



## Motivasi Remaja Perempuan Mengikuti Beladiri Taekwondo Di Dojang King Dragon Club Kota Duri

Yuda Fadilah, Muhammad Ihsan

Universitas Riau

### Abstract

Received: 05 September 2025  
Revised: 17 September 2025  
Accepted: 28 September 2025

*Bela diri taekwondo adalah olahraga keras yang membutuhkan fisik kuat dan kemampuan berpikir serta bergerak cepat. Laki-laki sering dianggap lebih cocok karena lebih kuat, rasional, dan perkasa, sedangkan perempuan dianggap lemah lembut, feminin, dan emosional, sehingga dipandang kurang mampu dalam bela diri. Pandangan ini mencerminkan stereotip bahwa perempuan lemah dan kurang mahir dibanding laki-laki. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi motivasi serta tantangan remaja perempuan mengikuti beladiri taekwondo di Dojang King Dragon Kota Duri menggunakan perspektif teori pilihan rasional oleh James S. Coleman. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Subjek penelitian sebanyak enam informan yang terdiri dari tiga remaja Perempuan dan tiga orangtua sebagai informan pendukung. Hasil penelitian menunjukkan motivasi remaja Perempuan mengikuti beladiri taekwondo adalah mengikuti jejak kakaknya, untuk menjaga diri, menambah aktivitas sehari-hari dan mendapatkan prestasi dibidang non akademik. Tantangan remaja Perempuan dalam mengikuti taekwondo adalah kekhawatiran akan cedera, pembagian waktu kurang efektif antara latihan dan istirahat, serta adanya rasa takut sebelum bertanding.*

**Keywords:** Motivasi, Perempuan, Beladiri, Taekwondo

(\*) Corresponding Author: [yuda.fadilah2657@student.unri.ac.id](mailto:yuda.fadilah2657@student.unri.ac.id), [mihsanhrp@lecturer.unri.ac.id](mailto:mihsanhrp@lecturer.unri.ac.id)

**How to Cite:** Fadilah, Y., & Ihsan, M. (2025). Motivasi Remaja Perempuan Mengikuti Beladiri Taekwondo Di Dojang King Dragon Club Kota Duri. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 11(10.C), 237-248. Retrieved from <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/13045>

## PENDAHULUAN

### Latar Belakang Masalah

Di era saat ini, olahraga telah mengalami banyak perkembangan dan berhasil menarik perhatian banyak orang yang ingin menjalani gaya hidup sehat dan bugar. Salah satu cabang olahraga bela diri yang populer adalah Tae Kwon Do, selain itu juga ada Karate, Kung Fu, Judo, Pencak Silat, Muay Thai, dan lainnya. Namun, Tae Kwon Do memiliki banyak peminat dan semakin dikenal luas dengan banyaknya tempat pelatihan atau dojang yang tersedia. Kita juga dapat melihat banyak atlet yang berlatih dari usia dini hingga dewasa. Hal ini menyebabkan sering digelarnya berbagai kompetisi bergengsi, mulai dari tingkat kota, provinsi, nasional, hingga internasional. Olahraga bela diri Tae Kwon Do merupakan cabang olahraga prestasi yang dipertandingkan di berbagai tingkat, baik regional maupun internasional.

Bela diri taekwondo adalah olahraga yang keras dan membutuhkan fisik yang kuat. Atlet taekwondo dituntut untuk berfikir dan bergerak dengan cepat. Dalam hal ini menjadikan alasan bahwa laki laki dianggap memiliki fisik yang kuat, rasional dan perkasa, berbeda dengan Perempuan yang memiliki sifat lemah lembut, feminin

dan emosional dan lebih memandang bahwa Perempuan tidak bisa melakukan apa apa. Ada yang beranggapan bahwa perempuan dianggap tidak sekuat dan semahir laki laki, hal ini menunjukkan pandangan seseorang terhadap Perempuan adalah lemah (Fakih, 2016).

Saat ini banyak Perempuan yang mengikuti bela diri, namun bukan berarti masyarakat dapat menerima dengan mudah kehadiran Perempuan yang masuk ke dalam ranah yang dianggap maskulin. Sebagian Perempuan mengalami ketidakadilan berupa pelabelan atau stereotip mengenai gender dari lingkungan mereka. Stereotip yang diarahkan kepada mereka tak terlepas dari kegiatan yang mereka ikuti dalam dunia bela diri. Dalam beberapa tahun terakhir, perhatian terhadap isu-isu gender dan keamanan Perempuan telah meningkat, seiring dengan meningkatnya kesadaran masyarakat akan kekerasan dan diskriminasi yang dialami oleh Perempuan. Di beberapa negara, khususnya Indonesia, Perempuan sering kali menjadi korban kekerasan seperti bullying, pelecehan dan pemerkosaan, pembegalan dan bentuk penindasan lainnya, yang berdampak pada kesehatan mental dan fisik mereka. Maka perlunya antisipasi dari diri sendiri dan tindak tegas dari pemerintah untuk meminimalisir terkait adanya kekerasan terhadap perempuan.

