

## HUBUNGAN ANTARA KESEGARAN JASMANI, DISIPLIN DAN PERCAYA DIRI TARUNA DENGAN PRESTASI AKADEMIK TARUNA SEKOLAH TINGGI TRANSPORTASI DARAT BEKASI JAWA BARAT

SANTOSO<sup>1)</sup>, EVI SUSIANTI<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>*jogja83\_snt@yahoo.com*, <sup>2)</sup>*sabeum.evi@gmail.com*

<sup>1)</sup>**Program Studi Magister Pendidikan Olahraga  
Program Pascasarjana  
Universitas Negeri Jakarta**

*Jl. Rawamangun Muka Jakarta, DKI Jakarta*

<sup>2)</sup>**Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Singaperbangsa Karawang**

*Jl. H. S. Ronggowaluyo Telukjambe Timur Karawang, Jawa Barat*

*Diterima: Juni 2017; Disetujui: Oktober 2017; Diterbitkan: November 2017*

### **ABSTRACT**

*The objective of this research is to study between physical fitness, discipline, and self-confidence with academic achievement. The research was conducted at Land Transport Academy in Bekasi West Java, with n=118 cadets were selected randomly. The data was analyzed using simple correlation, multiple correlations, simple regression and multiple regressions. The research concludes that there is positive correlation between: (1) Physical Fitness and academic achievement, (2) discipline and academic achievement, (3) Self Confidence and academic achievement, and (4) physical Fitness, discipline, and self-confidence with academic achievement. Therefore, Academic achievement can be improved by improving physical fitness, discipline, and Self Confidence.*

*Keywords: Physical Fitness, Discipline, Academic Achievement*

### **ABSTRAK**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mempelajari antara Kesegaran Jasmani, disiplin, dan percaya diri dengan prestasi akademik. Penelitian ini dilakukan di Sekolah Tinggi Transportasi Darat di Bekasi Jawa barat, dengan n = 118 taruna dipilih secara acak. Data dianalisis menggunakan korelasi sederhana, beberapa korelasi, regresi sederhana dan regresi berganda. Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada korelasi positif antara: (1) Kesegaran Jasmani dan prestasi akademik, (2) disiplin dan prestasi akademik, (3) percaya diri dan prestasi akademik, dan (4) Kesegaran jasmani, disiplin, dan percaya diri secara bersama-sama dengan prestasi akademik. Oleh karena itu, prestasi akademik dapat di tingkatkan dengan meningkatkan Kesegaran Jasmani, disiplin, dan percaya diri.

Kata kunci: Kesegaran Jasmani, Disiplin, Prestasi Akademik.

### **PENDAHULUAN**

Di sekolah yang memakai system “*boarding School*”, Semua kegiatan dari awal pembelajaran sampai kembali istirahat di berikan rambu-rambu yang harus di ikuti oleh seluruh sivitas yang sedang mejalani pendidikan. Dalam penyebutan mahasiswa pun juga berbeda. Untuk civitas yang sedang menjalani pendidikan di Sekolah Tinggi trasportasi Darat disebut sebagai “Taruna”.

Kegiatan keseharian yang di laksanakan di STTD salah satunya adalah Olahraga. Kegiatan olahraga yang dipandang oleh pemerintah Indonesia sendiri menjadikan terwujudnya manusia yang sehat dan menempatkan olahraga sebagai salah satu arah kebijakan untuk meningkatkan kualitas manusia yang memiliki tingkat kesehatan dan kesegaran jasmani yang cukup. Hal tersebut pula yang terus dilakukan secara berkelanjutan di sekolah-sekolah kedinasan.

Taruna juga di tuntut untuk prima, dalam hal ini proses pembelajaran pendidikan jasmani sangat berperan penting. Keharusan taruna untuk selalu sehat dan bugar merupakan salah satu kunci untuk tetap bisa menjalankan seluruh aktivitas kegiatan di dalam kampus. Olahraga rutin sesuai jadwal secara langsung dan bersama-sama sesuai dengan tingkatan taruna. Proses pembelajaran secara langsung tersebut yang diharapkan menjadikan seluruh taruna tetap prima dalam menjalankan tugas keseharian. Dalam hal ini bisa terlihat pada saat tes kesegaran jasmani taruna yang dilakukan 6 bulan sekali.

