



KETERLIBATAN MOTIVASI SISWA SMPN 4 SETU DALAM MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER PENCAK SILAT

MOTIVATIONAL INVOLVEMENT OF SMPN 4 SETU STUDENTS IN PARTICIPATING IN PENCAK SILAT EXTRACURRICULAR ACTIVITIES

Farsya Aanisa Rahayu¹, Fina Malikha Cahyani², Ineke Hanny Rahmawati³, Dikdik Fauzi Dermawan⁴, Saepul Ma'mun⁵

^{1,2,3,4,5}Universitas Singaperbangsa Karawang, Jawa Barat, Indonesia
Jl. HS. Ronggo Waluyo, Telukjambe Timur, Karawang, Jawa Barat, Indonesia
Email : 2010631070019@student.unsika.ac.id

ABSTRAK

Tujuan penelitian mengidentifikasi apa yang menjadi motivasi saat mengikuti ekstrakurikuler olahraga pencak silat siswa SMP SETU 4. Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif. Penelitian ini dilakukan di SMP SETU 4 Populasi terdiri dari 18 anak yang mengikuti ekstrakurikuler pencak silat SMPN 4 SETU. Pengambilan sampel jenuh digunakan dalam proses pengambilan sampel. Alat utama penelitian ini adalah kuesioner, kadang-kadang dikenal sebagai kuesioner penelitian. Menganalisis data dengancara teknik analisis deskriptif berdasarkan persentase.: 1) Ketika siswa terlibat ekstrakurikuler pencak silat, mereka termotivasi dari dalam diri sebesar 52%. berada pada kategori “Baik Sekali”. 2) Pada saat siswa ikut serta ekstrakurikuler pencak silat di SMPN 4 SETU digunakan motivasi dari luar siswa sebesar 76%. kategori “Cukup Baik.

Kata kunci: *Ekstrakurikuler, Motivasi, Pencak Silat*

ABSTRACT

The aim of the research is to identify what motivates SETU 4 junior high school students to participate in the extracurricular sport of pencak silat. This research uses descriptive analysis. This research was conducted at SETU 4 Middle School. The population consisted of 18 children who took part in the pencak silat extracurricular at SETU 4 Middle School. Saturated sampling is used in the sampling process. The primary research tool is a questionnaire, sometimes known as a research questionnaire. Analyzing the data using descriptive analysis techniques based on percentages: 1) When students are involved in pencak silat extracurricular activities, they are internally motivated by 52%. is in the “Very Good” category. 2) When students take part in the pencak silat extracurricular at SETU SMPN 4, motivation from outside students is used by 76%. category “Enough Good..

Keywords: *Motivation, Extracurriculars, and Pencak Silat*

PENDAHULUAN

Pendidikan memiliki kepribadian khas dan menunjukkan peran khas dalam

pengembangan orang yang sepenuhnya berwawasan. Hal ini bersamaan dengan Pasal 3 UUD RI Nomor 20 Tahun 2003





yang menyatakan bahwa "pendidikan sistem nasional negarabertujuan untuk membantu siswa dalam mewujudkan potensi penuh mereka orang yang lurus secara moral, sehat jasmani, berilmu, saleh, banyak akal, mandiri, berkembang, demokratis, bertanggung jawab(Ginting & Helmi, 2021)

Sesuai dengan istilah di atas, peningkatan standar sumber daya manusia merupakan tujuan pendidikan nasional. Penjasorkes, singkatan dari pendidikan jasmani dan pembelajaran olahraga, salah satu program yang dirancang untuk standar SDM lebih tingkatan lagi. Pendidikan jasmani berupaya mengembangkan kemampuan motorik, pengetahuan, sportifitas, kecerdasan emosional, dan kesehatan jasmani siswa sebagai proses pembelajaran.

Diketahui bahwa pendidikan jasmani Beri anak-anak kesempatan untuk mengekspresikan diri mereka dengan cara yang menghibur, orisinal, informatif, dan kreatif sambil membantu mereka menjadi lebih aktif secara fisik. Dalam (Susanto, 2010). Selama pelajaran pendidikan jasmani, siswa diharapkan untuk berperilaku baik dan menunjukkan karakter yang sangat baik seperti pengendalian diri, kerja sama, kejujuran, sportivitas, dan kepatuhan pada hukum. Dipercaya bahwa meningkatkan kesehatan fisik juga akan bermanfaat bagi kemampuan anak untuk belajar(Bahari et al., 2020).

