

Motivasi Latihan Pada Pemain Bola Voli Putri Di Desa Aur Ringit Kabupaten Kaur

Wimpi Arista¹⁾ Martiani²⁾ Deffri Anggara³⁾

Affiliation:

1. Pendidikan Jasmani FKIP
UNIVED Bengkulu

Corresponding Author:

a.Wimpiarista11@gmail.com

Abstract

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan Motivasi Latihan Pada Pemain Bola Voli Putri Di Desa Aur Ringit Kabupaten Kaur Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah survei. Populasi penelitian ini adalah remaja putri Motivasi Latihan Pada Pemain Bola Voli Putri Di Desa Aur Ringit Kabupaten Kaur yang berjumlah 18 orang Teknik pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner. Hasil penelitian ini bahwa motivasi Instrinsik dari hasil angket dan telah di persentasekan dengan latihan pada Pemain Bola Voli Putri Di Desa Aur Ringit Kabupaten Kaur bahwa terdapat 8 orang remaja putri dengan presentase 44,44% yang memiliki motivasi instrinsik dalam Latihan Pada Pemain Bola Voli Putri Di Desa Aur Ringit Kabupaten Kaur yang memiliki katagori baik sekali. Sedangkan yang memiliki motivasi instrinsik baik ada 6 orang dengan presentase 33,33% dengan kategori baik. Apabila dilihat dari frekuensi dari tiap kategori, terlihat bahwa motivasi instrinsik remaja putri motivasi instrinsik dalam Latihan Pada Pemain Bola Voli Putri Di Desa Aur Ringit Kabupaten Kaur adalah "Baik Sekali". Motivasi Ekstrinsik Latihan Pada Pemain Bola Voli Putri Di Desa Aur Ringit Kabupaten Kaur yang memiliki persentase 0 % dengan kategori baik sekali, sedangkan untuk persentase 11,12% dengan kategori baik, untuk kategori sedang yaitu 44,44%, sedangkan persentase 44,44% dengan kategori kurang untuk kategori kurang sekali itu 0, kategori yang tertinggi yaitu kategori "Sedang dan Kurang".



Kata Kunci : Motivasi, Instrinsik, Ekstrinsik

Pendahuluan

Olahraga merupakan bagian dari rutinitas kehidupan yang melekat dalam diri manusia dan tidak terpisahkan. Tubuh membutuhkan aktivitas olahraga guna menjaga kesehatannya, baik kesehatan jasmani, pertumbuhan, rohani, dan sosial. Olahraga juga memiliki peran penting sebagai metode mereduksi stress. Masyarakat harus memahami pentingnya olahraga untuk mempertahankan kesehatan jasmaninya sesuai dengan tingkat kemampuan dan kesenangan seseorang tersebut. Tidak terdapat unsur perbedaan seperti ras, agama, golongan, status ekonomi, usia, jenis kelamin didalam aktivitas olahraga, semua dapat berolahraga sesuai dengan kebutuhan dan tujuan masing-masing.

Menurut Idricha (2019:9) Olahraga merupakan kebutuhan jasmani setiap orang yang harus selalu dipenuhi agar tubuh menjadi sehat. Olahraga banyak cara dan ragamnya, mulai dari olahraga ringan sampai olahraga yang berat. Tidak sulit untuk melakukan olahraga. Berjalan mondar-mandiri seperti aktivitas harian yang biasa kita lakukan adalah termasuk olahraga

Karen aktivitas tersebut menggerakkan tubuh sehingga membakar kalori.

UU 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional adalah Undang-Undang yang mengatur Sistem Keolahragaan Nasional yang selama ini bidang keolahragaan hanya diatur oleh peraturan perundang-undangan di bawah undang-undang, bersifat parsial atau belum mengatur semua aspek keolahragaan nasional secara menyeluruh, dan belum mencerminkan tatanan hukum yang tertib di bidang keolahragaan. Olahraga merupakan bagian dari proses dan pencapaian tujuan pembangunan nasional sehingga keberadaan dan peranan olahraga dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara harus ditempatkan pada kedudukan yang jelas dalam sistem hukum nasional. Standar nasional keolahragaan adalah kriteria minimal tentang berbagai aspek yang berhubungan dengan pembinaan dan pengembangan keolahragaan.