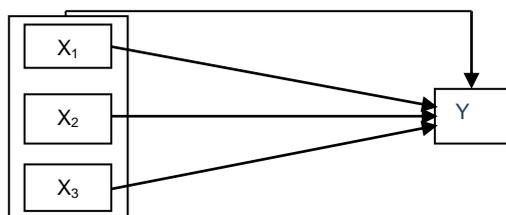
Disiplin menjadi salah satu karakter yang harus ditanamkan dalam sitem pembelajaran untuk menjadikan kampus yang kondusif, maka dibuatlah peraturan-peraturan yang harus di jalankan taruna agar pada saat setelah selesai seluruh proses pendidikan, taruna bisa menjadi manusia yang berdisiplin dan beretika.

Untuk dapat menyelesaikan tugas keseharian maupun ujian, kepribadian taruna haruslah muncul dari kesadaran diri sendiri. Percaya diri menjadi salah satu hal yang terlihat dari seorang taruna dalam menjalankan tugas maupun ujian. Dengan hal tersebut peneliti tertarik untuk mengungkapkan salah satu factor kepribadian yaitu percaya diri kedalam hal yang berhubungan dengan prestasi akademik. Dengan percaya diri yang kuat dan cukup di harapkan seorang taruna dapat menunaikan tugas belajarnya dengan baik.

Peneliti tertarik untuk mengungkap secara tepat sejauh mana hal-hal yang dilakukan oleh taruna dalam kesehariannya tersebut dengan hal yang mendapatkan prosentase mutlak untuk meluluskan atau melanjutkan proses pembelajaran taruna yaitu Prestasi Akademik.

## METODOLOGI

Dalam penelitian ini terdapat dua macam variabel, yaitu variabel terikat dengan variabel bebas, variabel terikat Prestasi Akademik (Y) sedangkan variabel bebas terdapat tiga variabel yaitu Kesegaran Jasmani (X1), Disiplin (X2) dan Percaya Diri (X3). Adapun konstelasi penelitian dapat dilihat pada gambar berikut ini:



Keterangan :  
X1 = Kesegaran Jasmani

X<sub>2</sub> = Disiplin  
X<sub>3</sub> = Percaya Diri  
Y = Prestasi Akademik

Dalam penelitian ini teknik analisis penelitian yang dipakai adalah (1) Pengujian persyaratan analisis dan (2) Teknik pengujian hipotesis dalam penelitian. Dalam penelitian yang bersifat korelasi mempunyai persyaratan pengujian yaitu normalitas data dan uji linieritas data, yaitu untuk mengetahui apakah dalam distribusi data itu normal atau tidak. Uji normalitas yang digunakan adalah uji Lilifors. Data dapat dikategorikan normal apabila harga  $L_{hitung} < L_{tabel}$ , dan uji dengan taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$  sedangkan keberartian dan kelinieran regresi diuji dengan pengujian hipotesis penelitian. Pengujian Hipotesis dalam pengujian hipotesis penelitian digunakan analisis regresi dan korelasi serta uji linear regresi pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Ini dapat dilihat dengan langkah-langkah sebagai berikut serta pengujian hipotesis: Untuk melihat regresi linear sederhana masing-masing pasangan data antara Kesegaran Jasmani dengan Prestasi akademik, Disiplin dengan prestasi akademik dan percaya diri dengan prestasi akademik, perlu dilihat dulu apakah koefisien regresi linear sederhana yang telah diuji kelinearannya dan keberartiannya dengan menggunakan Uji F.