Akibatnya, ia akan dengan mudah mengambil materi apa pun yang disajikan siswa atau guru. Hanya pendidikan jasmani, dari semua mata pelajaran yang tercakup di sekolah, yang bertujuan untuk mencapai sesuatu melalui aktivitas fisik.

Tujuan pendidikan jasmani untuk memberi anak-anak alat yang mereka butuhkan untuk mengembangkan keterampilan manajemen diri sehingga mereka dapat meningkatkan dan memelihara kesehatan fisik mereka dengan gerakan fisik dan olahraga yang dipilih dengan cermat(Junpentus Sembiring et al., 2020).

Selain itu juga dapat meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar siswa, perkembangan fisik dan psikis, internalisasi nilai-nilai pendidikan jasmani, sportifitas, kejujuran, disiplin, dan tanggung jawab, kesetaraan, kepercayaan diri, dan nilai-nilai demokrasi, serta pemahaman mereka. melakukan aktivitas fisik dan olahraga di lingkungan yang bersih dijadikan pengetahuan nantinya diterapkan di kemudian hari.

Proses pelatihan diwakili oleh dua kelompok kegiatan belajar mengajar yang berbeda. Ketika penjadwalan dikelola oleh sistem terpusat di sekolah,itu adalah hal yang tepat. jika kegiatan ekstrakurikuler berlangsung pada jam sekolah. Tujuan latihan ini belum memenuhi syarat belajar tuntas(Lestari, 2016). Kegiatan kelas di lapangan sering digunakan dalam



pendidikan jasmani atau kegiatan pembelajaran lainnya yang memasukkan gerakan fisik ke dalam praktik atau proses pembelajaran.

Sekolah juga memperluas peluang bagi siswa untuk mengejar minat, bakat, dan hobi mereka di luar kelas, khususnya melalui penyelenggaraan ekstrakurikuler olahraga di sekolah. Kegiatan yang direncanakan atau dilaksanakan di sekolah oleh siswa adalah ekstrakurikuler. Tujuan ekstrakurikuler berfungsi sebagai kerangka dasar untuk mempertahankan kegiatan positif dan mengembangkan potensi, bakat, minat, kemampuan, kepribadian, kerja sama, dan kemandirian siswa untuk memajukan tujuan akademik mereka.

Motivasi siswa mempengaruhi gairah dan semangat mereka untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Motivasi berpengaruh terhadap psikologi seseorang karena merupakan salah satu unsur yang menentukan apa yang menggerakkan perilaku manusia (Azizah et al., 2023). Seorang individu dapat mendorong diri mereka sendiri untuk melakukan yang lebih baik jika mereka termotivasi. Seseorang dengan dorongan ini akan terinspirasi untuk berusaha keras, melakukan olahraga, atau berpartisipasi dalam suatu aktivitas untuk jangka waktu yang lebih lama. Banyak ekstrakurikuler yang tersedia, termasuk olahraga, seni, pramuka, dan hobi keagamaan. Partisipasi

siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler membangkitkan minat mereka.

Hal ini sejalan dengan temuan penelitian (Cahyono, 2016) Hal ini menunjukkan bahwa tingkat minat terhadap ekstrakurikuler olahraga di kalangan siswa sekolah menengah sangat tinggi. Partisipasi kegiatan ekstrakurikuler serta motivasi belajar berpengaruh besar terhadap hasil belajar menurut (Sartika & Basri, 2015). Jika siswa lebih bersemangat untuk belajar dan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, maka hasil belajarnya juga akan meningkat. Hal ini dilakukan untuk mendukung peserta didik yang membutuhkan kecintaan belajar dan keikutsertaan dalam kegiatan ekstrakurikuler. SMPN 4 SETU merupakan salah satu sekolah yang menyelenggarakan ekskul pencak silat dan disukai oleh banyak siswa. Di SMP SETU 4 terdapat beberapa ekstrakurikuler olahraga yang dapat diikuti siswa seperti sepak bola, basket, dan voli. Prestasi pencak pencak silat cukup baik, padahal belum lama di adakan oleh sekolah.

