
Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler

Agnesita Sekar Arumdani

Fakultas Keguruan Ilmu dan Pendidikan Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga

Email:292015100@student.uksw.edu

Abstract

The purpose I made this article is learning to know about extracurricular activities for the elementary school. This article is based on my opinion, analysis scientific, and theoretical review. The result from my thought is can be concluded that to increase student's confidence the school can do that with extracurricular activities. Program extracurricular divided into two types there are extracurricular required (scouting) and extracurricular preference. Strategy the teacher to increase student confidence gives them reinforcement and a developmental approach.

Keywords: Confidence, Extracurricular Activities, Extracurricular Required, Extracurricular Preference



Licensees may copy, distribute, display and perform the work and make derivative works and remixes based on it only if they give the author or licensor the credits ([attribution](#)) in the manner specified by these. Licensees may copy, distribute, display, and perform the work and make derivative works and remixes based on it only for [non-commercial](#) purposes.

PENDAHULUAN

Seiring berjalannya waktu kurikulum sudah beberapa kali mengalami pembaharuan. Mulai dari kurikulum 1968 hingga kurikulum 2013. Pada kurikulum 2013 siswa tidak hanya mengasah kemampuannya pada kompetensi pengetahuan saja. Dengan adanya pembaharuan kurikulum ini siswa harus mencapai tiga kompetensi yaitu pengetahuan, sikap, dan keterampilan. Oleh karena itu, diharapkan siswa dapat berperan aktif dalam kegiatan pembelajaran. Kenyataannya, masih banyak siswa yang kurang aktif dalam pembelajarannya dan kepercayaan diri siswa masih rendah dalam menggali potensi yang dimilikinya.

Dalam dunia pendidikan siswa juga perlu mengembangkan ide kreativitasnya agar lebih percaya diri dan memiliki

keberanian dalam mengekspresikan pemikiran, serta gagasan yang dimilikinya. Oleh karena itu, dalam membangun kepercayaan diri siswa dapat melakukan aktivitas melalui kegiatan yang berkaitan dengan minat dan bakat yang dimiliki oleh siswa sehingga siswa dapat mengasah kemampuannya. Pihak sekolah dapat menyediakan fasilitas program kegiatan yang dapat membantu siswa dalam mengembangkan bakatnya yaitu dengan melalui kegiatan ekstrakurikuler.

Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler dalam berbagai sekolah belum terlaksana dengan baik hanya saja masih terdapat sekolah yang belum melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler. Pada tingkat sekolah dasar kegiatan ekstrakurikuler wajib yang sering dilakukan adalah kegiatan pramuka. Akan tetapi pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler yang

berkaitan dengan minat dan bakat siswa masih kurang. Misalnya saja, kurangnya ekstrakurikuler pilihan seperti kegiatan ekstrakurikuler dalam bidang seni budaya dan seni olahraga di beberapa sekolah. Oleh karena itu, saya ingin memaparkan tentang pengembangan kegiatan ekstrakurikuler di tingkat sekolah dasar.

PEMBAHASAN

Pengertian Kepercayaan Diri

Menurut Hakim yang dikutip pada Gapi (2015), kepercayaan diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya.

Thantaway dalam Gapi (2015) percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuatu tindakan.

Menurut Aunurrahma dalam Syam & Amri (2017), percaya diri adalah salah satu kondisi psikologi seseorang yang berpengaruh terhadap aktivitas fisik dan mental dalam proses pembelajaran.

Berdasarkan dari beberapa pengertian diatas dapat diartikan bahwa suatu keyakinan dalam diri seseorang yang dapat melakukan suatu aktivitas dan yang berkaitan dengan fisik dan mental seseorang.

Kepercayaan diri seseorang memiliki ciri-ciri berikut: 1) Memiliki persepsi yang positif dalam dirinya; 2) Mampu bertanggung jawab; 3) Memiliki daya tahan tinggi untuk bekerja keras dan berprestasi; 4) Berani menghadapi masalah dan menyelesaikannya; 5) Mampu mengatur dan mengurus dirinya; dan 6) Mampu menghadapi kegagalan.

