

**PENGARUH EKSTRAKURIKULER PANAHAN TERHADAP
KONSENTRASI BELAJAR SISWA DI MTs BAITURRAHMAN
TELUK KUANTAN KECAMATAN KUANTAN TENGAH
KABUPATEN KUANTAN SINGINGI**

Diki Yuwanda, Bustanur, Sopiatur Nahwiyah

Universitas Islam Kuantan Singingi

Email: dikiyuwanda31@gmail.com

Abstrak:

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh konsentrasi belajar siswa yang masih kurang pada saat proses pembelajaran. Dilingkungan MTs Baiturrahman Teluk Kuantan telah dilaksanakan ekstrakurikuler panahan yang salah satu tujuan di adakan ekstrakurikuler panahan tersebut untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa di MTs Baiturrahman. Berdasarkan latar belakang dan fenomena di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah pengaruh ekstrakurikuler panahan terhadap konsentrasi belajar siswa di MTs Baiturrahman Teluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi. Penelitian ini adalah jenis penelitian metode kuantitatif, yang dilaksanakan di MTs Baiturrahman Teluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi. Teknik pengumpulan data yang di gunakan adalah *kuesioner* (angket), *interview* (wawancara) dan dokumentasi. Analisis data menggunakan rumus statistik berupa analisis regresi linier sederhana yang di olah menggunakan *software* SPSS Version 25. Berdasarkan nilai Signifikansi (Sig.) dari tabel *Coefficients* diperoleh nilai Signifikansi (Sig.) sebesar 0,000 lebih kecil < dari probabilitas 0,05, artinya hipotesis diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel Ekstrakurikuler Panahan (X) berpengaruh terhadap variabel Konsentrasi Belajar (Y). Jadi ekstrakurikuler panahan berpengaruh terhadap konsentrasi belajar siswa di MTs Baiturrahman Teluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi.

Kata Kunci: *Ekstrakurikuler Panahan, Konsentrasi Belajar.*

Abstract:

This research is motivated by the concentration of student learning that is still lacking during the learning process. In the MTs Baiturrahman area in Teluk Kuantan archery extracurricular activities have been carried out. Based on the background and phenomena above, this study aims to determine whether there is an effect of archery extracurricular on the concentration of student learning in MTs Baiturrahman Teluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi. This research is a quantitative method research, which was carried out at MTs Baiturrahman Teluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi. Data collection techniques used were questionnaire, interview and documentation. Data analysis used a statistical formula in the form of a simple linear regression analysis processed using SPSS Version 25 software. Based on the Significance value (Sig.) From the Coefficients table, the Significance value (Sig.) Obtained is 0,000 less than the probability of 0.05, meaning that the hypothesis is accepted. So it can be concluded that the Archery Extracurricular variable (X) influences the Learning Concentration variable (Y). So archery extracurricular influences the concentration of student learning in MTs Baiturrahman Teluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi.

Keywords: *Archery Extracurricular, Learning Concentration.*

Pendahuluan

Di lingkungan sekolah untuk melaksanakan dan menanamkan suatu pendidikan karakter salah satunya melalui kegiatan ekstrakurikuler.¹ Ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan oleh siswa di sekolah, di luar jam belajar yang ada pada kurikulum standar, kegiatan-kegiatan ini ada dalam setiap jenjang pendidikan sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler di tujukan agar siswa dapat mengembangkan kepribadian, bakat dan kemampuannya di berbagai bidang di luar bidang akedemik.²

Salah satu dari kegiatan ekstrakurikuler adalah olahraga. Pendidikan jasmani atau olahraga merupakan media untuk menanamkan nilai-nilai pendidikan karakter. Olahraga memanah merupakan salahsatu olahraga yang disunnahkan oleh Rasulullah *Shallallahu'alaihi wa sallam*. Memanah juga menjadi syi'ar menghidupkan sunnah, sebuah hadits menerangkan "Memanah dan berkudalah, dan kalian memanah lebih aku sukai daripada berkuda." (HR. Ahmad, Tirmidi, dan Ibnu Majah). Hadits ini dishahihkan oleh Syaikh Al-Albani. Ada tiga unsur yang dibangun dalam memanah yaitu: Pertama, unsur fisik meliputi keterampilan, melatih keseimbangan, merelaksasi tubuh, melatih kebugaran, dan olahraga ini dapat dimainkan oleh berbagai kalangan. Kedua, unsur mental meliputi percaya diri, fokus, memiliki target, disiplin, dan berlomba dalam kebaikan.

