ISSN: 2088-0324
e-ISSN: 2685-0125

Analisis Minat Siswa terhadap Ekstrakulikuler di SMAN 2 Rembang

Ananda Saputri[1,*], Muh. Isna Nurdin Wibisana[1], Donny Anhar Fahmi[1]

[1]Universitas PGRI Semarang

*Coresponding Author: anandasaputri0321@gmail.com

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis tingkat minat siswa kelas XI SMA N 2 Rembang dalam berpartisipasi pada kegiatan ekstrakurikuler olahraga serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi minat tersebut. Penelitian ini menerapkan pendekatan metode campuran (mixed methods) yang menggabungkan pendekatan kuantitatif dan kualitatif, dengan menggunakan instrumen penelitian berupa alat bantu pengumpulan data. bantu berupa kuesioner dan wawancara untuk mengumpulkan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa minat siswa terhadap kegiatan ekstrakurikuler olahraga cukup tinggi, yaitu sebanyak 69,74% siswa memiliki minat tinggi hingga sangat tinggi. Faktor-faktor yang memotivasi siswa datang dari dalam diri mereka sendiri, seperti kesadaran akan manfaat olahraga bagi kesehatan, dan dari luar, seperti dukungan dari sekolah dan penghargaan yang diberikan. Namun, sekitar 30,26% siswa memiliki minat yang rendah karena ada beberapa kendala seperti waktu yang tidak cukup, fasilitas yang kurang memadai, dan kurangnya motivasi. Untuk meningkatkan partisipasi siswa, disarankan sekolah meningkatkan variasi jenis olahraga, memperbaiki fasilitas, menyesuaikan jadwal, serta memberikan dukungan lebih baik dari guru dan orang tua.

Kata Kunci: Minat Siswa; Ekstrakurikuler Olahraga

Received: 5 Sep 2025; **Revised**: 20 Okt 2025; **Accepted**: 30 Okt 2025; **Available Online**: 30 Okt 2025

1. PENDAHULUAN

Pendidikan yaitu upaya manusia untuk mengembangkan dan memperkuat potensi yang sudah ada dalam diri seseorang, termasuk potensi jasmani dan rohani (Amaliyah & Rahmat, 2021). Salah satu cara nyata untuk membantu tumbuh kembang siswa adalah melalui mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), yang termasuk dalam pelajaran wajib di sekolah (Pradana, 2021). Mata pelajaran ini bertujuan untuk mengembangkan kemampuan fisik, pikiran, dan perasaan siswa secara seimbang. Selain melatih tubuh, PJOK juga membantu meningkatkan kemampuan berpikir, mengelola emosi, dan berinteraksi dengan orang lain (Sari et al., 2024). Dalam proses belajar yang baik, peran guru sangat penting karena mereka bertugas memberikan materi pembelajaran, membantu tumbuh kembang siswa, serta memastikan proses belajar berjalan dengan baik (Maryanto et al., 2024). Di jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA), PJOK memiliki peran yang semakin penting dalam membentuk sikap, disiplin, serta meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani siswa (Yunis Bangun, 2016). Oleh karena itu, PJOK bukan hanya pelajaran biasa, tetapi juga menjadi dasar penting dalam mendorong siswa agar lebih aktif, sehat, dan kompeten, baik dalam kegiatan di dalam kurikulum maupun di luar kurikulum.

Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 62 Tahun 2014 menjelaskan mengenai pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler pada jenjang pendidikan dasar hingga menengah. Berdasarkan Pasal 1 ayat (1), kegiatan ekstrakurikuler didefinisikan sebagai aktivitas yang dilakukan oleh peserta didik di luar jam pelajaran utama maupun kegiatan kokurikuler, yang pelaksanaannya dibimbing dan diawasi oleh pihak satuan pendidikan (Ishlah Rusman & Ardiansyah, 2025). Kegiatan ekstrakurikuler bertujuan untuk membantu siswa atau mahasiswa dalam membangun kepribadian, menemukan bakat, dan meningkatkan kemampuan di berbagai bidang yang tidak terkait langsung dengan pelajaran di sekolah atau kampus (Intan Oktaviani Agustina et al., 2023). Misalnya, siswa yang suka berolahraga bisa ikut klub olahraga, sedangkan siswa yang tertarik dengan seni bisa mengikuti kegiatan teater atau musik (Ekalia & Fahmi, 2025). Dengan cara ini, siswa dapat menemukan dan mengasah bakat mereka yang mungkin tidak terlihat saat belajar di sekolah.

