

PERBANDINGAN PENGARUH PEMBERIAN UMPAN BALIK POSITIF (*POSITIVE FEEDBACK*) DAN UMPAN BALIK NETRAL (*NEUTRAL FEEDBACK*) DALAM PEMBELAJARAN PENJAS TERHADAP PEMBENTUKAN KONSEP DIRI YANG POSITIF SISWA SD

**Oleh
Didin Budiman**

Abstrak

Pengembangan konsep diri siswa sejak usia dini menjadi bagian dari pelaksanaan program pembelajaran pendidikan jasmani. Konsep diri yang positif pada siswa sekolah dasar merupakan bagian dari aspek afektif. Namun pada kenyataannya pelaksanaan kegiatan pembelajaran penjas belum benar-benar memfokuskan ke arah itu.

Penjas yang kaya dengan metode dan pendekatan mengajar belum mampu dimanfaatkan secara optimal oleh guru penjas dan pihak terkait lainnya. Misalnya dalam penguatan hasil belajar siswa. Salah satunya dengan pemberian umpan balik (*feedback*) yang sesuai bagi siswa. Umpan balik yang sesuai akan semakin memperkuat kedudukan seorang siswa dalam kelompoknya. Ia akan memahami siapa dirinya, kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya, keunikan, merasa mampu dan patut.

Penelitian ini mencoba memfokuskan pada upaya menumbuhkembangkan konsep diri yang positif pada siswa SD melalui penerapan umpan balik positif dan umpan balik netral. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen yang diterapkan pada 40 orang siswa sebagai sample yang terbagi ke dalam 2 kelompok perlakuan yaitu kelompok A berjumlah 20 orang siswa yang mendapat perlakuan penerapan umpan balik positif dan Kelompok B berjumlah 20 orang siswa yang mendapat perlakuan penerapan umpan balik netral. Instrumen penelitiannya berupa angket berskala Likert yang sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa umpan balik positif lebih memberikan dampak yang signifikan dalam meningkatkan konsep diri yang positif pada siswa SD.

Kata-Kata Kunci

Umpan balik positif (*positive feedback*), Umpan balik netral (*Neutral feedback*), Konsep diri yang positif (*Positive self-concept*)

Pendahuluan

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang melibatkan interaksi antara peserta didik dengan lingkungan. Proses pendidikannya dikelola melalui aktivitas jasmani secara sistematis menuju pembentukan manusia seutuhnya. Aktivitas jasmaninya diupayakan untuk meningkatkan keterampilan motorik dan nilai-nilai fungsional yang mencakup kognitif, afektif dan sosial (Toho Cholik dan Rusli Lutan, 1996:13).

Program pembelajaran pendidikan jasmani memiliki tujuan dan fungsi untuk menumbuhkembangkan seluruh domain (aspek) yang dimiliki oleh setiap siswa.

Sedangkan pada aspek afektif, program penjas menitikberatkan kepada pembentukan sikap untuk membentuk kepribadian yang baik yang sesuai dengan norma dan etika di masyarakat.

Program penjas yang baik, khususnya pada aspek afektif, memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengembangkan kepercayaan diri, mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui aktivitas jasmani baik secara perorangan maupun berkelompok.

Bila tujuan itu tercapai, hal itu memungkinkan anak untuk memperoleh dan menerapkan pengetahuan tentang aktivitas jasmani, pertumbuhan dan perkembangan, perkembangan estetika dan sosial, mengembangkan sikap positif, mengembangkan keterampilan sosial untuk berkomunikasi dan bersosialisasi secara efektif dengan orang lain (Rusli Lutan, 1998:5).

Salah satu unsur yang menjadi tujuan perkembangan pribadi anak adalah konsep diri. Pembinaan konsep diri sangatlah penting. Melalui program pendidikan jasmani yang berkualitas, konsep diri dapat diajarkan atau dikembangkan. Beberapa cara mengajarkan konsep diri dalam penjas menurut Rusli Lutan (2001:95-96) yaitu: anak saling menghargai, guru dan anak saling menghargai, dan penetapan tujuan yang realistis. Berdasarkan pengertian tersebut maka salah satu cara mengembangkan konsep diri yang positif adalah melalui komunikasi yang efektif. Indikator terpenting dari komunikasi yang efektif adalah berterus terang, mendengar, dan merasakan perasaan orang lain.

Dalam aktivitas pembelajaran penjas, guru menghargai siswa dan berkomunikasi secara efektif yang diwujudkan dengan terjadinya proses umpan balik (*feed back*). Fungsi *feedback* adalah memberikan motivasi, *reinforcement* (Harsono, 1988:89) atau *punishment* (Rusli Lutan, 1988; Apruebo, 2005). Menurut Apruebo (2005:100), "Reinforcement means any event that increase the probability that a particular response will reoccur under similar consequences".

