

Analisis Minat Siswa Terhadap Ekstrakurikuler Olahraga di SMA N 2 Rembang

Roisul Azka Luthfiana¹, Muh Isna Nurdin Wibisana², Utvi Hinda Zhannisa³

^{1,2,3}Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas PGRI Semarang, Indonesia
Jl. Sidodadi Timur Jalan Dokter Cipto No.24, Karangtempel, Kec. Semarang Tim., Kota Semarang, Jawa Tengah 50232
Email : roisulazka17@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar minat siswa terhadap ekstrakurikuler olahraga di SMA N 2 Rembang. Penelitian ini menggunakan metode campuran (mix methods) dengan pendekatan kuantitatif menggunakan teknik statistik deskriptif dengan bantuan perangkat lunak SPSS untuk mengukur tingkat minat siswa dan kualitatif menggunakan teknik wawancara untuk menggali alasan serta faktor-faktor yang memengaruhi minat mereka terhadap kegiatan ekstrakurikuler. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan subjek penelitian siswa kelas XI sebanyak 347 responden. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa minat siswa untuk mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 2 Rembang relatif tinggi, karena data keseluruhan menunjukkan minat tinggi sebanyak 192 siswa (55,33%), diikuti dengan minat sangat tinggi sebanyak 50 siswa (14,41%), minat rendah sebanyak 98 siswa (28,24%) dan minat sangat rendah sebanyak 7 siswa (2,02%). Minat siswa SMA N 2 Rembang terhadap ekstrakurikuler olahraga cukup beragam, dengan sebagian besar berminat karena alasan kesehatan, kesenangan, dan prestasi, serta ditunjang oleh faktor dukungan lingkungan (orang tua, teman, dan guru). Namun, masih ada siswa yang kurang berminat karena keterbatasan waktu, fasilitas, atau kurangnya motivasi pribadi. Jadi dapat disimpulkan bahwa minat siswa terhadap ekstrakurikuler di SMA N 2 Rembang secara keseluruhan pada kategori tinggi.

Kata kunci: *Analisis, Minat Siswa, Ekstrakurikuler Olahraga*

ABSTRACT

This research aims to determine the level of student interest in extracurricular sports activities at SMA N 2 Rembang. This study uses a mixed method with a quantitative approach using descriptive statistical techniques with the help of SPSS software to measure the level of student interest and qualitative using interview techniques to explore the reasons and factors that influence their interest in extracurricular activities. This study uses a purposive sampling technique with 347 respondents as research subjects of grade XI students. The results of this study indicate that student interest in participating in extracurricular sports activities at SMA N 2 Rembang is relatively high, because the overall data shows a high interest of 192 students (55.33%), followed by very high interest of 50 students (14.41%), low interest of 98 students (28.24%) and very low interest of 7 students (2.02%). The interest of SMA N 2 Rembang students in extracurricular sports activities is quite diverse, most are interested for reasons of health, pleasure, and achievement, and are supported by environmental supporting factors (parents, friends, and teachers). However, some students are still less interested due to limited time, facilities, or personal motivation. Thus, it can be concluded that students' interest in extracurricular activities at SMA N 2 Rembang is generally high.

Keywords: *Analysis, Student Interest, Extracurricular Sports*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan proses sistematis yang bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik secara optimal, baik dalam aspek kognitif, afektif, maupun psikomotorik (Arifudin, 2021). Pendidikan tidak hanya berfokus pada transfer ilmu pengetahuan, tetapi juga membentuk karakter dan keterampilan yang dibutuhkan untuk menghadapi tantangan kehidupan (Purnama, 2024). Meskipun pendidikan di Indonesia saat ini telah banyak berkembang, usaha yang dilakukan masih belum optimal, beberapa kendala yang dihadapi termasuk kesejahteraan guru yang kurang, akses pendidikan yang terbatas, serta rendahnya tingkat pengetahuan dan kondisi ekonomi masyarakat (Budoyo et al., 2024). Dalam konteks Indonesia, pendidikan berfungsi untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dan membentuk manusia Indonesia seutuhnya, sesuai dengan amanat Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Hati, 2024). Tujuan ini semakin relevan dengan tantangan global saat ini yang menuntut adanya generasi yang inovatif, adaptif, dan berdaya saing tinggi (Era et al., 2025). Pendidikan jasmani dan olahraga memiliki peran strategis dalam membentuk karakter siswa, karena selain menyehatkan fisik, juga menanamkan nilai moral dan sosial seperti aturan, emosi, kerja sama, sportivitas, dan empati (Yunis Bangun, 2021).

