

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Penelitian

Memasuki abad 21 ini, tidak asing lagi apabila mendengar istilah globalisasi. Era globalisasi selalu diiringi dengan perkembangan teknologi dan informasi yang semakin canggih, sehingga menimbulkan tantangan tersendiri bagi para pelaku sejarah di jamannya. Namun, bagi bangsa Indonesia, globalisasi berperan penting bagi kelangsungan hidup bangsa Indonesia karena dapat membantu masyarakatnya dalam upaya untuk mencapai kesejahteraan hidup. Akan tetapi, globalisasi meningkatkan tantangan dan kompetisi tersendiri bagi masyarakat Indonesia yang menuntut untuk mengembangkan mutu dan kualitas sumber daya manusia agar dapat bersaing dan beriringan dengan perkembangan era globalisasi.

Kualitas sumber daya manusia merupakan aset penting bagi suatu bangsa maupun negara. Begitu pula dengan bangsa Indonesia, meningkatnya kualitas dan mutu sumber daya manusia dapat menjadi suatu harapan bagi negara Indonesia untuk maju dan berkembang serta bersaing dalam tuntutan era globalisasi. Tuntutan pasar kerja yang semakin kompleks dan kompetitif menimbulkan dampak negatif terhadap bangsa Indonesia karena tidak sesuai relevansi dan output pendidikan yang memiliki keterbatasan keterampilan.

Berdasarkan survey *Human Development Index* (2016, hlm. 203), Indonesia menduduki peringkat ke-113 dari 188 negara di Dunia, dan berada di urutan ke-5 dari 11 negara ASEAN, berada satu tingkat di atas Filipina dan satu tingkat di bawah Thailand serta dua tingkat dibawah Brunei Darussalam. Data lain menunjukkan bahwa di Indonesia tingkat tidak melanjutkan sekolah masih tinggi berdasarkan Data Badan Penelitian dan Pengembangan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (2017, hlm. 16) mengungkap terdapat 21,92% lulusan SD tidak melanjutkan ke SMP, 2,18% lulusan SMP tidak melanjutkan ke tingkat Sekolah Menengah. Penelitian Yuliwulandana (2015, hlm. 191), menyatakan bahwa “rendahnya daya tampung PT sebesar 12,6%, dan sebagian sebesar sekitar 88,4%

siswa masuk dunia kerja tanpa memiliki bekal kecakapan hidup (*life skills*).” Sehingga remaja dengan usia produktif kerja perlu memiliki banyak kecakapan hidup (*life skills*) agar dapat bersaing dan menjalani tuntutan dan tantangan kehidupan nyata sehari-harinya.

Pernyataan di atas didukung oleh pendapat Gould dan Carson, (2010, hlm. 299) yang menyatakan bahwa “hari ini, anak muda menghadapi sejumlah tantangan, dan agar berhasil sebagai orang dewasa dalam ekonomi global yang sangat kompetitif dan selalu berubah mereka harus belajar banyak keterampilan dan mengembangkan kecakapan hidup.” Mengutip pernyataan Hodge dan Danish (dalam Cronin & Allen, 2017, hlm. 105) yang menyatakan bahwa “kecakapan hidup seperti itu didefinisikan sebagai keterampilan yang dibutuhkan untuk menghadapi tuntutan dan tantangan kehidupan sehari-hari.” Kecakapan hidup juga dapat mencakup aspek fisik misalnya pola makan sehat, perilaku misalnya penetapan tujuan, atau aspek kognitif misalnya *self-talk* (Hardcastle et al., 2015, hlm. 139).

