

ANALISIS MINAT SISWA TERHADAP EKSTRAKURIKULER TARUNG DERAJAT DI SMAN 1 WONOAYU

***Rio Rizky Ardiansyah, Setiyo Hartoto**

S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, FIKK, Universitas Negeri Surabaya

*rio.18037@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Beladiri merupakan salah satu jenis olahraga yang digemari oleh generasi muda usia sekolah. Indonesia memiliki beragam jenis beladiri tradisional yang diajarkan di sekolah, salah satunya yaitu tarung derajat. Dalam proses latihan, Tarung Derajat fokus pada optimalisasi kemampuan otot manusia dengan cara latihan fisik dan tidak mendalami ilmu tenaga dalam apalagi ilmu kanuragan dan sejenisnya. Penting bagi generasi muda untuk turut melestarikan dan mengembangkan olahraga beladiri sebagai bentuk pengembangan diri dan prestasi. Namun, beladiri tarung derajat masih kurang diminati kalangan generasi muda usia sekolah salah satunya di SMAN 1 Wonoayu. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui apa faktor yang mempengaruhi minat siswa terhadap ekstrakurikuler tarung derajat di SMAN 1 Wonoayu. Penelitian ini berjenis deskriptif kuantitatif, yaitu menggunakan data numerik untuk menganalisis informasi yang disajikan dalam bentuk deskriptif. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu angket dengan skala likert. Penelitian dilaksanakan di SMAN 1 Wonoayu. Data penelitian yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan SPSS Versi 25. Tingkat minat siswa SMAN 1 Wonoayu terhadap cabang olahraga tarung derajat mencapai 66% dengan kategori cukup. Faktor yang paling mempengaruhi siswa SMAN 1 Wonoayu terhadap cabang olahraga tarung derajat adalah faktor aktifitas dengan rata-rata mencapai 16,78 dari 7 faktor yang ada. Angka tersebut menunjukkan persentase sebesar 70% yang artinya tergolong cukup.

Kata Kunci: minat siswa; ekstrakurikuler; tarung derajat

Abstract

Martial arts is a type of sport that is popular with the younger generation of school age. Indonesia has various types of traditional martial arts taught in schools, one of which is tarung derajat. In the training process, Tarung Derajat focuses on optimizing human muscle capacity through physical training and does not delve into the science of internal energy, let alone the science of kanuragan and the like. It is important for the younger generation to help preserve and develop martial arts sports as a form of self-development and achievement. However, martial arts fighting degrees are still less popular among the younger generation of school age, one of which is at SMAN 1 Wonoayu. Therefore, researchers want to know what factors influence students' interest in extracurricular tarung derajat at SMAN 1 Wonoayu. This research is a quantitative descriptive type, namely using numerical data to analyze information presented in descriptive form. The research instrument used was a questionnaire with a Likert scale. The research was carried out at SMAN 1 Wonoayu. The research data obtained was then analyzed using SPSS Version 25. The level of interest of SMAN 1 Wonoayu students in tarung derajat reached 66% in the sufficient category. The factor that most influences students at SMAN 1 Wonoayu towards combat sports is the activity factor with an average of 16.78 out of 7 existing factors. This figure shows a percentage of 70%, which means it is considered sufficient.

Keywords: student interest; extracurricular; tarung derajat

PENDAHULUAN

Pendidikan di Indonesia sudah banyak menciptakan generasi - generasi muda yang berprestasi di bidang akademik dan bidang non akademik. Bidang non akademik sendiri salah satunya pada olahraga. Olahraga di Indonesia banyak sekali macamnya ada yang berkelompok atau individu, ada pula yang memiliki resiko kecil maupun besar. Olahraga sendiri merupakan suatu gerak badan yang berfungsi untuk menguatkan dan menyehatkan tubuh (Irfanny et al., 2021). Banyak orang memilih olahraga yang mereka suka dan skill mereka ada didalamnya. Ada pula manfaat dari berolahraga untuk menjaga kesehatan tubuh, agar tidak stres, dan olahraga dapat menambah imun (Ekawati et al., 2022). Adapun olahraga yang mengandalkan kekuatan tendangan yaitu olahraga beladiri.

