



Tingkat Motivasi Berprestasi Atlet Karate Kota Jambi dalam Menghadapi Porprov XXIII 2023

Motivation level of Achievement of Karate Athletes in Jambi City in Facing Porprov XXIII 2023

SUGIH SUHARTINI¹, EXCEL LEE RIVALDO²

Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, FKIP, Universitas Jambi, Indonesia¹²

Correspondence Author : excelrivaldo407@gmail.com

Informasi Artikel

Submit: 08-07-2022

ABSTRACT

The purpose of this study is to find out how big the Level of Motivation for Achieving Forki Karate Athletes in Jambi City in Facing PORPROV XXIII 2023 is. This research uses a descriptive method of research using a quantitative approach, namely describing the Level of Motivation for Outstanding Karate Athletes for FORKI Jambi City in Facing PORPROV XXIII 2023. The population in this study is FORKI Jambi City Karate Athletes who were selected to compete in PORPROV XXIII 2023 which totaled 17 people. Based on the results obtained, the results of intrinsic indicators are in the very good category, namely as many as 4 people (24%). in the good category as many as 1 person (6%), in the medium category as many as 3 people (18%), in the low category as many as 4 people (24%) and finally in the very low category as many as 5 people (29%). extrinsic indicators are in the very good category of 4 students (23%). in the good category as many as 3 people (18%), in the medium category as many as 4 people (24%), in the low category as many as 3 people (18%) and finally in the very low category as many as 3 people (18%). The conclusion in this study is that the level of motivation for the achievements of Forki Jambi City karate athletes in facing Porprov XXIII 2023 is included in the very high category, with a percentage of 85%.

Keywords: Motivation, Karate Athlete, Porprov XXIII 2023

Penerbit

Jurusan Pendidikan Olahraga dan KePelatihan FKIP Universitas Jambi Jambi- Indonesia

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besarkah Tingkat Motivasi Berprestasi Atlet Karate FORKI Kota Jambi Dalam Menghadapi PORPROV XXIII 2023. Penelitian ini menggunakan penelitian metode deskriptif dengan menggunakan pendekatan kuantitatif yakni mendeskripsikan mengenai Tingkat Motivasi Berprestasi Atlet Karate FORKI Kota Jambi Dalam Menghadapi PORPROV XXIII 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah Atlet Karate FORKI Kota Jambi yang terpilih untuk bertanding di PORPROV XXIII 2023 yang berjumlah 17 orang. Berdasarkan hasil yang diperoleh, hasil indikator intrinsik berada pada kategori sangat baik yaitu sebanyak 4 orang (24%). pada kategori baik sebanyak 1 orang (6%), pada kategori sedang sebanyak 3 orang (18%), pada kategori rendah sebanyak 4 orang (24%) dan terakhir pada kategori sangat rendah sebanyak 5 orang (29%). indikator ekstrinsik

berada pada kategori sangat baik yaitu sebanyak 4 siswa (23%). pada kategori baik sebanyak 3 orang (18%), pada kategori sedang sebanyak 4 orang (24%), pada kategori rendah sebanyak 3 orang (18%) dan terakhir pada kategori sangat rendah sebanyak 3 orang (18%). Kesimpulan dalam penelitian ini adalah tingkat motivasi berprestasi atlet karate Forki Kota Jambi dalam menghadapi Porprov XXIII 2023 termasuk dalam kategori sangat tinggi, dengan besaran persentase sebesar 85%.

