

PEMBINAAN EKSTRAKURIKULER KARATE SEKOLAH

MENENGAH PERTAMA FIDELIS PAYAKUMBUH

SKRIPSI

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Pada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang



NADIA FIROSNAWATI

NIM. 22086085

PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI PADANG

2026

PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : **Pembinaan Ekstrakurikuler Karate Sekolah Menengah Pertama Fidelis Payakumbuh**

Nama : **Nadia Firosnawati**

NIM : **22086085**

Program Studi : **Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**

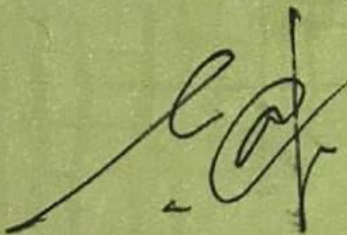
Departemen : **Pendidikan Olahraga**

Fakultas : **Ilmu Keolahragaan**

Padang, 21 April 2026

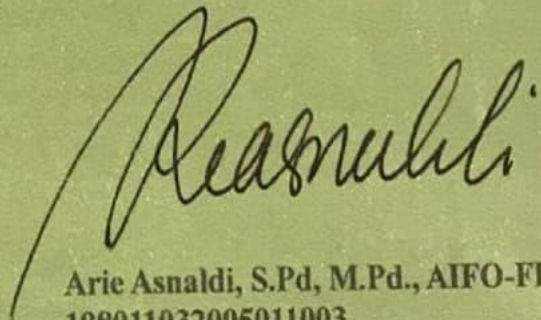
Disetujui Oleh :

Ketua Departemen Pendidikan
Olahraga/Prodi Penjaskesrek



Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd
198909012018031001

Pembimbing



Arie Asnaldi, S.Pd, M.Pd., AIFO-FIT
198011032005011003

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Judul : **Pembinaan Ekstrakurikuler Karate Sekolah Menengah Pertama Fidelis Payakumbuh**

Nama : Nadia Firosnawati

NIM/BP : 22086085 / 2022

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Departemen : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

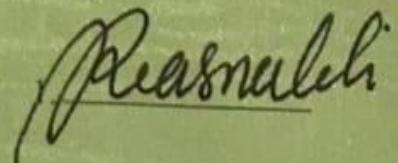
Padang, 21 April 2026

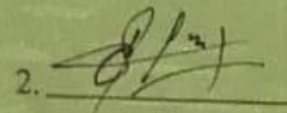
Tim Penguji:

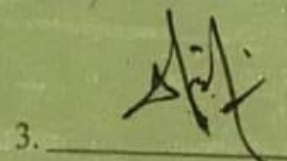
Nama

Tanda Tangan

1. Ketua : Arie Asnaldi, S.Pd, M.Pd., AIFO-FIT
2. Anggota : Prof. Dr. Syahrastani, M.Kes, AIFO
3. Anggota : Weny Sasmitha, S.Pd, M.Pd



2. 

3. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul "Pembinaan Ekstrakurikuler Karate Sekolah Menengah Pertama Fidelis Payakumbuh" adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan mencantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, April 2026

Yang membuat pernyataan



Nadia Firosnawati

NIM.22086085

ABSTRAK

Nadia Firosnawati (22086085). Pembinaan Ekstrakurikuler Karate Sekolah Menengah Pertama Fidelis Payakumbuh