Faktor Kurangnya Kepercayaan Diri Siswa

Faktor Internal (Berasal dari dalam Diri Siswa)

Rasa percaya diri dapat tumbuh karena adanya pengakuan dari lingkungan. Dalam mencapai keberhasilan pada potensi

yang dimilikinya merupakan tahap pembuktian perwujudan diri yang telah diakui oleh guru dan teman-temannya. Semakin sering siswa mampu menyelesaikan tugasnya dengan baik maka rasa percaya dirinya akan meningkat. Dan apabila siswa kurang kepercayaan diri maka siswa akan merasa lemah pada percaya dirinya.

Motivasi merupakan kekuatan mental yang mendorong siswa dalam meningkatkan kepercayaan dirinya. Motivasi dapat diberikan penjelasan tentang pentingnya menggali potensi diri untuk menjadi bekal di masa yang akan datang. Bila seseorang merasa membutuhkan ilmu dengan tumbuh di dalam dirinya siswa akan mencari ilmu itu sendiri. Sehingga siswa akan menjadi lebih semangat untuk mengasah potensi yang dimilikinya.

Faktor Eksternal (Berasal dari Diri Siswa)

Menurut pendapat Kurniawan dan Karyono dalam Dahliyana (2017), pada masing-masing sekolah perlu diusahakan adanya hubungan timbal balik antara sekolah, orang tua siswa, dan komite sekolah yang berperan serta bertanggung jawab untuk mengusahakan dan meningkatkan keamanan, kesejahteraan dan ekstrakurikuler. Dari pernyataan tersebut diartikan bahwa dalam melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler perlu didukung dari berbagai pihak yang ada di lingkungan sekitar, yaitu seperti adanya dukungan dari komite sekolah, kepala sekolah, orang tua siswa, dan masyarakat yang berada di lingkungan sekitar.

Lingkungan Keluarga

Jika harapan orang tua yang tidak sesuai dengan kemampuan anak yaitu akan menimbulkan masalah yang cukup serius bagi anak. Hal tersebut terjadi karena harapan orang tua yang terlalu tinggi dan anak tidak mampu memenuhinya. Apabila harapan orang tua terlalu rendah akan berakibat tidak adanya motivasi berprestasi bagi anak.

Lingkungan Sekolah

Perbedaan guru dan siswa dari sisi usia sering menjadi masalah tersendiri bagi siswa. Hubungan antara guru dengan siswa,

sebaiknya guru mendekati diri kepada siswa agar terjalin hubungan yang akrab. Guru hendaknya memahami perbedaan antar individu siswa.

Keadaan latar belakang siswa yang berbeda sering menjadi penyebab hubungan antar siswa yang kurang harmonis. Hendaknya guru lebih giat dalam membantu siswa untuk saling menyesuaikan diri.

Lingkungan Masyarakat

Lingkungan masyarakat yang baik selalu mendukung kehadiran lingkungan sekolah, sehingga sekolah dapat berkembang dengan baik. Masyarakat lingkungan sekolah yang sehat dapat menjadi sumber belajar yang lebih baik. Apabila masyarakat tidak mendukung terhadap kehadiran sekolah maka masyarakat akan menolak kehadiran sekolah tersebut.

Pengertian Kegiatan Ekstrakurikuler

Menurut Permendikbud, Nomor 81A Tahun 2013, tentang implementasi kurikulum, dijelaskan bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu perangkat operasional (*supplement* dan *complements*) kurikulum yang perlu disusun dan dituangkan dalam kurikulum.

Pengertian ekstrakurikuler dalam kamus bahasa Indonesia mempunyai arti kegiatan yang bersangkutan di luar kurikulum atau di luar susunan rencana pelajaran (Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa, 1989).

Ekstrakurikuler menurut kamus besar Bahasa Indonesia yaitu suatu kegiatan yang berada di luar program yang tertulis di dalam kurikulum seperti latihan kepemimpinan dan pembinaan siswa. Ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan oleh peserta didik di luar jam belajar kurikulum standar sebagai perluasan dari kegiatan kurikulum dan dilakukan di bawah bimbingan sekolah dengan tujuan mengembangkan kepribadian, bakat, minat yang dikembangkan oleh kurikulum (Depdiknas, 2016).

