

**PENGARUH KEGIATAN EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA TERHADAP
KETERAMPILAN SOSIAL SISWA SEKOLAH DASAR GUGUS II KASIHAN
BANTUL**

Adelbertus Chun Chun¹, Bahtiyar Heru Susanto²

¹PGSD Universitas PGRI Yogyakarta

[1adelbertuschunchun@gmail.com](mailto:adelbertuschunchun@gmail.com), [2bahtiyar@upy.ac.id](mailto:bahtiyar@upy.ac.id)

ABSTRACT

This study aims to examine the effect of sports extracurricular activities on the social skills of elementary school students in Cluster II Kasihan, Bantul. The research employed a quantitative approach with a correlational design. The population consisted of all elementary school students in Cluster II Kasihan Bantul, with a sample of 110 students selected using purposive sampling, specifically students who participated in sports extracurricular activities. Data were collected through closed-ended questionnaires using a four-point Likert scale and analyzed using Pearson correlation and simple linear regression. The results showed a Pearson correlation coefficient of 0.743 with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a strong and positive relationship between sports extracurricular activities and students' social skills. Furthermore, the regression analysis revealed an R Square value of 0.552, meaning that sports extracurricular activities contributed 55.2% to the variation in students' social skills. These findings indicate that sports extracurricular activities have a significant effect on improving elementary school students' social skills. Therefore, optimizing sports extracurricular programs is important to support students' social development at the elementary education level.

Keywords: Sports Extracurricular Activities, Social Skills, Elementary School Students

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kegiatan ekstrakurikuler olahraga terhadap keterampilan sosial siswa sekolah dasar di Gugus II Kasihan Bantul. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Populasi penelitian adalah seluruh siswa sekolah dasar di Gugus II Kasihan Bantul, dengan sampel sebanyak 110 siswa yang ditentukan melalui teknik purposive sampling, yaitu siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket tertutup dengan skala Likert empat tingkat. Data dianalisis menggunakan uji korelasi Pearson dan analisis regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan nilai koefisien korelasi Pearson sebesar 0,743 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan positif antara kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan keterampilan sosial siswa. Hasil analisis regresi

menunjukkan nilai R Square sebesar 0,552, yang berarti bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga memberikan kontribusi sebesar 55,2% terhadap keterampilan sosial siswa. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga berpengaruh signifikan terhadap peningkatan keterampilan sosial siswa sekolah dasar.

Kata Kunci: Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga, Keterampilan Sosial, Siswa Sekolah Dasar

A. Pendahuluan

Pendidikan menjadikan kunci yang sangat berpengaruh dalam mencetak serta membentuk sumber daya manusia dengan hasil yang diharapkan yang tidak hanya cerdas dalam hal intelektual, tetapi juga unggul dalam aspek sosial. Terlebih pada pendidikan sekolah dasar sebagai pijakan awal dalam jenjang pendidikan formal, memiliki peranan strategis dalam membentuk pembentukan semua insan karakter dan keterampilan hidup siswa yang dikuatkan oleh (Melianti et al., 2023) bahwasanya pendidikan nasional yang tertuang dalam Pasal 3 Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.

Pendidikan nasional bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Kuasa berkembang menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung

jawab, berakhlak mulia, sehat walafiat, berilmu, cakap, kreatif, dan mandiri, serta membentuk pribadi masyarakat yang bermartabat dan mencerdaskan kehidupan bangsa. Lebih mengerucut pada pendidikan dasar dari (Syaodih, 2021), pendidikan dasar merupakan jenjang pendidikan yang sangat fundamental, mendasari pendidikan selanjutnya, yaitu pendidikan menengah dan tinggi, yang dimanifestasikan dalam bentuk sekolah dasar (SD), Madrasah Ibtidaiyah (MI), sekolah menengah pertama (SMP), dan Madrasah Tsanawiyah (MTs).

Keterampilan sosial menjadi titik point yang kurang menjadi perhatian yang penting, padahal semestinya keterampilan sosial harus menjadi salah satu fokus utama dalam proses pendidikan, khususnya di jenjang sekolah dasar. Dalam kehidupan bermasyarakat yang semakin kompleks dan beragam, kemampuan untuk berinteraksi secara efektif,

menghargai perbedaan, bekerja sama dalam kelompok, serta menyelesaikan konflik secara konstruktif merupakan bekal penting yang perlu ditanamkan sejak dini. Jika keterampilan ini tidak diperhatikan, akan muncul dampak genting seperti kasus dari (Ruswan et al., 2021) yang menunjukkan lima siswa di SD N 3 Selawi memiliki kecenderungan menggunakan bahasa kasar dalam komunikasi sehari-hari, serta kasus bully pada anak usia sekolah dasar di Desa Gribig yang diungkapkan oleh (Aristiani et al., 2021). Kasus-kasus tersebut menunjukkan bahwa keterampilan sosial bukanlah hal yang remeh dan harus disikapi secara matang.

