

PENGARUH KEPEMIMPINAN GURU PJOK TERHADAP KONDISI MENTAL ATLET DALAM MENGIKUTI KOMPETISI OLAHRAGA (PENELITIAN PADA SMA NEGERI 2 DELIMA)

Muhammad¹, Amirzan² Fakrurrazi³

Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Jabal Ghafur

*Corresponding author*³, email: rzfakrur@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini berjudul: Pengaruh Kepemimpinan Guru PJOK terhadap Kondisi Mental Atlet dalam Mengikuti Kompetisi Olahraga (Penelitian pada SMA Negeri 2 Delima)". Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana pengaruh kepemimpinan guru PJOK terhadap kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga di SMA Negeri 2 Delima?" Penelitian ini bertujuan untuk Mengetahui kepemimpinan guru PJOK di SMA Negeri 2 Delima, untuk mengetahui motivasi belajar peserta didik di SMA Negeri 2 Delima, Untuk mengetahui kepemimpinan guru PJOK terhadap motivasi belajar peserta didik di SMA Negeri 2 Delima. Jenis penelitian adalah kuantitatif. Populasi pada penelitian ini adalah semua peserta didik di SMA Negeri 2 Delima yang berjumlah 280 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Random Sampling*. Instrumen yang digunakan adalah skala kepemimpinan guru PJOK dan skala motivasi belajar. Teknik pengolahan dan analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif dan statistik inferensial. Berdasarkan teknik analisis data statistik deskriptif, kepemimpinan guru PJOK di SMA Negeri 2 Delima berada pada kategori sedang, dan motivasi belajar di SMA Negeri 2 Delima juga berada di kategori sedang. Berdasarkan teknik analisis data statistik inferensial diperoleh nilai $p = 0.000$ ($p < 0.005$). Ini berarti terdapat pengaruh kepemimpinan guru PJOK terhadap motivasi belajar peserta didik di SMA Negeri 2 Delima..

Kata Kunci: Kepemimpinan Guru, Kondisi Mental, Kompetisi Olahraga

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan bagian penting dari proses pembangunan nasional yang ikut menentukan pertumbuhan ekonomi suatu negara (Muslem, 2019). Proses pendidikan pada hakekatnya adalah usaha sadar yang dilakukan oleh orang dewasa (guru) terhadap orang yang belum dewasa (siswa) untuk mencapai kedewasaannya sesuai yang diharapkan. Hal ini sebagaimana yang dikemukakan Oemar Hamalik (2011:79) Bahwa "Pendidikan adalah suatu proses dalam rangka mempengaruhi siswa agar dapat menyesuaikan diri sebaik mungkin terhadap lingkungannya dan dengan demikian akan menimbulkan perubahan dalam dirinya yang memungkinkannya untuk berfungsi secara adekuat dalam kehidupan masyarakat. Berdasarkan pendapat tersebut, guru merupakan orang yang diandalkan untuk melakukan proses pendidikan. Guru merupakan pemegang kendali yang membawa para anak didik untuk mencapai tujuannya. Untuk mencapai tujuan pendidikan dan pengajaran dengan baik, dalam arti dapat mencapai tujuan yang diharapkan secara optimal melalui proses yang efektif dan efisien, maka proses pendidikan dan pengajaran tersebut harus dilaksanakan oleh tenaga guru yang profesional dalam arti guru tersebut dapat memenuhi tuntutan kebutuhan masyarakat.

Kelancaran proses belajar mengajar PJOK di Sekolah akan terwujud, apabila ditunjang oleh beberapa komponen, dan salah satu unsur penunjang yang terpenting adalah guru PJOK, berikut kompetensi yang dimilikinya. Dikatakan demikian, karena guru Pendidikan Jasmani adalah orang yang bertanggung jawab untuk menjabarkan kurikulum ke dalam bentuk kegiatan belajar mengajar, dan juga sebagai "ujung tombak" yang sangat menentukan secara langsung kelancaran proses belajar mengajar guna meningkatkan kualitas Pendidikan Jasmani.