Beladiri adalah olahraga yang mengandalkan kekuatan otot tangan dan kaki. Beladiri merupakan suatu aktifitas fisik yang mengkombinasikan seni gerakan, olah fisik serta batin pada seseorang (Jennings, 2021). Ada berbagai macam olahraga yang termasuk dalam kategori beladiri antara lain taekwondo, karate, pencak silat, kungfu, tarung derajat dll. Olahraga beladiri memiliki resiko yang sangat besar seperti memar serta trauma tumpul pada pukulan hingga kematian (Sandi Firmanto, 2018). Sama seperti beladiri dengan jenis seni beladiri yang menampilkan gerakan-gerakan beladiri tarung dan rangkaian seni seperti halnya tarung derajat.

Olahraga yang satu ini masih belum banyak yang tau yaitu olahraga beladiri tarung derajat. Tarung derajat merupakan ilmu, tindakan moral dan sikap hidup yang memanfaatkan kemampuan daya gerak otot, otak, dan nurani secara realistis dan rasional, seperti pada upaya penguasaan dan penerapan 5 (lima) daya gerak moral yaitu kekuatan, kecepatan, ketepatan, keberanian, keuletan pada sistem ketahanan dan pertahanan diri yang agresif dan dinamis (Setiawan et al., 2021). Pada semua olahraga juga terdapat beberapa gerakan yang harus dikuasai seperti dalam gerakan tarung derajat harus terlebih dahulu mengenal beberapa teknik.

Teknik tarung derajat digunakan untuk memperkenalkan beberapa macam gerakan tarung derajat dalam berbagai kondisi. Teknik dasar tarung derajat sendiri antara lain siaga tarung, pukulan, tendangan, tangkisan, hindaran (Maria et al., 2021). Adapun pola serangan antara lain pola serangan, pola menghindar, pola bertahan menyerang, dan lain sebagainya (Silviana & Jamaludin, 2015). Pola tendangan dibagi menjadi beberapa macam, antara lain tendangan depan, belakang, samping, lingkar, dan tendangan kait. Akhir-akhir ini olahraga tarung derajat sudah ada di beberapa sekolah yang memang terdapat

ekstrakurikuler khusus untuk olahraga tarung derajat. Seperti di SMAN 1 Wonoayu Sidoarjo yang banyak memiliki pilihan ekstrakurikuler. Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan diluar jam pembelajaran guna untuk mencari dan mengembangkan skill pada setiap individu (Ng, 2020). Manfaat dari ekstrakurikuler adalah untuk mengisi waktu luang, mengembangkan skill setiap individu, berorganisasi. Ada dua macam ekstrakurikuler yaitu bidang olahraga yang terdiri dari sepak bola, bolavoli, olahraga beladiri dan non olahraga antara lain paduan suara, teater, tari, dan sebagainya.

Dalam ekstrakurikuler bukan hanya diajarkan tentang materi serta teknik tetapi juga diberikan beberapa modifikasi seperti contohnya modifikasi tendangan menyamping pada ekstrakurikuler tarung derajat dengan menggunakan kursi atau media lain. Sebab itu tarung derajat diharapkan dapat memantik minat siswa SMAN 1 Wonoayu Sidoarjo untuk meningkatkan minatnya hingga mampu mencapai minat yang dapat memberikan hasil pada dirinya. Tidak hanya dari segi sesi latihan, prestasi dan inovasi pengelolaan ekstrakurikuler diharapkan mampu memantik minat siswa. Proses latihan, penyampaian ketika demonstrasi ekstrakurikuler, dan prestasi sejauh ini telah digunakan untuk terus memantik dan meningkatkan minat siswa terhadap cabang olahraga tarung derajat. Dari minat yang merupakan perasaan terhadap suatu obyek atau kegiatan dengan dasar kesenangan dan ketertarikan dari dalam hati (Indricha, 2019). Kemudian minat akan menetap dan meningkat sesuai dengan hubungannya yang semakin kuat.

