

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

Rita Rohmanasari^a, Amung Ma'mun*, Tatang Muhtar**

Program Studi Pendidikan Olahraga, Sekolah Pascasarjana, Universitas Pendidikan Indonesia

Jalan DR. Setiabudi No 229, Bandung, Indonesia

^aritarohmanasari@student.upi.edu

Abstrak

Di abad 21 dengan ekonomi global yang sangat kompetitif dan selalu berubah, kaum muda harus memiliki banyak kecakapan hidup agar dapat bersaing dan menjalankan tuntutan dan tantangan kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, partisipasi kaum muda dalam olahraga dapat meningkatkan kecakapan hidup dan perkembangan remaja yang positif. Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki dampak kegiatan ekstrakurikuler olahraga terhadap perkembangan *life skills* siswa sekolah menengah atas. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan model *quasi-experimental design*. Jumlah sampel sebanyak 67 siswa yang terbagi dalam tiga kelompok, yaitu: kelompok ekstrakurikuler olahraga bola voli yang diberi perlakuan berupa integrasi *life skills* dalam program ekstrakurikuler (n=27, Kelompok A); kelompok ekstrakurikuler olahraga bola voli yang tidak diberi perlakuan (n=23, Kelompok B); dan kelompok yang tidak mengikuti ekstrakurikuler dan tidak diberi perlakuan (n=17, Kelompok C). Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Terdapat perbedaan perkembangan *life skills* antar siswa kelompok A, B dan C (F hitung = 48,259 lebih besar dari pada F tabel = 3,14); (2) Perkembangan *life skills* siswa kelompok A lebih tinggi dari pada siswa kelompok B (*mean rank* A = 36,98 lebih besar dari *mean rank* B = 12,02); (3) Perkembangan *life skills* siswa kelompok A dan siswa kelompok C (*mean rank* A = 30,93 lebih besar dari *mean rank* C = 9,12). Selanjutnya berdasarkan *gain score*, maka perolehan perkembangan *life skills* siswa A lebih baik dari pada B. Demikian juga jika dibandingkan dengan siswa kelompok C. Dapat disimpulkan bahwa program integrasi *life skills* ke dalam kegiatan ekstrakurikuler hasilnya cukup efektif untuk mengembangkan *life skills* siswa sekolah menengah atas.

Kata kunci: Ekstrakurikuler Olahraga, *Life Skills*, Perkembangan Positif Remaja.

IMPACT OF EXTRACURRICULAR ACTIVITIES ON LIFE SKILLS DEVELOPMENT STUDENTS OF SENIOR HIGH SCHOOL

Rita Rohmanasari^{a)}, AmungMa'mun*, Tatang Muhtar**

*Sport Education Study Program, School of Postgraduate Studies, Indonesia University of Education
Jalan DR. Setiabudi No 229, Bandung, Indonesia*

^{a)}ritarohmanasari@student.upi.edu

Abstract

In this 21st century, the global economy competitively flows and always change, young generation should have life skill to compete and undergo the challenge of daily real-life event. Therefore, the youth participation in sports is entrusted to develop life skill and positive adolescence development. The purpose of this research is to find out of the impact of sports extracurricular to the life skills of the senior high students. The method of this research was quasi-experimental design. The total samples were 67 students who were divided into 3 groups, they were: volleyball extracurricular group that was treated (n=27) to life skills integration to extracurricular program (henceforth; A); volleyball extracurricular group that was not treated (n=23, henceforth; B); and group of students that was not treated (n=17) who had not joined the extracurricular (henceforth; C). The results of the research show that : (1) There were different developments of life skills between A, B and C (F-count = 48.259 higher than F-table = 3.14); (2) The developments of life skills of A higher than B (mean rank A = 36.98 higher than mean rank B = 12.02); (3) The developments of life skills of A and C (mean rank A = 30.93 higher than mean rank C = 9.12). Furthermore, based on the gained score, the result of A was doing good in life skills better B. It was also better C. It is concluded that integration of life skills to the extracurricular is effective enough to develop senior high students' life skill.

Keywords: *Sport Extracurricular, Life Skills, Positive Youth Development.*