

ABSTRAK

PENGARUH KEGIATAN EKSTRAKURIKULER TERHADAP PERKEMBANGAN *LIFE SKILLS* PESERTA DIDIK SMA YP UNILA

(Febi Putri Nuri, Berchah Pitoewas, Hermi Yanzi)

Tujuan penelitian ini untuk menjelaskan bagaimanakah pengaruh antara kegiatan ekstrakurikuler terhadap perkembangan *life skills* peserta didik di SMA YP Unila Bandar Lampung.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini metode deskriptif kuantitatif dengan sampel 40 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan angket dan uji reliabilitas menggunakan rumus *Product Moment* dan *Spearman Brown*, kemudian data dianalisis menggunakan rumus Chi Kuadrat.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa adanya pengaruh sangat kuat dan signifikan antara kegiatan ekstrakurikuler terhadap perkembangan *life skills* peserta didik. Artinya, semakin baik pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler maka *life skills* peserta didik akan semakin baik pula. Selain itu, kompetensi guru pendamping, motivasi dari orang tua dan motivasi dari dalam diri peserta didik juga berpengaruh terhadap perkembangan *life skills* peserta didik.

Kata kunci: kegiatan ekstrakurikuler, kecakapan hidup, peserta didik

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF EXTRACURRICULAR ACTIVITIES TO THE DEVELOPMENT OF LIFE SKILLS OF STUDENTS IN SMA YP UNILA

(Febi Putri Nuri, Berchah Pitoewas, Hermi Yanzi)

The purpose of this research was explain how the influence between extracurricular activities to the development of life skills students in SMA YP Unila Bandar Lampung.

The method used in this research was descriptive quantitative method with sample of 40 respondents. The technique of collecting data using questionnaires and reliability test using the formula Product Moment and Spearman Brown, then the data were analyzed using Chi Square formula.

Based on the survey results revealed that the influence was very strong and significant between extracurricular activities to the development of life skills of students. It means that, the better implementation of extracurricular activities, the life skills of students would be better too. In addition, the accompanying teacher competence, motivation from parents and motivation from students self also had influenced to the development of life skills of students.

Keywords: extracurricular activities, life skills, students

PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan hal yang sangat penting dan dibutuhkan dalam kehidupan manusia. Karena melalui pendidikan, manusia akan mengalami perkembangan, perubahan, dan peningkatan dalam segi pengetahuan, kepribadian, keterampilan bahkan *skills* (kecakapan) yang dimiliki. Untuk itu, peserta didik sebagai generasi penerus bangsa harus berusaha menggali segala potensi yang ada didalam dirinya sehingga kelak tidak hanya memiliki kecerdasan akademik, tetapi juga mampu menguasai berbagai macam keterampilan serta berakhlak mulia sebagai makhluk Tuhan Yang Maha Esa.

Sekolah sebagai lembaga pendidikan formal membutuhkan dukungan dari pihak keluarga, lingkungan atau lembaga-lembaga pendidikan lainnya dalam membentuk generasi penerus bangsa yang berkualitas. Untuk itu, pendidikan memiliki beberapa jalur dan jenjang. Jalur pendidikan terdiri dari pendidikan informal, formal, dan nonformal. Pendidikan formal yang dapat ditempuh melalui pendidikan di sekolah sudah seharusnya tidak hanya terfokus dalam memberikan pendidikan akademik saja, tetapi juga turut membina kepribadian, mengembangkan kemandirian dan keterampilan serta kreatifitas peserta didik dalam bidang nonakademik.

Salah satu upaya sekolah untuk memperhatikan berbagai potensi yang ada pada diri peserta didik agar dapat dikembangkan dengan maksimal adalah melalui kegiatan

ekstrakurikuler yang diharapkan sebagai wadah bagi peserta didik untuk mengembangkan minat dan bakatnya menjadi suatu keterampilan yang mendukung kualitas kemampuan dirinya sebagai generasi muda yang baik sehingga kelak memiliki prestasi akademik yang tinggi dan didukung oleh potensi nonakademik yang salah satunya berupa *life skills* (kecakapan hidup) yang terlatih dengan baik. Seperti yang tersebut dalam tujuan pelaksanaan ekstrakurikuler di sekolah menurut Direktorat Pendidikan Menengah Kejuruan dalam B. Suryosubroto (2009: 287) sebagai berikut:

1. Kegiatan ekstrakurikuler harus meningkatkan kemampuan siswa beraspek kognitif, afektif dan psikomotor.
2. Mengembangkan bakat dan minat siswa dalam upaya pembinaan pribadi menuju pembinaan manusia seutuhnya yang positif.
3. Dapat mengetahui, mengenal serta membedakan antara hubungan satu pelajaran dengan pelajaran lainnya.

Melalui kegiatan ekstrakurikuler diharapkan sekolah mampu memberikan bekal yang akan peserta didik dapat bagi kehidupannya selanjutnya setelah mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, memperhatikan perubahan yang timbul pada diri peserta didik setelah mengikuti kegiatan ekstrakurikuler serta memperhatikan apakah kegiatan tersebut membuat *life skills* yang peserta didik miliki dapat berkembang dengan baik atau malah sebaliknya.

