Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 6 Nomor 1 Bulan 10 Tahun 2026
ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514
http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama

HUBUNGAN EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DENGAN PRESTASI AKADEMIK SISWA KELAS IV MI DARUNNAJAH 2 CIPINANG BOGOR

Andrik Faisal
Fakultas Agama Islam PSDKU, Universitas Darunnajah Bogor
faisalandrik28@gmail.com

Abstract

Education plays an important role in shaping quality human resources, not only through academic achievement but also through the holistic development of students' potential, including extracurricular activities. One significant contributing activity is sports. MI Darunnajah 2 Cipining Bogor has implemented various extracurricular sports programs; however, there remains a perception that such activities may interfere with study time and lower students' academic performance. Conversely, research indicates that sports provide positive impacts, such as improving concentration, memory, and other cognitive abilities. The phenomenon at MI Darunnajah 2 Cipining Bogor shows variations in academic outcomes among students participating in sports activities, thereby raising questions about the relationship between the two. This study aims to analyze the relationship between extracurricular sports activities and students' academic achievement, describe the actual conditions of their implementation, and provide a comprehensive understanding of the role of sports in supporting academic success.
***Keywords**: Extracurricular, Sports, Achievement, Academic*

Abstrak

Pendidikan memiliki peran penting dalam membentuk sumber daya manusia berkualitas, tidak hanya melalui capaian akademik, tetapi juga pengembangan potensi siswa secara menyeluruh, termasuk lewat kegiatan ekstrakurikuler. Salah satu kegiatan yang berkontribusi besar adalah olahraga. MI Darunnajah 2 Cipining Bogor telah melaksanakan berbagai program olahraga ekstrakurikuler, namun masih terdapat pandangan bahwa aktivitas ini dapat mengganggu waktu belajar dan menurunkan prestasi akademik siswa. Sebaliknya, penelitian menunjukkan bahwa olahraga justru memberikan dampak positif, seperti meningkatkan konsentrasi, daya ingat, serta kemampuan kognitif lainnya. Fenomena di MI Darunnajah 2 Cipining Bogor memperlihatkan variasi hasil akademik siswa yang mengikuti kegiatan olahraga, sehingga memunculkan pertanyaan tentang hubungan keduanya. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan aktivitas olahraga

Article History
Received: January 2026
Reviewed: January 2026
Published: January 2026

Plagirism Checker No 234
Prefix DOI : Prefix DOI : 10.8734/Jayabama.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Jayabama

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 6 Nomor 1 Bulan 10 Tahun 2026
ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514
http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama

ekstrakurikuler dengan prestasi akademik siswa, menggambarkan kondisi aktual pelaksanaannya, serta memberikan pemahaman komprehensif mengenai peran olahraga dalam mendukung keberhasilan belajar.
Kata Kunci: Ektrakurikuler, Olahraga, Prestasi, Akademik

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan aspek fundamental dalam pembentukan sumber daya manusia yang berkualitas. Dalam prosesnya, pendidikan tidak hanya berfokus pada prestasi akademik semata, tetapi juga pada pengembangan potensi siswa secara menyeluruh, termasuk melalui kegiatan ekstrakurikuler (Hamalik, 2015). MI Darunnajah 2 Cipining, sebagai salah satu lembaga pendidikan Islam yang berkomitmen pada pembentukan siswa berkarakter, telah mengimplementasikan berbagai program ekstrakurikuler olahraga, seperti permainan tradisional, senam, hingga cabang olahraga modern. Program-program ini dirancang bukan hanya untuk memberikan pengalaman rekreatif, tetapi juga sebagai sarana pembelajaran nonformal yang mendukung aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik siswa. Dengan demikian, kegiatan olahraga di sekolah ini berfungsi sebagai pelengkap pendidikan formal yang diharapkan dapat menyeimbangkan antara kecerdasan akademik dan perkembangan fisik maupun mental (Kompri, 2015). Namun demikian, masih terdapat berbagai persepsi dan pandangan yang berbeda dari kalangan orang tua maupun sebagian pendidik mengenai manfaat keterlibatan siswa dalam ekstrakurikuler olahraga. Sebagian dari mereka mengkhawatirkan bahwa kegiatan olahraga justru akan menyita waktu belajar siswa, mengurangi fokus terhadap pelajaran inti, serta berpotensi menurunkan prestasi akademik. Pandangan ini muncul karena adanya anggapan bahwa siswa yang terlalu banyak beraktivitas di luar kelas, termasuk olahraga, akan mengalami kelelahan sehingga sulit berkonsentrasi saat belajar. Pandangan tersebut sebenarnya bertentangan dengan berbagai hasil penelitian yang menunjukkan bahwa aktivitas olahraga dapat memberikan manfaat positif bagi perkembangan kognitif anak.

Prestasi diartikan sebagai bukti keberhasilan yang telah dicapai seseorang setelah melaksanakan usaha-usaha belajar (Winkel, 2004). Sehingga, prestasi dikatakan sebagai hasil penilaian pendidikan tentang perkembangan kemajuan siswa yang berkenaan dengan penguasaan bahan pelajaran yang disajikan kepada mereka serta nilai-nilai yang terdapat dalam kurikulum (Nasrun dan Syaiful, 2012). Sedangkan akademik didefinisikan sebagai keseluruhan proses pendidikan formal yang meliputi pengajaran, studi, penelitian, dan berbagai aktivitas keilmuan (Fadjar, 2002). Selanjutnya, definisi ektrakurikuler menurut Wiyani (2013), adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan di luar jam pelajaran tatap muka. Kegiatan ekstrakurikuler sebagai kegiatan tambahan di luar struktur program yang dilaksanakan di luar jam pelajaran biasa untuk memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan siswa (Suryosubroto, 2009). Ekstrakurikuler dilakukan di luar kelas dan di luar jam pelajaran, salah satunya adalah olahraga (Mulyono, 2008).

