

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI MINAT SISWA DALAM MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER KARATE

Muhammad Hafidz Mahasdiatnata*, Anung Priambodo

Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan,
Universitas Negeri Surabaya

* muhammadhafidz.19063@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan tambahan yang dapat diikuti oleh siswa dalam menentukan kegiatan yang diminati dengan potensi yang dimiliki serta kemauan masing-masing individu siswa. SMP Negeri 39 Surabaya merupakan sekolah yang memiliki beberapa program kegiatan ekstrakurikuler di bidang olahraga, kegiatan ekstrakurikuler *karate* merupakan salah satu diantara kegiatan ekstrakurikuler yang ada. Namun berdasarkan presensi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler *karate* tidak sebanyak dari jumlah ekstrakurikuler yang ada. Partisipasi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler *karate* selalu berubah-ubah serta tidak pasti. Tujuan dari penelitian ini guna melihat seberapa besar minat siswa di SMP Negeri 39 Surabaya dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler *karate* serta mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi minat siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler *karate* di SMP Negeri 39 Surabaya. Jenis penelitian ini menerapkan jenis deskriptif kuantitatif. Sampel yang dikenakan yaitu segenap siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler *karate*. Dari hasil penelitian didapatkan sebanyak 62 siswa yang mengikuti ekstrakurikuler *karate*. Hasil analisis data diolah menggunakan excel serta SPSS versi 25. Hasil menunjukkan minat siswa terhadap ekstrakurikuler *karate* sangat tinggi sebesar 11,3%, tinggi sebesar 17,7%, sedang 25,8%, rendah 54,2%, sangat rendah 0%. Sedangkan faktor intrinsik memiliki kategorisasi sangat tinggi 6,5%, tinggi 21,0%, sedang 27,4%, rendah 43,5%, sangat rendah 1,6%. Faktor ekstrinsik memiliki kategorisasi sangat tinggi 8,1%, tinggi 24,2%, sedang 29,0%, rendah 37,1%, sangat rendah 1,6%.

Kata Kunci: faktor; minat; ekstrakurikuler; karate

Abstract

Extracurriculums are additional activities that students can participate in choosing activities that suit the interest and talents of each student. SMP Negeri 39 Surabaya is a school that has several extracurricular activity programs in the field of sports, *karate* extracurricular activities are one of the existing extracurricular activities. However, based on the presence of students who took part in karate extracurricular exercises, there were not as many as in the existing data. Student participation in karate extracurricular activities is always changing and uncertain. The purpose of this study was to find out how much interest students at SMP Negeri 39 Surabaya have in participating in karate extracurricular activities and to find out the factors that influence students' interest in participating in karate extracurricular activities at SMP Negeri 39 Surabaya. This type of research uses a quantitative descriptive research type. The sample used was all students who took part in karate extracurricular activities. From the research results, it was found that there were 62 students who took part in extracurricular *karate*. The results of the data analysis were processed using SPSS version 25. The results showed that students' interest in extracurricular activities was very high at 11.3%, high at 17.7%, medium at 25.8%, low at 54.2%, and very low at 0%. While the intrinsic factor has a very high categorization of 6.5%, high 21.0%, moderate 27.4%, low 43.5%, and very low 1.6%. The extrinsic factor has a very high categorization of 8.1%, high 24.2%, medium 29.0%, low 37.1%, and very low 1.6%.

Keywords: factors; interest; extracurriculars; karate

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah hal dasar serta memiliki prioritas terhadap manusia bahwa pendidikan itu penting. Pendidikan bertujuan untuk memberikan bekal guna menaikkan kualitas masyarakat terutama dalam bentuk sumber daya manusia dalam bidang ilmu pengetahuan serta teknologi (Nuryogatama et al., 2020). Pendidikan yakni sebuah proses pendewasaan siswa melalui pembelajaran yang dilaksanakan secara sadar dan terencana serta membentuk karakter dan kepribadian sebagai manusia. Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan ialah komponen utuh dari keseluruhan prosedur pendidikan, yakni meningkatkan kinerja siswa melalui gerak olah tubuh dalam mencapai sebuah tujuan pendidikan (Mustafa & Dwiyoogo, 2020).

