampilan fisik siswa putra diperoleh hasil dengan kategori siswa rendah sebanyak 1 sedangkan siswa yang masuk dalam kategori sedang sebanyak 5 siswa, serta siswa dengan kategori tinggi sebanyak 4 siswa.

Tabel 4. Distribusi konsep diri siswa putri dalam hal penampilan fisik SMP Negeri 3 Madiun

No	Kategori Bentuk Tubuh	Jumlah
1	Sangat Rendah	0
2	Rendah	0
3	Sedang	14
4	Tinggi	8
5	Sangat Tinggi	0
Jumlah		22

Dari hasil jawaban angket konsep diri dalam hal penampilan fisik siswa putra diperoleh hasil kategori siswa dengan kategori rendah sebanyak 1 siswa, sedangkan yang termasuk kategori sedang sebanyak 5 siswa serta siswa dengan kategori tinggi sebanyak 4 siswa.

Sedangkan pada kelompok putri dengan kategori sedang sebesar 63,6% sebanyak 14 siswa, selain itu dengan kategori tinggi sebesar 36,4% sebanyak 8 siswa.

Tabel 6. Distribusi Kategori konsep diri siswa putra dan siswa putri dalam penampilan fisik SMP Negeri 3 Madiun

Interval		Kategori
8-14	1	sangat rendah
15-21	2	Rendah
22-28	3	Sedang
29-35	4	Tinggi
36-40	5	sangat tinggi

Hasil pengisian angket tentang konsep diri pada kelompok siswa putra dan siswa putri yaitu pada hasil uji angket rata-rata kelompok siswa putra adalah 27,80 dengan standar deviasi 3,190 termasuk dalam kategori sedang, sedangkan pada hasil uji angket kelompok siswa putri rata-rata sebesar 28,45 dengan standar deviasi 2,773 termasuk dalam kategori sedang.

Tabel 7. Distribusi Konsep Diri Siswa Dalam Hal Penampilan Fisik SMP Negeri 3 Madiun

Variabel	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Konsep diri	32	21	35	28,25	2,87368
Valid N (listwise)	32				

Tabel 8. Distribusi Konsep Diri Antara Siswa Putra Dan Siswa Putri Dalam Hal Penampilan Fisik SMP Negeri 3 Madiun

Konsep Diri	Min	Max	Mean	SD	SE	Koefisient	Df	P Value	N
Siswa Putra	21	33	27,80	3,190	1,009				10
Siswa Putri	23	35	28,45	2,773	0,591	-0,591	30	0,559	22

Tabel di atas tersebut dideskripsikan rata yang diperoleh dalam angket terkait konsep diri dalam hal penampilan fisik siswa adalah 28,25 dengan standar deviasi 2,87368. Pada hasil uji angket kelompok siswa putra adalah 27,80 dengan standar deviasi 3,190, sedangkan pada hasil uji angket kelompok siswa putri sebesar 28,45 dengan standar deviasi 2,773. Berdasarkan hasil uji T independent yang dilakukan oleh dua kelompok berbeda meliputi konsep diri dari siswa putra dan siswa putri dalam penampilan fisik (-0,591) pada p value (0,559). Dengan demikian tidak ada perbedaan yang signifikan konsep diri antara siswa putra dan putri dalam berpenampilan fisik.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis perbedaan meliputi konsep diri dari siswa putra dan siswa putri dalam penampilan fisik didapatkan hasil dari 32 siswa yang terdiri dari 10 siswa putra dan 22 siswa putri. Secara keseluruhan rata-rata hasil pengisian angket tentang konsep diri pada penampilan fisik siswa adalah 28,25 dengan standar deviasi 2,87368 termasuk dalam kategori sedang. Rata-rata hasil pengisian angket tentang konsep diri pada kelompok siswa putra adalah 27,80 dengan standar deviasi 3,190 termasuk dalam kategori sedang, sedangkan

rata-rata pada hasil uji angket kelompok siswa putri sebesar 28,45 dengan standar deviasi 2,773 termasuk dalam kategori sedang.

Dengan kategori rendah diperoleh 1 siswa putra, sedangkan siswa dengan kategori sedang sebanyak 5 siswa, dan siswa yang termasuk dalam kategori tinggi sebanyak 4 siswa. Dalam kategori siswa putri diperoleh hasil siswa yang termasuk dalam kategori sedang sebanyak 14 siswa, siswa yang termasuk dalam kategori tinggi sebanyak 8 siswa.

Pengujian hipotesis didapat hasil bahwa data yang diperoleh signifikan, karena nilai pvalue > pa (0,559 > 0,5), maka dapat dinyatakan bahwa Ho diterima (gagal ditolak). Dari data yang diperoleh dapat dinyatakan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan terkait konsep diri antara siswa putra dan putri dalam hal penampilan fisik. Berdasarkan hasil analisis perbedaan konsep diri antara siswa putra dan siswa putri dalam hal penampilan fisik menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok siswa.