Menurut Hendri yang dikutip dalam Supriyanto (2016) ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi,

bakat, dan minat mereka melalui kegiatan secara khusus diselenggarakan oleh pendidik dan atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah/madrasah.

Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa, kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan pendidikan yang dilakukan siswa dan waktu pelaksanaannya di luar kurikulum pembelajaran. Kegiatan ekstrakurikuler bertujuan agar siswa dapat menemukan jati dirinya dan lebih percaya diri melalui bakat yang telah dilatihnya. Dalam kurikulum 2013 kegiatan ekstrakurikuler dibagi menjadi dua golongan, yaitu ekstrakurikuler wajib dan ekstrakurikuler pilihan.

Fungsi Kegiatan Ekstrakurikuler

Fungsi Pengembangan

Setiap orang memiliki kelebihan dan kelemahannya masing-masing. Kelebihan yang dimiliki seseorang tanpa disadari kelebihan tersebut merupakan kemampuan yang dimilikinya. Dengan adanya kemampuan yang dimiliki siswa dapat diasah lagi secara mendalam. Salah satu fungsi kegiatan ekstrakurikuler adalah fungsi pengembangan. Fungsi pengembangan adalah siswa dapat mengembangkan kemampuan dan kreativitasnya yang sesuai potensi, bakat, dan minat yang dimilikinya.

Fungsi Sosial

Pada kegiatan ekstrakurikuler siswa tidak hanya mengasah keterampilan yang dimilikinya tapi siswa juga perlu melatih dengan fungsi sosial. Fungsi sosial merupakan fungsi yang mengembangkan dan rasa tanggung jawab pada siswa. Ketika siswa mengembangkan ide atau gagasan yang dimilikinya maka siswa akan menghasilkan suatu karya dari kreativitasnya. Oleh karena itu, siswa dapat menghargai karya dirinya sendiri dan menghargai karya orang lain.

Fungsi Rekreatif

Pada fungsi kegiatan ekstrakurikuler yang ketiga, yaitu fungsi rekreatif. Fungsi rekreatif merupakan fungsi kegiatan yang menciptakan suasana menyenangkan dan

menggembarakan bagi siswa. Untuk menciptakan suasana yang menyenangkan pada siswa ide atau gagasan yang dimilikinya tidak ada batasan dalam mengembangkan kreativitasnya. Oleh karena itu, suasana kegiatan ekstrakurikuler siswa tidak merasa bosan sehingga siswa lebih termotivasi dalam mengembangkan minatnya.

Fungsi Persiapan Karir

Pada fungsi yang keempat, yaitu pengembangan kegiatan ekstrakurikuler dapat menjadi bekal siswa untuk masa yang akan datang. Setelah siswa dapat menyelesaikan tingkat pendidikan yang lebih tinggi maka ia akan menunjang karirnya yang sesuai dengan potensi yang telah ia kembangkan sebelumnya.

Tujuan Kegiatan Ekstrakurikuler

Menurut Permendikbud Nomor 81 A Tahun 2013, tujuan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler pada satuan pendidikan yaitu: 1) Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat meningkatkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotor peserta didik; 2) Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat mengembangkan bakat dan minat peserta didik dalam upaya pembinaan pribadi menuju pembinaan manusia seutuhnya.

Menurut Depdiknas (2016) yang dikutip pada skripsi yang berjudul "*Pengaruh Ektrakurikuler Softball terhadap Emosi*", kegiatan ekstrakurikuler bertujuan agar siswa dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan keterampilan mengenai hubungan antara berbagai mata pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya yang: 1) Beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa; 2) Berbudi pekerti luhur; 3) Memiliki pengetahuan dan keterampilan; 4) Sehat rohani dan jasmani; 5) Berkepribadian yang mantap dan mandiri; dan 6) Memiliki rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.

Siswa mampu memanfaatkan pendidikan kepribadian serta mengaitkan pengetahuan yang diperolehnya dalam program kurikulum dengan kebutuhan dan keadaan lingkungan.

