



## Perbandingan Kecakapan Hidup (*Life Skill*) Antara Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Dan Ekstrakurikuler Non-Olahraga Di SMPN 1 Banyakan Kediri

Moch. Haris Arsada Laroibafi<sup>1</sup>, Rizki Burstiando<sup>1</sup>, Muhammad Yanuar Rizky<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas Nusantra PGRI Kediri

\*Email Korespondensi: [harisarsada@gmail.com](mailto:harisarsada@gmail.com)

Diterima:  
7 Agustus 2024

Dipresentasikan:  
10 Agustus 2024

Disetujui Terbit:  
08 Oktober 2024

### ABSTRAK

Kecakapan hidup adalah kemampuan individu menghadapi masalah tanpa tekanan, memungkinkan mereka untuk berpikir logis dan menyelesaikan masalah dengan sadar. Penelitian ini membandingkan kecakapan hidup antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan non-olahraga di SMPN 1 Banyakan Kediri. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan survei dan instrumen berupa angket. Sampel berjumlah 60 siswa, dengan analisis data menggunakan metode deskriptif kuantitatif, uji normalitas, dan uji t. Penelitian dilakukan untuk melihat perbedaan kecakapan hidup antara kedua kelompok siswa tersebut. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa, "Perbandingan Kecakapan Hidup (*Life Skill*) Antara Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Dan Ekstrakurikuler Non-Olahraga Di Smpn 1 Banyakan Kediri adalah Hasil peneltian dikategorikan dalam 4 kategori diantaranya yakni kategori rendah sebesar 0% banding 10%, kategori sedang 30% banding 30%, kategori tinggi sebesar 36,67% banding 16,67% dan kategori sangat tinggi 23,33% banding 43,33%. Maka dari itu hasil penelitian tersebut lebih cenderung ke ekstrakurikuler non olahraga persentase sebesar 43,33%. Berdasarkan dari nilai signifikan Perbandingan Kecakapan Hidup (*Life Skill*) Antara Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Dan Ekstrakurikuler Non-Olahraga Di Smpn 1 Banyakan Kediri dengan analisis nilai t hitung  $38,262 < t \text{ tabel } 1,672$  dan nilai sig  $0,667 > 0,05$ ,

**Kata Kunci** : Kecakapan hidup (*Life Skill*), ekstrakurikuler, Smpn 1 Banyakan.

### PENDAHULUAN

Pendidikan adalah keterampilan berpikir yang menentukan kesuksesan seseorang dalam menyelesaikan masalah (Muhammad Akbar Husein Allsabab et al., 2023). Pendidikan formal dan informal membantu menumbuhkan kepekaan sosial manusia, seperti yang dipikirkan oleh (Jhon Dewey, 2003). Praktik Pendidikan melibatkan pengetahuan dan keterampilan untuk membentuk pribadi yang berkarakter (M. Akbar Husein Allsabab et al., 2024). Pendidikan mendorong berpikir kritis dan rasional serta mengembangkan kemampuan dalam memecahkan masalah, seperti yang diajarkan di SMP.

Keterampilan hidup merupakan aspek penting untuk keberhasilan dalam berbagai bidang kehidupan, seperti komunikasi, pendidikan, dan interaksi sosial (Rohmanasari et al., 2018). Keterampilan hidup membantu seseorang dalam mengatasi tantangan sehari-hari dan meningkatkan kualitas hidup serta kesejahteraan di masa depan. Pendidikan yang berkualitas membantu generasi

muda untuk tumbuh dan berkembang secara sehat, sehingga mereka dapat diterima secara positif dalam masyarakat (Gerami et al., 2015). Perubahan dari masa remaja hingga dewasa melibatkan transformasi dalam interaksi sosial dan membentuk kepribadian serta kualitas individu. Kecakapan hidup dapat diperoleh melalui pendidikan formal dan informal, serta sangat penting untuk menyesuaikan diri dalam masyarakat (Prasertcharoensuk et al., 2015).