Salah satu solusi dalam menyikapi permasalahan tersebut adalah dengan cara mengajarkan anak perempuan kemampuan untuk membela diri dan melindungi diri. Hal ini tentunya sangat berguna mengingat bela diri merupakan olahraga fisik yang akan menguatkan tubuh, meskipun ada kemungkinan cedera namun hal ini akan di barengi dengan pengetahuan cara menjaga diri dan membela diri. Salah satu olahraga yang memberikan pengetahuan tersebut adalah taekwondo. Taekwondo adalah olahraga modern yang berakar dari tradisional Korea, yang terdiri dari kata Tae yang berarti kaki, Kwon yang berarti tangan, serta Do yang berarti Seni atau cara mendisiplinkan diri, bila diartikan secara keseluruhan taekwondo adalah seni mendisiplinkan diri atau bela diri yang menggunakan teknik dan tangan kosong. Selain itu taekwondo juga menekankan terkait kedisiplinan mental (Ariesta, 2008).

Berikut adalah data yang didapat oleh peneliti di Taekwondo King Dragon Club yang berada di Kota Duri terdapat 32 murid yang masih aktif dalam olahraga taekwondo, sebagaimana disajikan dalam tabel 1.1 dibawah ini:

Tabel 1. 1 Jumlah Atlet Taekwondo King Dragon

No	NAMA	UMUR	L/P
1	Cahaya Regina	15	P
2	Abdul Karim Y.M	16	L
3	Razid Fitrah Arafat	17	L
4	Kayla Faadhila	16	P
5	Mauli Nabil Risman	18	L
6	Muhammad Iqbal	18	L
7	M.Tsaqif Al Hakim	19	L
8	Adelio Arka Zidni	7	L
9	Fayzel Zaydan	7	L
10	Queenzha Ayunda	7	P
11	Tsaqib Aufa Saif	8	L
12	Kenzie Abqari Redia	9	L
13	Danish Radinka	8	L
14	Hana Assifatu Haifa	9	P
15	Rania Adeeva	9	P
16	Adam Faiz Abdhilah	10	L
17	Fadia Aqilah	P	10
18	Hafiz Hanafi	L	11
19	Rafa Pradipta	L	11
20	Aqifah Nayla	P	10
21	Aurellia Alfa Zalyka	P	12
22	Santi Septia Ningsih	P	13
23	Aydinastin Aylakiva	P	13
24	Daniello Novandra	L	12
25	Hans Tondi Manuel	L	12
26	Ibnu Muslim Risman	L	12
27	Hafizha Putri Ananda	P	14
28	Muhammad Dzaki	L	12
29	Muhammad Farhan	L	14
30	Zahratul Asyifa	P	17
31	Farid Ardiansyah	L	18
32	Rido Inady	L	22

Sumber : Sekretariat Taekwondo King Dragon

Melalui latar belakang permasalahan yang peneliti uraikan diatas, peneliti akan membahas mengenai skripsi dengan judul **“Motivasi Remaja Perempuan Mengikuti Beladiri Taekwondo di Dojang King Dragon Club Kota Duri”**

#### **Rumusan Masalah**

Melalui Latar belakang permasalahan tersebut, maka peneliti akan merumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Apa motivasi remaja perempuan dalam mengikuti Taekwondo?
2. Apa tantangan remaja perempuan dalam mengikuti Taekwondo?

#### **Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dirumuskan di atas maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Mendeskripsikan motivasi remaja perempuan dalam mengikuti Taekwondo
2. Mendeskripsikan tantangan remaja perempuan dalam mengikuti Taekwondo

### **Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan akan memberikan manfaat secara teoritis dan praktis serta mampu berkontribusi terhadap kehidupan masyarakat. Kegunaan atau manfaat dalam hal ini dapat dilihat dari dua aspek, teoritik dan praktis (Mulyadi, 2014):

#### 1. Secara Teoritis

Secara teoritis penelitian ini dapat diharapkan dapat dijadikan sarana mengetahui secara mendalam bagaimana Motivasi remaja dalam mengikuti Taekwondo

#### 2. Secara Praktis

##### a. Masyarakat

Lebih terbuka wawasannya terhadap pentingnya olahraga Taekwondo untuk menjaga diri dengan baik, serta meningkatkan motivasi dalam olahraga.

##### b. Penulis

Penelitian ini bermanfaat bagi penulis guna menambah pengalaman dalam penelitian lapangan dan juga menambah ilmu pengetahuan penulis mengenai motivasi remaja dalam mengikuti olahraga Taekwondo.

