

PERBEDAAN NILAI SOSIAL PESERTA DIDIK EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DAN NON OLAHRAGA DI SMA TAMAN BHAKTI MADIUN

Agus Supriyanto^{1*}, Enggawati Nur Fitri², Sugeng Setia Nugroho³

¹ Pengelolaan Usaha Rekreasi, Fakultas Vokasi, Universitas Negeri Yogyakarta

² SDN Dolopo 2 Kabupaten Madiun

³ Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Yogyakarta

*E-mail: supriyantoagus@uny.ac.id

Abstrak

Penelitian ini dilandasi latar belakang masih ada peserta didik yang mengikuti olahraga menunjukkan nilai sosial yang kurang baik sedangkan ekstrakurikuler non olahraga cenderung menunjukkan nilai sosial yang baik dengan disiplin dan mempersiapkan kegiatan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan nilai sosial pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dengan peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga di SMA Taman Bhakti Madiun. Penelitian ini menggunakan metode survey. Subjek nya adalah peserta ekstrakurikuler di SMA Taman Bhakti Madiun. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket. Teknik analisis data menggunakan Uji normalitas Kolmogorov-Smirnov Z, menggunakan uji homogenitas uji F dan menggunakan uji beda dengan uji-t untuk pengujian hipotesis dengan taraf sig. 5%. Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis data dan pengujian hipotesis, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa: "Ada perbedaan yang antara nilai-nilai sosial pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dengan peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga". Secara lebih terperinci perbedaan tersebut dapat dilihat dari perbedaan rerata atau mean. Rerata nilai-nilai sosial peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga sebesar 132.78, dan Rerata nilai-nilai sosial peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga sebesar 128.38.

Kata Kunci: Nila-nilai sosial, ekstrakurikuler olahraga, ekstrakurikuler non olahraga

DIFFERENCES IN SOCIAL VALUES OF SPORTS AND NON-SPORTS EXTRACURRICULAR STUDENTS AT TAMAN BHAKTI MADIUN HIGH SCHOOL

Abstracts

This research is based on the background that there are still students who take part in sports who show poor social values, while non-sports extracurriculars tend to show good social values by being disciplined and preparing for activities. The aim of this research is to determine the differences in social values between students who take part in sports extracurriculars and students who take part in non-sports extracurriculars at SMA Taman Bhakti Madiun. This research uses a survey method. The subjects were extracurricular participants at SMA Taman Bhakti Madiun. The instrument used in this research was a questionnaire. The data analysis technique uses the Kolmogorov-Smirnov Z normality test, uses the F test homogeneity test and uses the difference test with the t-test for hypothesis testing with a sig level. 5%. Based on the research results obtained by data analysis and hypothesis testing, it can be concluded that: "There is a difference between the social values of students who take part in sports extracurriculars and students who take part in non-sports extracurriculars." In more detail, these differences can be seen from the mean differences. The average social values of students who take part in sports extracurriculars are 132.78, and the average social values of students who take part in non-sports extracurriculars are 128.38.

Keywords: Social values, sports extracurriculars, non-sports extracurriculars

PENDAHULUAN

Proses pendidikan dapat dilakukan melalui jalur pendidikan formal, non formal, dan informal. Proses pendidikan juga sebagai media untuk mengembangkan potensi-potensi diri bagi para peserta didik. Pada umumnya proses pendidikan ini banyak dilakukan di sekolah melalui jalur pendidikan formal. Sekolah sebagai salah satu lembaga pendidikan formal berfungsi untuk memberikan bekal pengetahuan, keterampilan serta kemampuan yang dibutuhkan siswa agar dapat memiliki modal di masa depan secara utuh serta tersalurkannya bakat dan potensi diri yang dimilikinya. Di dalam proses pendidikan di sekolah terbagi tiga kegiatan pembelajaran, yaitu intrakurikuler, kokurikuler dan ekstrakurikuler.