Permasalahan peserta didik umumnya terletak pada kemampuan bersosialisasi dengan individu lain, di mana mereka sering menghadapi perbedaan karakter yang belum matang secara emosional. Beberapa peserta didik memilih interaksi berdasarkan kemampuan mereka (Phillips & Pittman, 2003). Hal ini dapat membatasi hubungan sosial dalam aktivitas masyarakat, menyebabkan kesenjangan sosial (Stillman et al., 2009). Kurangnya kepercayaan diri membuat para siswa sulit beradaptasi dengan situasi yang dihadapi. Faktor lainnya termasuk kemampuan akademik, berpikir rasional, dan mengambil keputusan individu. Merupakan tugas pendidikan untuk mempersiapkan siswa sebagai generasi penerus dengan keterampilan yang sesuai kompetensi dan minat mereka untuk menghadapi perubahan hidup yang dinamis (Nuri et al., 2016)..

Kemampuan hidup peserta didik dapat ditingkatkan melalui kegiatan ekstrakurikuler sesuai keahlian siswa dari sekolah, orang tua, dan teman sebaya (Fredricks & Eccles, 2008). Kegiatan ini memberikan kesempatan untuk menumbuhkan kepercayaan diri, memecahkan masalah, dan membentuk karakter individu. Melalui partisipasi dalam ekstrakurikuler, peserta didik dapat menyampaikan pandangan mereka dengan lebih percaya diri, memperoleh informasi tambahan dalam bidang akademis, dan mengembangkan minat, bakat, dan keterampilan untuk kehidupan lebih lanjut (Wurdianto, 2020). Meskipun tujuan kegiatan ekstrakurikuler tidak selalu tercapai dalam meningkatkan prestasi, partisipasi dalam aktivitas tersebut dapat berhubungan positif dengan prestasi akademik.

Ghildiya, (2015) Olahraga membantu meningkatkan daya ingat dan kebugaran peserta didik. Manfaatnya meliputi hard skill, soft skill, dan perilaku positif. Kegiatan olahraga pada remaja membantu mengenal sifat individu dan kemampuan hidup. Penguasaan keterampilan yang diperoleh dari kegiatan ekstrakurikuler dapat meningkatkan kemampuan peserta didik, terutama bagi yang tidak melanjutkan pendidikan ke tingkat yang lebih tinggi. Kegiatan olahraga memberikan dampak positif pada kesehatan mental (Jones & Lavallee, 2009) dan memperkuat keterampilan hidup. Olahraga juga melatih kesehatan fisik dan psikososial, serta mengembangkan life skill yang penting dalam pembentukan pribadi remaja. Dalam konteks ini, ekstrakurikuler dibagi menjadi olahraga dan non olahraga, seperti Pramuka, Teater, band, MTQ, dan lainnya. Kegiatan ini membantu meningkatkan produktivitas life skill positif dan membentuk karakter siswa. Tujuan penelitian ini untuk menguji perbandingan kecakapan hidup (*Life Skills*) siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Olahraga dan ekstrakurikuler non-olahraga di SMPN 1 Banyakan serta Untuk mengetahui perbandingan kecakapan hidup antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan ekstrakurikuler non-olahraga.

## METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan komparatif. Ruang lingkup atau fokus dalam penelitian ini adalah membandingkan kecakapan hidup (*Life Skill*) siswa SMPN 1 Banyakan yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan mengikuti ekstrakurikuler non-olahraga. Sumber data yang digunakan dalam penelitian adalah data primer dan data sekunder. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMPN 1 Banyakan Kota Kediri. Teknik pengambilan sampel penelitian ini adalah total sampling yaitu siswa SMPN 1 Banyakan Kediri kelas 8 yang mengikuti ekstrakurikuler dan ekstrakurikuler non-olahraga. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah kuesioner. Data dianalisis melalui analisis regresi linier berganda dengan pengujian data menggunakan statistik deskriptif, uji validitas uji reliabilitas dan uji hipotesis.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi penelitian tentang perbandingan Kecakapan Hidup antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan non-olahraga di SMP 1 Banyakan Kota Kediri. Data dikumpulkan melalui kuesioner kepada 30 responden pada tanggal 10-19 Juni 2024 di luar jam belajar saat siswa latihan. Analisis data menggunakan SPSS versi 26 dari 25 pertanyaan. Adapun bentuk deskripsi dalam tabel sebagai berikut:

**Tabel 1.** Deskripsi statistik siswa ekstrakurikuler olahraga

Statistik	Nilai
Mean	60.90
Median	63.00
Mode	58
Std. Deviation	11.619
Minimum	3
Maximum	71

**Tabel 2.** Deskripsi Statistik siswa ekstrakurikuler non olahraga

Statistik	Nilai
Mean	60.43
Median	62.00
Mode	65
Std. Deviation	11.506
Minimum	3
Maximum	69

Berdasarkan hasil dari kedua tabel diatas dapat disimpulkan bahwa perbandingan Kecakapan Hidup (*Life Skill*) antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan ekstrakurikuler non-olahraga di SMP 1 Banyakan Kediri nilai rata-rata sebesar 60.90 dibandingkan dengan 60.43, nilai tengah 63.00 banding 62.00, nilai sering muncul sebesar 58 dibandingkan 65 dan standar deviasi sebesar 11.619 dibandingkan 11.506 sedangkan skor tertinggi sebesar 71 dibandingkan 69 dan skor terendah sebesar 3 banding 3.

**Tabel 3.** Norma Penilaian siswa ekstrakurikuler olahraga.

Kategori	Interval	Frekuensi	Persen%
Sangat Rendah	< 52	3	10 %
Rendah	52 – 56	0	0 %
Sedang	56 – 60	9	30 %
Tinggi	60 – 65	11	36,67 %
Sangat Tinggi	> 65	7	23,33 %

**Tabel 4.** Norma Penilaian siswa non ekstrakurikuler olahraga.

Kategori	Interval	Frekuensi	Persen%
Sangat Rendah	< 53	2	6,67 %
Rendah	53 – 57	1	10 %
Sedang	57 – 60	9	30 %
Tinggi	60 – 64	5	16,67 %
Sangat Tinggi	> 64	13	43,33 %

Berdasarkan kedua tabel di atas diketahui perbandingan Kecakapan Hidup (*Life Skill*) antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan ekstrakurikuler non-olahraga di SMP 1 Banyakan Kediri berada pada kategori sangat rendah sebesar 10 % banding 6,67%, kategori rendah sebesar 0% banding 10%, kategori sedang 30% banding 30%, kategori tinggi sebesar 36,67% banding 16,67% dan kategori sangat tinggi 23,33% banding 43,33%.

Validitas instrumen menunjukkan seberapa akurat instrumen tersebut dalam mencerminkan informasi yang dimaksud. Uji validitas dengan SPSS Seri 26 menghasilkan beberapa ekspresi salah karena r-number lebih kecil dari r tabel. Hal ini menandakan perlunya pengujian ulang terhadap jawaban kuisioner yang diteliti.

**Tabel 5.** Hasil Uji Validitas Ekstra Olahraga

Butir	R Hitung	R Tabel	Keterangan
1	0.783	>0.1255	Valid
2	0.411	>0.1255	Valid
3	0.620	>0.1255	Valid
4	0.370	>0.1255	Valid
5	0.689	>0.1255	Valid
6	0.727	>0.1255	Valid
7	0.049	<0.1255	Tidak Valid
8	0.969	>0.1255	Valid
9	0.885	>0.1255	Valid
10	0.031	<0.1255	Tidak Valid
11	0.793	>0.1255	Valid
12	0.110	<0.1255	Tidak Valid
13	0.935	>0.1255	Valid
14	0.635	>0.1255	Valid
15	0.095	<0.1255	Tidak Valid
16	0.103	>0.1255	Valid
17	0.037	>0.1255	Tidak Valid
18	0.745	>0.1255	Valid
19	0.769	>0.1255	Valid
20	0.899	>0.1255	Valid

Berdasarkan kedua tabel di atas diketahui perbandingan, Kecakapan Hidup (*Life Skill*) antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMP 1 Banyakan

Kediri, data yang dinyatakan valid sebesar 15 dan data tidak valid berjumlah 5 dari jumlah keseluruhan data.