Pendidikan jasmani merupakan pembelajaran yang terstruktur didalamnya seperti terdapat guru, dan beberapa siswa untuk mempelajari aspek kebugaran, kesehatan serta ketrampilan (Beni et al., 2017). Mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan memberikan dampak positif bagi siswa seperti kebugaran jasmani semakin sehat, dan membangun ketrampilan psikomotorik, menumbuhkan nilai-nilai karakter seperti sportifitas, disiplin, kerjasama serta tanggung jawab (Iyakrus, 2019). Mengingat pembelajaran PJOK di sekolah memiliki waktu tiga jam pelajaran setiap pekannya. Sangat kurang bagi siswa yang ingin mengembangkan potensi di bidang olahraga. Hal yang dilakukan pihak sekolah terkait pengembangan suatu minat dan bakat guna mencapai sebuah tujuan pendidikan yaitu dengan menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilaksanakan dan diikuti oleh siswa di luar jam pembelajaran. Ekstrakurikuler merupakan bagian kegiatan yang dilaksanakan dari sekolah dan dilakukan pada setelah jam pembelajaran selesai (Bangun, 2018). Ekstrakurikuler merupakan kegiatan tambahan yang dapat diikuti oleh siswa dalam menentukan ekstrakurikuler sesuai pada minat serta bakat setiap individu siswa dan dilakukan ketika di sore hari ataupun selepas pembelajaran di sekolah berakhir. Ekstrakurikuler merupakan aktivitas yang dipantau oleh ahli yang tidak ada kaitannya dengan kurikulum utama dan memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengembangkan potensi pengetahuan dan keterampilan (Metsalpelto et al., 2014).

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kehendak terhadap tuntutan atas kebutuhan siswa supaya menjadi lebih aktif, kreatif serta dapat mengubah tingkah laku secara baik (Nofianti, 2019). Guna meraih hasil maksimal maka pembinaan kegiatan ekstrakurikuler

dibutuhkan sinergitas antara pihak sekolah dengan pelatih dalam penentuan program latihan dan evaluasi secara berkala agar siswa lebih berminat serta memiliki antusias yang tinggi dan diharapkan mampu mencapai hasil yang optimal ketika mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Keaktifan individu melakukan kegiatan ekstrakurikuler berbasis olahraga secara motorik lebih baik dibandingkan individu yang tidak ikut, begitu pula dengan anak-anak yang aktif dalam ekstrakurikuler juga berkontribusi terhadap gaya hidup (De Meester et al., 2014).

SMP Negeri 39 Surabaya merupakan sekolah yang memiliki program kegiatan ekstrakurikuler di bidang olahraga diantaranya yaitu futsal, bola basket, bola voli. Program kegiatan ekstrakurikuler *karate* merupakan salah satu diantara kegiatan ekstrakurikuler yang ada. Negara Jepang terkenal memiliki seni beladiri yang mendunia yaitu *Karate* yang memiliki istilah “kara” yang memiliki makna kosong sedangkan “te” memiliki makna tangan, dapat diartikan bahwa beladiri *karate* ialah beladiri yang mengutamakan pertarungan tanpa senjata atau tangan kosong (Ziaee et al., 2015). Beberapa program ekstrakurikuler *karate* di SMP Negeri 39 Surabaya yaitu mempelajari teknik dasar (kihon), pertarungan (kumite), seni (kata). *Karate* merupakan bentuk latihan dari kihon, kata dan kumite dimana kihon ialah teknik dasar, sedangkan kumite serta kata merupakan jenis yang di kompetisikan. Selain menjadi olahraga bela diri yang mempelajari kekuatan fisik, selain itu *karate* juga mempelajari kekuatan mental, spiritual dan kepribadian (Sagitarius, 2013). Bagi siswa mengikuti kegiatan ekstrakurikuler *karate* tidak hanya untuk menjaga kebugaran tubuh dan melindungi diri, namun juga meningkatkan prestasi (Ma & Qu, 2017).

