

Minat Siswa Kelas XI Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Di SMA Negeri 22 Palembang

Ridki Fahrul Rahmatulloh

Universitas PGRI Palembang

Rury Rizhardi

Universitas PGRI Palembang

Endie Riyoko

Universitas PGRI Palembang

Alamat: Jln A.Yani Lorong Gotong royong 9/10 ulu Plaju Palembang

Korespondensi penulis: ridkifahrul10@gmail.com

Abstract: *The type of research used in this research is descriptive qualitative research. In this research, descriptive qualitative research was used to determine the interest of class XI students in participating in extracurricular sports activities at SMA Negeri 22 Palembang. The population in this study was 30 class XI students at SMA Negeri 22 Palembang. The data collection technique uses total sampling. The sample used in this research was 30 respondents with a total of 30 statement items. The data collection procedure uses a questionnaire using Google Forms and data analysis techniques for this research use simple descriptive statistics in analyzing student interest. The research results show that class XI students' interest in participating in extracurricular sports activities received a response with a percentage of 83% in the good category. Seeing the response results which reached more than 50%, it means that class XI students prefer to take part in extracurricular sports activities.*

Keywords: *Student Interests, Sports, Extracurricular Sports*

Abstrak: Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif deskriptif. Dalam penelitian ini, penelitian kualitatif deskriptif digunakan untuk mengetahui minat siswa kelas XI dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri 22 Palembang. Populasi dalam penelitian ini siswa kelas XI di SMA Negeri 22 Palembang sebanyak 30 Siswa. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan total sampling. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 30 responden dengan jumlah item pernyataan 30 item. Adapun prosedur pengumpulan data menggunakan penyebaran angket dengan menggunakan bantuan google form dan teknik analisis data penelitian ini menggunakan statistik deskriptif sederhana dalam menganalisis minat siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa minat siswa kelas XI dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga mendapat respon dengan hasil persentasi 83% kategori baik. Melihat hasil respon yang mencapai lebih dari 50% yang berarti siswa kelas XI lebih senang untuk mengikuti kegiatan ekstrakuler olahraga.

Kata Kunci: Minat Siswa, Olahraga, Ekstrakuler Olahraga

LATAR BELAKANG

Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) bukan mata pelajaran olahraga sebagaimana dipahami selama ini dan juga bukan materi pembelajaran yang dirancang hanya untuk mengasah kompetensi keterampilan olahraga peserta didik. PJOK adalah mata pelajaran yang membekali peserta didik dengan kemampuan untuk memiliki tujuan supaya peserta didik dapat memperoleh perubahan perilaku gerak, perilaku berolahraga dan perilaku sehat.

Aktivitas belajar menuntut tingkat kesegaran dan kebugaran jasmani yang prima. Tanpa kesegaran dan kebugaran tersebut, aktivitas akan menjadi lembek, kurang bersemangat bahkan menjadi lesu dan loyo. Inilah mengapa Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dikatakan bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan secara keseluruhan. Ingat sebuah pepatah Romawi Kuno mengatakan “dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat” (*Men sana in corpore sano*).

Saat ini disekolah-sekolah mulai menggalakkan kembali kegiatan ekstrakurikuler olahraga sebagai pelaksanaan dalam peningkatan pendidikan jasmani disekolah. Selain untuk meningkatkan pendidikan jasmani disekolah, hal ini dapat juga membawa peluang kepada siswa dalam mengembangkan bakatnya. Sekolah bisa menyediakan berbagai macam kegiatan ekstrakurikuler, misalnya ekstrakurikuler seni tari, teater, musik, atau olahraga serta berbagai kegiatan lainnya yang dapat berdampak positif untuk kemajuan bagi diri siswa itu sendiri. Sama halnya dengan ekstrakurikuler olahraga yang ada disekolah-sekolah, seperti ekstrakurikuler sepak bola, karate, pencak silat, basket, futsal dan masih banyak lagi ekstrakurikuler olahraga yang memang sudah dipersiapkan oleh tiap-tiap sekolah.

Kegiatan ekstrakurikuler sekolah tidak hanya menjadi pelengkap suatu proses belajar-mengajar, melainkan sarana agar siswa memiliki nilai plus selain pelajaran akademis yang bermanfaat bagi kehidupannya bermasyarakat. Pelajaran ekstrakurikuler juga sering kali menjadi ciri khas suatu sekolah, dimana suatu sekolah dapat mempunyai suatu kegiatan ekstrakurikuler yang tidak dimiliki oleh sekolah lainnya.