Olahraga tidak hanya memberikan manfaat pada aspek kebugaran fisik semata, tetapi juga memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung perkembangan fungsi kognitif, mental, dan sosial peserta didik. Aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur terbukti mampu meningkatkan daya tahan tubuh, melatih kekuatan otot, serta menjaga kesehatan organ vital, sehingga siswa memiliki kondisi fisik yang lebih prima untuk mengikuti proses pembelajaran. Selain itu, berbagai penelitian juga menunjukkan bahwa olahraga dapat merangsang

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 6 Nomor 1 Bulan 10 Tahun 2026
ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514
http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama

peningkatan konsentrasi, memperkuat daya ingat, serta melatih keterampilan berpikir kritis dan pemecahan masalah, yang semuanya merupakan faktor penting dalam menunjang keberhasilan akademik. Hal ini dikarenakan aktivitas fisik mampu memperlancar aliran darah dan oksigen ke otak, sehingga fungsi kognitif dapat bekerja secara lebih optimal dan mendukung proses belajar yang efektif.

Lebih jauh, olahraga juga dapat membentuk karakter positif siswa, seperti disiplin, kerja sama, sportivitas, dan kemampuan mengelola waktu. Keterlibatan dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga menuntut siswa untuk membagi waktu antara latihan dan belajar, sehingga secara tidak langsung melatih keterampilan manajemen diri. Dengan bekal keterampilan tersebut, siswa diharapkan mampu menjaga keseimbangan antara prestasi akademik dan non-akademik. Namun demikian, realitas yang terjadi di MI Darunnajah 2 Cipining menunjukkan fenomena yang cukup menarik untuk diteliti. Terdapat variasi hasil prestasi akademik di antara siswa yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga.

Beberapa siswa menunjukkan adanya peningkatan prestasi akademik setelah aktif terlibat dalam kegiatan olahraga, yang bisa jadi disebabkan oleh meningkatnya motivasi belajar, konsentrasi yang lebih baik, atau rasa percaya diri yang tumbuh melalui aktivitas fisik. Namun, di sisi lain terdapat pula siswa yang meskipun aktif mengikuti kegiatan olahraga, prestasi akademiknya tidak mengalami perubahan yang signifikan, bahkan cenderung stagnan. Perbedaan hasil ini menimbulkan pertanyaan mendasar mengenai bagaimana sebenarnya hubungan antara keterlibatan siswa dalam aktivitas olahraga ekstrakurikuler dengan pencapaian akademik mereka. Apakah olahraga benar-benar memberikan kontribusi positif yang konsisten terhadap prestasi belajar, ataukah pengaruhnya bergantung pada faktor-faktor lain seperti manajemen waktu, dukungan keluarga, motivasi intrinsik, maupun metode belajar yang digunakan siswa. Pertanyaan-pertanyaan inilah yang menjadi dasar penting bagi penelitian ini untuk menggali lebih dalam keterkaitan antara keaktifan olahraga ekstrakurikuler dengan prestasi akademik di lingkungan MI Darunnajah 2 Cipining (Suryosubroto, 2013).

Penelitian yang telah dilakukan oleh Dewi Susanti dan Rahman (2020), ditemukan bahwa siswa yang aktif dalam kegiatan olahraga memiliki rata-rata nilai akademik 15% lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang tidak aktif. Selanjutnya, penelitian oleh Fatimah Azzahra (2020, hasil penelitian menemukan korelasi positif antara keterlibatan dalam ekstrakurikuler olahraga dengan peningkatan nilai rapor siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Rizki dan Ani Sulistyowati (2020), menjelaskan bahwa program olahraga ekstrakurikuler terbukti efektif meningkatkan prestasi akademik dengan peningkatan rata-rata nilai sebesar 12%. Selanjutnya, penelitian yang telah dilakukan oleh Bambang Wibowo (2021), bahwa terdapat hubungan signifikan antara intensitas kegiatan olahraga dengan peningkatan nilai mata pelajaran, terutama matematika dan sains. Penelitian yang dilakukan oleh Siti Aminah (2021), ditemukan bahwa terdapat hubungan positif antara partisipasi dalam ekstrakurikuler olahraga dengan peningkatan prestasi akademik, khususnya pada mata pelajaran eksak. Berdasarkan uraian di atas, penting untuk dilakukan penelitian yang dapat menganalisis secara empiris hubungan antara aktivitas olahraga ekstrakurikuler dengan prestasi akademik siswa di MI Darunnajah 2 Cipining. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai peran kegiatan ekstrakurikuler olahraga dalam mendukung keberhasilan akademik siswa, sekaligus menjadi bahan pertimbangan bagi sekolah dalam mengembangkan program ekstrakurikuler yang lebih efektif.

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 6 Nomor 1 Bulan 10 Tahun 2026
ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514
http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama

METODE

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu suatu pendekatan yang berlandaskan pada filsafat positivisme, di mana data penelitian berupa angka-angka yang dapat diolah dan dianalisis dengan metode statistik. Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian ini secara khusus bertujuan untuk mengukur dan menjelaskan hubungan antara dua variabel yang dapat dikuantifikasi secara objektif. Dengan menggunakan pendekatan ini, peneliti berusaha memperoleh hasil yang lebih terukur, akurat, serta dapat digeneralisasikan sesuai dengan populasi yang menjadi objek penelitian.

Dua variabel utama yang dianalisis dalam penelitian ini adalah variabel X dan variabel Y. Variabel X merujuk pada aktivitas olahraga ekstrakurikuler, yang dalam konteks ini dapat dinilai melalui indikator-indikator seperti frekuensi keikutsertaan siswa dalam kegiatan, durasi atau lamanya waktu yang dihabiskan setiap kali mengikuti kegiatan, serta intensitas partisipasi siswa dalam berbagai bentuk latihan maupun pertandingan. Variabel ini dipandang penting karena aktivitas ekstrakurikuler, khususnya olahraga, diyakini memiliki kontribusi terhadap perkembangan fisik, disiplin, dan motivasi siswa.

