

## Pembinaan Ekstrakurikuler Karate Sekolah Menengah Pertama Fidelis Payakumbuh

**Nadia Firosnawati, Arie Asnaldi, Syahrastani, Weny Sasmitha**

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

[nadiafirosnawati060204@gmail.com](mailto:nadiafirosnawati060204@gmail.com), [asnaldi@fik.unp.ac.id](mailto:asnaldi@fik.unp.ac.id), [Syahrastani@fik.unp.ac.id](mailto:Syahrastani@fik.unp.ac.id),

[wenysasmitha@fik.unp.ac.id](mailto:wenysasmitha@fik.unp.ac.id)

Doi : <https://doi.org/10.24036/IPDO.9.2026.0089>

Kata Kunci : Pembinaan, Ekstrakurikuler, Karate

Abstrak : Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya tingkat pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh. Maka tujuan penelitian ini untuk mengetahui bagaimana pembinaan ekstrakurikuler karate SMP Fidelis Payakumbuh. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh warga Sekolah Menengah Pertama Fidelis Payakumbuh. Sampel penelitian ini menggunakan metode purposive sampling berjumlah 21 orang. Instrument yang digunakan yaitu angket kuesioner, teknik analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif presentatif. Hasil penelitian ini adalah diketahui bahwa pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh ditinjau dari keseluruhan aspek dikategorikan sangat baik dengan persentase sebesar 83%.

Keywords : *Coaching, Extracurricular, Karate*

Abstract : The problem in this study is the unknown level of karate extracurricular development at Fidelis Payakumbuh Middle School. So the purpose of this study is to find out how the karate extracurricular development at Fidelis Payakumbuh Middle School is. This type of research is descriptive quantitative research. The population in this study is all residents of Fidelis Payakumbuh Middle School. The sample of this study used a purposive sampling method totaling 21 people. The instrument used was a questionnaire, the data analysis technique used descriptive statistical analysis. The results of this study are: it can be seen that the karate extracurricular development at Fidelis Payakumbuh Middle School reviewed from all aspects is categorized as very good with a percentage of 83%.

### PENDAHULUAN

Kegiatan ekstrakurikuler diartikan sebagai kegiatan pendidikan yang dilakukan di luar jam pelajaran tatap muka. Kegiatan tersebut dilakukan di dalam maupun luar lingkungan sekolah untuk memperluas pengetahuan, meningkatkan keterampilan dan menginternalisasi nilai-nilai, aturan

agama dan norma-norma sosial. (Wiyani, N. A. 2013 : 108)

Lebih lanjut, ekstrakurikuler ditunjukkan untuk membantu perkembangan peserta didik, sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat mereka melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh peserta didik dan atau tenaga pendidikan

yang berkemampuan dan berkewenangan disekolah. (Wiyani, N. A dalam Galif, M. 2020 : 5)

Dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 62 Tahun 2014 tentang Kegiatan Ekstrakurikuler pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah menjelaskan bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan bagian penting dalam proses pendidikan. Peraturan tersebut menegaskan bahwa setiap satuan pendidikan wajib menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler sebagai upaya mendukung pengembangan potensi peserta didik secara menyeluruh.

Peraturan tersebut juga menyatakan bahwa kegiatan ekstrakurikuler, termasuk kegiatan di bidang olahraga, memiliki peran strategis dalam membentuk karakter, keterampilan sosial, dan kebugaran jasmani peserta didik. Oleh sebab itu, pelaksanaannya menjadi bagian integral dari kurikulum sekolah yang harus direncanakan dan dievaluasi secara sistematis.