Sejalan dengan permasalahan serius akibat terlantarnya keterampilan sosial di sekolah dasar sebagai pijakan awal pendidikan, maka kegiatan ekstrakurikuler olahraga berperan dalam membantu siswa mengasah keterampilan sosial serta memperkuat kemampuan mereka dalam berinteraksi dengan sesama dan mencegah munculnya perilaku menyimpang. Menurut (Wahyudi et al., 2024), pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan tambahan di luar jam

pelajaran yang bertujuan untuk memperluas wawasan dan kemampuan siswa serta menumbuhkan motivasi untuk mencapai prestasi olahraga yang tinggi. Kegiatan ini tidak hanya berfokus pada pengembangan fisik, tetapi juga berkontribusi dalam membentuk siswa yang cakap, cerdas, sehat, serta bertanggung jawab.

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga menjadi salah satu media yang strategis dalam mengasah keterampilan sosial siswa. Dalam aktivitas olahraga, siswa belajar mengenai kerja sama tim, sportivitas, disiplin, serta tanggung jawab. Situasi kompetitif maupun kolaboratif memberikan pengalaman langsung kepada siswa untuk berinteraksi, mengelola emosi, dan membangun sikap positif terhadap sesama. Hal ini sejalan dengan pendapat (Karina Nur Safitri et al., 2024) bahwa kebugaran jasmani tidak hanya berkaitan dengan kemampuan fisik anak, tetapi juga dengan kesehatan mental dan emosional yang termasuk indikator keterampilan sosial yang baik.

Berdasarkan observasi peneliti di Gugus II Kasihan Bantul pada SD Negeri 1 Kadipiro, SD Negeri

Rejodadi, dan SD Mutiara Persada, ditemukan berbagai permasalahan keterampilan sosial seperti penggunaan kata-kata kasar, kurang tertib dalam berinteraksi, serta rendahnya rasa percaya diri siswa. Hasil wawancara dengan guru olahraga dan pegawai sekolah juga menunjukkan bahwa keterampilan sosial siswa belum berkembang secara optimal. Selain itu, hanya 42,86% sekolah dasar di Gugus II Kasihan yang menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler olahraga, yang menandakan belum optimalnya pemanfaatan kegiatan tersebut sebagai sarana peningkatan keterampilan sosial siswa.

Dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai hubungan keterlibatan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga dengan keterampilan sosial yang mereka miliki, serta mampu menjawab tantangan pendidikan dasar dalam membentuk siswa yang tidak hanya unggul secara akademik, tetapi juga baik dalam aspek sosial.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional yang bertujuan

untuk mengetahui hubungan dan pengaruh kegiatan ekstrakurikuler olahraga terhadap keterampilan sosial siswa sekolah dasar. Penelitian dilaksanakan pada bulan Oktober 2025 hingga Januari 2026 di Gugus II Kasihan Bantul, dengan lokasi penelitian meliputi tiga sekolah dasar yang memiliki kegiatan ekstrakurikuler olahraga, yaitu SD Negeri 1 Kadipiro, SD Negeri Rejodadi, dan SD Mutiara Persada.

Populasi penelitian adalah seluruh siswa sekolah dasar di Gugus II Kasihan Bantul yang berjumlah 1.465 peserta didik. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik non-probability sampling dengan metode purposive sampling berdasarkan kriteria siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga, sehingga diperoleh 110 siswa sebagai responden penelitian.

Variabel penelitian terdiri atas kegiatan ekstrakurikuler olahraga sebagai variabel bebas dan keterampilan sosial siswa sebagai variabel terikat. Data dikumpulkan menggunakan angket tertutup dengan skala Likert empat pilihan jawaban, yang disusun berdasarkan indikator masing-masing variabel. Instrumen penelitian diuji validitas dan

reliabilitasnya menggunakan korelasi Pearson Product Moment dan Alpha Cronbach sebelum digunakan dalam pengumpulan data.

Analisis data diawali dengan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov. Data yang berdistribusi normal dianalisis menggunakan uji korelasi Pearson untuk mengetahui hubungan antarvariabel serta analisis regresi linier sederhana untuk mengetahui pengaruh kegiatan ekstrakurikuler olahraga terhadap keterampilan sosial siswa. Analisis persentase juga digunakan untuk mendeskripsikan tingkat keterlibatan siswa dan keterampilan sosial siswa.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan Hasil Penelitian