Hasil pengumpulan data dan wawancara penelitian pendahuluan di SMA YP Unila Bandar Lampung oleh peneliti menunjukkan bahwa terdapat beberapa gejala yang diduga *life skills* peserta didik yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler belum berkembang maksimal. Beberapa gejala atau permasalahan yang nampak tersebut yaitu *social skill* peserta didik untuk mampu bekerja sama dengan berbagai macam karakter individu belum berkembang maksimal. Beberapa peserta didik masih memilih-milih dengan siapa peserta didik bekerja sama dan belum sepenuhnya mampu untuk merespon orang lain dengan baik ketika berkomunikasi maupun berdiskusi, sehingga hal tersebut dapat memicu adanya konflik. Dengan kata lain, kepercayaan diri peserta didik yang tergolong kedalam *personal skill* belum berkembang maksimal. Hal tersebut yang menyebabkan beberapa peserta didik belum sepenuhnya mampu berbaur dengan berbagai macam karakter individu untuk dapat menyesuaikan diri dengan situasi dan kondisi yang ada. Gejala lainnya yaitu kemampuan peserta didik untuk berpikir rasional, termasuk didalamnya *academic skill* (kemampuan berpikir ilmiah) untuk mengolah informasi, data-data, bahkan permasalahan yang ada belum maksimal. Beberapa peserta didik seringkali belum mampu mengambil keputusan dan menyelesaikan permasalahan yang ada secara mandiri, peserta didik masih mengandalkan arahan dan perintah dari pembina ekstrakurikuler, pelatih atau sesama temannya. *Vocational skill* yang dapat dikaitkan dengan keterampilan peserta didik juga belum berkembang

maksimal, meskipun pada dasarnya hal tersebut disebabkan oleh motivasi dan kemampuan peserta didik yang berbeda-beda.

Estrakurikuler di SMA YP Unila Bandar Lampung secara keseluruhan berjumlah 12 ekstrakurikuler dengan jenis yang cukup beragam, seperti olahraga, seni, *science club*, *english club*, *social club*, rohis, paskibra, karya ilmiah remaja, dan palang merah remaja dengan total jumlah peserta didik yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tersebut yaitu 566 peserta didik dari total jumlah seluruh peserta didik yang ada di SMA YP Unila Bandar Lampung yaitu 1228 peserta didik.

Banyak faktor yang dapat mempengaruhi belum terbentuk dan berkembangnya *life skills* peserta didik secara maksimal. Namun, ada beberapa faktor yang diduga mempengaruhi bagaimana perkembangan *life skills* peserta didik diantaranya yaitu kompetensi pembina dan pelatih ekstrakurikuler, dorongan orang tua dan motivasi diri peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler. Rendahnya motivasi diri peserta didik untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler ditunjukkan dengan masih ada beberapa peserta didik yang namanya tercantum dalam daftar ekstrakurikuler tetapi peserta didik tersebut jarang sekali berpartisipasi aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler. Hal tersebut menunjukkan bahwa peserta didik belum memiliki kesadaran bahwa memanfaatkan kegiatan ekstrakurikuler secara aktif adalah sangat penting, terutama dalam rangka mengembangkan kecakapan hidupnya. Karena apabila peserta didik tersebut tidak berpartisipasi

aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler, maka kemungkinan peserta didik tersebut belum dapat merasakan manfaat dan perkembangan yang terjadi pada dirinya terutama *life skills* yang dimiliki oleh peserta didik melalui kegiatan ekstrakurikuler secara maksimal.

Dorongan orang tua juga sangat dibutuhkan dalam proses perkembangan *life skills* peserta didik. Abu Ahmadi & Nur Uhbiyati (2007: 177) menyatakan bahwa anak lahir dalam pemeliharaan orang tua dan dibesarkan di dalam keluarga. Orang tua tanpa ada yang memerintah langsung memikul tugas sebagai pendidik, baik bersifat sebagai pemelihara, sebagai pengasuh, sebagai pembimbing, sebagai pembina maupun sebagai guru dan pemimpin terhadap terhadap anak-anaknya.

Sesuai dengan pendapat di atas, sudah seharusnya pihak keluarga khususnya orang tua turut memperhatikan, membantu, dan membimbing anaknya dalam proses pembentukan dan perkembangan *life skills* yang dimilikinya karena hal tersebut akan sangat berguna bagi kehidupannya masa datang.

Life skills (kecakapan hidup) yang dimaksud merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang agar dapat hidup secara mandiri sehingga mampu menyelesaikan tantangan didalam kehidupannya. Departemen Pendidikan Nasional dalam Anwar (2012: 28) membagi *life skills* menjadi empat jenis:

1. Kecakapan personal (*personal skills*) yang mencakup kecakapan

mengenal diri (*self awareness*) dan kecakapan berpikir rasional (*rational skills*).

2. Kecakapan sosial (*social skills*).
3. Kecakapan akademik (*academic skills*).
4. Kecakapan vokasional (*vocational skills*).

Life Skills sangatlah penting bagi peserta didik. Perkembangan zaman menuntut peserta didik sebagai generasi penerus bangsa untuk dapat hidup secara mandiri dan tidak hanya memiliki nilai akademik yang tinggi, tetapi juga memperhatikan kemampuan apa yang peserta didik miliki, apakah peserta didik menguasai beberapa bahasa asing, apakah peserta didik mampu merancang beberapa alat teknologi sederhana, atau apakah peserta didik menguasai bidang seni seperti musik dan tari, dan bagaimana kemampuan individu dan sosialnya, apakah peserta didik sudah siap untuk bekerja sama dengan berbagai macam karakter individu, apakah peserta didik sudah mampu memahami kelebihan dan kekurangannya dan apakah peserta didik sudah mampu menyelesaikan masalahnya secara mandiri. Hal tersebut mengingat tidak semua peserta didik beruntung dapat meneruskan pendidikannya ke jenjang yang lebih tinggi, beberapa diantaranya setelah lulus SMA langsung memasuki dunia kerja. Disini lah peran sekolah yang salah satunya melalui kegiatan ekstrakurikuler untuk dapat mempersiapkan peserta didik agar memiliki kemandirian, keterampilan, dan *life skills* yang baik sebagai pertimbangan untuk mampu bersaing

di dunia kerja serta mampu menghadapi segala tantangan dan permasalahan dalam kehidupannya.

Mengingat pentingnya *life skills* seperti yang sudah dijelaskan diatas, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian yang berjudul Pengaruh Kegiatan Ekstrakurikuler Terhadap Perkembangan *Life Skills* Peserta Didik di SMA YP UNILA Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016.