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan sebuah wadah untuk siswa yang ingin mengembangkan potensi dalam menyalurkan minat dan bakat. Diantara aspek yang bertindak atas psikis siswa yaitu minat. minat dalam perspektif sebagai berikut: (1) minat ialah sebuah indikasi psikis, (2) sentralisasi pikiran, perasaan serta perhatian dari sesuatu karena tertarik, (3) keadaan perasaan senang akan target yang dituju, (4) munculnya tekad dan tendensi pada guna mengikuti kegiatan (Ananda & Hayati, 2020). Minat dapat diartikan proses motivasi yang kuat dalam proses pembelajaran sangat penting dalam kesuksesan akademik, minat juga dapat diartikan pengaruh psikologis terhadap objek dan topik tertentu sehingga kecondongan bertahan demi hal yang sama (Harackiewicz et al., 2016).

Faktor minat itu sendiri terbagi menjadi dua yaitu faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor intrinsik terdapat tiga indikator yaitu perhatian, perasaan, serta aktivitas. sedangkan faktor ekstrinsik terdapat empat

faktor yaitu pelatih, sarana dan prasarana, lingkungan serta keluarga.

Berdasarkan pengamatan yang telah peneliti lakukan pada saat melaksanakan PLP dan melakukan wawancara dengan guru PJOK sekaligus koordinator ekstrakurikuler olahraga pada tanggal 20 Desember 2022 di SMP Negeri 39 Surabaya menyatakan bahwa, ekstrakurikuler *karate* merupakan ekstrakurikuler dengan peminat tertinggi dengan total 62 siswa yang terdaftar. berdasarkan pengamatan peneliti selama melaksanakan PLP di SMP Negeri 39 Surabaya, siswa yang mengikuti latihan ekstrakurikuler *karate* tidak sebanyak pada data yang ada. Partisipasi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler *karate* selalu berubah-ubah dan tidak pasti. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk mengetahui seberapa besar minat siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler *karate*.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif ialah penelitian yang dilaksanakan sebagai menggambarkan gejala, fenomena maupun peristiwa tertentu (Maksum, 2018). Gejala atau fenomena di atas dimaksudkan untuk menggambarkan minat para siswa dalam ekstrakurikuler *karate*. Variabel merupakan sebuah susunan yang mempunyai variabilitas atau keragaman sebagai inti penelitian. Sementara konsep yaitu abstraksi atau penggambaran dari suatu fenomena atau gejala tertentu (Maksum, 2018: 35). Variabel terikat dari penelitian ini yaitu faktor-faktor yang mempengaruhi minat siswa, sedangkan variabel bebas dari penelitian ini yaitu mengikuti ekstrakurikuler *karate*.

Populasi ialah keutuhan individu yang dimaksudkan untuk diteliti, kelak akan digeneralisasi (Maksum, 2018). Maka populasi yang diterapkan dalam penelitian ini ialah segenap siswa yang mengikuti ekstrakurikuler *karate* di SMP Negeri 39 Surabaya yang berjumlah 62 siswa. Sampel ialah pengumpulan data yang dilakukan dengan mencatat beberapa bagian dari anggota populasi yang mewakili dari seluruh anggota populasi yang ada (Maksum, 2018). Jika subyek dalam penelitian kurang dari 100, maka lebih baik diambil semua sehingga penelitian tersebut merupakan penelitian populasi (Hاتمoko, 2015). Dalam penelitian ini tidak menggunakan sampel karena semua siswa yang mengikuti ekstrakurikuler *karate* termasuk dalam populasi yang akan dijadikan sampel dengan total 62 siswa. Adapun sampel penelitian diambil dari populasi yang memenuhi kriteria inklusi sebagai berikut: 1). Siswa kelas VII, VIII, IX yang mengikuti ekstrakurikuler *karate* SMP Negeri 39 Surabaya, 2). Jenis kelamin laki-laki dan perempuan, 3). Keadaan sehat, 4). Bersedia

untuk mengisi angket yang telah disediakan. Kriteria ekskuli sebagai berikut: 1). Siswa yang tidak bisa hadir dalam 2 kali pertemuan.

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan angket kuisioner. Instrumen yakni media ukur yang diterapkan dalam menghimpun data sebuah penelitian (Maksum, 2018). Penelitian ini instrumen yang digunakan angket. Angket merupakan rangkaian pertanyaan dalam megungkap informasi, bentuk fakta ataupun pendapat, yang memiliki dua pengertian yaitu rangkaian pertanyaan untuk mengungkap fakta yang telah didapati melalui subjek serta rangkaian pertanyaan yang harus direspons atas subjek seperti bagaimana pandangan, motif, dan kepribadian subjek (Maksum, 2018).