Sementara itu, variabel Y adalah prestasi akademik siswa, yang diukur melalui dokumen resmi berupa nilai rapor atau indeks prestasi belajar. Prestasi akademik dipandang sebagai salah satu indikator utama keberhasilan proses pendidikan formal, sehingga relevan untuk diteliti keterkaitannya dengan aktivitas non-akademik seperti olahraga. Dengan membandingkan dan menganalisis kedua variabel tersebut, penelitian ini diharapkan dapat menjawab pertanyaan apakah keterlibatan dalam kegiatan olahraga ekstrakurikuler berhubungan dengan pencapaian akademik siswa.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian korelasional, yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dua variabel, mengukur seberapa kuat hubungan tersebut, serta menentukan arah hubungan apakah bersifat positif atau negatif. Dalam penelitian korelasional, peneliti tidak melakukan manipulasi terhadap variabel (non-eksperimental), melainkan hanya mengamati hubungan yang terjadi secara alami berdasarkan data yang tersedia. Dengan demikian, penelitian ini tidak bermaksud mencari sebab-akibat, tetapi lebih kepada menemukan pola keterkaitan antara aktivitas olahraga dengan prestasi akademik.

Tahapan penelitian dilakukan secara sistematis, dimulai dari perumusan masalah penelitian serta penyusunan hipotesis yang jelas. Setelah itu, peneliti menetapkan populasi dan menentukan sampel penelitian sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan. Langkah berikutnya adalah mengembangkan instrumen penelitian, seperti angket atau lembar observasi, yang digunakan untuk mengukur variabel-variabel terkait. Setelah instrumen siap, tahap selanjutnya adalah pengumpulan data dari responden yang telah ditentukan. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan uji statistik yang sesuai, misalnya uji korelasi Pearson atau Spearman, tergantung pada karakteristik data. Tahap akhir penelitian adalah menarik kesimpulan berdasarkan hasil analisis data, yang kemudian digunakan untuk menjawab rumusan masalah sekaligus menguji hipotesis yang telah ditetapkan sebelumnya. Dengan tahapan tersebut, penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran yang jelas mengenai hubungan antara keaktifan ekstrakurikuler olahraga dengan prestasi akademik siswa MI Darunnajah 2 Cipinang.

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 6 Nomor 1 Bulan 10 Tahun 2026
ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514
http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama

2. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa MI Darunnajah 2 Cipinang, yaitu keseluruhan peserta didik yang masih aktif terdaftar dan menjalani kegiatan belajar mengajar di lembaga pendidikan tersebut. Populasi ini mencakup siswa dari kelas 1 hingga kelas 6 dengan karakteristik yang beragam, baik dari segi usia, jenis kelamin, maupun latar belakang sosial. Dalam konteks penelitian ini, populasi tidak hanya terdiri dari siswa yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, tetapi juga meliputi siswa yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, sehingga mampu memberikan gambaran umum mengenai kondisi peserta didik secara menyeluruh.

Adapun karakteristik populasi yang lebih spesifik meliputi siswa laki-laki maupun perempuan yang tercatat secara resmi di MI Darunnajah 2 Cipinang. Dari populasi tersebut, peneliti kemudian menetapkan sampel dengan kriteria tertentu agar sesuai dengan tujuan penelitian. Sampel penelitian dipilih dari siswa kelas 4 hingga kelas 6, dengan pertimbangan bahwa pada jenjang kelas tersebut siswa sudah lebih matang secara kognitif, emosional, maupun fisik dibandingkan siswa kelas bawah, sehingga diharapkan mampu memberikan data yang lebih representatif.

Selain itu, sampel yang dipilih adalah siswa yang aktif mengikuti minimal satu jenis kegiatan ekstrakurikuler olahraga di sekolah, baik olahraga individu maupun olahraga beregu, serta telah terlibat secara konsisten dalam kegiatan tersebut setidaknya selama satu semester. Hal ini bertujuan agar siswa yang menjadi sampel benar-benar memiliki pengalaman dan keterlibatan dalam aktivitas ekstrakurikuler yang berpotensi memengaruhi prestasi akademik. Kriteria lainnya adalah siswa yang memiliki catatan nilai akademik lengkap, sehingga data yang dikumpulkan dapat dianalisis secara valid dan reliabel.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode purposive sampling, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan oleh peneliti. Pemilihan teknik ini dianggap paling sesuai karena tidak semua siswa memenuhi kriteria yang dibutuhkan untuk menjawab rumusan masalah penelitian. Dengan demikian, diharapkan sampel yang terpilih benar-benar representatif dalam menggambarkan hubungan antara keaktifan dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga dengan prestasi akademik siswa MI Darunnajah 2 Cipinang.

3. Variabel Penelitian

Variabel penelitian terdiri dari variabel independen (X) yakni aktivitas olahraga ekstrakurikuler dan variabel dependen (Y) meliputi prestasi akademik. Adapun penjelasan masing-masing variabel dapat dilihat pada **Tabel 1.**

Tabel 1. Definisi konseptual dan operasional variabel

Variabel	Definisi Konseptual	Definisi Operasional
Variabel X: Aktivitas olahraga	1. Kegiatan olahraga yang dilaksanakan di luar jam pelajaran regular, 2. Bersifat pilihan dan terprogram, dan 3. Dibimbing oleh guru atau pelatih yang berkompeten.	1. Frekuensi kehadiran dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga, 2. Durasi waktu partifipasi dalam setiap sesi, 3. Jenis aktivitas olahraga yang diikuti, dan 4. Intensitas keterlibatan dalam kegiatan.

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 6 Nomor 1 Bulan 10 Tahun 2026
ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514
http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama

Variabel Y: Prestasi akademik	1. Hasil belajar yang dicapai siswa dalam kegiatan akademik; 2. Mencerminkan tingkat penguasaan pengetahuan dan keterampilan, dan 3. Diukur dalam periode waktu tertentu.	1. Nilai rata-rata rapor semester; 2. Nilai ujian mata pelajaran inti, 3. Peringkat kelas, dan 4. Prestasi akademik lainnya yang terukur.

