

## **PENDIDIKAN KARAKTER MAHASISWA MELALUI PELATIHAN DASAR SHORINJI KEMPO BERBASIS LINGKUNGAN**

Mustamin Rahim<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Teknik, Universitas Khairun, Ternate

e-mail: [mustamin@unkhair.ac.id](mailto:mustamin@unkhair.ac.id)

### **Abstrak**

Mahasiswa saat ini dihadapkan pada berbagai pengaruh negatif setiap hari melalui televisi, internet, dan media lainnya yang dapat mempengaruhi moral dan prestasinya di masa depan sehingga kampus merupakan salah satu tempat yang tepat dalam menanamkan nilai moral dan pembentukan karakter untuk membantu mahasiswa dalam mengantisipasi pengaruh negatif. Mengajarkan pendidikan karakter dengan baik akan membantu mahasiswa dalam meningkatkan kemampuan dan kepercayaan diri dalam menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan kampus dan lingkungan masyarakat. Pendidikan karakter ini menggabungkan antara pelatihan dasar olahraga beladiri shorinji kempo dengan kegiatan peduli lingkungan melalui pemberian materi kelas dan praktek dilapangan untuk meningkatkan pertahanan diri, moral dan kepercayaan diri, kesehatan dan kesadaran lingkungan. Hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta pelatihan dapat merespon materi pelatihan dengan baik dan mengharapkan kegiatan ini dilaksanakan secara berkelanjutan.

**Kata Kunci:** *Pendidikan Karakter, Shorinji Kempo, Peduli Lingkungan*

### **A. Pendahuluan**

Pendidikan karakter pada hakikatnya adalah pendidikan nilai-nilai yang meliputi aspek pengetahuan (kognitif), perasaan, dan tindakan (Goleman, 2001). Menurut (Lickona, 1991) bahwa dalam setiap pendidikan akhlak terdapat tiga komponen akhlak yang baik, yaitu: pengetahuan moral, perasaan moral, dan tindakan moral, ketiga komponen harus saling terkait dalam pelaksanaan pendidikan karakter. (Krause & Priest, 1993) menemukan perbedaan yang signifikan antara atlet olahraga individu dan tim dalam penalaran moral dan perilaku moral. (Miller, R., & Jarman, 1988) menyatakan bahwa olahraga tim dan olahraga individu memiliki iklim etika yang berbeda. Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan olahraga dapat membangun karakter (Arnold, 1994; Rudd & Mondello, 2006; Sage, 1988; Shields, D., & Bredemeier, 1995; Stevenson, 1975). Dengan mengikuti olah raga khususnya olahraga yang menekankan kedisiplinan dan moral diyakini para peserta akan memperoleh peningkatan nilai moral yang baik dan nilai-nilai sosial termasuk kejujuran, keadilan, tanggung jawab, kerja tim, loyalitas, dan nilai-nilai pengorbanan diri.

Pendidikan lingkungan berkontribusi penting dalam mengurangi kerusakan lingkungan, sekaligus sarana penting untuk menghasilkan tenaga kerja dengan prinsip pembangunan berkelanjutan yang kuat (Pratomo, 2008). Muatan lingkungan menjadi aspek penting dalam pendidikan karakter karena melalui pendidikan lingkungan dapat dicapai tujuan pendidikan lingkungan, yaitu membentuk masyarakat yang sadar dan peka terhadap lingkungan. Oleh karena itu, pendidikan karakter ini menggabungkan antara olahraga beladiri dengan pendidikan lingkungan untuk mewujudkan karakter disiplin, kuat, dan peduli lingkungan.

Menurut (Goleman, 2001; Lickona, 1991) pendidikan karakter merupakan satu kesatuan aspek landasan yang terintegrasi bagi seorang peserta. Muatan lingkungan menjadi aspek penting dalam pendidikan karakter, karena melalui pendidikan lingkungan dapat dicapai tujuan pendidikan lingkungan, yaitu membentuk masyarakat yang sadar dan peka terhadap lingkungan dan kompleksitasnya, serta memungkinkan mereka memperoleh pengetahuan, keterampilan, sikap, motivasi, dan kemauan untuk bekerja sama sebagai individu dan kelompok menuju tindakan preventif dan solusi masalah lingkungan (Karim, 2003). Hasil penelitian yang dilakukan (Pane & Patriana, 2016) menunjukkan bahwa sebagian besar peserta setuju bahwa muatan lingkungan harus diintegrasikan ke dalam kurikulum pendidikan karakter pada mata pelajaran umum. Muatan lingkungan sangat relevan dan mujarab jika dijadikan salah satu komponen pendukung pendidikan karakter, karena isinya bermanfaat untuk peningkatan kemampuan. Kesadaran lingkungan juga dapat meningkatkan kenyamanan hidup, karena dengan melakukan praktek ini seseorang cenderung menjaga sanitasi, keseimbangan, dan kelestarian lingkungan fisik di sekitarnya.