Secara umum, guru Pendidikan Jasmani bertugas sebagai pendidik dan pengajar, yang pada hakekatnya kedua tugas itu, antara satu sama lain saling menunjang. Guru Pendidikan Jasmani berperan penting sebagai pembimbing agar siswa belajar dengan aktif dan kreatif, sehingga para peserta didik itu menguasai keterampilan-keterampilan, memiliki pemahaman, mengalami perkembangan berbagai kemampuan, serta memupuk kebiasaan yang baik, di samping terjadi perkembangan sikap ke arah positif penghayatan nilai yang menjadi dasar bagi perilaku dan hidup bermasyarakat.

Keberhasilan guru PJOK dalam proses belajar untuk menghasilkan prestasi belajar, dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor yang berasal dari individu yang sedang belajar dan faktor yang berasal dari luar individu. Faktor yang berasal dari dalam individu dikelompokkan menjadi dua faktor yaitu faktor fisik dan faktor psikis. Faktor fisik, antara lain meliputi kondisi indera, anggota badan, tubuh, kelenjar saraf, dan organ-organ dalam tubuh. Faktor psikis antara lain meliputi motivasi, kepribadian, dan sikap. Faktor dari luar berupa keadaan lingkungan, fasilitas, guru dan metode serta alat peraga.

Guru PJOK juga dituntut untuk memiliki berbagai kemampuan, di antaranya yang sangat strategis pengaruhnya ialah kemampuan menciptakan atmosfir pengajaran, sehingga terjadi proses belajar mengajar yang kondusif bagi pencapaian tujuan pengajaran. Melalui penciptaan atmosfir pengajaran yang tepat, diharapkan siswa belajar lebih aktif, kreatif dan bergairah dalam suasana yang menyenangkan Seperti dikemukakan oleh Rusli Lutan (1997:2.37), penciptaan atmosfir untuk belajar sangat penting untuk mencapai pengajaran yang efektif dalam efesien.

Untuk mampu menciptakan atmosfir pengajaran PJOK yang kondusif di Sekolah, maka dari perilaku guru PJOK diperlukan beberapa persyaratan yang berkaitan dengan kompetensi dan kemampuan dalam mengelola kegiatan belajar. Salah satu faktor yang dinilai sangat menentukan untuk menciptakan atmosfir pengajaran adalah gaya kepemimpinan guru itu sendiri.

Gaya kepemimpinan merupakan pola-pola perilaku konsisten yang diterapkan seseorang dalam bekerja dengan orang lain. Gambaran tentang hubungan antara pemimpin dengan yang dipimpin, akan tampak dalam suatu gaya kepemimpinan. Proses hubungan antara seseorang yang memimpin dengan orang yang dipimpin juga akan mencerminkan pribadi seorang pemimpin. Kepemimpinan, sebagai sebuah konsep, diartikan sebagai proses mempengaruhi dari pihak seseorang yang di persepsi sebagai pemimpin, terhadap pihak lainnya, guna mencapai suatu tujuan Bagaimana pemimpin memperagakan perilaku kepemimpinan.

Guru PJOK harus memiliki kompetensi serta sikap dan tingkah laku yang tercermin dalam bentuk mampu menyesuaikan diri dengan keadaan manakala ia sedang berada di ruangan ataupun di lapangan, berfungsi sebagai guru dan pelatih. Guru PJOK menjadi pemimpin sebagai sosok panutan yang secara sepakat dijadikan orang terdepan dalam kegiatan keolahragaan di sekolah. Sosok ini mempunyai tugas dan kewajiban untuk memberikan perlindungan dan bantuan secara pribadi dan mengelola kegiatan agar dapat mencapai tujuan yang sudah diprogramkan. Hal ini berdasarkan gagasan seorang pelatih dalam melaksanakan tugas diharuskan membangun komunikasi yang positif dengan atlet. Hubungan pelatih-atlet dalam proses latihan berkontribusi positif terhadap keberhasilan pengembangan potensi atlet, sebaliknya bila diabaikan akan menghambat kesuksesan pengembangan potensi atlet (Lyle dalam Jowett & Cockerill, 2002).