## **TINJAUAN PUSTAKA**

### **Teori Pilihan Rasional (James S. Coleman)**

Teori pilihan rasional yang dikemukakan oleh James Coleman menyoroti bagaimana individu bertindak berdasarkan tujuan tertentu yang dipengaruhi oleh nilai atau preferensi mereka. Menurut Coleman, tindakan individu diarahkan untuk memaksimalkan kegunaan atau memenuhi keinginan serta kebutuhan mereka, mirip dengan konsep aktor rasional dalam ilmu ekonomi (Ritzer, 2012).

Dalam kerangka teori ini, ada dua unsur utama yang menjadi fokus: aktor dan sumber daya.

a) Aktor: dalam teori Coleman adalah individu yang melakukan tindakan. Mereka memiliki tujuan dan pilihan yang dipandu oleh nilai-nilai dasar yang mereka pegang. Aktor membuat keputusan berdasarkan pertimbangan mendalam dan kesadaran mereka, menggunakan kekuatan yang mereka miliki untuk menentukan pilihan dan tindakan yang diinginkan.

b) Sumber Daya: adalah segala potensi yang tersedia atau dimiliki oleh individu. Ini bisa berupa:

1) Sumber Daya Alam: Potensi yang disediakan oleh alam, seperti lahan, air, dan mineral.

2) Sumber Daya Manusia: Potensi yang ada dalam diri seseorang, seperti keterampilan, pengetahuan, dan kemampuan. Sumber daya ini dapat dikendalikan oleh aktor untuk mencapai tujuan mereka. Aktor yang mampu memanfaatkan sumber daya dengan baik akan lebih efektif dalam mencapai tujuannya.

Teori pilihan rasional berangkat dari asumsi bahwa individu atau aktor memiliki tujuan atau maksud tertentu dalam tindakannya. Namun, teori ini juga mengakui adanya dua pemaksa utama yang memengaruhi tindakan individu: keterbatasan sumber daya dan tindakan aktor individu itu sendiri. Pertama, keterbatasan sumber daya memengaruhi kemampuan individu untuk mencapai tujuannya. Aktor yang memiliki sumber daya lebih

besar cenderung lebih mudah mencapai tujuannya dibandingkan dengan mereka yang memiliki sumber daya terbatas. Kedua, tindakan aktor individu yang dalam konteks tertentu dapat berupa lembaga sosial, memengaruhi cara individu mencapai tujuannya.

Teori pilihan rasional menekankan bahwa aktor adalah elemen kunci dalam setiap tindakan yang diambil. Aktor, baik itu individu atau negara, melakukan tindakan untuk mencapai kepentingannya dan berusaha memaksimalkan keuntungan dari kepentingan tersebut. Dalam konteks ini, aktor mengambil atau memilih pilihan yang dianggap paling menguntungkan atau paling signifikan untuk mencapai tujuannya. Misalnya, jika terdapat tiga pilihan, dan pilihan 1 dianggap lebih penting dan lebih bermakna daripada pilihan 2 dan 3, maka aktor akan memilih pilihan 1.

### **Penelitian Terdahulu**

Penelitian terdahulu digunakan sebagai gambaran peneliti untuk mendukung dan memperkuat konsep yang digunakan dalam penelitian ini serta mendukung dan memperkuat hasil analisis penelitian. Penelitian terdahulu juga menjadi referensi, perbandingan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya.

Penelitian Pertama dari Muzakir Amani (2019) yang berjudul “Identifikasi Motivasi Pelajar Perempuan Mengikuti olahraga Beladiri. Metode yang digunakan dalam penelitian ini deskriptif kuantitatif (non eksperimen). Metode yang digunakan dan lokasi penelitian yang berbeda. Sama sma membahas motivasi perempuan mengikuti bela diri.

Penelitian Kedua dari Intan Safitri (2020) yang berjudul “Motivasi Perempuan Mempelajari Beladiri Taekwondo Di Paskhas Pekanbaru”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apa motivasi anak perempuan di Paskhas mempelajari ilmu beladiri taekwondo. Hasil penelitian ini Indonesia bahwa beberapa anak perempuan di Paskhas belajar taekwondo dikarenakan oleh keinginan dari orang tua yang ingin anaknya bisa melindungi dirinya sendiri. Perlindungan diri ini memang diperlukan untuk menghadapi segala kejahatan karena kita tidak pernah tahu kapan kejahatan itu akan terjadi. Dengan meningkatnya kewaspadaan orang tua terhadap anak perempuannya, diharapkan kejahatan yang terjadi pada perempuan dapat mengalami penurunan angka. (Intan Safitri, 2020). Perbedaan Penelitian ini terletak pada objek kajian yang berada di kota Duri Riau. Penelitian ini sama sama membahas motivasi anak perempuan dalam Taekwondo.