TINJAUAN PUSTAKA

Penelitian ini menganut pada beberapa teori belajar yang berkesinambungan dengan judul maupun permasalahan pada penelitian, teori tersebut adalah *Teory connectionism* (teori pengaitan) dan teori behaviorisme. Thorndike mengemukakan suatu teori belajar yang dikenal dengan teori “pengaitan” (*connectionism*). Menurut Thorndike, belajar merupakan peristiwa terbentuknya asosiasi-asosiasi antara peristiwa-peristiwa yang disebut stimulus (S) dengan respon (R). Stimulus adalah suatu perubahan dari lingkungan eksternal yang menjadi tanda untuk mengaktifkan organisme untuk beraksi atau berbuat, sedangkan respon adalah tingkah laku yang muncul dikarenakan adanya stimulus. Atas dasar percobaannya, Thorndike menemukan hukum-hukum belajar yang meliputi *law of readiness*, *law of exercise* dan *law of effect*. Sedangkan teori behaviorisme sangat menekankan perilaku atau tingkah laku yang dapat diamati atau diukur.

Teori selanjutnya yang mendukung penelitian ini adalah teori

behaviorisme. Teori ini disebut teori behaviorisme karena sangat menekankan perilaku atau tingkah laku yang dapat diamati atau diukur. Menurut teori ini tingkah laku manusia tidak lain dari suatu hubungan antara perangsang-jawaban atau stimulus-respon sebanyak-banyaknya (Sagala, 2010: 42). Metode behaviorisme ini sangat cocok untuk perolehan kemampuan yang membutuhkan praktek dan pembiasaan yang mengandung unsur-unsur seperti kecepatan, spontanitas, kelenturan, reflek, daya tahan dan sebagainya, contohnya percakapan bahasa asing, mengetik, menari, menggunakan komputer, berenang, olahraga dan sebagainya. Teori ini juga cocok diterapkan untuk melatih anak-anak yang masih membutuhkan dominansi peran orang dewasa, suka mengulangi dan harus dibiasakan, suka meniru dan senang dengan bentuk-bentuk penghargaan langsung.

Kegiatan Ekstrakurikuler

B. Suryosubroto (2009: 270) menjelaskan bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran dan pelayanan konseling untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat mereka melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berwenang di sekolah. Sedangkan menurut pengertian ekstrakurikuler menurut Zainal Aqib & Sujak (2011: 81) yaitu suatu kegiatan yang diselenggarakan diluar jam pelajaran biasa dalam suatu susunan program pengajaran, disamping untuk lebih mengaitkan

antara pengetahuan yang diperoleh dalam program kurikulum dengan keadaan dan kebutuhan lingkungan, juga untuk pengayaan wawasan dan sebagai upaya pemantapan kepribadian.

Berdasarkan pendapat ahli tersebut, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilaksanakan diluar jam pelajaran baik di dalam sekolah maupun di luar sekolah untuk membantu pengembangan keterampilan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minatnya sebagai kegiatan tambahan.

Kecakapan Hidup (*Life Skills*)

Menurut Anwar (2012: 21) *life skills* merupakan “kemampuan komunikasi secara efektif, kemampuan mengembangkan kerja sama, melaksanakan peranan sebagai warga negara yang bertanggung jawab, memiliki kesiapan serta kecakapan untuk bekerja, dan memiliki karakter dan etika untuk terjun ke dunia kerja”. Satori dalam Anwar (2012: 20) menjelaskan bahwa istilah kecakapan hidup, tidak semata-mata memiliki kemampuan tertentu saja (*vocational job*), namun ia harus memiliki kemampuan dasar pendukungnya serta fungsional seperti membaca, menulis, menghitung, merumuskan, dan memecahkan masalah, mengelola sumber daya, bekerja dalam tim, terus belajar di tempat kerja, mempergunakan teknologi.

Maka dapat ditarik kesimpulan dari beberapa pendapat para ahli tersebut diatas bahwa *life skills* adalah kemampuan yang dimiliki seseorang agar dapat hidup secara mandiri, memiliki karakter dan etika sehingga

mampu menyelesaikan tantangan didalam kehidupannya serta mampu untuk terjun ke dunia kerja. *Life skills* mengacu pada berbagai ragam kemampuan yang diperlukan seseorang untuk menempuh kehidupan dengan sukses, bahagia dan secara bermartabat di masyarakat. Kecakapan yang dimaksud tak hanya kecakapan yang bersifat pengetahuan akademik saja melainkan kemampuan yang mencakup segala bidang dalam kehidupan. Sesuai dengan yang telah dinyatakan oleh Direktorat Pendidikan Menengah Umum dalam Anwar (2012: 21) bahwa program pembelajaran baik dalam jalur pendidikan formal maupun non formal wajib memberikan keterampilan pilihan *life skills* oleh narasumber teknis, sehingga dengan memiliki keterampilan tersebut diharapkan peserta didik dapat memiliki bekal untuk dapat bekerja dan berusaha yang dapat mendukung pencapaian taraf hidup yang lebih baik.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini metode deskriptif kuantitatif. Sampel adalah sebagian atau populasi yang akan diteliti. Suharsimi Arikunto (2010: 174) menjelaskan bahwa “Untuk sekedar acuan-ancuan, maka apabila subjek kurang dari 100 (seratus) diambil semua, sehingga penelitian merupakan populasi. Selanjutnya, jika jumlah subjek besar, dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih, tergantung setidaknya-tidaknya dari:

- a. Kemampuan peneliti dari segi waktu tenaga dan dana.

- b. Sempit luasnya wilayah pengamatan dari setiap subjek karena hal ini menyangkut banyak sedikitnya dana.
- c. Besar kecil resiko yang ditanggung oleh si peneliti. Untuk penelitian yang risikonya besar tentu saja sampelnya besar, hasilnya akan lebih baik.