**Tabel 6** Hasil Uji Validitas Non Ekstra Olahraga

Butir	R Hitung	R Tabel	Keterangan
1	0.770	>0.1034	Valid
2	0.140	>0.1034	Valid
3	0.610	>0.1034	Valid
4	0.447	>0.1034	Valid
5	0.881	>0.1034	Valid
6	0.790	>0.1034	Valid
7	0.021	<0.1034	Tidak Valid
8	0.060	<0.1034	Tidak Valid
9	0.804	>0.1034	Valid
10	0.027	<0.1034	Tidak Valid
11	0.798	>0.1034	Valid
12	0.573	>0.1034	Valid
13	0.896	>0.1034	Valid
14	0.028	<0.1034	Tidak Valid
15	0.508	>0.1034	Valid
16	0.677	>0.1034	Valid
17	0.711	>0.1034	Valid
18	0.063	<0.1034	Tidak Valid
19	0.741	>0.1034	Valid
20	0.819	>0.1034	Valid

Berdasarkan hasil pengujian tabel di atas diketahui perbandingan Kecakapan Hidup (*Life Skill*) antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non-olahraga di SMP 1 Banyakan Kediri, data valid berjumlah 15 dan data tidak valid berjumlah 5. Uji reliabilitas menggunakan Cronbach's alpha 0,475 menunjukkan instrumen stabil, reliabel, dan signifikan ( $r$ -tabel,  $r$  kritis 0,05).

**Tabel 7. Hasil Uji Realibilitas Ekstrakurikuler Olahraga**

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.475	20

**Tabel 8. Hasil Uji Realibilitas Non Ekstrakurikuler Olahraga**

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.299	20

Pengujian reliabilitas pada penelitian dengan Cronbach's alpha 0,299, sedangkan signifikansi nilai  $r$  kritis (uji dua sisi) adalah 0,05 dan konfirmasi 0,1034. Hasil tersebut dapat dilihat pada  $r$ -tabel dan dapat disimpulkan bahwa instrumen tersebut reliabel karena  $0,299 > 0,1034$ .

Uji hipotesis digunakan untuk menganalisis perbedaan dalam Kecakapan Hidup siswa antara ekstrakurikuler olahraga dan non-olahraga di SMP 1 Banyakan Kediri menggunakan uji  $t$ . Hipotesis menunjukkan ada perbedaan antara keduanya. Adapun hasil analisis uji  $t$  dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 9. hasil Uji t (independent sampel t test)

Tingkat Sportivitas	Mean	T hitung	T tabel	Df	Sig
Ekstrakurikuler olahraga	60,90	38.262	1,672	58	0,667
Ekstrakurikuler Non olahraga	60,43				

Berdasarkan hasil uji t pada tabel diatas, diperoleh nilai mean ekstrakurikuler olahraga terdapat 60,90 dan ekstrakurikuler non olahraga 60,43 maka tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbandingan yang signifikan antara perbandingan Kecakapan Hidup (*Life Skill*) antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan ekstrakurikuler non- olahraga di SMP 1 Banyakan Kediri. Hasil tersebut lebih cenderung ke Ekstrakurikuler Olahraga.

Dalam Penelitian ini membahas tentang perbandingan Kecakapan Hidup (*Life Skill*) antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan ekstrakurikuler non- olahraga di SMP 1 Banyakan Kediri. Kecakapan Hidup (*Life Skill*) adalah merupakan kemampuan yang dimiliki individu dalam menghadapi suatu permasalahan secara sadar dan wajar tanpa tekanan, kemudian dengan bijak menyikapi hal tersebut secara logis dalam menyelesaikannya untuk mencari solusi atas permasalahan yang dihadapi.