Olahraga seni beladiri Tarung Derajat merupakan salah satu beladiri tarung bebas (street fighting) yang diciptakan oleh seorang pemuda asal Bandung, yaitu Guru Haji Achmad Derajat, pada tahun 1972 saat usianya masih 22 tahun. Jika Anda mengenal Muay Thai dari Thailand atau Kick Boxing dari Amerika, maka kira-kira seperti itulah gambaran kasar tentang Tarung Derajat. Sang Guru Tarung Derajat, yang lebih dikenal dengan sebutan Aa Boxer, menciptakan beladiri ini beserta landasan filosofisnya yang luhur, yaitu "Jadikanlah dirimu oleh diri sendiri," yang mengajarkan setiap muridnya untuk bersikap mandiri. Meski telah berusia 49 tahun, beladiri ini belum dikenal luas di Indonesia. Pada dasarnya, semua beladiri memiliki teknik dasar yang sama, hanya saja pengembangan jurusnya yang kemudian menjadikan suatu beladiri menjadi khas. Teknik dasar di Tarung Derajat misalnya pukulan yang terdiri dari kibasan/tangkisan, pukulan seperti jab, straight, hook, dan uppercut. Kemudian ada sapokan (ayunan kaki ke arah tubuh bagian bawah) dan tendangan seperti tendangan lurus (jejek), tendangan

samping (tendang T), tendangan kait, tendangan belakang, dan tendangan lingkaran.

Dalam proses latihan, Tarung Derajat fokus pada optimalisasi kemampuan otot manusia dengan cara latihan fisik dan tidak mendalami ilmu tenaga dalam apalagi ilmu kanuragan dan sejenisnya. Para anggota Tarung Derajat berlatih fisik dengan melakukan push-up, sit-up, chin-up, pukulan, dan tendangan secara berulang-ulang sehingga menghasilkan proporsi otot yang kokoh namun tidak kaku seperti binaragawan. Beladiri Tarung Derajat telah resmi dipertandingkan dalam PON 2000. Sejak saat itu berbagai aturan dibuat dan terus disempurnakan agar beladiri ini menjadi olahraga prestasi yang menarik namun tetap mengutamakan keselamatan atletnya. Dalam kejuaraan, atlet wajib mengenakan pelindung gigi, kemaluan, kepala, dan badan serta mengenakan handsbox.

Di Kabupaten Sidoarjo sendiri, Tarung Derajat telah berdiri dan berlatih di Dispora Sidoarjo sejak awal tahun 2014 dan diberi nama Satuan Latihan (Satlat) Dispora Sidoarjo. Selain itu, pada tahun 2016 telah berdiri dua Satuan Latihan (Satlat) di lingkungan sekolah, yaitu di SMKN 1 Sidoarjo dan SMAN 1 Wonoayu, Sidoarjo. Meski tergolong baru, Tarung Derajat Satlat Dispora telah melahirkan atlet-atlet berprestasi yang mengharumkan nama Sidoarjo di daerah Jawa Timur. Kemudian, pada tahun 2020 berdiri Satlat di daerah Kecamatan Tarik dengan sasaran usia dini hingga dewasa. Pada tahun 2021 hingga sekarang, KODRAT Sidoarjo mengalami peningkatan prestasi yang signifikan dengan memperoleh predikat Juara Umum mulai dari Kejuaraan Provinsi bahkan hingga Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) VIII tahun 2023 yang diselenggarakan di Sidoarjo. Pada saat itu, bertempat di SMAN 4 Sidoarjo, KODRAT Sidoarjo berhasil meraih Juara Umum 1 dengan perolehan medali 4 emas, 2 perak, dan 4 perunggu. Para peraih medali tersebut masing-masing merupakan siswa yang masih duduk di bangku SMP dan SMA di Kabupaten Sidoarjo, yang berasal dari SMPN 1 Tanggulangin, SMA Antartika, SMKN 3 Buduran, dan SMAN 1 Wonoayu. Tarung Derajat sendiri telah dipertandingkan secara resmi di Pekan Olahraga Nasional (PON), Pekan Olahraga Mahasiswa Nasional (POMNAS), dan juga Pekan Olahraga Pelajar Nasional (POPNAS).