Sedangkan kegiatan ekstrakurikuler seperti yang dijelaskan oleh Rusli Lutan (2016:8), bahwa program ekstrakurikuler merupakan bagian integral dari proses belajar yang menekankan pada pemenuhan kebutuhan anak didik. Antara kegiatan intra dan ekstra kedua-duanya tak dapat dipisahkan. Kegiatan ekstrakurikuler perpanjangan, pelengkap atau penguat kegiatan intra berguna dalam menyalurkan bakat atau pendorong perkembangan potensi didik hingga mencapai taraf maksimum.

Kebutuhan belajar siswa diluar kegiatan intrakurikuler diharapkan dapat terpenuhi melalui kegiatan ekstrakurikuler. Bakat dan minat terhadap kegiatan ekstrakurikuler diharapkan dapat tersalurkan, sehingga potensi siswa berkembang secara maksimal. Selain itu, kegiatan ekstrakurikuler juga diharapkan mampu memberikan nilai-nilai positif bagi siswa dalam pemanfaatan waktu luangnya. Menurut, Diah Widuretno (2017) pendidikan formal masa kini menghasilkan manusia berelasi dengan uang, namun minim kemanusiaan, plus tak dekat dengan realitas lingkungan yang mereka hadapi.

Nilai-nilai sosial itu akan terbentuk ketika setiap individu melakukan interaksi sosial. Sebenarnya setiap sisi kehidupan dalam hidup manusia memiliki sisi sosial salah satunya adalah nilai-nilai sosial yang dilakukan manusia dimanapun, kapanpun, dan dengan siapapun. Nilai sosial dapat muncul tidak hanya dalam

olahraga tetapi juga dalam bidang yang lainnya. Di dalam suatu satuan pendidikan banyak sekali dijumpai bahwa siswa siswi cenderung lebih menyenangi kegiatan ekstrakurikuler olahraga dibanding dengan kegiatan non olahraga. Hal tersebut penulis peroleh ketika mewawancarai beberapa siswa di daerah Madiun.

Pekembangan anak-anak akan berpengaruh pada kegiatan-kegiatan dalam kehidupan sosialnya. Karakteristik remaja yang masih labil, perkembangan peserta didik dipengaruhi oleh faktor dari dalam tubuh dan faktor dari luar tubuh (Rita, dkk, 2012:5). Kedua faktor itu berdampak pada proses adaptasi dan interaksi sosial di dalam masyarakat. Dapat dilihat saat ini anak-anak lebih cenderung individual terutama di kota-kota besar di Indonesia. Peserta didik yang mampu mengkombinasikan kemampuan dirinya dan menerima faktor dari luar akan menjadi dewasa yang bisa bersosialisasi dengan baik di dalam kehidupan bermasyarakat.

Setiap sekolah pada dasarnya adalah sama tetapi yang membedakan adalah pengelolaan oleh pihak sekolah. Semua sekolah di Indonesia dalam tingkat Sekolah Menengah Atas pada dasarnya tidak mempunyai perbedaan yang signifikan. Untuk sekolah Menengah Kejuruan, pihak sekolah telah memberikan sebuah kebijakan bahwa anak-anak yang masuk di sekolah kejuruan akan di bekali skill untuk siap bekerja setelah lulus sesuai dengan jurusan yang siswa siswi ambil.

Permasalahan disiplin siswa ini tidak boleh dianggap biasa, karena siswa perlu belajar mengenai hal-hal yang penting dan baik melalui disiplin. Disiplin mempunyai andil besar dalam proses tercapainya keberhasilan siswa di masa dewasanya. Maka dari itu perlu adanya pendidikan yang dapat mencetak atau membentuk karakter setiap siswa yang positif dalam hal ini nilai kedisiplinan.

Menurut Nurgiantoro, (2011:14) pendidikan karakter di sekolah sangat diperlukan, walaupun dasar dari pendidikan karakter adalah di dalam keluarga. Kalau seorang anak mendapat pendidikan karakter yang baik dari keluarganya, anak tersebut akan berkarakter baik selanjutnya. Membentuk karakter siswa hendaknya dimulai dari lingkungan dimana dia berada dan institusi atau

lembaga yang menaunginya. Pendidikan karakter merupakan model pendidikan pembentukan watak dan kepribadian peserta didik sesuai dengan nilai-nilai luhur bangsa. Watak dan kepribadian yang diharapkan dimiliki peserta didik, antara lain; kejujuran, kedisiplinan, ketertiban, kemerdekaan, kemandirian, toleransi, ketaatan, dan keadilan.

