

Perbedaan Empati Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga dan yang Tidak Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga

Rabwan Satriawan

STKIP Taman Siswa Bima

rabwansatriawan91@gmail.com

Artikel Info

Tanggal Publikasi

2022-12-30

Kata Kunci

Empati

Ekstrakurikuler

Olahraga

Abstrak

Salah satu penyebab maraknya kasus tawuran antar pelajar yang terjadi di Indonesia adalah kurangnya empati siswa. Untuk meningkatkan empati siswa dapat dilakukan dengan kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan empati siswa SMA Negeri 1 Depok Kabupaten Sleman yang mengikuti dan yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga. Jenis penelitian ini adalah penelitian komparatif dengan menggunakan metode survei dan menggunakan instrumen angket. Populasi penelitian ini siswa kelas X dan XI SMA Negeri 1 Depok Kabupaten Sleman sejumlah 61 siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan 61 siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga. Sampel diambil dengan cara Disproportionate Stratified Random Sampling. Hipotesis diuji dengan menggunakan uji beda, yaitu independent sample t-test. Data yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah data empati siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan empati siswa yang mengikuti dengan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan empati siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga lebih tinggi dibandingkan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga.

1. PENDAHULUAN

Sekolah sebagai salah satu lembaga mempunyai kedudukan yang strategis dan penting untuk membentuk watak dan sikap peserta didik. Sekolah tidak hanya membentuk watak dan kepribadian yang luhur yang patut dipertahankan dan dilestarikan. Pendidikan di Indonesia baik di sekolah maupun di luar sekolah selalu mengarah pada tujuan pendidikan nasional, seperti yang tercantum dalam UU No.2/1989 tentang sistem pendidikan nasional, yaitu terbentuknya manusia yang beriman, berkepribadian, berdisiplin, bekerja keras, bertanggung jawab, mandiri, cerdas, terampil serta sehat jasmani dan rohani.

Namun, sekolah sebagai institusi pendidikan formal memiliki keterbatasan dalam hal waktu, dana serta fasilitas pendukung, sehingga perannya dalam membentuk nilai dan sikap pada anak tidak dapat optimal. Salah satunya adalah seringnya terjadi kasus tawuran antar pelajar. Belakangan ini tawuran bukan lagi menjadi hal yang aneh dikalangan pelajar (Wildayanti, 2019). Tawuran tidak hanya terjadi di desa-desa namun juga di perkotaan (A. Wulandari & Suyadi, 2019). Dengan adanya data tersebut, maka fokus pihak sekolah tidak boleh lagi hanya mengajarkan pembelajaran yang berbasis transfer of knowledge tetapi juga transfer of value. Hal tersebut akan membantu terbentuknya karakter pada siswa salah satunya adalah empati. Empati lebih ditekankan agar siswa tidak terlalu mudah emosi dalam menyikapi suatu permasalahan baik interpersonal maupun antar personal (Sugiawardana & Rustiawan, 2018).

Salah satu sekolah yang sering tawuran di Yogyakarta adalah SMA Negeri 1 Depok. Di beberapa event olahraga yang diadakan di Yogyakarta, siswa SMA Negeri 1 Depok sering didapatkan melakukan tawuran dengan siswa SMA lain. Hal ini berdampak pada di skorsingnya SMA Negeri 1 Depok untuk mengikuti event olahraga di Yogyakarta. Seringnya terjadi kasus tawuran antara siswa SMA khususnya siswa SMA Negeri 1 Depok dimungkinkan kurangnya empati siswa.

Untuk dapat membentuk sikap empati anak diperlukan adanya kegiatan di luar jam sekolah atau ekstrakurikuler yang dapat memberikan hasil yang positif. Ekstrakurikuler dipilih menjadi jalan karena kurangnya jam pelajaran yang bisa menampung. 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 dan tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berwenang di sekolah/madrasah (Rohmanasari et al., 2018). Kegiatan ekstrakurikuler bertujuan untuk menyalurkan, mengembangkan, dan menambah jam pelajaran khususnya penjas untuk meningkatkan kebugaran jasmani (Nuri et al., 2016). Ekstrakurikuler juga berguna untuk melatih dan mengembangkan minat bakat siswa didalam bidang yang diinginkan.