Penarikan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *proportional random sampling* yaitu teknik pengambilan proporsi untuk memperoleh sampel yang representatif, pengambilan subyek dari setiap strata atau wilayah ditentukan seimbang atau sebanding dalam masing-masing wilayah. Dengan demikian maka peneliti memberi hak yang sama kepada setiap subjek untuk dapat memperoleh kesempatan dipilih menjadi sampel. Sampel yang diambil adalah 10% dari jumlah populasi Teknik pokok pengumpulan data menggunakan angket dan diuji reliabilitasnya menggunakan rumus *Product Moment* dan *Spearman Brown*, kemudian setelah itu data dianalisis menggunakan rumus Chi Kuadrat. Angket berisi tentang daftar pertanyaan yang berkaitan dengan variabel *x* yaitu kegiatan ekstrakurikuler dan variabel *y* yaitu perkembangan *life skills* peserta didik. Teknik pengumpulan data ini didukung dengan teknik dokumentasi dan wawancara.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

HASIL

Hasil analisis data mengenai pengaruh kegiatan ekstrakurikuler diketahui bahwa terdapat 7 responden (17,5%) masuk kedalam kategori kurang berpengaruh dimana responden beranggapan kegiatan ekstrakurikuler kurang berpengaruh pada perkembangan *life skills* yang dimiliki, 16 responden (40%) beranggapan bahwa kegiatan ekstrakurikuler cukup berpengaruh pada perkembangan *life skills* yang dimiliki, dan 17 responden (42,5%) beranggapan bahwa kegiatan ekstrakurikuler sangat berpengaruh pada perkembangan *life skills* yang dimiliki. Sedangkan perkembangan *life skills* peserta didik di SMA YP Unila Bandar Lampung diketahui bahwa terdapat 7 responden (17,5%) masuk kedalam kategori rendah dimana responden beranggapan perkembangan *life skills* yang dimiliki masih tergolong rendah, 18 responden (40%) beranggapan bahwa perkembangan *life skills* yang dimiliki tergolong sedang atau cukup berkembang dengan baik, dan 15 responden (37,5%) beranggapan perkembangan *life skills* yang dimiliki tergolong tinggi atau sangat berkembang dengan sangat baik.

Hasil pengujian tingkat keeratan pengaruh diperoleh *KAT* dengan nilai 0,88. Dengan hasil 0,88 berada pada kategori sangat kuat, hal ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan pada pengaruh kegiatan ekstrakurikuler terhadap perkembangan *life skills* peserta didik di SMA YP Unila Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2015/2016.

PEMBAHASAN

1. Pengaruh Kegiatan Ekstrakurikuler

Sebagai salah satu wadah yang dapat membantu mengembangkan potensi, minat dan bakat serta life skills peserta didik, sudah seharusnya kegiatan ekstrakurikuler dikemas secara edukatif, menarik dan menyenangkan guna memicu minat peserta didik untuk dapat dikembangkan menjadi sebuah skills yang sangat baik sehingga kelak peserta didik dapat memiliki prestasi dalam bidang akademik dan ditunjang dengan prestasi dalam bidang non akademik.

Kegiatan ekstrakurikuler dalam penelitian ini memiliki lima indikator yang pertama adalah indikator interaksi aktif, interaksi aktif yang dimaksud adalah bahwa kegiatan ekstrakurikuler memicu terbentuknya interaksi aktif antara peserta didik dengan peserta didik dan antara peserta didik dengan pelatih atau pembina ekstrakurikuler sehingga peserta didik menjadi percaya diri (*personal skill*) untuk berkomunikasi dan bekerja sama (*social skill*) dengan baik. Indikator yang kedua yaitu indikator membentuk dan melatih kerja sama dimana dalam kegiatan ekstrakurikuler membutuhkan kerja sama (*social skill*) yang baik pada saat berdiskusi maupun berlatih, sehingga pada saat perlombaan yang khususnya membutuhkan kerja sama tim peserta didik sudah terbiasa, terlatih dan mampu bekerja sama dengan baik antar sesama temannya. Indikator ketiga adalah indikator mengembangkan kreativitas dan indikator keempat adalah melatih keterampilan, yang dimaksud dengan

mengembangkan kreativitas dan melatih keterampilan adalah bahwa ekstrakurikuler merupakan wadah bagi berkembangnya minat dan bakat peserta didik sehingga kelak memiliki keterampilan dan kreativitas yang terlatih dengan baik.

Indikator kelima yaitu indikator melatih sikap kejujuran. Sikap kejujuran yang dimaksud dalam indikator ini adalah sikap yang dimiliki oleh peserta didik untuk mampu memahami dan menghormati pendapat orang lain dengan jujur menerima dengan lapang dada kritik yang orang lain berikan, memimpin suatu diskusi dengan segala kejujuran, serta menyampaikan informasi dengan porsi yang tepat tidak dikurang-kurangkan dan tidak dilebih-lebihkan, sehingga proses diskusi dalam kegiatan ekstrakurikuler akan berjalan lancar dan terhindar dari konflik.

Kegiatan ekstrakurikuler apabila dilaksanakan secara baik akan berpengaruh besar bagi perkembangan *life skills* peserta didik. Upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kegiatan ekstrakurikuler menjadi lebih baik adalah hendaknya diusahakan suasana yang kondusif pada saat kegiatan ekstrakurikuler, tidak terlalu membebani peserta didik dan tidak merugikan aktivitas kurikuler sekolah. Peran-peran kunci dari setiap personil disekolah seperti kepala sekolah, wakil kepala sekolah, guru-guru, pendamping seperti pembina dan pelatih, guru atau petugas BP, hendaknya harus dioptimalkan dalam meningkatkan pengembangan program kegiatan ekstrakurikuler. Guru pendamping yang memiliki sertifikat keahlian

juga sangat diperlukan untuk membuktikan bahwa guru pendamping tersebut telah memiliki pengalaman sesuai dengan bidang ekstrakurikuler yang dilatih. Evaluasi program kegiatan ekstrakurikuler perlu dilakukan guna mengumpulkan data atau informasi mengenai tingkat keberhasilan yang dicapai peserta didik. Selain pihak sekolah, upaya yang dapat dilakukan oleh orang tua adalah turut memotivasi peserta didik secara positif untuk dapat menekuni dengan sungguh-sungguh kegiatan ekstrakurikuler yang dipilih sesuai dengan minatnya agar kelak memiliki keterampilan dan *life skills* yang terlatih dengan baik, untuk itu upaya terpenting yang dapat dilakukan oleh peserta didik adalah menekuni dengan sungguh-sungguh kegiatan ekstrakurikuler yang dipilih sesuai dengan minat, bakat dan potensi yang dimiliki.