Pendidikan jasmani memiliki peranan penting dari penampilan seseorang dalam kesehariannya. Penampilan fisik dapat berpengaruh terhadap orang lain yang berinteraksi dan orang yang mempersepsikan diri kita. Sebagaimana ditunjukkan oleh

Petrakaki & Karakasidou, (2017) fisik diri menempati posisi unik dalam sistem diri karena tubuh menyediakan penampilan fisik antara individu dan dunia.

Seseorang dengan kelebihan dan kekerungannya baik kecantikan dan fisiknya akan menerima evaluasi negative dari teman dan mengurangi kontak sosial. Penilaian perempuan akan penampilan fisik merupakan hal yang tidak dapat terlepas dari penilaian diri secara menyeluruh (Prahmadhani, 2007).

Pada zaman dahulu penampilan fisik lebih ditonjolkan oleh perempuan daripada laki-laki pada penelitian sebelumnya, tetapi pada penelitian ini berbeda. Karena sekarang ini baik perempuan dan laki-laki sama-sama memperhatikan fisiknya. Ini terlihat sebagai contoh perempuan mengkonsumsi susu berprotein tinggi dan berlemak rendah agar tubuhnya langsing, sedangkan laki-laki juga mengkonsumsi susu berprotein tinggi dan berlemak rendah supaya tubuhnya berotot (kekar). Bahkan di klub-klub kebugaran rata-rata sama banyak pengunjungnya baik laki-laki maupun perempuan.

Sedangkan analisis peneliti terkait hasil penelitian pada SMP Negeri 3 Madiun yaitu baik siswa putra dan siswa putri sama-sama berkategori sedang dan tidak ada perbedaan konsep diri dalam hal penampilan fisik, hal ini dikarenakan guru pendidikan jasmani selalu memberi bimbingan tentang nilai-nilai kedisiplinan terhadap siswa, misalnya siswa putra tidak boleh berambut panjang dan siswa putri tidak boleh berambut panjang sampai dibawah ikat pinggang, serta setiap pembelajaran berlangsung materi yang diberikan sesuai instruksi guru pendidikan jasmani, oleh karena itu tingkat kebugaran dan cara berpenampilan siswa yang dihasilkan dari kegiatan pembelajaran jasmani tersebut relatif sama.

Disamping hal tersebut berkat sejak kelas VIII siswa ditanamkan konsep diri kuat terutama konsep diri yang positif pada mata pelajaran pendidikan jasmani oleh karena itu siswa selalu percaya diri terhadap penampilannya sehingga hasil penelitian ini menyatakan tidak ada hal yang membedakan konsep diri antara siswa perempuan dan laki-laki dalam hal penampilan fisik

KESIMPULAN

Hasil penelitian pada SMP Negeri 3 Madiun menunjukkan bahwa siswa putra dan siswa putri sama-sama berkategori sedang dan tidak ada perbedaan konsep diri dalam hal penampilan fisik, hal ini dikarenakan guru

pendidikan jasmani selalu memberi bimbingan tentang nilai-nilai kedisiplinan terhadap siswa, misalnya siswa putra tidak boleh berambut panjang dan siswa putri tidak boleh berambut panjang sampai dibawah ikat pinggang, serta setiap pembelajaran berlangsung materi yang diberikan sesuai instruksi guru pendidikan jasmani, oleh karena itu tingkat kebugaran dan cara berpenampilan siswa yang dihasilkan dari kegiatan pembelajaran jasmani tersebut relatif sama.

REFERENSI

- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Hurlock, E. B. (2005). *Psikologi Perkembangan Anak Jilid 2* (2nd Ed.). Erlangga.
- Mahardika, M. S. (2018). *Pengantar Evaluasi Pengajaran*. Unesa University Press.
- Maksum, A. (2009). *Metodologi Penelitian (A)*. Universitas Negeri Surabaya .
- Maksum, A. (2012). *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga* (First Edition). Unesa University Press.
- Murdiansyah, B. N. (2022). Peran Aktivitas Pendidikan Jasmani Dalam Membentuk Konsep Diri (Suatu Studi Pada Siswa Kelas V Sdn Brangkal I Kecamatan Parengan Kabupaten Tuban). *Joel: Journal Of Educational And Language Research*, 2(3), 401–406.
- Petrakaki, E., & Karakasidou, E. (2017). The Effect Of Physical Activity And Gender On Well Being And Body Image Of Adolescents. *Psychology*, 08(11), 1840–1856.
- Prahmadhani, D. T. (2007). *Persepsi Wanita Dewasa Dini Pengguna Produk Skin Care Tentang Kecantikan*. Universitas Sanata Dharma .
- Ratrioso, I. (2008). *Remaja Unggul Kamukah Itu?* Nobel Edumedia.
- Richards, G. E., & Marsh, H. W. (2005). Physical Self-Concept As An Important Outcome In Physical Education Classes: Evaluation Of The Usefulness In Physical Education Of Three Physical Self Concept Measures Utilising A Database Of Australian And Israeli Students. *Aare Annual Conference Paramatta* .
- Wonodihadrjo, F. (2014). Komunikasi Kelompok Yang Mempengaruhi Konsep Diri Dalam Komunitas Cosplay “Cosura” Surabaya. *Jurnal E-Komunikasi*, 2(3).