Indikator pengukuran variabel X meliputi kehadiran dalam kegiatan yang ditunjukkan dalam bentuk persentase, lama waktu latihan dalam jam per minggu, tingkat partisipasi aktif, dan pencapaian dalam kegiatan ekstrakurikuler. Sedangkan indikator pengukuran variabel Y adalah nilai rata-rata semua mata pelajaran, nilai mata pelajaran inti (Matematika, IPA, dan Bahasa), peringkat akademik di kelas, dan prestasi non akademik yang mendukung. Hubungan antar variabel bersifat asosiatif, mencari korelasi antara tingkat aktivitas olahraga ekstrakurikuler dengan tingkat prestasi akademik, dan menganalisis kekuatan dan arah hubungan kedua variabel. Pengukuran variabel ini akan membantu dalam mengidentifikasi pola hubungan antar variabel, menguji hipotesis penelitian, menarik kesimpulan yang valid, dan memberikan rekomendasi berdasarkan hasil penelitian.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan dokumentasi, kuesioner, observasi, wawancara, dan triangulasi data. Dokumentasi meliputi pengumpulan data prestasi akademik siswa (nilai rapor semester, nilai ujian harian, peringkat kelas, prestasi akademik lainnya) dan catatan kehadiran ekstrakurikuler (daftar hadir kegiatan, jadwal kegiatan, durasi latihan). Selanjutnya, kuesioner/angket diberikan kepada siswa yang mengukur, yaitu intensitas partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler, jenis aktivitas yang diikuti, motivasi mengikuti kegiatan, dan manfaat yang dirasakan. Bentuk kuesioner menggunakan skala Likert (1-5), pertanyaan tertutup dan terbuka, serta mudah dipahami siswa. Sedangkan observasi adalah pengamatan langsung terhadap pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler, partisipasi aktif siswa, interaksi antar siswa, dan kondisi fasilitas olahraga. Tahapan wawancara dilakukan kepada guru pembina ekstrakurikuler, wali kelas, kepala sekolah, dan siswa.

4. Uji Validitas dan Reliabilitas

Uji validitas terdiri dari:

a. Validitas isi, yaitu mengkonsultasikan instrumen dengan ahli, memastikan kesesesuaian dengan indikator penelitian, dan menilai keterwakilan aspek yang diukur.
b. Validitas konstruk, dengan rumus sebagai berikut:

$$rxy = N\Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)$$
$$= \sqrt{[N\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2][N\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2]}$$

c. Korelasi point biserial, dengan rumus sebagai berikut:

$$rpbi = (Mp - Mt) / St \times \sqrt{(p/q)}$$

d. Korelasi biserial, dengan rumus sebagai berikut:

$$rb = (Mp - Mt) / St \times (p/y)$$

e. Korelasi rank spearman, dengan rumus sebagai berikut:

$$rs = 1 - (6\Sigma d^2) / [n(n^2 - 1)]$$

f. Validitas konkuren menggunakan t-test, dengan rumus sebagai berikut:

$$t = r \sqrt{(n-2)} / \sqrt{(1-r^2)}$$

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 6 Nomor 1 Bulan 10 Tahun 2026
ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514
http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama

Sedangkan untuk uji reliabilitas terdiri dari:

a. Menggunakan alpha cronbach, dengan rumus sebagai berikut:

$$r11 = (k) (1 - \Sigma\sigma b^2) = (k-1) \quad \sigma t^2$$

b. Spearman-brown, dengan rumus sebagai berikut:

$$r11 = 2rb / (1 + rb)$$

c. Rumus KR-20, dengan rumus sebagai berikut:

$$r11 = (k / (k-1)) \times (1 - \Sigma pq / \sigma t^2)$$

d. Rumus KR-21, dengan rumus sebagai berikut:

$$r11 = (k / (k-1)) \times (1 - (M(k-M) / (k \times \sigma t^2)))$$

e. Koefisien stabilitas, dengan rumus sebagai berikut:

$$rxx = \Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)/N \; / \sqrt{[(\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2/N)(\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2/N)]}$$

f. Koefisien kappa cohen, dengan rumus sebagai berikut:

$$\kappa = (Po - Pe) / (1 - Pe)$$

g. ICC (Intraclass correlation coefficient), dengan rumus sebagai berikut:

$$ICC = MSB - MSW / [MSB + (k-1)MSW]$$

5. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif dengan menghitung nilai *mean* (rata-rata), *median*, *modus*, menghitung standar deviasi, membuat tabel distribusi frekuensi, dan visualisasi data dalam bentuk grafik/diagram. Adapun uji prasyarat analisis terbagi menjadi uji normalitas menggunakan kolmogorov-smirnov dengan kriteria data normal jika p>0,05 dan uji linearitas menggunakan *test for linearity*. Pengujian hipotesis menggunakan rumus:

$$rxy = \frac{N\Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{[N\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2][N\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2]}}$$

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Deskriptif Data

Data dalam penelitian ini berasal dari skor Keaktifan Dalam Extrakulikuler Olahraga (X) dan Prestasi Akademik Siswa (Y). Data penelitian ini dapat ditunjukan pada **Tabel 2.**

Tabel 2. Data penelitian

No. Urut Responden	Keaktifan Ekstrakurikuler Olahraga (X)	Prestasi Akademik Siswa (Y)
1	52	67
2	45	71
3	70	71
4	77	59
5	65	46
6	63	60
7	80	74

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 6 Nomor 1 Bulan 10 Tahun 2026
ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514
http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama

No. Urut Responden	Keaktifan Ekstrakurikuler Olahraga (X)	Prestasi Akademik Siswa (Y)
8	68	48
9	80	55
10	80	60
11	66	59
12	58	70
13	63	46
14	80	56
15	64	82
16	44	64
17	55	87
18	59	74
19	79	92
20	68	81
21	61	86
22	64	57
23	64	78
24	65	70