Seperti yang telah dijelaskan dalam peraturan di atas, salah satu jenis ekstrakurikuler di sekolah adalah ekstrakurikuler olahraga. Secara pengertian ekstrakurikuler olahraga adalah suatu kegiatan cabang olahraga tertentu yang dilakukan di luar jam pelajaran sekolah yang di latih oleh guru sekolah itu sendiri atau pelatih luar sekolah yang berkompeten di bidangnya. (Wibowo, Y. A, 2019 : 2)

Berikut nya, juga dijelaskan bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan unsur yang sangat penting dalam meningkatkan kemampuan siswa di bidang olahraga. Dalam pelaksanaannya, kegiatan ekstrakurikuler harus memiliki berbagai jenis olahraga yang dapat diikuti sehingga siswa bebas mengeksplorasi cabang olahraga yang diminatinya. Selain itu, guru harus memiliki perlengkapan olahraga yang cukup dan lengkap untuk digunakan siswa. Dengan adanya kegiatan ekstrakurikuler, diharapkan

kemampuan siswa akan terus berkembang, baik secara teknik maupun dalam penguasaan keterampilan olahraga yang mereka ikuti.( Andesva, R., Zulbahri., Asnaldi, A., & Lawanis, H. 2025 : 292)

Berdasarkan kutipan di atas pembinaan dan pelaksanaan ekstrakurikuler yang baik dapat memberikan manfaat bagi peserta didik melalui ekstrakurikuler akademik maupun non akademik seperti pramuka dan olahraga.

Pembinaan itu sendiri adalah usaha untuk memberikan pengarahan dan bimbingan guna mencapai suatu tujuan yang diinginkan. Sistem pembinaan dapat didefinisikan sebagai cara pengorganisasian untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai. (Wibowo, Y. A, 2019 : 11).

Lebih lanjut oleh Wibowo, Y. A. (2019), Pembinaan ekstrakurikuler olahraga adalah unit kegiatan olahraga siswa yang dirancang untuk mengembangkan dan menyalurkan minat bakat olahraga siswa serta memuat latihan cabang olahraga tertentu. Pembinaan ekstrakurikuler di sekolah, secara sadar memberikan dampak positif bagi sekolah untuk menggali potensi yang ada pada siswa ekstrakurikuler dan juga dapat dijadikan sebagai wadah untuk siswa meraih prestasi di luar akademik.

Menurut Asnaldi, A., Syampurma, H., & Sari, P. S. (2021 : 34) Karate adalah cabang olahraga yang memiliki arti tangan kosong serta mempunyai dua ata (seni) dan kumite (pertarungan). Karate juga merupakan system latihan yang menggunakan gerakan tendangan, pukulan, tangkisan, bantingan.

Selanjutnya, dijelaskan oleh Febriansyah, M. A. (2023 : 41) tentang ekstrakurikuler karate yaitu kegiatan ekstrakurikuler karate menjadi wadah untuk menyalurkan hobi serta mengembangkan minat dan bakat peserta didik khususnya di bidang olahraga beladiri. Adapun tujuan lain dari diselenggarakannya kegiatan ekstrakurikuler ini adalah untuk pembinaan prestasi di bidang non akademik

serta untuk melatih peserta didik agar memiliki karakter disiplin dan tanggung jawab.

Agar tujuan dalam pembinaan ekstrakurikuler olahraga termasuk ekstrakurikuler karate di sekolah dapat berjalan dengan baik, terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi pembinaan ekstrakurikuler tersebut.

Faktor pendukung pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler menurut Asep dalam Dhian Prastowo (2017 : 4) meliputi faktor sumber daya manusia: kepala sekolah, guru, pelatih dan siswa kemudian yang kedua faktor dana, sarana dan prasarana. Timbulnya hubungan yang selaras dari faktor-faktor tersebut, maka diharapkan kegiatan ekstrakurikuler olahraga juga akan berlangsung dengan baik.

Lebih lanjut, dijelaskan oleh Dhian Prastowo (2017 : 18) untuk mengelola kegiatan ekstrakurikuler olahraga terkhususnya ekstrakurikuler karate sebagai media yang menghasilkan bibit olahraga yang berbakat, maka diperlukan pembinaan, penanganan dari pelatihnya, sarana dan prasarana, pendanaan untuk kegiatan ekstrakurikuler olahraga serta minat dari para siswa.