Perilaku kepemimpinan pelatih merupakan bentuk perilaku kepemimpinan yang ditampilkan pelatih yang secara konsisten muncul di dalam dan di luar lapangan. Proses pembinaan ketangguhan mental siswa yang menjadi atlet dalam mengikuti kompetensi olahraga cenderung bergantung pada proses latihan yang

dipimpin oleh pelatih dalam hal ini adalah Guru PJOK di sekolah. Seorang pelatih merupakan seorang *role model* bagi atlet. Pelatih pula yang paling mengetahui potensi dan kemampuan yang dimiliki atlet. Dalam membina dan mengembangkan potensi atlet, seorang pelatih akan menampilkan perilaku kepemimpinan. Perilaku kepemimpinan pelatih di dalam dan di luar lapangan akan berpengaruh pada proses pembinaan ketangguhan mental atlet. Selain itu, interaksi antara pelatih dengan atlet akan membentuk atmosfer latihan yang nyaman dan berdampak pada pengembangan ketangguhan mental atlet. Dengan fakta bahwa belum ada peningkatan prestasi secara signifikan dalam proses yang telah berlangsung selama ini, maka hal ini mendorong peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Kepemimpinan Guru PJOK Terhadap Mental Atlet dalam mengikuti Kompetisi Olahraga (Penelitian Pada SMA Negeri 2 Delima) “.

TEORI

Hakikat PJOK

PJOK merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, ketrampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai pendidikan nasional. (Depdiknas 2006: 131) PJOK merupakan satu mata ajar yang diberikan di suatu jenjang sekolah tertentu yang merupakan salah satu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk bertumbuh dan perkembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang. Menurut Sukintaka (2000: 2) PJOK merupakan bagian integral dari pendidikan total yang mencoba mencapai tujuan mengembangkan kebugaran jasmani, mental, sosial, serta emosional bagi masyarakat dengan wahana aktivitas jasmani.

Menurut Engkos Kosasih (2013: 4) mengemukakan bahwa PJOK ialah pendidikan yang mengaktualisasikan potensi aktivitas manusia yang berupa sikap tindak dan karya untuk diberi bentuk, isi dan arah menuju kebulatan kepribadian sesuai dengan cita-cita kemanusiaan. Dikemukakan juga arti pendidikan jasmani didalam Depdiknas (2003: 6) Pendidikan Jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial dan emosional.

Tujuan dan ruang lingkup PJOK

- Tujuan Pelajaran PJOK
Menurut Paturusi (2012 : 12) tujuan PJOK yaitu ”memberikan kesempatan kepada anak untuk mempelajari berbagai kegiatan yang membina sekaligus mengembangkan potensi anak, baik dalam aspek fisik, mental, sosial, emosional, dan moral”.
- Ruang Lingkup PJOK
Pendidikan jasmani memiliki ruang lingkup yang meliputi aspek-aspek permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, pendidikan luar sekolah dan kesehatan.

Gaya Kepemimpinan dalam PJOK

Pada umumnya gaya kepemimpinan ada beberapa model atau jenisnya diantaranya sebagai berikut:

- Kepemimpinan otoriter: “authoritarian” pemimpin bertindak diktator terhadap anggota kelompoknya, dominasi berlebihan.
- Kepemimpinan laissez-faire: pemimpin yang keberadaannya hanya sebagai lambang, pemimpin yg tidak memberikan kepemimpinan, membiarkan bawahan berbuat berbuat sekehendaknya. Tingkat keberhasilan organisasi disebabkan kesadaran dan dedikasi anggotanya.
- Kepemimpinan demokratis: selalu berusaha menstimulasi anggotanya agar bekerja secara produktif untuk mencapai tujuan bersama.
- Kepemimpinan pseudo-demokratis : nampak seperti demokratis tetapi semu karena tetap otoriter dan demi kepentingan kelompok tertentu saja. Bersifat otokratis.

Dalam PJOK gaya-gaya kepemimpinan yang telah disebutkan di atas digunakan atau disesuaikan dengan model pembelajaran apa yang digunakan oleh seorang guru pendidikan jasmani. Model pembelajaran adalah suatu pola pendekatan menyeluruh yang mendesain pengajaran di dalamnya terdapat strategi dan berbagai teknik pembelajaran.