Dalam penelitian ini penulis memilih aktivitas ekstrakurikuler olahraga dan non olahraga sebagai variabel penelitian. Ekstrakurikuler olahraga adalah kegiatan yang dilakukan diluar jam pelajaran baik dilaksanakan di sekolah maupun diluar sekolah. Ekstrakurikuler olahraga berkaitan dengan aktivitas fisik siswa, yang didalamnya mengandung nilai-nilai seperti, fair play, empati, bekerjasama, disiplin, toleransi, sikap, dan lain sebagainya. Maka dengan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga nilai-nilai yang terkandung didalamnya secara tidak langsung akan masuk kedalam karakteristik siswa melalui permainan atau pertandingan,

Sedangkan ekstrakurikuler non olahraga adalah kegiatan yang dilakukan diluar jam pelajaran baik dilakukan di sekolah maupun diluar sekolah. Ekstrakurikuler non olahraga memiliki tujuan tertentu diantaranya adalah untuk merubah perilaku sosial siswa, selain itu juga agar siswa mempunyai rasa tanggung jawab atas dirinya sendiri. Pada kegiatan ini. Siswa harus diberi penjelasan mengenai nilai-nilai yang terkandung didalamnya. Berbeda dengan kegiatan ekstrakurikuler, nilai-nilai tersebut secara otomatis akan masuk kedalam karakteristik siswa melalui permainan atau pertandingan.

Sampai dengan saat ini, menurut pengamatan penulis bahwa data-data mengenai perbedaan nilai-nilai sosial pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga maupun non olahraga sangatlah minim. Bahkan sedikit sekali yang telah mencoba melakukan penelitian di SMA Taman Bhakti Madiun. tempat penulis melakukan penelitian, data mengenai perbedaan nilai-nilai sosial para peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga maupun non olahraga belum diketahui.

Hal tersebut yang melatarbelakangi penulis untuk menggali lebih dalam mengenai perbedaan nilai sosial kegiatan ekstrakurikuler

olahraga dan non olahraga di sekolah, serta manfaatnya bagi perkembangan karakter moral siswa sehingga proses pendidikan tidak hanya mencetak generasi yang cerdas secara akademik tetapi juga memiliki nilai-nilai sosial yang tinggi. Oleh karena itu, berdasarkan uraian di atas maka penulis melakukan penelitian yang berjudul "Perbedaan Nilai-nilai Sosial pada Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga dan Non Olahraga di SMA Taman Bhakti Madiun." Sedangkan metode yang akan digunakan adalah dengan mengamati secara langsung dan membagikan angket kepada para peserta didik tersebut.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan peneliti adalah penelitian deskriptif dengan metode survei. Menurut Ulber Silalahi (2012:35) penelitian komparatif adalah penelitian yang membandingkan dua gejala atau lebih. Penelitian ini termasuk penelitian komparatif deskriptif dengan membandingkan variabel yang sama dengan sampel yang berbeda. Penelitian ini akan mengetahui perbedaan nilai-nilai sosial peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler dan tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA Taman Bhakti Madiun.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Deskripsi Data Penelitian