Permasalahan di atas menunjukkan adanya ketidaksesuaian antara apa yang diantisipasi sekolah dengan apa yang sebenarnya terjadi, khususnya dalam kegiatan ekstrakurikuler pencak silat. Prestasi yang tinggi sulit dicapai karena membutuhkan bakat, tingkah laku, kedisiplinan, dan perilaku yang baik terhadap anak. Untuk mendukung prestasi



olahraga diperlukan beberapa faktor. Prestasi yang tinggi sulit dicapai karena membutuhkan bakat, tingkah laku, kedisiplinan, dan perilaku yang baik terhadap anak. Untuk mendukung prestasi olahraga diperlukan beberapa faktor.

Kapasitas individu untuk berprestasi dapat dipengaruhi oleh faktor dari dalam dan luar mencakup pengaruh internal (fisik, psikologis, dan kelelahan) dan eksternal (lingkup keluarga, sekolah, masyarakat)(Hanafiah et al., 2023).” Penentu internal termasuk sifat kepribadian atlet, tingkat pendidikan, kesuksesan sebelumnya, ambisi, dan harapan pribadi. Lingkungan, alat, fasilitas, dan strategi pembelajaran adalah beberapa contoh pengaruh eksternal. Kondisi peserta pelatihan bervariasi, menurut pengamatan penulis dan interaksi langsung dengan seorang trainer selama kegiatan PPLK selama empat bulan di SMP SETU 4. Siswa dapat terlihat ceria atau tidak senang tergantung pada situasinya. Ini karena rencana latihan yang direkomendasikan pelatih atau pilihan latihan lainnya masih membuat murid tidak nyaman. Hasil observasi menunjukkan bahwa tidak ada peserta ekstrakurikuler Pencak Silat yang memiliki siswa cacat atau keterbatasan fisik lainnya, masalah internal, atau indikator fisik lainnya. Perhatian, rasa ingin tahu, dan kesiapan siswa selama mengikuti kegiatan ekstrakurikuler menunjukkan tanda-tanda psikologis yang saat ini masih kurang.

Misalnya, beberapa siswa mengabaikan petunjuk saat latihan dimulai. Pencapaian kegiatan ekstrakurikuler dapat sangat dipengaruhi oleh faktor luar. Indikator sarana dan prasarana untuk kegiatan ekstrakurikuler pencak silat di SMPN 4 SETU belum mencukupi.

Dengan kemampuan sudah menjadi warga dan sedang menempuh S1, pelatih ekstrakurikuler pencak silat di SMPN 4 SETU ini cukup mumpuni. Namun, peserta ekstrakurikulernya banyak, dan masing-masing dari mereka memiliki kekhawatiran yang berbeda, seperti gagal memberikan perhatian yang cukup kepada pelatih dan berbicara tidak produktif dengan teman selama latihan. Berdasarkan konteks permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Keterlibatan Motivasi Siswa SMPN 4 SETU Dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Pencak Silat ” yang agar nantinya dapat berbagi ilmu dengan pihak sekolah dan pembina olahraga dalam upaya peningkatan ekstrakurikuler pencak silat di SMP 4 SETU.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif untuk analisis deskriptif karena data penelitian bersifat numerik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi keputusan siswa untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pencak silat. Peserta penelitian adalah seluruh





siswa. SMPN 4 SETU yang ikut dalam ekskul pencak silat berjumlah 18 orang. Sampel jenuh adalah metode pengambilan sampel. Sensus atau Sampling Jenuh, sebagaimana didefinisikan oleh (Sugiyono, 2013), adalah strategi pengambilan sampel yang menggunakan setiap orang dalam populasi sebagai sampel. Alat penelitian utama adalah kuesioner. Kuesioner skala Likert dengan empat pilihan jawaban digunakan dalam penyelidikan ini. Data penelitian dianalisis dengan menggunakan persentase yang dapat dilihat dari indikasi masing-masing kuesioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan data yang terkumpul, kami melakukan analisis untuk mengetahui bagaimana motivasi intrinsik dan ekstrinsik siswa untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Pencak Silat mempengaruhi hasil. Tabel berikut menunjukkan hal ini.