Dari uraian di atas salah satu sekolah menengah pertama yang menyelenggaraan ekstrakurikuler untuk mengembangkan bakat dan minat siswa dalam bidang olahraga yaitu SMP Fidelis Payakumbuh. Sekolah ini berlokasi di Jl. Pemuda No. 7 Payakumbuh, Kota Payakumbuh. SMP Fidelis Payakumbuh didirikan pada tahun 1962. SMP Fidelis sudah terakreditasi grade A dengan nilai 91 (akreditasi tahun 2021) dari BAN-S/M (Badan Akreditasi Nasional) Sekolah/Madrasah.

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada hari Minggu, 27 Juli 2025, ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh belum berjalan dengan maksimal hal ini bisa dilihat dari prestasi yang pernah diraih oleh ekstrakurikuler

karate. Jika dibandingkan dengan pendapat para ahli mengenai tujuan dan faktor-faktor keberhasilan pembinaan ekstrakurikuler, masih terdapat beberapa hal yang belum terpenuhi dalam pelaksanaan kegiatan tersebut.

### **1. Pembinaan**

Menurut Asnaldi, A. (2011) tujuan dari pembinaan adalah untuk meningkatkan kesegaran dan kebugaran jasmani seseorang. Selain itu, pembinaan juga bertujuan untuk meningkatkan kemampuan biomotorik yang penting untuk meraih prestasi yang lebih baik dalam cabang olahraga yang diikuti.

Menurut Wibowo, Y. A. (2019 : 3) Pembinaan ekstrakurikuler olahraga di sekolah memiliki beberapa tujuan, yaitu :

1. Mengembangkan potensi siswa secara optimal dan terpadu yang meliputi : bakat, minat, dan kreativitas;
2. Memantapkan kepribadian siswa untuk mewujudkan ketahanan sekolah Sebagai lingkungan pendidikan sehingga terhindar dari usaha dan pengaruh Negatif dan bertentangan dengan tujuan pendidikan;
3. Mengaktualisasikan Potensi siswa dalam pencapaian prestasi unggulan sesuai bakat dan minat; dan
4. Menyiapkan siswa agar menjadi warga masyarakat yang berakhlak mulia, Demokratis, menghormati hak-hak asasi manusia dalam rangka mewujudkan Masyarakat madani.

Berdasarkan pendapat diatas, maka dapat disimpulkan pembinaan olahraga adalah suatu proses sistematis, efisien, dan efektif yang dilakukan oleh induk organisasi olahraga baik di tingkat daerah maupun pusat serta melalui pemberdayaan komunitas olahraga dan sentra pembinaan, dengan disertai kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kondisi fisik dan keterampilan atlet, khususnya aspek kondisi fisik dan biomotorik (seperti kekuatan, kecepatan, daya tahan), berdasarkan kemampuan dan

keterampilan awal individu, sehingga dapat mendorong prestasi olahraga yang lebih tinggi.

Proses pembinaan haruslah dilakukan secara konsisten, berkesinambungan, mendasar, sistematis, efisien dan terpadu, agar mendapat hasil yang optimal dan maksimal. Pembinaan yang dimaksudkan disini berkaitan dengan sekolah atau ekstrakurikuler di sekolah, jadi pembinaan yang dilaksanakan haruslah sesuai dengan minat, kemampuan, potensi dan bakat peserta didik secara keseluruhan, untuk meraih prestasi olahraga pada lembaga pendidikan haruslah dibentuk suatu unit kegiatan olahraga, pusat pembinaan dan pelatihan, kelas olahraga, serta event-event olahraga agar bakat peserta didik lebih terarah. Disini pembinaan olahraga yang dilaksanakan lebih dikhususkan ke karate. (Gestiawan, Candra. 2016 : 9)