Deskriptif data dalam penelitian ini meliputi keaktifan dalam ekstrakurikuler olahraga yang dapat dilihat pada **Tabel 3.**

Tabel 3. Deskriptif Keaktifan dalam Ekstrakurikuler Olahraga

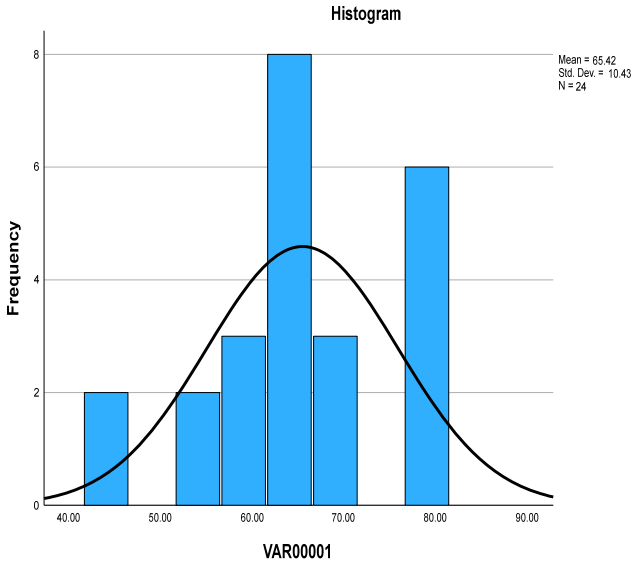
Statistika		
Ekstrakululiluler Olahraga		
N	Valid	24
	Missing	0
Mean		65.4167
Std. Error of Mean		2.12892
Median		64.5000
Mode		80.00
Std. Deviation		10.42954
Variance		108.775
Range		36.00
Minimum		44.00
Maximum		80.00
Sum		1570.00

Bahwa bedasarkan **Tabel 3,** data yang didapatkan dari 24 orang siswa, bahwa N adalah jumlah data. Terdapat 24 data yang valid dan tidak ada data yang hilang (Missing). Nilai rata-rata (*Mean*) 65.41, *Standar Error of Mean* 2.12, nilai *Median* 64.5, nilai yang sering muncul 80,

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 6 Nomor 1 Bulan 10 Tahun 2026
ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514
http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama

Standar Deviasi (simpangan baku) 10.4, Varian 108.7, *Range* 36, nilai Minimum 44 dan nilai Maximum 80.

Hasil distribusi frekuensi ekstrakurikuler olahraga dapat dilihat pada **Gambar 1**.



Gambar 1. Histogram dan polygon ekstrakurikuler olahraga

Berdasarkan **Gambar 1,** diperoleh dari 24 siswa dapat diketahui bahwa N adalah jumlah data. Data valid sebanyak 24 data, tidak ada data yang hilang (Pesantrensing) dan diperoleh jumlah skor tertinggi (Maximum)=80, skor terendah (Minimum)=44, Standar Error Of Mean sebesar 2.12, nilai Tengah (Median)=64.5, Standar Deviasi (simpangan baku)=10.4, modus sebesar 80 dan varians=108.7, memperhatikan skor rata-rata Keaktifan Berorganisasi Siswa yaitu 64.65 atau dengan 64.65 : 80 x 100%=80.8 data ini dapat ditafsirkan sebagai alat perkembangan variabel tersebut dengan kriteria sebagai berikut:

90% - 100%: sangat tinggi
80% - 89%: tinggi
70% - 79%: cukup tinggi
60% - 69%: sedang
50% - 59%: rendah
40% ke bawah: sangat rendah

Berdasarkan kriteria taraf perkembangan yang telah dilakukan oleh peneliti, maka nilai data deskirisi yang diuji normalitasnya pada MI Pesantren Darunnajah 2 Cipining pada taraf Tinggi. Adapun data prestasi akademik siswa dapat dilihat pada **Tabel 4.**

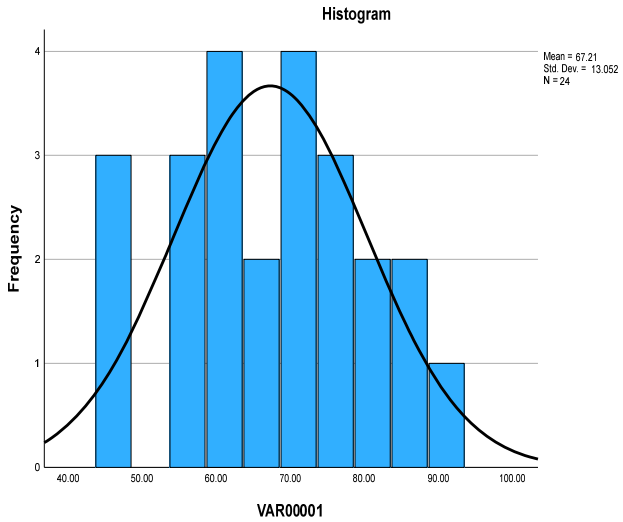
Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 6 Nomor 1 Bulan 10 Tahun 2026
ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514
http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama

Tabel 4. Deskriptif Prestasi Akademik

Statistika		
Prestasi Akademik Siswa		
N	Valid	24
	Missing	0
Mean		67.2083
Std. Error of Mean		2.66416
Median		68.5000
Mode		46.00[a]
Std. Deviation		13.05167
Variance		170.346
Range		46.00
Minimum		46.00
Maximum		92.00
Sum		1613.00

Bahwa bedasarkan **Tabel 4,** data yang didapatkan dari 24 orang siswa, bahwa N adalah jumlah data. Terdapat 24 data yang valid dan tidak ada data yang hilang (*Missing*). Nilai rata-rata (Mean) 67.2, *Standar Error of Mean* 2.6, nilai Median 68.5, nilai yang sering muncul 46, Standar Deviasi (simpangan baku) 13, Varian 170.3, Range 46, nilai Minimum 46 dan nilai Maximum 92. Data skor Keaktifan Berorganisasi Siswa.