Tabel 1. Motivasi Intrinsik berdasarkan bakat

Pernyataan	N	Persentase
1 Sangat setuju	40	49%
2 Setuju	36	44%
3 Tidak Setuju	4	5%
4 Sangat tidak setuju	1	1%

Berdasarkan grafik di atas, 40 (49%) responden sangat setuju bahwa bakat mereka bertindak sebagai motivasi, dengan 36 lainnya memberikan suara setuju. Ada beberapa orang yang tidak setuju dengan

perolehan 4 (5%) suara dan 1 suara sangat tidak setuju.

Tabel 2. Motivasi intrinsik berdasarkan prestasi

Pernyataan	N	Persentase
1 Sangat Setuju	44	64%
2 Setuju	21	30%
3 Tidak Setuju	4	6%
4 Sangat Tidak Setuju	0	0%

Seperti dapat dilihat dari bagan di atas, 44 responden (64%) sangat setuju bahwa prestasi mereka memotivasi mereka, dengan 21 (30%) lainnya memberikan suara setuju. Ada juga beberapa individu yang memiliki 4 (6%) suara menentang dan tidak ada suara menentang yang kuat.

Tabel 3. Motivasi Intrinsik berdasarkan pengetahuan

Pernyataan	N	Persentase
1 Sangat Setuju	60	74%
2 Setuju	21	26%
3 Tidak setuju	0	0%
4 Sangat Tidak setuju	0	0%

Hasilnya ditunjukkan pada tabel di atas. Ditemukan bahwa 60 (74%) responden sangat setuju bahwa pengetahuan pencak silat memotivasi mereka, dengan 21 (26%) suara setuju. Tidak ada juga yang membuat keputusan untuk sangat tidak setuju.

Tabel 4. Motivasi Intrinsik berdasarkan Kesehatan

Pernyataan	N	Persentase
1 Sangat setuju	64	80%





2 Setuju	27	20%
3 Tidak setuju	0	0%
4 Sangat Tidak setuju	0	0%

Seperti yang terlihat pada tabel di atas, 64 (80%) responden sangat setuju bahwa mereka terdorong karena tindakan mereka berpengaruh terhadap kesehatan, diikuti oleh 27 (20%) responden yang setuju. Tidak ada juga yang membuat keputusan untuk sangat tidak setuju.

Tabel 5. motivasi Intrinsik berdasarkan Hobi

Pernyataan	N	Persentase
1 Sangat Setuju	44	65%
2 Setuju	20	29%
3 Tidak setuju	4	6%
4 Sangat tidak setuju	0	0%

Seperti dapat dilihat dari tabel di atas, 44 (65%) responden sangat setuju bahwa minat mereka memotivasi mereka, diikuti oleh 20 (29%) responden yang setuju. Sebagian kecil orang juga tidak setuju, dengan 4 (6%) suara, dan tidak ada suara sangat tidak setuju.

Menurut definisi yang diberikan oleh penulis, “Anak yang memiliki kemampuan unggul dan mampu menghasilkan prestasi yang tinggi dalam bidangnya itulah yang dimaksud dengan anak berbakat.” Berdasarkan hasil tersebut, hanya bakat dan sifat fisik yang termasuk dalam kelompok unggul sedangkan hanya kelompok positif yang memiliki indikator bakat, pengalaman, tujuan, dan cita-cita. Bakat dan daya tarik fisik signifikan dan

berpengaruh terhadap motivasi intrinsik murid, menurut hasil pengukuran motivasi intrinsik. Karena keterampilan dan kondisi fisik siswa yang tinggi akan mendukung indikator lainnya, mengikuti ekstrakurikuler pencak silat di SMPN 4 SETU akan lebih memotivasi siswa.