## **2. Ekstrakurikuler Karate**

Ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan oleh para siswa sekolah atau universitas, di luar jam belajar kurikulum standar. Kegiatan-kegiatan ini ada pada setiap jenjang pendidikan dari sekolah dasar sampai universitas. Kegiatan ekstrakurikuler ditujukan agar siswa dapat mengembangkan kepribadian, bakat, dan kemampuannya di berbagai bidang di luar bidang akademik. Kegiatan ini diadakan secara swadaya dari pihak sekolah maupun siswa-siswi itu sendiri untuk merintis kegiatan di luar jam pelajaran sekolah (Anam, Syaiful. 2014).

Menurut Esen (2010) dalam Budiman (2021 : 307) Kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan salah satu hal yang memberikan peranan penting dalam membangun keterampilan serta pengembangan life skills siswa. Fakta bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga memungkinkan siswa untuk menghabiskan waktu luang mereka secara bermanfaat dan mengarahkan mereka ke

kegiatan rekreasi yang berkontribusi terhadap pengembangan individu.

Berdasarkan pendapat diatas, ekstrakurikuler adalah rangkaian kegiatan sukarela yang diselenggarakan di luar jam pelajaran formal, mulai dari sekolah dasar hingga universitas, yang bertujuan untuk mengembangkan kepribadian, bakat, dan kemampuan siswa di bidang non-akademik. Kegiatan ekstrakurikuler olahraga, khususnya, berperan penting dalam membentuk keterampilan, prestasi dan life skills siswa, menyediakan opsi rekreasi yang bermanfaat di waktu luang, serta mendukung perkembangan fisik, sosial, emosional, dan kapasitas individu secara menyeluruh

Menurut Subagiyo dalam Riza, A. (2020 : 13) tujuan dari ekstrakurikuler adalah sebagai berikut.

1. Kegiatan tersebut harus dapat meningkatkan siswa dalam aspek kognitif,afektif,maupun psikomotor.

2. Mengembangkan bakat serta minat siswa dalam upaya pembinaan pribadi menuju pembinaan manusia seutuhnya yang positif.

3. Dapat mengetahui, mengenal serta membedakan hubungan antara satu mata pelajaran dengan mata pelajaran lain.

Menurut Suryosubroto (2009 : 43) Tujuan dari pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah adalah:

- a. Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat meningkatkan kemampuan siswa ber aspek kognitif, efektif, dan psikomotor.

- b. Mengembangkan bakat dan minat siswa dalam upaya pembinaan manusia seutuhnya yang positif

- c. Dapat mengetahui, mengenal serta membedakan antara hubungan satu pelajaran dengan mata pelajaran lain.

Lebih lanjut dalam Wijayanti, P. (2020 : 28 ) dijelaskan tujuan dan manfaat ekstrakurikuler olahraga sebagai berikut.

1. Dengan ikut sertanya siswa ke dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga, maka bakat, minat dan ketrampilan siswa dapat tersalurkan

2. Dapat membantu meningkatkan pengetahuan sesuai dengan program pembelajaran yang diajarkan oleh guru di sekolah.

3. Melalui ekstrakurikuler para siswa bisa memupuk jiwa sportif dalam aneka perlombaan seperti karate baik yang digelar secara internal di sekolah maupun eksternal dengan sekolah lain.

4. Ekstrakurikuler juga bisa mengajarkan anak akan arti organisasi, walaupun dalam skala yang kecil. Disana anak bisa belajar menjadi pemimpin, pengurus, atau bahkan belajar mengemas suatu acara yang menarik dalam sebuah pameran ekskul.

Selanjutnya, dijelaskan oleh Febriansyah, M. A. (2023 : 41) tentang ekstrakurikuler karate yaitu kegiatan ekstrakurikuler karate menjadi wadah untuk menyalurkan hobi serta mengembangkan minat dan bakat peserta didik khususnya di bidang olahraga beladiri. Adapun tujuan lain dari diselenggarakannya kegiatan ekstrakurikuler ini adalah untuk pembinaan prestasi di bidang non akademik serta untuk melatih peserta didik agar memiliki karakter disiplin dan tanggung jawab.