Shorinji Kempo merupakan olahraga dan beladiri yang mengedepankan persaudaraan dan kedisiplinan. Kempo tidak bertujuan untuk menyerang orang lain atau menjadi jagoan akan tetapi lebih menekankan pertahanan diri dan membela orang yang tertindas dan teraniaya, dengan motto “Kasih sayang tanpa kekuatan adalah kelemahan dan Kekuatan tanpa kasih sayang adalah kezaliman. Metode latihan shorinji kempo berdasarkan pada *“filosofi jiwa dan tubuh adalah satu kesatuan yang tak terpisahkan”* dan *“melatih tubuh dan jiwa”* untuk memperoleh tiga manfaat, yaitu: pelatihan dan pertahanan diri, pelatihan mental, dan meningkatkan kesehatan. Pelatihan teknik shorinji kempo di dojo terdiri dari beberapa tahapan: *Pertama*: tahap persiapan yaitu membersihkan tempat latihan (*samu/soji*), menyiapkan peralatan, dan persiapan atlet termasuk menata alas kaki (*Kyaka Shoko*). *Kedua*:

*warming up* untuk tujuan olahraga dan kesehatan, meningkatkan kebugaran dan persiapan fisik untuk mengikuti latihan. *Ketiga*: Latihan teknik shorinji kempo yang terdiri dari latihan teknik dasar (*Kihon*) dan latihan teknik berpasangan (*Waza*) dengan tujuan pelatihan pertahanan diri, pelatihan mental, dan kesehatan. *Keempat*: adalah sesi terakhir latihan dengan melakukan peregangan otot atau pendinginan, penyampaian materi tokohon dan informasi, kemudian diakhiri dengan membersihkan tempat latihan. Kegiatan membersihkan (*samu/soji*) sebelum dan sesudah latihan merupakan bagian dari tradisi shorinji kempo sebagai bagian dari pendidikan moral dan peduli kebersihan/lingkungan sehingga meskipun tidak terlihat adanya sampah tradisi ini tetap harus dilakukan oleh semua pelatih dan peserta latihan (*kenshi*) secara bergiliran dimulai dari yang senior atau pelatih kemudian *kenshi* (lihat Gambar 1). Ini menunjukkan bahwa Shorinji Kempo mengajarkan olahraga dan beladiri yang membangun karakter persaudaraan, disiplin, kerja keras, dan sangat peduli dengan lingkungan.



Gambar 1. Membersihkan Dojo (*Samu*) Setelah Latihan di Jepang.  
(Sumber: Penulis)

Kenyamanan lingkungan dipengaruhi oleh desain bangunan dan aktivitas pengguna berkaitan dengan kenyamanan termal (Gifford, 1976; Hawkes 1997) dalam (Kowaltowski et al., 2004) bahwa pengetahuan kenyamanan lingkungan menjadi bagian dari mata kuliah inti pada jurusan arsitektur, arsitektur lansekap, dan teknik lingkungan. Menurut (Rahim, 2014) integrasi bangunan dengan lingkungan, iklim dan energi sangat penting dalam arsitektur karena menyangkut kenyamanan manusia, penghematan energi, dan perbaikan lingkungan.

Menurut Hall dalam (Kowaltowski et al., 2004) pendidikan lingkungan dapat mengarah pada peningkatan kemampuan spasial individu. Dengan adanya tugas akhir dan melakukan kegiatan lingkungan fisik secara berkelompok, mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan kemampuan spasialnya sebagai kerja tim. Hal ini dapat meningkatkan toleransi

dan solidaritas di antara mereka sendiri. Peningkatan kemampuan spasial, kerja tim, toleransi, dan solidaritas mereka akan meningkatkan kualitas hidup nyaman dan pada akhirnya memengaruhi kualitas hidup mereka secara umum.