SMA Negeri 22 adalah salah satu sekolah formal yang ada di Kota Palembang. Sekolah ini memiliki berbagai kegiatan ekstrakurikuler yang meliputi kegiatan akademik dan nonakademik. Kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri 22 Palembang memiliki beberapa cabang olahraga, seperti sepak bola, pencak silat, taekwondo, karate, basket, futsal. Dalam bidang olahraga, upaya kegiatan ekstrakurikuler sebagai salah satu wadah untuk menyalurkan bakat dan prestasi siswa. Fasilitas-fasilitas yang dimiliki Sekolah ini cukup memenuhi sebagai sarana dan prasarana saat kegiatan ekstrakurikuler berlangsung. Selain

ekstrakurikuler olahraga, di SMA Negeri 22 Palembang juga melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler lainnya, Seperti paskibraka, palang merah remaja, paduan suara, pramuka, rohani islam dan lainnya. Untuk semua siswa SMA Negeri 22 Palembang diberi kesempatan untuk memilih ekstrakurikuler sesuai hobi serta minat masing-masing. .

KAJIAN TEORITIS

Djaali (2009:121) menjelaskan minat pada dasarnya adalah penerimaan akan suatu hubungan anantara diri sendiri dengan sesuatu di luar diri, semakin kuat atau dekat hubungan tersebut maka semakin besar minatnya. Khairani (2013:137) mendefinisikan minat dalam perspektif sebagai berikut : (1) minat adalah suatu gejala psikologis, (2) adanya pemusatan perhatian, perasaan dan pikiran dari subyek karena tertarik (3) adanya perasaan senang terhadap obyek yang menjadi sasaran dan (4) adanya kemauan atau kecenderungan pada diri subyek untuk melakukan kegiatan guna mencapai tujuan.

Sabri (2005:88) menjelaskan minat adalah kecenderungan untuk selalu memperhatikan dan mengingat sesuatu secara terus menerus, minat ini erat kaitannya dengan perasaan senang, karena itu dapat dikatakan minat itu terjadi karena sikap senang kepada sesuatu, orang berminat pada sesuatu berarti menunjukkan sikapnya senang kepada sesuatu.

Sardiman (2003:76) mengemukakan bahwa minat adalah suatu kondisi terjadi apabila seseorang melihat yang dibutuhkan sesuai dengan keinginan-keinginan atau kebutuhan-kebutuhannya sendiri. Oleh karena itu apa yang dilihat seseorang sudah tentu akan membangkitkan minat sejauh apa yang dilihat tersebut mempunyai hubungan dengan kepentingannya sendiri.

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan untuk memenuhi tuntutan penguasaan bahan kajian dan pelajaran dengan alokasi waktu yang diatur secara tersendiri berdasarkan pada kebutuhan .

Lebih Lanjut Direktorat Pendidikan Menengah Kejuruan, menegaskan bahwa ruang lingkup kegiatan ekstrakurikuler harus berpangkal pada kegiatan yang dapat menunjang serta dapat mendukung program intrakurikuler dan program kurikuler.

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan salah satu kegiatan yang dilaksanakan dalam rangka pembinaan siswa. Aturan dan dasar hukum mengenai kegiatan ekstrakurikuler olahraga mengacu pada Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 39 Tahun 2008 tentang Pembinaan Kesiswaan. Dalam Pasal 1 Undang-undang tersebut disebutkan bahwa tujuan pembinaan kesiswaan, dalam hal ini terkait kegiatan ekstrakurikuler olahraga 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 (*civil society*).

Pengertian ekstrakurikuler menurut Kamus Modern Bahasa Indonesia (1994: 120),” kegiatan tambahan di luar rencana pelajaran; pelajaran/ pendidikan tambahan di luar kurikulum”.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan diluar jam sekolah sebagai sarana dan fasilitas pengembangan bakat siswa serta penyaluran hobi yang dimiliki siswa. Ekstrakurikuler juga sebagai alat memperluas wawasan siswa, mendorong pemberian nilai atau sikap, dan memungkinkan mendalami lebih lanjut berbagai mata pelajaran yang dipelajari siswa.

Olahraga adalah kegiatan fisik manusia yang berpengaruh terhadap kepribadian pelakunya. Kegiatan yang menuntut kegiatan fisik tertentu untuk menggunakan tubuh secara menyeluruh dalam bentuk permainan atau pertandingan/perlombaan. Olahraga atau *Sport* berasal dari bahasa latin yaitu *disportore* dis adalah terpisah *portore* adalah membawa. Jadi pengertiannya adalah membawa dirinya terpisah dari gangguan.