2. Perkembangan *Life Skills* (Kecakapan Hidup) Peserta Didik

Life skills tidak hanya dapat dilihat mengenai kejuruan atau pekerjaan saja, karena didalam *life skills* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah bahwa didalam *life skills* terdapat empat indikator yaitu personal skill yang dapat dikaitkan dengan kepercayaan diri, kemampuan mengenali kelemahan dan kelebihan diri sendiri, memahami orang lain, empati, konsep diri, kepekaan nurani, nilai nilai, tujuan hidup, *stress management* (manajemen stress), dan *spiritual management* (manajemen spiritual) yang sangat dibutuhkan oleh peserta didik, selain itu social skill termasuk didalamnya kemampuan berkomunikasi termasuk didalamnya kemampuan mendengar, kemampuan bicara, komunikasi non

verbal, menulis, dan kemampuan bekerja sama yang juga sangat dibutuhkan oleh peserta didik. Kemudian academic skill dan vocational skill yang juga harus dimiliki oleh peserta didik yaitu kemampuan mengenai bidang akademik yang baik dan kemampuan vokasional yang dapat dikaitkan kedalam kemampuan untuk menciptakan peluang yang menguntungkan melalui keterampilan yang dimiliki.

Terdapat beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan hal tersebut, salah satunya melalui diri peserta didik sendiri yang seharusnya bersungguh-sungguh untuk dapat meningkatkan *life skills* yang dimiliki dengan cara secara aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, menggali pengetahuan yang dimiliki dan terus mengasah keterampilan yang dimiliki. Selain itu, pihak orang tua harus selalu memotivasi peserta didik, mendukung secara positif dan memberikan pengertian bahwa *life skills* akan sangat dibutuhkan bagi peserta didik untuk menghadapi tantangan dalam kehidupan secara mandiri. Pihak sekolah yang sangat berperan terhadap kegiatan peserta didik di sekolah seharusnya dapat lebih mengupayakan agar *life skills* peserta didik dapat berkembang dengan meningkatkan sarana dan prasarana, bentuk-bentuk kegiatan pembelajaran yang lebih edukatif, menarik dan mengasah kemandirian dan skills yang dimiliki oleh peserta didik yang salah satunya dapat dikembangkan melalui kegiatan ekstrakurikuler.

3. Pengaruh Kegiatan Ekstrakurikuler Terhadap Perkembangan *Life Skills*

Peserta Didik Di SMA YP Unila Bandar Lampung

Secara umum, melalui kegiatan ekstrakurikuler peserta didik terlatih untuk menjadi pribadi yang lebih percaya diri yang termasuk kedalam *personal skill*, seperti mampu memimpin diskusi, berani mengeluarkan pendapat, mampu berkreasi didepan orang lain, mampu memahami kekurangan dan kelebihan yang dimiliki serta mampu berpikir rasional.

Kegiatan ekstrakurikuler dan *social skill* peserta didik sudah jelas sangat berkaitan. Melalui kegiatan-kegiatan dalam ekstrakurikuler seperti berdiskusi, dimana peserta didik terasah kemampuannya untuk mengeluarkan pendapat, menghargai pendapat orang lain dan mampu mencari solusi dari sebuah permasalahan dalam proses diskusi. Selain itu, kegiatan ekstrakurikuler yang membutuhkan kerja sama tim seperti dalam kegiatan fisik seperti olahraga, kesenian dan lainnya sudah jelas berpengaruh pada perkembangan *social skill* yang dimiliki oleh peserta didik yang apabila terlatih dengan baik akan membentuk kemampuan bekerja sama yang baik pula. Kegiatan ekstrakurikuler juga sudah sangat jelas berkaitan pada perkembangan *academic skill* peserta didik, setelah terbiasa bertemu dengan berbagai macam karakter individu, mampu menghargai pendapat orang lain, terbiasa bekerja sama untuk mencari solusi dapat membentuk kreativitas peserta didik dan berpengaruh pada pendidikan akademik peserta didik yang lebih bersifat ilmiah dan mandiri untuk menyelesaikan permasalahan, mengidentifikasi

variabel-variabel, kreatif membentuk atau mengembangkan suatu konsep yang bersifat seperti sebuah karya-karya ilmiah.

Setelah peserta didik memiliki *skills* yang baik dalam bidang non akademik sesuai dengan minat dan bakatnya, peserta didik telah memiliki sebuah kemampuan yang dapat peserta didik jadikan modal yang menguntungkan bagi dirinya yang termasuk kedalam *vocational skill*, tergantung bagaimana dirinya menanggapi *skills* yang dimiliki untuk dapat dijadikan sebagai suatu kelebihan yang menguntungkan. Misalnya, peserta didik yang pandai dalam bidang kesenian dan olahraga atau bahasa inggris, hal tersebut jika ditekuni dengan sungguh-sungguh dapat dijadikan sebuah modal atau kelebihan yang akan menguntungkan bagi kehidupan peserta didik di masa depan dimana tidak semua orang beruntung untuk memilikinya.