Hasil distribusi frekuensi ekstrakurikuler olahraga dapat dilihat pada **Gambar 2**.



Gambar 2. Histogram dan polygon prestasi akademik siswa

Berdasarkan **Gambar 2,** data yang diperoleh dari 24 siswa dapat diketahui bahwa N adalah jumlah data. Data yang valid sebanyak 24 data, tidak ada data yang hilang (Pesantrensing) dan diperoleh jumlah skor tertinggi (Maximum) = 92, skor terendah (Minimum) = 46, *Standar Error of Mean* sebesar 2.6, nilai Tengah (Median) = 68.5, Standar Deviasi (simpangan baku) = 13, modus sebesar 46 dan varians = 170.3, memperhatikan skor rata-rata Keaktifan Berorganisasi Siswa yaitu 70.72 atau dengan 70.72:92 x 100% = 76.8. Berdasarkan

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 6 Nomor 1 Bulan 10 Tahun 2026
ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514
http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama

kriteria taraf perkembangan yang telah dilakukan oleh peneliti maka didapatkan hasil variabel keaktifakan berorganisasi siswa, dilihat dari nilai data deskirisi yang akan diuji normalitasnya pada MI Darunnajah 2 Cipining berada pada taraf **Cukup Tinggi.**

2. Hasil Uji Persyaratan Analisis Data

Hasil uji normalitas ekstrakurikuler olahraga dapat dilihat pada **Tabel 5.**

Tabel 5. Uji normalitas ekstrakurikuler olahraga

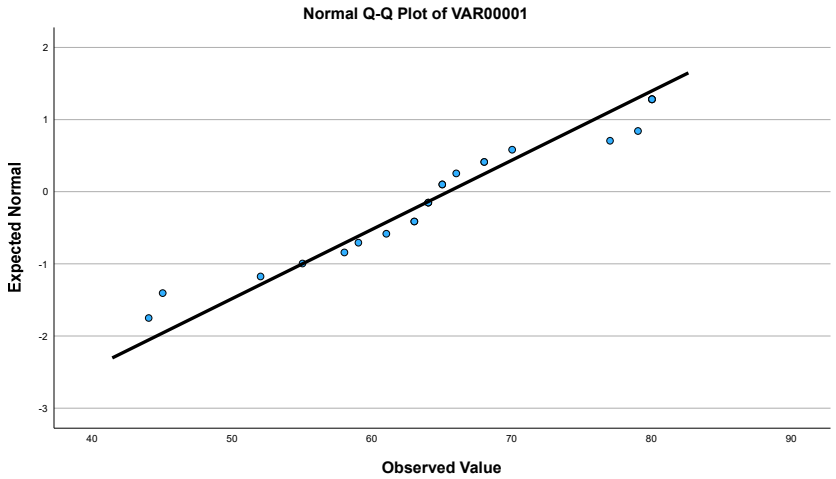
Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Ekstrakurikuler Olahraga	.117	24	.200*	.930	24	.096

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Dilihat pada **Tabel 5,** hasil perhitungan di atas pada tabel *Test of Normality* Kolomogrof-*Smirnova* diketahui nilai signifikansi sebesar 0,117. Nilai Signifikansi sebesar 0,117 > 0,05, maka distribusi data disebut normal. Pengujian normalitas dapat juga berdasarkan normal Q-Q Plot, dengan indicator bahwa data dianggap berdistribusi normal jika distribusi tersebut terdiri dari titik-titik yang berdekatan atau berimpit dengan garis lurus, sebagaimana ditampilkan pada **Gambar 3.**



Gambar 3. Q-Q Ekstrakurikuler olahraga

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 6 Nomor 1 Bulan 10 Tahun 2026
ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514
http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama

Hasil uji normalitas prestasi akademik dapat dilihat pada **Tabel 6.**

Tabel 6. Uji normalitas prestasi akademik

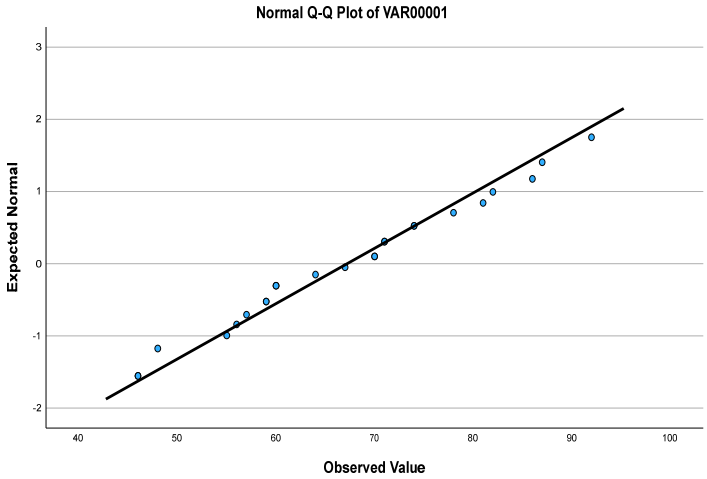
Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Prestasi Akademik	.126	24	.200*	.969	24	.635

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Dilihat dari **Tabel 6**, hasil perhitungan di atas pada tabel *Test of Normality* Kolomogrof-*Smirnova* diketahui nilai signifikansi sebesar 0,126. Nilai Signifikansi sebesar 0,126 > 0,05, maka distribusi data disebut normal. Pengujian normalitas dapat juga berdasarkan normal Q-Q Plot, dengan indicator bahwa data dianggap berdistribusi normal jika distribusi tersebut terdiri dari titik-titik yang berdekatan atau berimpit dengan garis lurus, sebagaimana ditampilkan pada **Gambar 4**.