Penelitian ini menerapkan kuisioner angket tertutup. Angket tertutup merupakan beberapa opsi jawaban yang sudah tersajikan oleh peneliti. Angket ini menggunakan *check list*. Responden memberikan tanda centang (✓) pada jawaban yang telah disediakan. Angket yang digunakan dalam penelitian merupakan angket yang telah diadopsi dari Cahyono (2017).

Adapun kisi-kisi instrumen yang terbagi dalam dua faktor yaitu intrinsik yang meliputi perhatian, perasaan senang dan aktivitas. Kemudian faktor ekstrinsik yang meliputi pelatih, fasilitas, keluarga serta lingkungan.

Ketika data keseluruhan telah terhimpun, selanjutnya yaitu pengolahan data. Analisis data merupakan pengelompokkan data-data menurut variabel atas jenis responden, menyajikan data-data yang telah diteliti. Cara menyelesaikan perhitungan tersebut menggunakan excel serta aplikasi SPSS 25 for windows. Untuk mengetahui kategori pengelompokkan perlu melihat rata-rata dengan lambang M serta besaran standar deviasi untuk skor telah didapat. Berikut merupakan rumus yang digunakan:

Tabel 1. Kategori Pengelompokkan Perhitungan

Kategori	Rumus
Sangat Tinggi	$M + 1,5 SD < X$
Tinggi	$M + 0,5 SD < X \leq + 1,5 SD$
Sedang	$M - 0,5 SD < X \leq + 0,5 SD$
Rendah	$M - 1,5 SD < X \leq - 0,5 SD$
Sangat Rendah	$X \leq M - 1,5 SD$

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan melalui analisis data yang bersumber dari angket kuisioner yang telah dibagikan kepada 62 responden. Bertujuan guna melihat faktor-faktor yang mempengaruhi minat siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler *karate* di SMP

Negeri 39 Surabaya. Adapun Faktor-faktor tersebut yaitu intrinsik dan ekstrinsik.

Tabel 2. Kategorisasi Keseluruhan Angket

Kategori	Interval	N	%
Sangat Tinggi	$X > 60,93$	7	11,3%
Tinggi	$52,24 < X \leq 60,93$	11	17,7%
Sedang	$43,55 < X \leq 52,24$	16	25,8%
Rendah	$34,86 < X \leq 43,55$	28	45,2%
Sangat Rendah	$X < 34,86$	0	0%
Jumlah		62	100%

Berdasarkan data yang telah diolah distribusi keseluruhan angket memiliki rerata 47,90, minimum 35, maksimum 74, standar deviasi 8,69. Dapat dilihat tabel 3 keseluruhan minat siswa terhadap ekstrakurikuler *karate* tergolong kategori rendah sebesar 45,2%.

Tabel 3. Kategorisasi Intrinsik dan Ekstrinsik

Faktor	Kategori	Interval	N	%
Intrinsik	Sangat Tinggi	$X > 27,74$	4	6,5%
	Tinggi	$23,07 < X \leq 27,74$	13	21,0%
	Sedang	$18,40 < X \leq 23,07$	17	27,4%
	Rendah	$13,73 < X \leq 18,40$	27	43,5%
	Sangat Rendah	$X < 13,73$	1	1,6%
Ekstrinsik	Sangat Tinggi	$X > 33,91$	5	8,1%
	Tinggi	$29,41 < X \leq 33,91$	15	24,2%
	Sedang	$24,91 < X \leq 29,41$	18	29,0%
	Rendah	$20,41 < X \leq 24,91$	23	37,1%
	Sangat Rendah	$X < 20,41$	1	1,6%

Setelah mengetahui kategorisasi dari keseluruhan minat siswa, langkah selanjutnya membuat kategorisasi faktor intrinsik, berdasarkan penjabaran di atas diketahui mendapatkan kategori rendah 43,5% dari 62 responden. Kemudian diketahui kategorisasi dari keseluruhan minat siswa faktor ekstrinsik berdasarkan penjabaran di atas diketahui mendapatkan kategori rendah 37,1% dari 62 responden.