Guru pendidikan jasmani harus dapat membuat keputusan tentang model pembelajaran yang paling tepat untuk mengaktifkan siswa sehingga terjadi partisipasi semua siswa secara maksimal. Secara umum model-model pembelajaran pendidikan jasmani terdiri dari model komando, model tugas, model berpasangan, model pengajaran mandiri berstruktur, model diskoveri terbimbing dan, model pemecahan masalah.

Peranan Mental dalam Pencapaian Prestasi Olahraga

Perilaku kepemimpinan guru PJOK adalah perilaku kepemimpinan yang ditampilkan seorang pelatih ketika latihan atau kompetisi. Guru PJOK harus menguasai Psikologi Olahraga. psikologi olahraga menjadi bagian penting dari faktor yang mempengaruhi atlet baik pada saat berlatih maupun saat bertanding. Atlet yang rajin melatih mentalnya mereka dapat bertanding secara konsisten. Artinya bahwa atlet yang memiliki mental yang bagus dia akan bisa mengontrol dirinya pada saat bertanding dengan lawan yang sama kuat. Disinilah kita menemukan bahwa memiliki pola pikir yang bagus atau mental tanding yang baik adalah kunci untuk mendapatkan prestasi yang lebih baik.

Berkaitan dengan mental dalam bertanding hal ini yang paling menjadi unsur utama adalah motivasi, percaya diri dan kecerdasan emosional. Peran mental seorang atlet seperti motivasi, percaya diri dan kecerdasan emosi harus dimiliki oleh seorang atlet. Seperti pendapat Santosa (Yulianto,2005:56) bahwa “untuk dapat berprestasi atlet perlu dipersiapkan mentalnya agar mereka mampu mengatasi ketegangan yang sering dihadapinya baik pada saat berlatih berat maupun pada saat berkompetisi”. Berdasarkan teori tersebut bahwa untuk menjadi atlet yang berprestasi perlunya mental yang tangguh, untuk mendapatkan mental yang baik perlunya latihan mental baik mental saat berlatih ataupun mental dalam bertanding.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Dalam penyusunan laporan penelitian ini, penulis menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif, sehingga nantinya melahirkan data-data deskriptif berupa kata-kata tertulis maupun lisan dari orang dan pelaku yang diamati. Dalam hal ini informasi yang akurat dan sedang terjadi di lapangan yakni kondisi atau pengaruh kepemimpinan guru PJOK terhadap mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga pada SMA Negeri 2 Delima.

Karena dipahami bahwa metode deskriptif, yakni suatu metode yang berupaya mengungkapkan keadaan yang terjadi saat ini, untuk selanjutnya dianalisis dan diinterpretasi karena peneliti bermaksud untuk mengetahui keadaan sesuatu mengenai apa dan bagaimana, berapa banyak, sejauhmana, dan sebagainya, maka penelitiannya bersifat deskriptif yaitu penelitian yang bertujuan untuk menjelaskan atau menerangkan peristiwa yang sedang terjadi saat ini.

Populasi dan Sampel

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang

mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini, yang dijadikan populasinya adalah semua peserta didik SMA Negeri 2 Delima yang berjumlah 280 peserta didik terdiri dari 89 kelas X, 87 kelas XI, 105 kelas XII.

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Kemudian untuk menentukan yang harus diambil dalam suatu populasi yang ada. Menurut Suharsimi Arikunto (2002 : 112), “bila subyek dari populasi kurang dari 100, lebih baik diambil semua, tetapi jika subyeknya lebih dari jumlah tersebut, maka dapat diambil sampel antara 10-15% atau 20-25% atau lebih”

Dalam penelitian ini, semua anggota dari populasi tidak akan diteliti semua karena mengingat terbatasnya waktu, biaya dan tenaga yang ada pada peneliti, maka dalam penentuan sampel peneliti menggunakan teknik “*Random Sampling*” yakni pemilihan sekelompok subyek (pengambilan sampel) yang secara acak dan tidak pandang bulu. Sampel dalam penelitian ini yaitu berjumlah 70 peserta didik yang acak dari 12 kelas yang diambil 25% dari jumlah populasi.