Berdasarkan penelitiannya, (Hasbiyati & Laila, 2017) ditemukan bahwa rata-rata proporsi motivasi intrinsik siswa untuk bermain ekstrakurikuler bola basket ditunjukkan oleh indikator kebahagiaan, kesehatan dan kebugaran, hambatan, tanda yang sangat tinggi untuk pencapaian dan intensitas keinginan. Hal ini menunjukkan bahwa siswi SMA Al Hikmah Surabaya sangat termotivasi untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket. Kecakapan dan motivasi bola basket juga ditemukan berkorelasi positif dan signifikan. (Kusuma et al., 2016), semakin banyak yang ditunjukkan motivasi, semakin baik keterampilan bola basket.

Kesejahteraan fisik dan psikologis merupakan unit organik yang memungkinkan tumbuhnya motivasi, klaim (Erwanto, 2020). Oleh karena itu, keadaan fisik dan lingkungan seseorang berdampak besar pada seberapa termotivasi mereka, yang sejalan dengan bakat dan insting yang memengaruhi motivasi dalam olahraga dan pendidikan jasmani, mendukung atribut bawaan seperti keterampilan. Hakikatnya, bakat merupakan anugerah yang sudah dimiliki setiap orang sejak lahir. Motivasi





siswa akan meningkat secara substansial dengan memilih bidang studi yang sesuai berdasarkan intuisi atau kemampuan intrinsik mereka.

Bakat/aptitude adalah kemungkinan untuk sukses di masa depan yang mungkin dimiliki seseorang. Menurut prakarsa pembelajaran dan pengembangannya, setiap orang harus memiliki kapasitas atau potensi untuk tampil pada tingkat tertentu. Pemahaman umum tentang bakat adalah kemampuan atau potensi bawaan yang perlu dikembangkan dan dipupuk agar dapat diwujudkan. Bakat berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar. Siswa akan selalu termotivasi jika kegiatan yang mereka pelajari disesuaikan dengan keterampilan mereka, dan hasilnya akan sangat baik karena mereka bermain dengan kekuatan mereka.

Tabel 6. Motivasi Ekstinsik berdasarkan Orangtua

Pernyataan	N	Persentas e
1 Sangat Setuju	4	7%
2 Setuju	33	59%
3 Tidak Setujuu	18	32%
4 Sangat Tidak Setuju	1	2%

Dapat di lihat dari tabel di atas, di temukan bahwa ada 4(7%) orang yang sangat setuju bahwa mereka termotivasi karena di bedasarkan orangtua mereka, di susul dengan 33(59%) suara untuk pemilihan setuju. Kemudian ada juga sebagian kecil orang yang berpendapat

tidak seetuju 18(32%) suara dan 1(2%) suara sangat tidak setuju.

Tabel 7. Motivasi Ekstrinsik berdasarkan Guru

Pernyataan	N	Persent ase
1 Sangat ssetuju	40	52%
2 Setuju	27	35%
3 Tidak Setuju	10	13%
4 Sangat tidak setuju	0	0%

Dapat di lihat tabel di atas, di temukan ada 40(52%) orang yang sangat setuju bahwa mereka termotivasi karena guru mereka, di susul dengan 27 suara untuk pemilihan setuju. Kemudian ada juga sebagian kecil orang yang berpendapat tidak seetuju 10(13%) suara dan tidak ada suara sangat tidak setuju.

Tabel 8. Motivasi Ekstrinsik berdasarkan Teman

Pernyataan	N	Persent ase
1 S angat Setuju	40	62%
2 setuju	21	32%
3 tidak setuju	4	6%
4 sangat tidak setuju	0	0%

Dapat lihat dari tabel, di temukan ada 40(62%) orang yang sangat setuju bahwa mereka termotivasi karena teman mereka, di susul dengan 21(32%) suara untuk pemilihan setuju. Kemudian ada juga sebagian kecil orang yang berpendapat tidak seetuju 4(6%) suara dan 0 suara sangat tidaak setuju.