Setiap siswa menunjukkan tingkat minat yang berbeda dalam berpartisipasi pada kegiatan ekstrakurikuler, yang dipengaruhi oleh dua faktor utama, yakni faktor intrinsik dan ekstrinsik (Pangestu et al., 2021). Faktor intrinsik merupakan faktor yang muncul dari dalam diri siswa sendiri, meliputi rasa percaya diri, kemampuan bekerja sama, sikap toleran, kedisiplinan, serta dorongan untuk berprestasi (Nurfebrianti et al., 2022). Sementara itu, faktor ekstrinsik adalah faktor yang berasal dari luar, seperti pengaruh lingkungan sekitar, seperti lingkungan

ISSN: 2088-0324
e-ISSN: 2685-0125

keluarga, lingkungan masyarakat, dan lingkungan sekolah (Rivaldi et al., 2022). Dukungan dari orang tua sangat penting karena bisa membantu meningkatkan hasil belajar siswa saat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, seperti bantuan, dorongan semangat, dan perhatian yang terus diberikan (Ekalia & Fahmi, 2025). Oleh karena itu, keberhasilan dalam mengembangkan minat dan bakat siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler sangat bergantung pada keseimbangan dan kerja sama antara kedua faktor tersebut (Saputri & Sa'adah, 2021). Dengan memperhatikan hal tersebut, sekolah harus memberi perhatian khusus dengan memberikan dukungan psikologis yang cukup dan membantu menciptakan lingkungan belajar yang positif serta nyaman (Akhyar, 2024). Dengan demikian, kemampuan dan sikap karakter siswa dapat berkembang secara maksimal, sehingga mereka bisa berpartisipasi aktif dan mendapatkan manfaat yang paling besar dari setiap kegiatan yang dilakukan.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di SMAN 2 Rembang dengan melibatkan 347 siswa, ditemukan bahwa partisipasi siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler masih tergolong rendah. Dari jumlah tersebut, sebanyak 105 siswa atau hampir 30,26% menyatakan tidak tertarik mengikuti ekstrakurikuler, sedangkan 242 siswa atau sekitar 69,74% menunjukkan minat untuk berpartisipasi. Kondisi ini menarik perhatian karena masih banyak peserta didik yang tidak tertarik dengan kegiatan ekstrakurikuler, yang menunjukkan adanya masalah besar dalam pengembangan kegiatan tersebut di sekolah (Arifudin, 2022). Fenomena ini mendorong pentingnya dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mencari tahu penyebab dari rendahnya minat siswa terhadap kegiatan ekstrakurikuler (Sulfikram et al., 2023). Beberapa kemungkinan penyebab awal antara lain kurangnya informasi tentang kegiatan ekstrakurikuler, kesibukan belajar yang membuat waktu terbatas, kurangnya dukungan dari keluarga atau teman, serta kegiatan yang kurang menarik (Nurul, 2020). Dengan memahami lebih jelas tentang motivasi dan hambatan siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, diharapkan sekolah dapat membuat strategi yang lebih baik untuk meningkatkan partisipasi dan keterlibatan siswa dalam kegiatan di luar jam pelajaran.

Hal ini diperkuat oleh peneliti terdahulu oleh (Mahputra et al., 2019) dengan judul penelitian *"Rendahnya Minat Siswa terhadap Ekstrakurikuler Olahraga dalam PJOK Identifikasi Penyebab Rendahnya Minat Siswa terhadap Ekstrakulikuler Olahraga Di SMA N 11 Surabaya".* Penelitian yang dilakukan oleh Mahputra dan tim pada tahun 2019 menunjukkan beberapa hal yang membuat siswa kurang tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri 11 Surabaya. Beberapa faktor utama yang ditemukan adalah perasaan siswa, keinginan mereka untuk memilih kegiatan lain, serta hubungan dengan teman sebaya. Selain itu, faktor-faktor seperti kondisi fisik, dukungan dari orang tua, bimbingan guru, fasilitas yang tersedia, lokasi geografis, dan transportasi juga memengaruhi minat siswa, meskipun pengaruhnya lebih kecil dibandingkan faktor-faktor utama. Temuan penelitian ini mengungkap bahwa aspek psikologis dan sosial berperan penting dalam memengaruhi hasil yang diperoleh memiliki peran dominan dalam menentukan minat siswa untuk mengikuti ekstrakurikuler olahraga. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh masing-masing faktor, para peneliti menggunakan metode regresi, dan hasilnya menunjukkan bahwa aspek perasaan memiliki pengaruh paling besar dalam mendorong minat siswa.

Penelitian ini membahas tentang minat siswa SMA N 2 Rembang yang rendah dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga, terlihat dari 30,26% siswa yang tidak terlalu tertarik untuk ikut. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor seperti waktu yang terbatas, fasilitas yang belum memenuhi kebutuhan, serta dukungan dari lingkungan sekolah dan keluarga yang masih kurang. Karena itu, dilakukan penelitian ini untuk mengetahui penyebab rendahnya minat tersebut, serta mengembangkan strategi untuk meningkatkan partisipasi siswa. Strategi yang akan diusulkan mencakup variasi dalam kegiatan olahraga, peningkatan fasilitas, penyesuaian jadwal, serta peningkatan dukungan dari guru dan orang tua. Diharapkan hasil penelitian ini bisa memberikan dampak positif dalam menciptakan suasana yang mendukung meningkatkan semangat dan partisipasi siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMA N 2 Rembang.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan metode campuran dengan memadukan pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Populasi penelitian mencakup seluruh siswa SMA N 2 Rembang, sementara sampelnya terdiri dari siswa kelas XI yang dipilih karena dianggap dapat merepresentasikan keseluruhan populasi (Mushofa et al., 2024). Proses analisis data dilakukan melalui dua tahap, yakni analisis kuantitatif dan analisis kualitatif, yang disesuaikan dengan karakteristik data yang diperoleh.