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang dilakukan secara terencana, terstruktur, dan berkelanjutan dengan tujuan meningkatkan kebugaran jasmani, menjaga kesehatan tubuh, serta mengembangkan kemampuan motorik individu (Afif et al., 2025). Lebih dari itu, olahraga berkontribusi dalam aspek sosial dan psikologis, seperti membentuk karakter, menumbuhkan sikap disiplin, meningkatkan kepercayaan diri, serta melatih kemampuan kerja sama dalam tim (Candra et al., 2025). Dalam dunia pendidikan, olahraga menjadi salah satu media penting yang tidak hanya diajarkan dalam mata pelajaran pendidikan jasmani, tetapi juga berperan dalam penguatan nilai-nilai karakter seperti sportivitas, kejujuran, dan tanggung jawab (Tri Fitrianto, 2023). Perkembangan zaman dan kemajuan teknologi telah mendorong olahraga menjadi bagian integral dari gaya hidup sehat yang semakin digemari oleh berbagai kalangan, mulai dari anak-anak, remaja, hingga orang dewasa (Dahlan et al., 2022). Selain itu, olahraga kini juga dipandang sebagai sarana untuk meraih prestasi yang dapat membawa kebanggaan bagi individu maupun institusi Pendidikan. Kegiatan olahraga di sekolah tidak hanya berlangsung dalam pembelajaran formal, tetapi juga dikembangkan

melalui kegiatan ekstrakurikuler yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk menyalurkan minat dan mengasah bakat olahraga secara lebih intensif (Febrihan & Rosyida, 2019). Ekstrakurikuler olahraga menjadi wadah pembinaan yang efektif dalam menanamkan jiwa sportif, meningkatkan keterampilan praktis, serta membentuk karakter siswa di luar jam Pelajaran (Afif et al., 2025). Tren saat ini menunjukkan bahwa partisipasi siswa dalam ekstrakurikuler olahraga semakin meningkat seiring dengan bertambahnya kesadaran akan pentingnya gaya hidup sehat dan peluang meraih prestasi melalui bidang olahraga (El Fayyad et al., 2024)

Minat merupakan suatu kecenderungan dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk tertarik, memperhatikan, dan secara aktif berusaha mencari atau mencoba berbagai aktivitas dalam bidang tertentu. Minat pada sesuatu merupakan aspek penting dalam proses pembelajaran, karena minat tidak hanya dipelajari tetapi juga berperan dalam mempengaruhi proses belajar berikutnya serta membuka peluang bagi munculnya minat-minat baru (Tryusa Rio Prasetyo Utomo, 2021). Minat bukan sekadar rasa suka, melainkan dorongan internal yang mendorong individu untuk bertindak dan memberikan komitmen terhadap apa yang dianggap penting atau bermanfaat baginya (Nurhayati et al., 2023). Namun demikian, minat siswa untuk mengikuti ekstrakurikuler olahraga di beberapa sekolah masih terbilang rendah. Faktor-faktor seperti lingkungan keluarga, ketersediaan fasilitas olahraga yang memadai, dukungan dari guru pembina, serta rendahnya motivasi internal menjadi penyebab utama yang memengaruhi tingkat partisipasi siswa (Sabirin, 2024). Kondisi ini menuntut adanya evaluasi dan strategi pembinaan yang tepat agar kegiatan ekstrakurikuler olahraga semakin diminati dan mampu memberikan manfaat optimal bagi pengembangan diri peserta didik.

Berdasarkan hasil observasi peneliti di SMA N 2 Rembang terdapat kegiatan ekstrakurikuler olahraga, seperti ekstrakurikuler futsal, bola voli, dan basket. Adapun kegiatan ekstrakurikuler selain olahraga seperti pramuka, musik, dan PMR. Kegiatan ini ditujukan agar siswa dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya di berbagai bidang di luar bidang akademik, sehingga siswa boleh memilih kegiatan sesuai kemampuan atau bakat yang dimilikinya (Abizar et al., 2021). Dengan adanya kegiatan ekstrakurikuler diharapkan siswa yang senang dengan kegiatan di luar akademik bisa belajar lebih giat lagi dan mampu memaksimalkan kemampuan yang dimiliki sebaik mungkin. SMA N 2 Rembang memiliki

sarana dan prasarana yang menunjang kegiatan non akademik siswa (ekstrakurikuler) seperti bola besar, lapangan, net, dan lain-lain. Maka dari itu penulis ingin mengetahui dan menganalisis faktor yang memengaruhi minat dan motivasi siswa untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang ada di SMA N 2 Rembang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode campuran (mix methods) dengan pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Populasi adalah seluruh objek yang menjadi fokus penelitian, sedangkan sampel merupakan sebagian kecil dari populasi yang dipilih untuk mewakili ciri atau karakteristiknya (Mushofa et al., 2024). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMA N 2 Rembang. Untuk sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah siswa-siswi kelas XI SMA N 2 Rembang. Dalam penelitian ini, analisis data kuantitatif dilakukan menggunakan teknik statistik deskriptif dengan bantuan perangkat lunak SPSS untuk mengukur tingkat minat siswa terhadap kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMA N 2 Rembang. Data kuantitatif yang dikumpulkan melalui angket kemudian diolah menggunakan excel untuk menghitung persentase (%) dan mengelompokkan tingkat minat siswa ke dalam kategori sangat tinggi, tinggi, rendah, sangat rendah. Sementara itu, data kualitatif diperoleh melalui wawancara mendalam dengan sampel yang telah dipaparkan dipenjelasan diatas dengan angket yang berisi pertanyaan dengan teknik menjawab dengan isian singkat yang mengharuskan siswa untuk menggali alasan serta faktor-faktor yang memengaruhi minat mereka terhadap kegiatan ekstrakurikuler, sehingga hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran yang lebih faktual dan mendalam. Tujuan penelitian mix methods adalah supaya hasil penelitian lebih lengkap bukan hanya tahu seberapa banyak sesuatu terjadi, tapi juga mengerti alasan dan maknanya (Sonny Eli Zaluchu, 2020). Dengan metode ini, peneliti dapat mendapatkan gambaran yang lebih utuh dan mendalam tentang suatu masalah (Assyakurrohim et al., 2022).

