

**HUBUNGAN ANTARA KEGIATAN EKSTRAKURIKULER BELA DIRI WUSHU
SANDA DENGAN MINAT BELAJAR SISWA PADA MAPEL PJOK
KELAS X.E3 SMA SWASTA BERSAMA BERASTAGI
TAHUN AJARAN 2025/2026**

Daniel Frengky Sudodo Ginting¹, Julius Boy Nesra Basgimata Barus²

^{1,2}POR FKIP Universitas Quality Berastagi

1danielginting123@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between the extracurricular martial arts activity Wushu Sanda and students' learning interest in Physical Education, Sports, and Health (PJOK) in grade X.E3 at SMA Swasta Bersama Berastagi in the 2025/2026 academic year. This research used a quantitative approach with descriptive correlational method. The population was 20 students who participated in Wushu Sanda extracurricular activity, and all of them were taken as samples using total sampling technique. Data were collected through observation, interviews, and questionnaires, then analyzed using validity test, reliability test, normality test, linearity test, and Pearson Product Moment correlation with IBM SPSS Statistics 25. The results showed that the instrument was valid and reliable with Cronbach's Alpha value of 0.963. Data were normally distributed with significance value of 0.200 (> 0.05). Correlation test obtained coefficient of 0.709 with significance value of 0.000 (< 0.05). This indicates there is a positive and significant relationship between Wushu Sanda activity and students' learning interest in PJOK subject. The higher the students' involvement in the activity, the higher their learning interest.

Keywords: *extracurricular activity, Wushu Sanda, learning interest, PJOK*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kegiatan ekstrakurikuler bela diri Wushu Sanda terhadap minat belajar siswa pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) kelas X.E3 SMA Swasta Bersama Berastagi Tahun Ajaran 2025/2026. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif korelasional. Populasi berjumlah 20 siswa yang mengikuti kegiatan Wushu Sanda, seluruhnya dijadikan sampel dengan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan angket, kemudian dianalisis menggunakan uji validitas, reliabilitas, normalitas, linearitas, dan korelasi Product Moment Pearson dengan bantuan IBM SPSS Statistics 25. Hasil penelitian menunjukkan instrumen valid dan reliabel dengan nilai Cronbach's Alpha 0,963. Data berdistribusi normal dengan nilai signifikansi 0,200 ($> 0,05$). Hasil uji korelasi memperoleh koefisien 0,709 dengan nilai signifikansi 0,000 ($< 0,05$). Hal ini membuktikan terdapat hubungan positif dan signifikan antara kegiatan Wushu Sanda dengan minat belajar siswa pada mata pelajaran PJOK. Semakin tinggi keterlibatan siswa dalam kegiatan tersebut, semakin tinggi pula minat belajarnya.

Kata Kunci: kegiatan ekstrakurikuler, Wushu Sanda, minat belajar, PJOK

A. Pendahuluan

Pendidikan merupakan aspek penting dalam pembentukan sumber daya manusia yang berkualitas. Sekolah sebagai lembaga pendidikan formal tidak hanya mengembangkan kemampuan akademik, tetapi juga membentuk karakter, kepribadian, dan keterampilan sosial melalui kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler. Hal ini sangat penting terutama pada masa remaja awal (usia 12–15 tahun) yang cenderung memiliki rasa ingin tahu tinggi namun juga rentan terhadap ketidakstabilan emosi (Endah, 2017).

Kegiatan ekstrakurikuler diatur dalam Permendikbud Nomor 62 Tahun 2014 yang bertujuan mengembangkan potensi, bakat, minat, kepribadian, kerja sama, dan kemandirian peserta didik. Salah satu jenis kegiatan yang banyak dikembangkan adalah bela diri, yang tidak hanya berfungsi sebagai sarana pertahanan diri, tetapi juga membentuk disiplin, ketangguhan mental, dan kepercayaan diri.

SMA Swasta Bersama Berastagi merupakan salah satu sekolah yang menyelenggarakan ekstrakurikuler Wushu Sanda. Kegiatan ini

merupakan cabang dari Wushu yang memadukan teknik pukulan, tendangan, tangkapan, dan bantingan yang dikembangkan dari teknik tempur militer Tiongkok. Berdasarkan Federasi Wushu Internasional, olahraga ini telah diakui secara internasional dan bahkan dipertandingkan pada ajang Asian Games.