Penelitian Ketiga dari Meirisa Dinda (2020) yang berjudul “Survei Motivasi dan Kepercayaan Diri Dalam Olahraga Taekwondo Pada Siswa Perempuan sekolah Menengah Atas”. Survei motivasi dan kepercayaan diri dalam olahraga Taekwondo pada siswa perempuan SMA negeri 9 Tunas Bangsa Banda Aceh yaitu 241etika241n motivasi memiliki nilai rata rata sangat tinggi yaitu dengan nilai sebesar 83,85 % hal ini ini termasuk kedalam kategori sangat tinggi, untuk 241etika241n kepercayaan diri dengan nilai rata rata yaitu 74,43% nilai ini termasuk dalam kategori nilai tinggi. Metode yang digunakan dan lokasi penelitian berbeda. Sama sama mengkaji motivasi perempuan pada Taekwondo.

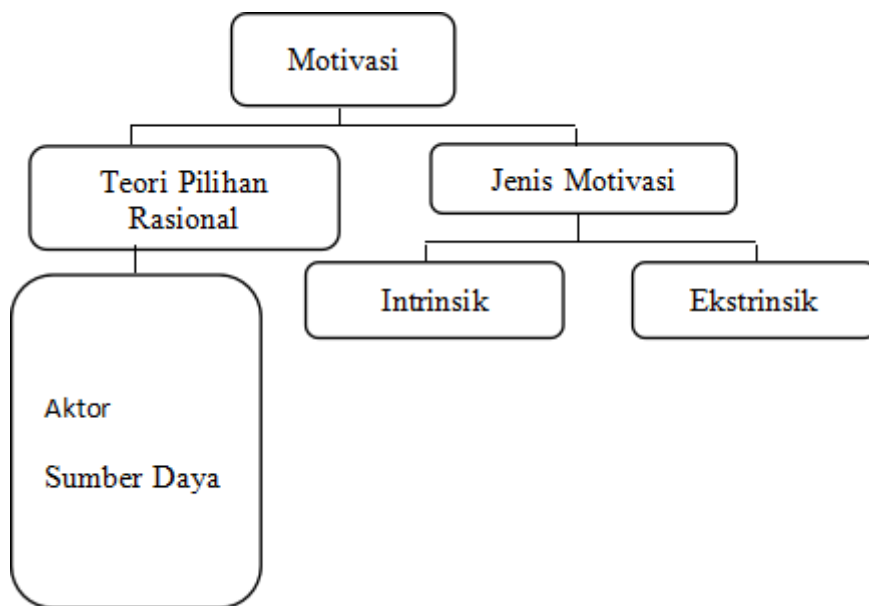
Penelitian Keempat dari Pamungkas dan Mahfud (2020) yang berjudul “Tingkat Motivasi Latihan Ukm Taekwondo Satria Teknokrat Selama Pandemi Covid 2019”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat motivasi latihan anggota UKM Taekwondo Satria Teknokrat. Metode yang digunakan adalah survei dengan Teknik pengumpulan data dengan menggunakan angket. Perbedaan penelitian ini terletak pada metode dan lokasi penelitian. Persamaan penelitian ini yakni sama sama membahas motivasi dalam mengikuti taekwondo.

Penelitian Kelima dari Lela Maya Faradita (2017) yang berjudul “Motivasi Mahasiswa dalam Mengikuti Unit Kegiatan Mahasiswa Beladiri Karate di Universitas PGRI Semarang”. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif dengan metode survei dengan memfokuskan motivasi mahasiswa UKM beladiri karate di Universitas PGRI Semarang. Perbedaan membahas objek kajian dan kefokusannya penelitian yang membahas pada motivasi remaja perempuan, dan tempat penelitian yang berbeda. Persamaan penelitian ini yakni pada motivasi mengikuti beladiri Taekwondo.

**Kerangka Berpikir**

Kerangka Konseptual amat dibutuhkan di studi ini karena keterkaitan rancangan dengan rancangan lainnya saling berhubungan dari persoalan yang hendak dialami. Kerangka konseptual ini digunakan guna menghubungkan secara rinci atau menjelaskan yang akan dibahas.

**Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir**



Dalam teori pilihan rasional actor adalah individu, 242etik adalah individu yang melakukan 242etika242n berdasarkan preferensi dan tujuan yang ingin dicapai. Sumber

daya mencakup segala sesuatu yang dapat dimanfaatkan oleh 243etik untuk mencapai tujuan tersebut, seperti waktu, uang, tenaga, dan informasi. Dalam konteks perempuan yang memutuskan untuk mengikuti taekwondo dapat di pahami bahwa terdapat motivasi intrinsik dan ekstrinsik yang mempengaruhi keputusannya.