Umpan balik dapat diberikan dalam beberapa jenis. Jenis umpan balik dikemukakan oleh Adang Suherman (1998:126) yaitu umpan balik positif, umpan balik netral

Pemberian jenis umpan balik harus disesuaikan dengan kebutuhan siswa. Kebutuhan siswa terkait dengan tingkat perkembangan psikososial siswa. Pada perkembangan siswa pada kelompok anak besar (usia 10-12 tahun), mereka sangat membutuhkan penguatan (*reinforcement*) agar perubahan perilaku yang sesuai dengan tujuan pembelajaran tetap melekat. Guru harus berhati-hati memberikan umpan balik untuk perbaikan atau koreksi atas kekeliruan yang dilakukan siswa. Kekurangesesuaian jenis umpan balik yang diberikan akan berdampak kepada perasaan tidak enak, pesimistis, tidak memiliki motivasi, atau tidak memiliki harga diri karena selalu mendapat teguran guru. Untuk itu karakteristik siswa harus mendapat perhatian penting ketika guru akan memberikan umpan balik.

Belum mampunya guru memberikan penghargaan dan pengakuan atas setiap upaya (proses) yang dilakukan siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran berdampak pada ketidakjelasan konsep diri yang dimiliki siswa. Kekurangpahaman guru terhadap kebermaknaan umpan balik akan mengganggu penampilan siswa pada saat belajar. Kekeliruan memberikan umpan balik kepada siswa karena mengabaikan tingkat kecepatan belajar siswa yang tidak sama antara

siswa yang satu dengan siswa yang lainnya sering menempatkan anak pada posisi tidak berdaya, tidak mampu, dan gelisah sehingga minat dan motivasi belajar menjadi menurun. Dari sinilah konsep diri siswa akan terganggu sehingga pembentukan konsep diri yang positif pada diri siswa menjadi kabur atau tidak jelas.

1. Bagaimanakah dampak pemberian umpan balik positif terhadap pengembangan konsep diri yang positif pada diri siswa sekolah dasar?
2. Bagaimanakah dampak pemberian umpan balik netral terhadap pengembangan konsep diri yang positif pada diri siswa di sekolah dasar?
3. Adakah perbedaan pemberian umpan balik positif dengan umpan balik netral terhadap pengembangan konsep diri yang positif pada siswa sekolah dasar?

Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian adalah metode eksperimen. Surakhmad (1990:149) mengemukakan sebagai berikut:

Dalam arti kata yang luas, bereksperimen adalah mengadakan kegiatan percobaan untuk melihat satu hasil. Hal itu yang akan menegaskan bagaimana kedudukan perhubungan kausal antara variabel-variabel yang diselidiki. Tujuan eksperimen bukanlah pada pengumpulan dan deskripsi data, melainkan pada penemuan faktor-faktor penyebab dan faktor-faktor akibat, oleh karena itu maka di dalam eksperimen orang bertemu dengan dinamik dalam interaksi variabel-variabel.

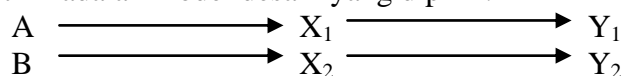
Dalam konteks penelitian ini variabel yang memberikan pengaruh (variabel bebas/*independent variable*) adalah pemberian dua jenis umpan balik sehingga dalam pelaksanaannya sampel dibagi dua kelompok untuk memperoleh perlakuan yang berbeda-beda.

1. Kelompok A mendapat perlakuan pemberian umpan balik positif.
2. Kelompok B mendapat perlakuan pemberian umpan balik netral.

Sedangkan variabel yang dipengaruhi (variabel terikat/*dependent variable*) adalah konsep diri yang positif yang ditunjukkan oleh beberapa aspek yaitu: a. Merasa diakui lingkungan sekitar, b. Merasa mampu, c. Merasa patut, d. Menerima keadaan diri sendiri, e. Menerima keterbatasan, e. Keunikan

Desain penelitian yang dipilih oleh penulis adalah dua kelompok eksperimen dengan proses perlakuan kemudian tes akhir (post test). Tidak adanya tes awal (pre test) dalam penelitian ini karena pertimbangan bahwa instrumen penelitian yang dipakai adalah angket. Penulis mengkhawatirkan jika diadakan pre test maka sampel akan memiliki kesempatan untuk menghafal dan mendiskusikan butir soal dalam angket dengan sesama rekannya. Hal ini dimaksudkan agar tes yang diberikan bukanlah tes kognitif melainkan tes yang berkaitan langsung dengan persepsi dan sikap yang sesuai dengan tujuan penelitian yang akan dicapai.