Tabel 1. Data siswa kelas XI SMA N 2 Rembang yang telah mengisi angket

Kelas	Jenis Kelamin		Subjek penelitian
	Laki-laki	Perempuan	
XI	117	231	347
	Jumlah		347

Instrumen dalam penelitian ini berbasis angket atau kuisisioner yang berjumlah 20 pernyataan positif dan negatif. Angket atau kuesioner adalah alat penelitian berupa daftar pertanyaan tertulis yang diberikan kepada responden untuk memperoleh data (Ardiansyah et al., 2023). Angket yang digunakan pada penelitian ini berbasis “skala likert” dengan jawaban yang di beri nilai dengan skala 1-4 poin.

Tabel 2. Nilai angket positif

Pernyataan	Skor
Sangat Setuju	4
Setuju	3
Tidak Setuju	2
Sangat Tidak Setuju	1

Tabel 3. Nilai angket negatif

Pernyataan	Skor
Sangat Tidak Setuju	1
Tidak Setuju	2
Setuju	3
Sangat Setuju	4

Tabel 4. Angket minat siswa terhadap ekstrakurikuler olahraga

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor Item	Jumlah
Minat siswa terhadap ekstrakurikuler olahraga	Internal	Jasmani	4,14	2
		Ketertarikan	1,2,3,11,17	5
		Kebutuhan	6,13,20	3
	Eksternal	Pengembangan diri	5,8,19,16	4
		Lingkungan sekolah	10,15,18,12	4
		Keluarga	9	1
		Fasilitas	7	1
Jumlah				20

Angket pada penelitian ini menganut instrumen penelitian yang sudah dilakukan peneliti sebelumnya dengan judul “Analisis minat siswa terhadap ekstrakurikuler pencak silat di SMP N 37 Semarang”.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil bersikan deskripsi data penelitian yang di hasilkan. Dari penelitian ini, diperoleh data dari angket yang sudah diisi oleh siswa kelas XI SMA N 2 Rembang. Data

tersebut menggambarkan tingkat minat siswa dan faktor-faktor yang memengaruhinya. Deskripsi data hasil penelitian berbentuk persentase, yang diharapkan dapat lebih mudah untuk dipahami. Data yang diperoleh diharapkan mampu memberikan gambaran secara menyeluruh. Berikut tabel data statistik deskriptif minat siswa terhadap ekstrakurikuler olahraga di SMA N 2 Rembang.

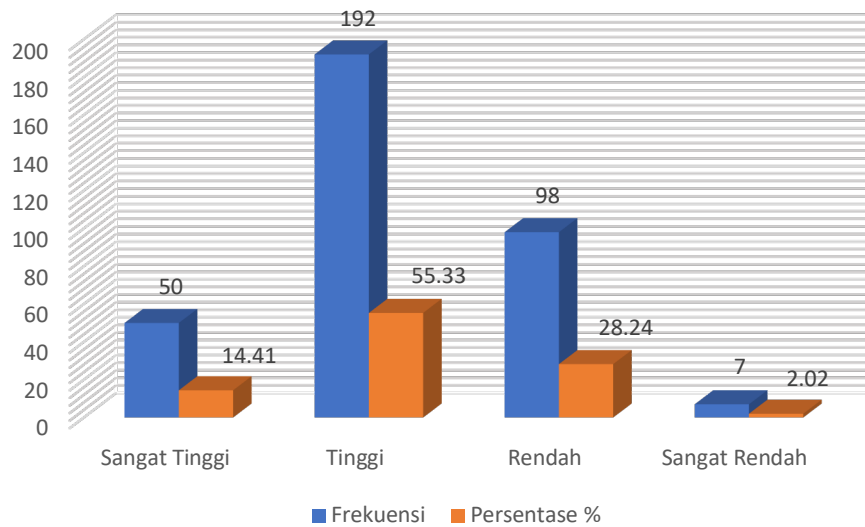
Tabel 5. Data statistik deskriptif

	Statistic descriptive					
	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Nilai	347	60	20	80	56.20	9.850
Valid N (listwise)	347					

Berdasarkan tabel statistik deskriptif di atas, dari total siswa yang mengisi angket yaitu 347 anak dengan rentang skor ideal 20-80, maka diperoleh hasil skor minimum sebesar = 20 skor maksimum = 80 rata-rata = 56,2 dan standart deviasi = 9,850. Yang berarti dengan standart deviasi tersebut menunjukkan bahwa data responden tidak semuanya sama, ada perbedaan nilai sekitar 9-10 poin dari rata-ratanya.