Gambar 4. Q-Q Plot prestasi akademik siswa

Selanjutnya, uji linieritas pada persamaan regresi linear dapat dilihat **Tabel 7.**

Tabel 7. Coefficient regresi sederhana

Coefficients[a]

Model		Unstandardized Coefficients B	Unstandardized Coefficients Std. Error	Standardized Coefficients Beta	t
1	(Constant)	77.983	17.511		4.453
	Ekstrakurikuler Olahraga	-.165	.264	-.132	-.623

Berdasarkan **Tabel 7,** hasil uji coefficient saya menunjukan nilai constant 77.983 dan beta -.165. Terdapat hubungan negatif yang lemah antara kedua variabel, Variabel independen memiliki pengaruh yang kecil namun konsisten terhadap variabel dependen, Model menunjukkan bahwa ketika faktor X meningkat, hasil Y cenderung menurun secara perlahan.

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 6 Nomor 1 Bulan 10 Tahun 2026
ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514
http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama

Nilai konstanta menunjukkan nilai prediksi variabel dependen (Y) ketika variabel independen (X) bernilai 0. Ketika variabel X = 0, maka nilai prediksi Y adalah 77.983. Tanda negatif (-) menunjukkan hubungan negatif/terbalik antara variabel X dan Y, artinya setiap kenaikan 1 unit pada variabel X akan menyebabkan penurunan sebesar 0,165 unit pada variabel Y.

Selanjutnya, uji linieritas dan signifikan X dan Y dapat dilihat pada **Tabel 8.**

Tabel 8. Uji linier dan signifikan X dan Y

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prestasi Akademik* Ekstrakurikuler Olahraga	Between Groups	(Combined)	2396.042	15	159.736	.840	.634
		Linearity	67.875	1	67.875	.357	.567
		Deviation from Linearity	2328.166	14	166.298	.874	.606
	Within Groups		1521.917	8	190.240		
	Total		3917.958	23			

Berdasarkan **Tabel 8,** hasil uji linearitas persamaan garis regresi menghasilkan garis Deviation, yaitu Fhitung (Tc) = 6,304, dengan p-value = 6,006 > 0,05, yang menunjukkan bahwa H0 diterima dan persamaan regresi Y terhadap X adalah linear atau berupa garis linear, dapat disimpulkan bahwa data berpola linear.

Hasil uji regresi sederhana dapat dilihat pada **Tabel 9.**

Tabel 9. Regresi sederhana

ANOVA[a]

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	67.875	1	67.875	.388	.540[b]
	Residual	3850.083	22	175.004		
	Total	3917.958	23			

a. Dependent Variable: Prestasi Akademik
b. Predictors: (Constant), Ekstrakurikuler Olahraga

Berdasarkan **Tabel 9**, diperoleh Fhitung = 0.388 dengan tingkat signifikansi sebesar 0.540 < 0.05 maka model regresi dapat memprediksi Variabel partisipasi atau dengan kata lain tidak ada pengaruh Variabel Ekstrakurikuler Olahraga (X) terhadap Variabel Prestasi Akademik (Y).

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 6 Nomor 1 Bulan 10 Tahun 2026
ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514
http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama

Hasil *coefficients correlations* dapat dilihat pada **Tabel 10.**

Tabel 10. Coeffients correlations

Correlations			
		Ekstrakurikuler Olahraga	Prestasi Akademik
Ekstrakurikuler Olahraga	Pearson Correlation	1	-.132
	Sig. (2-tailed)		.540
	N	24	24
Prestasi Akademik	Pearson Correlation	-.132	1
	Sig. (2-tailed)	.540	
	N	24	24

Hasil correlation variabel X dengan nilai diperoleh 0,540 antara variabel Ekstrakurikuler Olahraga dan variabel Prestasi akademik siswa. Nilai signifikansi dapat digunakan untuk menunjukkan pernyataan bahwa ada atau tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel X dan Y.

Berdasarkan **Tabel 10,** dapat diperoleh variabel Ekstrakurikuler Olahraga dan Prestasi akademik siswa nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,540 selanjutnya dibandingkan dengan probobilitas 0,05 ternyata nilai sig. $Fchange$ 0,540 > 0,05. Maka H0 diterima dan H1 ditolak yang artinya tidak ada korelasi yang signifikan. Terbukti bahwa ekstrakurikuler olahraga tidak mempunyai hubungan secara signifikan terhadap prestasi akademik siswa di kelas IV MI Darunnajah 2 Cipining Bogor.

Hasil uji koefisiensi determinasi dapat dilihat pada **Tabel 11.**

Tabel 11. Koefisiensi determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.132[a]	.017	-.027	13.229
a. Predictors: (Constant), Ekstrakurikuler Olahraga				

Uji koefisien determinasi merupakan tahap akhir yang dilakukan. Pengujian ini bertujuan untuk mengetahui besaran variabel X terhadap variabel Y. Hasil determinasi dari tabel model summary pada bagian ini ditampilkan nilai R = 0,132 dan koefisien determinasi (R$square$) sebesar 0,017. Nilai ini berasal dari pengkuadratan nilai koefisien korelasi determinasi. Besarnya angka koefisien determinasi adalah R^2 X 100% = 1.8%. Hal ini menunjukkan pengertian bahwa Prestasi belajar siswa (Y) dipengaruhi oleh Ekstrakurikuler Olahraga sebesar 1.8%. Sedangkan sisanya (100% - 1.8% = 98.2%) dipengaruhi oleh faktor lainnya.

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 6 Nomor 1 Bulan 10 Tahun 2026
ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514
http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama

3. Pengujian Hipotesis

Penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu ekstrakurikuler olahraga (X) dan prestasi akademik siswa (Y). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan teknik analisis data menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana.