Moh. Uzer Usman, (2017) mengemukakan bahwa ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah dengan maksud untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimiliki oleh peserta didik dari berbagai bidang studi. Hasil dari penelitian yang telah disajikan dalam bentuk deskriptif persentase tentang perbandingan Kecakapan Hidup (*Life Skill*) antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan ekstrakurikuler non- olahraga di SMP 1 Banyakan Kediri berada pada kategori sangat tinggi sebesar 23,33% banding 43,33%. Hasil penelitian dikategorikan dalam 4 kategori diantaranya yakni kategori rendah sebesar 0% banding 10%, kategori sedang 30% banding 30%, kategori tinggi sebesar 36,67% banding 16,67% dan kategori sangat tinggi 23,33% banding 43,33%. Berdasarkan perbedaan perhitungan deskriptif pada persentase jawaban angket terhadap siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan ekstrakurikuler non- olahraga di SMP 1 Banyakan Kediri hasil penelitian dikategorikan sangat tinggi. Maka dari itu hasil penelitian tersebut lebih cenderung ke ekstrakurikuler olahraga. Menurut Mustari (2011: 13-15) kejujuran ialah tindakan yang dapat dipercaya berdasarkan perkataan, tindakan, dan pekerjaan, baik terhadap dirinya sendiri maupun orang lain.

Untuk mengetahui uji hipotesis nilai koefisien independen sampel t-test, nilai t hitung diperoleh sebesar 38,262. Hasil tersebut dapat dibandingkan dengan t tabel 1,672, sehingga dapat diketahui bahwa t-hitung lebih besar dari t-tabel yakni  $38,262 > 1,672$ . Hasil tersebut menunjukkan terjadi perbedaan antara siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan ekstrakurikuler non- olahraga di SMP 1 Banyakan Kediri.

Terdapat perbedaan yang signifikan antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan ekstrakurikuler non-olahraga di SMP 1 Banyakan Kediri. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pendidikan Kecakapan Hidup (*life skills*) memiliki makna lebih luas bukan sekedar keterampilan bekerja maupun

keterampilan manual, tetapi Pendidikan kecakapan hidup bertujuan untuk menyiapkan individu agar memiliki keberanian dan kemauan menghadapi permasalahan hidup secara wajar tanpa merasa tertekan kemudian secara rasional dapat menemukan solusi serta mampu mengatasinya. Hal tersebut menyebabkan adanya perbedaan yang signifikan antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan non ekstrakurikuler olahraga. Dikarenakan siswa ekstrakurikuler olahraga mendapatkan persentase 23,33% dan ekstrakurikuler olahraga mendapatkan persentase 43,33%. Untuk itu diharapkan guru ekstrakurikuler olahraga dapat memperbaiki lagi terhadap minat siswa.

#### Perbedaan Ekstrakurikuler dan Ekstrakurikuler Non Olahraga

Perbedaan	
Estrakurikuler	Estrakurikuler non olahraga
Estrakurikuler olahraga life skill dalam ekstra olahraga lebih efisien dan efektif sehingga meningkatkan kinerja dan produktifitas lebih baik. Contohnya adalah dengan memiliki kemampuan manajemen waktu yang baik, kedisiplinan, dan menaati peraturan kita dapat menjadi orang yang berprestasi	Estrakurikuler non olahraga life skill dalam ekstra non olahraga karena kurang efisien dan kurang efektif sehingga tidak dapat meningkatkan kinerja dan produktifitas yang lebih baik.

Dari nilai mean ekstrakurikuler olahraga dan ekstrakurikuler non olahraga maka tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbandingan yang signifikan antara perbandingan Kecakapan Hidup (*Life Skill*) antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan ekstrakurikuler non- olahraga di SMP 1 Banyakan Kediri. Hasil tersebut lebih cenderung ke Ekstrakurikuler Olahraga. Terdapat perbedaan yang signifikan antara ekstrakurikuler olahraga dan non olahraga.