Tabel 6. Deskripsi minat siswa terhadap ekstrakurikuler olahraga

Interval	Kategori	Frekuensi	%
66-80	Sangat Tinggi	50	14,41%
51-65	Tinggi	192	55,33%
36-50	Rendah	98	28,24%
20-35	Sangat Rendah	7	2,02%
Jumlah		347	100%



Gambar 1. Diagram minat keseluruhan siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler olahraga

Dari tabel minat siswa terhadap ekstrakurikuler olahraga di SMA N 2 Rembang, terlihat bahwa sebagian besar siswa punya minat yang cukup tinggi. Sebanyak 192 siswa atau 55,33% berada di kategori tinggi, sedangkan 50 siswa atau 14,41% ada di kategori sangat tinggi. Artinya, banyak siswa yang benar-benar tertarik dan antusias mengikuti kegiatan olahraga. Namun, masih ada 98 siswa atau 28,24% yang minatnya tergolong rendah, dan 7 siswa atau 2,02% yang berada di kategori sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa meski sebagian besar siswa sudah punya minat baik, tetap ada sebagian kecil yang kurang tertarik sehingga butuh perhatian lebih, misalnya dengan motivasi, bimbingan, atau fasilitas yang lebih mendukung.

Dalam penelitian ini, minat siswa terhadap ekstrakurikuler bola voli di SMA N 2 Rembang dipengaruhi oleh 2 aspek utama, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Hasil penelitian dari masing-masing faktor dijelaskan secara terperinci. Faktor internal mencakup dorongan dari dalam diri siswa, seperti minat pribadi dan motivasi untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Adapun gambaran mengenai faktor internal tersebut disajikan dalam tabel data statistik deskriptif berikut.

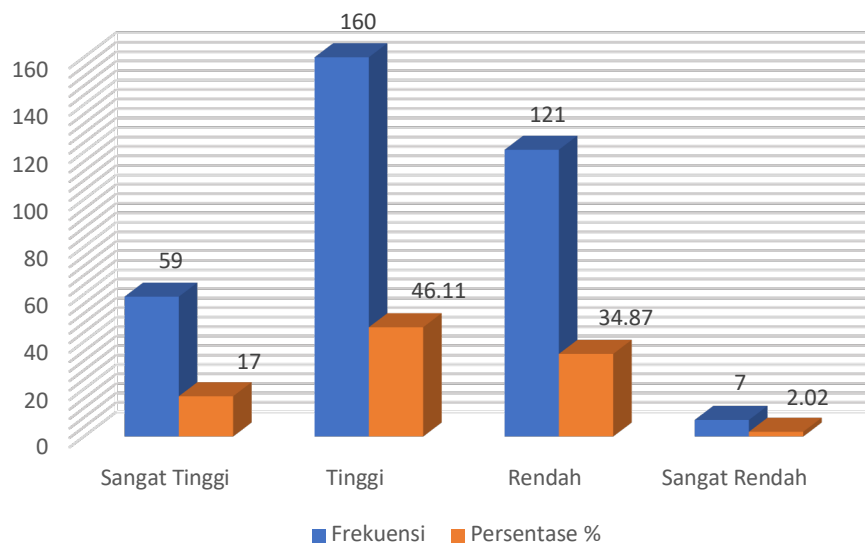
Tabel 7. Data statistik deskriptif faktor internal

	Statistic descriptive					
	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Nilai	347	42	14	56	39.35	7.373
Valid N (listwise)	347					

Berdasarkan tabel statistik deskriptif factor internal di atas, dari total siswa yang mengisi angket yaitu 347 anak dengan rentang skor ideal 14-56, maka diperoleh hasil skor minimum sebesar = 14 skor maksimum = 56 rata-rata = 39,35 dan standart deviasi = 7,373. Yang berarti dengan standart deviasi tersebut menunjukkan bahwa ada variasi nilai antar siswa sekitar 7 poin dari rata-rata tidak terlalu seragam, tapi juga tidak terlalu menyebar jauh.

Tabel 8. Deskripsi faktor internal minat siswa terhadap ekstrakurikuler olahraga

Interval	Kategori	Frekuensi	%
45-56	Sangat Tinggi	59	17,00%
36-45	Tinggi	160	46,11%
25-35	Rendah	121	34,87%
14-24	Sangat Rendah	7	2,02%
Jumlah		347	100%