ISSN: 2088-0324
e-ISSN: 2685-0125

Untuk data kuantitatif, analisisnya dilakukan dengan teknik statistik deskriptif menggunakan perangkat lunak SPSS untuk mengukur tingkat minat siswa terhadap kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMA N 2 Rembang.Teknik ini dipilih karena bertujuan untuk menggambarkan keadaan nyata dari variabel penelitian tanpa melakukan pengujian hipotesis, seperti yang digunakan dalam penelitian sebelumnya (Jurnal et al., 2020). Data kuantitatif yang diperoleh dari hasil kuesioner kemudian dianalisis menggunakan Microsoft Excel untuk menghitung frekuensi dan persentase (%) setiap butir pernyataan. Hasil penelitian kemudian dikelompokkan ke dalam empat kategori tingkat minat, yakni sangat tinggi, tinggi, rendah, dan sangat rendah, mengacu pada pedoman pengelompokan skor dari penelitian terdahulu. Analisis ini dilakukan untuk menggambarkan tingkat ketertarikan siswa terhadap kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan di sekolah.

Sementara itu, data kualitatif diperoleh melalui wawancara dengan beberapa siswa yang menjadi sampel penelitian. Wawancara ini bertujuan untuk mengetahui lebih dalam alasan, motivasi, serta faktor-faktor yang memengaruhi minat siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Hasil wawancara dianalisis dengan metode analisis tematik, yaitu dengan menelaah, mengelompokkan, dan menafsirkan jawaban responden berdasarkan tema yang muncul.

Penggabungan data kuantitatif dan kualitatif dilakukan dengan menggunakan pendekatan konvergen paralel, di mana kedua jenis data dianalisis secara terpisah namun diinterpretasikan secara bersamaan. Hasil analisis kuantitatif memberikan gambaran umum tentang tingkat minat siswa, sedangkan hasil analisis kualitatif memberikan pemahaman lebih dalam mengenai alasan di balik tingkat minat tersebut. Dengan menggabungkan kedua pendekatan ini, penelitian diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih lengkap, realistis, dan faktual mengenai minat siswa terhadap kegiatan ekstrakurikuler serta faktor-faktor yang memengaruhinya di SMA N 2 Rembang.

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 yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket atau kuesioner yang memuat 20 butir pernyataan, terdiri atas pernyataan positif dan negatif. Kuesioner tersebut berfungsi sebagai alat pengumpulan data dalam bentuk daftar pertanyaan tertulis yang diberikan kepada responden untuk memperoleh informasi penelitian (Eka P, 2021). Angket yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala likert, di mana setiap jawaban diberi nilai dalam skala 1 hingga 4.

Tabel 2. Nilai angket positif

Pernyataan	Skor
SS (Sangat Setuju)	4
S (Setuju)	3
TS (Tidak Setuju)	2
STS (Sangat Tidak Setuju)	1

Tabel 3. Nilai angket negative

Pernyataan	Skor
STS (Sangat Tidak Setuju)	1
TS (Tidak Setuju)	2
S (Setuju)	3
ST (Sangat Setuju)	4

Tabel 4. Angket minat siswa terhadap ekstrakurikuler olahraga

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor Item	Jumlah
Minat siswa terhadap	Internal	Jasmani	4,14	2
		Ketertarikan	1,2,3,11,17	5
		Kebutuhan	6,13,20	3

ISSN: 2088-0324
e-ISSN: 2685-0125

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor Item	Jumlah
ekstrakulikuler olahraga		Pengembangan diri	5,8,19,16	4
	Eksternal	Lingkungan sekolah	10,15,18,12	4
		Keluarga	9	1
		Fasilitas	7	1
		Jumlah		20

Angket yang digunakan dalam penelitian ini mengadaptasi instrumen yang telah disusun sebelumnya oleh peneliti lain dalam penelitian berjudul *"Analisis Minat Siswa terhadap Ekstrakurikuler Pencak Silat di SMP Negeri 37 Semarang."*

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari penelitian ini, kami mendapatkan data dari kuesioner yang diisi oleh siswa kelas XI di SMA N 2 Rembang. Data tersebut menggambarkan tingkat minat siswa terhadap ekstrakurikuler olahraga serta faktor-faktor yang memengaruhi minat mereka. Hasil penelitian ini disajikan dalam bentuk persentase agar lebih mudah dipahami. Data yang diperoleh diharapkan dapat memberikan gambaran yang lengkap. Berikut ini tabel statistik deskriptif mengenai minat siswa terhadap ekstrakulikuler di SMA N 2 Rembang.