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya tingkat pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh. Penelitian ini berjudul “Pembinaan Ekstrakurikuler Karate Sekolah Menengah Pertama Fidelis Payakumbuh”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui bagaimana pembinaan ekstrakurikuler karate SMP Fidelis Payakumbuh.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif deskriptif. Penelitian ini telah dilaksanakan pada 5 Februari 2026 di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Fidelis Payakumbuh. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh warga Sekolah Menengah Pertama Fidelis Payakumbuh. Sampel penelitian ini menggunakan metode purposive sampling. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah 21 orang yang terdiri dari kepala sekolah, pelatih karate, guru pembina ekstrakurikuler dan 18 siswa yang mengikuti ekstrakurikuler karate. Instrument yang digunakan yaitu angket kuesioner, teknik analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif presentatif.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh berada dalam kategori sangat baik dengan persentase 83%, yang menunjukkan bahwa pelaksanaan pembinaan telah berjalan efektif dan didukung oleh peran aktif sekolah, pelatih, dan siswa. Oleh karena itu, disarankan agar pihak sekolah dapat mempertahankan serta meningkatkan kualitas pembinaan, khususnya dalam penyediaan sarana prasarana dan pengembangan metode latihan yang lebih variatif, sementara siswa diharapkan lebih disiplin dan konsisten dalam mengikuti latihan agar prestasi yang dicapai dapat terus meningkat.

Kata Kunci: Pembinaan, Ekstrakurikuler, Karate

KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT karena berkah dan rahmat- Nya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul “PEMBINAAN EKSTRAKURIKULER KARATE SEKOLAH MENENGAH PERTAMA FIDELIS PAYAKUMBUH”. Shalawat beriring salam penulis panjatkan kepada junjungan kita Nabi Besar Muhammad SAW yang telah membawa kita dari alam kegelapan menuju terang benerang seperti yang kita rasakan pada saat ini.

Penulis menyadari bahwasannya penyusunan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya dukungan, bantuan, bimbingan dan nasehat dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih setulusnya kepada :

1. Kepada kedua orang tua, Bapak Firmansyah dan Ibu Rosni Eka Putri.
Dua orang yang berjasa dalam kehidupan penulis, dua orang yang selalu mengusahakan anaknya menempuh pendidikan setinggi-tingginya meskipun mereka tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan. Terimakasih atas kasih sayang, nasihat, motivasi, semangat, dan doa yang terbaik untuk putrimu ini.
2. Kepada Dr.Ir. Krissmadinata, S.T.,M.T selaku Rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dukungan dan fasilitas selama perkuliahan.
3. Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd selaku dekan Fakultas Ilmu

Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan fasilitas dan kesempatan pada penulis dalam menyelesaikan perkuliahan dan melaksanakan penelitian.

4. Bapak Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd selaku ketua departemen pendidikan olahraga yang telah memberikan kemudahan selama melakukan pengajuan judul.
5. Kepada bapak Arie Asnaldi, S.Pd., M.Pd., AIFO-FIT, selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, nasehat dan masukan serta sabar menghadapi penulis selama penyusunan skripsi .
6. Kepada bapak Prof. Dr. Syahrastani, M.Kes AIFO Dan ibu Wenry Sasmitha, S.Pd., M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan masukan saran selama penulisan skripsi ini.
7. Bapak/Ibu dosen dan staff Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah mendidik dalam masa perkuliahan dan memberikan motivasi dan masukan kepada penulis dalam penulisan skripsi ini.
8. Saudara penulis abangku tercinta Angga Juanda dan Adikku tersayang Aan Mulyana, Aldy Zaky Andika, dan Lucky Firoz Ramadhan yang selalu memberikan dukungan moril dan material, motivasi dan mendoakan penulis sehingga bisa menyelesaikan studi ini.
9. Rizki Budhi Permana Herwin, S.Kom, seseorang yang selalu setia menemani penulis, yang tidak pernah lelah memberikan semangat, perhatian, serta dukungan dalam setiap proses penyusunan skripsi ini.

Terimakasih karena selalu ada, mendengarkan keluh kesah, dan menjadi penyemangat di saat penulis merasa lelah maupun hampir menyerah.

Atas bantuan dan bimbingan selama ini, penulis mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalam nya.