### **A. Masalah**

Mahasiswa saat ini dihadapkan pada berbagai pengaruh negatif setiap hari melalui televisi, internet, dan media lainnya yang dapat mempengaruhi moral dan prestasinya di masa depan sehingga kampus merupakan salah satu tempat yang tepat dalam menanamkan nilai moral dan pembentukan karakter untuk membantu mahasiswa dalam mengantisipasi pengaruh negatif. Mengajarkan pendidikan karakter dengan baik akan membantu mahasiswa dalam meningkatkan kemampuan dan kepercayaan diri dalam menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan kampus dan lingkungan masyarakat. Pendidikan karakter ini menggabungkan antara pelatihan dasar olahraga beladiri shorinji kempo dengan kegiatan peduli lingkungan melalui pemberian materi kelas dan praktek dilapangan untuk meningkatkan pertahanan diri, moral dan kepercayaan diri, kesehatan dan kesadaran lingkungan.

### **C. Metode Pelaksanaan**

Pendidikan karakter melalui pelatihan dasar shorinji kempo berbasis lingkungan adalah pendidikan karakter yang menggabungkan antara pendidikan dasar olahraga beladiri dengan kegiatan peduli lingkungan dengan dasar pertimbangan bahwa mahasiswa teknik harus memiliki karakter yang kuat/kerja keras, disiplin, dan peduli lingkungan sebagai bekal dalam mengikuti proses perkuliahan dan saat bekerja yang banyak ditugaskan pada proyek-proyek daerah terpencil dengan kondisi medan berat. Selain itu, shorinji kempo mengajarkan sikap disiplin, kerja keras, persaudaraan, dan saling menghormati, serta peduli dengan kebersihan lingkungan sehingga dipandang dapat mewujudkan tujuan pendidikan karakter. Pelatihan ini dilaksanakan pada tahun ajaran baru 2019 dengan sasaran mahasiswa Fakultas Teknik Unkhair khususnya mahasiswa baru. Materi pendidikan karakter dilaksanakan selama 15 kali pertemuan dengan pemberian materi di kelas dan praktek di lapangan dengan rancangan pelatihan pada tabel 1:

Tabel 1. Rancangan Pembelajaran Pelatihan

No	Kegiatan	Pertemuan	Tempat
1	Materi pendidikan karakter dan peduli lingkungan	I	Rg. Kelas
2	Materi kempo dan lingkungan	II	Rg. Kelas
3	Pelatihan teknik kempo	III-VII	Lapangan
4	Materi lanjutan dan evaluasi progres	VIII	Rg. Kelas
5	Praktek peduli lingkungan I: Pembersihan lingkungan kampus	X	Fakultas Teknik
6	Pelatihan teknik kempo lanjutan	XI-XIII	Lapangan
7	Praktek peduli lingkungan II: Peduli lingkungan masyarakat	XIV	Pemukiman Warga
8	Evaluasi akhir kegiatan (teori dan praktek)	XV	Lapangan

#### D. Pembahasan

##### 1. Pelatihan Dasar Shorinji Kempo

Pelatihan dasar shorinji kempo merupakan pelatihan olahraga dan beladiri untuk melatih pertahanan diri, moral dan kepercayaan diri, dan meningkatkan kebugaran atau kesehatan. Menurut (Pamungkas, 2019) menyatakan bahwa pelatihan shorinji kempo dapat membangun karakter akhlak yang baik berupa percaya diri, mandiri, disiplin, kuat dan sehat. Latihan kempo memberikan pesan-pesan moral yang baik dalam meningkatkan keimanan, kasih sayang, saling menghormati, rasa persaudaraan, dan tolong menolong (Murniati, 2018). Anggota kempo memiliki komitmen yang kuat dalam menghindari narkoba dan perilaku negatif lainnya (Dewi & Hardin, 2017). Latihan dasar Shorinji Kempo di lapangan dilaksanakan akhir pekan pada hari sabtu dengan susunan kegiatan seperti pada tabel 2.