Tabel 5. Data statistik deskriptif

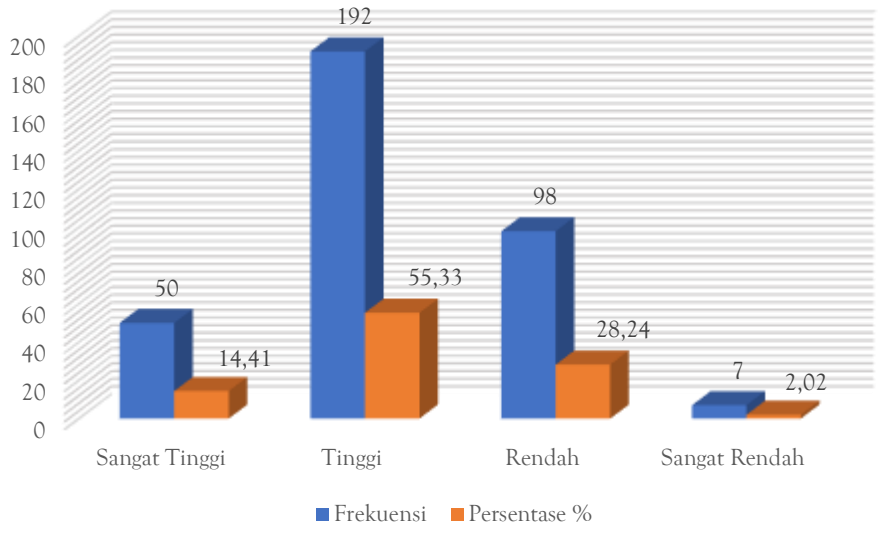
Statistic descriptive

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

Berdasarkan tabel statistik deskriptif, 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 ekstrakulikuler olahrga

ISSN: 2088-0324
e-ISSN: 2685-0125

Dari tabel minat siswa terhadap ekstrakurikuler olahraga di SMA N 2 Rembang, terlihat bahwa sebagian besar siswa memiliki minat yang cukup tinggi. Terdapat 192 siswa atau 55,33% yang berada dalam kategori tinggi, sedangkan 50 siswa atau 14,41% berada dalam kategori sangat tinggi. Ini artinya banyak siswa yang benar-benar tertarik dan antusias untuk mengikuti kegiatan olahraga. Namun, masih ada 98 siswa atau 28,24% yang minatnya tergolong rendah, serta 7 siswa atau 2,02% yang berada dalam kategori sangat rendah. Hal ini menunjukkan meskipun sebagian besar siswa sudah memiliki minat yang baik, tetap ada sebagian kecil yang kurang tertarik, sehingga membutuhkan perhatian lebih, seperti motivasi, bimbingan, atau fasilitas yang lebih baik.

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa minat siswa untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMA N 2 Rembang dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor internal dan faktor eksternal, yang masing-masing dijelaskan secara lebih mendalam berdasarkan hasil analisis penelitian. Faktor internal mencakup dorongan dari dalam diri siswa, seperti minat pribadi dan motivasi untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Gambaran mengenai faktor internal tersebut ditampilkan dalam tabel data statistik deskriptif di atas.

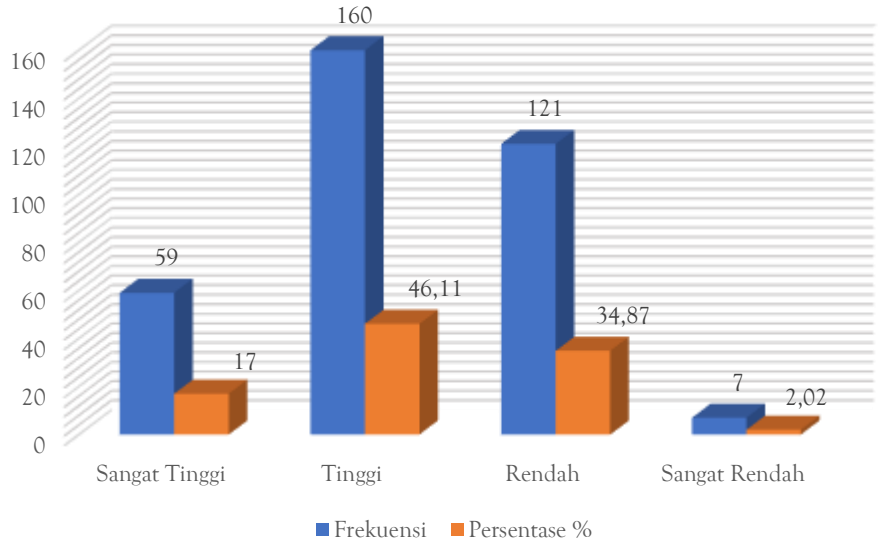
Tabel 7. Data statistik deskriptif faktor internal