Berikut nya, ekstrakurikuler karate adalah kegiatan di luar pembelajaran formal yang menyediakan wadah bagi peserta didik untuk menyalurkan hobi serta mengembangkan minat dan bakat dalam olahraga beladiri karate. Kegiatan ini tidak hanya berfokus pada penguasaan teknik seperti tendangan, pukulan, tangkisan, dan bantingan, tetapi juga berfungsi sebagai sarana pembinaan prestasi non-akademik serta pembentukan karakter, terutama kedisiplinan dan tanggung jawab. ( Pradana, K. A. 2018 : 2)

Berdasarkan pendapat ahli tersebut, ekstrakurikuler karate merupakan kegiatan di

luar pembelajaran formal yang diselenggarakan untuk menyalurkan hobi serta mengembangkan minat dan bakat peserta didik dalam olahraga beladiri. Kegiatan ini memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengikuti aktivitas karate sesuai minat mereka dan mengembangkan kemampuan yang dimiliki, termasuk penguasaan teknik seperti tendangan, pukulan, tangkisan, dan bantingan. Selain itu, ekstrakurikuler karate juga bertujuan untuk pembinaan prestasi non-akademik serta pembentukan karakter peserta didik, terutama dalam hal kedisiplinan dan tanggung jawab.

### **3. Karate**

Karate adalah seni bela diri dengan tangan kosong, dan merupakan perkawinan tendangan dengan pukulan yang terencana dalam upaya mengenai titik kelemahan pada tubuh manusia, atau lawannya bermain. Disamping sebagai alat bela diri, karate kini sudah dijadikan sebagai cabang olahraga yang di pertandingkan. ( Purwanto, S. & Tirtawirya, D. 2014 : 2)

Sejarah karate di Indonesia sendiri bukan dibawa oleh para tentara Jepang, namun karate di Indonesia masuk karena dibawa oleh para mahasiswa yang pulang ke Tanah air se usai menyelesaikan pendidikannya di Jepang. Pada tahun 1963 beberapa mahasiswa Indonesia antara lain: Baaud AD Adikusuma, Karianto Djojonegoro, Mochtar Ruskan, dan Ottoman Nuh mendirikan dojo di Jakarta. Mereka inilah yang mula-mula memperkenalkan karate (aliran Shotokan) di Indonesia, dan selanjutnya mereka membentuk wadah yang mereka namakan Persatuan Olahraga Karate Indonesia (PORKI) yang diresmikan pada tanggal 10 Maret 1964 di Jakarta. (Ernawati, Liza. 2020:20).

PORKI mengalami perpecahan akibat dari ketidakcocokan para tokoh namun karena masih adanya keinginan dalam

mengembangkan karate, maka para tokoh sepakat membentuk wadah baru yaitu Federasi Olahraga Karate-Do Indonesia (FORKI) pada Kongres ke IV tahun 1972. Terdapat 25 perguruan beladiri karate di Indonesia yaitu INKAI, LEMKARI, INKANAS, KYUKUSHINKAI, INKADO, KUSHIN M KKI, WADOKAI, KKN SI, TAKO INDONESIA, KEI SHIN KAN, KANDAGA PRANA, GOJUKAI, GOKASI, BLACK PANTHER, SHI ROI TE, SHINDOKA, PORDIBYA, SHOTO KAI, AMURA, BKC.(Destina, A. 2023 :31)

## **METODE**

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif deskriptif. Metode penelitian kuantitatif sebagai mana yang dijelaskan oleh Sugiyono (2016:14) adalah: " Metode penelitian sebagai metode yang berlandaskan pada filsafat positivisme; metode yang digunakan meneliti populasi atau sampel tertentu; teknik pengambilan sampel biasanya dilakukan dengan perhitungan teknik sampel tertentu yang sesuai; pengumpulan data kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan".

