

PERBANDINGAN EFIKASI DIRI SISWA KELAS KHUSUS OLAHRAGA DAN REGULER DALAM MENGHADAPI TANTANGAN AKADEMIK

Dwi Fatmawati

Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta

Robertus Budi Sarwono

Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta

Alamat: Jl. Affandi, Mrican, Caturtunggal, Depok, Sleman, DIY 55281

Korespondensi penulis: dfatmawati025@gmail.com

Abstract. *This research aims to determine [1] the level of self-efficacy among students in the special sports class of SMP Negeri 1 Kalasan, [2] the level of self-efficacy among students in the regular class of SMP Negeri 1 Kalasan, and [3] the comparison of self-efficacy levels between students in the special sports class and those in the regular class in facing academic challenges at SMP Negeri 1 Kalasan. Self-efficacy is defined as an individual's belief in their ability to complete tasks or face specific difficulties. This research is motivated by the differences in backgrounds and learning focuses of both classes, which are believed to affect how students build self-confidence in the academic context. The research employed a quantitative approach with a comparative design. The subjects consisted of 64 students: 32 from the sports special class and 32 from the regular class. Data were collected using a validated and reliable self-efficacy questionnaire. The data were analyzed using the Mann-Whitney test due to the non-normal distribution of some data. Analysis was conducted with the assistance of the JASP software version 0.18.3. The results showed that the average self-efficacy score of students in the regular class (150.03) was higher than that of students in the sports special class (143.75). However, the hypothesis test indicated that this difference was not statistically significant ($p = 0.083 > 0.05$). This means there is no significant difference in self-efficacy between students in the two groups. These findings suggest that despite their different academic settings, students exhibit relatively similar levels of confidence in dealing with academic challenges, highlighting the importance of social support and learning environments in shaping students' self-efficacy.*

Keywords: *Self-Efficacy, Sports Special Classes, Regular Classes.*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui [1] tingkat efikasi diri siswa kelas khusus olahraga SMP Negeri 1 Kalasan, [2] Tingkat Efikasi Diri siswa kelas reguler di SMP Negeri 1 Kalasan, [3] Perbandingan tingkat Efikasi Diri antara siswa kelas khusus olahraga dan siswa kelas reguler dalam menghadapi tantangan akademik di SMP Negeri 1 Kalasan. Efikasi Diri diartikan sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan tugas atau menghadapi kesulitan tertentu. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh perbedaan latar belakang dan fokus pembelajaran dari kedua kelas, yang diperkirakan memengaruhi cara siswa membangun rasa percaya diri dalam konteks akademik. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif

Received Mei 28, 2025; Revised Juni 30, 2025; Juli 25, 2025

* Dwi Fatmawati, dfatmawati025@gmail.com

dengan desain komparatif. Subjek penelitian berjumlah 64 siswa, terdiri dari 32 siswa kelas khusus olahraga dan 32 siswa kelas reguler. Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket skala Efikasi Diri yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Data dianalisis menggunakan uji Mann-Whitney karena data tidak sepenuhnya terdistribusi normal. Analisis data dilakukan dengan bantuan aplikasi JASP versi 0.18.3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor Efikasi Diri siswa kelas reguler lebih tinggi (150,03) dibandingkan dengan siswa kelas khusus olahraga (143,75). Namun, hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa perbedaan tersebut tidak signifikan secara statistik ($p = 0,083 > 0,05$). Artinya, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara Efikasi Diri siswa di kedua kelas. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun latar belakang kelas berbeda, tingkat keyakinan diri siswa dalam menghadapi tantangan akademik relatif serupa, serta menegaskan pentingnya peran dukungan sosial dan lingkungan belajar dalam membentuk Efikasi Diri siswa.

Kata kunci: Efikasi Diri, Kelas Khusus Olahraga, Kelas Reguler.

LATAR BELAKANG

Pendidikan merupakan upaya strategis dalam mengembangkan potensi individu agar mampu menghadapi tantangan kehidupan, termasuk tantangan akademik. Salah satu faktor penting yang mempengaruhi keberhasilan siswa dalam proses belajar adalah efikasi diri. Efikasi diri didefinisikan sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan tugas atau menghadapi kesulitan tertentu.