Tabel 2. Susunan Kegiatan Pelatihan Dasar Shorinji Kempo

No	Waktu	Kegiatan	Pengarah
1	7:30 - 8:00	Persiapan dan Pembersihan ( <i>samu</i> )	Panitia
2	8:00 - 8:30	<i>Warming Up</i>	Asisten Pelatih
3	8:30 - 9:00	Tradisi kempo dan materi motivasi	Pembina
4	9:00 - 9:45	Latihan teknik dasar individu ( <i>Kihon</i> )	Pembina & Pelatih
5	9:45 - 10:00	Istirahat	Panitia
6	10:00 - 11:00	Latihan teknik berpasangan ( <i>Waza</i> )	Pembina & Pelatih
7	11:00 - 11:30	Materi tohukon dan informasi	Pembina
8	11:30 - 12:00	Pembersihan ( <i>samu</i> ) dan persiapan pulang	Panitia

Tabel 3. Daftar Pemateri Pelatihan Dasar Shorinji Kempo

No	Nama	Tingkatan	Keterangan
1	Dr.Eng. Mustamin Rahim, ST, MT	IV DAN	Pembina
2	Risno L. Jamal, S.Pd.	II DAN	Pelatih
3	Junaidin Hamid, S.Pd.	II DAN	Pelatih
4	Harjan Halik	I DAN	Asisten Pelatih
5	Rahman Hi. Ahmad	I KYU	Asisten Pelatih
6	Irman Majid	I KYU	Asisten Pelatih
7	Anis A. Assyaukani	I KYU	Asisten Pelatih
8	Zulfikar Y. Arif	I KYU	Panitia
9	Satria Dwi S. Pawah	I KYU	Panitia
10	Liska Novianti	I KYU	Panitia

Gambar 2. Menunjukkan pelatihan teknik dasar kempo pada lapangan terbuka dengan tujuan untuk memberikan pelatihan yang terintegrasi dengan lingkungan alam secara langsung sehingga dapat menumbuhkan karakter peduli lingkungan.



Gambar 2. Pelatihan Teknik Kempo di Lapangan Terbuka  
(Sumber: Penulis)

Input dari kegiatan ini adalah memberikan pelatihan teknik dasar shorinji kempo kepada mahasiswa dengan mengajarkan teori ajaran shorinji kempo yang menekankan persaudaraan, kedisiplinan, kebersihan, dan saling tolong-menolong. Metode yang diterapkan dalam kegiatan ini adalah menggabungkan metode teori dan praktek yang dipimpin langsung oleh pembina/koordinator pelatih yang dibantu oleh asisten pelatih dan panitia. Susunan pemateri pada tabel 3. Pelatih memberikan teori dasar dan penjelasan gerakan dan mempraktekkan lebih dulu gerakan yang akan diajarkan, kemudian peserta/mahasiswa mempraktekkan gerakan-gerakan tersebut hingga mahir dengan teknik individu dan berpasangan. (Miller, R., & Jarman, 1988) dan (Krause & Priest, 1993) menemukan perbedaan yang signifikan antara atlet olahraga individu dan tim dalam penalaran moral dan

perilaku moral. Praktek berpasangan atau tim dapat membangun kerjasama, solidaritas diantara mereka, saling menghormati, saling membantu dan memahami kekurangan masing-masing. Output dari kegiatan ini adalah para peserta mampu memahami teknik-teknik dasar shorinji kempo untuk melindungi diri, meningkatkan nilai-nilai moral dan kerja keras, meningkatkan kebugaran dan kesehatan. Selain itu, terjaringnya calon kenshi dan anggota baru UKM Kempo Universitas Khairun.

## **2. Peduli Lingkungan Kampus**

Mewujudkan lingkungan yang bersih merupakan tanggung jawab setiap orang termasuk pemerintah melalui kebijakan dan regulasi yang detail. Untuk melaksanakan tanggung jawab tersebut diperlukan proses dan langkah-langkah konkrit, keduanya harus dilakukan secara bergandengan agar tujuan untuk menciptakan lingkungan yang bersih dapat tercapai dengan baik dan merupakan kesadaran dan kebutuhan setiap orang. Ada beberapa langkah yang harus dilakukan untuk menciptakan lingkungan yang bersih. Langkah-langkah ini meliputi: (1) Memberikan penyadaran kepada masyarakat tentang pentingnya kebersihan lingkungan. (2). Pemisahan sampah organik dan non organik. (3) Pembersihan lingkungan secara berkelanjutan dan terjadwal. (4) Kegiatan kreatif untuk mengolah sampah non organik menjadi sebuah produk yang menghasilkan uang. (5) Membiasakan membuang sampah pada tempatnya. Dengan lingkungan yang bersih akan banyak manfaat yang dapat dirasakan dalam kehidupan masyarakat. Belajar dari kehidupan kampus di Negeri Sakura Jepang, aktivitas membersihkan ruangan dan lingkungan merupakan bagian dari budaya, setiap orang bertanggung jawab penuh dalam menjaga kebersihan sehingga lingkungannya sangat bersih.