Meskipun kegiatan ekstrakurikuler diselenggarakan, fenomena di lapangan menunjukkan adanya perbedaan dampak terhadap minat belajar siswa. Sebagian siswa terlihat lebih antusias pada kegiatan luar kelas hingga mengabaikan pelajaran, namun sebagian lain justru mendapatkan nilai positif berupa kedisiplinan yang berdampak pada semangat belajar. Hal ini menjadi dasar penting untuk mengkaji hubungan antara keterlibatan dalam kegiatan ekstrakurikuler Wushu Sanda dengan minat belajar siswa khususnya pada mata pelajaran PJOK.

Minat belajar merupakan dorongan internal yang membuat siswa memberikan perhatian, perasaan senang, dan partisipasi aktif dalam proses pembelajaran (Slameto, 2015). Minat yang tinggi akan

meningkatkan konsentrasi dan keberhasilan belajar. Melalui nilai-nilai yang ditanamkan dalam latihan Wushu Sanda seperti disiplin, tanggung jawab, dan kerja keras, diperkirakan akan memberikan dampak positif pula terhadap minat belajar siswa.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kegiatan ekstrakurikuler Wushu Sanda dengan minat belajar siswa pada mata pelajaran PJOK serta mengetahui besarnya tingkat hubungan tersebut. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi masukan bagi pihak sekolah, guru, pelatih, dan siswa dalam mengoptimalkan peran kegiatan ekstrakurikuler bagi kemajuan pendidikan..

B. Metode Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Swasta Bersama Berastagi yang beralamat di Jalan Veteran No. 17 Berastagi, Kabupaten Karo, Sumatera Utara. Waktu pelaksanaan berlangsung dari bulan Februari hingga Maret 2026.

Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode

deskriptif korelasional, bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas yaitu kegiatan ekstrakurikuler Wushu Sanda (X) dan variabel terikat yaitu minat belajar siswa (Y).

Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas X yang aktif mengikuti ekstrakurikuler Wushu Sanda sebanyak 20 orang. Karena jumlah populasi relatif kecil, maka digunakan teknik total sampling sehingga seluruh populasi menjadi sampel penelitian (Sugiyono, 2019).

Pengumpulan data dilakukan dengan tiga cara:

1. Observasi: Dilakukan untuk mengamati pelaksanaan latihan, kedisiplinan, dan keterlibatan siswa dalam kegiatan.
2. Wawancara: Dilakukan kepada pelatih Wushu Sanda dan guru PJOK untuk mendapatkan informasi tambahan terkait pelaksanaan kegiatan dan perkembangan siswa.
3. Angket: Disusun menggunakan skala Likert dengan 5 pilihan jawaban: Sangat Setuju, Setuju, Ragu-ragu, Tidak Setuju, dan Sangat Tidak Setuju. Instrumen terdiri dari indikator kegiatan Wushu Sanda dan indikator minat

belajar meliputi perhatian, rasa suka, antusiasme, partisipasi, dan keaktifan.

Analisis data melalui tahapan:

1. Uji Instrumen: Meliputi uji validitas dengan rumus Product Moment dan uji reliabilitas menggunakan rumus Cronbach's Alpha dengan kriteria reliabel jika nilai $> 0,70$.
2. Uji Prasyarat: Uji normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov dan uji linearitas.
3. Uji Hipotesis: Menggunakan rumus korelasi Product Moment Pearson dengan bantuan program IBM SPSS Statistics 25. Tingkat hubungan diinterpretasikan berdasarkan kriteria Sugiyono (2019).

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Uji Validitas dan Reliabilitas

Dari 60 butir pernyataan yang diuji, diperoleh 50 butir dinyatakan valid dengan nilai r hitung $> r$ tabel = 0,444. Nilai reliabilitas instrumen menunjukkan angka Cronbach's Alpha sebesar 0,963. Karena nilai tersebut lebih besar dari 0,70 maka instrumen dinyatakan reliabel dan layak digunakan.

2. Hasil Pengumpulan Data

Berdasarkan pengisian angket oleh 20 responden diperoleh rata-rata skor sebesar 192,5 yang termasuk dalam kategori tinggi. Sebaran data menunjukkan: 1 siswa berkategori rendah, 4 siswa cukup, 3 siswa sedang, 7 siswa tinggi, dan 5 siswa sangat tinggi. Hal ini secara umum menggambarkan kondisi partisipasi dan minat siswa yang baik.

3. Uji Prasyarat Analisis

Hasil uji normalitas memperoleh nilai signifikansi untuk variabel kegiatan Wushu Sanda sebesar 0,200 dan minat belajar sebesar 0,200. Kedua nilai tersebut lebih besar dari taraf signifikansi 0,05 sehingga data dinyatakan berdistribusi normal.