Berikut ini adalah model desain yang dipilih:



Keterangan:

- A : Kelompok A
B : Kelompok B

- X₁ : Perlakuan pemberian umpan balik positif
- X₂ : Perlakuan pemberian umpan balik netral
- Y₁ : Konsep diri hasil pemberian umpan balik positif
- Y₂ : Konsep diri hasil pemberian umpan balik netral

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas V dan kelas VI SD di Kecamatan Sumedang Utara. Sedang yang menjadi sampel penelitian dipilih 40 orang siswa laki-laki dan siswa perempuan di SD Negeri Bendungan I Kecamatan Sumedang Utara Kabupaten Sumedang secara acak (random) yang kemudian dibagi menjadi dua kelompok dengan setiap kelompok berjumlah 20 orang siswa. Kelompok A mendapatkan perlakuan pemberian umpan balik positif dan kelompok B mendapatkan perlakuan pemberian umpan balik netral.

Alat untuk memperoleh informasi atau mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah angket. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa semua butir skor adalah valid karena t-hitungnya lebih besar dari t-tabel (1,9).

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa nilai rxy=0,811 dan rii=0,896 sedang nilai r-tabel pada product moment diketahui dengan n=15 (dk:n-2=13) pada harga r 0.95 adalah 0,553. Ini berarti bahwa r-hitung lebih besar daripada r-tabel. Sehingga dapat dikatakan bahwa angket yang dijadikan instrumen penelitian ini adalah reliabel. Pada uji signifikansi korelasi diketahui bahwa t-hitung sebesar 5,03 sedangkan pada t-tabel dengan taraf nyata 0.05 dengan dk (13) adalah 1,77. Ini berarti t-hitung lebih besar dari t-tabel. Hal ini pun menunjukkan bahwa korelasi instrumen penelitian ini mempunyai reliabilitas yang signifikan.

proses pengolahan dan analisis data. Langkah-langkah dalam pengolahan dan analisis data adalah sebagai berikut:

1. Uji Normalitas
2. Uji Homogenitas
3. Analisis Data

Uji Hipotesis Gain Dua Kelompok (*t-test*)

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1) \hat{s}_1^2 + (n_2 - 1) \hat{s}_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \left[\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right]}}$$

Hasil Analisis Data

Setelah melalui analisis uji normalitas dan homogenitas, kedua kelompok eksperimen adalah normal dan homogen.

Hasil Pengolahan Data dengan Uji-t

Kelompok	dk (n1+n2-2)	t Hitung	t tabel	Hipotesis
Kelompok A	(20+20-2)=38	3,39	2,68	Ho ditolak Ha diterima
Kelompok B	(20+20-2)=38	2,34	2,68	Ho ditolak Ha diterima
Gain skor kelompok	(20+20-2)=38	6,46	2,68	Ho ditolak

A dengan kelompok B				Ha diterima
---------------------	--	--	--	-------------

Penutup

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data serta beberapa temuan empiris selama proses penelitian dilaksanakan maka dapat dikemukakan kesimpulan sebagai berikut:

1. Pemberian umpan balik positif memberikan pengaruh yang signifikan pada pengembangan konsep diri yang positif pada siswa kelas V sekolah dasar.
2. Pemberian umpan balik netral tidak memberikan pengaruh yang signifikan pada pengembangan konsep diri yang positif pada siswa kelas V sekolah dasar.
3. Pemberian umpan balik positif lebih baik daripada pemberian umpan balik netral dalam upaya pengembangan konsep diri yang positif pada siswa kelas V sekolah dasar.