#### KESIMPULAN

Berdasarkan data yang telah terkumpul, kemudian diolah, dan dianalisis menggunakan komputer statistik SPSS versi 26. Secara umum penelitian ini menjawab permasalahan yang diajukan, demikian juga hipotesis yang merupakan arah kegiatan penelitian ini telah diuji maka dapat disimpulkan sebagai berikut: siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan ekstrakurikuler non- olahraga di SMP 1 Banyakan Kediri, dapat dikategorikan dengan skor sangat baik, hasil penelitian tersebut lebih cenderung ke ekstrakurikuler olahraga, dan terdapat perbandingan yang signifikan perbandingan Kecakapan Hidup (*Life Skill*) antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan ekstrakurikuler non- olahraga di SMP 1 Banyakan Kediri.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Allsabah, M. Akbar Husein, Sugito, Puspodari, & Weda. (2024). Football players' satisfaction with the quality of services provided by youth football coaching clubs. *Sport TK, 13*, 1–15. <https://doi.org/10.6018/sportk.551561>
- Allsabah, Muhammad Akbar Husein, Putra, R. P., & Sugito. (2023). Body mass index and physical fitness level of elementary school students. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education, 4*(3), 215–229. [https://doi.org/https://doi.org/10.25299/esijope.2023.vol4\(3\).13775](https://doi.org/https://doi.org/10.25299/esijope.2023.vol4(3).13775)



- Anshori, M., & Iswati, S. (2019). *Metodologi penelitian kuantitatif: edisi 1*. Airlangga University Press.
- Anwar, *Pendidikan Kecakapan Hidup (Life Skill Education)* (Bandung: Alfabeta 2006), 21
- Burhaein, E., Sukoco, S., & Ghautama, W. S. (2018). Dimensi Life Skill Berbasis Unified Sports Soccer Program Pada Pendidikan Jasmani Tunagrahita. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 7(2), 130-141.
- D.E.Brolin, *Life Centered Career Education: A Competency Based Approach* (Reston, VA: The Council for Exceptional Children, 1989), 20.
- Departemen Pendidikan Nasional, Surat Keputusan Menteri Pendidikan Nasional R.I. Nomor 125/U/2002 tentang *Kalender Pendidikan dan Jumlah Jam Belajar Efektif di Sekolah* tanggal 31 Juli 2002.
- Departemen Pendidikan Nasional, Surat Keputusan Menteri Pendidikan Nasional R.I. Nomor 125/U/2002 tentang *Kalender Pendidikan dan Jumlah Jam Belajar Efektif di Sekolah* tanggal 31 Juli 2002.
- Gunawan, I. (2016). Metode penelitian kuantitatif. *Retrieved June, 7, 2017*.
- Jamal Ma'mur Asmani, *Sekolah Life Skill Lulus Siap Kerja* (Yogyakarta: Diva Press, 2009), 67.
- Jannah, M., Latuconsina, H., & Widiarti, A. (2021). Pengaruh Kegiatan Ekstrakurikuler Terhadap Perkembangan Life Skill Peserta Didik Kelas XI Smk Putra Rifara Kabupaten Tangerang. *JBES*, 2(1).
- Lukman Hakim, *Perencanaan Pembelajaran* (Bandung: Wacana Prima, 2007), 217
- 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).
- Rodriquez, E. I. S., Dwiyogo, W. D., & Supriyadi, S. (2020). Blended Learning Matakuliah Sepakbola untuk Mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 5(2), 206-213.
- 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.
- Rohmat Mulyana, *Mengartikulasi Pendidikan Nilai* (Cet. I; Bandung: Alfabeta, 2004), h.
- Septiawan Santana Kurnia, "Quantum Learning Bagi Pendidikan Jurnalistik (Studi Pembelajaran Jurnalistik Yang Berorientasi Pada *Life Skill*)", dalam jurnal *Pendidikan Dan Kebudayaan* (Jakarta: Balitbang Diknas, 2002), 103.
- Suharsimi Arikunto, *Pengelolaan Kelas dan Siswa* (Jakarta: CV. Rajawali, 1988), h. 57.



Wartanto, “Pengembangan Model Pengelolaan Kursus Ketrampilan Berbasis Life Skill Dengan Menerapkan Prosedur Mutu Di Sanggar Kegiatan Belajar” (Disertasi Doktor., Universitas Negeri Semarang, Semarang, 2007), 51.