Penelitian ini melibatkan 110 siswa sekolah dasar di Gugus II Kasihan Bantul yang sedang atau pernah mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Sebelum pengumpulan data utama, instrumen penelitian terlebih dahulu diuji coba kepada 30 siswa sekolah dasar yang memiliki karakteristik serupa dengan responden penelitian. Hasil uji coba instrumen menunjukkan bahwa dari 40 butir pernyataan, sebanyak 31 butir dinyatakan valid dan digunakan dalam

penelitian utama. Uji reliabilitas menghasilkan nilai Alpha Cronbach sebesar 0,922, yang menunjukkan bahwa instrumen memiliki tingkat reliabilitas sangat tinggi. Berikut disajikan hasil uji reliabilitas:

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.922	31

Gambar 1 Uji Reliabilitas

Uji normalitas data menggunakan Kolmogorov–Smirnov menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,120 ($p > 0,05$), sehingga data dinyatakan berdistribusi normal dan memenuhi syarat untuk dilakukan analisis statistik lanjutan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1 Hasil Uji Normalitas

Mean	Standard Deviation	N	Test Statistic	Sig
0.0000000	3.375	110	0.077	0.120

Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,743 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hasil ini

menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan positif antara kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan keterampilan sosial siswa. Artinya, semakin baik keterlibatan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga, maka semakin tinggi pula keterampilan sosial yang dimiliki siswa. Berikut disajikan tabel hasil dari uji korelasi pearson:

Tabel 2 Uji Korelasi Pearson

Pearson Correlation (r)	Sig. (2-tailed)	N
0.743	0.000	110

Hasil analisis regresi linier sederhana menunjukkan nilai R Square sebesar 0,552. Hal ini berarti bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga memberikan kontribusi sebesar 55,2% terhadap variasi keterampilan sosial siswa, sedangkan 44,8% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Koefisien regresi bernilai positif dan signifikan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga berpengaruh signifikan terhadap keterampilan sosial siswa sekolah dasar.

Temuan tersebut diperkuat oleh hasil uji hipotesis melalui uji

korelasi Pearson yang menghasilkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,743 dengan nilai signifikansi 0,000, sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_1) diterima. Hasil ini menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan positif antara kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan keterampilan sosial siswa, yang menegaskan bahwa semakin baik keterlibatan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga, maka semakin tinggi pula keterampilan sosial yang dimiliki siswa.

Pembahasan

1. Keterlaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga di Sekolah Dasar se-Gugus II Kasihan Bantul

Keterlaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga di sekolah dasar se-Gugus II Kasihan Bantul berada pada kategori sangat baik dengan persentase sebesar 85,32%. Nilai tersebut diperoleh dari perbandingan skor aktual sebesar 5.631 dengan skor ideal sebesar 6.600 yang dihitung dari 15 butir pernyataan menggunakan skala penilaian empat tingkat pada 110 responden. Hasil ini menunjukkan

bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga telah terlaksana secara optimal, ditandai dengan keterlibatan siswa, keberlanjutan kegiatan, ketersediaan sarana prasarana, serta peran pembina yang mendukung. Temuan ini sejalan dengan penelitian Wahyudi et al. (2024) yang menyatakan bahwa pengelolaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang baik memberikan dampak positif terhadap perkembangan peserta didik.

2. Tingkat Keterampilan Sosial Siswa di Sekolah Dasar se-Gugus II Kasihan Bantul

Tingkat keterampilan sosial siswa sekolah dasar se-Gugus II Kasihan Bantul berada pada kategori sangat baik dengan persentase sebesar 84,45%. Persentase tersebut diperoleh dari skor aktual sebesar 5.945 dibandingkan dengan skor ideal sebesar 7.040 yang dihitung dari 16 butir pernyataan menggunakan skala penilaian empat tingkat pada 110 responden. Hasil ini menunjukkan bahwa siswa telah memiliki kemampuan sosial yang baik dalam berinteraksi, bekerja

sama, dan mengelola perilaku sosial. Temuan ini sejalan dengan teori Aisah (2016) serta didukung oleh penelitian Barokah et al. (2024) yang menyimpulkan bahwa keterampilan sosial siswa berkembang melalui pengalaman interaksi sosial dan keterlibatan dalam kegiatan kelompok maupun aktivitas non-akademik.

3. Terdapat Pengaruh Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Terhadap Keterampilan Sosial Siswa Sekolah Dasar se-Gugus II Kasihan Bantul

Hasil analisis menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan keterampilan sosial siswa sekolah dasar se-Gugus II Kasihan Bantul. Uji korelasi Pearson menghasilkan koefisien korelasi sebesar 0,743 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan hubungan positif dan kuat antara kedua variabel. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar berikut:

Correlations			
		X	Y
X	Pearson Correlation	1	.743**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	110	110
Y	Pearson Correlation	.743**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	110	110

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Gambar 2 Uji Korelasi

Analisis regresi linier sederhana menunjukkan nilai R Square sebesar 0,552, yang berarti bahwa 55,2% variasi keterampilan sosial siswa dapat dijelaskan oleh keterlibatan dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Koefisien regresi bernilai positif, yang menunjukkan bahwa peningkatan partisipasi siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga berkontribusi terhadap peningkatan keterampilan sosial. Hasil ini memperkuat temuan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa kegiatan olahraga ekstrakurikuler berperan penting dalam pengembangan karakter sosial siswa sekolah dasar.