	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 faktor internal di atas, dari total siswa yang mengisi angket yaitu 347 orang dengan rentang skor ideal 14-56, Hasil yang didapat adalah skor minimum 14, skor maksimum 56, rata-rata 39,35, dan standar deviasi 7,373. Artinya, dengan standar deviasi tersebut menunjukkan bahwa ada variasi nilai antar siswa sekitar 7 poin dari rata-rata. Variasi ini tidak terlalu merata, tetapi 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%



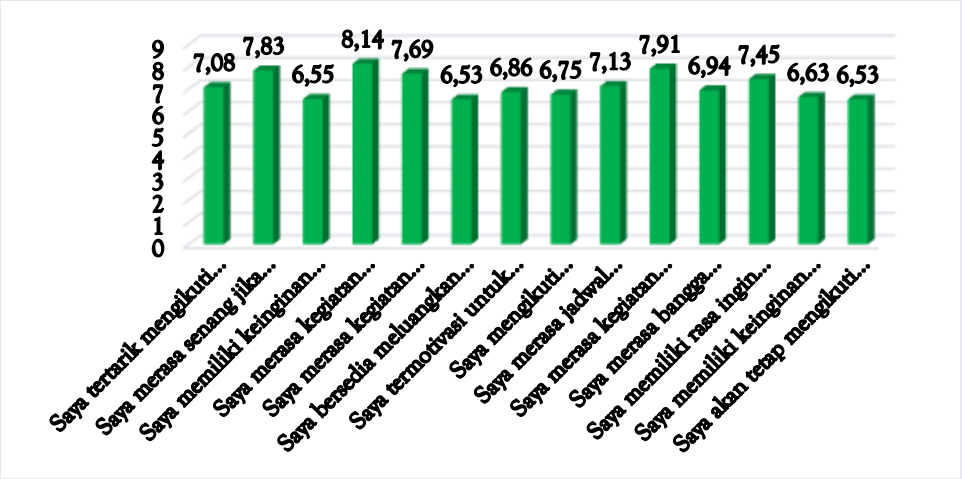
Gambar 2. Diagram faktor internal minat siswa terhadap ekstrakulikuler olahraga

Dari tabel faktor internal minat siswa terhadap kegiatan ekstrakulikuler olahraga di SMA N 2 Rembang, terlihat bahwa sebagian besar siswa berada dalam kategori tinggi, yaitu 160 orang atau 46,11%. Ini berarti hampir

ISSN: 2088-0324
e-ISSN: 2685-0125

setengah dari siswa memiliki dorongan dari dalam dan motivasi yang cukup kuat untuk mengikuti kegiatan olahraga. Selain itu, ada 59 siswa atau 17,00% yang masuk ke dalam kategori sangat tinggi, menunjukkan bahwa ada sebagian siswa yang sangat antusias terhadap kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Namun, di sisi lain, masih terdapat 121 siswa atau 34,87% yang minatnya termasuk rendah, serta 7 siswa atau 2,02% yang minatnya sangat rendah.

Secara keseluruhan, data ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki minat dan semangat cukup baik untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Namun, ada beberapa siswa yang kurang tertarik, jadi perlu ada dorongan atau motivasi ekstra agar mereka lebih termotivasi untuk ikut serta.



Gambar 3. Diagram faktor internal minat siswa terhadap ekstrakurikuler olahraga

Secara umum, data menunjukkan bahwa kebanyakan siswa sudah berminat dan termotivasi untuk mengikuti ekstrakurikuler olahraga. Namun, masih ada sebagian siswa yang minatnya kurang, sehingga membutuhkan dorongan atau motivasi tambahan agar mereka lebih tertarik untuk ikut serta.

Dari faktor internal, aspek yang paling dominan adalah kesadaran siswa tentang manfaat olahraga untuk kesehatan dan kebugaran tubuh. Hal ini terlihat dari persentase tertinggi, yaitu 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 menggambarkan bahwa meskipun siswa menyadari manfaat olahraga, sebagian dari mereka masih kurang komitmen untuk mengalokasikan waktu atau mengikuti kegiatan secara sukarela. Faktor eksternal yang mempengaruhi minat siswa terhadap ekstrakulikuler olahraga meliputi lingkungan sekolah, fasilitas, dan keluarga.