Pendidikan jasmani adalah mata pelajaran yang disampaikan di sekolah, terdapat perbedaan karakteristik antara mata pelajaran ini dengan

mata pelajaran lainnya, perbedaan tersebut meliputi: tujuan yang akan dicapai, alur pembelajaran yang akan dilaksanakan, dan alat ataupun media yang akan digunakan. salah satu tujuan mata pelajaran Pendidikan jasmani yaitu membantu siswa menuju kearah kedewasaan. Menurut winarno (2016:2) pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari proses pendidikan secara keseluruhan yang menggunakan aktivitas jasmani (fisik) sebagai media atau alat untuk mencapai tujuan. Secara lebih spesifik pendidikan jasmani akan membantu dalam peningkatan kesehatan, perkembangan keterampilan fisik, potensi didalam organ-organ tubuh, keterampilan gerak fungsional dan menanamkan sifat-sifat seperti halnya sikap patriotisme, kerjasama, keberanian, ketekunan, dan keyakinan diri. Mencapai prestasi yang baik disamping kecerdasan, motivasi juga minat, sebab tanpa adanya minat segala kegiatan akan dilakukan kurang efektif dan efisien. Dalam meningkatkan motivasi bermain bola voli pada remaja Desa Aur Ringit Kabupaten Kaur maka merupakan tugas masyarakat Desa Aur Ringit untuk memberikan rangsangan kepada remaja putri, motivasi dalam pelaksanaan perhatian seolah-olah kita menonjolkan fungsi pikiran sedangkan motivasi bermain bola voli seolah-olah menonjolkan fungsi rasa, tetapi kenyataannya apa yang menarik motivasi menyebabkan pula kita memperhatikan, dan apa yang menyebabkan perhatian kita tertarik motivasi pun menyertai kita. Motivasi menyebabkan perhatian dimana motivasi seolah-olah menonjolkan fungsi rasa dan perhatian seolah-olah menonjolkan fungsi pikiran. Hal ini menegaskan bahwa apa yang menarik minat menyebabkan pula kita memperhatikan dan apa yang menyebabkan memperhatikan kita tertarik, minat pun menyertainya jadi ada hubungan antara motivasi dan perhatian prestasi bermain bola voli.

Kenyataan yang terjadi di lapangan belum sejalan dengan harapan yang diinginkan. Hal ini terlihat dari masih belum optimalnya remaja putri dalam bermain bola voli, masih banyak remaja putri di desa Aur Ringit Kabupaten Kaur yang kurang memiliki motivasi dalam bermain bola voli, remaja putri menganggap bola voli merupakan olahraga yang kurang memiliki kualitas dan kurang memiliki gengsi. Pada hal sebagaimana peneliti telah kemukakan

sebelumnya bahwa permainan bola voli dewasa ini telah mencapai tingkat yang sangat baik.

Metode Penelitian

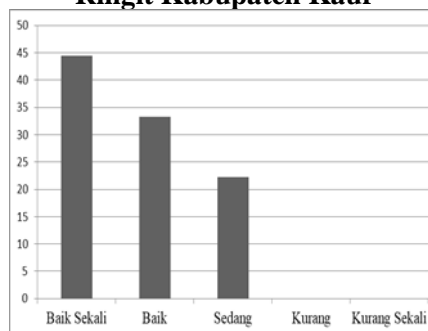
Metode penelitian ini menggunakan metode survei, sedangkan pengumpulan datanya menggunakan kuesioner. Peneliti melakukan pengambilan data secara langsung kesekolah, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui, tentang Motivasi Latihan Pada Pemain Bola Voli Putri Di Desa Aur Ringit Kabupaten Kaur.