¹Aulia Rohmah dan Asep Dudi Suhardini, *Pendidikan Nilai Karakter dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Memanah (Studi Kasus di SMA Daarut Tauhiid Boarding School)*, dalam Prosiding Pendidikan Agama Islam, Volume 4, No. 2, Tahun 2018, hal. 293.

²Ridho Purnomo Hadi, *Minat Siswa Terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler Panahan di SMPIT Al Mumtaz Pontianak*, dalam Artikel Penelitian, (Pontianak: Program studi Pendidikan Jasmani Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjung Pura, 2018), hal. 3.

Ketiga, unsur spiritual meliputi kesabaran, dzikir dan bernilai ibadah.³

Panahan atau memanah adalah suatu kegiatan menggunakan busur panah untuk menembakkan anak panah. Dilihat dari karakteristiknya olahraga panahan adalah melepaskan panah melaluilintasan tertentu menuju sasaran pada jarak tertentu.⁴

Defrizal Siregar, pelatih panahan dan presiden Indonesia archery schools program (INASP), mengatakan bahwa ada empat karakter yang bisa dilatih melalui aktivitas panahan (*character building*). Pertama, *calm* "tenang", kedua, *focus* "fokus", ketiga, *brave* "berani", keempat, *win* "menang".⁵

Memanah akan meningkatkan kualitas fokus anak terhadap sesuatu. Sikap tersebut di raih saat seorang pemanah bisa tenang dalam aktivitas panahan yang di lakukannya. Fokus didapatkan dengan cara membiasakan diri berkonsentrasi, sesuai tahapan teknik yang di jalankan. Jika kita terbiasa fokus dan konsentrasi, akan berdampak pada keseharian kita, seperti saat mengambil keputusan saat bekerja, atau bagi yang sekolah atau kuliah, akan bisa fokus dan konsentrasi saat sedang belajar atau sedang ujian.⁶ Di MTs Baiturrahman terdapat ekstrakurikuler panahan yang salah satu tujuannya untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa.⁷

³Aulia Rohmah dan Asep Dudi Suhardini, *Pendidikan Nilai Karakter dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Memanah (Studi Kasus di SMA Daarut Tauhiid Boarding School)*, dalam Prosiding Pendidikan Agama Islam... hal. 293.

⁴Ridho Purnomo Hadi, *Minat Siswa Terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler Panahan di SMPIT Al Mumtaz Pontianak*, dalam Artikel Penelitian... hal. 3.

⁵Defrizal Siregar dan Yessy Yanita Sari, *Membidik karakter hebat calm brave focus win*, (Jakarta: Gema Insani, 2017), hal. 77.

⁶*Ibid.*, hal. 116-117.

⁷Wawancara dengan Pembimbing Ekstrakurikuler Panahan Bapak Robby Chrisdanta

Setelah peneliti mengamati dan melakukan wawancara, siswa di MTs Baiturrahman konsentrasi belajarnya masih dikatakan kurang, ditandai dengan gejala-gejala berikut:

1. Ketika guru menjelaskan materi pelajaran ada siswa yang tidak memperhatikan, bercerita dan meribut dengan temannya.
2. Siswa ada yang tidak mengerjakan tugas yang di berikan oleh guru.
3. Siswa kurang konsentrasi, karena ada siswa yang keluar masuk kelas saat jam pembelajaran berlangsung.
4. Siswa kurang konsentrasi pada saat jam-jam akhir pembelajaran sebelum pulang.⁸

Dengan melihat gejala-gejala di atas, penulis merasa tertarik mengkaji lebih mendalam permasalahan tersebut yang dituangkan dalam sebuah judul skripsi yaitu:

“Pengaruh Ekstrakurikuler Panahan Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa di MTs Baiturrahman Teluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi”.