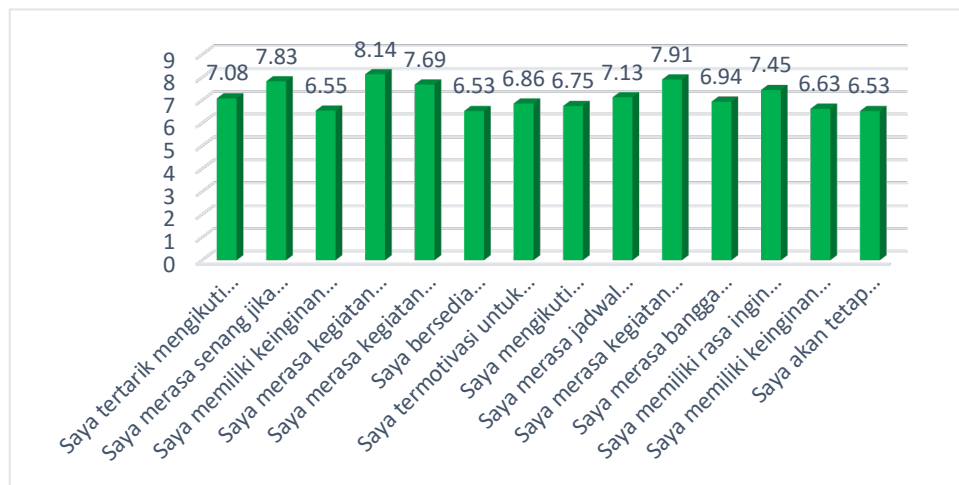


Gambar 2. Diagram faktor internal minat siswa terhadap ekstrakurikuler olahraga

Dari tabel faktor internal minat siswa terhadap ekstrakurikuler olahraga di SMA N 2 Rembang terlihat bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori tinggi, yaitu 160 orang

atau 46,11%. Artinya, hampir setengah dari siswa punya dorongan dari dalam diri dan motivasi yang cukup kuat untuk mengikuti kegiatan olahraga. Selain itu, ada 59 siswa atau 17,00% yang masuk kategori sangat tinggi, menunjukkan ada kelompok siswa yang benar-benar antusias dengan kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Di sisi lain, masih ada 121 siswa atau 34,87% yang minatnya tergolong rendah, dan 7 siswa atau 2,02% yang termasuk sangat rendah.

Secara umum, data ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa sudah memiliki minat dan motivasi yang baik untuk mengikuti ekstrakurikuler olahraga. Namun, masih ada sebagian siswa yang minatnya rendah, sehingga perlu diberikan dorongan atau motivasi tambahan agar mereka lebih tertarik untuk ikut serta.



Gambar 3. Diagram faktor internal minat siswa terhadap ekstrakurikuler olahraga

Dari faktor internal, aspek yang paling menonjol adalah kesadaran siswa akan manfaat olahraga bagi kesehatan dan kebugaran, terlihat dari persentase tertinggi sebesar 8,14% pada pernyataan “*Saya merasa kegiatan ekstrakurikuler olahraga bermanfaat bagi kesehatan dan kebugaran saya*”. Sebaliknya, persentase terendah muncul pada pernyataan “*Saya bersedia meluangkan waktu untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga*” dan “*Saya akan tetap mengikuti ekstrakurikuler olahraga meskipun tidak diwajibkan oleh sekolah*”, masing-masing hanya 6,53%. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun siswa menyadari manfaat olahraga, sebagian dari mereka masih kurang memiliki komitmen untuk meluangkan waktu atau mengikuti kegiatan secara sukarela. Faktor eksternal dalam analisis

minat ekstrakurikuler olahraga meliputi lingkungan sekolah, fasilitas, serta keluarga. Berikut tabel data statistik deskriptif faktor eksternal minat siswa terhadap ekstrakurikuler.

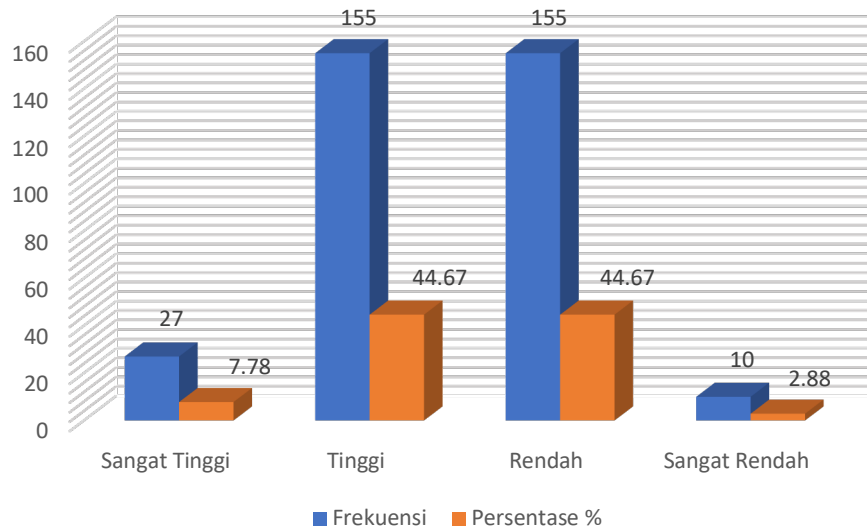
Tabel 9. Data statistik deskriptif faktor eksternal

	Statistic descriptive					
	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Nilai	347	18	6	24	16.86	2.969
Valid N (listwise)	347					

Berdasarkan tabel statistik deskriptif factor internal di atas, dari total siswa yang mengisi angket yaitu 347 anak dengan rentang skor ideal 6-24, maka diperoleh hasil skor minimum sebesar = 6 skor maksimum = 24 rata-rata = 16,86 dan standart deviasi = 2,969. Yang berarti dengan standart deviasi tersebut menggambarkan bahwa perbedaan antar responden tidak terlalu jauh, mayoritas nilai berkumpul di sekitar rata-ratanya.