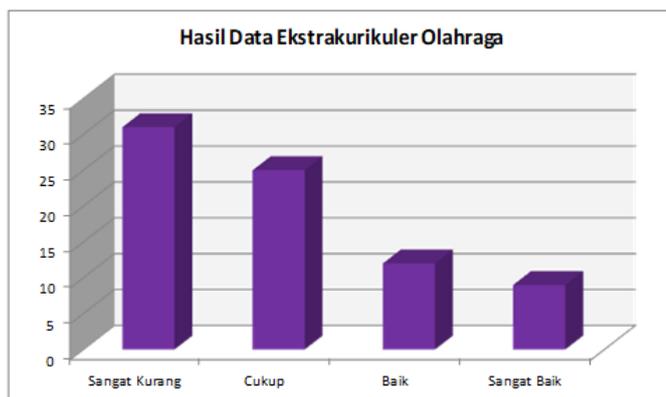
Data yang dikumpulkan dan dianalisis adalah data hasil dari instrumen angket yang berjumlah 40 butir pertanyaan dengan skor 1-4 yang kemudian diisi oleh peserta didik dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan peserta didik yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga atau aktif dalam ekstrakurikuler bukan olahraga di SMA Taman Bhakti Madiun, kemudian diperoleh subjek penelitian berjumlah 117 peserta didik dengan rincian 77 peserta didik pada ekstrakurikuler olahraga dan 40 peserta didik pada ekstrakurikuler bukan olahraga. Waktu pengambilan data dilakukan pada hari senin –sabtu tanggal 6-11 Februari 2017 pukul 15.30-17.15.

Nilai-nilai Sosial Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga

Hasil nilai-nilai sosial peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga diperoleh skor maksimum sebesar 150 dan skor minimum sebesar 114, mean sebesar 132,14, dan standard deviation sebesar 9,509. Deskripsi hasil penelitian nilai-nilai sosial peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga disajikan dalam distribusi frekuensi. Deskripsi hasil nilai-nilai sosial peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dapat di lihat dari tabel di bawah ini :

Tabel 1. Nilai-Nilai Sosial Peserta Didik Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Di SMA Taman Bhakti Madiun

No	Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Relatif (%)
1	$X > 146,41$	Sangat Baik	9	11,7%
2	$136,9 < X < 146,41$	Baik	12	15,6%
3	$117,88 < X < 136,9$	Cukup	25	32,5%
4	$127,9 < X < 117,88$	Kurang	-	-
5	$X < 127,9$	Sangat Kurang	31	40,3%
JUMLAH			77	100,0%



Gambar 1. Histogram nilai-nilai sosial peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga

Berdasarkan histogram di atas dapat diketahui bahwa sebanyak 9 peserta (11,7%) memiliki nilai-nilai sosial sangat baik, sebanyak 12 peserta (15,6%) memiliki nilai-nilai sosial baik, sebanyak 25 peserta (32,5) memiliki nilai-nilai sosial cukup,

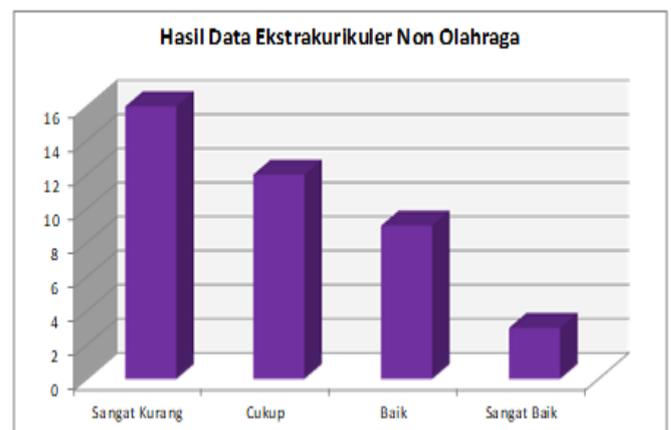
kemudian sebanyak 31 peserta (40,3%) memiliki nilai-nilai sosial sangat kurang dan 0 peserta (0%) memiliki nilai sosial kurang.

Nilai-nilai Sosial Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Non Olahraga

Hasil nilai-nilai sosial peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga diperoleh skor maksimum sebesar 147 dan skor minimum sebesar 115, mean sebesar 128,20 , dan standard deviation sebesar 8,522. Deskripsi hasil penelitian nilai-nilai sosial peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga disajikan dalam distribusi frekuensi. Deskripsi hasil nilai-nilai sosial peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga dapat di lihat dari tabel di bawah ini:

Tabel 2. Hasil Nilai-Nilai Sosial Peserta Didik Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Non Olahraga Di SMA Taman Bhakti Madiun