Metodologi Penelitian

Jenis penelitian yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Metode ini disebut metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik.⁹ Sampel pada penelitian ini diambil seluruh populasi, dalam penelitian ini seluruh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler panahan yang berjumlah 13 orang yang terdiri dari 4 laki-laki dan 9 perempuan.

di MTs Baiturrahman Teluk Kuantan, Sabtu 23 Mei 2019, pukul 11:00 WIB.

⁸Mengamati siswa di MTs Baiturrahman Teluk Kuantan, Jum'at 24 Januari 2020, pukul 10.30 WIB.

⁹Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D dan Penelitian Pendidikan)*, (Bandung: Alfabeta, 2019), hal. 23.

Teknik pengumpulan data primer pada penelitian ini adalah angket untuk ekstrakurikuler panahan dan konsentrasi belajar siswa. Sedangkan pengumpulan data sekunder menggunakan wawancara dan dokumentasi.

Teknik analisis data dengan menggunakan rumus statistik berupa analisis regresi linier sederhana, dengan rumus:

$$Y = a + bX$$

Dimana:

Y=Variabel Terikat (Konsentrasi Belajar)

X=Variabel Bebas (Ekstrakurikuler Panahan)

a=Konstanta Regresi

b=Koefisien Regresi, yang menunjukkan angka peningkatan ataupun penurunan variabel dependen yang didasarkan pada variabel independen. Bila b (+) maka naik, dan bila (-) maka terjadi penurunan.

Untuk pengambilan keputusan hipotesis penelitian, dilakukan uji hipotesis penelitian dengan melihat nilai Signifikansi (Sig.), dengan prosedur sebagai berikut:

- a. Jika nilai Sig. < 0,05 maka hipotesis diterima.

Artinya ekstrakurikuler panahan berpengaruh terhadap konsentrasi belajar siswa di MTs Baiturrahman Teluk Kuantan.

- b. Jika nilai Sig. > 0,05 maka hipotesis ditolak.

Artinya ekstrakurikuler panahan tidak berpengaruh terhadap konsentrasi belajar siswa di MTs Baiturrahman Teluk Kuantan.¹⁰

Ekstrakurikuler Panahan

Menurut Direktorat Pendidikan Menengah Kejuruan, bahwa definisi kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan diluar jam pelajaran tatap

¹⁰Sugiyono, *Metode Penelitian Administrasi*, (Bandung : Alfabeta, 2007), hal. 237-238.

muka, dilaksanakan di sekolah atau di luar sekolah agar lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dipelajari dari berbagai mata pelajaran dalam kurikulum.¹¹ Panahan atau memanah adalah suatu kegiatan menggunakan busur panah untuk menembakkan anak panah. Dilihat dari karakteristiknya olahraga panahan adalah melepaskan panah melalui lintasan tertentu menuju sasaran pada jarak tertentu.¹² Jadi ekstrakurikuler panahan yaitu kegiatan panahan yang dilakukan di luar jam pelajaran tatap muka yang menggunakan busur panah dan melepaskan anak panah ke papan target melalui lintasan dan jarak tertentu.

Memanah banyak faktor di dalamnya dimana ada faktor internal dan eksternal. Faktor eksternal antara lain seperti cuaca, suhu udara dan angin, hal ini biasa terjadi pada tempat terbuka atau lebih tepatnya panahan yang dilakukan di luar ruangan. Sedangkan, faktor internal antara lain kondisi fisik dan mental atlet itu sendiri.¹³

Pemanah harus menguasai teknik dasar memanah sesuai dengan bentuk anatomi dan fisiologi tubuh. Teknik dasar memanah sebenarnya tidak terbatas, menurut (*Intruction Manual-NAA*) dan diperjelas oleh Wilson ketika penataran pelatihan pelatih dasar panahan terdapat

¹¹Sudiran dkk, *Kegiatan Ekstrakurikuler Pendidikan Agama Islam di SMK Penerbangan Techno Terapan Makassar*, dalam Jurnal Diskursus Islam Volume 03 Nomor 3, Desember 2015, hal. 447.

¹²Ridho Purnomo Hadi, *Minat Siswa Terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler Panahan di SMPIT Al Mumtaz Pontianak*, dalam Artikel Penelitian... hal. 3.