Kata Kunci : Motivasi, Atlet Karate, Porprov XXIII 2023



This Indonesian Journal of Sport Science and Coaching is licensed under a CC BY-NC-SA ([Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/))

PENDAHULUAN

Motivasi berprestasi pada dasarnya dimiliki oleh semua individu. Motivasi adalah penggerak dari perilaku manusia sebagai pendorong dalam mengarahkan tujuan yang akan dicapai. Banyak hal yang dapat dilakukan individu, termasuk pencapaian prestasi yang didasari oleh motivasi berprestasi tinggi. McClelland (Winarno, 2011) mendefinisikan motivasi berprestasi merupakan dorongan untuk mencapai keberhasilan dalam kompetisi dengan standar prestasi. Motivasi berprestasi perlu dimiliki setiap individu agar dapat mengoptimalkan standar pencapaian kesuksesan yang ingin diraih. Motivasi berprestasi tinggi berkaitan juga dengan aktualisasi diri pada setiap individu.

Raihan prestasi dalam olahraga dipengaruhi dalam berbagai faktor, antara lain bersifat fisik dan psikologis. Percaya diri merupakan faktor yang berperan penting dalam melakukan aktivitas, baik itu fisik maupun non fisik. Dalam olahraga berprestasi kepercayaan diri merupakan salah satu modal utama. Salah satu modal utama dan syarat mutlak untuk mencapai prestasi olahraga yang gemilang adalah percaya diri *self confidence atau confidence in oneself*.

Ketangguhan mental seorang atlet karate pada dasarnya berkaitan dengan berbagai hal, salah satunya terkait dengan masalah kepercayaan diri yang melekat di dalamnya. Faktor kepercayaan diri merupakan bagian yang sangat penting, mengingat banyak teknik gerakan dasar pada cabang olahraga karate ini yang menuntut anak untuk berani, akibatnya pola gerakan yang akan dilakukan memiliki resiko yang cukup tinggi.

Atlet karate yang akan mengikuti PORPROV XXIII 2023. Dimana saat pandemi covid-19. Latihan tidak seperti biasa karena harus memperhatikan kesehatan dan protokol kesehatan. Namun dengan adanya pandemi ini kegiatan dan jadwal latihan tatap muka berkurang. Pelatih memberi arahan untuk melakukan latihan mandiri berupa latihan fisik dan teknik. Atlet melakukan latihan mandiri untuk menjaga kondisi fisik dan stamina agar tetap terjaga. Namun kekurangan dari latihan mandiri adalah tidak adanya pelatih yang menuntun dan memotivasi atlet. Para atlet dituntut untuk tetap memberikan yang terbaik dalam kompetisi PORPROV. Disini atlet mungkin akan merasa takut dan tidak percaya diri dalam menghadapi kompetisi tersebut.

Aspek motivasi memegang peranan dalam kejiwaan seseorang, sebab motivasi merupakan salah satu faktor penentu sebagai pendorong tingkah laku manusia, sehingga dengan adanya motivasi seseorang lebih giat dalam berlatih untuk mencapai hasil yang lebih maksimal. Walgito (2003: 220), menyatakan bahwa "motivasi adalah sebuah keadaan individu atau organisme yang mempengaruhi perilaku ke arah tujuan".

Hal yang sama, Dimiyati & Mudjiono (2002: 80), menyatakan bahwa "motivasi adalah dorongan mental yang mempengaruhi perilaku manusia, termasuk perilaku

belajar". Pandangan lain dari Sardiman (2006: 73) "motivasi adalah serangkaian upaya untuk menciptakan kondisi tertentu bagi seseorang untuk melakukan sesuatu, dan jika mereka tidak menyukainya, maka akan berusaha untuk meniadakan atau menghilangkan perasaan tidak suka itu, sehingga motivasi dirangsang oleh faktor dari luar namun motivasi itu dapat tumbuh di dalam diri seseorang".

Pendapat lain dari Sugihartono, dkk., (2007: 20) bahwa "motivasi sebagai suatu kondisi yang mempengaruhi perilaku seseorang dan memberikan arahan serta ketahanan terhadap perilaku orang tersebut". Mulyasa (2002: 120) menyatakan bahwa motivasi adalah hal yang mendorong seseorang melakukan sesuatu. Danim (2004: 2) menyatakan bahwa: "motivasi diartikan sebagai kekuatan, dorongan dari seseorang atau sekelompok tekanan atau mekanisme psikologis yang mendorong seseorang atau sekelompok orang untuk mencapai prestasi tertentu sesuai dengan apa yang diinginkannya".