NO	Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Relatif (%)
1	$X > 140,98$	Sangat Baik	3	7,5%
2	$132,46 < X < 140,98$	Baik	9	22,5%
3	$115,2 < X < 132,46$	Cukup	12	30,0%
4	$123,94 < X < 115,2$	Kurang	-	-
5	$X < 123,94$	Sangat Kurang	16	40,0%
JUMLAH			40	100,0%



Gambar 2. Histogram Nilai-Nilai Sosial Peserta Didik Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Non Olahraga

Berdasarkan histogram di atas dapat diketahui bahwa sebanyak 3 peserta (7,5%) memiliki nilai-nilai sosial sangat baik, sebanyak 9

peserta (22,5%) memiliki nilai-nilai sosial baik, sebanyak 12 peserta (30%) memiliki nilai-nilai sosial cukup, kemudian sebanyak 16 peserta (40%) memiliki nilai-nilai sosial sangat kurang dan 0 peserta (0%) memiliki nilai sosial kurang.

Uji Normalitas

Perhitungan uji normalitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah variabel-variabel dalam penelitian mempunyai sebaran distribusi normal atau tidak. Penghitungan uji normalitas ini menggunakan rumus Kolmogorov-Smirnov Z, dengan pengolahan menggunakan bantuan komputer program SPSS Versi 17.0 for Windows. Selanjutnya penghitungan taraf signifikan 5%, jika nilai signifikansi > 0.05 maka data berdistribusi normal dan sebaliknya apabila nilai nilai signifikansi < 0.05 maka tidak berdistribusi normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel di bawah ini.:

Tabel 3. Data Uji Normalitas

No	Variable	Sig.	Keterangan
1	Olahraga	0,066	Normal
2	Non olahraga	0,517	Normal

Hasil tabel di atas dapat dilihat nilai signifikan (p) data dari nilai-nilai sosial peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga memiliki nilai p (Sig.) > 0,05, maka semua variabel berdistribusi normal.

Uji Homogenitas Varians

Uji homogenitas bertujuan untuk mengetahui kesamaan variansi, atau menguji bahwa data yang diperoleh berasal dari populasi yang homogen atau sama. Uji homogenitas dilakukan pada kedua kelompok data yang hendak diuji hipotesis, setelah dilakukan perhitungan uji homogenitas menggunakan uji levene dengan taraf signifikan 5% maka di peroleh data hasil pengujian berikut ini:

Tabel 4. Data Uji Homogenitas Varians

Kelompok	Levene statistic	Sig	keterangan
Olahraga	0,499	0,481	Homogen
Non olahraga			

Dari data di atas di peroleh Nilai taraf signficancy atau probabilitas (p) sebesar 0,481 ($0,481 > 0,05$). Hasil pengujian menyatakan bahwa kedua kelompok tidak menunjukkan perbedaan atau memiliki varians yang sama, sehingga dengan kata lain kedua varians homogen.

Pengujian Hipotesis

Hasil perhitungan uji normalitas dan homogenitas menunjukan bahwa sebaran data dinyatakan normal dan varian dinyatakan homogen, sehingga data dianalisis lebih lanjut untuk pengujian hipotesis. Statistik yang digunakan untuk menguji perbedaan dua populasi yang telah diketahui adalah menggunakan uji-T. Untuk menerima atau menolak hipotesis adalah dengan membandingkan nilai thitung dengan nilai ttabel. Jika thitung \geq ttabel, maka hipotesis dinyatakan “diterima”, sedangkan jika thitung < ttabel hipotesis dinyatakan “ditolak”. Selain itu dapat juga dengan membandingkan nilai p dengan 0,05 pada taraf signifikan 5%. Hasil analisis uji-t dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5. Data Perbedaan Nilai-Nilai Sosial Pada Peserta Didik Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Dengan Peserta Didik Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Non Olahraga di SMA Taman Bhakti Madiun.