Koefisien regresi linear sederhana dinyatakan berarti bila harga  $F_{hitung} > F_{tabel}$  dan dapat dikatakan linear dengan menyatakan harga  $F_{hitung} < F_{tabel}$ . Untuk melihat tingkat hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat dipakai korelasi sederhana yaitu hasil Prestasi Akademik taruna sebagai variabel terikat dengan dihitung menggunakan statistik r. Dan sebelum diuji dengan korelasi sederhana harus juga diuji dengan keberartiannya juga melalui perhitungan dengan menggunakan statistik t. Koefisien korelasi sederhana dapat dikatakan berarti apabila harga  $t_{hitung} > t_{tabel}$ . Untuk menemukan garis regresi linear ganda variabel bebas secara bersama-sama dengan variabel terikat, Kesegaran Jasmani, Disiplin dan Percaya diri dengan Prestasi Akademik taruna, dengan menghitung kelinearitasnya dengan menggunakan statistik Y. Untuk membuktikan apakah masing-masing regresi ganda, maka harus diuji dulu keberartiannya dengan menggunakan statistik t. Koefisien regresi linear ganda dinyatakan berarti bila  $t_{hitung} > t_{tabel}$ . Sedangkan keberartian koefisien regresi linear ganda secara bersama-sama diuji dengan menggunakan statistik Uji F. Koefisien regresi linear ganda secara bersama-sama dinyatakan berarti bila harga  $F_{hitung} > F_{tabel}$ .

Korelasi ganda digunakan untuk melihat seberapa jauh tingkat hubungan antara variabel bebas yang terdiri dari Kesegaran Jasmani, Disiplin dan Percaya Diri terhadap Prestasi Akademik taruna. Koefisien korelasi ganda dihitung dengan menggunakan statistik (R<sup>2</sup>). Sebelum mengambil kesimpulan harus di uji dengan menggunakan statistik F. Koefisien korelasi ganda dinyatakan berarti bila harga  $F_{hitung} > F_{tabel}$ . Seberapa jauh besar kontribusi variabel bebas terhadap variabel terikat dalam hasil pengujian hipotesis penelitian, maka dipakai atau dihitung dengan koefisien determinasi (R<sup>2</sup>). Baik secara sendiri-sendiri maupun secara bersama-sama. Untuk menghitung korelasi parsial dengan mengkorelasikan setiap

variabel bebas dengan variabel terikat dimana variabel lain dianggap tetap. Koefisien korelasi parsial dihitung dengan statistik  $r_{2y12}$ .

Sebelum dihitung dalam mengambil kesimpulan harus di uji keberartiannya dengan menggunakan rumus statistik. Untuk menyatakan ini dapat dipertanggung jawabkan dengan melihat keberartiannya yang berarti bila  $t_{hitung} > t_{tabel}$ .

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Setelah melalui proses pengumpulan data, selanjutnya dilakukan analisis data yang dibahas secara berturut-turut, meliputi: (1) deskripsi data untuk masing-masing variabel; (2) pengujian persyaratan analisis, yang berupa uji normalitas galat taksiran regresi dan uji signifikansi serta uji linearitas regresi; (3) pengujian hipotesis hubungan antara variabel independen dengan dependen, baik hubungan secara sendiri-sendiri (sederhana), maupun hubungan secara bersama-sama (ganda).

Keterangan	Variabel Y	Variabel X1	Variabel X2	Variabel X3
Mean	50,01	77,14	137,42	118,61
Standard Error	0,92	0,60	0,61	0,70
Median	49,28	76,50	137,67	117,23
Mode	50,50	75,83	137,93	115,16
Standard Deviation	10,01	6,54	6,61	7,55
Sample Variance	100,2136	42,7740	43,6979	57,0604
Range	47	28	31	39
Minimum	30	67	119	103
Maximum	77	95	150	142
Sum	5901	9103	16215	13996
Count	118	118	118	118

Rekapitulasi hasil perhitungan pengujian normalitas tertera pada tabel berikut.

Gakat Taksiran Regresi	n	Lhitung	Ltabel		Keterangan
			$\alpha = 0,05$	$\alpha = 0,01$	
Y atas X1	118	0,0688	0,082	0,093	Normal
Y atas X2	118	0,0662	0,082	0,093	Normal
Y atas X3	118	0,0656	0,082	0,093	Normal

Hasil perhitungan sebagaimana pada lampiran pengujian hipotesis, memperhatikan bahwa persamaan regresi yang terjadi antara Y atas X1 adalah  $\hat{Y} = a + bX1$ . Berdasarkan hasil perhitungan tersebut diperoleh pula koefisien regresi  $b = 0,98$  dan konstanta  $a = -25,64$ . Dengan demikian bentuk hubungan antara kesegaran jasmani dengan prestasi akademik ditunjukkan oleh persamaan analisis regresi linear adalah  $\hat{Y} = -25,64 + 0,98X1$