SMAN 1 Wonoayu merupakan salah satu sekolah menengah atas yang berolimpiad di Ekstrakurikuler beladiri di Jl. Raya Wonoayu, Pager, Pagergumbuk, Kec. Wonoayu, Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur. Pada sekolah tersebut, ekstrakurikuler tarung derajat sudah dibentuk sejak tahun 2016 dan resmi menjadi kegiatan ekstrakurikuler pada tahun 2019. Selama ini kegiatan yang pernah diikuti oleh ekstrakurikuler tarung derajat

ialah kejuaraan porkab, kejuaraan provinsi, latihan bersama setiap tahun untuk seluruh wilayah sidoarjo, dan demonstrasi ekstra di sekolah. Selama 2 tahun terakhir prestasi yang didapatkan yaitu berhasil mendapatkan 7 medali juara pada Kejuaraan Provinsi Jawa Timur BHS CUP tahun 2023, tujuh medali juara pada PORPROV VIII Jawa Timur cabang olahraga tarung derajat tahun 2023, sedangkan pada kegiatan PORKAB Sidoarjo cabang olahraga tarung derajat tahun 2024 berhasil mendapatkan 7 medali, dan 1 medali pada kejuaraan tarung derajat sidoarjo tahun 2024.

Dari sejarah yang terukir dan banyak prestasi yang dimiliki, ekstrakurikuler tarung derajat di sekolah ini hanya memiliki sedikit peserta. Dari 1031 siswa hanya 25 siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tarung derajat atau sekitar 2,42% saja. Hal ini sangat disayangkan jika kedepannya ekstrakurikuler tarung derajat tidak memiliki penerus di sekolah tersebut. Sebab itu penulis ingin mengetahui apa faktor yang mempengaruhi minat siswa terhadap ekstrakurikuler tarung derajat di SMAN 1 Wonoayu khususnya pada kelas X. Sebab, kelas X merupakan generasi penerus dari ekstrakurikuler tarung derajat dan mereka juga sudah mengetahui tarung derajat dari kegiatan expo ekstrakurikuler sekolah. Berdasarkan data yang didapatkan nantinya, harapannya dapat dikembangkan untuk menjaring siswa agar dapat berminat dalam kegiatan ekstrakurikuler. Sehingga keberlangsungan dan perencanaan arah gerak ekstrakurikuler tarung derajat dapat disesuaikan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif yang bertujuan untuk memberikan gambaran sistematis, faktual, dan akurat mengenai fenomena tertentu. Pendekatan kuantitatif melibatkan penggunaan data numerik untuk menganalisis informasi yang diinginkan oleh peneliti. Dengan analisis deskriptif, penelitian ini berfokus pada penyajian data yang menggambarkan tingkat minat siswa terhadap olahraga Tarung Derajat di SMAN 1 Wonoayu. Pendekatan ini relevan karena mampu memberikan informasi faktual terkait faktor-faktor yang memengaruhi minat siswa (Sugiyono, 2016).

Penelitian dilaksanakan di SMAN 1 Wonoayu, Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur. Lokasi ini dipilih karena memiliki populasi siswa yang cukup besar, yaitu 1031 siswa, yang memungkinkan pengumpulan data lebih bervariasi. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling, di mana peneliti memilih sampel berdasarkan kriteria tertentu. Kriteria sampel meliputi siswa kelas X yang telah melihat demonstrasi ekstrakurikuler Tarung Derajat, baik laki-laki maupun perempuan, dan bersedia mengikuti seluruh tahapan

penelitian. Teknik ini dinilai efektif karena memungkinkan peneliti mendapatkan data dari individu yang relevan dengan tujuan penelitian (Maksum, 2018).

Variabel penelitian ini adalah tingkat minat siswa terhadap olahraga Tarung Derajat. Minat siswa diukur melalui kuesioner yang dirancang menggunakan skala Likert. Kuesioner mencakup beberapa dimensi, seperti perhatian siswa, perasaan senang, aktivitas, peran pelatih, ketersediaan sarana prasarana, dukungan keluarga, dan pengaruh lingkungan. Dimensi-dimensi ini membantu peneliti mengidentifikasi berbagai faktor yang memengaruhi minat siswa. Setiap dimensi dijabarkan dalam bentuk pertanyaan positif dan negatif untuk memperoleh data yang komprehensif dan reliabel.

Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran angket kepada responden yang telah dipilih. Sebelum pelaksanaan, peneliti berkoordinasi dengan pihak sekolah untuk memastikan kelancaran proses penelitian. Responden dikumpulkan di aula sekolah, diberikan pengarahan, dan diminta mengisi angket dengan jujur. Data dokumentasi berupa foto diambil untuk mendukung validitas hasil penelitian. Teknik ini dirancang agar proses pengumpulan data berlangsung secara terstruktur dan menghindari bias subjektif yang dapat memengaruhi hasil penelitian (Siyoto & Sodik, 2015).