Makna olahraga itu kebanyakan berkaitan dengan tiga unsur pokok yaitu bermain, latihan fisik dan kompetisi. Olahraga juga bisa diartikan serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara gerak (mempertahankan hidup) dan meningkatkan kemampuan gerak (meningkatkan kualitas hidup). Istilah olahraga dalam bahasa Jawa yaitu olahrogo. Olah artinya melatih diri menjadi seorang terampil, sedangkan rogo artinya badan. Jadi olahraga adalah suatu bentuk pendidikan individu dan masyarakat yang mengutamakan gerakan-gerakan jasmani yang dilakukan secara sadar dan sistematis menuju suatu kualitas yang lebih tinggi.

Berdasarkan arti kata dalam Undang-undang Ketentuan Pokok Olahraga Tahun 1997 Pasal 1, yang dimaksud dengan olahraga adalah semua kegiatan jasmani yang dilandasi semangat untuk melelahkan diri sendiri maupun orang lain, yang dilaksanakan secara ksatria sehingga olahraga merupakan sarana menuju peningkatan kualitas dan ekspresi hidup yang lebih luhur bersama sesama manusia.

METODE PENELITIAN

Metode Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk mendeskripsikan permasalahan dan fokus penelitian. Metode kualitatif adalah langkah-langkah penelitian sosial

untuk mendapatkan data deskriptif berupa kata-kata dan gambar. Hal tersebut sesuai dengan yang diungkapkan oleh Lexy J. Moleong bahwa data yang dikumpulkan dalam penelitian kualitatif adalah berupa kata-kata, gambar, dan bukan angka-angka (2007:11).

Pendekatan penelitian kualitatif adalah pendekatan yang tidak menggunakan dasar kerja statistik, tetapi berdasarkan bukti-bukti kualitatif. Dalam tulisan lain menyatakan pendekatan kualitatif merupakan pendekatan yang berdasarkan pada kenyataan lapangan dan apa yang dialami oleh responden akhirnya dicarikan rujukan teorinya .

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Setelah dilakukan penyebaran angket dengan banyaknya butir angket sejumlah 30 item pernyataan dengan rentang nilai 1-5, sehingga diperoleh rentang skor 30-150. Untuk dapat mengetahui besar minat siswa kelas XI dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri 22 Palembang. Dari hasil penelitian diperoleh hasil skor minimum sebesar = 81, dan skor maksimum = 111.

Hasil penelitian faktor-faktor yang mempengaruhi minat siswa kelas XI Dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri 22 Palembang di dasarkan pada faktor internal dan faktor eksternal. Deskripsi hasil penelitian masing-masing tersebut dijelaskan sebagai berikut :

1. Faktor Internal

Faktor internal dalam penelitian minat siswa kelas XI dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga ialah rasa senang dan tertarik, perhatian dan aktivitas. Faktor Internal siswa kelas XI dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga diukur dengan angket yang berjumlah 23 item pernyataan dengan nilai skor antara 1 - 4, sehingga diperoleh rentang hasil skor ideal 23 - 115. Dari hasil penelitian internal diperoleh hasil skor minimum sebesar = 81 dan hasil skor maksimum sebesar = 111.

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal minat siswa kelas XI dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri 22 Palembang meliputi lingkungan dan orangtua. Faktor eksternal siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga diukur dengan angket 7 item pernyataan dengan nilai skor antara 1 - 4, sehingga diperoleh rentang hasil skor ideal 7 - 35. Dari hasil penelitian faktor eksternal diperoleh hasil skor minimum sebesar = 81 dan hasil skor maksimum = 111.