Sumber Varians	dk	JK	RJK	Fhitung	Ftabel	
					$\alpha = 0,05$	$\alpha = 0,01$
Total	118	306825,00				

Regresi a	1	295100,01				
Regresi b/a	1	4813,03	4813,03	80,77 **	3,92	6,86
Residu	116	6911,96	59,59			
Tuna Cocok	24	1167,54	48,65	0,78 ns	1,64	2,00
Galat	92	5744,42	62,44			

Keterangan:

dk = Derajat kebebasan

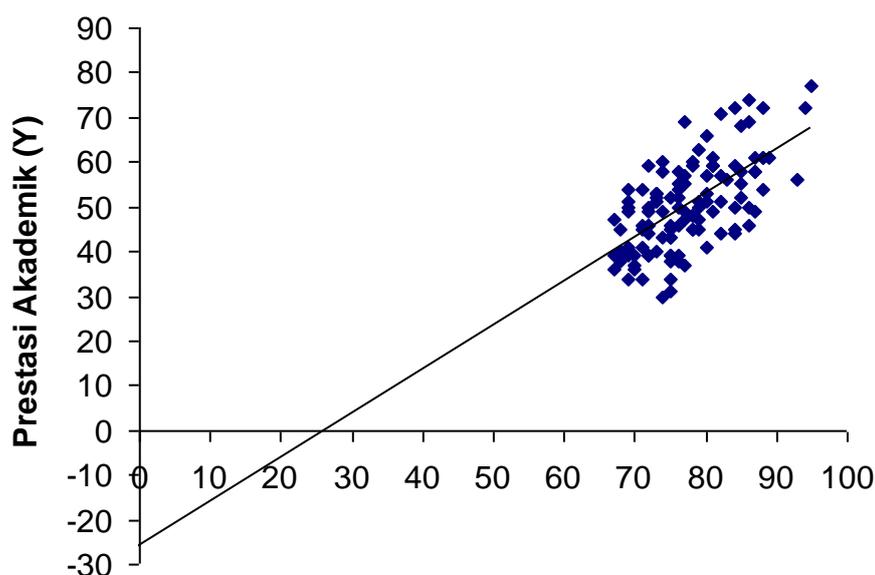
JK = Jumlah kuadrat

RJK = Rata-rata jumlah kuadrat

\*\* = Regresi sangat signifikan ( $80,77 > 6,86$  pada  $\alpha = 0,01$ )

ns = Non signifikan, berarti linear ( $0,78 < 1,64$  pada  $\alpha = 0,05$ )

Grafik Persamaan Regresi  $\hat{Y} = -25,64 + 0,98X_1$



### Kesegaran Jasmani ( $X_1$ )

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh koefisien korelasi *product moment* antara kesegaran jasmani dengan prestasi akademik  $r_{1y}$  sebesar 0,641. Hasil pengujian diperoleh  $t_{hitung}$  (8,99) lebih besar dari  $t_{tabel}$  (2,62) pada  $\alpha = 0,01$ .

dk	Koefisien Korelasi Sederhana	$t_{hitung}$	$t_{tabel}$	
			$\alpha = 0,05$	$\alpha = 0,01$
116	$r_{1y} = 0,641$	8,99 **	1,98	2,62

\*\* sangat signifikan ( $t_{hitung} = 8,99 > t_{tabel} = 2,62$  pada  $\alpha = 0,01$ )

Hasil Uji Signifikan Koefisien Korelasi Parsial antara  $X_1$  dengan Y

dk	Koefisien Korelasi Parsial	$t_{hitung}$	$t_{tabel}$	
			$\alpha = 0,05$	$\alpha = 0,01$
115	$r_{y1.2} = 0,545$	6,97 **	1,98	2,62
115	$r_{y1.3} = 0,530$	6,70 **	1,98	2,62
114	$r_{y1.23} = 0,465$	5,61 **	1,98	2,62

\*\* sangat signifikan ( $t_{hitung} > t_{tabel}$  pada  $\alpha = 0,01$ )

Berdasarkan hasil di atas, maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan menerima  $H_1$ . Dengan kata lain terdapat *hubungan positif yang sangat signifikan* antara kebugaran jasmani dengan prestasi akademik. Dari koefisien korelasi tersebut dapat dihitung pula koefisien determinasinya  $(r_{1y})^2 = (0,641)^2 = 0,4109$ ; yang berarti bahwa 41,09% proporsi varians prestasi akademik dapat dijelaskan oleh kebugaran jasmani.