Tempat penelitian yang dilakukan penulis berada di SMP Fidelis Payakumbuh. Waktu penelitian yang penulis lakukan berlangsung pada 5 Februari 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh warga Sekolah Menengah Pertama Fidelis Payakumbuh.

Teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan metode purposive sampling, yaitu teknik pengumpulan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan tertentu yang dimaksudkan, misalnya orang tersebut yang dianggap paling tahu tentang apa yang kita harapkan, atau mungkin dia sebagai penguasa sehingga akan memudahkan peneliti menjelajahi objek atau situasi sosial yang diteliti (Ernawati, Liza. 2020 : 29). Sampel penelitian ini berjumlah 21

orang.

Sebelum dilakukan pengambilan data penelitian yang sebenarnya, maka dilakukan uji coba instrument terlebih dahulu. Uji coba instrumen dilakukan pada tanggal 20 Januari 2026 di SMP Negeri 4 Padang sebanyak 12 orang.

Setelah diuji coba instrumen, selanjutnya dilakukan analisis item untuk melihat sejauh mana instrumen dapat mengungkap butir item yang hendak di gunakan saat penelitian. Dari hasil uji coba instrument pada butir item yang berjumlah 45 butir item, di dapatkan 34 butir item dinyatakan valid dan sisanya 11 butir item dinyatakan tidak valid.

Setelah dilakukan uji validitas maka dilakukan uji reliabilitas. Berdasarkan penghitungan uji reliabilitas yang telah didapatkan dari butir item uji coba instrument pada tanggal 20 Januari 2026, di peroleh hasil nilai reliabilitas menggunakan rumus K-R 20 adalah 1,09. Nilai tersebut menunjukkan reliabilitas angket berada pada kategori sangat tinggi untuk digunakan dalam penelitian.

Data diperoleh dengan menggunakan angket pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh. Data dianalisis dengan rumus statistik deskriptif.

## **HASIL**

### **1. Rekapitulasi Persentase Pembinaan Ekstrakurikuler Karate Di SMP Fidelis Payakumbuh Dari Kseluruhan Aspek**

Setelah dijabarkan satu persatu hasil pengolahan data dari beberapa aspek berdasarkan jawaban responden, maka langkah selanjutnya adalah mencari rata-rata keseluruhan pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh. Rata-rata keseluruhan persentase didapatkan sebesar 83% dengan kategori sangat baik.

Untuk lebih jelasnya mengenai rata-rata keseluruhan persentase pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis

Payakumbuh dapat dilihat pada tabel 1 dibawah ini.

**Tabel 1.** Rekapitulasi Persentase Pembinaan Ekstrakurikuler Karate Di SMP Fidelis Payakumbuh Dari Keseluruhan Aspek

| No | Indikator                           | Persentase Jawaban | Kategori    |
|----|-------------------------------------|--------------------|-------------|
| 1  | Pembinaan dari aspek siswa          | 83%                | Sangat Baik |
| 2  | Pembinaan dari aspek pelatih        | 82%                | Sangat Baik |
| 3  | Pembinaan dari aspek kepala sekolah | 85%                | Sangat Baik |
| 4  | Pembinaan dari aspek guru           | 82%                | Sangat Baik |
|    | Rata-rata                           | 83%                | Sangat Baik |

Sumber : Data Penelitian

Berdasarkan tabel di atas terlihat bahwa pembinaan dari aspek siswa memiliki persentase sebesar 83% dengan kategori sangat baik. Pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh menurut para responden dari aspek siswa dikategorikan sangat baik.

Pembinaan dari aspek pelatih memiliki persentase sebesar 82% dengan kategori sangat baik. Pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh menurut para responden dari aspek pelatih dikategorikan sangat baik.