¹³Muhammad Rizal, *Kontribusi Kekuatan Otot Bahu, Kekuatan Otot Lengan, Kekuatan Otot Perut, Konsentrasi, dan Konsentrasi Terhadap Ketepatan Tembakan Pemanah Jarak 50 meter pada Ronde Recurve*, Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya, hal. 2.

Sembilan langkah yang populer dilakukan yaitu; (1) *Stance* (cara berdiri), (2) *Nocking* (memasang panah pada *nocking point*), (3) *Extend* (merentang tangan busur), (4) *Drawing* (menarik tali), (5) *Anchoring* (menjangkar), (6) *Tinten/Hold* (mengetatkan dan menahan), (7) *Aiming* (membidik), (8) *Release* (melepas tali busur), dan (9) *After Hold* (posisi akhir).¹⁴

Konsentrasi Belajar

Konsentrasi belajar itu maksudnya adalah pemusatan daya pikiran dan perbuatan pada suatu objek yang dipelajari dengan menghalau atau menyisihkan segala hal yang tidak ada hubungannya dengan objek yang dipelajari. Suatu proses pemusatan daya pikiran dan perbuatan tersebut maksudnya adalah aktivitas berpikir dan tindakan untuk memberi tanggapan-tanggapan yang lebih intensif terhadap fokus atau objek tertentu. Fokus atau objek tertentu itu, tentunya telah melalui tahapan penyeleksian kualitas yang direncanakan. Prosedur tahapan penyeleksian akan kualitas objek yang direncanakan tak lain adalah pengembangan minat, motivasi, dan perhatian pada objek belajar.¹⁵

Indikator konsentrasi belajar siswa yakni dapat diamati dari beberapa tingkah lakunya saat proses belajar mengajar berlangsung, antara lain:

1. Memperhatikan secara aktif setiap materi yang disampaikan guru dengan cara mencatat hal-hal yang perlu, menyimak dengan seksama, dan bertanya saat ada yang tidak dipahami.
2. Dapat merespon dan memahami setiap materi pelajaran yang diberikan seperti

¹⁴Maimun Nusufi, *Kontribusi Daya Tahan Otot Lengan dan Panjang Lengan Dengan Ketepatan Memanah Pada Atlet Panahan Pengprov Perpani Aceh Tahun 2015*, dalam Jurnal Ilmu Keolahragaan Vol. 15 (1), Januari-Juni 2016, hal. 14.

¹⁵Hendra Surya, *Strategi Jitu Mencapai Kesuksesan Belajar*, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2011), hal. 111.

- menerapkan pembelajaran yang disampaikan.
3. Selalu bersikap aktif dengan bertanya dan memberikan argumentasi mengenai materi pelajaran yang disampaikan oleh guru.
 4. Menjawab dengan baik dan benar setiap pertanyaan yang diberikan guru.
 5. Kondisi kelas tenang dan tidak gaduh saat menerima materi pelajaran, tidak mudah terganggu oleh rangsangan dari luar dan minat belajar siswa.¹⁶

Hasil Uji Hipotesis Penelitian

Analisis regresi dalam penelitian ini digunakan untuk menguji pengaruh ekstrakurikuler panahan terhadap konsentrasi belajar siswa. Adapun data ekstrakurikuler panahan (Variabel X) terhadap konsentrasi belajar (Variabel Y) dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1.

Data Ekstrakurikuler Panahan Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa di MTs Baiturrahman Teluk Kuantan

NO	Variabel X	Variabel Y
1	50	41
2	48	39
3	59	53
4	52	49
5	60	55
6	44	40
7	36	30
8	50	48
9	45	40
10	46	40
11	51	46
12	49	42

¹⁶Sri Setyaningsih, *Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa Ditinjau dari Strategi Pra Pembelajaran Pada Siswa Kelas V SDIT Al Anis Kartasura Kabupaten Sukaharjo Tahun Pelajaran 2018/2019*, Skripsi, (Surakarta:Fakultas Ilmu Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah), hal. 65.

13	47	37
Jumlah	637	560

Sumber: Jumlah skor angket ekstrakurikuler panahan dan konsentrasi belajar

Penyelesaian model regresi linier sederhana dilakukan dengan bantuan software SPSS Version 25 dan perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran. Adapun hasilnya adalah sebagai berikut:

Tabel 4.43

Hasil Analisis Ekstrakurikuler Panahan Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa di MTs Baiturrahman Teluk Kuantan

Sumber: Data Olahan Output SPSS Coefficients

Pada tabel *Coefficients*, pada kolom B pada Constant (a) adalah -8, 054.