Keterkaitan antara kegiatan ekstrakurikuler terhadap perkembangan *life skills* peserta didik apabila dijelaskan secara terinci berdasarkan jenis-jenis ekstrakurikuler yang terdapat di SMA YP Unila Bandar Lampung yaitu ekstrakurikuler yang pertama adalah ekstrakurikuler olahraga termasuk didalamnya futsal putra dan putri, volly putra dan putri, basket putra dan putri, taekwondo, dan merpati putih. Kegiatan dalam bidang olahraga sangat membutuhkan kemampuan diri dan kemampuan bekerja sama yang baik. Untuk itu, sudah dapat dipastikan melalui kegiatan olahraga, *personal skill* dan *social skill* peserta didik dapat berkembang dan terlatih dengan baik, dimana peserta didik

harus memahami teknik menyerang lawan dengan baik, teknik bertahan dan teknik-teknik dalam bidang olahraga lainnya yang membutuhkan perencanaan, pengorganisasian, *time management* (manajemen waktu) yang dapat dimiliki melalui *personal skill* dan *social skill*. Ekstrakurikuler olahraga terutama basket putra SMA YP Unila Bandar Lampung juga selalu menjadi juara bertahan berturut-turut dalam ajang perlombaan basket bergengsi di Bandar Lampung. Hal tersebut menunjukkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga dapat berpengaruh terhadap *vocational skill* peserta didik.

Ekstrakurikuler Seni termasuk didalamnya seni tari tradisional dan modern, teater, vokal grup dan seni musik. Melalui kegiatan-kegiatan tersebut, maka dibutuhkan *personal skill* dan *social skill* peserta didik, dimana peserta didik membutuhkan kepercayaan diri untuk tampil didepan umum dan kemampuan bekerja sama yang baik. Misalnya, dalam kegiatan vokal grup dimana peserta didik berlatih bernyanyi berkelompok dengan sesama temannya yang memiliki karakter berbeda, untuk itu peserta didik harus memahami karakter temannya dan mampu menahan emosinya sehingga dapat menciptakan harmoni yang indah dalam bernyanyi. Sehingga berdasarkan hal tersebut sudah jelas bahwa *social skill* dan *personal skill* dapat berkembang dengan baik melalui kegiatan ekstrakurikuler tersebut. Ekstrakurikuler seni seperti tari modern dan vokal grup SMA YP Unila Bandar Lampung sudah sangat sering berpartisipasi aktif dalam ajang perlombaan dan mendapatkan gelar juara, untuk itu kegiatan

ekstrakurikuler seni juga berpengaruh terhadap perkembangan *vocational skill* peserta didik.

Ekstrakurikuler *English Club* (Klub Bahasa Inggris) memiliki beberapa kegiatan yang tentunya berkaitan khususnya dengan bidang bahasa inggris antara lain *scrabble*, *speech* (pidato), dan *story telling* (bercerita). Kegiatan tersebut dapat mempengaruhi perkembangan *academic skill* dan kepercayaan diri untuk mampu tampil didepan umum dengan baik (*personal skill*) yang dimiliki peserta didik. Beberapa peserta didik SMA YP Unila Bandar Lampung yang mengikuti ekstrakurikuler *English Club* sudah sangat sering berpartisipasi aktif dalam ajang perlombaan bahasa inggris dan tidak jarang meraih gelar juara sehingga hal tersebut menunjukkan *vocational skill* peserta didik terlatih dan berkembang dengan baik melalui ekstrakurikuler tersebut.

Ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR) memiliki beberapa kegiatan diantaranya pembuatan tandu darurat, pembuatan tenda darurat, dan pelatihan pertolongan pertama. Kegiatan-kegiatan tersebut dapat memicu berkembangnya *personal skill* dan *vocational skill* apabila kegiatan tersebut terus dilatih secara terus-menerus dan berulang sehingga peserta didik mahir dan paham bagaimana melakukan pertolongan pertama dengan benar terutama ketika terjadi kondisi darurat. *Social skill* peserta didik dalam kegiatan tersebut juga sangat dibutuhkan agar mampu bekerja sama dan berkomunikasi dengan baik terutama dalam menghadapi kondisi darurat.

Ekstrakurikuler pramuka, kegiatan yang dilakukan dalam ekstrakurikuler pramuka beberapa diantaranya yaitu latihan baris-berbaris, pelatihan mendirikan tenda darurat, pelatihan tali-menali atau membuat simpul menggunakan tali dan perkemahan. Beberapa kegiatan tersebut membutuhkan kemampuan diri seperti kemampuan *time management* (manajemen waktu), perencanaan dan kemampuan bekerja sama yang baik, maka melalui kegiatan pramuka berpengaruh terhadap *personal skill* dan *social skill* peserta didik.

Ekstrakurikuler Rohani Islam (Rohis) memiliki kegiatan diantaranya pelatihan dakwah, mengaji termasuk didalamnya tadarus Al-Qur'an dan tilawatil Qur'an, serta kegiatan-kegiatan rohani lainnya. Melalui kegiatan rohis, *personal skill* peserta didik seperti kepercayaan diri peserta didik untuk berani berdakwah didepan umum, kemampuan memahami kekurangan dan kelebihan yang dimiliki dengan cara mendekatkan diri kepada Allah SWT juga merupakan bentuk dari *personal skill* yang dapat berkembang dengan baik melalui ekstrakurikuler rohis.

Ekstrakurikuler Pasukan Pengibar Bendera (Paskibra) SMA YP Unila Bandar Lampung memiliki beberapa kegiatan antara lain latihan dasar kepemimpinan dan pelatihan baris-berbaris, sehingga *social skill* dan *personal skill* dibutuhkan dalam kegiatan tersebut seperti pengorganisasian, perencanaan dan *time management* (manajemen waktu). *Vocational skill* peserta didik yang terlatih dengan baik dapat dibuktikan dengan beberapa kali

paskibra SMA YP Unila Bandar Lampung menjuarai berbagai ajang perlombaan paskibra.

Ekstrakurikuler Karya Ilmiah Remaja (KIR) memiliki beberapa kegiatan yang berkaitan dengan pembuatan karya-karya ilmiah dan penelitian-penelitian ilmiah sederhana sehingga dapat berpengaruh terhadap *academic skill* peserta didik termasuk didalamnya kemampuan mengidentifikasi variabel dan melakukan penelitian-penelitian sederhana. Peserta didik yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler KIR mampu berkreasi membuat robot sederhana yang mendapat apresiasi penuh dari sekolah sehingga apabila kreativitas tersebut dapat terus ditekuni maka akan berpengaruh pada *vocational skill* peserta didik sebagai bekal di masa depan.