Pembinaan dari aspek kepala sekolah memiliki persentase sebesar 85% dengan kategori sangat baik. Pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh menurut para responden dari

aspek kepala sekolah dikategorikan sangat baik.

Pembinaan dari aspek guru memiliki persentase sebesar 82% dengan kategori sangat baik. Pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh menurut para responden dari aspek guru dikategorikan sangat baik.

## DOKUMENTASI PENELITIAN



Gambar 1. Pengisian angket oleh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler karate  
Sumber : Dokumentasi Penelitian

Berdasarkan jawaban yang diberikan, tentang pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh dari aspek siswa, terdapat 9 item pernyataan yang tertuang untuk mengukur pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh dari aspek ini.



Gambar 2. Pengisian angket oleh pelatih karate ekstrakurikuler karate  
Sumber : Dokumentasi Penelitian

Berdasarkan jawaban yang diberikan, tentang pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh dari aspek pelatih, terdapat 9 item pernyataan yang tertuang

untuk mengukur pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh dari aspek ini.



Gambar 3. Pengisian angket oleh Kepala Sekolah SMP Fidelis Payakumbuh  
Sumber : Dokumentasi Penelitian

Berdasarkan jawaban yang diberikan, tentang pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh dari aspek kepala sekolah, terdapat 9 item pernyataan yang tertuang untuk mengukur pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh dari aspek ini.



Gambar 4. Pengisian angket oleh guru Pembina ekstrakurikuler karate

Berdasarkan jawaban yang diberikan, tentang pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh dari aspek guru, terdapat 7 item pernyataan yang tertuang untuk mengukur pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh dari aspek ini.

## **PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dari seluruh aspek yang meliputi siswa, pelatih, kepala sekolah, dan guru,

dapat disimpulkan bahwa pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh berada pada kategori sangat baik dengan rata-rata persentase keseluruhan sebesar 83%. Hal ini menunjukkan bahwa proses pembinaan telah berjalan secara sistematis, terorganisir, serta mendapat dukungan penuh dari seluruh unsur yang terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler.

Dari aspek siswa, pembinaan mampu meningkatkan kemampuan fisik, keterampilan karate, serta membangun kebersamaan dan sikap sosial yang positif. Aspek pelatih menunjukkan kualitas pembinaan yang baik melalui pengalaman, sertifikasi, serta penyusunan program latihan yang sesuai dengan kemampuan peserta didik. Aspek kepala sekolah menjadi faktor pendukung utama melalui penyediaan sarana prasarana, pengelolaan kegiatan, serta kebijakan yang mendukung keberlangsungan ekstrakurikuler. Sementara itu, aspek guru berperan dalam motivasi, koordinasi, serta dukungan terhadap siswa selama mengikuti kegiatan latihan.

Meskipun secara umum pembinaan telah berjalan sangat baik, masih terdapat beberapa aspek yang perlu ditingkatkan, seperti konsistensi jadwal latihan, optimalisasi peran guru dalam manajemen waktu, serta koordinasi yang lebih terstruktur antar pihak terkait. Perbaikan pada aspek-aspek tersebut diharapkan dapat semakin meningkatkan kualitas pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh ke arah yang lebih optimal dan berkelanjutan

## **KESIMPULAN**

Kesimpulan yang dapat ditarik dari penelitian ini sebagai berikut :

1. Pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh dari aspek siswa dikategorikan sangat baik dengan persentase sebesar 83%.

2. Pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh dari aspek pelatih dikategorikan sangat baik dengan persentase sebesar 82%.

3. Pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh dari aspek kepala sekolah dikategorikan sangat baik dengan persentase sebesar 85%.

4. Pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh dari aspek guru dikategorikan sangat baik dengan persentase sebesar 82%.