Teknik Pengumpulan Data

Ketetapan memilih metode merupakan salah satu syarat keberhasilan penelitian, sebab kualitas hasil penelitian tergantung pada kualitas data yang diperoleh. Untuk memperoleh data yang valid dan dapat dipertanggungjawabkan kebenarannya, penelitian ini menggunakan metode : angket dan dokumentasi

Angket

Angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Metode angket adalah suatu blangko yang berisi daftar pertanyaan yang harus dijawab/dikerjakan oleh orang atau anak yang hendak diteliti (Muhammad Iqbal, 2020) dalam (Suharsimi Arikunto, 2002). Angket digunakan untuk mengetahui tentang kepemimpinan guru terhadap mental siswa atau atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga.

Angket kepemimpinan Guru PJOK adalah persepsi atlet mengenai perilaku seorang pemimpin atau guru dalam mengembangkan kemampuan atlet untuk memaksimalkan performa mereka, dengan indikator sebagai berikut :

- a. Keterampilan berkomunikasi.
- b. Keterampilan mengajar.
- c. Performance/Penampilan

Sedangkan angket kondisi mental atlet yaitu respon psikologis terhadap keadaan yang belum terjadi dalam pertandingan, dengan indikator sebagai berikut:

- a. Gejala fisik
- b. Kognitif
- c. Perilaku sebelum atlet bertanding

Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumentasi bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan, ceritera, biografi, peraturan dan kebijakan. Dokumen yang berbentuk gambar misalnya foto, gambar hidup, sketsa dan lain-lain. Dokumen yang berbentuk karya misalnya karya seni, yang dapat berupa gambar, patung, film dan lain-lain. Studi dokumen merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara. Dan yang akan didokumentasikan dalam penelitian ini adalah bagaimana situasi lingkungan sekolah dalam menunjang proses pembelajaran.

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat bantu yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data penelitian dengan cara melakukan pengukuran (Eko Putro Widoyono 2014 : 51). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner (angket) yang disusun dalam bentuk model *Skala Likert*. Penulis di sini menggunakan angket tertutup yakni responden tinggal memilih alternatif jawaban yang telah sediakan. Adapun alternatif jawabannya sebagai berikut:

Tabel 1. Alternatif jawaban

Favorable	Unfavorable
Sangat Sesuai : 4 (SS)	Sangat : 1 Sesuai (SS)
Sesuai (S) : 3	Sesuai (S) : 2
Tidak Sesuai : 2 (TS)	Tidak : 3 Sesuai (TS)
Sangat Tidak Sesuai (STS) : 1	Sangat : 4 Tidak Sesuai (STS)

Teknik Analisis Data

Analisa data dimaksudkan untuk mengkaji dalam kaitanya dengan

pengujian hipotesis penelitian yang telah penulis rumuskan. Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan (Sugiono, 2014 : 209).

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase. Pengkategorian menggunakan *Mean* dan *Standar Deviasi*. Menurut Azwar (2016: 163) untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 2. Norma Penilaian

No	I	Kategori
1	$M + 1,5 S < X$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 S < X \leq M +$	Tinggi
3	$M - 0,5 S < X \leq M +$	Cukup
4	$M - 1,5 S < X \leq M -$	Rendah
5	$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Rendah

(Sumber: Azwar, 2016: 163)

Keterangan:

M : nilai rata-rata (*mean*)

X : skor

S : *standar deviasi*

Cara perhitungan analisis data mencari besarnya frekuensi relatif persentase. Dengan rumus sebagai berikut (Sudijono, 2009: 40):

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap kepemimpinan guru PJOK dan kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga yang dilakukan di SMA Negeri 2 Delima menggunakan skala psikologi dengan jumlah sampel 70 peserta didik, maka penulis dapat mengumpulkan data melalui angket yang diisi oleh siswa SMA Negeri 2 Delima, yang kemudian diberikan skor pada masing-masing item soal dan disajikan dalam bentuk tabel. Pada tabel 4.1 di

bawah ini menunjukkan hasil analisis deskriptif data kepemimpinan guru PJOK dan Kondisi Mental Siswa SMA Negeri 2 Delima dalam mengikuti Kompetisi Olahraga dengan bantuan program *Statistical Packages For Social Science* (SPSS) versi 20.