Peranan motivasi dalam proses pembelajaran, motivasi belajar siswa dapat dianalogikan sebagai bahan bakar untuk menggerakkan mesin motivasi belajar yang memadai akan mendorong siswa berperilaku aktif untuk berprestasi di kelas, tetapi motivasi yang terlalu kuat justru dapat berdampak negatif pada efektivitas pembelajaran, usaha belajar siswa.

Fungsi motivasi dalam pembelajaran diantaranya : (1) Mendorong timbulnya tingkah laku atau perbuatan, tanpa motivasi tidak akan timbul suatu perbuatan misalnya belajar; (2) Motivasi berfungsi sebagai pengarah, artinya mengarahkan perbuatan untuk mencapai tujuan yang diinginkan; (3) Motivasi berfungsi sebagai penggerak, artinya menggerakkan tingkah laku seseorang. Besar kecilnya motivasi akan menentukan cepat atau lambatnya suatu pekerjaan.

Pada garis besarnya motivasi mengandung nilai-nilai dalam pembelajaran sebagai berikut : (1) Motivasi menentukan tingkat berhasil atau gagalnya kegiatan belajar siswa; (2) Pembelajaran yang bermotivasi pada hakikatnya adalah pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan, dorongan, motif, minat yang ada pada diri siswa; (3) Pembelajaran yang bermotivasi menuntut kreativitas dan imajinasi guru untuk berupaya secara sungguh-sungguh mencari cara-cara yang relevan dan serasi guna membangkitkan dan memelihara motivasi belajar siswa; (4) Berhasil atau gagalnya dalam membangkitkan dan mendayagunakan motivasi dalam proses pembelajaran berkaitan dengan upaya pembinaan disiplin kelas; (5) Penggunaan asas motivasi merupakan sesuatu yang esensial dalam proses belajar dan pembelajaran.

Ada banyak sekali faktor yang berpengaruh terhadap tinggi rendahnya motivasi. Gunarsa (2004) menjelaskan bahwa ada 4 dimensi dari motivasi. Dimensi-dimensi tersebut adalah:

1. Atlet Sendiri
2. Hasil Penampilan
3. Suasana Pertandingan
4. Tugas atau Penampilan

Motivasi memainkan peran yang penting dalam olahraga prestasi. Seorang atlet harus mampu menjaga motivasinya untuk tetap berada di level yang tinggi baik dalam proses latihan maupun pada saat menjalani pertandingan. Motivasi memang bukanlah kondisi yang tidak bisa berubah. Setiap saat motivasi atlet dapat berubah sewaktu-waktu, sehingga diperlukan suatu usaha untuk menjaga motivasi pada tingkat yang optimal. Ada beberapa cara untuk meningkatkan motivasi atlet, diantara adalah:

1. Menetapkan Sasaran (*Goal Setting*)

Konsep dasar dari *goal setting* adalah menciptakan tantangan bagi atlet untuk dilewati. Secara sederhana, *goal setting* memotivasi atlet untuk mencapai sesuatu

baik dalam proses latihan maupun dalam sebuah kompetisi. Ada beberapa batasan tentang metode *goal setting* ini agar berjalan secara efektif.

Hal pertama yang harus diperhatikan adalah tujuan harus spesifik sehingga atlet memiliki ukuran atas pencapaiannya. Batasan kedua adalah tingkat kesulitan target. Tingkat kesulitan ini akan mempengaruhi persepsi atlet terhadap kemampuannya. Tujuan yang terlalu sulit akan membuat atlet ragu untuk bisa mencapainya. Seandainya gagal, hal itu justru akan melemahkan rasa percaya diri atlet tersebut. Di sisi lain, tujuan tidak dapat dibuat terlalu mudah karena tidak akan memberi rangsangan untuk berbuat lebih. Semakin sulit tujuan yang harus dicapai, semakin banyak upaya yang akan dilakukan dari seorang atlet untuk mencapainya.