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-8,054	5,640		-1,428	,181
	Ekstrakurikuler Panahan	1,043	,114	,940	9,133	,000

a. Dependent Variable: Konsentrasi Belajar

Sedangkan nilai ekstrakurikuler panahan (b) 1,043 sehingga persamaan regresinya dapat ditulis sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

$$Y = -8,054 + 1,043X$$

Koefisien regresi sebesar 1,043 menyatakan bahwa setiap positif (tanda+) satu satuan maka akan terjadi kenaikan konsentrasi belajar 1,043. Namun sebaliknya, jika ekstrakurikuler panahan naik satu satuan maka konsentrasi belajar naik satu satuan. Jadi (tanda-) menyatakan arah hubungan yang searah, dimana kenaikan atau penurunan variabel independen (X) akan mengakibatkan kenaikan atau penurunan variabel dependen (Y).

Berdasarkan nilai Signifikansi (Sig.) dari tabel *Coefficients* diperoleh nilai Signifikansi (Sig.) sebesar 0,000 lebih kecil < dari probabilitas 0,05, artinya hipotesis diterima.

Kesimpulan

Berdasarkan nilai Signifikansi (Sig.) dari tabel *Coefficients* diperoleh nilai Signifikansi (Sig.) sebesar 0,000 lebih kecil < dari probabilitas 0,05, artinya hipotesis diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel Ekstrakurikuler Panahan (X) berpengaruh terhadap variabel Konsentrasi Belajar (Y). Jadi ekstrakurikuler panahan berpengaruh terhadap konsentrasi belajar siswa di MTs Baiturrahman Teluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi.

Daftar Kepustakaan

Hadi Ridho Purnomo. 2018. *Minat Siswa Terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler Panahan di SMPIT Al Mumtaz Pontianak*. Artikel Penelitian. Pontianak: Program studi Pendidikan Jasmani Jurusan Ilmu Keolahragaan. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjung Pura.

Nusufi Maimun. 2016. *Kontribusi Daya Tahan Otot Lengan dan Panjang Lengan Dengan Ketepatan Memanah Pada Atlet Panahan Pengprov Perpani Aceh Tahun 2015*. Jurnal Ilmu Keolahragaan Vol. 15 (1).

Rizal Muhammad. *Kontribusi Kekuatan Otot Bahu, Kekuatan Otot Lengan, Kekuatan Otot Perut, Konsentrasi, dan Konsentrasi Terhadap Ketepatan Tembakan Pemanah*

Jarak 50 meter pada Ronde Recurve. Pendidikan Kepelatihan Olahraga. Fakultas Ilmu Olahraga. Universitas Negeri Surabaya.

Rohmah Aulia dan Suhardini Asep Dudi. 2018. *Pendidikan Nilai Karakter dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Memanah (Studi Kasus di SMA Daarut Tauhiid Boarding School)*. Prosiding Pendidikan Agama Islam. Volume 4. No. 2.

Setiyaningsih Sri. 2019. *Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa Ditinjau dari Strategi Pra Pembelajaran Pada Siswa Kelas V SDIT Al Anis Kartasura Kabupaten Sukaharjo Tahun Pelajaran 2018/2019*. Skripsi. Surakarta: Fakultas Ilmu Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah.

Siregar Defrizal dan Sari Yessy Yanita. 2017. *Membidik karakter hebat calm brave focus win*. Jakarta: Gema Insani.

Sudiran, Ondeng Syarifuddin dan Naro Wahyuddin. 2015. *Kegiatan Ekstrakurikuler Pendidikan Agama Islam di SMK Penerbangan Techno Terapan Makassar*. Jurnal Diskursus Islam Volume 03 Nomor 3.

Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung : Alfabeta.

Sugiyono. 2019. *Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D dan Penelitian Pendidikan)*. Bandung: Alfabeta.

Surya Hendra. 2011. *Strategi Jitu Mencapai Kesuksesan Belajar*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.