Menurut Depdiknas (2016) tujuan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler yaitu: 1) Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat meningkatkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotor peserta didik; dan 2) Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat mengembangkan potensi, bakat dan minat peserta didik dalam upaya pembinaan pribadi menuju pembinaan manusia seutuhnya.

Dari beberapa definisi di atas dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler memiliki tujuan sebagai berikut: 1) Mengembangkan kemampuan siswa pada aspek kognitif, afektif, dan psikomotor; 2) Mengembangkan kemampuan siswa sesuai dengan potensi, bakat dan minat yang dimilikinya; dan 3) Memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa.

Menurut Narmoatmojo (2010) yang dituliskan pada artikelnya yang berjudul "*Ekstrakurikuler di Sekolah Dasar dan Kebijakannya*", kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu jalur pembinaan kesiswaan mempunyai peranan utama sebagai berikut: 1) Memperdalam dan memperluas pengetahuan para siswa, dalam arti memperkaya, mempertajam, serta memperbaiki pengetahuan siswa yang berkaitan dengan mata pelajaran sesuai dengan kurikulum yang sudah ada; 2) Melengkapi upaya pembinaan, pemantapan dan pembentukan nilai-nilai kepribadian para siswa; dan 3) Membina serta meningkatkan bakat, minat dan keterampilan, dan hasil yang diharapkan ialah untuk memacu anak ke arah kemampuan mandiri, percaya diri, dan kreatif.

Kegiatan ekstrakurikuler dapat membina siswa dalam pengetahuan sehingga siswa memiliki wawasan yang luas. Pada kegiatan ekstrakurikuler tidak hanya belajar dari aspek pengetahuannya saja. Akan tetapi, siswa juga dapat mengasah bakat dan minat siswa sehingga siswa akan lebih kreatif, terampil, dan lebih percaya diri. Melalui kegiatan ekstrakurikuler siswa dapat membentuk kepribadian yang lebih baik.

Prinsip-prinsip Kegiatan Ekstrakurikuler

Menurut Depdiknas (2016), prinsip kegiatan ekstrakurikuler, yaitu: 1) Individual, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang

sesuai dengan potensi, bakat, minat peserta didik masing-masing; 2) Pilihan, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang sesuai dengan keinginan dan diikuti secara suka rela peserta didik; 3) Keterlibatan aktif, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang menuntut keikutsertaan peserta didik secara penuh; 4) Menyenangkan, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler dalam suasana yang disukai dan mengembirakan peserta didik; 5) Etos kerja, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang membangun semangat peserta didik untuk bekerja dengan baik dan berhasil; dan 6) Kemanfaatan sosial, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan untuk kepentingan masyarakat.

Program Kegiatan Ekstrakurikuler

Kegiatan Ekstrakurikuler Wajib

Program kegiatan ekstrakurikuler wajib merupakan program ekstrakurikuler yang harus diikuti oleh seluruh peserta didik, terkecuali peserta didik dengan kondisi tertentu yang tidak memungkinkan untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tersebut (Depdiknas, 2016).

Dalam kurikulum 2013, kepramukaan merupakan ekstrakurikuler wajib yang dijalankan oleh peserta didik di tingkat sekolah dasar. Berdasarkan SK. Kwarnas No. 231 Thn 2007, kepramukaan adalah segala aspek yang berkaitan dengan pramuka. Kepramukaan di tingkat sekolah dasar terbagi menjadi dua golongan yaitu golongan siaga (Usia 7 – 10 Tahun) dan golongan penggalang (Usia 11 – 15 tahun). Kepramukaan biasa dilaksanakan setiap seminggu sekali di waktu luar jam pembelajaran.

Pola kegiatan pendidikan kepramukaan, yaitu 1) Upacara pembukaan dan penutupan yang meliputi perindukan siaga dan pasukan penggalang; 2) Keterampilan kepramukaan, meliputi simpul dan ikatan, peta dan kompas, dan berkemah; dan 3) Metode pendidikan kepramukaan, meliputi pengenalan dan pengamalan kode kehormatan pramuka, belajar sambil melakukan sesuatu hal yang baru, membentuk suatu kelompok yang terdiri dari beberapa siswa. Setiap kelompok didampingi oleh seorang pembina pramuka, kegiatan di

alam terbuka yang mengandung pendidikan yang sesuai dengan perkembangan rohani dan jasmani peserta didik, sistem tanda kecakapan., dan sistem satuan terpisah putra dan putri.