Tabel. Rekapitulasi Hasil Skor Angket

No	Keterangan	ALTERNATIF JAWABAN								Jumlah	P
		Sangat Setuju		Setuju		Tidak Setuju		Sangat Tidak Setuju			
		F	P	F	P	F	P	F	P	Siswa	
1	Pernyataan 1	17	57%	12	40%	1	3%	0	0%	30	100%
2	Pernyataan 2	15	50%	15	50%	0	0%	0	0%	30	100%
3	Pernyataan 3	0	0%	0	0%	12	40%	18	60%	30	100%
4	Pernyataan 4	13	43%	15	50%	2	7%	0	0%	30	100%
5	Pernyataan 5	15	50%	13	43%	2	7%	0	0%	30	100%
6	Pernyataan 6	18	60%	11	37%	1	3%	0	0%	30	100%
7	Pernyataan 7	16	53%	12	40%	2	7%	0	0%	30	100%
8	Pernyataan 8	17	57%	12	40%	1	3%	0	0%	30	100%
9	Pernyataan 9	16	53%	13	43%	1	3%	0	0%	30	100%
10	Pernyataan 10	16	53%	14	47%	0	0%	0	0%	30	100%
11	Pernyataan 11	18	60%	12	40%	0	0%	0	0%	30	100%
12	Pernyataan 12	14	47%	14	47%	2	7%	0	0%	30	100%
13	Pernyataan 13	9	30%	20	67%	1	3%	0	0%	30	100%
14	Pernyataan 14	9	30%	21	70%	0	0%	0	0%	30	100%
15	Pernyataan 15	7	23%	17	57%	6	20%	0	0%	30	100%
16	Pernyataan 16	14	47%	16	53%	0	0%	0	0%	30	100%
17	Pernyataan 17	15	50%	15	50%	0	0%	0	0%	30	100%
18	Pernyataan 18	5	17%	5	17%	14	47%	6	20%	30	100%
19	Pernyataan 19	10	33%	18	60%	2	7%	0	0%	30	100%
20	Pernyataan 20	15	50%	15	50%	0	0%	0	0%	30	100%
21	Pernyataan 21	16	53%	14	47%	0	0%	0	0%	30	100%
22	Pernyataan 22	8	27%	19	63%	3	10%	0	0%	30	100%
23	Pernyataan 23	16	53%	14	47%	0	0%	0	0%	30	100%
24	Pernyataan 24	12	40%	18	60%	0	0%	0	0%	30	100%
25	Pernyataan 25	20	67%	10	33%	0	0%	0	0%	30	100%
26	Pernyataan 26	22	73%	7	23%	1	3%	0	0%	30	100%
27	Pernyataan 27	9	30%	19	63%	2	7%	0	0%	30	100%
28	Pernyataan 28	12	40%	18	60%	0	0%	0	0%	30	100%

29	Pernyataan 29	14	47%	16	53%	0	0%	0	0%	30	100%
30	Pernyataan 30	9	30%	20	67%	1	3%	0	0%	30	100%
		397		425		54		24			

Berdasarkan rekapitulasi hasil soal angket di atas, diketahui bahwa dari keseluruhan hasil soal angket didapat 397 kali jawaban “Sangat Setuju”, 425 kali jawaban “Setuju”, 54 Kali jawaban “Tidak Setuju”, dan 24 Kali jawaban “Sangat Tidak Setuju”. Selanjutnya untuk jawaban “Sangat Setuju” diberi skor 4, jawaban “Setuju” diberi skor 3, jawaban “Tidak Setuju” diberi skor 2, dan jawaban “Sangat Tidak Setuju” diberi skor 1. Sehingga di dapat hasil :

$$\begin{array}{rclcl}
 \text{Sangat Setuju} & = & 397 & \times & 4 & = & 1.588 \\
 \text{Setuju} & = & 425 & \times & 3 & = & 1.275 \\
 \text{Tidak Setuju} & = & 54 & \times & 2 & = & 108 \\
 \text{Sangat Tidak Setuju} & = & 24 & \times & 1 & = & 24 + \\
 \text{Jumlah Total} & & & & & = & \underline{2.995}
 \end{array}$$

Sedangkan,

$$N = \text{Jumlah Populasi} \times \text{Jumlah Pernyataan pada angket} \times \text{Skor Tertinggi}$$

$$N = 30 \times 30 \times 4$$

$$N = 3.600$$

Mengetahui rata-rata persentase dengan menggunakan rumus:

$$X = \frac{\sum x_i}{N} \times 100\%$$

$$X = \frac{2.995}{3.600} \times 100\%$$

$$X = 83\%$$

Sesuai dengan standar kriteria yang telah di tetapkan, maka yang masuk pada interval 71-85% dan dikategorikan baik. Berikut kriteria interprestasi skor :

$$\text{Angka} \leq 56 = \text{Kurang Baik}$$

$$\text{Angka } 57 - 70 = \text{Cukup Baik}$$

$$\text{Angka } 71 - 85 = \text{Baik}$$

$$\text{Angka } 86 - 100 = \text{Sangat Baik}$$

Pembahasan

Keberadaan siswa merupakan orang yang terlibat secara langsung dalam dunia pendidikan. Dalam dunia pendidikan, siswa harus melalui proses belajar, termasuk di dalamnya belajar mengenal diri, belajar mengenal orang lain, dan belajar mengenal lingkungan sekitarnya. Pendidikan juga diharapkan mampu mengubah perilaku seseorang ke arah yang lebih baik, dengan memiliki pendidikan seseorang akan mampu memilih apa yang harus diterima dan tidak diterima oleh dirinya dalam kehidupan bermasyarakat.