Data yang didapatkan berdasarkan hasil dari penyebaran kuesioner menggunakan kertas kepada 24 responden yang merupakan siswa kelas IV di MI Darunnajah 2 Cipining Bodor. Responden didapatkan dengan menggunakan teknik simple random sampling, dipilih secara acak melalui SPSS.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas ekstrakurikuler olahraga dengan prestasi akademik siswa MI Darunnajah 2 Cipining. Berdasarkan hasil uji coefficient saya menunjukkan nilai constant 77.983 dan beta -.165. Terdapat hubungan negatif yang lemah antara kedua variabel, Variabel independen memiliki memiliki hubungan signifikan pengaruh yang kecil namun konsisten terhadap variabel dependen, Model menunjukkan bahwa ketika faktor X meningkat, hasil Y cenderung menurun secara perlahan

Tujuan penelitian selanjutnya adalah apa saja tingkat partisipasi siswa MI Darunnajah 2 Cipining dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Berdasarkan kriteria taraf perkembangan yang telah dilakukan oleh peneliti pada deskriptif data dalam penelitian ini maka didapatkan hasil variabel keaktifan olahraga siswa, dilihat dari nilai data deskripsi yang akan diuji normalitasnya pada MI Pesantren Darunnajah 2 Cipining pada taraf Tinggi dan hasil Variabel prestasi akademik siswa pada taraf Cukup Tinggi.

Selanjutnya, yang menjadi tujuan penelitian adalah apa dampak prestasi akademik siswa MI Darunnajah 2 Cipining yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Penelitian di atas menemukan, kegiatan ekstrakurikuler olahraga di MI Darunnajah 2 Cipining di lihat dari segi pengamatan dan data statistik bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga terhadap prestasi akademik siswa yaitu 0,165. Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara variable X dan Y, berdasarkan tabel koefisien dengan nilai constant 77.983 dan beta -.165. Terdapat hubungan negatif yang lemah antara kedua variabel, Variabel independen memiliki pengaruh yang kecil namun konsisten terhadap variabel dependen, Model menunjukkan bahwa ketika faktor X meningkat, hasil Y cenderung menurun secara perlahan sebesar 0.1/0.

Hal ini ditunjukkan oleh hasil koefisien dengan nilai konstanta menunjukkan nilai prediksi variabel dependen (Y) ketika variabel independen (X) bernilai 0. Ketika variabel X = 0, maka nilai prediksi Y adalah 77.983. Tanda negatif (-) menunjukkan hubungan negatif/terbalik antara variabel X dan Y, artinya setiap kenaikan 1 unit pada variabel X akan menyebabkan penurunan sebesar 0.165 unit pada variabel Y.

KESIMPULAN

Dilihat dari hasil perhitungan di atas pada tabel Test Of Normality Kolomogrof-*Smirnova* diketahui nilai signifikansi sebesar 0,126. Nilai Signifikansi sebesar 0,126 > 0,05, maka distribusi data disebut normal. Berdasarkan hasil uji coefficient saya menunjukkan nilai constant 77.983 dan beta -.165. Terdapat hubungan negatif yang lemah antara kedua variabel, Variabel independen memiliki pengaruh yang kecil namun konsisten terhadap variabel dependen, Model menunjukkan bahwa ketika faktor X meningkat, hasil Y cenderung menurun secara perlahan

Nilai konstanta menunjukkan nilai prediksi variabel dependen (Y) ketika variabel independen (X) bernilai 0. Ketika variabel X = 0, maka nilai prediksi Y adalah 77.983. Tanda negatif (-) menunjukkan hubungan negatif/terbalik antara variabel X dan Y, artinya setiap kenaikan 1 unit pada variabel X akan menyebabkan Penelitian di atas menemukan, kegiatan

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 6 Nomor 1 Bulan 10 Tahun 2026
ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514
http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama

ekstrakurikuler olahraga di MI Darunnajah 2 Cipining di lihat dari segi pengamatan dan data statistik bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga terhadap prestasi akademik siswa yaitu 0,165. Artinya terdapat pengaruh antara variable X dan Y, berdasarkan tabel koefisien dengan nilai constant 77.983 dan beta -.165. Terdapat hubungan negatif yang lemah antara kedua variabel, Variabel independen memiliki pengaruh yang kecil namun konsisten terhadap variabel dependen, Model menunjukkan bahwa ketika faktor X meningkat, hasil Y cenderung menurun secara perlahan sebesar 0.1/0.

Hal ini ditunjukkan oleh hasil koefisien dengan nilai konstanta menunjukkan nilai prediksi variabel dependen (Y) ketika variabel independen (X) bernilai 0. Ketika variabel X = 0, maka nilai prediksi Y adalah 77.983. Tanda negatif (-) menunjukkan hubungan negatif/terbalik antara variabel X dan Y, artinya setiap kenaikan 1 unit pada variabel X akan menyebabkan penurunan sebesar 0,165 unit pada variabel Y.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta, 2013.

Depdiknas. Panduan Pengembangan Diri. Jakarta: Depdiknas, 2016.

Djamarah, Syaiful Bahri. Psikologi Belajar. Jakarta: Rineka Cipta, 2011.

Hamalik, Oemar. Proses Belajar Mengajar. Jakarta: Bumi Aksara, 2015.

Kompri. Manajemen Pendidikan: Komponen-komponen Elementer Kemajuan Sekolah. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2015.

Mulyono, M.A. Manajemen Administrasi & Organisasi Pendidikan. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014.

Permendikbud RI No. 62 Tahun 2014 tentang Kegiatan Ekstrakurikuler pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah.

Slameto. Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.

Sudijono, Anas. Pengantar Statistik Pendidikan. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2012.

Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta, 2017.

Suryosubroto, B. Proses Belajar Mengajar di Sekolah. Jakarta: Rineka Cipta, 2013.

Syah, Muhibbin. Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2014.

Tu'u, Tulus. Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Siswa. Jakarta: Grasindo, 2012.

Wibowo, Yuyun Ari dan Fitria Dwi Andriyani. Pengembangan Ekstrakurikuler Olahraga Sekolah. Yogyakarta: UNY Press, 2015.