Kegiatan Ekstrakurikuler Pilihan

Program kegiatan ekstrakurikuler pilihan merupakan program ekstrakurikuler yang dapat diikuti oleh peserta didik sesuai dengan bakat dan minatnya masing-masing (Depdiknas, 2016). Kegiatan ekstrakurikuler pilihan ini siswa dapat memilih kegiatan ekstrakurikulernya yang sesuai dengan minat dan bakat yang dimiliki oleh siswa. Ekstrakurikuler pilihan tidak mewajibkan siswa untuk mengikuti ekstrakurikuler pilihan.

Kegiatan ini dilakukan dalam bentuk kelompok yang dikembangkan dari suatu mata pelajaran. Misalnya, kelompok seni musik, seni tari, dan seni olahraga. Oleh karena itu, siswa dapat memilih kegiatan ekstrakurikulernya yang sesuai dengan potensi yang dimilikinya. Berkenaan dengan hal tersebut, satuan pendidikan (kepala sekolah, guru, dan tenaga kependidikan) perlu secara aktif mengidentifikasi kebutuhan dan minat peserta didik.

Jenis-jenis kegiatan ekstrakurikuler pilihan:

Seni dan Budaya

Secara bahasa seni berasal dari bahasa Sanskerta yaitu ‘Sani’ yang berarti jiwa yang luhur atau ketulusan jiwa. Sedangkan menurut istilah seni merupakan segala sesuatu yang diciptakan manusia dari ekspresi jiwa seseorang yang kemudian dituangkan dalam bentuk suatu karya yang mengandung unsur keindahan dan mampu membangkitkan perasaan orang lain.

Dalam buku yang berjudul “*Pembelajaran Seni Budaya dan Keterampilan*” berisikan bahwa, konsep dasar pendidikan seni pada dasarnya dapat dibagi dalam dua kategori, yaitu seni dalam pendidikan dan pendidikan melalui seni (Bandi, 2009). Seni pada hakekatnya berfungsi sebagai mengembangkan kemampuan peserta didik agar peserta didik dapat mewariskan budaya, memperluas

kesadaran sosial dan sebagai jalan untuk menambah pengetahuan.

Macam-macam seni:

a. Seni Musik

Seni musik adalah gagasan atau perasaan yang bermakna dan diwujudkan melalui media suara. Seni musik dapat berfungsi untuk membantu dalam pendidikan melalui kegiatan ekstrakurikuler pilihan. Seni musik merupakan segala usaha untuk meningkatkan kemampuan kreatif siswa dalam mewujudkan kegiatan berdasarkan estetika tertentu. Seni musik di tingkat sekolah dasar. Materi dalam seni musik di tingkat sekolah dasar disesuaikan dengan perkembangan siswa.

b. Seni Rupa

Seni rupa adalah salah satu cabang seni yang membentuk karya seni dengan media yang bias dilihat dan dirasakan. Bentuk karya seni rupa merupakan keseluruhan unsur-unsur rupa yang tersusun dalam sebuah struktur atau komposisi yang bermakna. Makna bentuk karya seni rupa tidak ditentukan oleh banyak atau sedikitnya unsur-unsur yang membentuknya, tetapi dari sifat struktur itu sendiri.

c. Seni Tari

Seni tari adalah seni yang mengungkapkan ekspresi jiwa manusia melalui gerak tubuh yang di dalamnya terdapat unsur keindahan. Tari biasanya dapat diiringi oleh musik sehingga akan lebih menghayati dalam setiap gerakannya. Gerakan tari dapat menyesuaikan dengan irama musiknya. Seni tari dapat dilakukan secara tunggal, berpasangan, dan kelompok. Seni tari biasanya digunakan untuk upacara, agama, dan adat istiadat. Tari terdiri atas beberapa unsur yaitu gerak, ritme, tenaga, dan musik.