Padang, 25 November 2025

Nadia Firosnawati

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR TABEL	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	11
C. Pembatasan Masalah	11
D. Perumusan Masalah	12
E. Tujuan Penelitian	12
F. Manfaat Penelitian	12
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	13
1. Pembinaan	13
2. Ekstrakurikuler Karate	20
3. Karate	26
B. Penelitian Relevan.....	32
C. Kerangka Konseptual	35
D. Pertanyaan Penelitian	37
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	38
B. Tempat Dan Waktu Penelitian	38
C. Populasi Dan Sempel	38
1. Populasi	38
2. Sempel.....	39
D. Jenis Dan Sumber Data	41
1. Jenis Data	41
2. Sumber Data.....	41
E. Teknik Dan Alat Pengumpulan Data	41

1. Observasi	42
2. Dokumentasi	42
3. Instrument penelitian.....	42
4. Uji coba instrumen penelitian	43
a. Uji Validitas	44
b. Uji Reabilitas	46
F. Teknik Analisis Data	47
BAB VI HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	49
1. Pembinaan Ekstrakurikuler Karate di SMP Fidelis Payakumbuh ditinjau dari Aspek Siswa	49
2. Pembinaan Ekstrakurikuler Karate di SMP Fidelis Payakumbuh ditinjau dari Aspek Pelatih.....	50
3. Pembinaan Ekstrakurikuler Karate di SMP Fidelis Payakumbuh ditinjau dari Aspek Kepala Sekolah.....	51
4. Pembinaan Ekstrakurikuler Karate di SMP Fidelis Payakumbuh ditinjau dari Aspek Guru.....	52
B. Analisa Data.....	53
C. Pembahasan	54
1. Pembinaan Ekstrakurikuler Karate di SMP Fidelis Payakumbuh ditinjau dari Aspek Siswa	54
2. Pembinaan Ekstrakurikuler Karate di SMP Fidelis Payakumbuh ditinjau dari Aspek Pelatih.....	55
3. Pembinaan Ekstrakurikuler Karate di SMP Fidelis Payakumbuh ditinjau dari Aspek Kepala Sekolah.....	56
4. Pembinaan Ekstrakurikuler Karate di SMP Fidelis Payakumbuh ditinjau dari Aspek Guru.....	56
5. Pembinaan Ekstrakurikuler Karate di SMP Fidelis Payakumbuh ditinjau dari Keseluruhan Aspek.....	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	60
B. Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN.....	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Bagan kerangka konseptual.....	37
Gambar 2 Persentase Pembinaan Ekstrakurikuler Karate Di SMP Fidelis Payakumbuh Dari Keseluruhan Aspek.....	54

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi SMP Fidelis Payakumbuh	39
Tabel 1. Siswa Ekstrakurikuler Karate SMP Fidelis Payakumbuh.....	43
Tabel 2. Kisi-Kisi Pertanyaan Angket Pembinaan Ekstrakurikuler Karate di SMP Fidelis Payakumbuh.....	43
Tabel 3. Hasil uji Validitas.....	45
Tabel 4. Rekapitulasi Jawaban Responden Tentang Pembinaan Ekstrakurikuler Karate Di SMP Fidelis Payakumbuh Dari Aspek Siswa	50
Tabel 5. Rekapitulasi Jawaban Responden Tentang Pembinaan Ekstrakurikuler Karate Di SMP Fidelis Payakumbuh Dari Aspek Pelatih.....	51
Tabel 6. Rekapitulasi Jawaban Responden Tentang Pembinaan Ekstrakurikuler Karate Di SMP Fidelis Payakumbuh Dari Aspek Kepala Sekolah.....	52
Tabel 7. Rekapitulasi Jawaban Responden Tentang Pembinaan Ekstrakurikuler Karate Di SMP Fidelis Payakumbuh Dari Aspek Guru	53
Tabel 8. Rekapitulasi Persentase Pembinaan Ekstrakurikuler Karate Di SMP Fidelis Payakumbuh Dari Keseluruhan Aspek	54

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam kegiatan ekstrakurikuler di sekolah, ekstrakurikuler memiliki peran penting sebagai ruang bagi peserta didik untuk mengembangkan kemampuan di luar pembelajaran formal. Melalui aktivitas ini, siswa dapat memperluas pengalaman, meningkatkan keterampilan, serta membentuk sikap positif yang mendukung perkembangan diri mereka.