2. Persuasi verbal

Persuasi Verbal adalah metode yang paling mudah untuk dilakukan. Pelatih, ofisial, atau keluarga adalah orang-orang yang sering memberikan persuasi secara verbal ini. Persuasi verbal adalah membakar semangat atlet dengan ucapan-ucapan yang memotivasi. Selain itu, Persuasi verbal bisa juga dilakukan oleh atlet sendiri atau sering disebut dengan istilah *Self talk*. *Self talk* adalah metode persuasi verbal untuk atlet sendiri. Prinsip dasar dari *self talk* ini sebenarnya adalah membantu atlet untuk mendapatkan gambaran yang positif baik tentang kemampuannya atau mengenai suasana pertandingan. *Self talk* ini diyakini mampu menumbuhkan keyakinan diri atlet baik sebelum bertanding atau pada saat menjalani pertandingan. Dengan mengucapkan kalimat-kalimat yang membakar semangat maka gambaran optimisme atlet akan hilang dari persepsinya.

3. Imagery Training

Metode berikutnya yang sangat berguna untuk memotivasi atlet adalah dengan melakukan *imagery training* atau latihan pembayangan. Dalam latihan pembayangan ini, atlet diajak untuk memvisualisasikan keadaan pertandingan yang akan dimainkan. Secara rinci, atlet harus menggambarkan keseluruhan pertandingan, mulai dari situasi lapangan, penonton, lawan dan segala macam partisipasi dalam pertandingan. Setelah mendapat gambaran nyata, para atlet diajak untuk mencari solusi dari permasalahan yang mungkin timbul dalam pertandingan.

Beberapa pemain mengembangkan persepsi bahwa di lapangan akan menghadapi lawan yang berat, tangguh dan sulit dikalahkan. Kesadaran semacam ini terkadang muncul akibat ketegangan sebelum pertandingan. Atlet tidak menilai kemampuan mereka secara objektif. Fokus atlet adalah pada kekuatan lawan dan situasi pertandingan yang berat. Situasi inilah yang melemahkan motivasi atlet menjelang pertandingan. Metode *Imagery training* mengajak para pemain untuk mencari potensi masalah yang muncul di lapangan. Membayangkan kekuatan seseorang, pukulan andalan atau kelemahan musuh, menciptakan kondisi objektif pada persepsi seorang atlet..

4. Motivasi Dengan Gambar

Terutama gambar atau poster yang ada berhubungan dengan cabang olahraga yang diikutinya, misalnya gambar Ben Johnson yang sedang lari, gambar adegan yang menarik saat pertandingan sepak bola, gambar Mike Tyson dan lain-lain.

5. Meningkatkan Kemampuan Atlet

Kemampuan atlet mencakup keterampilan teknis dan fisik. Keterampilan dan kebugaran jasmani yang baik akan mempengaruhi keinginan untuk mencapai prestasi yang maksimal. Keterampilan yang sangat baik dapat dilihat dan dievaluasi melalui pertandingan yang diikuti oleh para atlet. Untuk itu diperlukan metode latihan yang modern dan efektif untuk meningkatkan keterampilan seorang atlet. Pelatih juga harus paham dengan pencapaian teknik dan fisik yang dimiliki oleh pemainnya.

6. Motivasi Insentif (*Reward*)

Reward ini adalah metode yang paling umum digunakan untuk memotivasi seorang atlet. Bonus, hadiah atau jabatan tertentu digunakan untuk memotivasi atlet. *Reward* ini dimaksudkan untuk membangkitkan motivasi eksternal para atlet. Dengan iming-iming bonus yang besar, diharapkan para atlet terpacu untuk tampil maksimal dan mengalahkan lawannya.