Kecakapan hidup (*life skills*) didefinisikan sebagai “keterampilan yang memungkinkan individu berhasil di lingkungan yang berbeda tempat mereka tinggal, seperti sekolah, rumah dan lingkungan mereka” (Gould & Carson, 2008, hlm. 59). Organisasi Kesehatan Dunia (*World Organization Health/WHO*) mendefinisikan bahwa kecakapan hidup sebagai “*the ability for adaptive and positive behavior that enable individuals to deal effectively with demands and challenges of everyday life*”, yang bermakna bahwa kecakapan hidup sebagai kemampuan untuk beradaptasi dan positif yang memungkinkan individu secara efektif menangani tuntutan dan tantangan kehidupan sehari-hari (Goudas, 2010, hlm. 242). Serupa dengan pernyataan UNICEF yang dikutip dari Goudas, (2010, hlm. 242) menyatakan bahwa kecakapan hidup adalah “suatu kelompok besar keterampilan psikososial dan interpersonal, yang dapat membantu orang membuat keputusan yang tepat, berkomunikasi secara efektif dan mengembangkan keterampilan manajemen dan pengelolaan diri yang dapat membantunya menjalani kehidupan yang sehat dan produktif”.

Cronin dan Allen, (2017, hlm. 105) memandang kecakapan hidup sebagai kompetensi perilaku, kognitif, interpersonal, atau intrapersonal yang dapat dipelajari, dikembangkan, dan diperbaiki. Contoh kecakapan hidup meliputi *teamwork*, *goal setting*, *interpersonal communication*, dan *leadership*. Kecakapan hidup ini dapat diterapkan pada berbagai aspek kehidupan seseorang (misalnya, pekerjaan sekolah, pekerjaan paruh waktu, pertemanan, olahraga). Selanjutnya, *World Health Organization*, (1999, hlm. 1) telah menyarankan bahwa kecakapan hidup semacam itu penting untuk mempersiapkan remaja masa depan dan memastikan perkembangan mereka yang sehat. Selanjutnya Departemen Kesehatan Mental *World Health Organization*, (1999, hlm. 1) mengidentifikasi lima bidang keterampilan hidup dasar yang relevan di seluruh budaya yaitu: pengambilan keputusan dan pemecahan masalah; berpikir kreatif dan berpikir kritis; keterampilan komunikasi dan interpersonal; kesadaran diri dan empati; mengatasi emosi dan mengatasi stress.

Penelitian Jegannathan, Dahlblom, & Kullgren, (2014, hlm. 83) mengungkapkan bahwa mengembangkan kecakapan hidup (*life skills*) di sekolah dapat meningkatkan keseluruhan kesehatan mental kaum muda. Hardcastle et al., (2015, hlm. 139) melakukan penelitian terhadap atlet berperforma tinggi mengenai program olahraga pemuda (*youth sports programs*) yang dapat mengembangkan kecakapan hidup, hasil penelitiannya menunjukkan bahwa program tersebut cukup berhasil dalam mengembangkan perilaku dan motif adaptif termasuk keterlibatan yang lebih baik dalam pelatihan dan dalam mengadopsi keterampilan manajemen dan perencanaan waktu dalam konteks di luar olahraga seperti pekerjaan rumah dan studi akademis. Sama halnya dengan hasil penelitian (Larson, 2000, hlm. 71) mengungkapkan bahwa “kaum muda mengembangkan keterampilan hidup mereka melalui kegiatan ekstrakurikuler seperti musik, drama, dan olahraga serta kegiatan ekstrakurikuler tersebut akan menjadi lebih penting di abad ke-21.” Begitupun menurut Kendellen, Camiré, Bean, Forneris, & Thompson, (2016, hlm. 4), menyatakan bahwa “banyak peneliti telah menyoroti pentingnya pendekatan yang disengaja untuk pengembangan *life skills* anak muda.”

Seow dan Pan, (2014, hlm. 361) menyatakan bahwa “kegiatan ekstrakurikuler telah menjadi komponen penting dalam kehidupan sekolah siswa dan banyak sekolah menginvestasikan sumber daya yang signifikan untuk kegiatan ekstrakurikuler.”Selanjutnya Shamsudin et al., (2014, hlm. 171) menyatakan bahwa “kerangka ekstrakurikuler (*extracurricular framework*) dapat diklasifikasikan menjadi tiga kegiatan yaitu kegiatan fisik, kegiatan pendidikan dan kegiatan sosial.” Lebih lanjut lagi Shamsudin et al., (2014, hlm. 171) mengemukakan bahwa “kegiatan fisik mencakup kegiatan tim (yaitu, bergabung dengan tim olahraga seperti tim sepak bola) atau kegiatan individual (misalnya, klub bela diri seperti taekwondo atau mengikuti maraton).”Penelitian Bailey, (2006, hlm. 397)mengungkapkan ternyata kegiatan ekstrakurikuler berupa aktivitas fisik seperti olahraga dapat meningkatkan prestasi akademik, juga dapat meningkatkan *self-confidence*, *self-esteem* dan meningkatkan perkembangan sosial dan kognitif siswa.