Ekstrakurikuler *Science Club* (Klub Ilmu Pengetahuan Alam) memiliki berbagai macam kegiatan yang berkaitan dengan ilmu pengetahuan alam. Melalui kegiatan-kegiatan tersebut tentu saja dapat mempengaruhi *academic skill* peserta didik yang ditandai dengan kemampuan mempelajari, berpikir ilmiah dan kemampuan mengidentifikasi suatu informasi mengenai materi-materi ilmu pengetahuan alam.

Ekstrakurikuler *Social Club* (Klub Sosial) merupakan ekstrakurikuler yang mempelajari materi-materi yang berkaitan dengan ilmu pengetahuan sosial seperti ekonomi, sejarah dan sosiologi. Melalui kegiatan tersebut, tentu saja kemampuan akademik (*academic skill*) dan kemampuan bekerja sama

mencari solusi dan memecahkan masalah yang sedang terjadi (*social skill*) juga turut berkembang melalui kegiatan ekstrakurikuler tersebut.

Ekstrakurikuler *Japanese Cosplay* (JCOS) memiliki kegiatan yang berkaitan dengan segala sesuatu tentang Jepang seperti berlatih membuat animasi atau *anime* yang berasal dari karakter kartun Jepang, berlatih bahasa Jepang dan berkreasi membuat pakaian yang sesuai dengan karakter *anime* (*cosplay*). Kegiatan tersebut membutuhkan kemampuan diri atau *personal skill* dan *social skill* yang baik.

Ekstrakurikuler Sanggar Konsultasi Remaja (SKR) memiliki beberapa kegiatan diantaranya bertukar informasi seputar permasalahan remaja lalu kemudian berusaha mencari solusi dari permasalahan tersebut bersama-sama, mengikuti penyuluhan mengenai generasi muda seperti penyuluhan seks sejak dini dan penyuluhan anti narkoba lalu kemudian menyampaikan informasi hasil dari penyuluhan tersebut kepada teman-teman di sekolah, sehingga kemampuan memahami orang lain, empati, konsep diri, kepekaan nurani, nilai nilai, tujuan hidup yang termasuk kedalam *personal skill* peserta didik dan kemampuan berkomunikasi dengan baik termasuk kedalam *social skill* dapat terlatih dengan baik melalui kegiatan tersebut.

Berdasarkan *Teory Connectionism* menurut Thorndike, perubahan tingkah laku merupakan akibat dari kegiatan belajar dapat berwujud kongkrit yaitu yang dapat diamati. *Teory connectionism* apabila dikaitkan dengan pengaruh kegiatan

ekstrakurikuler terhadap perkembangan *life skills* peserta didik dapat ditunjukkan dengan latihan berkali-kali (*law of use*) sehingga hubungan stimulus dan respon makin kuat, sedangkan apabila hubungan antara stimulus dan respon akan melemah bila latihan dihentikan (*law of disuse*), kedua hal tersebut termasuk kedalam salah satu dari tiga hukum dasar menurut Thorndike yaitu *law of exercise* yang apabila diimplementasikan pada kegiatan ekstrakurikuler dapat dicontohkan dengan suatu kegiatan dalam ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR) dimana peserta didik harus mengulang terus-menerus kegiatan pembuatan tandu darurat sehingga dapat mahir membuat tandu darurat. Begitu juga dalam ekstrakurikuler seni yaitu seni tari dimana apabila peserta didik berlatih terus menerus maka akan mahir dalam menari, sedangkan apabila peserta didik berhenti berlatih, maka peserta didik perlahan-lahan akan lupa bagaimana gerakan-gerakan dalam tarian tersebut. Sedangkan berdasarkan hukum *law of readiness*, jika reaksi terhadap stimulus didukung oleh kesiapan untuk bertindak atau bereaksi itu, maka reaksi menjadi memuaskan.

Dukungan dari pihak sekolah yang menyediakan sarana dan prasarana ekstrakurikuler dengan baik, kompetensi pembina dan pelatih ekstrakurikuler yang bersertifikat sesuai dengan bidang keahlian masing-masing, dukungan positif dari orang tua, serta yang terpenting adalah motivasi dalam diri peserta didik untuk secara aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sesuai dengan minat dan bakat yang

dimiliki merupakan hal yang tidak dapat dipungkiri dalam proses perkembangan *life skills* peserta didik. Mengingat bahwa perkembangan zaman menuntut generasi penerus bangsa agar mempunyai kemandirian dan *skills* yang akan sangat dibutuhkan baik bagi dirinya sendiri ataupun orang lain.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan diperoleh simpulan bahwa kegiatan ekstrakurikuler sebagai wadah bagi berkembangnya minat, bakat dan potensi yang dimiliki oleh peserta didik sangat berkaitan dengan proses perkembangan *life skills* peserta didik dimana melalui kegiatan ekstrakurikuler kepercayaan diri peserta didik, kemampuan mengenali minat, bakat, kekurangan dan kelebihan (*personal skill*) yang dimiliki peserta didik menjadi meningkat ditandai dengan berbagai kegiatan yang mengharuskan peserta didik memiliki keberanian untuk mampu tampil di depan umum dengan baik sehingga peserta didik memiliki keberanian untuk berbicara atau berpendapat didepan umum, berkreasi didepan umum, mampu mengambil keputusan serta mampu memahami keadaan dan menyesuaikan diri.