Tabel 9. Motivasi Ekstrinsik berdasarkan sarana dan prasana





Pernyataan	N	Persentase
1 sangat setuju	20	28%
2 setuju	45	63%
3 tidak setuju	6	8%
4 Sangat tidak setuju	0	0%

Dapat dilihat dari tabel di atas, di temukan ada 20(28%) orang yang sangat setuju bahwa mereka termotivasi karena kelengkapan sarana dan prasarana, di susul dengan 45(63%) suara untuk pemilihan setuju. Kemudian ada juga sebagian kecil orang yang berpendapat tidak seetuju 6(8%) suara dan 0 suara sangat tidak setuju.

Tabel 10 motivasi Ekstrinsik berdasarkan Lingkungan

Pernyataan	N	Persentase
1 sangat setuju	12	20%
2 seetuju	33	54%
3 tidak setuju	14	23%
4 sangat tidak setuju	2	3%

Lihat dari tabel diatas, 12 orang (atau 20% dari sampel) sangat setuju bahwa lingkungan mereka memotivasi mereka, sementara 33 orang (atau 54% dari sampel) memilih setuju. Sebagian kecil orang juga tidak setuju, dengan 14 (23%) suara dan 2 (3%) suara sangat tidak setuju.

Pembahasan

Selanjutnya, secara khusus (Ardiyansyah & Dewantara, 2016) menunjukkan tingginya minat siswa terhadap futsal sebagai kegiatan ekstrakurikuler. Motivasi siswa untuk berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler dapat dinilai dengan

menggunakan ini. Jika seorang siswa merasa termotivasi, mereka lebih cenderung mengikuti kegiatan ekstrakurikuler.

Fasilitas atau peralatan adalah semua yang diperlukan untuk pengajaran fisik, dapat dibawa-bawa, dan dapat dibawa-bawa oleh pelaku atau murid(Setyaningrum et al., 2023). Menurut sumber yang sama, prasarana atau sarana pendidikan jasmani harus tetap atau tidak dapat dipindahkan. Infrastruktur dan fasilitas pelatihan yang memadai akan digunakan untuk memenuhi tujuan pelatihan. Sarana dan prasarana pelatihan merupakan sumber daya yang membantu terciptanya pelatihan yang berkualitas. Kemendikbud mengklaim dengan adanya akses fasilitas olahraga akan memudahkan siswa melakukan olahraga dilingkungan sekolah.”.

Pembinaan olahraga akan ketinggalan zaman atau bahkan mungkin hilang tanpa sarana olahraga. Siswa akan lebih tertarik untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah jika sarana dan prasarananya tepat dan sesuai dengan kebutuhan karena hal ini munculnya dorongan mereka untuk lebih rajin lagi. Siswa di SMP SETU 4 akan termotivasi karena tersedianya sarana dan prasarana yang memadai, untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler.

Untuk meningkatkan motivasi intrinsik siswa, sekolah harus memiliki program akademik dan ekstrakurikuler yang kuat. Hal ini terkait dengan meningkatnya





keinginan pegawai SMP 4 SETU untuk mengikuti proyek ekstrakurikuler..