Melalui motivasi intrinsik perempuan yang mengikuti taekwondo merasa Kesehatan dan kebugarannya terjaga, serta mereka merasa puas 243etika dapat menyelesaikan sesi Latihan dengan baik. Sedangkan dalam motivasi ekstrinsik perempuan yang mengikuti Taekwondo karena factor keamanan pribadi, terdapat banyak kasus kekerasan yang dialami perempuan tersebut mengakibatkan orang tua khawatir sehingga menyuruh anaknya untuk bisa menjaga dirinya, selain itu terdapat juga karena keadaan social, dimana seluruh peserta Taekwondo adalah teman, jadi dorongan teman dan keluarga mempengaruhi motivasi perempuan mengikuti Taekwondo.

Ketika perempuan mengikuti Taekwondi ia akan mempertimbangakn motivasi intrinsik dan ekstrinsik dengan menilai manfaat yang di dapatkan baik itu Kesehatan dan keterampilan bela diri. Ada manfaat yang lebih besar dari pada biaya yang dikeluarkan. Begitupula dalam hal sumber daya yang dimiliki bagi perempuan tentunya sudah sesuai dengan tujuannya sehingga hal ini menguntungkan bagi dirinya dalam mengikuti Taekwondo. Tentunya pemusatan pada actor dan sumber daya tersebut sesuai dengan teori pilihan rasional.

#### **Metode Penelitian**

Metode penelitian kualitatif menekankan pentingnya lingkungan alami sebagai latar pengamatan. Hal ini karena peneliti berusaha untuk memahami fenomena sebagaimana adanya, tanpa intervensi atau manipulasi. Peneliti akan mengumpulkan data melalui berbagai cara seperti observasi langsung.

Lokasi penelitian ini adalah di Dojang King Dragon Taekwondo Club Kota Duri. Alasan peneliti memilih dojang king dragon adalah karena atlet atlet dari dojang tersebut selalu menjadi perwakilan dalam setiap perlombaan antar kabupaten.

Subjek penelitian dipilih peneliti dengan teknik purposive sampling yaitu memilih informan berdasarkan kriteria dari yang berhubungan dengan penelitian dan ditentukan oleh peneliti tersebut. Adapun kriteria yang dipilih peneliti sebagai informan dalam penelitian ini adalah sudah mengikuti beladiri taekwondo minimal 1 tahun, pernah mengikuti kejuaraan taekwondo minimal tingkat kabupaten, berusia 15 sampai 20 tahun, pernah mendapat medali.

Sumber data dalam penelitian ini merupakan data yang berasal dari sebuah keterangan atau informasi yang diperoleh pada saat penelitian. Data primer yang digunakan peneliti adalah hasil wawancara antara peneliti dengan remaja perempuan yang mengikuti beladiri taekwondo di dojang king dragon club. Sumber asli yang memuat informasi atau diperoleh secara tidak langsung melalui media perantara baik melalui Jurnal, Skripsi dan buku-buku yang relevan pada pembahasan motivasi dan beladiri taekwondo.

#### **GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN**

Desa Simpang Padang merupakan desa yang mengalami perkembangan pesat, baik dalam aspek ekonomi maupun pendidikan. Sebagian besar penduduk desa ini telah mencapai tingkat pendidikan yang baik, meskipun ada sebagian kecil yang tidak menyelesaikan pendidikan mereka karena berbagai alasan. Banyak warga Desa Simpang Padang yang telah berhasil menyelesaikan pendidikan hingga jenjang perguruan tinggi, yang menunjukkan kemajuan signifikan dalam tingkat pendidikan di desa ini. Tidak

sedikit pula yang memilih untuk tidak melanjutkan pendidikan mereka hingga ke jenjang yang lebih tinggi, dengan hanya menamatkan pendidikan hingga tingkat SD atau SMP, dan lebih memilih langsung terjun ke dunia kerja guna memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga mereka. Keputusan ini menunjukkan adanya keberagaman pilihan hidup di kalangan masyarakat desa, dengan beberapa memilih pendidikan formal lebih tinggi, sementara lainnya langsung berfokus pada aspek pekerjaan dan penghidupan

Desa Simpang Padang, dalam konteks pembahasan isu sosial ekonomi, tidak dapat dipisahkan dari faktor pendapatan dan jenis pekerjaan yang ditekuni oleh penduduknya. Tingkat perekonomian masyarakat di desa ini bervariasi, mencakup kelompok ekonomi rendah, menengah, dan tinggi. Beragam mata pencarian yang ada di desa ini meliputi dokter swasta, bidan swasta, akuntan, apoteker, buruh harian lepas, dan belum bekerja. Keberagaman profesi ini mencerminkan dinamika ekonomi lokal dan memberikan kontribusi terhadap perkembangan sosial masyarakat Kampung Panjang secara keseluruhan.