Tabel 10. Deskripsi faktor eksternal minat siswa terhadap ekstrakurikuler olahraga

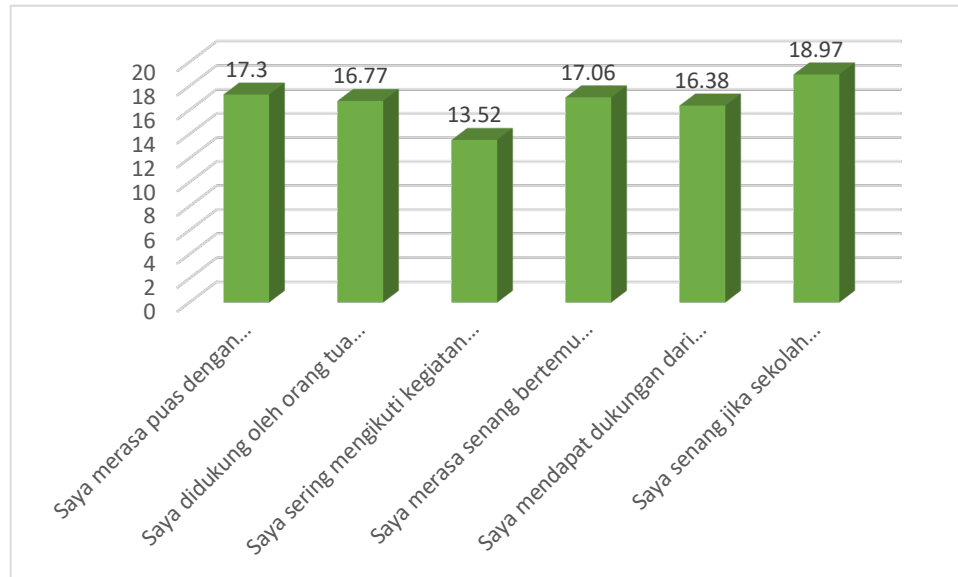
Interval	Kategori	Frekuensi	%
21-24	Sangat Tinggi	27	7,78%
16-20	Tinggi	155	44,67%
11-15	Rendah	155	44,67%
6-10	Sangat Rendah	10	2,88%
	Jumlah	347	100%



Gambar 4. Diagram faktor eksternal minat siswa terhadap ekstrakurikuler olahraga

Dari tabel faktor eksternal terlihat bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori tinggi dan rendah, masing-masing sebanyak 155 orang atau 44,67%. Artinya, dukungan dari luar seperti sekolah, teman, keluarga, dan fasilitas dirasakan cukup berbeda oleh siswa: ada yang merasa terbantu, tapi ada juga yang merasa masih kurang. Selain itu, ada 27 siswa atau 7,78% yang termasuk kategori sangat tinggi, menunjukkan bahwa sebagian kecil siswa benar-benar merasakan dukungan penuh dari lingkungannya. Sementara itu, hanya 10 siswa atau 2,88% yang berada di kategori sangat rendah, artinya hanya sedikit siswa yang hampir tidak merasakan dukungan sama sekali.

Secara umum, faktor eksternal cukup berpengaruh terhadap minat siswa mengikuti ekstrakurikuler olahraga. Hanya saja, karena jumlah siswa yang merasa dukungannya tinggi dan rendah hampir sama, sekolah maupun lingkungan sekitar masih perlu memberikan dorongan lebih agar minat siswa bisa berkembang maksimal.



Gambar 5. Diagram faktor eksternal minat siswa terhadap ekstrakurikuler olahraga

Dari data faktor eksternal, terlihat bahwa hal yang paling memengaruhi minat siswa adalah *"Saya senang jika sekolah memberikan penghargaan kepada peserta ekstrakurikuler olahraga"*, dengan persentase 18,97%. Artinya, siswa merasa lebih semangat dan termotivasi mengikuti ekstrakurikuler olahraga ketika usaha mereka dihargai oleh sekolah. Sementara itu, persentase terendah ada pada pernyataan *"Saya sering mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang diselenggarakan oleh sekolah"*, yaitu 13,52%. Ini menunjukkan bahwa meskipun ada dukungan dari orang tua, guru, maupun fasilitas yang tersedia, masih ada sebagian siswa yang belum rutin atau maksimal dalam mengikuti kegiatan olahraga di sekolah.

Jadi, bisa dibilang faktor eksternal yang paling kuat mendorong minat adalah apresiasi sekolah, sedangkan yang perlu ditingkatkan adalah partisipasi aktif siswa dalam kegiatan.

Pembahasan

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa tingkat ketertarikan siswa di SMA N 2 Rembang terhadap kegiatan ekstrakurikuler olahraga tergolong tinggi, dengan 55,33% termasuk dalam kategori tinggi dan 14,41% berada pada kategori sangat tinggi. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (El Fayyad et al., 2024) yang mengungkapkan

bahwa kesadaran siswa akan pentingnya hidup sehat berkontribusi terhadap peningkatan keikutsertaan dalam olahraga. Ini menunjukkan bahwa olahraga di sekolah tidak hanya menarik karena alasan kesehatan, tetapi juga karena kesempatan untuk meraih prestasi dan kesenangan yang didapat dari aktifitas tersebut.