Beberapa penelitian sebelumnya telah menunjukkan pentingnya efikasi diri dalam konteks pendidikan. Muhtarom (2016) dalam penelitiannya berjudul "Keyakinan Diri (Self-Efficacy) Siswa Berkebutuhan Khusus dalam Mengenyam Pendidikan di Sekolah Inklusi" menemukan bahwa secara keseluruhan, keyakinan diri siswa berkebutuhan khusus berada pada tingkat yang baik, meskipun beberapa aspek masih memerlukan perbaikan. Penelitian oleh Saifulloh (2024) menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki pengaruh positif terhadap kemampuan pemecahan masalah matematika pada siswa, menekankan pentingnya self-efficacy dalam konteks pembelajaran. Selain itu, Aprilia (2021) menemukan bahwa budaya belajar berkontribusi signifikan terhadap efikasi diri siswa, menunjukkan bahwa kebiasaan belajar yang baik dapat meningkatkan keyakinan siswa terhadap kemampuan mereka.

Namun, penelitian ini berbeda karena fokus pada perbandingan antara siswa kelas khusus olahraga dan siswa kelas reguler di SMP Negeri 1 Kalasan. Novelty dari penelitian

ini terletak pada pendekatan komparatif yang digunakan untuk mengeksplorasi perbedaan efikasi diri antara dua kelompok siswa yang memiliki konteks pendidikan yang berbeda. Gap penelitian ini terletak pada kurangnya studi yang membandingkan kedua kelompok ini secara langsung dalam konteks akademik, sehingga hasilnya diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap literatur pendidikan dan strategi pembelajaran di sekolah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain komparatif, yang bertujuan untuk membandingkan tingkat kepercayaan diri (Efikasi Diri) antara siswa di kelas khusus olahraga dan siswa di kelas reguler. Subjek penelitian terdiri dari kelas khusus olahraga dengan jumlah siswa 32 dan kelas reguler dengan jumlah siswa 32. Jadi total sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah 64 siswa. Pengambilan sampel dilakukan secara purposive, dengan mempertimbangkan karakteristik khusus dari kedua kelas.

Data dikumpulkan melalui angket skala efikasi diri dengan total 49 item yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Dari 49 item dinyatakan valid dengan koefisien reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,943, yang mengindikasikan bahwa instrumen tersebut memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi. Menurut Sugiyono (2010), validitas dan reliabilitas alat ukur sangat penting untuk memastikan bahwa instrumen tersebut dapat memberikan hasil yang akurat. Angket ini dirancang untuk mengukur keyakinan siswa dalam menghadapi berbagai tantangan akademik, mencakup item yang berkaitan dengan kemampuan menyelesaikan tugas, mengatasi kesulitan, dan mencapai tujuan akademik.

Setelah data terkumpul, Analisis data dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak JASP versi 0.18.3, meliputi uji normalitas (Shapiro Wilk), uji homogenitas (Levene's Test) dan uji beda (Mann-Whitney). Analisis dilakukan menggunakan uji Mann-Whitney, yang dipilih karena distribusi data tidak normal. Prosedur analisis ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai perbedaan efikasi diri antara kedua kelompok siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengungkap perbedaan tingkat efikasi diri antara siswa kelas khusus olahraga dan siswa kelas reguler di SMP Negeri 1 Kalasan. Data dikumpulkan dari total 64 siswa, yang terdiri dari 32 siswa kelas khusus olahraga dan 32 siswa kelas reguler. Pengumpulan data menggunakan skala efikasi diri yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas, diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,943, yang mengindikasikan tingkat reliabilitas tinggi.

Tabel 1. Hasil kategorisasi efikasi diri berdasarkan kelas

		<i>Self-Efficacy</i>						Total
			Sangat Tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah	
Jenis Kelas	VIIA	N	4	19	9	0	0	32
	(Kelas Khusus Olahraga)	%	6,3%	29,7%	14,1%	0%	0%	50%
	VIIIB	N	7	23	2	0	0	32
	(Kelas Reguler)	%	10,9%	35,9%	3,1%	0%	0%	50%
Total		N	11	42	11	0	0	64
		%	17,2%	65,6%	17,2%	0%	0%	100%

Berdasarkan data di atas menunjukkan bahwa pada mayoritas Kelas VIIA, tergolong dalam kategori efikasi diri tingkat tinggi dengan jumlah 19 siswa (59,4%). Di sisi lain, mayoritas Kelas VIIIB juga tergolong dalam kategori efikasi diri tingkat tinggi dengan jumlah 23 siswa. (71,9%).