Berdasarkan aspek – aspek diatas, maka dapat diketahui bahwa pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh ditinjau dari keseluruhan aspek dikategorikan sangat baik dengan persentase sebesar 83%.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anam, Syaiful. 2014. Pengertian dan Tujuan Ekstrakurikuler. <http://anamz.Blogspot.co.id>, diakses pada 27 Juni 2025
- Andesva, R., Zulbahri., Asnaldi, A., & Lawanis, H. 2025. Tinjauan Kebugaran Jasmani Pemain Ekstrakurikuler Futsal di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kecamatan Payakumbuh. *Jurnal Pendidikan dan Olahraga*. (Volume 8. No. 2) Hlm. 292
- Asnaldi, A. 2011. Dasar – Dasar Pembinaan Kondisi Fisik. <https://kanazawaachong.wordpress.com/>, diakses pada 24 Juni 2025.06.24
- Asnaldi, A., Syampurma, H., & Sari, P. S. 2021. Kata Jion Training`s For Karate Coach. *Jurnal Humanities*. (Vol. 2, No.1). Hlm. 34
- Budiman. 2021. Pengaruh Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Terhadap Perkembangan Life Skills Siswa. *Jurnal Kejaora: Jurnal Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga*. (Vol. 6, No. 2). Hlm.307
- Destina, A. 2023. Minat Atlet Dalam Mengikuti Latihan Beladiri Karate Inakai Di Kabupaten Magelang. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta
- Dhian Prastowo. 2017. Tingkat Faktor Pendukung Pelaksanaan Ekstrakurikuler Olahraga Di Smp N Se-Kecamatan Berbah Kabupaten Sleman Tahun Ajaran 2016/2017. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta. Hlm. 4, 18
- Ernawati, Liza. 2020. Analisis Tentang Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Karate Di Sd Unggulan Aisyiyah Taman Harapan Curup. Skripsi. Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup. Hlm. 20, 29,31
- Febriansyah, M. A. 2023. Kemampuan Motorik Peserta Esktrakurikuler Karate Di Sma Negeri 1 Piyungan. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta. Hlm. 41
- Galif, M. 2020. Pembinaan Ekstrakurikuler Dalam Menumbuhkan Kemandirian Siswa Di Sman 7 Banda Aceh. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry. Hlm. 5
- Gestiawan Candra, Pramulyarso. 2016. Studi Evaluasi Pembinaan Ekstrakurikuler Karate Di Sma N 1 Slawi, Sma N 2 Slawi, Dan Sma N 1 Bojong Sumbangsihnya Terhadap Prestasi Karate Pelajar Di Kabupaten Tegal. Skripsi. Universitas Negeri Semarang. Hlm. 35
- Pradana, K. A. 2018. Penanaman Karakter Disiplin Dan Percaya Diri Melalui Ekstrakurikuler Karate Di Sd Negeri 2 Tlogorandu. Publikasi Ilmiah. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Hlm. 18
- Purwanto, S. & Tirtawirya, D. 2014. Cabang Olahraga Karate. <https://www.scribd.com/document/420010255/BUKU-Karate>, diakses pada tanggal 25 Juni 2025
- Riza, A. 2020. Pembinaan Ekstrakurikuler Olahraga Sdn Lempongsari Kecamatan Gajahmungkur Kota Semarang. Skripsi. Universitas Negeri Semarang. Hlm. 13

- Sugiyono. 2016. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta. Hlm. 14.
- Suryosubroto. 2009. Proses Belajar Mengajar di Sekolah. Jakarta: Rineka Cipta
- Wibowo, Y. A. 2019. Pengembangan Ekstrakurikuler Olahraga Sekolah. Yogyakarta : UNY Press
- Wijayanti, P. 2020. Pembinaan Ekstrakurikuler Taekwondo Di Smp Negeri 2 Purwokerto Tahun 2020. Skripsi. Universitas Negeri Semarang. Hlm. 28
- Wiyani, N. A. 2013. Manajemen Kelas. Yogyakarta : Ar-Ruzz Media