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut diperoleh pula koefisien regresi  $b = 0,96$  dan konstanta  $a = -81,36$ . Dengan demikian bentuk hubungan antara disiplin dengan prestasi akademik ditunjukkan oleh persamaan analisis regresi linear adalah  $\hat{Y} = -81,36 + 0,96X_2$ .

Sumber Varians	dk	JK	RJK	$F_{hitung}$	$F_{tabel}$	
					$\alpha = 0,05$	$\alpha = 0,01$
Total	118	306825,00				
Regresi a	1	295100,01				
Regresi b/a	1	4672,43	4672,43	76,85 **	3,92	6,86
Residu	116	7052,56	60,80			
Tuna Cocok	26	2204,48	84,79	1,57 <sup>ns</sup>	1,62	1,97
Galat	90	4848,08	53,87			

Keterangan:

dk = Derajat kebebasan

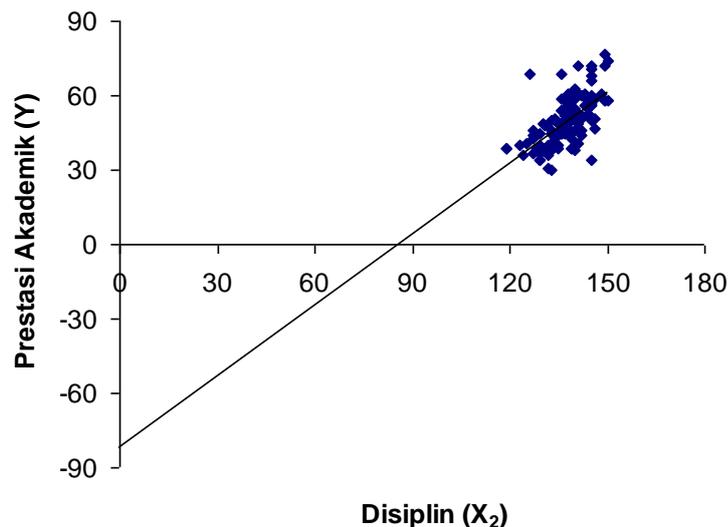
JK = Jumlah kuadrat

RJK = Rata-rata jumlah kuadrat

\*\* = Regresi sangat signifikan ( $76,85 > 6,86$  pada  $\alpha = 0,01$ )

ns = Non signifikan, berarti linear ( $1,57 < 1,62$  pada  $\alpha = 0,05$ )

Grafik Persamaan Regresi  $\hat{Y} = -81,36 + 0,96X_2$



Hasil Uji Signifikan Koefisien Korelasi Sederhana antara  $X_2$  dengan  $Y$

dk	Koefisien Korelasi Sederhana	$t_{hitung}$	$t_{tabel}$	
			$\alpha = 0,05$	$\alpha = 0,01$
116	$r_{2y} = 0,631$	8,76 **	1,98	2,62

\*\* sangat signifikan ( $t_{hitung} = 8,76 > t_{tabel} = 2,62$  pada  $\alpha = 0,01$ )

Hasil Uji Signifikan Koefisien Korelasi Parsial antara  $X_2$  dengan Y

dk	Koefisien Korelasi Parsial	$t_{hitung}$	$t_{tabel}$	
			$\alpha = 0,05$	$\alpha = 0,01$
115	$r_{y2.1} = 0,531$	6,72 **	1,98	2,62
115	$r_{y2.3} = 0,545$	6,97 **	1,98	2,62
114	$r_{y2.13} = 0,484$	5,91 **	1,98	2,62

\*\* sangat signifikan ( $t_{hitung} > t_{tabel}$  pada  $\alpha = 0,01$ )

Berdasarkan hasil di atas, maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan menerima  $H_1$ . Dengan kata lain terdapat *hubungan positif* yang *sangat signifikan* antara disiplin dengan prestasi akademik. Dari koefisien korelasi tersebut dapat dihitung pula koefisien determinasinya  $(r_{2y})^2 = (0,631)^2 = 0,3982$ ; yang berarti bahwa 39,82% proporsi varians prestasi akademik dapat dijelaskan oleh disiplin.