Saran

1. Guru penjas hendaknya selalu bersikap profesional dengan cara semakin mampu menyajikan bahan ajar melalui pendekatan yang komprehensif dalam memberikan penguatan (*reinforcement*) pada hasil belajar yang sudah dicapai oleh siswa. Ini semata-mata dilakukan untuk menciptakan lingkungan pembelajaran yang kondusif sehingga tujuan pembelajaran pendidikan jasmani mampu tercapai sesuai dengan konsep dan konteks pendidikan jasmani.
2. Guru penjas harus memahami betul kebutuhan siswa dalam hal pemberian umpan balik untuk menghindarkan terjadinya kesulitan belajar baik pada aspek kognitif, psikomotor, maupun afektif. Catatan-catatan guru yang berkaitan dengan perkembangan sikap dan perilaku siswa sebaiknya harus lengkap sehingga pengembangan aspek afektif ini lebih mudah dikontrol dan ditindaklanjuti.
3. Guru penjas harus senantiasa mampu memberikan penjelasan kepada masyarakat bahwa kebermaknaan program penjas tidak hanya berkaitan dengan pengembangan jasmaniah siswanya saja, melainkan keseluruhan aspek peserta didik seperti mental, emosional, dan sosial menjadi bagian yang juga menjadi sasaran pengembangan pelaksanaan program penjas. Untuk itu perlu adanya kerja sama (kolaborasi) antara pihak sekolah, orang tua siswa, dan masyarakat di lingkungan tempat tinggal siswa guna menjembatani terjadinya proses menumbuhkembangkan semua potensi yang dimiliki siswa.
4. Bimbingan dan pengawasan terhadap perkembangan sikap, seperti konsep diri yang positif, bukan hanya tanggung jawab guru penjas di sekolah atau orang tua di rumah. Tanggung jawab itu harus merupakan tanggung jawab bersama. Ini bisa terjadi apabila interaksi dan komunikasi dua arah antara guru penjas dan orang tua siswa mampu dijalin secara harmonis.
5. Upaya pengembangan konsep diri yang positif harus dibina sejak usia dini. Terutama dimulai dari tingkat pendidikan anak usia dini (PAUD), TK, dan SD. Prosesnya harus dilaksanakan secara berkesinambungan dan memiliki arah dan tujuan yang sesuai dengan konsep kependidikan secara umum.

6. Penelitian pengembangan konsep diri yang positif pada siswa SD harus ditindaklanjuti dengan pembuatan program yang lebih baik dan terarah, misalnya dengan memilih metode penelitian yang lebih sesuai, waktu dan perlakuan yang relatif lebih intens. Untuk itu diperlukan kerja sama berbagai pihak yang terkait dalam bidang pendidikan untuk melaksanakan penelitian tersebut.

Daftar Pustaka

- Apruebo, Roxel A. (2005). *Sport Psychology*. Manila: UST Publishing House.
- Arikunto, Suharsimi (1993). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Kusmaedi, Nurlan., Husdarta, J.S., Hidayat, Yusuf. (2004). *Pertumbuhan dan Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan Konsep, Teori, dan Implikasi-Implikasi Timbal Balik Terhadap Penjas dan Olahraga*. Bandung: FPOK UPI.
- Harsono (1988). *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. C.V. Tambak Kusuma.
- Husdarta. M Saputra, Yudha (2000). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Depdiknas Dirjen Dikdasmen Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.
- Lutan, Rusli (1988). *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori Dan Metode*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.
- Lutan, Rusli. (1998). *Perencanaan dan Strategi Pembelajaran Penjaskes*. PPGK-2536 (Modul 1 s/d 2). Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikdasmen Direktorat Pendidikan Guru dan Tenaga Teknis Bagian Proyek Peningkatan Mutu Guru Penjaskes Setara D-II.
- Lutan, Rusli. (2001). *Asas-Asas Pendidikan Jasmani Pendekatan Pendidikan Gerak di Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas Dirjen Dikdasmen Bekerja sama dengan Dirjen Olahraga.
- Lutan, Rusli. (2003). *Self Esteem: Landasan Kepribadian*. Jakarta: Bagian Proyek Peningkatan Mutu Organisasi dan Tenaga Keolahragaan Dirjen Olahraga Depdiknas.
- Lutan Rusli. (2003). *Self Esteem Yang Sehat: Teknik Pengembangan*. Jakarta: Bagian Proyek Peningkatan Mutu Organisasi dan Tenaga Keolahragaan Dirjen Olahraga Depdiknas.

- Makmun, Abin S. (2004). *Psikologi Kependidikan Perangkat Sistem Pengajaran*. Bandung: PT Remaja Rosadakarya.
- Rink, Judith E. (1985). *Teaching Physical Education for Learning*. ST. Louis: Times Mirror/Mosby.
- Soesilowindradini. (ttn). *Psikologi Perkembangan (Masa Remaja)*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Sudjana, Nana dan Ibrahim. (2001). *Penelitian dan Penilaian Pendidikan*. Bandung: Sinar Baru Algesindo.
- Sugiyanto dan Sudjarwo. (1992). *Materi Pokok Perkembangan dan Belajar Gerak* Buku I Modul 1-6. Jakarta: Depdikbud Proyek Penataran Guru SD Setara D-II.
- Suherman, Adang (1998). *Revitalisasi Keterlantaran Pengajaran Dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung: IKIP Bandung Press.
- Weinberg, Roberts S, dan Gould, Daniel. (1995). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. USA: Human Kinetics.
- Wuest, Deborah. Bucher, Charles. (1995). *Foundations of Physical Education And Sport*. St. Louis: Mpsby.