Setelah data terkumpul, analisis dilakukan menggunakan metode rata-rata (mean) dan persentase. Rata-rata digunakan untuk menghitung tingkat minat secara keseluruhan, sedangkan persentase membantu memberikan interpretasi terhadap hasil penelitian berdasarkan kriteria yang telah ditentukan (Anas, 2008). Proses analisis ini dirancang untuk memberikan gambaran yang jelas dan terukur mengenai faktor-faktor yang memengaruhi minat siswa terhadap olahraga Tarung Derajat. Dengan langkah-langkah ini, penelitian diharapkan dapat menghasilkan informasi yang valid dan bermanfaat untuk pengembangan ekstrakurikuler olahraga di sekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif. Penulis telah melakukan penelitian secara langsung dengan menggunakan kuisisioner sebanyak 336 responden yang dilakukan di SMAN 1 Wonoayu. Berikut merupakan hasil analisis data yang diperoleh melalui SPSS.

Tabel 1. Hasil Analisis Minat Keseluruhan Siswa

N	Valid	336
	Missing	0
Total		35445
Persentase		66%
Mean		105,49

Minimum	67
Maximum	157

Berdasarkan data yang telah disajikan, jumlah keseluruhan siswa yang valid dalam penelitian ini adalah 336 siswa, tanpa ada data yang hilang (missing). Total nilai keseluruhan siswa mencapai 35.445, dengan persentase partisipasi sebesar 66% berada pada kriteria “Cukup,” yang mencakup rentang nilai 51-75%. Nilai rata-rata (mean) dari keseluruhan siswa adalah 105,49, sementara nilai terendah (minimum) yang diperoleh siswa adalah 67, dan nilai tertinggi (maximum) adalah 157.

Tabel 2. Hasil Analisis Setiap Faktor Minat

Faktor	Mean	Persentase
Perhatian	16,63	69%
Perasaan Senang	15,92	66%
Aktivitas	16,78	70%
Pelatih	16,09	67%
Sarana Prasarana	12,79	64%
Keluarga	12,13	61%
Lingkungan	15,17	63%

Berdasarkan tabel tingkat pencapaian skor, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kinerja atau hasil yang diamati, seperti perhatian, perasaan senang, aktivitas, pelatih, sarana prasarana, keluarga, dan lingkungan. Dalam penelitian ini, nilai mean (rata-rata) untuk masing-masing variabel telah dihitung, dengan hasil sebagai berikut: perhatian sebesar 16,63 (69%), perasaan senang 15,92 (66%), aktivitas 16,78 (70%), pelatih 16,09 (67%), sarana prasarana 12,79 (64%), keluarga 12,13 (61%), dan lingkungan 15,17 (63%).

Berdasarkan kriteria tingkat pencapaian skor, hasil menunjukkan bahwa aktivitas memiliki pencapaian tertinggi dengan persentase 70%, yang masuk dalam kategori “Cukup” (51-75%). Diikuti oleh perhatian dengan 69%, pelatih 67%, dan perasaan senang 66%, yang juga berada dalam kategori “Cukup”. Sementara itu, sarana prasarana (64%), keluarga (61%), dan lingkungan (63%) masuk dalam kategori yang sama.

Hasil ini menunjukkan adanya variasi dalam nilai keseluruhan siswa. Hal ini terlihat dari rentang nilai antara minimum 67 dan maksimum 157, dengan rata-rata 105,49. Rata-rata ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa cenderung memperoleh nilai yang berada di sekitar angka 105. Namun, adanya siswa yang mendapatkan nilai jauh di bawah maupun di atas rata-rata menunjukkan perbedaan dalam kemampuan akademik antar siswa. Menurut teori distribusi normal, jika sebagian besar siswa berada di sekitar nilai rata-rata, hal ini dapat menunjukkan bahwa penilaian yang digunakan cukup adil dan seimbang. Namun, nilai minimum yang

relatif rendah mungkin mengindikasikan bahwa ada siswa yang membutuhkan perhatian lebih atau mungkin memerlukan dukungan tambahan dalam proses pembelajaran (Slavin, 2018).