Salah satu kelemahan dari metode ini adalah kemungkinan menciptakan ketergantungan dari para atlet. Banyak atlet hanya termotivasi hanya untuk mendapatkan bonus tersebut dari pada alasan lain, Sehingga tidak jarang atlet melakukan upaya-upaya kotor untuk menjadi pemenang. Penggunaan doping adalah salah satu cara yang paling sering digunakan oleh seorang atlet untuk tampil lebih baik dan mendapatkan hadiah atas kemenangannya. Untuk itulah, *reward* ini harus diberikan sebagai pelengkap dari metode lain dan harus diberikan secara bijaksana.

7. Motivasi Karena Takut

Ketakutan atau takut terhadap sesuatu dapat merupakan motivasi yang kuat bagi seseorang yaitu perasaan yang takut atau malu jika atlet tidak tahu peraturan pertandingan tersebut (*sportif*), kekuatan atlet dalam porsi latihan yang diberikan, perasaan takut atau malu ketika tidak ikut serta dalam team (*diskors*) dan perasaan takut atau malu jika tidak bisa memenuhi harapan-harapan atau sasaran yang ditetapkan oleh pelatih. Sehingga atlet akan berusaha sekuat tenaga dalam batas sportifitas.

Faktor endogen (dalam diri) meliputi unsur fisik dan mental / psikologis. Apabila seorang atlet memiliki kualitas fisik lebih baik, maka dia juga mempunyai potensi yang lebih besar untuk berprestasi. Dalam kasus ini, yang termasuk dalam unsur fisik adalah kesehatan tubuh, ukuran tubuh, kecepatan, kapasitas paru-paru, daya tahan, kekuatan otot, kelincahan, keseimbangan, dan kelenturan. Sedangkan yang berkaitan dengan unsur psikologis atau mental adalah keberanian, kesehatan mental, motivasi, dan keinginan untuk menang.

Faktor eksogen (lingkungan) meliputi teknik serta latihan fisik, kondisi lingkungan, sarana maupun prasarana olahraga, penghargaan dan gaji. Kualitas seorang atlet dipengaruhi oleh latihan yang diterimanya. Lalu kegiatan latihan tersebut dipengaruhi oleh sarana dan prasarana yang memadai untuk atlet berlatih.

Studi percobaan mengenai motivasi berprestasi bermula dari taksonomi Murray mengenai sistem kebutuhan dan dilanjutkan dengan pengembangan *Thematic Apperception Test* (TAT) untuk menggambarkan motivasi seseorang. Motivasi berprestasi merupakan daya dorong dalam diri siswa untuk mencapai tingkat prestasi setinggi mungkin sesuai dengan yang ditetapkan oleh siswa itu sendiri, sehingga siswa harus dituntut untuk bertanggung jawab terhadap tingkat keberhasilan yang akan diperolehnya. Motivasi berperan sebagai tujuan dan sekaligus alat untuk mencapai prestasi yang lebih tinggi akan menampilkan tingkah laku yang berbeda dengan orang yang motivasi berprestasinya lebih rendah.

Murray dalam Haryani & Tairas, (2014: 33) mendefinisikan *n-ach* sebagai kebutuhan untuk menyelesaikan sesuatu yang sulit, menguasai sesuatu dengan cepat dan mandiri, memecahkan masalah dan mencapai standar yang tinggi, menantang diri sendiri, bersaing dan mengungguli. Yang lain, mengembangkan penguasaan mereka terhadap hal-hal fisik, kemanusiaan, dan gagasan, dan melakukan semua hal tersebut sebagai kebanggaan, dengan latihan yang baik. Motivasi berprestasi (*Achievement motivation*) menurut Chaplin (2005: 5-6) adalah "(1) Kecenderungan untuk memperjuangkan keberhasilan atau memperoleh hasil yang sangat diinginkan, (2) Melibatkan ego dalam suatu tugas, (3) Harapan keberhasilan dalam melaksanakan suatu tugas yang dinyatakan oleh reaksi-reaksi".