Oleh karena itu, pemahaman mengenai konsep dan tujuan kegiatan ekstrakurikuler menjadi dasar penting dalam melihat bagaimana proses pembinaan dapat berjalan secara optimal. Beberapa pendapat ahli berikut memberikan gambaran lebih jelas mengenai makna dan fungsi kegiatan ekstrakurikuler dalam konteks pendidikan.

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.

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan pendidikan yang dilaksanakan di luar jam pelajaran formal, baik di dalam maupun di luar lingkungan sekolah. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk memperluas pengetahuan, meningkatkan keterampilan, dan menginternalisasi nilai-nilai, aturan agama, serta norma sosial.

Selain itu, ekstrakurikuler dirancang untuk mendukung perkembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat mereka. Penyelenggaraan kegiatan ini dilakukan oleh peserta didik dan tenaga pendidik yang memiliki keahlian di bidangnya. Melalui berbagai program ekstrakurikuler, siswa dapat mengembangkan keterampilan dan pengetahuan di luar jam sekolah.

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)

Ekstrakurikuler khusus olahraga diharapkan dapat menjadi sarana untuk meningkatkan potensi peserta didik yang selama ini belum dikembangkan secara optimal serta akan tumbuh dengan baik. Dengan demikian, adapun pembinaan ekstrakurikuler olahraga disekolah dapat memberikan kontribusi terhadap prestasi di tingkat kabupaten maupun provinsi. (Isna, H. 2018 : 2)

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 Wibowo, Y. A. (2019: 3), pembinaan ekstrakurikuler olahraga di sekolah memiliki beberapa tujuan, yaitu mengembangkan potensi siswa secara optimal dan terpadu yang mencakup bakat, minat, dan kreativitas, memantapkan kepribadian siswa guna mewujudkan ketahanan sekolah sebagai lingkungan pendidikan agar terhindar dari pengaruh negatif yang bertentangan dengan tujuan pendidikan, mengaktualisasikan potensi siswa dalam mencapai prestasi unggulan sesuai dengan bakat dan minat, serta menyiapkan siswa menjadi warga masyarakat yang berakhlak mulia, demokratis, dan menghormati hak asasi manusia dalam rangka mewujudkan masyarakat madani.

Berdasarkan tujuan pembinaan ekstrakurikuler olahraga tersebut, sekolah

perlu menyediakan kegiatan yang mampu memfasilitasi pengembangan potensi siswa secara menyeluruh, baik dari aspek fisik, mental, maupun karakter. Dengan demikian, setiap jenis ekstrakurikuler olahraga yang diselenggarakan di sekolah diharapkan dapat mendukung pencapaian tujuan tersebut, termasuk kegiatan yang bersifat spesifik seperti seni bela diri salah satu nya adalah ekstrakurikuler karate.

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.

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)

Lebih lanjut, ekstrakurikuler karate adalah salah satu kegiatan ekstrakurikuler pilihan yang diselenggarakan untuk menjangkit minat dan bakat siswa terhadap olahraga beladiri. Kegiatan ini memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengikuti aktivitas karate sesuai minat mereka dan mengembangkan kemampuan yang dimiliki dalam cabang olahraga tersebut. (Setiawan, P. 2015 : 15)

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.

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.

Berdasarkan pendapat ahli di atas, faktor-faktor yang mempengaruhi pembinaan ekstrakurikuler di sekolah sangatlah penting untuk dipahami. Sumber daya manusia, termasuk kepala sekolah, guru, pelatih, dan siswa, memiliki peran penting. Kepala sekolah yang berkomitmen dapat menciptakan kebijakan yang mendukung, sementara guru dan pelatih bertugas memberikan bimbingan dan keterampilan yang diperlukan.

Pembinaan dan penanganan dari pelatih sangat penting, karena kualitas pelatih dalam memberikan bimbingan akan berpengaruh langsung terhadap perkembangan potensi siswa secara optimal.