Dari tujuan kegiatan ekstrakurikuler di atas maka kegiatan ekstrakurikuler dianggap penting bagi siswa, karena kegiatan ekstrakurikuler memiliki nilai-nilai positif antara lain dapat meningkatkan bakat dan minat siswa, menambah pengetahuan siswa dalam cabang olahraga, kebebasan menanggulangi rasa jenuh terhadap suasana belajar dan dapat meningkatkan sikap sosial atau sikap empati siswa. Karena disini yang akan dikaji adalah kegiatan ekstrakurikuler pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan maka akan dibatasi pada pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga saja.

Salah satu dampak pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah adanya perbaikan dalam hal keterampilan hubungan social (T. Wulandari, 2020). Salah satu hubungan sosial adalah munculnya rasa peduli antar individu atau yang disebut empati. Hal ini didukung juga oleh (Arini et al., 2021) yang mengemukakan bahwa pendidikan jasmani sebagai pendidikan melalui aktifitas fisik dengan memperhatikan juga reaksi-reaksi yang timbul hubungan antar individu, tingkah laku, pendidikan mental, sosial dan estetika. Dengan program ekstrakurikuler pendidikan jasmani yang dibina dan dikelola dengan baik, terarah, terencana serta berkesinambungan, diharapkan dapat mendukung pembentukan watak serta sikap empati yang baik (Junita & Sumarsih, 2022).

Ekstrakurikuler merupakan bagian internal dari proses belajar yang menekankan pada pemenuhan kebutuhan anak didik. Antara kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler sesungguhnya tidak dapat dipisahkan, bahkan kegiatan ekstrakurikuler perpanjangan pelengkap atau penguat kegiatan intrakurikuler untuk menyalurkan bakat atau pendorong perkembangan potensi anak didik mencapai tarap maksimum (Florentina, 2021).

Maka peranan kegiatan ekstrakurikuler terutama dalam bidang pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan selain dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan tentang pembentukan nilai-nilai pribadi siswa juga dapat menjadikan interaksi antar siswa. Artinya kegiatan ekstrakurikuler mempunyai fungsi ganda, selain untuk melakukan pembinaan khusus bagi pelajaran juga dapat dijadikan ajang untuk melakukan interaksi sosial antar siswa (Oktaviana & Jannah, 2020). Sehingga dengan adanya interaksi sosial diharapkan dapat membentuk sikap sosial atau sikap empati yang baik pada diri siswa.

Untuk mengungkap permasalahan, peneliti memilih tempat di SMA Negeri 1 Depok Kabupaten Sleman. SMA Negeri 1 Depok Kabupaten Sleman memiliki berbagai macam kegiatan ekstrakurikuler salah satunya adalah ekstrakurikuler olahraga. Selain itu, munculnya beberapa kasus tawuran antara beberapa pelajar SMA Negeri 1 Depok Kabupaten Sleman dengan pelajar SMA lain menjadi alasan peneliti untuk memilih sekolah tersebut sebagai tempat penelitian. Dan belum ditelitinya perbedaan empati siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri 1 Depok Kabupaten Sleman maka peneliti melakukan penelitian tersebut.