Hasil Penelitian

Tabel 1. Norma Klasifikasi Motivasi Intrinsik Latihan Pada Pemain Bola Voli Putri Di Desa Aur Ringit Kabupaten Kaur

1.	2. Kelas Interval	3. Kategori	4. Frekuensi	5. Persentase
6.	7. 22-25	8. Baik Sekali (BS)	9. 8	10. 44,44
11.	12. 18-21	13. Baik (B)	14. 6	15. 33,33
16.	17. 14-17	18. Sedang (S)	19. 4	20. 22,22
21.	22. 10-13	23. Kurang (K)	24. 0	25. 0
26.	27. 5-9	28. Kurang Sekali (KS)	29. 0	30. 0
31.	31. Jumlah		32. 18	33. 100

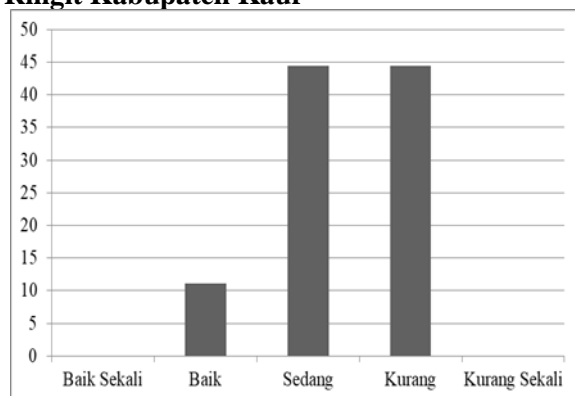
Tabel 2. Gambar Motivasi Intrinsik Latihan Pada Pemain Bola Voli Putri Di Desa Aur Ringit Kabupaten Kaur



Dari table 2 Motivasi Ekstrinsik Latihan Pada Pemain Bola Voli Putri Di Desa Aur Ringit Kabupaten Kaur yang memiliki persentase 0 % dengan kategori baik sekali, sedangkan untuk persentase 11,12% dengan kategori baik, untuk kategori sedang yaitu 44,44%, sedangkan

persentase 44,44% dengan kategori kurang untuk kategori kurang sekali itu 0, kategori yang tertinggi yaitu kategori “Sedang dan Kurang”. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik di bawah ini:

Tabel 3. Gambar Motivasi Ekstrinsik Latihan Pada Pemain Bola Voli Putri Di Desa Aur Ringit Kabupaten Kaur



Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Motivasi Latihan Pada Pemain Bola Voli Putri Di Desa Aur Ringit Kabupaten Kaur. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi Instrinsik dari hasil angket dan telah di persentasekan dengan latihan pada Pemain Bola Voli Putri Di Desa Aur Ringit Kabupaten Kaur bahwa terdapat 8 orang remaja putri dengan presentase 44,44% yang memiliki motivasi instrinsik dalam Latihan Pada Pemain Bola Voli Putri Di Desa Aur Ringit Kabupaten Kaur yang memiliki katagori baik sekali. Sedangkan yang memiliki motivasi instrinsik baik ada 6 orang dengan presentase 33,33% dengan kategori baik sedangkan persentase 22,23% memiliki motivasi instrinsik di kategorikan sedang dengan frekuensi 4 orang. Untuk yang memiliki motivasi instrinsik dalam Latihan Pada Pemain Bola Voli Putri Di Desa Aur Ringit Kabupaten Kaur kategori kurang dan kurang sekali tidak ada. Apabila dilihat dari frekuensi dari tiap kategori, terlihat bahwa motivasi instrinsik remaja putri motivasi instrinsik dalam Latihan Pada Pemain Bola Voli Putri Di Desa Aur Ringit Kabupaten Kaur adalah “Baik Sekali”. Motivasi Ekstrinsik Latihan Pada Pemain Bola Voli Putri Di Desa Aur Ringit Kabupaten Kaur yang memiliki persentase 0 % dengan kategori baik sekali, sedangkan untuk persentase 11,12% dengan kategori baik, untuk