Perbedaan yang besar antara nilai minimum dan maksimum dapat menunjukkan adanya ketimpangan dalam proses belajar siswa yang disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk metode pengajaran, lingkungan belajar, atau bahkan motivasi siswa sendiri (Ellis et al., 2016). Mengacu pada Bloom's Taxonomy, penilaian semacam ini dapat membantu mengidentifikasi di mana letak kelemahan dan kekuatan individu sehingga pengajaran dapat dioptimalkan berdasarkan kebutuhan siswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor aktivitas mendapatkan skor tertinggi di antara faktor lainnya. Hal ini mengindikasikan bahwa siswa lebih aktif terlibat dalam kegiatan yang dilakukan, yang secara langsung dapat meningkatkan motivasi dan hasil belajar mereka. Aktivitas fisik yang tinggi sering dikaitkan dengan kebugaran dan kesehatan mental yang lebih baik pada siswa. Sarana prasarana mendapatkan skor yang lebih rendah dibandingkan faktor lainnya, yaitu sebesar 64%. Hal ini menunjukkan adanya keterbatasan dalam fasilitas yang tersedia, yang dapat mempengaruhi efektivitas pelaksanaan aktivitas atau program. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Lellola (2023) keterbatasan sarana prasarana sering kali menjadi hambatan dalam upaya meningkatkan hasil belajar siswa dalam kegiatan fisik.

Selain itu, keluarga dan lingkungan juga menunjukkan skor yang lebih rendah, masing-masing 61% dan 63%. Faktor lingkungan dan dukungan keluarga memainkan peran penting dalam perkembangan siswa, baik secara akademik maupun sosial. Dukungan yang kurang dari keluarga atau lingkungan dapat mengurangi motivasi dan prestasi siswa. Dalam konteks ini, pelatih memiliki skor 67%, yang cukup baik, menandakan peran pelatih dalam memotivasi dan membimbing siswa telah berjalan cukup efektif. Menurut Purbaningrum & Wulandari (2020) pelatih yang mampu memberikan arahan yang jelas dan positif dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam berpartisipasi dalam aktivitas fisik.

PENUTUP

Simpulan

Tingkat minat siswa SMAN 1 Wonoayu terhadap cabang olahraga tarung derajat mencapai 66% dengan kategori cukup. Hal ini tentu dapat ditingkatkan lagi dengan memperhatikan berbagai faktor.

Faktor yang paling mempengaruhi siswa SMAN 1 Wonoayu terhadap cabang olahraga tarung derajat adalah faktor aktifitas dengan rata-rata mencapai 16,78 dari 7 faktor yang ada. Angka tersebut menunjukkan persentase sebesar 70% yang artinya tergolong cukup.

Saran

1. Peningkatan Fasilitas Pendukung

Pihak sekolah disarankan untuk mengalokasikan anggaran guna menyediakan sarana dan prasarana yang memadai, seperti matras latihan, pelindung tubuh, serta ruang latihan khusus, demi mendukung pelaksanaan ekstrakurikuler Tarung Derajat secara optimal.

2. Penguatan Kompetensi Pelatih

Pelatih diharapkan dapat mengembangkan program latihan yang inovatif, variatif, dan sesuai dengan kebutuhan peserta didik guna meningkatkan minat dan keterlibatan mereka dalam kegiatan ekstrakurikuler.

3. Peningkatan Promosi dan Edukasi

Pihak sekolah dapat mengadakan kegiatan promosi, seperti demonstrasi olahraga atau kompetisi antar siswa, untuk meningkatkan pemahaman dan apresiasi peserta didik terhadap olahraga Tarung Derajat.

4. Keterlibatan Orang Tua

Penting bagi sekolah untuk melibatkan orang tua dalam program ekstrakurikuler, sehingga mereka dapat memberikan dukungan moral dan motivasi kepada anak dalam mengembangkan keterampilan olahraga.

5. Pengembangan Aktivitas

Direkomendasikan untuk mengembangkan berbagai kegiatan pendukung, seperti latihan bersama antar sekolah, kunjungan atlet profesional, atau pelatihan khusus, guna meningkatkan daya tarik serta partisipasi peserta didik dalam ekstrakurikuler Tarung Derajat.