Motivasi berprestasi adalah kecenderungan yang mendorong seseorang untuk memaksimalkan seluruh potensinya menuju pencapaian prestasi yang lebih tinggi melampaui prestasi sebelumnya dan mengungguli prestasi orang lain, dengan persaingan yang ketat, disiplin, dan kerja keras. Sugiyanto (2009: 23) menyatakan bahwa “motivasi berprestasi adalah dorongan yang berhubungan dengan prestasi, yaitu adanya keinginan seseorang untuk lebih menguasai rintangan dan mempertahankan kualitas persaingan yang tinggi melalui upaya sungguh-sungguh untuk melampaui tindakan sebelumnya dan mengungguli orang lain”.

Motivasi berprestasi sebagai dorongan untuk keunggulan dibandingkan standard diri sendiri maupun orang lain. Masykur (2015: 148) menyatakan bahwa “motivasi berprestasi yang tinggi pada peserta didik akan membuat peserta didik lebih terarah dalam bertingkah laku sesuai dengan kemampuan dalam mengembangkan pengetahuan, kepemimpinan, dan keterampilan”. Pendapat lain, Purwanto (2014: 219) mengajukan definisi “motivasi sebagai proses di mana aktivitas yang terarah pada suatu tujuan tertentu didorong dan dipertahankan”. Motivasi berprestasi atau bisa disebut motivasi untuk berprestasi dengan demikian adalah motivasi yang bertujuan untuk meraih prestasi”.

Robbins & Judge (2007: 57) mendefinisikan “motivasi berprestasi sebagai dorongan individu dalam melakukan sesuatu secara maksimal dengan menggunakan seluruh kemampuannya untuk menonjol dari individu yang lainnya hingga individu tersebut mencapai kesuksesan”. Mangkunegara (2011: 43) mendefinisikan “motivasi berprestasi sebagai suatu dorongan dalam ciri seseorang untuk melakukan atau mengerjakan suatu kegiatan atau tugas dengan sebaik-baiknya agar mencapai prestasi dengan predikat terpuji”. Munandar (2014: 49) menyatakan “motivasi berprestasi adalah dorongan yang kuat untuk berhasil, dimana individu hanya berfokus untuk mengejar prestasi daripada imbalan atas keberhasilan, individu juga akan lebih bersemangat untuk melakukan sesuatu yang lebih baik dan selalu menyelesaikan tugas dan tanggung jawabnya”.

Motivasi berprestasi sebagai daya dorong yang memungkinkan seseorang berhasil mencapai apa yang diidamkan. Seseorang yang memiliki motivasi berprestasi tinggi cenderung untuk selalu berusaha mencapai apa yang diinginkan walaupun mengalami hambatan dan kesulitan dalam meraihnya. Pada kenyataannya motivasi berprestasi yang dimiliki oleh seseorang cenderung sering mengalami penurunan dan diwaktu lain mengalami peningkatan. Motivasi berprestasi yang dimiliki seseorang idealnya selalu mengalami progresif atau kemajuan sehingga akan mempercepat apa yang diidamkan (Sugiyanto, 2009: 20). Nurdidaya & Selviana (2012: 288-308) menjelaskan bahwa “motivasi berprestasi olahraga merupakan tujuan yang dimiliki atlet untuk berprestasi”.

Atlet akan berusaha meningkatkan berbagai usaha dan gigih dalam latihan agar dapat berprestasi untuk mendapatkan berbagai penghargaan yang dapat meningkatkan harga dirinya. Motivasi berprestasi olahraga dapat diukur melalui pilihan tugas, upaya (usaha), ketekunan, dan prestasi. Motivasi dalam olahraga merupakan aspek psikologis yang memegang peranan penting bagi para pelatih, guru dan pembina olahraga, karena motivasi merupakan dasar untuk memotivasi dan mengarahkan tindakan dan perilaku seseorang dalam olahraga. Oleh karena itu, setiap pelatih, guru, dan pembina olahraga perlu memahami hakikat, teori, faktor-faktor yang memengaruhi dan teknik-teknik motivasi, di samping perlu mengetahui atlet yang harus diberi motivasi (Muskanan, 2015: 26).