Gambaran Kepemimpinan guru PJOK di SMA Negeri 2 Delima

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan 70 sampel, maka dengan menggunakan angket kepemimpinan guru PJOK dapat diperoleh data sebagai berikut. Hasil analisis deskriptif data kepemimpinan guru PJOK di SMA Negeri 2 Delima dengan bantuan program *Statistical For Social Science* (SPSS) versi 20 dapat dilihat pada table berikut.

Tabel 3. Statistik Hasil Analisis Kepemimpinan guru PJOK di SMA Negeri 2 Delima

Statistik	Skor Statistik
Jumlah Sampel	70
Nilai Tertinggi	39
Nilai Terendah	30
Nilai Rata-Rata	35,17
Satndar Deviasi	2,309

Tabel diatas menunjukkan nilai maksimum 39 dan nilai minimum 30. Sedangkan nilai rata-rata yang diperoleh sebesar 35,17 dan standar deviasi sebesar 2,309. Hasil anlisis deskriptif tersebut akan menggunakan data yang akan di gambarkan dalam membuat kategorisasi kepemimpinan guru PJOK di sekolah. Kategorisasi terdiri atas kategori rendah, sedang dan tinggi. Rumus yang digunakan merujuk pada Saifuddin Azwar (2007:149). Adapun hasil kategorisasi dapat dilihat pada table berikut.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kategorisasi Kepemimpinan guru PJOK di SMA Negeri 2 Delima

No	Batas kategori	Frekuensi	Persentase	Ket.
1.	$X < (- 1,0)$	10	14%	Rendah
2.	$(\mu - 1,0\alpha) \leq X < (\mu + 1,0 \alpha)$	50	72%	Sedang
3.	$(\mu + 1,0) \leq X$	10	14%	Tinggi
Jumlah		34	100%	

Hasil analisis kategori di atas menunjukkan bahwa sebanyak 10 responden

menilai tingkat kepemimpinan guru PJOK di sekolah masih rendah dengan persentase sebesar 14%, selanjutnya sebanyak 50 responden menilai tingkat kepemimpinan guru PJOK di sekolah berada pada kategori sedang dengan persentase 72% dan 10 responden menilai tingkat kepemimpinan guru PJOK di sekolah berada pada kategori tinggi dengan persentase 14%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat kepemimpinan guru PJOK berada ada kategori sedang.

Gambaran Kondisi Mental Siswa SMA Negeri 2 Delima dalam mengikuti Kompetisi Olahraga

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan 70 sampel, maka dengan menggunakan angket kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga peserta didik dapat diperoleh data sebagai berikut. Hasil analisis deskriptif data tingkat kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga peserta didik dengan bantuan program *Statistical For Social Science* (SPSS) versi 20 dapat dilihat pada table berikut.

Tabel 5. Statistik Hasil Analisis Kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga Siswa SMA Negeri 2 Delima

Statistik	Skor Statistik
Jumlah Sampel	70
Nilai Tertinggi	40
Nilai Terendah	30
Nilai Rata-Rata	34,36
Satndar Deviasi	2,335

Tabel di atas menunjukkan memiliki nilai maksimum 40 dan nilai minimum 30. Sedangkan nilai rata-rata yang diperoleh sebesar 34,36 dan standar deviasi sebesar 2,335. Hasil anlisis deskriptif tersebut akan menggunakan data yang akan digambarkan dalam membuat kategorisasi kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga peserta didik. Kategorisasi terdiri atas kategori rendah, sedang dan tinggi. Adapun hasil kategorisasi dapat dilihat pada table berikut.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Kategorisasi Kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahragaar Siswa SMA Negeri 2 Delima

No	Batas kategori	Frekuensi	Persentase	Ket.
1	$X < (-1,0)$	7	10%	Rendah
2	$(\mu - 1,0\alpha) \leq X < (\mu + 1,0\alpha)$	56	80%	Sedang
3	$(\mu + 1,0) \leq X$	7	10%	Tinggi
Jumlah		70	100 %	

Hasil analisis kategori di atas menunjukkan bahwa sebanyak 7 responden menilai tingkat kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga peserta didik masih rendah dengan persentase sebesar 10%, selanjutnya sebanyak 56 responden menilai tingkat kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga peserta didik berada pada kategori sedang dengan persentase 80% dan 7 responden tingkat kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga peserta didik berada pada kategori tinggi dengan persentase 10%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga peserta didik berada pada kategori sedang.