Desa Simpang Padang adalah desa transmigrasi yang dihuni oleh pendatang dari berbagai suku. Meskipun ada perbedaan budaya, masyarakat desa ini mampu menjalin hubungan harmonis tanpa konflik terkait perilaku, adat, dan norma. Proses sosialisasi antar individu membantu menciptakan pola perilaku baru yang sesuai dengan lingkungan. Tradisi dan adat istiadat yang dibawa tetap dapat diterapkan tanpa adanya larangan, menunjukkan bahwa keberagaman tidak menghalangi kerukunan dalam masyarakat.

Kegiatan yang dilakukan oleh desa untuk menjaga kebersamaan masyarakat, seperti gotong royong, musyawarah mufakat, dan perayaan hari kemerdekaan, sangat efektif dalam mencegah konflik akibat perbedaan. Perbedaan seharusnya tidak menjadi ajang persaingan antar suku, melainkan dijadikan alat untuk bersatu. Dengan keberagaman suku dan bangsa, Indonesia kaya akan budaya, dan masyarakat harus saling menghormati perbedaan untuk menciptakan keharmonisan serta pembelajaran yang bermanfaat

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Motivasi Remaja Perempuan Mengikuti Taekwondo**

Banyak remaja perempuan yang tertarik dan aktif mengikuti latihan Taekwondo di Desa Simpang Padang, Kota Duri. Ketertarikan mereka terhadap seni bela diri ini didasari oleh berbagai alasan dan motivasi yang beragam. Beberapa di antara mereka yang diwawancarai memberikan jawaban yang berbeda-beda mengenai alasan mereka mengikuti Taekwondo. Salah satu motivasi yang diungkapkan adalah karena terinspirasi oleh sosok kakak mereka yang terlebih dahulu mendalami olahraga ini.

Informan Cahaya menyatakan bahwa ia bergabung dengan taekwondo karena terinspirasi oleh kakaknya yang lebih dahulu mengikuti olahraga tersebut. Ia merasa bahwa taekwondo terlihat menyenangkan, sehingga tertarik untuk ikut serta. Selain itu, kecintaannya terhadap olahraga menjadi alasan tambahan untuk bergabung. Ketika orang tuanya menyarankan agar ia mengikuti taekwondo, ia langsung setuju. Ia juga mengungkapkan bahwa salah satu motivasinya adalah keinginan untuk dapat menjaga diri sendiri.

Zahratul mengatakan motivasi utama yang mendorongnya untuk mengikuti Taekwondo adalah keinginannya untuk mengikuti jejak sang kakak. Ia sering melihat kakaknya berlatih, yang kemudian membangkitkan ketertarikannya untuk mencoba olahraga bela diri ini. Setelah mengikuti latihan, Zahratul merasakan manfaat positif,

terutama dalam hal peningkatan kepercayaan diri. Ia merasa berbicara di depan orang lain,

Kayla Fadhila menjelaskan bahwa alasan utama dirinya mengikuti Taekwondo adalah untuk menambah aktivitas sehari-harinya agar lebih aktif dan tidak hanya menghabiskan waktu di rumah tanpa kegiatan yang bermanfaat. Selain itu, ia juga memiliki tekad untuk meraih prestasi di bidang non-akademik, sehingga dapat menyeimbangkan antara pencapaian akademis dan keahlian di bidang olahraga.

Dari hasil wawancara di atas, dapat disimpulkan bahwa motivasi remaja perempuan untuk mengikuti kegiatan beladiri seperti taekwondo sangatlah beragam. Beberapa di antaranya termotivasi oleh kakaknya yang mengikuti taekwondo, keinginan untuk dapat menjaga diri sendiri, membentuk rasa percaya diri yang lebih kuat, serta menanamkan sikap disiplin dalam kehidupan sehari-hari. Tidak sedikit pula yang memiliki dorongan untuk meraih prestasi di bidang olahraga, baik di tingkat sekolah,

Motivasi-motivasi tersebut menunjukkan bahwa keterlibatan remaja perempuan dalam olahraga beladiri tidak hanya didorong oleh faktor eksternal seperti pengaruh keluarga atau lingkungan, tetapi juga oleh faktor internal yang berkaitan dengan pengembangan diri. Dalam hal ini taekwondo dipandang sebagai sarana yang efektif untuk mencapai tujuan pribadi seperti peningkatan kepercayaan diri dan pengendalian emosi. Selain itu adanya sistem jenjang sabuk dan kesempatan untuk mengikuti kompetisi menjadi pemacu semangat tersendiri bagi para remaja untuk terus berlatih dan mengasah kemampuan mereka.

