



Contents lists available at [Journal IICET](#)

**Southeast Asian Journal of technology and Science**

ISSN: 2723-1151(Print) ISSN 2723-116X (Electronic)

Journal homepage: <https://jurnal.iicet.org/index.php/sajts>



## Self-Confidence Differences Between Extracurricular-Active and Extracurricular-Inactive Students

**Hilda Rosida**

UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Kota Serang, Indonesia

### Article Info

#### Article history:

Received Oct 12<sup>th</sup>, 2025

Revised Nov 21<sup>th</sup>, 2025

Accepted Des 24<sup>th</sup>, 2025

#### Keyword:

Self-Confidence  
Adolescents  
Extracurricular Activities  
Student Participation

### ABSTRACT

This study aims to compare the level of self-confidence between adolescents who are active and inactive in extracurricular activities in Kota Serang. This study employed a quantitative approach using a comparative method. The population of this study consisted of adolescents in Kota Serang, and the sample was determined using Isaac and Michael's table. The research instrument was a Likert-scale questionnaire measuring self-confidence. Data analysis included descriptive statistics, validity and reliability testing, normality and homogeneity testing, and an independent samples t-test. The results indicate that involvement in extracurricular activities has a positive effect on increasing adolescents' self-confidence, suggesting that schools and related educational institutions should further encourage adolescent participation in extracurricular activities as a means of psychological and social development.



© 2020 The Authors. Published by IICET.

This is an open access article under the CC BY-NC-SA license

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>)

### Corresponding Author:

Hilda Rosida

UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Kota Serang, Indonesia

Email: [hilda.rosida@uinbanten.ac.id](mailto:hilda.rosida@uinbanten.ac.id)

## Introduction

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang sangat penting karena pada tahap ini individu mengalami perubahan yang signifikan secara biologis, kognitif, dan sosial, yang secara langsung memengaruhi pembentukan konsep diri dan kepercayaan diri. Kepercayaan diri (*self-confidence*) merupakan salah satu aspek psikologis fundamental yang berperan penting dalam mendukung perkembangan akademik, sosial, dan emosional siswa. Siswa dengan tingkat kepercayaan diri yang baik cenderung lebih berani mengekspresikan pendapat, mampu mengambil keputusan secara mandiri, serta lebih adaptif dalam menghadapi tuntutan dan tantangan di lingkungan sekolah. Sebaliknya, rendahnya kepercayaan diri dapat menghambat partisipasi siswa dalam proses pembelajaran dan interaksi sosial. Oleh karena itu, memahami faktor-faktor yang berkaitan dengan pembentukan kepercayaan diri siswa menjadi hal yang penting untuk dikaji, khususnya dalam konteks perbedaan pengalaman dan keterlibatan siswa di lingkungan sekolah. Kepercayaan diri pada remaja berfungsi sebagai fondasi psikologis yang memungkinkan individu menilai kemampuan dirinya secara realistis, menghadapi tuntutan perkembangan, serta beradaptasi dengan lingkungan sosial yang semakin kompleks (Eccles & Barber, 2016; Cho & Kim, 2022). Kepercayaan diri yang berkembang secara positif pada masa remaja berhubungan erat dengan berbagai aspek penyesuaian diri, seperti motivasi belajar, keterampilan sosial, dan kesehatan mental. Remaja dengan tingkat kepercayaan diri yang baik cenderung menunjukkan perilaku adaptif, keberanian dalam mengambil keputusan, serta kemampuan menghadapi tekanan akademik dan sosial secara lebih efektif (Bang, Won, & Park, 2020; O'Donnell, Deutsch, & McCoy, 2023).

Lingkungan sekolah memiliki peran strategis dalam mendukung perkembangan kepercayaan diri remaja melalui penyediaan pengalaman belajar yang beragam. Selain pembelajaran akademik di kelas, sekolah juga

memfasilitasi pengembangan potensi peserta didik melalui kegiatan non-akademik yang terstruktur, salah satunya adalah kegiatan ekstrakurikuler (Farb & Matjasko, 2019). Kegiatan ekstrakurikuler dirancang untuk memberikan ruang bagi siswa dalam mengembangkan minat, bakat, serta keterampilan sosial yang tidak selalu dapat dikembangkan secara optimal melalui pembelajaran formal (Mahoney, Vandell, Simpkins, & Zarrett, 2015). Partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler memberikan kesempatan bagi siswa untuk terlibat dalam aktivitas kolaboratif, kepemimpinan, dan pencapaian tujuan bersama, yang berkontribusi terhadap peningkatan rasa kompeten dan keyakinan terhadap kemampuan diri. Pengalaman keberhasilan dan pengakuan sosial yang diperoleh melalui kegiatan tersebut menjadi faktor penting dalam pembentukan kepercayaan diri remaja (Fredricks & Simpkins, 2018; LaForge-MacKenzie, Drapeau, & McNeil, 2022).