Olahraga

Olahraga berasal dari kata “Olah” yang berartikan perbuatan dan berasal dari kata “Raga” yang berartikan bahwa badan. Menurut permendikbud, olahraga merupakan gerakan-gerakan jasmani yang dilakukan secara sadar dan sistematis menuju suatu kualitas hidup yang lebih tinggi. Oleh karena

itu, dari pengertian tersebut berartikan bahwa olahraga merupakan kegiatan dengan melakukan gerakan-gerakan raga atau jasmani.

Olahraga memiliki banyak manfaat diantaranya yaitu untuk membiasakan diri menjaga hidup sehat, meningkatkan kesegaran jasmani, dan membentuk fisik yang lebih menyegarkan. Olahraga di tingkat sekolah dasar terdiri dari beberapa cabang yaitu di antaranya:

a. Basket

Permainan bola basket diciptakan oleh James Naismith pada tahun 1891 (Nenggala, 2006). Bola basket dimainkan oleh dua kelompok yang masing-masing kelompok terdiri dari lima orang. Permainan bola basket dilakukan di sebuah lapangan 26 x 14 m. Dalam permainan bola basket perlu adanya kemampuan teknik dan kerja sama dengan tim kelompoknya.

b. Voli

Permainan bola voli diciptakan oleh Wiliam G. Morgan pada tahun 1895. Indonesia mengenal permainan bola voli pada tahun 1928 (Nenggala, 2006). Permainan bola voli terdiri dari enam orang. Lapangan bola voli berbentuk persegi panjang dengan memiliki ukuran 18 x 9 m. Alat yang digunakan untuk permainan voli yaitu bola dan net yang berada di tengah lapangan. Ukuran tinggi net untuk putra yaitu 2,43 m dan ukuran tinggi net putri yaitu 2,24 m.

c. Sepak Bola

Permainan sepak bola dimainkan oleh dua kelompok yang masing-masing kelompok terdiri dari 11 orang. Lapangan yang digunakan permainan sepak bola berbentuk persegi panjang dengan ukuran 100 – 110 m dan lebar 64 – 78 m. Waktu permainan sepak bola berlangsung selama 2 x 45 menit. Tujuan permainan sepak bola adalah memasukkan bola ke gawang lawan dan melatih kerja sama antar pemain di dalam kelompoknya sendiri.

d. Pencak Silat

Salah satu olahraga beladiri asli Indonesia adalah pencak silat. Pencak silat merupakan suatu cara beladiri yang menggunakan akal sepenuhnya. Pencak

silat dapat dimainkan secara perorangan, berpasangan, ataupun berkelompok. Dalam menguasai beladiri pencak silat sangat diperlukan penguasaan teknik dasar pencak silat.

Strategi dalam Membangun Kepercayaan Diri Siswa

Menurut Gapi (2015) yang dituliskan dalam jurnalnya, ia memaparkan bahwa strategi yang digunakan dalam membangun kepercayaan diri siswa adalah dengan menggunakan pendekatan berupa tekanan dan apresiasi. Oleh karena itu, siswa akan terdorong oleh tekanan dan apresiasi yang diberikan oleh pelatih atau pembina kegiatan ekstrakurikuler.

Penulis setuju pada pemaparan yang disampaikan oleh Gapi, dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dapat diberikan melalui penguatan dan apresiasi. Akan tetapi, menurut pendapat penulis apresiasi merupakan termasuk ke dalam penguatan. Menurut penulis, strategi dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa terbagi menjadi dua macam yaitu penguatan dan pendekatan perkembangan.

Menurut Skinner dalam Hergenhahn & B.R (2017), penguatan memiliki dua akibat, yaitu memperkuat perilaku dan memberikan penghargaan. Setiap perilaku yang diberikan penguatan tidak selalu bersifat menyenangkan bagi orang tersebut. Misalnya saja, siswa yang sedang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Dalam kegiatan tersebut siswa sudah merasa bosan. Oleh karena itu, perhatian dari pembina kegiatan ekstrakurikuler merupakan hal yang sangat penting. Maka pembina kegiatan ekstrakurikuler dapat memberikan penguatan pada siswa agar lebih tertarik dalam kegiatannya.