KESIMPULAN

Motivasi siswa untuk mengikuti ekstrakurikuler pencak silat di SMP 4 SETU termasuk dalam kategori “Baik” artinya masih perlu ditingkatkan sesuai dengan temuan penelitian tentang motivasi siswa untuk mengikuti ekstrakurikuler pencak silat. ditingkatkan untuk kinerja yang sangat baik atau bahkan lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiyansyah, A., & Dewantara, R. Y. (2016). Pengaruh pelayanan fiskus terhadap kepatuhan wajib pajak melalui kepuasan wajib pajak (studi pada wajib pajak di wilayah kerja kpp pratama blitar). *Jurnal Mahasiswa Perpajakan*, 11(1).
- Azizah, A. R., Yusuf, M. D., Saputra, A. D., Priyanto, F., Ihsan, M. H., Widiyono, I. P., Olahraga, P. P., & Covid, P. (2023). Motivasi Belajar Siswa Mts Dalam Pembelajaran PJOK Pasca Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 11(2), 182–191. <https://doi.org/doi.org/10.55081/jsbg.v11i2.1116b>
- Bahari, F., Hanief, Y. N., & Junaedi, S. (2020). Analisis Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas Atas Ditinjau Dari Keikutsertaan Dalam Ekstrakurikuler. *Jendela Olahraga*, 5(2), 89–97. <https://doi.org/10.26877/jo.v5i2.6167>
- Erwanto, R. (2020). Aktivitas Fisik Sebagai Alternatif Model Pembelajaran Yang Menyenangkan: Sebuah Kajian Literatur. *Jurnal Jendela Inovasi Daerah*, 1(1), 1–15. <https://doi.org/doi.org/10.56354/jendelainovasi.v5i2.126>
- Cahyono, A. S. (2016). Pengaruh media sosial terhadap perubahan sosial masyarakat di Indonesia. *Publiciana*, 9(1), 140–157
- Ginting, M. N. B., & Helmi, B. (2021). 493-Article Text-1322-2-10-20220615. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 1(2), 88–94. <https://doi.org/https://doi.org/10.55081/jumper.v1i2.493>
- Gunarsa, S. D. (2004). Dari anak sampai usia lanjut: bunga rampai psikologi anak. BPK Gunung Mulia.
- Hanafiah, H., Nova, A., Surimeirian, M. A., Adi, S., Helmi, B., Aditya, R., & Sinulingga, A. R. (2023). Pelatihan Pelatih Fisik Tingkat Dasar untuk Meningkatkan Kompetensi Melatih Mahasiswa Prodi Pendidikan Jasmani FKIP Universitas Samudra. *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(4), 1558–1565. <https://doi.org/https://doi.org/10.20527/btjpm.v4i4.6510>
- Junpentus Sembiring, Helmi, B., & Sihombing, H. (2020). Efektivitas Pembelajaran Penjas Melalui Daring Dimasa Pandemi Covid-19. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 2(2), 1–9. <https://doi.org/https://doi.org/10.55081/jurdip.v2i2.633>
- Hasbiyati, H., & Laila, K. (2017). Penerapan media e-book bereksistensi EPUB untuk meningkatkan minat dan hasil belajar siswa SMP pada mata pelajaran IPA. *Jurnal Pena Sains*, 4(1).
- Kusuma, H., Kristiyanto, A., & Kiyatno, K. (2016). Hubungan motivasi, tinggi badan dan power otot tungkai terhadap keterampilan bolabasket. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 6(2), 47–53.
- Lestari, R. Y. (2016). Peran Kegiatan Ekstrakurikuler Dalam Mengembangkan Watak Kewarganegaraan Peserta Didik. *Untirta Civic Education Journal*, 1(2),





136–152.

<https://doi.org/10.30870/ucej.v1i2.188>

7

Sartika, R., & Basri, I. (2015). Hubungan Motivasi Belajar Dan Keaktifan Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Terhadap Hasil Belajar Bahasa Indonesia Siswa Kelas X SMA Negeri 10 Padang. *Bahasa, Sastra, Dan Pembelajaran*, 3(1).

Setyaningrum, D., Egar, N., & Soedjono, S. (2023). Pengaruh Pengelolaan Kegiatan Ekstrakurikuler, Kompetensi Guru Pembina Ekstrakurikuler, Dan Motivasi Berprestasi Peserta Didik Terhadap Kinerja Kegiatan Ekstrakurikuler SMP/MTs. *Jurnal Manajemen Pendidikan (JMP)*, 12(1), 100–116.
<https://doi.org/10.26877/jmp.v12i1.15293>

Slameto, S. (2017). Critical thinking and its affecting factors. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 18(2), 1–11.

Sugiyono, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*. ALFABETA.

Suryosubroto, B. (1997). *Proses Belajar Mengajar di Sekolah: Wawasan baru, beberapa metode pendukung, dan beberapa komponen layanan khusus*.

Susanto, E. (2010). Pengembangan tes keterampilan renang anak usia prasekolah. *Jurnal Penelitian Dan Evaluasi Pendidikan*, 14(2).

Syarifudin, A. H. (n.d.). Hubungan kekuatan otot perut dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan lompat jauh gaya schnepper pada siswi putri kelas X SMK PGRI 3 Kediri Tahun Ajaran 2015/2016.