Ghildiyal(2015, hlm. 167) menyatakan “pada dasarnya olahraga membantu siswa belajar lebih baik, meningkatkan konsentrasi, pemecahan masalah, memori dan olahraga juga mengajarkan seseorang untuk mengembangkan hal seperti semangat tim; keterampilan memimpin; *fairplay*; jangan pernah menyerah; kesamarataan; fokus; kekuatan dan kemampuan; proses dan hasil; perencanaan; kesungguhan dan ketulusan hati; observasi dan analisis.” Sehingga dapat disimpulkan bahwasanya, melibatkan kaum muda dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga baik itu olahraga team ataupun individual dapat mengarahkan perkembangan ke arah positif. Sejalan dengan pendapat Papacharisis, Goudas, Danish, dan Theodorakis, (2005, hlm. 247)yang menyatakan“bukan hanya partisipasi dalam olahraga yang meningkatkan perkembangan positif tetapi pengalaman individu dalam olahraga yang mungkin menjadi faktor penting.” Selain itu, program olahraga pemuda memiliki dampak positif pada perkembangan kaum muda dengan membantu mereka untuk belajar tentang diri mereka sendiri dan untuk mengembangkan *life skills*” (Hardcastle et al., 2015, hlm. 139).

Olahraga telah diusulkan sebagai lingkungan yang ideal untuk pengembangan keterampilan hidup, karena olahraga salah satu kegiatan rekreasi yang paling populer untuk anak muda. Dikutip dari Cronin & Allen, (2017, hlm. 106) yang menyatakan “beberapa penelitian menunjukkan bahwa melalui olahraga, kaum muda berkembang seperti kerja tim, penetapan tujuan, manajemen waktu, keterampilan emosional, komunikasi, keterampilan sosial, kepemimpinan, pemecahan masalah dan pengambilan keputusan”. Minimnya penelitian tentang dampak ekstrakurikuler olahraga terhadap keterampilan hidup siswa di Indonesia menjadikan peneliti tertarik untuk menelaah lebih dalam terkait *life skills* siswa sekolah khususnya sekolah menengah atas. Karena berdasarkan data yang dipaparkan di atas menunjukkan bahwa sebagian besar siswa lulusan SMA masuk ke dunia kerja tanpa memiliki bekal kecakapan hidup. Dengan demikian, peneliti akan melakukan penelitian dengan tema *life skills* dalam ruang lingkup pendidikan olahraga tentang dampak kegiatan ekstrakurikuler olahraga terhadap perkembangan kecakapan hidup (*life skills*) siswa sekolah menengah atas.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan sebelumnya maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Bagaimana dampak kegiatan ekstrakurikuler olahraga terhadap perkembangan *life skills* siswa sekolah menengah atas?”

Agar penelitian lebih terarah, maka rumusan masalah tersebut dijabarkan menjadi beberapa pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Apakah terdapat perbedaan perkembangan *life skills* antara kelompok siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga bola voli yang diberimuatan *life skills*, kelompok siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola voli tanpa diberi muatan *life skills* dan kelompok siswa yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler?
2. Apakah *life skills* kelompok siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola voli yang diberi muatan *life skills* lebih tinggi dari kelompok

siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola voli tanpa diberi muatan *life skills*?

3. Apakah *life skills* kelompok siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola voli yang diberi muatan *life skills* lebih tinggi dari kelompok siswa yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler?