Pengaruh Kepemimpinan guru PJOK Terhadap Kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga Siswa SMA Negeri 2 Delima

Uji Normalitas

Pengujian normalitas data dilakukan terhadap data kepemimpinan guru PJOK yang diterapkan dan kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga peserta didik yang dilakukan pada masing-masing kelompok dengan menggunakan teknik Kolmogorov-Smirnov dengan bantuan *SPSS versi 20*.

a. Uji Normalitas Data Kepemimpinan guru PJOK

Uji normalitas pada data Kepemimpinan guru PJOK menggunakan taraf signifikansi sebesar $\alpha = 0,05$. Berdasarkan hasil pengolahan menggunakan *SPSS 20* maka diperoleh pada hasil output nilai *Kolmogrov-smirnov* dengan signifikansi sebesar $Sig = 0,319$ dengan demikian $Sig = 0,319 > \alpha = 0,05$ sehingga data kepemimpinan guru PJOK berdistribusi normal.

b. Uji Normalitas Data Kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga Peserta Didik

Uji normalitas pada data Kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga Siswa SMA Negeri 2 Delima dengan menggunakan taraf signifikansi

sebesar $\alpha = 0,05$. Berdasarkan hasil pengolahan menggunakan *SPSS 20* maka diperoleh pada hasil output nilai *Klomogrov-smirnov* dengan signifikansi sebesar $Sig = 0,160$ dengan demikian $Sig = 0,160 > \alpha = 0,05$ sehingga data kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga peserta didik berdistribusi normal.

Pembahasan

Kepemimpinan guru PJOK

Setelah penulis melakukan analisis data, maka data yang diperoleh dari variabel kepemimpinan guru PJOK berada pada kategori sedang. Nilai rata-rata yang diperoleh sebesar 34,36 dan nilai standar deviasi yang diperoleh sebesar 2,335. Nilai rata-rata kepemimpinan guru PJOK sebesar 34,36 dan ini menunjukkan variabel kepemimpinan guru PJOK berada pada interval 24-37 sehingga disimpulkan berkategori sedang.

Kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga

Data yang diperoleh dari variabel kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga berada pada kategori sedang. Nilai rata-rata yang diperoleh sebesar 35,17 dan nilai standar deviasi yang diperoleh sebesar 2,309. Nilai rata-rata kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga sebesar 35,17 dan ini menunjukkan variabel kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga berada pada interval 24-37 sehingga disimpulkan berkategori sedang.

Pengaruh Kepemimpinan guru PJOK Terhadap Kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga Siswa SMA Negeri 2 Delima

Berdasarkan hasil statistik inferensial pengujian hipotesis yang menunjukkan bahwa nilai (*t*) yang diperoleh dari hasil perhitungan (*t*hitung)=2,935 lebih besar daripada nilai (*t*) yang diperoleh dari tabel distribusi (*t*tabel)= 1,666 dengan taraf signifikansi sebesar 5% (*t*hitung>*t*tabel)=(2,935>1,666) membuktikan bahwa kontribusi pengaruh kepemimpinan guru PJOK terhadap motivasi belajar peserta didik yakni sebesar 11,2%.

Selanjutnya dari pengaruh hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ternyata ada pengaruh antara kepemimpinan guru PJOK terhadap kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga di SMA Negeri 2 Delima. Dalam kegiatan pembelajaran faktor eksternal yang mampu mempengaruhi kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga peserta didik adalah kinerja guru. Guru mempunyai pengaruh yang cukup dominan terhadap kualitas pembelajaran, karena gurulah yang bertanggung jawab terhadap proses pembelajaran di kelas. Mengajar adalah suatu proses mengatur dan