kategori sedang yaitu 44,44%, sedangkan persentase 44,44% dengan kategori kurang untuk kategori kurang sekali itu 0, kategori yang tertinggi yaitu kategori “Sedang dan Kurang”.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil uji korelasi dapat diketahui nilai signifikan daya ledak otot tungkai terhadap hasil lompat jauh sebesar 0.000 artinya adanya hubungan yang signifikan ledak otot tungkai terhadap hasil lompat jauh dengan pearsn Correlation sebesar 0,819 artinya memiliki derajat hubungan tinggi.

Sehubungan dengan pembahasan dan kesimpulan diatas, maka penulis mengharapkan pihak sekolah agar dapat memberikan motivasi dan penghargaan kepada setiap siswa yang memperoleh prestasi terbaik pada setiap lomba dalam cabang olahraga yang dilaksanakan baik ditingkat kabupaten maupun daerah, guna untuk membina dan mengembangkan prestasi siswa dalam cabang olahraga tersebut.

Dalam rangka memacu sportifitas guna meningkatkan kemampuan keterampilan khususnya pada cabang olahraga lompat jauh, maka sangat efektif diterapkannya latihan standing broad jump untuk meningkatkan kemampuan lompat jauh siswa.

Daftar Pustaka

- Alexander, K., & Luckman, J. (2011). Australian Teachers Perceptions and Uses of the Sport Education Curriculum Model. *European Physical Education Review*, 7(3), 243–267. <https://doi.org/10.1177/1356336X010073002>
- Bachtiar dkk. (2014). *Permainan Besar II BolaVoli dan Bola Tangan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Bucher, C. A. (2012). *Foundations of Physical Education & Sport*. St Louis: The C.V. Mosby Company.
- Depdiknas. (2003). *Undang-undang Dasar Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Depdiknas.
- Emda, A. (2018). Kedudukan Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran. *Lantanida Journal*, 5(2), 172. <https://doi.org/10.22373/lj.v5i2.2838>
- H Setyobroto, Sudibyo.(2015). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Remaja.
- urlock Elizabeth B. (2014). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Renika Cipta.

-
- Hamzah. B. Uno. (2011). Teori Motivasi dan Pengukurannya. Jakarta: Bumi Aksara.
- Indricha, M. (2019). Survei Minat Olahraga Pengunjung Car Free Day Boulevard Makassar. 17.
- Iqbal Tawakal. 2020. Jago Bola Voli Gramedia Tangerang Selatan : Universitas Negeri Jakarta.
- Paryanto.2020 Implentasi model pembelajaran kooperatif tipe stad passing permainan bola voli.Ahlimedia Press.com.Kota Malang.
- Paturusi Ahmad.(2012) Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga : Jakarta. Rineka Cipta.
- Paturusi,dkk. (2012). Pengembangan Kurikulum Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Malang: Wineka Media.
- Purwanto, Ngalim. (2013). Psikologi Pendidikan. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Setyobroto, Sudibyو.(2012). Psikologi Pendidikan. Jakarta: PT Raja Grafindo Remaja.
- Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D (Edisi-19) Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). Statistika Untuk Penelitian (Edisi-30). Bandung: Alfabet.
- Suryabrata, Sumadi. (2014). Psikologi Kepribadian. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Suryobroto, Agus S. (2016). Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani.Diktat Mata Kuliah Sarana Dan Prasarana Pendidikan Jasmani. Yogyakarta: FIK UNY.
- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem keolahragaan Nasional dan Dilengkapi Dengan Peraturan Pemerintah Nomor 16, 17, 18 Tahun 2007. FIK. UNIMED.
- Winarno, M.E. 2016. Dimensi Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Malang: Laboratorium Jurusan Ilmu Keolahragaan, FIP Univ. Negeri Malang (Online) tersedia: http://lib.um.ac.id/wpn_content/uploads/2018/02/BukuDimensi-Pendidikan-Jasmani.