### C. Tujuan Penelitian

Selaras dengan rumusan masalah tersebut di atas, maka penelitian ini bertujuan:

1. Untuk mengetahui perbedaan perkembangan *life skills* antara kelompok siswa sekolah menengah atas yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola voli yang diberi muatan *life skills* yang tidak diberi muatan *life skills*, kelompok siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola voli tanpa diberi muatan *life skills* dan kelompok siswa yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler.
2. Untuk mengetahui perbedaan perkembangan *life skills* kelompok siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola voli yang diberi muatan *life skills* dengan kelompok siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola voli tanpa diberi muatan *life skills*.
3. Untuk mengetahui perbedaan perkembangan *life skills* kelompok siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola voli yang diberi muatan *life skills* dengan kelompok siswa yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler.

### D. Manfaat Penelitian

Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memberikan manfaat bagi beberapa pihak sebagai berikut:

#### 1) Manfaat Teoritis

Melalui penelitian ini dapat diperoleh manfaat teoritis berupa informasi perkembangan kecakapan hidup (*life skills*) siswa dalam bidang pendidikan

khususnya Pendidikan Jasmani maupun dalam pelatihan cabang olahraga di tingkat sekolah menengah atas.

## 2) Manfaat Praktis

Adapun beberapa manfaat dari penelitian ditinjau dari segi praktik sebagai berikut:

- a) Bagi guru olahraga, melalui penelitian ini dapat diperoleh pengalaman mengajarkan program pengembangan *life skills* dalam ekstrakurikuler olahraga dan memperoleh gambaran profil *life skills* siswa.
- b) Bagi peneliti, melalui penelitian ini dapat diperoleh informasi mengenai dampak program latihan *life skills* pada kegiatan ekstrakurikuler olahraga terhadap perkembangan *life skills* siswa sekolah menengah atas.
- c) Bagi Lembaga, melalui penelitian ini dapat diperoleh informasi mengenai strategi integrasi pendekatan *life skills* dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga.
- d) Bagi peneliti lain, hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu rujukan untuk pengembangan penelitian sejenis dalam upaya mengembangkan *life skills* siswa sekolah menengah atas untuk menghadapi tantangan abad 21.

## E. Struktur Organisasi Tesis

Pada penulisan tesis ini peneliti mengacu pada sistematika penulisan pedoman karya ilmiah UPI tahun 2016 sebagai berikut:

### 1) Bab I Pendahuluan

Pada bagian Pendahuluan memuat tentang latar belakang masalah penelitian, rumusan masalah dan pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi penulisan tesis.

### 2) Bab II Kajian Pustaka

Bagian ini memuat mengenai konsep-konsep, teori-teori penelitian yang relevan dengan bidang yang diteliti berupa kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan keterampilan hidup (*life skills*), kerangka berpikir dan hipotesis penelitian.

Rita Rohmanasari, 2018

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

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

### **3) Bab III Metode Penelitian**

Bagian ini memuat mengenai metode penelitian, desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, definisi operasional, instrumen penelitian dan alat pengumpulan data yang digunakan, pengujian validitas dan reliabilitas instrumen penelitian, prosedur penelitian dan teknik analisis data.

### **4) Bab IV Temuan dan Pembahasan**

Bagian hasil penelitian dan pembahasan memuat mengenai temuan-temuan penelitian yang diperoleh dari perlakuan eksperimen kegiatan ekstrakurikuler olahraga terhadap perkembangan *life skills* siswa tingkat sekolah menengah atas.

### **5) Bab V Simpulan, Implikasi dan Rekomendasi**

Bagian ini memuat tentang simpulan, implikasi dari penelitian yang telah dilakukan dan rekomendasi untuk penelitian selanjutnya. Selain itu bagian ini menyajikan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis temuan penelitian sekaligus mengajukan hal-hal penting yang dapat dimanfaatkan dari hasil penelitian.