mengorganisasi lingkungan yang ada disekitar peserta didik sehingga dapat menumbuhkan dan mendorong peserta didik melakukan kegiatan belajar. Pelaku dalam proses pembelajaran adalah guru dengan peserta didik, maka keberhasilan proses pembelajaran tidak terlepas dari kedua faktor tersebut yaitu guru dan peserta didik. Guru yang mempunyai kinerja bagus dalam kelas akan mampu menjelaskan pelajaran dengan baik, mampu menumbuhkan kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga peserta didik dengan baik, mampu menggunakan media pembelajaran dengan baik, mampu membimbing dan mengarahkan peserta didik dalam pembelajaran sehingga peserta didik akan memiliki semangat dalam belajar, senang dengan kegiatan pembelajaran yang diikuti dan merasa mudah memahami materi yang disajikan oleh guru.

Kondisi mental memiliki pengaruh terhadap perilaku belajar peserta didik, yaitu kondisi mental mendorong meningkatnya semangat dan ketekunan dalam belajar. Kondisi mental atlet dalam mengikuti kompetisi olahraga memegang peranan penting dalam memberi gairah, semangat dan rasa senang dalam belajar sehingga peserta didik yang mempunyai kondisi mental yang tinggi mempunyai energi yang banyak untuk melaksanakan kegiatan belajar yang pada akhirnya akan mampu memperoleh prestasi yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Paturusi. 2012. *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: PT Asri Mahasatya.
- Afrisanti Lusita. 2011. *Buku Pintar Menjadi Guru Kreatif, Inspiratif, Dan Inovatif*. Yogyakarta: Araska.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Chelladurai, P. 2012. *Model and Measurement of leadership in sport*. Dalam Tenenbaum, G, Eklund, C. R, Kamata, A. (Eds), *Measurement In Sport And Exercise Pshycology*. Human Kinetics.
- Cox, H.R. (2012) *Sport Pshycology: concept and application*. New York: Mc Grawhill.
- Depdiknas. 2006. *Permendiknas.No.22 tentang Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Depdiknas.
- Donni Joni Priansa. 2011. *Kinerja dan Profesionalisme Guru*. Bandung: Alfabeta,
- Engkos Kosasih. 1984. *Olahraga Teknik dan Program Latihan*. Jakarta. Akademika Presindo.
- H.J.S Husdarta. 2011. *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: alfabet
- Hamalik, Oemar. 2005 *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara
- Iqbal, M. M. (2019). Efektifitas Program Remedial Pada Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Di Sman 1 Kembang Tanjong Kabupaten Pidie. *Jurnal Real Riset*, 1(1).
- Nasir Rosyidi. 1983. *Pedoman Olahraga*. Solo: Tiga Serangkai
- Nawawi, Hadari. 1984. *Administrasi Pendidikan*. Jakarta: PT Gunung Agung.
- Nellyana, M. I. (2020). Kesiapan Orang Tua dalam Membina Akhlak Anak di Desa Ude Gampong Kabupaten Pidie. *Jurnal Real Riset*, 2(1), 1-9.
- Peter F Drucker. 1996. *The Leader of the future, 1st Edition*. San Fransisco: Jossey-Bass Publisher.
- Rusli Lutan. 2013. *Asas-Asas Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.



Suherman, Adang. 2009. *Revitalisasi Pengajaran Dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung: UPI.

Sukintaka, 2000. *Administrasi Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: FIK UNY

Sutomo. 1998. *Profesi Kependidikan*. Semarang: IKIP Press.

Sutrisno. 2012. *Kepemimpinan Pendidikan*. Yogyakarta: PT. Pustaka Insan Madani

V.K.Rao. 2013. *Quality Education*, New Delhi: APH Publishing Corporation,

Wawan S. Suherman. 2004. *Kurikulum Berbasis Kompetensi Pendidikan Jasmani: Teori dan Praktik Pengembangan*. Yogyakarta: FIK UNY

www.arhamsyahban.com/2016/09/kepemimpinan-dalam-pendidikan-jasmani.html
diakses pada tanggal 20-08-2022).

www.coursehero.com/file/42359263/Pengertian-kompetisidocx/ diakses pada tanggal (diakses pada tanggal : 24-03-2022).

www.maxmanroe.com/vid/organisasi/pengertian-kepemimpinan.html (diakses pada tanggal : 24-03-2022).