Penguatan bertujuan untuk mendorong keaktifan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler. Penguatan dapat diterapkan dalam bentuk aturan dan sanksi yang mendorong siswa untuk berpartisipasi aktif dalam berbagai kegiatan ekstrakurikuler yang dijalankan.

Dalam memberikan penguatan pada siswa dapat dilakukan melalui motivasi. Menurut Mustofa dalam Hendrawan &

Sirine (2017), motivasi merupakan salah satu ketrampilan yang harus dimiliki seseorang yang ingin berinteraksi dengan remaja. Dalam pengertian tersebut maka seorang pelatih atau pembina kegiatan ekstrakurikuler harus memperbaiki cara berkomunikasi. Dengan diberikannya motivasi diharapkan siswa dapat mengubah perilakunya. Motivasi akan memberi pengaruh yang baik terhadap hal-hal yang positif dalam diri siswa.

Pada pendekatan apresiasi pembina kegiatan ekstrakurikuler dapat memberikan semangat pada siswa dengan menghargai usaha yang telah ia lakukan. Dengan menggunakan pendekatan tersebut dapat mendorong siswa untuk lebih aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler. Apresiasi dapat dilakukan dalam bentuk pujian atau hadiah sehingga siswa akan menjadi lebih semangat dan menjadi lebih percaya diri.

Hukuman adalah konsekuensi yang menurunkan perilaku dengan memberikan stimulus yang tidak menyenangkan jika perilaku tersebut terjadi. Hukuman tidaklah menjadi tekanan kepada seseorang yang melakukan kesalahan akan tetapi dalam mengubah perilaku hukuman dijadikan sebagai cara untuk mengubah perilaku menjadi lebih baik. Hukuman diberikan untuk menyadarkan seseorang bahwa perbuatan yang dilakukan salah. Hal tersebut akan membentuk pribadi yang baik dan menanamkan tanggung jawab pada dirinya sendiri atas konsekuensi kesalahan yang dilakukan.

Pendekatan Perkembangan

Setiap individu memiliki potensi yang berbeda-beda melalui penerapan berbagai teknik bimbingan, kemudian melalui potensi tersebut akan dikembangkan secara optimal. Pendidik yang menggunakan pendekatan ini yaitu berkaitan tentang keterampilan dan pengalaman khusus yang dibutuhkan siswa untuk mencapai keberhasilan dalam kehidupan. Pendekatan yang dimaksud tersebut adalah pendekatan perkembangan.

Menurut Robert dalam Bhakti & Safitri (2017) pendekatan perkembangan merupakan pendekatan yang memberikan

perhatian kepada tahap-tahap perkembangan siswa, kebutuhan dan minat, serta mempelajari keterampilan hidup.

Dalam pendekatan ini, layanan bimbingan diberikan kepada seluruh siswa, tidak hanya tertuju pada siswa yang menghadapi masalah. Bimbingan perkembangan dapat dilaksanakan secara individual atau kelompok. Dalam pendekatan perkembangan, keterampilan dan pengalaman belajar menjadi kebutuhan siswa yang akan dirumuskan ke dalam sebagai layanan dasar umum.

Hambatan dalam Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler

Berbagai hambatan yang telah dihadapi oleh pembina kegiatan ekstrakurikuler yaitu: 1) Siswa tidak mengalami perubahan dalam kepribadiannya; 2) Siswa yang sangat tidak peduli dengan kegiatan ekstrakurikuler; 3) Siswa yang pasif dalam kegiatan ekstrakurikuler akan tetapi belum ada keberanian untuk menunjukkan kreativitasnya; 4) Siswa yang aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler; dan 5) Siswa yang hiperaktif dalam kegiatan ekstrakurikuler yaitu siswa memiliki sifat yang keras dan mementingkan dirinya sendiri.

Dalam menerapkan penguatan bagi pembina kegiatan ekstrakurikuler tidaklah mudah. Dengan adanya hal masalah tersebut pembina kegiatan ekstrakurikuler dapat memberikan motivasi bagi siswa yang mengalami salah satu masalah tersebut. Motivasi dapat diberikan dalam bentuk penghargaan atas hasil karya dari potensi yang dimiliki oleh siswa.