Di sisi lain, dukungan dari orang tua terhadap anak-anak mereka dalam menekuni taekwondo umumnya muncul dari hasil pengamatan mereka terhadap perubahan positif yang dialami oleh anak-anak selama mengikuti kegiatan tersebut. Banyak orang tua yang mengakui bahwa anak mereka menjadi lebih bertanggung jawab, lebih disiplin, serta menunjukkan sikap percaya diri yang meningkat. Selain itu, aktivitas ini juga berkontribusi terhadap kesehatan fisik dan mental anak, menjadikan mereka lebih aktif, bugar, dan seimbang secara emosional. Dukungan moral dan motivasi yang diberikan oleh orang tua tidak hanya memperkuat semangat anak untuk terus bertahan dalam latihan, tetapi juga menjadi fondasi penting dalam proses mereka berkembang dan meraih pencapaian dalam dunia taekwondo.

### **Tantangan Remaja Perempuan Mengikuti Taekwondo**

Taekwondo, sebagai salah satu seni bela diri yang populer di Indonesia, menawarkan banyak manfaat bagi remaja, terutama perempuan. Kegiatan ini tidak hanya berfokus pada pengembangan keterampilan fisik, tetapi juga membentuk karakter dan mental yang tangguh. Dalam proses belajar taekwondo, remaja perempuan sering kali dihadapkan pada berbagai tantangan yang dapat mempengaruhi pengalaman mereka dalam berlatih dan berkompetisi.

Cahaya mengatakan bahwa tantangan terbesar saat awal mengikuti taekwondo adalah rasa takut cedera, terutama saat berlatih tendangan tinggi yang terlihat ekstrem. Awalnya, ia merasa ragu dan khawatir melakukan gerakan yang salah yang bisa menyebabkan cedera. Namun, seiring berjalannya waktu, ia mulai terbiasa dan terus berlatih dengan teknik yang diajarkan oleh pelatih.

Zahratul mengatakan bahwa tantangan terbesar baginya adalah disiplin dalam mengatur waktu. Hal ini disebabkan karena jadwal latihan taekwondo di sore hari sering berbenturan dengan waktu belajar atau mengerjakan tugas sekolah. Ia harus pandai membagi waktu agar dapat menyeimbangkan antara latihan, sekolah, dan istirahat. Tantangan ini semakin berat saat menjelang ujian.

Informan Ketiga bernama Kayla mengatakan bahwa tantangan yang paling membuatnya deg-degan adalah saat akan mengikuti pertandingan. Hal ini karena lawan yang dihadapinya berbeda-beda, dan beberapa di antaranya sangat hebat. Saat bertanding, ia harus bisa menjaga mental agar tidak grogi atau takut terlebih dahulu. Meskipun sudah berlatih keras, terkadang rasa panik saat bertanding dapat mengacaukan semuanya.

Berdasarkan hasil wawancara kita bisa melihat bahwa para remaja perempuan yang mengikuti taekwondo menghadapi berbagai tantangan. Kesulitan dalam membagi waktu antara latihan dan sekolah, takut cedera dan rasa takut saat bertanding. Dari sudut pandang orang tua, mereka memahami tantangan yang dihadapi anak-anak mereka dan memberikan dukungan moral yang sangat penting. Mereka berusaha untuk menanamkan sikap positif dan mendorong anak-anaknya untuk tidak menyerah. Dukungan ini tentunya berkontribusi besar dalam perkembangan mental dan fisik anak-anak dalam berlatih taekwondo.

Dukungan orang tua menjadi faktor yang sangat penting dalam keberlangsungan motivasi remaja perempuan untuk terus mengikuti latihan taekwondo meskipun menghadapi berbagai tantangan. Bentuk dukungan ini tidak hanya terbatas pada kehadiran mereka saat pertandingan tetapi juga dalam bentuk komunikasi yang terbuka, dorongan emosional, dan pemahaman terhadap beban yang dihadapi anak. Ketika remaja merasa dipahami dan didukung oleh orang tua, mereka cenderung memiliki ketahanan mental yang lebih baik dalam menghadapi tekanan baik dari sisi akademik maupun olahraga. Selain itu, peran orang tua sebagai panutan juga dapat memengaruhi cara anak memaknai kegagalan atau hambatan yang mereka alami selama proses latihan.