Berdasarkan hal tersebut di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti perbedaan empati siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri 1 Depok Kabupaten Sleman.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian komparatif dengan menggunakan metode survei. Dalam penelitian ini membandingkan sikap empati siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga. Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Depok Kabupaten Sleman yang beralamat di Jalan Babarsari, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman. Populasi dalam penelitian ini adalah kelas X dan Kelas XI siswa SMA Negeri 1 Depok Kabupaten Sleman sejumlah 384 siswa. Sampel diambil dengan cara Disproportionate Stratified Random Sampling. Teknik ini digunakan untuk menentukan jumlah sampel bila populasi berstrata tetapi kurang proporsional. Cara pengambilan sampel siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga yaitu dengan cara mengambil semua siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga yang berjumlah 61

siswa. Sedangkan cara pengambilan sampel siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga yaitu dengan cara mengundi semua siswa kelas X dan kelas XI, dan diambil sejumlah 61 siswa. Jumlah ini diambil karena mengingat jumlah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga terlalu kecil dibanding jumlah siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut adalah data hasil empati siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga pada Tabel 1.

Tabel 1. Rerata Hasil Empati Siswa

Data	N	Rata-rata
Ekstrakurikuler olahraga	61	80,4262
Non Ekstrakurikuler olahraga	61	78,5902

Berdasarkan data pada Tabel 1 terlihat bahwa data empati siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga memiliki rata-rata sebesar 80,4262. Sedangkan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga memiliki rata-rata sebesar 78,5902. Dari data tersebut tampak bahwa siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga memiliki nilai rata-rata empati lebih tinggi dibandingkan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga. Untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan empati pada dua kelompok tersebut, kita tidak bisa langsung mengklaim bahwa nilai rata-rata tersebut memiliki perbedaan yang signifikan. Oleh karena itu perlu dilakukan uji hipotesis (uji beda).

Pengujian hipotesis dilakukan berdasarkan hasil penelitian dan uji persyaratan analisis yang telah dilakukan. Pengujian hipotesis dilakukan mengenai ada tidaknya perbedaan empati siswa yang mengikuti dan yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga. Karena pada uji persyaratan yang telah dilakukan yaitu uji normalitas dan homogenitas telah terpenuhi maka pengujian hipotesis bisa dilakukan dengan menggunakan independent sample t-test. Untuk menghitung koefisien t pada independent sample t-test ini digunakan program SPSS 16.0. Untuk mengetahui diterima atau ditolaknya H_0 bisa dilakukan dua cara yaitu dengan membandingkan thitung dengan t-tabel atau membandingkan taraf signifikansi atau probabilitas (p) dengan 0,05. Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_0 ditolak atau jika $p < 0,05$ maka H_0 ditolak, demikian pula sebaliknya yaitu jika $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka H_0 diterima atau jika $p > 0,05$ maka H_0 diterima. Maka data perbedaan empati siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga seperti uraian pada Tabel 2.

Tabel 2. Data Perbedaan Empati Siswa

Nilai	Uji-t		
	t	db	Sig
Empati	2,466	120	0,015

Berdasarkan Tabel 2 di atas, empati memiliki nilai thitung sebesar 2,466 dengan taraf signifikansi 0,015. Karena $p < 0,05$, maka H_0 ditolak atau kedua populasi berbeda. Sedangkan berdasarkan nilai t-tabel untuk $db = n - 2 = 122 - 2 = 120$ adalah 1,658. Karena $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka H_0 ditolak atau H_a diterima.

Berdasarkan analisis tersebut maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pada empati siswa yang mengikuti dan yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan empati siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga.

Setelah semua data diperoleh dalam penelitian, diolah dan dianalisis dengan uji t didapatkan perbedaan empati siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dengan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri 1 Depok Kabupaten Sleman, dan empati siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri 1 Depok Kabupaten Sleman. Di SMA Negeri 1 Depok memiliki tiga cabang olahraga yang diselenggarakan dalam ekstrakurikuler olahraga yaitu bolavoli, bolabasket dan futsal. Pelaksanaan tiga cabang olahraga di dalam ekstrakurikuler olahraga SMA Negeri 1 Depok tidak hanya mengembangkan fisik, tetapi juga mengembangkan nilai atau sikap karakter dan sikap sosial termasuk didalamnya mengembangkan emosi mental yang sehat dan empati. Adanya waktu tambahan diluar jam khusus sekolah ini juga menyebabkan siswa bisa lebih mengembangkan sikap sosialnya terhadap teman yang lain termasuk empati (Annisa et al., 2021).