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					

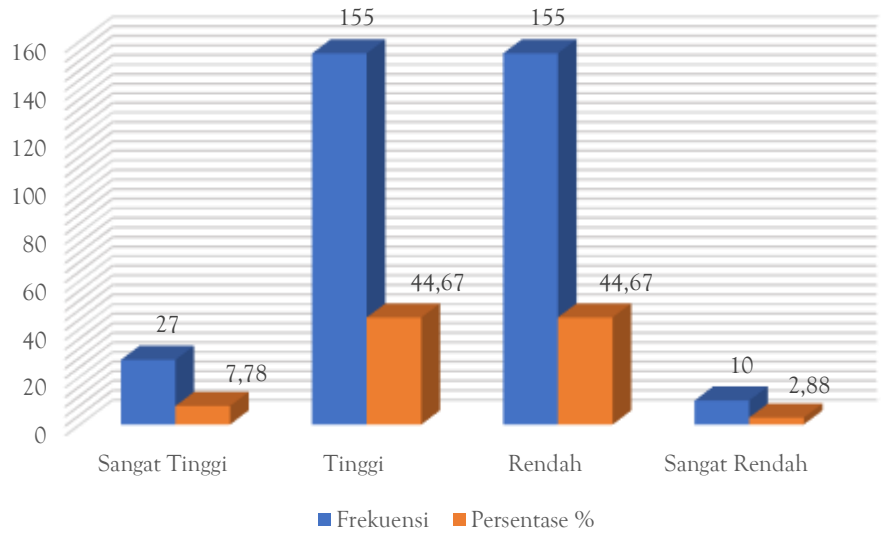
Berdasarkan tabel statistik deskriptif faktor internal di atas, dari total siswa yang mengisi kuesioner, yaitu sebanyak 347 orang dengan skor ideal berkisar antara 6 sampai 24, didapatkan hasil skor terendah sebesar 6, skor tertinggi 24, rata-rata 16,86, dan standar deviasi 2,969. Hal ini berarti bahwa perbedaan antar responden tidak terlalu jauh, dengan 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%

ISSN: 2088-0324
e-ISSN: 2685-0125

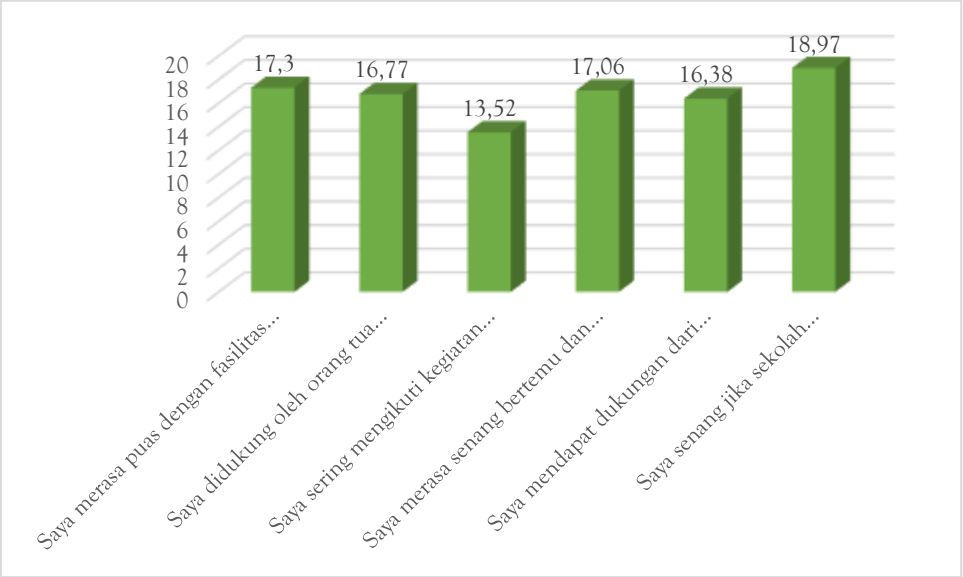
Interval	Kategori	Frekuensi	%
6-10	Sangat Rendah	10	2,88%
	Jumlah	347	100%



Gambar 4. Diagram faktor eksternal minat siswa terhadap ekstrakulikuler olahraga

Dari tabel faktor eksternal terlihat bahwa mayoritas siswa berada dalam kategori tinggi dan rendah, masing-masing terdiri dari 155 orang atau 44,67%. Artinya, dukungan dari luar seperti sekolah, teman, keluarga, dan fasilitas dirasakan berbeda oleh siswa: Ada yang merasa terbantu, tetapi ada juga yang merasa kurang mendapat dukungan. Selain itu, ada 27 siswa atau 7,78% yang termasuk dalam kategori sangat tinggi, artinya ada sebagian kecil siswa yang benar-benar mendapat 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 memengaruhi minat siswa dalam mengikuti ekstrakulikuler olahraga. Namun, karena jumlah siswa yang merasa dukungan tinggi dan rendah hampir sama, sekolah serta lingkungan sekitar masih perlu memberikan dorongan tambahan agar minat siswa bisa berkembang secara optimal.