Gambar 3. Pembersihan Parkiran dan Taman.  
(Sumber: Penulis)



Gambar 4. Pembersihan Kantor dan Ruang Kuliah  
(Sumber: Penulis)

Gambar 3 dan 4 menunjukkan kegiatan pembersihan di lingkungan Fakultas Teknik Unkhair. Kegiatan ini dilaksanakan kerjasama antara peserta pendidikan dasar shorinji kempo dan sivitas akademika Fakultas Teknik Unkhair. Kegiatan ini berlangsung dari pagi hingga siang yang terdiri dari 3 Sesi kegiatan: *Sesi pertama*: persiapan yang dipimpin oleh pembina kegiatan Dr.Eng. Mustamin Rahim, ST., MT (dosen prodi arsitektur) dengan memberikan arahan rencana kerja dan pembagian tugas masing-masing kelompok serta memberikan materi singkat tentang pentingnya pengelolaan sampah berkelanjutan dan peduli terhadap kebersihan. *Sesi kedua*; adalah melaksanakan kegiatan pembersihan sesuai dengan kelompok kerja masing-masing yang dipandu oleh masing-masing 1 orang asisten atau panitia. *Sesi ketiga*: adalah tahap evaluasi kerja dan pengangkutan sampah; pembina mengecek semua hasil kerjaan untuk memastikan apakah telah dilaksanakan dengan baik sesuai rencana kerja, jika masih ada yang belum memenuhi maka dilakukan pembersihan kembali. Setelah semua selesai, selanjutnya pengumpulan dan pembersihan peralatan kemudian disimpan pada gudang peralatan. *Sesi keempat*: merupakan sesi terakhir dalam kegiatan ini, semua peserta dikumpulkan kemudian pembina menyampaikan hasil evaluasi pelaksanaan pekerjaan dan diskusi dengan peserta, serta menyampaikan hal-hal yang perlu diperbaiki pada kegiatan yang akan datang. Selain itu, pembina memberikan materi motivasi sebagai penutup tentang pentingnya menjaga kedisiplinan, tertib lalu lintas, menghindari narkoba, menjaga solidaritas, dan cinta tanah air.

### **3. Peduli Lingkungan Masyarakat**

Pendidikan lingkungan merupakan salah satu kontribusi penting dalam mengurangi kerusakan lingkungan, sekaligus sarana penting untuk menghasilkan tenaga kerja dengan prinsip pembangunan berkelanjutan yang kuat (Pratomo, 2008).



Gambar 5. Perbaikan Drainase Bersama Masyarakat  
(Sumber: Penulis)

Gambar 5. Merupakan kegiatan peduli lingkungan di permukiman warga Kelurahan Ngade Ternate Selatan. Kegiatan ini dilaksanakan atas kerjasama antara peserta pelatihan dasar shorinji kempo dan himpunan mahasiswa dengan warga setempat dalam mewujudkan kepedulian terhadap lingkungan untuk membangun karakter peduli lingkungan dan suka menolong orang lain. Selain sebagai kegiatan peduli lingkungan, juga merupakan proses pembelajaran awal bagi mahasiswa teknik di lapangan khususnya mahasiswa prodi teknik sipil dan arsitektur untuk memberikan pemahaman dasar teknik pembuatan drainase dari bahan campuran beton sehingga mahasiswa dapat memahami spesifikasi perbandingan material beton dan melakukan praktek pembuatan campuran beton dan pengecoran saluran drainase.