Sarana dan prasarana yang baik, seperti lapangan olahraga dan alat latihan, sangat penting dalam menciptakan lingkungan yang mendukung bagi siswa. Fasilitas yang memadai tidak hanya memenuhi kebutuhan dasar, tetapi juga berkontribusi pada efektivitas latihan dan kompetisi. Dengan memiliki sarana dan prasarana yang sesuai, kegiatan ekstrakurikuler dapat berjalan lebih optimal, memungkinkan siswa untuk berlatih dengan baik dan mencapai prestasi yang diharapkan.

Faktor dana juga berpengaruh besar; ketersediaan keuangan yang memadai memungkinkan penyediaan fasilitas dan perlengkapan yang diperlukan. Ketersediaan dana yang cukup juga sangat penting untuk memastikan kelancaran program ekstrakurikuler olahraga. Pendanaan yang memadai memungkinkan penyediaan fasilitas dan perlengkapan yang diperlukan.

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.

Dalam penelitian ini dipilih pada pembinaan ekstrakurikuler yaitu cabang olahraga karate di SMP Fidelis Payakumbuh. Kegiatan ekstrakurikuler karate ini termasuk ekstrakurikuler pilihan yang dikembangkan dan diselenggarakan sesuai bakat dan minat peserta didik berbentuk latihan olah bakat dan minat yang memiliki manfaat untuk bersosialisasi, belajar sportifitas dan meningkatkan kepercayaan diri. Kegiatan ekstrakurikuler karate dilaksanakan di luar jam pelajaran sekolah, yaitu pada sore hari setelah jam pelajaran telah selesai.

Dalam mengadakan ekstrakurikuler karate pihak sekolah memiliki tujuan untuk mencetak prestasi. Salah satu prestasi yang telah diraih adalah juara

umum 3 Kejuaraan Karate INKADO Kabupaten Lima Puluh Kota Piala Bisron Hadi, S.Pd.I 24-25 Juni 2025. Setelah pencapaian tersebut, dalam kurun waktu berikutnya ekstrakurikuler karate di sekolah belum kembali memperoleh prestasi maupun berpartisipasi dalam kejuaraan karate lainnya, sehingga aktivitas keikutsertaan dalam ajang kompetisi belum terlihat kembali hingga pada saat penelitian ini dilakukan.

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.

Kepala sekolah sebagai penanggung jawab utama kegiatan pendidikan di sekolah belum menunjukkan dukungan konkret terhadap pelaksanaan ekstrakurikuler karate, baik dalam bentuk kebijakan, penganggaran, maupun pengawasan program. Selain itu, guru pembina yang seharusnya berperan sebagai pendamping dan penghubung antara siswa, pelatih, dan pihak sekolah masih kurang terlibat secara aktif, sehingga kegiatan ini kurang mendapat pendampingan secara langsung dari pihak guru.

Pelatih yang memiliki peran penting dalam membimbing teknik serta membentuk sikap disiplin siswa menghadapi kendala dalam hal keterbatasan waktu mengajar, sehingga kehadiran dan intensitas latihan menjadi tidak teratur. Kondisi ini berdampak pada kurangnya kontinuitas dalam proses latihan

Sementara itu, dari sisi peserta, antusiasme siswa sebenarnya cukup tinggi, terbukti dari jumlah peserta yang mencapai 18 orang. Namun, karena keterbatasan sarana dan prasarana serta tidak adanya sistem pelatihan yang terstruktur, partisipasi siswa belum sepenuhnya aktif dan terarah.

Keterbatasan tersebut dapat dilihat saat ekstrakurikuler berlangsung. penggunaan perlengkapan pelindung pada siswa tidak merata, dari 18 orang siswa ekstrakurikuler karate hanya tersedia 2 pasang *hand protector*, 2 pasang *shin pad*, dan 1 *body protector*. Jumlah perlengkapan yang tersedia tidak sampai setengah dari jumlah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler karate.

Lalu, masih terdapat siswa yang tidak menggunakan pakaian karate, ataupun pakaian olahraga yang sesuai, beberapa siswa bahkan tidak menukar pakaian seragam sekolah yang dikenakan saat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler karate. Seharusnya jika melakukan kegiatan ekstrakurikuler olahraga siswa wajib menggunakan pakaian yang sesuai.