Gunarsa, (dalam Muskanan, 2015: 27) menyatakan bahwa “motivasi olahraga adalah keseluruhan daya penggerak (motif-motif) di dalam diri individu yang menimbulkan kegiatan berolahraga, menjamin kelangsungan latihan dan mengarahkan pada kegiatan latihan untuk mencapai tujuan yang diinginkan”.

Motivasi olahraga dapat dibedakan menjadi motivasi primer dan sekunder; bisa juga pada motivasi biologis dan sosial. Namun, banyak ahli sepakak untuk membaginya menjadi dua jenis, yaitu intrinsik dan ekstrinsik.

Pembinaan olahraga di tingkat daerah mempunyai peran penting dan strategis sebagai upaya untuk menjangkit calon-calon atlet berbakat yang memiliki potensi dikembangkan menjadi atlet yang berprestasi di tingkat nasional, Asia Tenggara, Asia dan Dunia di masa depan. Proses pembinaan olahraga yang dilakukan secara terus menerus dalam bentuk latihan yang rutin harus diukur sejauh mana pencapaiannya.

Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) XXIII 2023 Provinsi Jambi seharusnya dilaksanakan pada bulan November 2021. Menindaklanjuti instruksi Menteri Dalam Negeri Nomor : 17 Tahun 2021 tentang Perpanjangan Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat Berbasis Mikro dan mengoptimalkan posko penanganan Coronavirus Disease 2019 di Tingkat Desa dan Kelurahan. Untuk pengendalian penyebaran Coronavirus Disease 2019, dan tren meningkatnya kasus penyebaran COVID – 19 secara Nasional termasuk di Provinsi Jambi. Sehubungan dengan itu, untuk mencegah dan menghambat kemungkinan timbulnya cluster baru penyebaran COVID – 19 di Provinsi Jambi, pelaksanaan Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) XXIII/2021 yang akan dilaksanakan pada bulan November 2021, ditunda.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif. Arikunto (2010: 139) menyatakan bahwa “penelitian deskriptif adalah penelitian yang hanya menggambarkan keadaan atau status fenomena”. Pendapat lain, Sukardi (2015: 56) menyatakan “penelitian deskriptif yaitu suatu penulisan yang menggambarkan keadaan yang sebenarnya tentang objek yang diteliti, menurut keadaan yang sebenarnya pada saat penelitian langsung”. Penelitian deskriptif dilakukan dengan cara mencari informasi berkaitan dengan gejala yang ada, dijelaskan dengan jelas tujuan yang akan diraih, merencanakan bagaimana melakukan pendekatannya, dan mengumpulkan berbagai macam data sebagai bahan untuk membuat laporan.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket. Metode penelitian survei adalah metode penelitian kuantitatif yang digunakan untuk mendapatkan data yang terjadi pada masa lampau atau saat ini, tentang keyakinan, pendapat, karakteristik, perilaku, hubungan variabel dan untuk menguji beberapa hipotesis tentang variabel sosiologis dan psikologis dari sampel yang diambil dari populasi tertentu, yang mana teknik pengumpulan datanya dengan pengamatan yang tidak mendalam dan hasil penelitian cenderung untuk digeneralisasi (Sugiyono, 2019:57).

Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah atlet karate. Mengingat jumlah populasi hanya 17 orang, maka sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah secara keseluruhan *total sampling*. Dengan kriteria atlet masih bersekolah di jenjang SMP (sekolah menengah pertama), SMA (sekolah menengah atas) dan ada juga di jenjang Perguruan Tinggi.