Berbeda halnya dengan siswa yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga, meskipun siswa mendapatkan mata pelajaran olahraga di jam sekolah, namun kegiatan tersebut masih terfokus pada bagaimana materi pelajaran tersampaikan dan banyaknya waktu yang digunakan pada jam sekolah tidak sebanyak pada jam kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Hal ini menyebabkan empati siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga lebih tinggi dibandingkan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga (Wildayanti, 2019).

Hasil penelitian di atas diperkuat oleh teori-teori yang dikemukakan oleh para ahli tentang hubungan olahraga dengan empati yang diantaranya, kurikulum pendidikan jasmani dewasa ini adalah untuk mengembangkan sikap yang positif, dan meningkatkan motivasi anak-anak, agar mereka mampu mengembangkan dan memelihara suatu gaya hidup aktif, yang menjadi kebiasaan orang dewasa (Saputra, 2016). Dampak dari pendidikan jasmani dan olahraga salah satunya adalah adanya perbaikan hubungan sosial misalnya munculnya empati (Ardiansyah, 2019). Dimana empati merupakan rasa hormat dalam hubungan dan dalam mengendalikan sikap. Oleh karena itu, dengan adanya pendidikan jasmani dan olahraga pada jam sekolah, terlebih adanya tambahan mata pelajaran ini di luar jam sekolah atau yang biasa disebut ekstrakurikuler maka akan bisa menambah nilai empati siswa. Ini artinya, dengan ekstrakurikuler olahraga siswa tidak hanya mampu mengembangkan kemampuan fisik tetapi juga bisa mengembangkan sikap positif antar sesama (Chusnah, 2013).

Sejalan dengan hal tersebut pada kegiatan ekstrakurikuler olahraga tidak hanya mengembangkan fisik tetapi juga mengembangkan sikap sosial termasuk didalamnya mengembangkan emosi mental yang sehat (Adib & Pramono, 2018). Jika dikaitkan dengan pengertian empati maka emosi mental yang sehat juga merupakan empati. Dalam hal ini emosi mental yang sehat tidak hanya untuk inter personal namun juga antar personal. Dengan adanya emosi mental yang sehat maka setiap orang akan mampu merasakan apa yang dihadapi orang lain (Lubis, 2017).

Selain itu pendidikan jasmani juga menawarkan kesempatan unik untuk membawa siswa bersama-sama dalam cara yang tidak mengancam yang menekankan keadilan dan kerjasama (Satriawan et al., 2019). Karena pendidikan jasmani melibatkan siswa bekerja dan bermain bersama, siswa belajar keterampilan pribadi dan sosial, nilai, dan sikap yang diperlukan untuk pengembangan efektif dan interaksi sosial yang positif. Oleh karena itu, dengan pendidikan jasmani maka guru bisa menumbuhkan rasa empati siswa yang dilakukan dengan jalan menumbuhkan interaksi sosial yang positif (Irawan et al., 2021).

Seperti telah dinyatakan teori-teori di atas bahwa ekstrakurikuler olahraga dapat membentuk empati karena dalam ekstrakurikuler olahraga terdapat nilai-nilai empati seperti, kerjasama, tolong-menolong, saling menghargai dan sportif. Jadi jelaslah penelitian tentang perbedaan empati siswa yang mengikuti dan yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga lebih tinggi yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa ada perbedaan empati siswa SMA Negeri 1 Depok Kabupaten Sleman yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dengan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga. Empati siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga lebih tinggi dibandingkan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga.