Selanjutnya, fasilitas lapangan yang tidak sesuai untuk olahraga karate dapat menghambat kelancaran latihan dan meningkatkan cedera saat berlatih, karena lapangan di SMP Fidelis Payakumbuh terbuat dari semen kasar tanpa permukaan yang rata.

Semua kendala tersebut tidak lepas dari faktor pendanaan yang belum memadai. Sampai saat ini, pihak sekolah belum mengalokasikan dana khusus untuk kegiatan ekstrakurikuler karate. Ketiadaan dana ini menyebabkan fasilitas seperti perlengkapan pelindung, matras, dan seragam latihan tidak mencukupi, sehingga kenyamanan dan keselamatan siswa saat latihan terabaikan.

Kondisi ini menunjukkan bahwa tanpa adanya dukungan anggaran yang memadai, berbagai faktor penting dalam pembinaan ekstrakurikuler tidak dapat terpenuhi dengan baik, sehingga menghambat perkembangan dan kualitas kegiatan karate di sekolah. Berkaitan dengan hal di atas peneliti ingin mengetahui bagaimana Pembinaan Ekstrakurikuler Karate di Sekolah Menengah Pertama Fidelis Payakumbuh.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan oleh penulis maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Prestasi siswa ekstrakurikuler karate
2. Dukungan pihak sekolah
3. Pembinaan dan penanganan dari pelatih
4. Pendanaan
5. Sarana prasarana
6. Motivasi Siswa

C. Pembatasan Masalah

Untuk menjaga agar ruang lingkup penelitian tidak terlalu luas dan permasalahan diketahui secara jelas maka dalam penelitian ini penulis melakukan pembatasan masalah pada Pembinaan Ekstrakurikuler Karate Sekolah Menengah Pertama Fidelis Payakumbuh.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah ini, maka penulis merumuskan masalah yaitu: Bagaimana pembinaan ekstrakurikuler karate Sekolah

Menengah Pertama Fidelis Payakumbuh?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini yaitu: Mengetahui pembinaan ekstrakurikuler karate Sekolah Menengah Pertama Fidelis Payakumbuh.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini dapat menjadi sumber mengembangkan konsep dan teori pembelajaran Hasil pembinaan ini diharapkan dapat mengembangkan prestasi dan sebagai bahan referensi untuk kemajuan prestasi pada ekstrakurikuler olahraga karate di Sekolah Menengah Pertama Fidelis Payakumbuh.

2. Manfaat Praktis

Pembina dapat memperbaiki pelaksanaan program pembinaan ekstrakurikuler, meningkatkan kinerja dalam melakukan monitoring dan evaluasi. Pelatih dapat memperbaiki pelaksanaan program latihan dan meningkatkan kualitasnya sebagai pelatih yang akan menciptakan atlet-atlet yang berprestasi. Siswa dapat mengembangkan minat dan bakat untuk mencapai prestasi secara maksimal.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa pembinaan ekstrakurikuler karate di SMP Fidelis Payakumbuh berada dalam kategori sangat baik pada seluruh aspek yang dinilai, yaitu aspek siswa (83%), pelatih (82%), kepala sekolah (85%), dan guru (82%). Secara keseluruhan, pembinaan ekstrakurikuler karate di sekolah tersebut memperoleh persentase sebesar 83%, yang menegaskan bahwa pelaksanaannya telah berjalan dengan sangat baik.

B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka penulis dapat memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah dan Kepala Sekolah

Diharapkan dapat mempertahankan dukungan terhadap kegiatan ekstrakurikuler karate, khususnya dalam penyediaan sarana dan prasarana.

2. Bagi Pelatih

Disarankan untuk terus meningkatkan kompetensi melalui pelatihan lanjutan atau pendidikan formal di bidang olahraga agar pembinaan yang dilakukan semakin profesional dan berbasis ilmu kepelatihan modern.