DAFTAR PUSTAKA

- Anas, S. (2008). *Pengantar Statistic Pendidikan*. PT Raja Grafindo Persabda.
- Ekawati, F. F., Ismaryati, I., Rahayu, T. W., & Prasetyo, H. J. (2022). Peningkatan Pemahaman Tentang Aktivitas Fisik untuk Anak Cerebral Palsy pada Guru Kelas dan Orang Tua. *Wikrama Parahita : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 43–48. <https://doi.org/10.30656/jpmwp.v6i1.3838>
- Ellis, O. J., Anderman, E. M., & Anderman, L. H. (2016). *Educational Psychology: Developing Learners* (11th ed.). Pearson.
- Indricha, M. (2019). Survei Minat Olahraga Pengunjung Car Free Day Boulevard Makassar. *Jurnal Minat Olahraga*, 17.
- Irfanny, M., Soegiyanto, S., & Sulaiman, S. (2021).

- Development of Application Score Sheet Traditional Sport Hadang on Information Technology. *Journal of Physical Education and Sports*, 10(1), 59–69.
- Jennings, G. (2021). ‘A Punch Has No Paternity!’: techniques, belonging and the Mexicanidad of Xilam. *Ethnography*, 22(3), 411–428. <https://doi.org/10.1177/146613812111035482>
- Lellola, I., Keipau, D., Ngilamele, N., Louk, R., Peraso, A., Koupon, R., Tetiwar, V., Kelmaskosu, J., Unawekla, R., Sairdola, W., Rumtutuly, F., & Alam, A. (2023). Peningkatan Mutu Pendidikan Melalui Program Bimbingan Belajar Di Dusun Nyama. *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, 2(3), 279–285. <https://doi.org/10.59025/js.v2i3.108>
- Maksum, A. (2018). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga* (unesa university Press. (ed.); unesa univ). unesa university press.
- Maria, V., Flora Babang, M., Andriani, M., Ladjar, B., Samuel,), Pesing kai, F., Jasmani, P., Kesehatan, D., Rekreasi, D., Keguruan, F., & Pendidikan, I. (2021). Modification of Samsak Media for Practice Double Speed Techniques in Undana Tarung Derajat Modifikasi Media Samsak Dari Ban Bekas Untuk Melatih Teknik Pukulan Dobel Cepat Pada Beladiri Tarung Derajat Satlat Undana. *Journal of Physical Education Health And Sport Sciences*, 2(2), 155–165.
- Ng, T. K. (2020). New Interpretation of Extracurricular Activities via Social Networking Sites: A Case Study of Artificial Intelligence Learning at a Secondary School in Hong Kong. *Journal of Education and Training Studies*, 9(1), 49. <https://doi.org/10.11114/jets.v9i1.5105>
- Purbaningrum, A., & Wulandari, F. Y. (2020). Peran Pelatih Dalam Membentuk Karakter Atlet Atletik Tpc-T Kota Kediri Untuk Menunjang Prestasi. *Jurnal PRESTASI OLAHRAGA*, 4(9).
- Sandi Firmanto, A. P. (2018). Indonesian Journal of. *Pelaksanaan Pembelajaran PJOK Materi Beladiri Di SMP Kecamatan Watumalang KABUPATEN Wonosobo*, 1(36), 45–55.
- Setiawan, I., Program,), Pendidikan, S., Kesehatan, J., Rekreasi, D., Nusantara, U., & Kediri, P. (2021). Analisis Kekuatan Daya Tahan Otot Inti, Indeks Massa Tubuh dan VO2Max Atlet Cabor Tarung Derajat. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(2), 287–294.
- Silviana, R., & Jamaludin. (2015). Latihan Lompat tali Satu Tungkai Bergantian Dengan Satu Tungkai Berturut-turut Dapat Meningkatkan Power Otot Tungkai Atlet Tarung Derajat Pringgaya Tahun 2020. *Analisis Standar Pelayanan Minimal Pada Instalasi Rawat Jalan Di RSUD Kota Semarang*, 3, 103–111.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). Dasar Metodologi Penelitian. In Ayup (Ed.), *Nucl. Phys.* (Vol. 13, Issue 1). Literasi Media Publishing.
- Slavin, R. (2018). *Educational Psychology: Theory and Practice*. Pearson.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Alfabeta. (ed.)). Alfabeta.