Faktor Intrinsik indikator perhatian, memiliki rerata 7,26, minimum 3, maksimum 12, standar deviasi 1,79. Berdasarkan tabel 3 indikator perhatian termasuk kategori rendah yaitu 43,5% dari 62 responden. Pada indikator perasaan, memiliki rerata 5,77, minimum 3, maksimum 10, standar deviasi 1,48. Berdasarkan tabel 4 indikator perasaan masuk kategori rendah dengan persentase 41,9% dari 62 responden. Indikator aktivitas,

memiliki rerata 7,71, minimum 4, maksimum 14, standar deviasi 2,27. Berdasarkan persentase tabel 5 indikator aktivitas mendapat kategori rendah 35,5% dari 62 responden.

Faktor ekstrinsik indikator pelatih mempunyai rerata 6,56, minimum 4, maksimum 10, standar deviasi 1,38. Dapat dilihat representasi pada tabel 6 menunjukkan indikator pelatih termasuk kategori sedang 51,6% dari 62 responden. Indikator sarana prasarana memiliki hasil rerata 3,94, minimum 0, maksimum 7, standar deviasi 1,38. Berdasarkan analisis tabel 7 dapat diketahui sarana prasarana mendapatkan kategori rendah sebesar 48,4% dari 62 responden. Pada indikator keluarga mendapatkan hasil rerata 10,18, minimum 7, maksimum 14, standar deviasi 1,39. Hasil analisis yang telah dihitung berdasarkan kategori, indikator keluarga termasuk tinggi dengan 33,9% dari 62 responden. Pada indikator lingkungan, telah dihitung mendapatkan rerata 6,48, minimum 3, maksimum 12, standar deviasi 1,94. Pengkategorian pada tabel 9 diketahui indikator lingkungan mendapatkan kategori rendah 38,7% dari 62 responden.

Berlandaskan hasil penelitian yang sudah dilaksanakan didapati bahwa minat siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler *karate* di SMP Negeri 39 Surabaya adalah rendah sebesar 45,2%. Faktor-faktor yang mempengaruhi minat siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler *karate* di SMP Negeri 39 Surabaya berdasarkan faktor intrinsik mendapatkan kategori rendah sebesar 43,5%. Adapun indikator yang terdapat dalam faktor intrinsik adalah perhatian, perasaan senang serta aktivitas. Dari ketiga indikator tersebut perasaan senang dan aktivitas mendapatkan kategori rendah hal tersebut dikarenakan para siswa kurang merasakan perasaan senang pada saat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler *karate* serta kurangnya kesadaran terhadap kegiatan pada ekstrakurikuler *karate*.

Faktor-faktor yang mempengaruhi minat siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler *karate* di SMP Negeri 39 Surabaya berdasarkan faktor ekstrinsik mendapatkan kategori rendah sebesar 37,1%. Adapun indikator yang terdapat dalam faktor ekstrinsik adalah pelatih, sarana dan prasarana, keluarga serta lingkungan. Dari keempat indikator tersebut sarana dan prasarana serta lingkungan mendapatkan kategori rendah, hal ini dikarenakan penunjang sarana dan prasarana yang terdapat belum lengkap seperti matras, maupun perlengkapan lainnya. Serta indikator lingkungan yang dirasa siswa kurang mendukung dalam kegiatan ekstrakurikuler *karate*.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, disimpulkan bahwa minat siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler karate di SMP Negeri 39 Surabaya termasuk dalam kategori rendah sebesar 45,2%. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi minat siswa terhadap ekstrakurikuler karate di SMP Negeri 39 Surabaya yaitu faktor intrinsik dengan mendapatkan kategori sangat tinggi 6,5%, tinggi 21,0%, sedang 27,4%, rendah 43,5% dan sangat rendah 1,6 dengan indikator perhatian, perasaan senang dan aktivitas. Faktor ekstrinsik dengan mendapatkan kategori sangat tinggi 8,1%, tinggi 24,2%, sedang 29,0%, rendah 37,1% dan sangat rendah 1,6% dengan indikator pelatih, sarana dan prasarana, keluarga dan lingkungan.