Coefficients ^a					
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	Sig.
		B	Std. Error	Beta	
1	(Constant)	10.824	3.762		2.877
	X	.844	.073	.743	11.532

a. Dependent Variable: Y

Gambar 3 Hasil Uji Regresi

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga di sekolah dasar se-Gugus II Kasihan Bantul terlaksana dalam kategori sangat baik. Tingkat keterampilan sosial siswa juga berada pada kategori sangat baik. Hasil analisis korelasi dan regresi menunjukkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga memiliki hubungan yang kuat dan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan sosial siswa sekolah dasar, dengan kontribusi sebesar 55,2%. Hal ini menunjukkan bahwa keterlibatan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga berperan penting dalam meningkatkan kemampuan berinteraksi, bekerja sama, sportivitas, dan tanggung jawab sosial siswa. Oleh karena itu, kegiatan ekstrakurikuler olahraga perlu dioptimalkan sebagai salah satu strategi pendidikan untuk mendukung perkembangan sosial siswa sekolah dasar.

DAFTAR PUSTAKA

Aisah. (2016). *Penerapan Model Pembelajaran Problem Based Learning untuk Meningkatkan*

- Keaktifan Belajar Siswa Kelas V SDN 1 Batembat*. 2019, 1–23.
- 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.
- Aristiani, N., Kanzunnudin, M., & Fajrie, N. (2021). Perilaku Bullying pada Anak Usia Sekolah Dasar di Desa Gribig, Kudus. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 4(2).
<https://doi.org/10.24176/jpp.v4i2.5989>
- Barokah, A., Rossi, A. R. Z., Habibah, H., Khopipah, K., & Wibirutami, T. (2024). Peran Kegiatan Ekstrakurikuler dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa Sekolah Dasar (SD). *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4, 13835–13847.
- Dandi, M., & Nurhidayat, N. (2022). Analisis Tingkat Kedisiplinan Siswa dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler. *Jurnal Porkes*, 5(1), 272–282.
<https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1.5739>
- Karina Nur Safitri, Salma Irdhillah, Mila Deskia, Moch Fitran Naufaldy, Restu Rahayu, Nazwa Kusumawicitra, Selvi Triwanvi, Agus Mulyana, & Agus Mulyana. (2024). Pembelajaran Penjasorkes Di Sekolah Dasar: Manfaat Olahraga Untuk Kesehatan Tubuh. *Sinar Dunia: Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Ilmu Pendidikan*, 3(2), 44–56.
<https://doi.org/10.58192/sidu.v3i2.2108>
- Ilmiah, J., Terpadu, M., Badri, A., Rajab, F., Ketrina, C., Ketaren, B., Surbakti, R. M., Sitorus, W., & Medan, U. N. (2024). Pentingnya olahraga untuk kesehatan optimal. 8(9), 177–181.
- Melianti, E., Handayani, D., Novianti, F., Syahputri, S., & Hasibuan, S. A. (2023). Pentingnya Pendidikan Yang Ada di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5(1), 3549–3554
- Noor Yanti, Rabiatal Adawiah, H. M. (2016). Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Dalam Rangka Pengembangan Nilai-Nilai Karakter Siswa Untuk Menjadi Warga Negara Yang Baik Di Sma Korpri Banjarmasin. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan*, 6(11), 963–970.
- Rasyono. (2016). Ekstrakurikuler Sebagai Dasar Pembinaan Olahraga Pelajar. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 3(1), 44–49.
- Ruswan, A., Suhaedah, & Nurunnahar, I. (2021). Analisis perilaku berbicara kasar siswa sekolah dasar dengan pendekatan fenomenologi. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Dasar PGSD*, 597–607.
<http://proceedings.upi.edu/index>

<http://semnaspqsdpwk%0AAnalisis>
[s](#)

- Setiawan, N. (2015). Diklat Metodologi Penelitian Sosial. *Inspektorat Jenderal Departemen Pendidikan Nasional Daftar*, 25–28.
<http://pustaka.unpad.ac.id/wp-content/uploads/2009/03/teknik-sampling1.pdf>
- Syaodih, E. (2021). Evaluasi Kurikulum Pendidikan Dasar: Satu Usulan. *Inovasi Kurikulum*, 6(2), 54–73.
<https://doi.org/10.17509/jik.v6i2.35700>
- Wahyudi, E., Demon, F. D., & Afandi, A. (2024). *Pengaruh Program Ekstrakurikuler Olahraga Untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa*. 2(1), 31–40.