Minat ada dalam diri seseorang bukanlah ada dengan sendirinya, namun ada karena adanya minat merupakan dorongan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan keinginan yang nantinya dapat mendatangkan kepuasan, yang mana kepuasan itu akan mempengaruhi kadar

minat seseorang. Dengan adanya minat, mampu memperkuat ingatan seseorang terhadap apa yang telah di pelajarnya, sehingga dapat di jadikan sebagai fondasi seseorang dalam proses pembelajaran dikemudian hari .

Sifat ingin tahu siswa atau minat belajar siswa juga dapat mempengaruhi tingkat pemusatan perhatian siswa terhadap pembelajaran yang sedang berlangsung. Siswa yang memiliki sifat ingin tahu atau minat belajar yang tinggi dapat dilihat dari mudahnya siswa menjalankan perintah atau himbauan dari guru. Tingkat perhatian siswa ini akan mendukung jalannya pembelajaran dengan maksimal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa Minat Siswa Kelas XI Dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga di SMA Negeri 22 Palembang cenderung masuk dalam kategori Baik. Hasil tersebut ditunjukkan dengan dengan perincian sebagai berikut. Dari keseluruhan hasil soal angket didapat 397 kali jawaban “Sangat Setuju”, 425 kali jawaban “Setuju”, 54 Kali jawaban “Tidak Setuju”, dan 24 Kali jawaban “Sangat Tidak Setuju”. Dari perhitungan persentase, sehingga di dapat hasil 83% yang masuk dalam kategori “Baik”. Hasil penelitian yang di lakukan berdasarkan hasil angket yang telah di sebar sebagai acuan untuk mengidentifikasi besar minat siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler olahraga sehingga memperoleh hasil tersebut.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang diperoleh maka disarankan sebagai berikut :

1. Bagi Kepala Sekolah SMA Negeri 22 Palembang untuk lebih memberi dukungan dengan meningkatkan sarana dan prasarannya.
2. Bagi guru hendaknya memperhatikan minat siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga.
3. Bagi siswa hendaknya lebih memahami akan kontribusi minat terhadap sesuatu yang akan di capai dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga.

DAFTAR REFERENSI

Abror,A.R.(1983).*Psikologi Pendidikan*.Yogyakarta : TiaraWacana.

- Afifah, I., & Sopiany, H. M. (2017). Minat Siswa Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Di Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Playen Kabupaten Gunung Kidul (Vol.87, Issue 1,2).
- Ahmad, Susanto. (2013). Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Ahmadi, A. (1991). *Psikologi Umum*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Depdikbud. 1988. *Petunjuk Kegiatan Ekstrakurikuler Sebagai Salah Satu Jalur Pembinaan Siswa*. Jakarta : Depdikbud.
- Desy Yunita Utami & Erwin Setyo Kriswanto (2019) *Hubungan minat olahraga dan psikologi calwell-being terhadap prokrastinasi peserta didik di sekolah menengah atas*. *Jurnal JPJI*, Volume 15, Nomor 2, November 2019. Yogyakarta : FIKUNY.
- Dewa Ketut Sukardi. 1988. *Perkembangan Minat*. Jakarta: PT Bina Aksara Djaali. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Effendi. 1985. *Pengantar Psikologi*. Bandung: PT Tarsip. Hurlock, E.B. (1999). *Perkembangan Anak*. Jakarta : Erlangga.
- Hurlock, Elizabeth. 2002. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Erlangga.
- Mappiare, 1982. *Pengantar Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Surabaya: Usaha Nasional
- Muhajir. *Pendidikan Jasmani: Teori dan Praktek*. Jakarta : Erlangga
- Muhammad Makhrus. 2009. *Survei Minat terhadap Kegiatan Out Bound pada Siswa Kelas VII SMP Karangturi Semarang Tahun Pelajaran 2008/2009*. Skripsi. FIK. UNNES. Semarang.
- Nasution. 1982. *Minat dan Motivasi*. Malang: CV Darma Ilmu.
- Natera. 1991. *Cara Belajar Aktif*. Jakarta: Bumi Aksara
- Republik Indonesia Nomor 62 Tahun 2014 tentang Kegiatan Ekstrakurikuler pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah. Jakarta: Sekretariat Kemendikbud
- Roji. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga
- Rumini, S. (1998). *Psikologi Umum*. Yogyakarta: FIP UNY. Sardiman. (1990). *Psikologi Umum*. Jakarta : Aksara Basa.
- Slameto, 1995. *Inventori Minat*. Jakarta : CV Andi Offset