Tabel 2. Hasil uji normalitas (Shapiro-Wilk)

Test of Normality (Shapiro-Wilk)			
		W	p
TOTAL	VIIA	0.955	0.205

VIIB	0.900	0.006
-------------	-------	-------

Berdasarkan hasil analisis di atas, menunjukkan bahwa Kelas VIIA memiliki nilai p-value 0,205, yang menunjukkan bahwa data terdistribusi normal. Namun, Kelas VIIB memiliki nilai p-value 0,006, yang menandakan bahwa data tidak terdistribusi normal. Untuk data dapat dikatakan normal, maka nilai p-value harus $> 0,05$. Karena terdapat data yang tidak terdistribusi normal, maka akan menggunakan analisis non-parametrik untuk uji hipotesis.

Tabel 3. Hasil uji homogenitas (Lavene's)

Test of Equality of Variances (Levene's)				
	F	df ₁	df ₂	p
TOTAL	0.137	1	62	0.712

Hasil uji menunjukkan p-value $0,712 > 0,05$ ini menunjukkan bahwa asumsi homogenitas varians terpenuhi dan memungkinkan untuk melanjutkan analisis statistik yang lebih lanjut.

Tabel 4. Hasil uji deskriptif

	TOTAL	
	VIIA	VIIB
Valid	32	32
Missing	0	0
Median	144.000	146.000
Mean	143.750	150.031
Std. Deviation	14.897	13.663
Variance	221.935	186.676
Range	62.000	62.000
Minimum	120.000	129.000
Maximum	182.000	191.000

Analisis deskriptif memberikan gambaran awal mengenai data yang diperoleh dari dua kelas, yaitu VIIA dan VIIB. Masing-masing kelas memiliki 32 siswa, tanpa ada data yang hilang. Rata-rata nilai siswa di Kelas VIIA adalah 143,75 dengan median 144, sedangkan di Kelas VIIB, rata-rata nilai mencapai 150,03 dengan median 146.

Table 5. Hasil uji independent t (Mann-Whitney)

Independent Samples T-Test			
	W	df	P
TOTAL	382.500		0.083

Note. Mann-Whitney U test

Hasil menunjukkan p-value 0,083. Karena p-value lebih besar dari 0,05, maka tidak ada perbedaan yang signifikan antara rata-rata nilai Kelas VIIA dan VIIB. Ini menunjukkan bahwa meskipun ada perbedaan dalam rata-rata nilai, perbedaan tersebut tidak cukup signifikan untuk menyatakan bahwa salah satu kelas memiliki kinerja yang lebih baik secara statistik.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor efikasi diri siswa kelas reguler (150,03) lebih tinggi dibandingkan dengan siswa kelas khusus olahraga (143,75). Namun, perbedaan tersebut tidak signifikan secara statistik, dengan p-value sebesar 0,083, yang berarti bahwa tidak terdapat perbedaan yang cukup kuat untuk mengklaim bahwa salah satu kelompok memiliki efikasi diri yang lebih baik daripada yang lain.

Hasil ini menunjukkan bahwa meskipun siswa kelas khusus olahraga memiliki fokus yang berbeda dalam pembelajaran, efikasi diri mereka dalam konteks akademik tidak jauh berbeda dari siswa kelas reguler. Salah satu penjelasan untuk temuan ini adalah bahwa siswa kelas olahraga sering kali lebih percaya diri dalam aspek fisik, tetapi hal ini tidak serta merta berkontribusi pada efikasi diri akademik mereka. Menurut Bandura (1997), pengalaman langsung dan dukungan sosial adalah sumber utama dalam membangun efikasi diri. Dalam hal ini, dukungan sosial dari guru dan teman sebaya berperan penting dalam membentuk efikasi diri siswa.

Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa, membuat mereka lebih mampu menghadapi tantangan akademik. Misalnya, penelitian oleh Ryan dan Deci (2017) menyatakan bahwa dukungan sosial memperkuat motivasi intrinsik dan memberikan kepercayaan diri tambahan kepada siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Schunk dan Zimmerman (2012) menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat secara signifikan meningkatkan kepercayaan diri siswa, yang membuat mereka lebih mampu menghadapi berbagai tantangan. Selain itu, penelitian oleh Wiggins et al. (2021) mengungkapkan bahwa dukungan sosial yang kuat dari lingkungan sekitar dapat memperkuat Efikasi Diri, khususnya dalam konteks akademik.