Dari perspektif faktor internal, 63,11% siswa menunjukkan ketertarikan yang signifikan terhadap ekstrakurikuler olahraga. Dorongan ini muncul terutama akibat kesadaran akan pentingnya kesehatan dan kebugaran (Afif et al., 2025). Namun, masih ada 34,87% siswa yang memiliki minat yang relatif rendah. Rendahnya minat ini sebagian besar disebabkan oleh kurangnya komitmen untuk menyediakan waktu dan motivasi pribadi (Sabirin, 2024). Hal ini menekankan bahwa meskipun siswa menyadari manfaat olahraga, tidak semuanya menunjukkan disiplin dan dorongan yang kuat untuk aktif secara konsisten.

Dari sisi luar, faktor eksternal juga memainkan peran yang cukup besar, dengan 44,67% siswa menilai dukungan yang diterima berada pada kategori tinggi, tetapi proporsi yang sama (44,67%) juga menilai dukungannya rendah. Data ini menunjukkan adanya perbedaan dalam pandangan siswa tentang dukungan dari lingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakat sekitar. Penghargaan sekolah terhadap prestasi siswa terbukti menjadi pendorong minat yang signifikan (18,97%), sedangkan keaktifan dalam kegiatan masih tergolong rendah (13,52%). Ini mendukung argumen (Dahlan et al., 2022) bahwa peran sekolah dan pendidik sangat penting dalam mendukung keberhasilan dan keberlanjutan kegiatan olahraga di lingkungan pendidikan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa minat berasal dari interaksi antara faktor internal (motivasi, kebutuhan, pengembangan diri) dan faktor eksternal (dukungan lingkungan, fasilitas, penghargaan) (Nurhayati et al., 2023). Dengan demikian, untuk meningkatkan partisipasi, sekolah perlu memperbaiki fasilitas, memberikan penghargaan yang terus menerus, serta menyesuaikan jadwal ekstrakurikuler agar tidak bertabrakan dengan aktivitas akademik. Selain itu, dukungan dari keluarga dan rekan sebaya juga harus ditingkatkan untuk menciptakan lingkungan yang lebih mendukung perkembangan minat olahraga siswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa minat siswa SMA N 2 Rembang untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga tergolong tinggi. Karena data keseluruhan menunjukkan sekitar 69,74% atau sebanyak 242 siswa dari jumlah responden 347 siswa. Adapun faktor-faktor yang memengaruhi minat siswa untuk mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 2 Rembang. Pertama yaitu faktor internal, faktor tersebut dapat berupa jasmani, ketertarikan, kebutuhan, dan pengembangan diri. Kedua yaitu faktor eksternal, faktor tersebut dapat berupa lingkungan sekolah, keluarga, teman, dan fasilitas.

Minat siswa terhadap ekstrakurikuler olahraga di SMA N 2 Rembang berdasarkan faktor internal tergolong tinggi. Karena data menunjukkan sekitar 63,11% atau 219 siswa dari jumlah responden 347 siswa. Faktor tersebut didominasi karena siswa merasa kegiatan ekstrakurikuler olahraga bermanfaat bagi kesehatan dan kebugaran diri siswa. Minat siswa terhadap ekstrakurikuler olahraga di SMA N 2 Rembang berdasarkan faktor eksternal tergolong tinggi, walaupun terpaut hanya sedikit. Karena data menunjukkan sekitar 52,45% atau 182 siswa dari jumlah responden 347 siswa. Faktor tersebut didominasi karena siswa senang jika sekolah memberikan penghargaan kepada peserta ekstrakurikuler olahraga saat mendapatkan juara. Ketertarikan siswa di SMA N 2 Rembang terhadap kegiatan ekstrakurikuler olahraga bervariasi, di mana mayoritas memiliki ketertarikan yang didasari oleh alasan kesehatan, kesenangan, dan pencapaian, yang juga didukung oleh faktor lingkungan seperti orang tua, teman, dan guru. Akan tetapi, terdapat pula sejumlah siswa yang kurang tertarik disebabkan oleh keterbatasan waktu, fasilitas, atau kurangnya dorongan dari dalam diri mereka sendiri.

Untuk menumbuhkan minat siswa, sekolah bisa menyediakan pilihan olahraga yang lebih beragam, memperbaiki fasilitas, serta menyesuaikan jadwal agar tidak bentrok dengan pelajaran. Guru dan pembina juga sebaiknya memberi dorongan dan apresiasi supaya siswa merasa lebih semangat, sementara peran orang tua dan teman tetap penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kebiasaan berolahraga.

