

**DAMPAK KEGIATAN EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA TERHADAP  
PERKEMBANGAN *LIFE SKILLS* SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS**

TESIS

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh  
gelar Magister Pendidikan Olahraga



oleh

Rita Rohmanasari  
NIM 1603344

**PROGRAM STUDI  
PENDIDIKAN OLAHRAGA  
SEKOLAH PASCASARJANA  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2018**

DAMPAK KEGIATAN EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA TERHADAP  
PERKEMBANGAN *LIFE SKILLS* SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS

oleh:  
RITA ROHMANASARI  
S.Pd. Universitas Majalengka, 2015

Sebuah tesis yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Magister  
Pendidikan (M.Pd.) pada Sekolah Pascasarjana

© Rita Rohmanasari 2018  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Desember 2018

Hak Cipta dilindungi undang-undang.  
Tesis ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,  
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa izin penulis.

**LEMBAR PENGASAHAN**

**RITA ROHMANASARI**  
**DAMPAK KEGIATAN EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA TERHADAP**  
**PERKEMBANGAN *LIFE SKILLS* SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS**

**disetujui dan disahkan oleh pembimbing:**

**Pembimbing I**

**Dr. H. Amung Ma'mun, M.Pd.**  
**NIP. 196001191986031002**

**Pembimbing II**

**Dr. Tatang Muhtar, M.Si.**  
**NIP. 195906031986031005**

**Mengetahui,**

**Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga**

**Dr. H. Amung Ma'mun, M.Pd.**  
**NIP. 196001191986031002**

## **PERNYATAAN KEASLIAN TESIS**

Dengan ini saya menyatakan bahwa tesis dengan judul “DAMPAK KEGIATAN EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA TERHADAP PERKEMBANGAN *LIFE SKILLS* SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Desember 2018

Materai 6000

Rita Rohmanasari  
NIM 1603344

## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrahmanirrahim*

Alhamdulillahirabbal'alamin, segala puji serta syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas berkah dan limpahan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan Tesis ini. Shalawat dan salam semoga tercurah limpahkan kepada junjungan kita Nabi besar Muhammad Saw., beserta keluarga dan para sahabatnya, dan kita semua selaku umatnya yang selalu taat pada ajaran-Nya.

Tesis ini disusun untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Magister Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Olahraga Sekolah Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia. Tesis ini berjudul "Dampak Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Terhadap Perkembangan *Life Skills* Siswa Sekolah Menengah Atas". Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki perkembangan *Life Skills* siswa SMA melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola voli.

Penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari semua pihak. Dengan segala kerendahan hati, tesis ini diiharapkan dapat memberikan kontribusi dan manfaat bagi keilmuan di bidang Pendidikan Olahraga.

Bandung, Desember 2018

Rita Rohmanasari

## UCAPAN TERIMA KASIH

Patut kita syukuri bahwa setiap keberhasilan yang diraih tidak terlepas dari ridha Allah SWT. Demikian pula dalam penulisan tesis ini, penulis menyadari bahwa selama menyusun tesis, banyak pihak yang terlibat dan dilibatkan dalam memberikan bantuan, masukan, bimbingan dan nasehat hingga penyusunan tesis ini berhasil diselesaikan. Dengan demikian, penulis mengucapkan rasa terimakasih serta penghormatan yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat:

1. Dr. Amung Ma'mun, M.Pd. selaku dosen pembimbing I sekaligus ketua program studi Pendidikan Olahraga yang senantiasa membimbing penulis selama masa studi hingga terselesaikannya tesis ini.
2. Dr. Tatang Muhtar, M.Si. selaku dosen pembimbing II dalam penyusunan tesis yang senantiasa membimbing penulis selama masa studi hingga terselesaikannya tesis ini.
3. Dr. Dian Budiana, M.Pd. selaku dosen wali akademik yang senantiasa memberikan saran dan masukan kepada penulis selama masa studi.
4. Hj. Aah Suniah, S.Pd., selaku Kepala SMA Negeri 1 Majalengka yang telah memberikan izin penelitian.
5. Drs. Amunkari Russukma, M.Pd., selaku Kepala SMA Negeri 1 Kasokandel yang telah memberikan izin penelitian.
6. Drs. H. Entis Diat Tisman Wibawa, M.Pd.I., selaku Kepala SMA Negeri 1 Jatiwangi yang telah memberikan izin penelitian.
7. Dani Iskandar, S.Pd. selaku Pelatih ekstrakurikuler olahraga bola voli yang bersedia menjadi instruktur dalam penelitian.
8. Peserta Didik SMAN 1 Majalengka, SMAN 1 Kasokandel dan SMAN 1 Jatiwangi yang telah bersedia dan ikut berpartisipasi dalam penelitian.
9. Ibunda Ika Jatnikasari dan Ayahanda Rohman yang senantiasa memberikan dukungan secara materil dan moril.
10. Suami tercinta Andi Setiadi tiada kata yang bisa disampaikan yang bisa mewakili rasa terimakasih yang begitu mendalam atas segala dukungan dan dorongan yang tiada henti. Buah hatiku Raisa Andini Putri dan Azka Andita Putra kebanggaan Bunda yang telah menjadi anak solehah dan

soleh, terimakasih atas dukungannya, sudah menjadi penyemangat bunda untuk segera menyelesaikan tugas akhir ini.

11. Adik-adikku tercinta Ari Permana dan Muhammad Indriana Nur Rohman yang menjadi penyemangat bagi penulis untuk segera menyelesaikan penyusunan tesis.
12. Seluruh rekan seperjuangan Pendidikan Olahraga Sekolah Pascasarjana Angkatan 2016 yang begitu luar biasa hebat selama masa studi telah banyak berbagi ilmu, kebahagiaan, dan semangat untuk terus berjuang hinggai terselesaikannya tesis ini.

Ucapan terima kasih juga disampaikan pada semua pihak yang telah memberi bantuan dan dorongan yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. *“Jazakumullah khairan katsiran. Wa jazakumullah ahsanal jaza”* semogan senantiasa Allah SWT dapat membalas semua kebaikan, simpati dan kerjasama yang telah diberikan kepada penulis.

Bandung, Desember 2018

Rita Rohmanasari