Persamaan Regresi Sederhana  $\hat{Y} = -47,82 + 0,82X_3$

Sumber Varians	dk	JK	RJK	$F_{hitung}$	$F_{tabel}$	
					$\alpha = 0,05$	$\alpha = 0,01$
Total	118	306825,00				
Regresi a	1	295100,01				
Regresi b/a	1	4541,64	4541,64	73,34 **	3,92	6,86
Residu	116	7183,35	61,93			
Tuna Cocok	30	939,22	31,31	0,43 <sup>ns</sup>	1,59	1,93
Galat	86	6244,13	72,61			

Keterangan:

dk = Derajat kebebasan

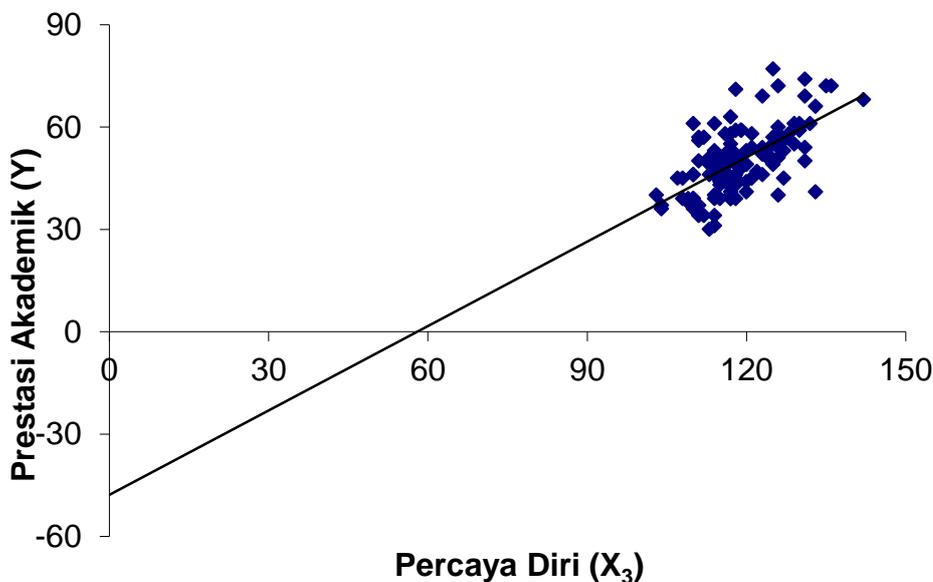
JK = Jumlah kuadrat

RJK = Rata-rata jumlah kuadrat

\*\* = Regresi sangat signifikan ( $73,34 > 6,86$  pada  $\alpha = 0,01$ )

ns = Non signifikan, berarti linear ( $0,43 < 1,59$  pada  $\alpha = 0,05$ )

Grafik Persamaan Regresi  $\hat{Y} = -47,82 + 0,82X_3$



Hasil Uji Signifikan Koefisien Korelasi Sederhana antara  $X_3$  dengan Y

dk	Koefisien Korelasi Sederhana	$t_{hitung}$	$t_{tabel}$	
			$\alpha = 0,05$	$\alpha = 0,01$
116	$r_{3y} = 0,622$	8,56 **	1,98	2,62

\*\* sangat signifikan ( $t_{hitung} = 8,56 > t_{tabel} = 2,62$  pada  $\alpha = 0,01$ )

Hasil Uji Signifikan Koefisien Korelasi Parsial antara  $X_3$  dengan Y

dk	Koefisien Korelasi Parsial	$t_{hitung}$	$t_{tabel}$	
			$\alpha = 0,05$	$\alpha = 0,01$
115	$r_{y3.1} = 0,502$	6,22 **	1,98	2,62
115	$r_{y3.2} = 0,533$	6,76 **	1,98	2,62
114	$r_{y3.12} = 0,450$	5,38 **	1,98	2,62