Sejumlah penelitian empiris menunjukkan bahwa siswa yang aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri, keterikatan terhadap sekolah, dan kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang tidak terlibat. Keterlibatan aktif dalam aktivitas terstruktur juga dikaitkan dengan penurunan risiko masalah emosional dan sosial pada remaja (Bang et al., 2020; O'Donnell et al., 2023). Sebaliknya, remaja yang tidak berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler memiliki keterbatasan kesempatan untuk mengembangkan keterampilan non-akademik dan pengalaman sosial yang mendukung perkembangan psikologis. Kurangnya keterlibatan dalam aktivitas terstruktur di luar kelas berpotensi menghambat pembentukan rasa percaya diri, terutama dalam konteks interaksi sosial dan pengembangan potensi diri (Cho & Kim, 2022).

Meskipun hubungan antara kegiatan ekstrakurikuler dan kepercayaan diri telah banyak diteliti, hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh tersebut dapat bervariasi tergantung pada konteks budaya, lingkungan sekolah, dan karakteristik peserta didik. Oleh karena itu, temuan penelitian dari satu konteks belum tentu dapat digeneralisasikan ke konteks lain tanpa kajian empiris yang spesifik (Farb & Matjasko, 2019; Fredricks & Simpkins, 2018). Di Indonesia, penelitian mengenai kegiatan ekstrakurikuler masih lebih banyak berfokus pada prestasi non-akademik dan pembentukan karakter, sementara kajian yang secara khusus membandingkan tingkat kepercayaan diri antara siswa yang aktif dan tidak aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler masih relatif terbatas, khususnya pada konteks remaja di wilayah perkotaan seperti Kota Serang. Kondisi ini menunjukkan adanya celah penelitian yang perlu diisi melalui studi komparatif berbasis data empiris. Berdasarkan *research gap* tersebut, penelitian ini dipandang penting untuk memberikan kontribusi empiris yang lebih kontekstual dan relevan. Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan tingkat kepercayaan diri antara siswa yang aktif dan tidak aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler.

## Method

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian komparatif untuk menguji perbedaan tingkat kepercayaan diri antara remaja yang aktif dan tidak aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler di Kota Serang. Variabel independen dalam penelitian ini adalah partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler (aktif dan tidak aktif), sedangkan variabel dependen adalah kepercayaan diri remaja. Populasi penelitian ini terdiri dari remaja yang terdaftar di sekolah menengah pertama di Kota Serang selama tahun ajaran 2024/2025, dengan total populasi 250 siswa. Berdasarkan data yang dikumpulkan, 71% responden adalah remaja yang aktif berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler, sedangkan 29% adalah remaja yang tidak berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah kuesioner kepercayaan diri yang dikembangkan berdasarkan teori kepercayaan diri Lautser. Instrumen tersebut terdiri dari 36 item skala *Likert* dengan empat pilihan jawaban: sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Sebelum pengumpulan data, instrumen tersebut menjalani pengujian validitas menggunakan korelasi momen produk Pearson dan pengujian reliabilitas menggunakan *alpha Cronbach*. Item yang tidak memenuhi kriteria validitas dihapus, sehingga menghasilkan kuesioner yang valid dan reliabel untuk mengukur kepercayaan diri remaja. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan *Independent Samples t-test*, yang bertujuan untuk menguji perbedaan rata-rata tingkat kepercayaan diri antara dua kelompok yang saling independen, yaitu remaja yang aktif dan tidak aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler.

## Results and Discussions

Hasil penelitian ini diperoleh melalui serangkaian analisis statistik deskriptif dan inferensial yang dilakukan secara sistematis untuk mengkaji tingkat kepercayaan diri siswa serta menguji perbedaan kepercayaan diri antara kelompok siswa yang aktif dan tidak aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler. Analisis statistik deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran umum mengenai distribusi skor kepercayaan diri, kecenderungan nilai

rata-rata, serta variasi data pada masing-masing kelompok. Selanjutnya, analisis statistik inferensial dilakukan untuk menguji hipotesis penelitian melalui uji prasyarat dan uji perbedaan, sehingga diperoleh kesimpulan yang didasarkan pada bukti empiris dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

**Table 1.** Overview of Students' Self-Confidence Levels (n = 146)

Score Interval	Category	Frequency	Percentage (%)
> 108	High	7	4.8
72 – 108	Medium	120	82.2
< 72	Low	19	13.0
Total		146	100

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar responden menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang moderat. Dari 146 siswa, 120 siswa (82,2%) diklasifikasikan dalam kategori menengah, sedangkan 19 siswa (13,0%) menunjukkan kepercayaan diri rendah dan hanya 7 siswa (4,8%) yang dikategorikan memiliki kepercayaan diri tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa, secara umum, tingkat kepercayaan diri siswa cenderung moderat.