Gambar 6. Hasil Evaluasi Kegiatan

Gambar 6 menunjukkan hasil evaluasi pemahaman teori dan praktek pendidikan dasar shorinji kempo berbasis lingkungan dengan tiga kategori penilaian: kurang (nilai 45-60), sedang (nilai 61-75), tinggi (nilai 75-100). Hasil evaluasi menunjukkan bahwa mayoritas dari

95 peserta merespon dengan baik materi yang diberikan dalam pelatihan ini baik materi dasar kempo maupun materi lingkungan; sekitar 82% peserta dapat memahami materi dan hanya sekitar 18% peserta dengan tingkat pemahaman yang minim atau kurang sehingga ini mengindikasikan bahwa pendidikan karakter dengan menggabungkan pelatihan olahraga beladiri dan pendidikan lingkungan bermanfaat dalam membangun karakter mahasiswa.

### **E. Kesimpulan**

Mengajarkan pendidikan karakter dengan baik membantu mahasiswa dalam meningkatkan kemampuan dan kepercayaan diri dalam menghadapi berbagai tantangan. Pendidikan karakter yang terintegrasi dengan pelatihan olahraga beladiri dan pendidikan lingkungan bermanfaat dalam membangun karakter mahasiswa; sekitar 82% peserta dapat menerima materi pelatihan dengan baik dan hanya sekitar 18% peserta yang tingkat pemahamannya masih kurang. Muatan lingkungan menjadi aspek penting dalam pendidikan karakter karena dapat meningkatkan kepedulian terhadap lingkungan dan mayoritas mahasiswa merespon dengan baik materi dan praktek lingkungan sehingga mereka berharap kegiatan ini dapat dilaksanakan secara berkesinambungan.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Arnold, P. (1994). Sport and moral education. *The Journal of Moral Education*, 23(1), 75–89. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/0305724940230106>.
- Dewi, I. K., & Hardin. (2017). Penyuluhan kesadaran hukum dalam mencegah penyalahgunaan narkoba di kalangan remaja pada Perkemi Dojo Universitas Muhammadiyah Buton. *Jurnal PPM Membangun Negeri*, 1(1), 1–17. <https://doi.org/https://doi.org/10.35326/pkm.v1i1>.
- Goleman. (2001). *The Emotionally Intelligent Workplace*. wiley Company San Francisco.
- Karim, S. A. (2003). *Program PKLH Jalur Sekolah: Kajian dari perspektif kurikulum dan hakekat belajar mengajar*. Jakarta: Depdiknas.
- Kowaltowski, C. C. K. D., Filho, F. B., Labaki, L. C., Pina, S. A. M. G., & Bernardi, M. (2004). Teaching children aspects of comfort in the built environment. *Journal of Environmental Education*, 36(1), 19–31. <https://doi.org/https://doi.org/10.3200/JOEE.36.1.19-31>.
- Krause, J., & Priest, R. (1993). *Sport value choices of U.S. Military cadets—A longitudinal study of the class of 1993*. Office of Institutional Research, U.S. Military Academy.

- Lickona, T. (1991). *Educating for character: how our schools can teach respect and responsibility*. New York: Bantam Books.
- Miller, R., & Jarman, B. (1988). Moral and ethical character development—Views from past leaders. *Journal of Physical Education, Recreation, and Dance*, 56, 72–78. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/07303084.1988.10609788>.
- Murniati, L. I. A. (2018). Pesan moral dalam olahraga beladiri Shorinji Kempo. In *Skripsi IAIN Purwokerto*.
- Pamungkas, I. (2019). Sarana pendidikan akhlak di Pusdiklat Shorinji Kempo Kragilan, Mojosoongo, Boyolali. In *Skripsi IAIN Surakarta*.
- Pane, M. M., & Patriana, R. (2016). The significance of environmental contents in character education for quality of life. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 222, 244–252. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.05.153>.
- Pratomo, S. (2008). *Pendidikan lingkungan*. Bandung : Sonagar Press.
- Rahim, M. (2014). Hubungan arsitektur dengan iklim dan energi. *Archipelascope*, 1(1), 81–89.
- Rudd, A., & Mondello, M. J. (2006). How do college coaches define character? A qualitative study with division IA head coaches. *Journal of College and Character*, 7(3). <https://doi.org/10.2202/1940-1639.1524>.
- Sage, G. (1988). *Sport participation as a builder of character? The World and I*. 3(10), 629–641.
- Shields, D., & Bredemeier, B. (1995). *Character development and physical activity*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Stevenson, C. L. (1975). Specialization effects of participation in sport: A critical review of the research. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 46(3), 287–301. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/10671315.1975.10616679>.