\*\* sangat signifikan ( $t_{hitung} > t_{tabel}$  pada  $\alpha = 0,01$ )

Berdasarkan hasil di atas, maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan menerima  $H_1$ . Dengan kata lain terdapat *hubungan positif* yang sangat *signifikan* antara percaya diri dengan prestasi akademik. Dari koefisien korelasi tersebut dapat dihitung pula koefisien determinasinya  $(r_{3y})^2 = (0,622)^2 = 0,3869$ ; yang berarti bahwa 38,69% proporsi varians prestasi akademik dapat dijelaskan oleh percaya diri.

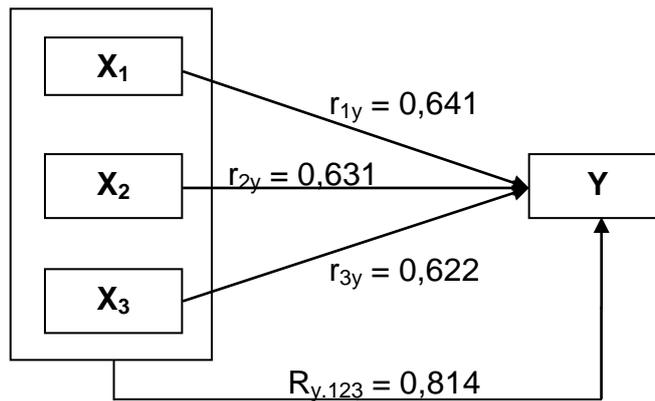
Persamaan Regresi Ganda Tiga Prediktor  $\hat{Y} = -119,62 + 0,54X_1 + 0,55X_2 + 0,44X_3$

Sumber Varians	dk	Jumlah Kuadrat (JK)	Rata-rata Jumlah Kuadrat (RJK)	$F_{hitung}$	$F_{tabel}$	
					$\alpha = 0,05$	$\alpha = 0,01$
Total	3	7768,30	2589,43	74,61 **	2,68	3,96
Residu	114	3956,69	34,71			

\*\* Regresi ganda sangat signifikan ( $76,61 > 3,96$  pada  $\alpha = 0,01$ )

Koefisien korelasi ganda ketiga variabel bebas dengan prestasi akademik ( $R_{y.123}$ ) = 0,814. Hasil uji signifikannya diperoleh harga  $F_{hitung}$  (74,61) >  $F_{tabel}$  (3,96) pada  $\alpha = 0,01$ . Berdasarkan hasil tersebut terdapat hubungan positif antara kebugaran jasmani, disiplin, dan percaya diri secara bersama-sama dengan prestasi akademik. Koefisien determinasi  $(R_{y.123})^2$  sebesar  $(0,814)^2 = 0,6626$  dapat diinterpretasikan bahwa 66,26% proporsi varians prestasi akademik dapat dijelaskan secara bersama-sama oleh kebugaran jasmani, disiplin, dan percaya diri. Berdasarkan hasil perhitungan lanjutan dapat diketahui sumbangan (kontribusi) variabel terikat atas kebugaran jasmani sebesar 41,09%, disiplin sebesar 39,82%. dan percaya diri sebesar 38,69%.

Model Empiris Antar Variabel



Hasil pengujian hipotesis keempat dapat disimpulkan bahwa kesegaran jasmani, disiplin, dan percaya diri secara bersama-sama mempunyai hubungan positif dengan prestasi akademik. Koefisien korelasi ganda antara ketiga variabel bebas dengan variabel terikat  $R_{y.123}$  sebesar 0,814 menghasilkan  $F_{hitung} = 74,61$  lebih besar dari  $F_{tabel} = 3,96$  pada  $\alpha = 0,01$ . Dari koefisien korelasi tersebut, dapat dihitung koefisien determinasi  $(R_{y.123})^2$  sebesar 0,6626 berarti bahwa 66,26% proporsi varians prestasi akademik dapat dijelaskan secara bersama-sama oleh kesegaran jasmani, disiplin, serta percaya diri.