### **Analisis Teori**

Berdasarkan analisis yang mendalam menggunakan teori pilihan rasional yang dikemukakan oleh James S. Coleman, dapat disimpulkan dengan jelas bahwa keputusan yang diambil oleh remaja perempuan untuk tidak hanya mengikuti tetapi juga bertahan dalam olahraga beladiri Taekwondo merupakan hasil dari tindakan rasional yang mempertimbangkan berbagai manfaat jangka panjang yang dapat diperoleh dari kegiatan tersebut. Para remaja perempuan ini dengan sadar menyadari adanya tantangan dan rintangan yang mungkin mereka hadapi selama proses latihan dan kompetisi, namun mereka tetap memilih untuk melanjutkan perjalanan mereka dalam olahraga ini. Keputusan tersebut didorong oleh motivasi internal yang kuat, yang mencakup pencapaian tujuan pribadi, pengembangan keterampilan, dan peningkatan kepercayaan diri. Selain itu, mereka juga mendapatkan dukungan dari keluarga, teman-teman, dan lingkungan sekitar, yang memberikan semangat dan dorongan.

## **PENUTUP**

### **Kesimpulan**

Mengacu pada penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka peneliti menarik kesimpulan pada penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Motivasi remaja perempuan dalam mengikuti bela diri Taekwondo di Dojang King Dragon Club Kota Duri adalah mengikuti jejak kakaknya, untuk menjaga diri, meningkatkan kepercayaan diri, menambah aktivitas sehari-hari dan mendapatkan prestasi di bidang non akademik. Motivasi ini juga didukung oleh aspek mental yang kuat yang sangat berperan dalam menunjang prestasi dan keberhasilan dalam latihan Taekwondo.
2. Tantangan yang dihadapi oleh remaja perempuan selama mengikuti Taekwondo di Dojang King Dragon Club Kota Duri adalah kekhawatiran akan cedera, pembagian

waktu kurang efektif antara latihan dan istirahat serta adanya rasa takut sebelum bertanding. Dukungan dari orang tua, teman, dan pelatih menjadi faktor penting yang membantu mereka mengatasi tantangan tersebut.

### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dari hasil pengumpulan data-data di lapangan. Maka peneliti bermaksud memberikan saran dan semoga dapat bermanfaat bagi penelitian selanjutnya. Adapun saran yang peneliti ajukan adalah sebagai berikut:

1. Diharapkan agar pihak Dojang King Dragon Club Kota Dur dapat mengadakan program sosialisasi mengenai manfaat pentingnya bela diri bagi remaja perempuan, sehingga stigma negatif dapat diatasi dan lebih banyak remaja perempuan tertarik untuk bergabung.
2. Diharapkan adanya dukungan dari keluarga agar remaja perempuan merasa lebih termotivasi untuk mengikuti Taekwondo diharapkan orang tua dan keluarga dapat memberikan dukungan positif baik moral maupun fasilitas dalam kegiatan berlatih. Dukungan ini sangat penting untuk membangun rasa percaya diri dan mengatasi berbagai tantangan.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Budi Siswinarto, A. (2023). Pengenalan Bela Diri Pada Siswa SPN Polda Jabar Untuk Menambah Aktiviitas Positif Pada Masyarakat. *Jurnal COMM-EDU*, 6(2), 115–123.
- Burhan Bungin. (2001). *Metode Penelitian Sosial: Format-Format Kuantitatif dan Kualitatif*. Airlangga University Press.
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Dinda Meirisa, F. F. K. T. (2020). Survei Motivasi Dan Kepercayaan Diri Dalam Olahraga Taekwondo Pada Siswa Perempuan Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Adaptif*, 3(2), 110–118.
- Dos Santos, L. M. (2022). Learning Taekwondo Martial Arts Lessons Online: The Perspectives of Social Cognitive Career and Motivation Theory. *International Journal of Instruction*, 15(1), 1065–1080. <https://doi.org/10.29333/iji.2022.15160a>
- Fajar, M. K., Marsudi, I., S, N. A., Rasyid, A., Pramono, B. A., & Fepriyanto, A. (2021). Profile of Taekwondo Athletes in Situbondo Indonesian. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.211223.087>
- George Ritzer. (2012). *Teori Sosiologi Dari sosiologi Klasik Samapai Perkembangan Terakhir Postmodern*. Pustaka Pelajar.
- Intan Safitri. (2020). Motivasi Perempuan Mempelajari Beladiri Taekwondo Di Paskhas Pekanbaru. *JOM FISIP*, 7(2), 1–13.
- Maya Faradita, L., Wiyanto, A., Hudah SPd, M., Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Mp., & Pendidikan Ilmu, F. (2017). Motivasi Mahasiswa Dalam Mengikuti Unit Kegiatan Mahasiswa Bela Diri Karate Di Universitas Pgril Semarang.
- Muzakir Amani, A. P. (2019). Identifikasi Motivasi Pelajar Perempuan Mengikuti Olahraga Beladiri. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 7(3), 241–244.
- Pamungkas, D., & Mahfud, I. (2020). Tingkat Motivasi Latihan Ukm Taekwondo Satria Teknokrat Selama Pandemi Covid 2019. *Journal Of Physical Education*, 1(2), 6–9. <https://doi.org/10.33365/joupe.v1i2.586>