Daftar Pustaka

- Adib, O. K., & Pramono, M. (2018). *Dukungan Sosial Dan Minat Siswa Dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Futsal: Literature Review*.
- Annisa, M. N., Dewi, D. A., & Furnamasari, Y. F. (2021). Peran Ekstrakurikuler Dalam Meningkatkan Karakter Kewarganegaraan Siswa Di Sekolah. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3), 7286–7291.
- Ardiansyah, A. (2019). *Survei Terhadap Perilaku Sosial Siswa Yang Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Bolabasket Di Sma Negeri 1 Sinjai*. Universitas Negeri Makassar.
- Arini, I., Rahmat, A., & Suharto, T. H. (2021). Evaluasi Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Di Man 1 Serang. *Jurnal Pendidikan Setia Budhi*, 1(29), 31–34.
- Chusnah, M. (2013). Pelaksanaan Pendidikan Karakter Di Madrasah Tsanawiyah Negeri “X” Jakarta. *Aspirasi: Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 4(2), 133–142.

- Florentina, E. (2021). *Analisis Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 16 Pontianak*. Ikip Pgri Pontianak.
- Irawan, E., Satriawan, R., & Amar, K. (2021). Pengaruh Permainan Tradisional Tapa Gala Untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh Siswa Sdn Sumi 1 Di Masa Pandemi Covid-19. *Musamus Journal Of Physical Education And Sport (Mjpes)*, 3(02), 77–88. <https://doi.org/10.35724/Mjpes.V3i02.3545>
- Junita, J., & Sumarsih, S. (2022). Evaluasi Program Ekstrakurikuler Olahraga Era Pandemi Covid-19. *Manajer Pendidikan: Jurnal Ilmiah Manajemen Pendidikan Program Pascasarjana*, 16(2), 83–96.
- Lubis, S. N. K. (2017). *Sikap Kepedulian Siswa Terhadap Anak Berkebutuhan Khusus Pada Pendidikan Inklusi (Studi Deskriptif Di Sdn Kebon Pala 01 Pagi)*. Universitas Negeri Jakarta.
- Nuri, F. P., Pitoewas, B., & Yanzi, H. (2016). Pengaruh Kegiatan Ekstrakurikuler Terhadap Perkembangan Life Skills Peserta Didik Sma Yp Unila. *Jurnal Kultur Demokrasi*, 4(2).
- Oktaviana, S. M., & Jannah, M. (2020). Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Sport Confidence Pada Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Di Smpn 19 Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, 7(3).
- Rohmanasari, R., Ma'mun, A., & Muhtar, T. (2018). Dampak Kegiatan Ekstrakurikuler Terhadap Perkembangan Life Skills Siswa Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 18(3), 371–382.
- Saputra, D. (2016). Perbedaan Nilai-Nilai Sosial Pada Peserta Didik Yang Mengikuti Dan Yang Tidak Mengikuti Ekstrakurikuler Di Mts Negeri Yogyakarta 2. *Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 5(10).
- Satriawan, R., Education, P., & Semarang, U. N. (2019). The Effect Of Physical Fitness On The Grade Point Average Of Students Of Physical Education At Stkip. *Malaysian Journal Of Movement, Health & Exercise*, 8(2), 131–137.
- Sugawardana, R., & Rustiawan, H. (2018). Pengaruh Pembelajaran Team Games Tournaments Terhadap Empati Siswa. *Journal Respects*, 2(1), 24–31.
- Wildayanti, W. (2019). *Pengembangan Kecerdasan Emosional Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Peserta Didik Di Smp Negeri 1 Cempa*. Iain Parepare.
- Wulandari, A., & Suyadi, S. (2019). Pengembangan Emosi Positif Dalam Pendidikan Islam Perspektif Neurosains. *Tadrib*, 5(1), 51–67. <https://doi.org/10.19109/Tadrib.V5i1.3016>
- Wulandari, T. (2020). Menciptakan Perdamaian Melalui Pendidikan Perdamaian Di Sekolah. *Mozaik*, 5(1), 68–83.