## Daftar Pustaka:

- Badan Penelitian dan Pengembangan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2017). *Ikhtisar Data Pendidikan Tahun 2016/2017*. Jakarta. Retrieved from [http://publikasi.data.kemdikbud.go.id/uploadDir/isi\\_FC1DCA36-A9D8-4688-8E5F-0FB5ED1DE869\\_.pdf](http://publikasi.data.kemdikbud.go.id/uploadDir/isi_FC1DCA36-A9D8-4688-8E5F-0FB5ED1DE869_.pdf)
- Bailey, R. (2006). General Article Physical Education and Sport in Schools : A Review of Benefits and Outcomes. *Journal of School Health*, 76(8), 397–401. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2006.00132.x>
- Cronin, L. D., & Allen, J. (2017). Development and initial validation of the Life Skills Scale for Sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 28, 105–119. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.11.001>
- Ghildiyal, R. (2015). Role of Sports in the Development of an Individual and Role of Psychology in Sports. *Mens Sana Monographs*, 13(1), 165. <https://doi.org/10.4103/0973-1229.153335>
- Goudas, M. (2010). Prologue: A review of life skills teaching in sport and physical education. *Hellenic Journal of Psychology*, 7, 241–258. Retrieved from <http://www.pseve.org/journal/UPLOAD/Goudas7c.pdf%5Cnhttp://www.pseve.org/journal/upload/goudas7c.pdf>
- Gould, D., & Carson, S. (2008). Life skills development through sport: current status and future directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1(1), 58–78. <https://doi.org/10.1080/17509840701834573>
- Gould, D., & Carson, S. (2010). The relationship between perceived coaching behaviors and developmental benefits of high school sports participation. *Hellenic Journal of Psychology*, 7(3), 298–314. Retrieved from [https://pseve.org/wp-content/uploads/2018/03/Volume07\\_Issue3\\_Gould.pdf](https://pseve.org/wp-content/uploads/2018/03/Volume07_Issue3_Gould.pdf)
- Hardcastle, S. J., Tye, M., Glassey, R., & Hagger, M. S. (2015). Exploring the perceived effectiveness of a life skills development program for high-performance athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 16(P3), 139–149. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.10.005>
- Human Development Index. (2016). *Human Development Report 2016 Human Development for Everyone*. New York: United Nations Development Programme. Retrieved from <http://hdr.undp.org/en/2016-report/download>
- Jegannathan, B., Dahlblom, K., & Kullgren, G. (2014). Outcome of a school-based intervention to promote life-skills among young people in Cambodia. *Asian Journal of Psychiatry*, 9, 78–84. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2014.01.011>
- Kendellen, K., Camiré, M., Bean, C. N., Forneris, T., & Thompson, J. (2016). Integrating life skills into Golf Canada's youth programs: Insights into a successful research to practice partnership. *Journal of Sport Psychology in Action*, 1–13. <https://doi.org/10.1080/21520704.2016.1205699>
- Larson, R. W. (2000). Toward a psychology of positive youth development. *American Psychologist*, 55(I), 170–183. <https://doi.org/10.1037//0003-066X>
- Papacharisis, V., Goudas, M., Danish, S. J., & Theodorakis, Y. (2005). The effectiveness of teaching a life skills program in a sport context. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17(3), 247–254. <https://doi.org/10.1080/10413200591010139>
- Seow, P.-S., & Pan, G. (2014). A Literature Review of the Impact of Extracurricular Activities Participation on Students' Academic Performance. *Journal of Education for Business*, 89(7), 361–366. <https://doi.org/10.1080/08832323.2014.912195>
- Shamsudin, S., Ismail, S. F., Al-Mamun, A., & Nordin, S. K. B. S. (2014). Examining the effect of extracurricular activities on academic achievements among the public university students in Malaysia. *Asian Social Science*, 10(9), 171–177.

<https://doi.org/10.5539/ass.v10n9p171>

World Health Organization. (1999). Partners in life skills education: conclusions from a United Nations Inter-Agency Meeting. Retrieved January 20, 2018, from [http://www.who.int/mental\\_health/media/en/30.pdf](http://www.who.int/mental_health/media/en/30.pdf)

Yuliwulandana, N. (2015). Pengembangan Muatan Kecapakan Hidup (Life Skills) pada Pembelajaran di Sekolah. *Tarbawiyah Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 12(2), 191–206. Retrieved from <http://e-journal.metrouniv.ac.id/index.php/tarbawiyah/article/view/476>