Gambar 5. Diagram Diagram faktor eksternal minat siswa terhadap ekstrakulikuler olahraga

Dari data faktor eksternal, terlihat bahwa hal yang paling memengaruhi minat siswa adalah pernyataan

ISSN: 2088-0324
e-ISSN: 2685-0125

"Saya senang jika sekolah memberikan penghargaan kepada peserta ekstrakurikuler olahraga", dengan persentase 18,97%. Hal ini menunjukkan bahwa siswa merasa lebih semangat dan termotivasi untuk mengikuti ekstrakurikuler olahraga ketika usaha mereka dihargai oleh sekolah. Di sisi lain, persentase terendah terdapat pada pernyataan "Saya sering mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang diselenggarakan oleh sekolah", yaitu 13,52%. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun ada dukungan dari orang tua, guru, serta fasilitas yang tersedia beberapa siswa yang belum terbiasa atau tidak maksimal ikut kegiatan olahraga di sekolah. Jadi, bisa disimpulkan bahwa faktor eksternal terkuat yang memotivasi siswa adalah apresiasi dari sekolah, sedangkan yang perlu ditingkatkan adalah partisipasi aktif siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sekitar 30,26% siswa di SMA N 2 Rembang memiliki minat yang rendah dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Beberapa hal yang memengaruhi kondisi ini adalah waktu yang terbatas bagi siswa, rendahnya motivasi pribadi, fasilitas yang kurang memadai, serta kurangnya dukungan dari sekolah dan orang tua. Faktor-faktor tersebut secara keseluruhan menyebabkan minat siswa dalam kegiatan olahraga di luar jam pelajaran menjadi rendah.

Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Mahputra et al. (2019) di SMA Negeri 11 Surabaya, dimana hasilnya menunjukkan bahwa faktor psikologis dan sosial memengaruhi menurunnya minat siswa terhadap kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Penelitian tersebut menemukan bahwa perasaan siswa (koefisien 0,411), keinginan untuk memilih aktivitas lain (0,175), serta pengaruh teman (0,168) menjadi hal yang memengaruhi. Banyak siswa menganggap olahraga sebagai aktivitas yang membosankan dan dirasa kurang bermanfaat, sehingga lebih memilih fokus pada pelajaran akademik. Selain itu, kurangnya dukungan dari teman sebaya dan orang tua memperkuat kemungkinan siswa tidak aktif dalam kegiatan olahraga.

Hasil penelitian di SMA N 2 Rembang menunjukkan pola yang sama dalam hal penyebab minat siswa yang rendah, yaitu minimnya motivasi internal dan dukungan eksternal. Namun, penelitian ini juga menemukan hal baru, yaitu apresiasi dari sekolah merupakan bentuk dukungan eksternal yang sangat berpengaruh terhadap minat siswa. Sebanyak 18,97% responden menyatakan mereka lebih antusias mengikuti kegiatan olahraga jika mendapatkan penghargaan atau pengakuan dari sekolah. Hal ini tidak dibahas dalam penelitian Mahputra (2019), sehingga bisa dianggap sebagai tambahan kontribusi dari penelitian ini. Dari sisi faktor internal, hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun banyak siswa menyadari pentingnya olahraga untuk kesehatan dan kebugaran (8,14%), hanya sedikit yang konsisten mengikuti kegiatan tersebut (6,53%). Temuan ini mendukung pandangan Mahputra bahwa persepsi, motivasi pribadi, dan komitmen individu sangat berpengaruh terhadap partisipasi siswa dalam kegiatan olahraga.

Dengan demikian, penelitian (Mahputra et al., 2019) dan Kedua penelitian ini sama-sama menyoroti pentingnya faktor psikologis dan sosial sebagai penyebab menurunnya minat siswa terhadap kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Namun, pada konteks SMA N 2 Rembang, ditemukan perspektif baru bahwa apresiasi dari pihak sekolah dan pengaturan waktu belajar turut berperan sebagai faktor yang memengaruhi tingkat minat tersebut. Oleh karena itu, diperlukan strategi yang mampu mengimbangi motivasi internal siswa dengan dukungan eksternal dari lingkungan sekolah dan keluarga untuk meningkatkan partisipasi mereka dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa minat siswa SMA N 2 Rembang dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga masih tergolong rendah, yaitu sekitar 30,26% dari jumlah siswa, yang dianggap cukup signifikan karena hampir tiga puluh persen siswa masih kurang tertarik. Penyebab rendahnya minat ini berasal dari dua aspek, yaitu aspek internal yang meliputi kurangnya komitmen siswa untuk mengalokasikan waktu, serta aspek eksternal seperti keterbatasan fasilitas, kurangnya dukungan dari keluarga, dan minimnya apresiasi dari sekolah serta guru pembina. Untuk meningkatkan partisipasi siswa, perlu dilakukan beberapa langkah, seperti menyediakan berbagai cabang olahraga yang lebih beragam, memperbaiki dan menambah fasilitas, memberikan penghargaan secara konsisten, serta memberikan dukungan positif dari guru dan orang tua. Selain itu, penjadwalan kegiatan ekstrakurikuler juga harus fleksibel agar tidak bertabrakan dengan kegiatan belajar mengajar siswa. Dengan berbagai upaya tersebut, diharapkan para siswa yang kurang berminat dapat lebih termotivasi dan secara keseluruhan partisipasi mereka dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga meningkat.

ISSN: 2088-0324
e-ISSN: 2685-0125

Daftar Pustaka

Akhyar, Y. (2024). Implimentasi Program Sekolah Ramah Anak di Tingkat Sekolah Dasar. *Al-Mujahadah: Islamic Education Journal*, *1*(2), 155–168.