Melalui interaksi aktif yang terjalin dalam kegiatan ekstrakurikuler berpengaruh terhadap kemampuan berkomunikasi dan bekerja sama (*social skill*) peserta didik yang turut berkembang dengan baik karena melalui kegiatan-kegiatan diskusi dalam ekstrakurikuler peserta didik

terbiasa berbaur dengan berbagai macam karakter individu sehingga mampu berkomunikasi dengan baik, mampu menghargai pendapat orang lain, mampu berkreativitas memecahkan masalah atau menemukan konsep baru sehingga memicu berkembangnya *academic skill* yang ditandai dengan kegiatan yang merangsang terlatihnya kemampuan berpikir ilmiah dan kemampuan mengidentifikasi variabel peserta didik serta *vocational skill* yang dapat dikaitkan dengan prestasi yang diraih peserta didik melalui kegiatan ekstrakurikuler yang sesuai dengan kemampuan kejuruan atau keterampilan yang dimiliki yang apabila ditekuni dengan baik akan menjadi suatu modal yang menguntungkan di masa depan.

Kompetensi guru pendamping atau pelatih ekstrakurikuler sangat berpengaruh pada perkembangan *life skills* peserta didik. Guru pendamping yang memiliki sertifikat keahlian yang sesuai dengan bidang ekstrakurikuler yang dilatih akan sangat membantu dalam memberikan pengalaman-pengalaman bagi peserta didik. Pelatihan yang dilakukan dengan baik oleh guru pendamping terhadap peserta didik secara terus-menerus akan menumbuhkan perkembangan yang baik terhadap kemampuan peserta didik sebagaimana yang telah dijelaskan dalam *Teory connectionism* apabila dikaitkan dengan pengaruh kegiatan ekstrakurikuler terhadap perkembangan *life skills* peserta didik dapat ditunjukkan dengan latihan berkali-kali (*law of use*) sehingga hubungan stimulus dan respon makin kuat, sedangkan

apabila hubungan antara stimulus dan respon akan melemah bila latihan dihentikan (*law of disuse*).

Motivasi yang diberikan oleh orang tua secara positif kepada peserta didik juga akan sangat membantu proses perkembangan *life skills* peserta didik. Dukungan yang diberikan akan merangsang peserta didik untuk giat menekuni ekstrakurikuler yang dipilih sesuai dengan minat dan bakat yang dimiliki, sehingga kelak melalui motivasi-motivasi yang diberikan oleh orang tua dapat memicu peserta didik untuk berprestasi melalui kegiatan ekstrakurikuler. Untuk itu, selain motivasi dari orang tua, motivasi dan keinginan dari dalam diri peserta didik juga sangat dibutuhkan untuk semakin mendorong peserta didik agar lebih bersungguh-sungguh dalam mengembangkan *skills* yang dimiliki.

Hasil perhitungan dan pengolahan data yang telah dilakukan dapat menunjang penjelasan yang telah dijelaskan di atas bahwa terdapat pengaruh yang sangat kuat dan signifikan antara pengaruh kegiatan ekstrakurikuler terhadap perkembangan *life skills* peserta didik di SMA YP Unila Bandar Lampung dengan diketahui bahwa 17 responden (42,5%) berada pada kategori sangat berpengaruh, 13 responden (32,5%) pada kategori cukup berpengaruh dan 10 (25%) responden berada pada kategori kurang berpengaruh, hal tersebut menunjukkan sebagian besar responden menyatakan bahwa kegiatan ekstrakurikuler sangat berpengaruh terhadap perkembangan *life skills* yang dimiliki. Sedangkan hasil pengolahan data mengenai

perkembangan *life skills* peserta didik menunjukkan bahwa 15 responden (37,5%) termasuk kedalam kategori tinggi, 18 responden (45%) termasuk kedalam kategori sedang dan 7 responden lainnya (17,5%) termasuk kedalam kategori rendah. Hal tersebut juga dapat dibuktikan berdasarkan hasil perhitungan menggunakan rumus Chi Kuadrat yang menunjukkan bahwa keeratan pengaruh antar variabel dengan koefisien kontingensi $C = 0,72$ dan dengan koefisien kontingensi maksimum $C_{maks} = 0,81$. Berdasarkan perbandingan antara C dengan C_{maks} maka hasilnya adalah 0,88 yang berada pada kategori sangat kuat atau sangat berpengaruh. Sehingga dari hasil pengujian tersebut dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh antara kegiatan ekstrakurikuler terhadap perkembangan *life skills* peserta didik di SMA YP Unila Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2015/2016.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka penulis memberikan saran sebagai berikut :

1. Kepala sekolah agar dapat memperhatikan kompetensi pembina dan pelatih ekstrakurikuler dengan salah satu cara yaitu meninjau kepemilikan sertifikat keahlian dan pengalaman yang dimiliki oleh pembina dan pelatih ekstrakurikuler agar sesuai dengan ekstrakurikuler yang dilatih sehingga ilmu atau pelatihan yang diberikan

kepada peserta didik dapat maksimal.

2. Kepada guru pendamping khususnya para pembina dan pelatih ekstrakurikuler agar dapat lebih memperhatikan, memahami dan mengoptimalkan minat, bakat, keterampilan serta perkembangan kecakapan hidup (*life skills*) yang dimiliki oleh peserta didik melalui bentuk-bentuk kegiatan ekstrakurikuler yang lebih menarik, aktif, tidak membebani, bersifat menyenangkan dan edukatif.
3. Kepada siswa yang telah mengikuti kegiatan ekstrakurikuler agar dapat menekuni dengan sungguh-sungguh dan lebih aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dengan baik, sedangkan bagi siswa yang belum mengikuti ekstrakurikuler agar dapat mencari dan mengikuti ekstrakurikuler yang tepat sesuai dengan minat dan bakat yang dimiliki agar *life skills* yang dimiliki dapat terlatih dan berkembang dengan baik sehingga kelak memiliki kemandirian dan kemampuan diluar pendidikan akademik untuk bekal di masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi, Abu dan Uhbiyati, Nur. 2007. *Ilmu Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Anwar. 2012. *Pendidikan Kecakapan Hidup*. Bandung: Alfabeta.

Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Aqib, Zainal dan Sujak. 2011. *Panduan dan Aplikasi Pendidikan Karakter*. Jakarta: Gaung Persada Press

B. Suryosubroto. 2009. *Proses Belajar Mengajar Di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta

Sagala, Syaiful. 2010. *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.