Beberapa hal yang dilakukan oleh pembina kegiatan ekstrakurikuler jika siswa mengalami suatu masalah tertentu: 1) Menjadi teman bagi siswa dengan memberikan kesempatan siswa untuk menceritakan masalahnya. Oleh karena itu, pembina kegiatan ekstrakurikuler dapat melakukan wawancara langsung pada siswa tersebut; 2) Memberikan motivasi untuk selalu berusaha; 3) Tidak membandingkan dengan siswa lain, baik secara langsung maupun tidak langsung; 4) Memberikan

siswa dalam bertanggung jawab; dan 5) Tidak memberikan kritik pada siswa.

Jika siswa sudah mengalami perubahan pada sikapnya pembina kegiatan ekstrakurikuler dapat membuat kelompok siswa secara acak. Oleh karena itu, siswa akan tumbuh interaksi sosial dengan yang lainnya dan siswa akan menjadi lebih percaya diri pada potensi yang dimilikinya.

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan siswa dan di luar kurikulum pembelajaran. Waktu pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bisa disesuaikan dengan pembina kegiatan ekstrakurikuler. Program kegiatan ekstrakurikuler terdapat dua macam, yaitu ekstrakurikuler wajib dan ekstrakurikuler pilihan. Pada ekstrakurikuler wajib di tingkat sekolah dasar kegiatan yang dilakukan adalah kepramukaan, sedangkan pada ekstrakurikuler pilihan di tingkat sekolah dasar biasanya terdapat dua cabang di antaranya bidang seni budaya dan bidang olahraga. Dalam membangun kepercayaan diri siswa pelatih dan pembina kegiatan ekstrakurikuler dapat memberikan dorongan dalam bentuk penguatan dan pendekatan perkembangan. Oleh karena itu, dengan dilakukannya kedua hal tersebut maka siswa akan lebih aktif dan lebih percaya diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandi. (2009). *Pembelajaran Seni Budaya dan Keterampilan*. Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Islam Departemen Agama Republik Indonesia.
- Bhakti, C. P., & Safitri, N. E. (2017). Peran Bimbingan dan Konseling untuk Menghadapi Generasi Z dalam Perspektif Bimbingan dan Konseling Perkembangan. *Konseling GUSJIGANG*, 3 No.1 (Januari-Juni 2017), 10. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24176/jkg.v3i1.1602>
- Dahliyana, A. (2017). Penguatan pendidikan Karakter Melalui Kegiatan

- Ekstrakurikuler di Sekolah. *Jurnal Sosioreligi*, 15(1), 54–64.
- Depdiknas. (2016). *Panduan Teknis Kegiatan Ekstrakurikuler di Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas.
- Gapi, B. (2015). Membangun Kepercayaan Diri Siswa Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler. In *Prosiding Seminar Nasional 9 Mei 2015* (pp. 430–442).
- Hendrawan, J. S., & Sirine, H. (2017). Pengaruh Sikap Mandiri, Motivasi, Pengetahuan Kewirausahaan terhadap Minat Berwirausaha (Studi Kasus pada Mahasiswa FEB UKSW Konsentrasi Kewirausahaan), 02(03), 291–314.
- Hergenhahn, M. H., & B.R., O.-. (2017). *Pengantar Teori-Teori Kepribadian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Narmoaatmojo, W. (2010). *Ekstrakurikuler di Sekolah : Dasar Kebijakan dan Aktualisasinya*.
- Nenggala, A. (2006). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan untuk Sekolah Menengah Pertama*. Bandung: PT Grafindo Media Pratama.
- Supriyanto. (2016). Pengaruh Kegiatan Ekstrakurikuler, Percaya Diri dan Literasi Ekonomi terhadap Minat Berwirausaha Siswa SMPN di Surabaya. *Jurnal Ekonomi Pendidikan Dan Kewirausahaan*, 4(2), 173–192.
- Syam, A., & Amri. (2017). Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Kaderisasi IMM terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi Kasus di Program Studi Pendidikan Biologi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Parepare). *Jurnal Biotek*, 5(1), 87–102.