4. Hasil Uji Korelasi dan Hipotesis

Berdasarkan analisis korelasi Product Moment Pearson diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,709 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000. Nilai r tabel untuk jumlah sampel 20 adalah 0,369.

Karena nilai r hitung (0,709) $> r$ tabel (0,369) dan nilai signifikansi (0,000) $< 0,05$ maka hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis kerja (H_a) diterima. Hal

ini menunjukkan terdapat hubungan positif dan signifikan antara kegiatan ekstrakurikuler Wushu Sanda dengan minat belajar siswa pada mata pelajaran PJOK. Berdasarkan kriteria interpretasi, nilai 0,709 termasuk dalam tingkat hubungan yang kuat.

Pembahasan

Hasil penelitian membuktikan bahwa semakin tinggi keterlibatan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler Wushu Sanda, maka semakin tinggi pula minat belajarnya pada mata pelajaran PJOK. Temuan ini sejalan dengan pendapat Sardiman (2011) yang menyatakan kegiatan ekstrakurikuler berfungsi membentuk karakter dan memperkuat nilai sosial yang berdampak pada sikap belajar.

Kegiatan Wushu Sanda melatih siswa memiliki kedisiplinan tinggi, ketekunan, rasa tanggung jawab, serta kemampuan mengendalikan emosi. Nilai-nilai karakter inilah yang kemudian terbawa ke dalam proses pembelajaran di kelas. Siswa yang terbiasa disiplin dalam latihan akan lebih tertib mengikuti pelajaran, sedangkan kepercayaan diri yang terbentuk membuat siswa lebih berani bertanya dan berpartisipasi aktif.

Hal ini juga didukung manfaat olahraga bela diri yang meningkatkan

kesehatan fisik dan mental, sehingga kondisi tubuh siswa lebih siap dalam menerima pelajaran. Berdasarkan teori kebutuhan Abraham Maslow, pemenuhan kebutuhan fisik dan rasa percaya diri akan mendorong siswa mencapai kebutuhan aktualisasi diri termasuk dalam hal belajar.

Hasil penelitian ini sejalan temuan Rombokas yang menyatakan siswa yang aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler cenderung memiliki prestasi akademik lebih baik dibandingkan yang tidak mengikuti kegiatan apapun. Dengan demikian, kegiatan ekstrakurikuler Wushu Sanda tidak hanya sekadar kegiatan fisik, melainkan sarana pembentukan karakter yang secara tidak langsung meningkatkan minat belajar siswa.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan yang berkategori kuat antara kegiatan ekstrakurikuler bela diri Wushu Sanda dengan minat belajar siswa pada mata pelajaran PJOK kelas X.E3 SMA Swasta Bersama Berastagi Tahun Ajaran 2025/2026. Semakin tinggi partisipasi dan keterlibatan siswa dalam kegiatan

tersebut, maka semakin tinggi pula minat belajarnya.

Saran yang dapat disampaikan:

1. Bagi pihak sekolah dan pelatih, perlu terus mempertahankan dan meningkatkan kualitas kegiatan ekstrakurikuler Wushu Sanda dengan menyisipkan nilai-nilai pendidikan karakter.
2. Bagi guru PJOK, dapat menjadikan kegiatan bela diri sebagai salah satu variasi materi pembelajaran untuk meningkatkan ketertarikan siswa.
3. Bagi peneliti selanjutnya, dapat mengembangkan penelitian ini dengan menambah variabel lain seperti prestasi belajar atau karakter, serta melibatkan sampel yang lebih luas..

DAFTAR PUSTAKA

- Ainley, M., Hidi, S., & Berndorff, D. (2002). Interest, learning, and the psychological processes that mediate their relationship. *Journal of Educational Psychology*, 94(3), 545–561.
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Djaali. (2013). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Endah, S. Y. N. (2017). Perkembangan kognitif dan emosi psikologi masa remaja. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 6–12.
- Harackiewicz, J. M., & Hulleman, C. S. (2010). The importance of interest: The role of achievement goals and task values in promoting the development of interest. *Social and Personality Psychology Compass*, 4(10), 42–52.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2014). *Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 62 Tahun 2014 tentang Kegiatan Ekstrakurikuler*. Jakarta: Depdikbud.
- Sardiman, A. M. (2011). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Slameto. (2015). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang *Sistem Pendidikan Nasional*.
- Wigfield, A., & Cambria, J. (2010). Students' achievement values, goal orientations, and interest: Definitions, development, and relations to achievement outcomes. *Developmental Review*, 30(1), 1–35.