Kelompok	N	Mean±SD	Sig	Keterangan
Nilai-nilai Sosial Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga	77	132,14±9,509	0,030	Ada Perbedaan
Nilai-nilai Sosial Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Non Olahraga	40	128,20±128,20		

Untuk mengetahui perbedaan nilai-nilai sosial pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dengan peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga di SMA

Taman Bhakti Madiunatau untuk menguji H_0 ditolak atau diterima bisa dilakukan dua cara yaitu dengan membandingkan thitung dengan ttabel atau membandingkan taraf signficancy atau probabilitas (p) dengan 0,05. Jika thitung $>$ ttabel maka H_0 ditolak atau jika $p < 0,05$ maka H_0 ditolak, demikian pula sebaliknya yaitu jika thitung $<$ ttabel maka H_0 diterima atau jika $p > 0,05$ maka H_0 diterima.

Berdasarkan Tabel 14 di atas, nilai-nilai sosial pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan non olahraga di peroleh nilai probabilitas sebesar 0,030 ($0,030 < 0,05$), maka H_0 ditolak atau kedua hasil memiliki perbedaan. Berdasarkan analisis untuk menguji hipotesis tersebut maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan nilai-nilai sosial pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dengan peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga di SMA Taman Bhakti Madiun. Secara lebih terperinci perbedaan tersebut dapat dilihat dari perbedaan rerata atau mean. Rerata nilai-nilai sosial peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga sebesar 132,14, dan Rerata nilai-nilai sosial peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga sebesar 128,20.

Pembahasan

Nilai-nilai sosial ada disetiap sisi kehidupan dari kehidupan masyarakat yang sesungguhnya maupun dalam proses belajar di sekolah. Nilai-nilai sosial ini timbul karena adanya interaksi sosial setiap manusia dalam kehidupan sehari-hari. Olahraga adalah salah satu alat yang bisa digunakan untuk mengembangkan nilai-nilai sosial, karena olahraga merupakan miniatur dari kehidupan sehari-hari. Olahraga bisa dilakukan di sekolah karena sekolah mempunyai alat pengembang peserta didik diluar jam pelajaran yaitu ekstrakurikuler.

Hampir setiap olahraga dan permainan dilakukan dengan banyak orang atau berkelompok sehingga peserta didik harus bisa bersosialisasi dengan temannya. Hal ini sesuai dengan pendapat Tedjasaputra (2001:42) yang menyatakan bahwa anak belajar bagaimana harus bersikap dan bertingkah laku agar dapat bekerjasama dengan teman-teman, bersikap jujur, ksatria, murah hati. Apabila anak tidak mau menjadi yang kalah atau dianggap curang oleh teman-temannya, maka anak

harus mau mengikuti aturan yang disepakati bersama. Dalam aktivitas jasmani Ada sekitar sepuluh tujuan yang dikembangkan, yaitu:

1. Mengembangkan dan membantu perkembangan siswa sebagai alat perubahan struktur dan fungsi sistem syaraf seperti perubahan dalam struktur otak dan perbaikan kemampuan perseptual kemampuan perseptual melibatkan visi, keseimbangan, dan sensasi mood gerak.
2. Mempromosikan fungsi kognitif melalui imitasi peran simbolik, pengembangan bahasa, dan penggunaan simbol-simbol di awal usia muda, dan mengembangkan kemampuan belajar strategis, membuat keputusan, mengintegrasikan informasi, dan memecahkan masalah-masalah pada perkembangan usia selanjutnya.
3. Memperkokoh dan memperkuat tulang dan mempromosikan serta memelihara jaringan-jaringan lemak tubuh, selain itu juga mengurangi komposisi lemak tubuh. Mengendalikan obesitas karena pengeluaran energi tubuh meningkat, meningkatkan selera makan, meningkatkan sistem metabolik tubuh, dan mengendalikan masa lemak tubuh.
4. Mengarahkan pada kematangan keterampilan syaraf-otot sebagai landasan penting keberhasilan berpartisipasi dalam kegiatan olahraga atau permainan, atau kegiatan waktu luang.
5. Meningkatkan kebugaran aerobik, daya tahan otot, power otot, dan kekuatan otot jantung yang diindikasikan melalui peningkatan volume detak jantung (stroke volume), *cardiac output*, dan hemoglobin total.
6. Mencegah beberapa penyakit dan menunda akibat efek penuaan. Aktivitas jasmani efektif memperlambat timbulnya penyakit jantung koroner karena mempengaruhi kekentalan darah, tekanan darah, obesitas, dan kapasitas kerja fisik, dan berkaitan dengan pengurangan penyakit atheroskeloritis.
7. Mengembangkan kompetensi sosial, alasan-moral, pemecahan masalah, dan kreativitas ketika pula meningkatnya self konsep dan self esteem sebagai indikasi dari peningkatan kompetensi dan kepercayaan diri, stabilitas emosional, independensi dan pengendalian diri.
8. Mempromosikan sikap positif kearah aktivitas jasmani yang mengarahkan pada gaya hidup aktif untuk masa-masa waktu luang yang dimiliki.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis data dan pengujian hipotesis, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Siswa SMA Taman Bhakti Madiun kurang berminat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler diluar kegiatan formal sehingga menurunkan interaksi sosial antar siswa tersebut.
2. Perkembangan Teknologi terutama kemudahan dalam memiliki dan menggunakan smartphone menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi nilai-nilai sosial siswa.
3. Kegiatan intrakurikuler sesuai kurikulum telah berjalan dengan cukup baik akan tetapi kegiatan ekstrakurikuler pendukung belum dikemas secara kreatif dan inovatif sehingga menarik siswa untuk mengikuti kegiatan tersebut.
4. Nilai-nilai sosial pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga lebih tinggi daripada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga, atau terdapat perbedaan nilai yang lebih tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

Ali Maksum. (2012). Metodologi Penelitian dalam Olahraga. Surabaya: Unesa University Press

Hernawan Asep Herry et al. (2013). Pengembangan Kurikulum dan Pembelajaran. Tangerang Selatan: Universitas Terbuka.

Pratama Bagas Sakti. (2012). Perbedaan Sikap Sosial antara Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga dan Siswa yang tidak Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri 3 Sentolo. Skripsi: UNY.

Basrowi. (2005). Pengantar Sosiologi. Bogor: Ghalia Indonesia

Permana Benny Criya. (2015). Perbedaan nilai sosial peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan non olahraga di SMAN 3 Yogyakarta. Skripsi: UNY

Direktorat Pembinaan SMA. (2010). Juknis Penyusunan Program Pengembangan Diri melalui Kegiatan Ekstrakurikuler di SMA. Jakarta:

Kemendikbud.

Durkheim Emile . (2011). *The Elementary Forms of The Religious Life*, terj, Yogyakarta: IRCiSoD

Purnomo Eko Dwi. (2016). Perbedaan nilai-nilai sosial peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan non olahraga di SMAN 1 Imogiri Skripsi: UNY

Gerungan. (1988). *Psikologi Sosial*. Bandung: PT Eresco

Hermanto. (2000). *Ekstrakurikuler di Sekolah*. Jakarta: Sinergi

Muin Idianto. (2006). *Sosiologi SMA/MA Jilid 1 untuk SMA/MA kelas X*. Jakarta: Erlangga.

Kemendikbud. (2013). *Permendikbud no 81 A tentang Implementasi Kurikulum*. Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan

Kimball Young. (2008). *Sociology and Sosial Life, (American Book Company, New York,)*, 1959

Komaruddin. (2009). *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press

Kun Maryati & Juju Suryawati. (2006). *Sosiologi untuk SMA dan MA kelas X*. Jakarta: Erlangga.

Lutan, Rusli. (2000). *Interaksi Kegiatan Intrakurikuler, kokulikuler dan ekstrakurikuler*. Bandung: Depdikbud

Megawangi, (2009). *Pendidikan Karakter*. Depok: Indonesia Heritage Foundation (IHF).

Ali Muhammad & Muhammad Asrori. (2004). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Bumi Aksara.

Nurgiantoro. (2011). *Penilaian Pembelajaran Bahasa (Berbasis Kompetensi)*. Yogyakarta: BPFE

Sorokin Pitirim. (2011). *Existential phenomenology and sociology Pitirim Sorokin. Journal sociology and social anthropolog*