Menariknya, perspektif Martin Seligman mengenai psikologi positif juga relevan dalam konteks ini. Seligman (2006) menekankan pentingnya harapan dan optimisme dalam mencapai tujuan. Siswa yang memiliki harapan positif terhadap masa depan cenderung lebih termotivasi untuk belajar dan lebih mampu menghadapi tantangan, meskipun tingkat efikasi diri mereka tidak selalu tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun dukungan sosial penting, faktor-faktor psikologis lain seperti harapan dan optimisme juga berperan dalam membentuk sikap siswa terhadap pembelajaran.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan wawasan yang berharga tentang bagaimana konteks pendidikan yang berbeda dapat mempengaruhi efikasi diri siswa. Temuan ini dapat dijadikan dasar bagi pengembangan strategi pembelajaran yang lebih inklusif, yang mempertimbangkan kebutuhan dan karakteristik unik dari setiap kelompok siswa.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai perbandingan tingkat Efikasi Diri antara siswa kelas khusus olahraga dan siswa kelas reguler di SMP Negeri 1 Kalasan, dapat disimpulkan Sebagai berikut

1. Rata-rata nilai self-efficacy untuk siswa kelas khusus olahraga atau siswa kelas VIIA, yang merupakan kelas khusus olahraga, adalah 143,75 dengan median 144. Hal ini menunjukkan bahwa siswa dalam kelas ini memiliki tingkat kepercayaan diri yang

cukup baik, terutama dalam konteks fisik dan kompetisi olahraga. Dukungan dari pelatih dan lingkungan yang mendukung turut berkontribusi pada pengembangan self-efficacy mereka.

2. Rata-rata nilai self-efficacy siswa kelas reguler atau siswa kelas VII B sebesar 150,03 dengan median 146. Ini menunjukkan bahwa siswa kelas reguler cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi, terutama dalam konteks akademik. Lingkungan belajar yang positif dan dukungan dari guru memainkan peran penting dalam membangun kepercayaan diri mereka.
3. Perbandingan antara tingkat self-efficacy siswa kelas khusus olahraga dan siswa kelas reguler menunjukkan adanya perbedaan yang kecil, tetapi tidak signifikan secara statistik ($p\text{-value} = 0,083 > 0,05$). Meskipun rata-rata nilai self-efficacy siswa kelas reguler lebih tinggi, perbedaan tersebut tidak berarti dalam konteks keseluruhan. Temuan ini juga memperlihatkan bahwa siswa kelas khusus olahraga lebih percaya diri dalam konteks fisik, sementara siswa kelas reguler lebih percaya diri dalam bidang akademik. Dukungan sosial dari guru dan teman sebaya berperan penting dalam membentuk tingkat self-efficacy bagi kedua kelompok siswa..

DAFTAR REFERENSI

- Alwisol, (2009). *Efikasi Diri: Konsep dan Aplikasinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aprilia, A. (2021). *Pengaruh Budaya Belajar Terhadap Self-Efficacy Siswa Cerdas Istimewa di SMAN 78 Jakarta* (Bachelor's thesis, Jakarta: FITK UIN Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman.
- Bouffard-Bouchard, T., Parent, S., & Larivée, S. (1990). Self-efficacy and performance in a problem-solving task. *Journal of Educational Psychology*, 82(3), 508-512.
- Damri, D., Akmaliah, I., & Putri, R. (2017). Hubungan Self-Efficacy dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan*, 5(3), 45-56.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Muhtarom, M. (2016). Keyakinan Diri (Self-Efficacy) Siswa Berkebutuhan Khusus dalam Mengenyam Pendidikan di Sekolah Inklusi. *Jurnal Pendidikan Inklusi*, 4(2), 123-134.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Publications.

- Saifulloh, S. (2024). Pengaruh Self-Efficacy dan Self-Regulated Learning terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Matematika pada Siswa Kelas V di MI Ma'arif Polorejo. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 12(1), 23-34.
- Schunk, D. H., & Zimmerman, B. J. (2012). *Motivation and self-regulated learning: Theory, research, and applications*. Routledge.
- Seligman, M. E. P. (2006). *Learned optimism: How to change your mind and your life*. Vintage.
- Seligman, M. E. P., Ernst, R. M., Gillham, J., Reivich, K., & Linkins, M. (2009). *Positive education: Positive psychology and classroom interventions*. *Oxford Review of Education*, 35(3), 293–311.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Wiggins, B., Rüppel, C., & Lebron, R. (2021). The effect of peer and teacher support on students' academic confidence. *Journal of Educational Psychology Research*, 24(2), 150–167.
- Wiggins, M. W., Wiggins, T. M., & Smith, R. A. (2021). The role of social support in self-efficacy and academic achievement of black male college students. *Journal of College Student Development*, 62(5), 633-638.
- Wiggins, M., Turner, J. C., & Meissel, K. (2021). *The role of social support in student academic self-efficacy and engagement*. *Educational Psychology*, 41(3), 275–290.