3. Bagi Guru

Diharapkan dapat lebih aktif dalam membantu siswa mengatur waktu antara latihan dan kegiatan akademik, serta meningkatkan peran dalam mensosialisasikan ekstrakurikuler karate kepada seluruh siswa agar minat dan

partisipasi semakin meningkat.

4. Bagi Siswa

Disarankan untuk menjaga kedisiplinan dalam mengikuti jadwal latihan, memanfaatkan waktu latihan secara maksimal, serta terus mengembangkan sikap sportif, kerja sama, dan tanggung jawab dalam kegiatan ekstrakurikuler karate.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam dengan menambahkan variabel lain seperti prestasi atlet, metode latihan, pendanaan, serta faktor psikologis agar diperoleh gambaran pembinaan ekstrakurikuler karate yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiana, O. 2020. Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Bola Tangan Di Kabupaten Tegal. Skripsi. Universitas Negeri Semarang. Hlm. 9
- Aisah, Nurhasanah. 2024. -Definisi Metode Dokumentasi Menurut Ahli. <https://redasamudera.id/>, diakses 16 September 2024.
- 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.
- Arsil & Antoni. D., 2024. Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Malang : Wineka Media
- Asnaldi, A. 2011. Dasar – Dasar Pembinaan Kondisi Fisik. <https://kanazawaachong.wordpress.com/>, diakses pada 24 Juni 2025.06.24
- Asnaldi, A. 2019. Kontribusi Motor Ability Dan Konsentrasi Terhadap Kemampuan Penguasaan Kata Heian Yodan Karateka Lemkari Dojo Angkasa Lanud Padang. Jurnal Menssana, (Vol. 4, No.1), Hlm.29
- 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
- Dameria, Sinaga. 2014. Statistik *Dasar*. Jakarta Timur : UKI Press
- Destina, A. 2023. Minat Atlet Dalam Mengikuti Latihan Beladiri Karate Inkai 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
- Hanafiah, dkk. 2020. Pengantar Statistika. Bandung : Widina Bhakti
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. (n.d.).
- Munggaran, R. A. 2012. Pemanfaatan Open Source Software Pendidikan Oleh Mahasiswa Dalam Rangka Implementasi Undang-Undang No. 19 Tahun 2002 Tentang Hal Cipta. Skripsi. Repository UPI. Hlm. 72
- 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
- Rokhamah, dkk. 2024. Metode Penelitian Kualitatif (Teori, Metode Dan Praktik). Bandung : Widina Media Utama
- Santi Rahmah. 2019. Pengelolaan Ekstrakurikuler Dalam Pembinaan Prestasi Non Akademik Siswa Di Pondok Pesantren Modern Babun Najah Ulee Kareng Banda Aceh. Skripsi. Universitas Islam Negeri Ar-raniry. Hlm. 10

- Setiawan, P. 2015. Perilaku Sosial Siswa Peserta Ekstrakurikuler Karate Di Sekolah Dasar Kristen Bina Harapan Purbalingga .Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta. Hlm.15
- Soesana, A. 2023. Metodologi Penelitian Kuantitatif. Medan : Yayasan Kita Menulis. Hlm. 32
- Sugiyono. 2016. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta. Hlm. 14.
- Sugiyono. 2014. Metodologi Penelitian Pendidikan. Bandung: Alfabeta. Hlm. 179
- Suryosubroto. 2009. Proses Belajar Mengajar di Sekolah. Jakarta: Rineka Cipta
- Undang- Undang Nomor 11 Tahun 2022 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional.
- Wahyuni, K. 2020. Efektivitas Layanan Informasi Terhadap Pencegahan Perilaku Merokok Siswa Smp Negeri 2 Kluet Utara. Skripsi. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry. Hlm. 37, 40
- 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
- Yonlygus. 2021. Pembinaan Olahraga Karate Inkanas Di Kecamatan Minas Kabupaten Siak. Skripsi. Universitas Islam Riau. Hlm.31