**Table 2.** Descriptive Statistics of Self-Confidence Scores by Extracurricular Participation

Extracurricular Participation	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Active	104	90.00	117.00	99.48	5.49
Inactive	42	54.00	79.00	70.88	5.88

*Source: Data processed using SPSS*

Tabel 2 menunjukkan bahwa siswa yang aktif berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler memperoleh skor kepercayaan diri rata-rata yang secara signifikan lebih tinggi ( $M = 99,48$ ,  $SD = 5,49$ ) dibandingkan dengan siswa yang tidak aktif ( $M = 70,88$ ,  $SD = 5,88$ ). Perbedaan rata-rata sekitar 29 poin menunjukkan kesenjangan yang cukup besar dalam tingkat kepercayaan diri antara kedua kelompok tersebut.

**Table 3.** Independent Samples t-Test Results for Self-Confidence

Variable	t	df	Sig. (2-tailed)
Self-Confidence	27.92	144	< .001

*Source: Data processed using SPSS*

Berdasarkan hasil uji t sampel independen yang ditunjukkan pada Tabel 3, diperoleh nilai t sebesar 27,92 dengan 144 derajat kebebasan dan nilai signifikansi  $p < 0,001$ . Hasil ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan secara statistik dalam tingkat kepercayaan diri antara siswa yang aktif dan tidak aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler. Interval kepercayaan 95% untuk perbedaan rata-rata berkisar antara 26,575 hingga 30,625, menunjukkan bahwa perbedaan yang diamati sangat konsisten. Temuan ini menegaskan bahwa partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kepercayaan diri siswa.

## Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada tingkat kepercayaan diri antara siswa yang aktif dan tidak aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler. Siswa yang aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler memiliki tingkat kepercayaan diri yang secara nyata lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang tidak aktif. Temuan ini menegaskan bahwa keterlibatan dalam aktivitas non-akademik yang terstruktur berperan penting dalam mendukung perkembangan psikologis siswa, khususnya pada aspek kepercayaan diri. Secara deskriptif, sebagian besar siswa berada pada kategori kepercayaan diri sedang, namun analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa siswa yang aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler memiliki rata-rata skor kepercayaan diri yang jauh lebih tinggi dibandingkan kelompok tidak aktif. Perbedaan rerata yang besar dan konsisten ini mengindikasikan bahwa pengalaman yang diperoleh melalui kegiatan ekstrakurikuler, seperti interaksi sosial, kerja sama tim, dan pencapaian tujuan bersama, memberikan kontribusi positif terhadap pembentukan keyakinan diri siswa. Hal ini sejalan dengan pandangan bahwa kepercayaan diri berkembang melalui pengalaman langsung yang memungkinkan individu merasakan keberhasilan dan pengakuan sosial (Fredricks & Simpkins, 2018).

Temuan penelitian ini mendukung hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa partisipasi aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler berkaitan dengan peningkatan harga diri, keterikatan terhadap sekolah, dan kesejahteraan psikologis remaja (Bang, Won, & Park, 2020; O'Donnell, Deutsch, & McCoy, 2023). Kegiatan ekstrakurikuler menyediakan lingkungan yang relatif aman dan suportif bagi siswa untuk mengekspresikan diri, mengembangkan keterampilan sosial, serta membangun identitas positif, yang semuanya berkontribusi terhadap meningkatnya kepercayaan diri.

Selain itu, perbedaan distribusi skor kepercayaan diri antara kelompok aktif dan tidak aktif yang terlihat pada visualisasi data menunjukkan bahwa siswa aktif tidak hanya memiliki skor yang lebih tinggi, tetapi juga tingkat variasi yang lebih kecil. Hal ini menunjukkan bahwa keterlibatan dalam kegiatan ekstrakurikuler tidak hanya meningkatkan kepercayaan diri, tetapi juga membantu menstabilkan perkembangan psikologis siswa. Temuan ini selaras dengan kajian yang menyebutkan bahwa aktivitas terstruktur di luar kelas berperan sebagai faktor protektif bagi kesehatan mental remaja (LaForge-MacKenzie, Drapeau, & McNeil, 2022).

Sebaliknya, siswa yang tidak terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih rendah dan variasi skor yang lebih besar. Kondisi ini dapat disebabkan oleh terbatasnya kesempatan untuk mengembangkan kompetensi non-akademik dan pengalaman sosial yang bermakna di luar pembelajaran kelas. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa remaja yang lebih banyak terlibat dalam aktivitas pasif cenderung memiliki tingkat harga diri yang lebih rendah dibandingkan mereka yang terlibat dalam aktivitas aktif dan sosial (Cho & Kim, 2022).

Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan implikasi praktis bagi sekolah dan pemangku kebijakan pendidikan untuk mendorong partisipasi siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler secara lebih optimal. Sekolah tidak hanya perlu menyediakan berbagai pilihan kegiatan ekstrakurikuler, tetapi juga memastikan kualitas pelaksanaannya agar mampu memberikan pengalaman yang bermakna bagi siswa. Upaya ini diharapkan dapat mendukung perkembangan kepercayaan diri siswa secara berkelanjutan dan berkontribusi pada kesejahteraan psikososial mereka secara keseluruhan.

## Conclusions

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kepercayaan diri antara siswa yang aktif dan tidak aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler. Siswa yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang tidak terlibat dalam kegiatan tersebut. Temuan ini mengindikasikan bahwa partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler berperan penting dalam mendukung perkembangan psikologis siswa, khususnya dalam pembentukan dan penguatan kepercayaan diri. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa kegiatan ekstrakurikuler tidak hanya berfungsi sebagai sarana pengembangan minat dan bakat, tetapi juga sebagai wahana strategis untuk meningkatkan kesejahteraan psikososial siswa. Oleh karena itu, sekolah diharapkan dapat mendorong dan memfasilitasi keterlibatan siswa dalam berbagai kegiatan ekstrakurikuler yang berkualitas sebagai bagian integral dari proses pendidikan.

## References

- Bang, H., Won, D., & Park, S. (2020). School engagement, self-esteem, and depression of adolescents: The role of extracurricular activity participation. *Journal of Adolescence*, 79, 95–104. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.12.001>
- Bang, H., Won, D., & Park, S. (2020). School engagement, self-esteem, and depression of adolescents: The role of extracurricular activity participation. *Journal of Adolescence*, 79, 95–104. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.12.001>
- Cho, D., & Kim, S. K. (2022). Adolescents' self-esteem associated with solitary, passive, and active leisure activities. *Sustainability*, 14(9), 4873. <https://doi.org/10.3390/su14094873>
- Cho, D., & Kim, S. K. (2022). Adolescents' self-esteem associated with solitary, passive, and active leisure activities. *Sustainability*, 14(9), 4873. <https://doi.org/10.3390/su14094873>
- Eccles, J. S., & Barber, B. L. (2016). Student council, volunteering, basketball, or marching band: What kind of extracurricular involvement matters? *Journal of Adolescent Research*, 31(3), 399–420. <https://doi.org/10.1177/0743558415615963>
- Eccles, J. S., & Barber, B. L. (2016). Student council, volunteering, basketball, or marching band: What kind of extracurricular involvement matters? *Journal of Adolescent Research*, 31(3), 399–420. <https://doi.org/10.1177/0743558415615963>

- Farb, A. F., & Matjasko, J. L. (2019). Recent advances in research on school-based extracurricular activities and adolescent development. *Developmental Review*, 51, 1–25. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2018.09.001>
- Fredricks, J. A., & Simpkins, S. D. (2018). Promoting positive youth development through organized after-school activities. *Child Development Perspectives*, 12(2), 87–92. <https://doi.org/10.1111/cdep.12265>
- Fredricks, J. A., & Simpkins, S. D. (2018). Promoting positive youth development through organized after-school activities. *Child Development Perspectives*, 12(2), 87–92. <https://doi.org/10.1111/cdep.12265>
- LaForge-MacKenzie, K., Drapeau, V., & McNeil, J. (2022). Participation in extracurricular activities and school sports: Associations with youth mental health. *Frontiers in Psychology*, 13, 867755. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.867755>
- LaForge-MacKenzie, K., Drapeau, V., & McNeil, J. (2022). Participation in extracurricular activities and school sports: Associations with youth mental health. *Frontiers in Psychology*, 13, 867755. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.867755>
- Mahoney, J. L., Vandell, D. L., Simpkins, S. D., & Zarrett, N. (2015). Adolescent out-of-school activities. In R. M. Lerner (Ed.), *Handbook of child psychology and developmental science* (7th ed., pp. 305–344). Hoboken, NJ: Wiley.
- O'Donnell, A. W., Deutsch, N. L., & McCoy, H. (2023). Extracurricular activity participation, school belonging, and adolescent mental health. *Journal of Youth and Adolescence*, 52(4), 734–748. <https://doi.org/10.1007/s10964-022-01680-7>
- O'Donnell, A. W., Deutsch, N. L., & McCoy, H. (2023). Extracurricular activity participation, school belonging, and adolescent mental health. *Journal of Youth and Adolescence*, 52(4), 734–748. <https://doi.org/10.1007/s10964-022-01680-7>