Saran

Berdasarkan dari penjabaran hasil penelitian yang telah dilaksanakan, maka dapat disampaikan beberapa saran, yaitu:

1. Sebagai saran dan masukan sebagai evaluasi terutama sarana dan prasarana dapat ditingkatkan kembali untuk memberikan fasilitas yang terbaik kepada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler terutama ekstrakurikuler karate. Serta menjadikan lingkungan sekolah yang mendukung untuk kegiatan ekstrakurikuler terutama pada ekstrakurikuler karate.
2. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan penelitian ini dapat dikembangkan seperti penambahan dalam jumlah sampel maupun dapat dihubungkan dengan variabel yang lain sehingga lebih kompleks dan lebih berpotensi luas dan terperinci terhadap hasil ekstrakurikuler karate.

DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, R., & Hayati, F. (2020). *Variabel Belajar Kompilasi Konsep*. Puskidra MJ.
- Bangun, S. Y. (2018). Peran Pelatih Olahraga Ekstrakurikuler Dalam Mengembangkan Bakat Dan Minat Olahraga Pada Peserta Didik. *Jurnal Prestasi*, 2(4), 29–37. <https://doi.org/10.24114/jp.v2i4.11913>
- Beni, S., Fletcher, T., & Ní Chróinín, D. (2017). Meaningful Experiences in Physical Education and Youth Sport: A Review of the Literature. *Quest*, 69(3), 291–312. <https://doi.org/10.1080/00336297.2016.1224192>
- De Meester, A., Aelterman, N., Cardon, G., De Bourdeaudhuij, I., & Haerens, L. (2014). Extracurricular school-based sports as a

motivating vehicle for sports participation in youth: A cross-sectional study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 11(1), 1–15. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-11-48>

Harackiewicz, J. M., Smith, J. L., & Priniski, S. J. (2016). Interest Matters: The Importance of Promoting Interest in Education. *Policy Insights from the Behavioral and Brain Sciences*, 3(2), 220–227. <https://doi.org/10.1177/2372732216655542>

Hatmoko, J. H. (2015). Survei Minat Dan Motivasi Siswa Putri Terhadap Mata Pelajaran Penjasorkes Di SMK Se-Kota Salatiga Tahun 2013. *E-Jurnal Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 4(4), 1729–1736. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr%0ASURVEI>

Iyakrus, I. (2019). Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Prestasi. *Altius : Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 7(2), 168–173. <https://doi.org/10.36706/altius.v7i2.8110>

Ma, A. W. W., & Qu, L. H. (2017). Effects of Karate Training on Basic Motor Abilities of Primary School Children. *Advances in Physical Education*, 07(02), 130–139. <https://doi.org/10.4236/ape.2017.72012>

Maksum, A. (2018). Metodologi Penelitian Dalam Olahraga. In *Unesa University Press*.

Metsalpelto, Leena, R., & Pulkkinen. (2014). The Benefits Of Extracurricular Activities For Socioemotional Behavior And School Achievement in Middle Childhood : An overview of the research. *Journal For Educational Research Online*, 6(3), 10–33. <https://doi.org/10.25656/01>

Mustafa, P. S., & Dwiyoogo, W. D. (2020). Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia Abad 21. *JARTIKA Jurnal Riset Teknologi Dan Inovasi Pendidikan*, 3(2), 422–438. <https://doi.org/10.36765/jartika.v3i2.268>

Nofianti, A. (2019). Pengaruh Kegiatan Ekstrakurikuler dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa. *Jurnal Dinamika Manajemen Pendidikan*, 2(2), 120–129. <https://doi.org/10.26740/jdmp.v2n2.p120-129>

Nuryogatama, M., Sugihartono, T., & Sutisya, A. (2020). Pengembangan Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD) PJOK Senam Lantai Meroda Berbasis Penguatan Pendidikan Karakter Untuk Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 18 Kota Bengkulu. *SPORT GYMNASICS : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 1(2), 1–9. <https://doi.org/10.33369/gymnastics.v1i2.12804>

Sagitarius. (2013). Efektivitas Teknik Serangan Pukulan

Dan Teknik Serangan Tendangan Terhadap Perolehan Poin Dalam Pertandingan Kumite Cabang. *Jurnal Keplatihan Olahraga*, 5(1), 64–81.

Ziaee, V., Shobbar, M., Lotfan, S., & Ahmadienejad, M. (2015). Sport Injuries of Karate During Training: An Epidemiologic Study in Iran. *Asian Journal of Sports Medicine*, 6(2), 1–3. <https://doi.org/10.5812/asjrm.26832>