## SIMPULAN

Sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu ingin mengetahui hubungan antara Kesegaran Jasmani, Disiplin dan Percaya Diri dengan Prestasi Akademik Taruna, baik secara sendiri-sendiri maupun bersama-sama, berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, serta pengujian hipotesis, dapat disimpulkan bahwa:

1. Terdapat hubungan yang positif antara Kesegaran Jasmani dengan Prestasi Akademik Taruna. Hal ini berarti bahwa semakin baik kesegaran jasmani taruna maka makin baik pula prestasi akademik taruna. Begitu pula sebaliknya makin rendah kesegaran jasmani maka makin rendah pula prestasi akademik. Oleh karena itu kesegaran jasmani merupakan salah satu variable yang perlu mendapatkan perhatian di dalam meningkatkan prestasi akademik taruna Sekolah Tinggi Transportasi Darat.
2. Terdapat hubungan yang positif disiplin dengan prestasi akademik taruna Sekolah Tinggi Transportasi darat. Hal ini berarti bahwa semakin baik disiplin seorang taruna maka semakin baik pula prestasi akademik taruna. Begitu pula sebaliknya makin rendah disiplin maka makin rendah pula nilai akademik. Oleh karena itu disiplin taruna merupakan salah satu variable yang perlu mendapat perhatian di dalam meningkatkan prestasi akademik taruna Sekolah Tinggi Transportasi Darat.
3. Antara Percaya Diri dengan prestasi akademik terdapat hubungan positif. Hal ini berarti bahwa semakin baik Percaya diri seorang taruna maka semakin baik pula prestasi akademik taruna. Begitu pula sebaliknya makin rendah percaya diri taruna maka makin rendah pula nilai akademik taruna. Oleh karena itu percaya diri taruna merupakan salah satu variable yang perlu mendapat

perhatian di dalam meningkatkan prestasi akademik taruna Sekolah Tinggi Transportasi Darat.

4. Secara bersama-sama terdapat hubungan positif antara Kesegaran Jasmani, Disiplin dan Percaya Diri dengan Prestasi Akademik Taruna. Hal ini berarti bahwa semakin baik kesegaran jasmani, disiplin dan percaya diri taruna secara bersama-sama maka semakin baik pula prestasi akademik taruna. Begitu pula sebaliknya makin rendah kesegaran jasmani, disiplin dan percaya diri taruna secara bersama-sama maka makin rendah pula nilai akademik. Oleh karena itu kesegaran jasmani, disiplin dan percaya diri taruna secara bersama-sama taruna merupakan tiga variable yang perlu mendapat perhatian di dalam meningkatkan prestasi akademik taruna Sekolah Tinggi Transportasi Darat.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Alex, S. 2006. *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia.
- Bompa, T. O. 2009. *Theory and Methodology of Training*. Toronto: University of Toronto.
- Castelli, D. M. 2015. *Active Education: Growing Evidence on Physical Activity and Academic Performance*. Austin: The University of Texas.
- Daryanto. 2010. *Belajar Ean Mengajar*. Bandung: Yrama Widya.
- Djaali, P. M. 2008. *Pengukuran dalam Bidang Pendidikan*. Jakarta: Grasindo.
- Djamarah, S. B. 2006. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Hamiyah, N., dan Jauhar, M. 2014. *Strategi Belajar Mengajar Di Kelas*. Jakarta: Prestasi Pustakarya.
- Hamruni. 2011. *Strategi Pembelajaran*. Yogyakarta: Insan Madani.
- Hillman, C. H. 2005. *Aerobic Fitness and Neurocognitive Function in Healthy Preadolescent Children*. Illinois: University of Illinois.
- Husdarta, H. J. S. 2010. *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Monti, P. S. 2000. *Dasar Dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Sardiman, A. M. 2009. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta. PT. Rajawali Pers.
- Tangkudung, J. 2012. *Kepelatihan Olahraga*. Jakarta: Cerdas Jaya. 2012.
- Tulus, T. 2004. *Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Siswa*. Jakarta: PT. Grasindo.
- Widiastuti. 2011. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT Bumi Timur JayA.