DAFTAR PUSTAKA

Abizar, M., Sapulete, J. J., & Fauzi, M. S. (2021). Pengembangan Model Permainan Bola Voli "Voli Target (Vorget)" Dalam Pembelajaran Penjasorkes Pada Siswa Kelas VIII SMP

- Negeri 3 Kuaro. *Borneo Physical Education Journal*, 2(2), 38–49. <https://doi.org/10.30872/bpej.v2i2.699>
- Afif, M., Santoso, D. A., & Setiabudi, M. A. (2025). Analisis Ekstrakurikuler Olahraga terhadap Karakter Siswa di SMP Darul Ilmi Banyuwangi. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 11(1), 50–66. <https://doi.org/10.59672/jpkr.v11i1.4417>
- Ardiansyah, Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif. *Jurnal IHSAN : Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 1–9. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.57>
- Arifudin, O. (2021). Pengaruh Aspek Kognitif, Afektif, Dan Psikomotor Terhadap Hasil Belajar Peserta Didik. *Jurnal Al-Amar (JAA)*, 2(1), 1–9.
- Assyakurrohim, D., Ikhrum, D., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2022). Metode Studi Kasus dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3(01), 1–9. <https://doi.org/10.47709/jpsk.v3i01.1951>
- Budoyo, S., Sumardiyani, L., Isna, M., & Wibisana, N. (2024). Implementasi Kode Etik Guru untuk Meningkatkan Profesionalisme Pendidik. 15(1), 194–200.
- Candra, O., Parulian, T., Yolanda, F., Novrandani, S., & Darmawan, D. V. (2025). Holistik dengan Mengintegrasikan Latihan Kondisi Fisik, Psikologi Olahraga, dan Karakter. *Journal Of Human And Education (JAHE)*, 5(1), 782–792. <https://doi.org/10.31004/jh.v5i1.2260>
- Dahlan, F., Mahyuddin, R., & Muslim, M. (2022). The Role of Schools and Physical Education in Supporting Sports Achievement: Literature Review. *Jp.Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 6(1), 117–128. <https://doi.org/10.33503/jp.jok.v6i1.2058>
- El Fayyad, M., Wahjoedi, & I Komang Sukarata Adnyana. (2024). Minat Peserta Didik Terhadap Ekstrakurikuler Keolahragaan. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 12(1), 9–15. <https://doi.org/10.23887/jiku.v12i1.80815>
- Era, P. G., Syarif, A., & Nashiruddin, M. (2025). Pendidikan Islam Kekinian Sebagai Upaya Menghadapi. 8(1), 27–38. <https://doi.org/10.47732/adb.v8i1.688>
- Febrihan, A. S., & Rosyida, E. (2019). Kontribusi Kelincahan Dan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Keterampilan Indian Dribble Pada Siswa Ekstrakurikuler Hockey Di SMA Negeri 1 Menganti. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 7(2), 367–372.
- Hati, S. T. (2024). Tarbiatuna: Journal of Islamic Education Studies Penggunaan Komik Sebagai Bahan Ajar IPS di Kelas IX MTS LAB Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan. *Journal of Islamic Education Studies*, 4, 92–113.
- Mushofa, M., Hermina, D., & Huda, N. (2024). Memahami Populasi dan Sampel: Pilar Utama dalam Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Syntax Admiration*, 5(12), 5937–5948. <https://doi.org/10.46799/jsa.v5i12.1992>
- Nurhayati, A. N. S., Yulianingsih, Y., & Nursihah, A. (2023). PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA DIORAMA TERHADAP KEMAMPUAN MOTORIK HALUS ANAK USIA DINI (Penelitian Kuasi Eksperimen di Kelompok B RA Al Patwa Cicukang Kabupaten Bandung). *AL IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 4(1), 012. <https://doi.org/10.69552/alihsan.v4i1.1657>
- Purnama, R. (2024). PRAKSIS :Jurnal Pendidikan, Literasi dan Budaya Membentuk Emosi Anak Pada Perpindahan Transisi dari PAUD ke SD dalam Pendekatan Pendidikan Islam. *Jurnal Pendidikan, Literasi Dan Budaya*, 1, 112–120.
- Sabirin, S. (2024). Pengaruh Model Pembelajaran Inkuiri Terhadap Minat Dan Motivasi Olahraga Siswa Smp Negeri 2 Palangka Raya. *Universitas Palangka Raya*.

- Sonny Eli Zaluchu. (2020). Strategi Penelitian Kualitatif Dan Kuantitatif Di Dalam Penelitian Agama. *Evangelikal: Jurnal Teologi Injili Dan Pembinaan Warga Jemaat*, 4(1), 28–38.
- Tri Fitrianto, A. (2023). Relevansi Pendidikan Jasmani dengan Tujuan Pendidikan Islam dalam Membentuk Individu yang Seimbang Secara Fisik, Mental, dan Spiritual. *AL GHAZALI: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 3(2), 148–166. <https://doi.org/10.69900/ag.v3i2.194>
- Tryusa Rio Prasetyo Utomo, M. S. (2021). Pengaruh Latihan Dribble X Pattern dan Dribble Figure Eights Terhadap Hasil Kemampuan Dribble Atlet Sheyfa Futsal Academy Kendal. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(1), 287–293.
- Yunis Bangun, S. (2021). Pengertian Pendidikan Jasmani dan olahraga pada Lembaga Pendidikan Indonesia. *Jurnal Publikasi Pendidikan.*, VI, 157–159.