Amaliyah, A., & Rahmat, A. (2021). Pengembangan Potensi Diri Peserta Didik Melalui Proses Pendidikan. *At-Ta`Dib*, *5*(1), 28–45. https://doi.org/10.32832/at-tadib.v5i1.19598

Arifudin, O. (2022). Optimalisasi Kegiatan Ekstrakurikuler dalam Membina Karakter Peserta Didik. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, *5*(3), 829–837. https://doi.org/10.54371/jiip.v5i3.492

Eka P, D. (2021). *METODE PENGUMPULAN DATA DAN INSTRUMEN PENELITIAN*. *2*(4), 1147–1152.

Ekalia, & Fahmi, D. A. (2025). *Jurnal dunia pendidikan*. 1729–1736.

Intan Oktaviani Agustina, Juliantika Juliantika, Selly Ade Saputri, & Syahla Rizkia Putri N. (2023). Peran Kegiatan Ekstrakurikuler Dalam Pembinaan Dan Pengembangan Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia*, *1*(4), 86–96. https://doi.org/10.55606/jubpi.v1i4.2001

Ishlah Rusman, N., & Ardiansyah, M. (2025). *STUDI TENTANG PENGELOLAAN PROGRAM EKSTRAKURIKULER DI SMA NEGERI 22 MAKASSAR STUDY ON EXTRACURRICULAR MANAGEMENT PROGRAMS AT SENIOR HIGH SCHOOL 22 MAKASSAR*. https://jicnusantara.com/index.php/jiic

Jurnal, J., Ilmu, T., Isna, M., & Wibisana, N. (2020). *Analisis Indeks Kelelahan dan Daya Tahan Anaerobic Atlet Futsal SMA Institut Indonesia Semarang*. *5*, 140–144.

Mahputra, A., Wisnu, H., Jasmani, P., Rekreasi, D., & Keolahragaan, I. (2019). *Rendahnya Minat Siswa Terhadap Ekstrakurikuler Olahraga Dalam PJOK IDENTIFIKASI PENYEBAB RENDAHNYA MINAT SISWA TERHADAP EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DI SMAN 11 SURABAYA*. http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive75

Maryanto, M., Budoyo, S., Sumardiyani, L., & Wibisana, M. I. N. (2024). Implementasi Kode Etik Guru untuk Meningkatkan Profesionalisme Pendidik. *E-Dimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *15*(1), 194–200. https://doi.org/10.26877/e-dimas.v15i1.18127

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

Nurfebrianti, I. P., Ermawati, D., & Setiawan, D. (2022). Analisis Sikap Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas IV Sekolah Dasar. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, *5*(9), 3353–3357. https://doi.org/10.54371/jiip.v5i9.835

Nurul, A. G. (2020). *Problematics of Development of Interest in Dance in Extracurricular Activities in Sma Negeri 1 Sendana Sulbar*. 1–27. http://eprints.unm.ac.id/19206/%0Ahttp://eprints.unm.ac.id/19206/1/JURNAL ANDI NURUL GHURFA.pdf

Pangestu, B., Parwata, I. G. L. A., & Wijaya, M. A. (2021). Minat dan Motivasi Berprestasi Siswa dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Bolavoli. *Indonesian Journal of Sport & Tourism*, *3*(2), 63. https://doi.org/10.23887/ijst.v3i2.31937

Pradana, A. A. (2021). Strategi Pembentukan Karakter Siswa Pada Jenjang Pendidikan Dasar Melalui Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. *PREMIERE : Journal of Islamic Elementary Education*, *3*(1), 78–93. https://doi.org/10.51675/jp.v3i1.128

Rivaldi, M. A., Nurudin, A. A., & Nugraheni, W. (2022). Survei Minat Siswa Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Futsal SMA Negeri Se-Kota Sukabumi. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, *8*(2), 498–504. https://doi.org/10.31949/educatio.v8i2.1963

Saputri, N., & Sa'adah, N. (2021). Pengembangan Minat dan Bakat Peserta Didik melaluiKegiatan Ekstrakurikuler. *Taujihat : Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, *2*(2), 125–141. https://doi.org/10.21093/tj.v2i2.4268

ISSN: 2088-0324
e-ISSN: 2685-0125

Sari, Y. Y., Dhitia Putri Ulfani, Muhammad Ramos, & Padli. (2024). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga Terhadap Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Tunas Pendidikan*, *6*(2), 478–488. https://doi.org/10.52060/pgsd.v6i2.1657

Sulfikram, S., Baderiah, B., Makmur, M., Jasmin, N., & Sanusi, S. (2023). Strategi Guru Pendidikan Agama Islam dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa Melalui Kegiatan Extrakurikuler Rohani Islam di SMAN 2 Palopo. *Jurnal Pendidikan Refleksi*, *12*(3), 161–170.

Yunis Bangun, S. (2016). *PERAN PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA PADA LEMBAGA PENDIDIKANDI INDONESIA. VI*. http://ojs.unm.ac.id/index.php/