Menurut Arikunto (2010:17) variabel adalah hal-hal yang menjadi objek penelitian, yang ditatap dalam suatu kegiatan penelitian *points to be noticed*, yang menunjukkan variasi, baik secara kuantitatif maupun kualitatif. Variabel dalam penelitian ini adalah motivasi berprestasi. Diterapkan terhadap 17 atlet karate di Dojo FORKI Kota Jambi. Arikunto (2010: 192), menyatakan bahwa “Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatan pengumpulannya sehingga kegiatan tersebut menjadi sistematis dan memudahkan”. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup. Arikunto (2010:102-103) menyatakan bahwa “angket tertutup adalah

angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda checklist (\checkmark) pada kolom atau tempat yang sesuai. Dengan angket langsung menggunakan skala". Skala dalam yang digunakan yaitu skala *likert* yang dimodifikasi dengan rentang 1-5. Dalam angket ini disediakan empat alternatif jawaban, yaitu dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Alternatif Jawaban Angket

Alternatif Jawaban	Skor Alternatif jawaban	
	Positif	Negatif
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Cukup (C)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Langkah-langkah dalam penyusunan instrumen penelitian menurut Hadi (1991:7-11) sebagai berikut:

a. Mendefinisikan Konstrak

Langkah pertama adalah mendefinisikan konstruk berarti membatasi perubahan atau variabel yang akan diteliti. Konstruk dalam penelitian ini adalah motivasi berprestasi atlet karate dalam menghadapi PORPROV XXIII 2023 yang diukur menggunakan angket.

b. Menyidik Faktor

Berdasarkan kajian teori dan definisi konstruk, maka motivasi berprestasi atlet karate dalam menghadapi PORPROV XXIII 2023 terdiri atas beberapa faktor meliputi: (1) faktor intrinsik: (a) kemungkinan untuk sukses, (b) ketakutan akan kegagalan, (c) keyakinan, (d) usia, (e) pengalaman, (2) faktor ekstrinsik: (a) lingkungan, (b) keluarga, (c) teman, (d) metode latihan, (e) Even.

c. Menyusun Butir-butir Pertanyaan

Langkah selanjutnya adalah menyusun butir-butir pernyataan berdasarkan faktor-faktor atau indikator yang menyusun konstruk. Untuk menggabungkan unsur-unsur pernyataan, maka faktor-faktor tersebut dijabarkan menjadi kisi-kisi instrumen peneliti yang kemudian dikembangkan dalam butir-butir soal atau pernyataan. Butir pernyataan harus berupa uraian dari indikator-indikator yang kemudian dikelompokkan menjadi butir-butir soal yang dapat memberikan gambaran tentang keadaan faktor tersebut. Butir-butir pernyataan yang disusun bersifat positif dan negatif. Pernyataan negatif dimaksudkan memvariasi pernyataan agar tidak monoton dan membosankan. Setelah butir-butir pernyataan tersusun, langkah selanjutnya adalah mengkonsultasikan kepada ahli atau *expert judgement*.

Teknik pengumpulan data merupakan langkah strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dalam penelitian adalah mendapatkan data. Kualitas pengumpulan data akan mempengaruhi kualitas data hasil penelitian (Sugiyono, 2019:194). Dalam pengumpulan data dapat dilakukan dengan beberapa tekniknya yaitu wawancara, observasi, dan angket atau kuesioner.

1. Wawancara

Wawancara dipergunakan sebagai teknik pengumpulan data bila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga jika peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam serta jumlah respondennya sedikit atau kecil (Sugiyono, 2021:229).

2. Observasi

Teknik pengumpulan data dengan observasi digunakan bila, penelitian berkenaan dengan perilaku manusia, proses kerja, gejala-gejala alam dan bila responden yang diamati tidak terlalu besar (Sugiyono, 2021:239)

3. Angket atau Kuesioner

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk jawabnya (Sugiyono, 2021:234).

Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Valid berarti instrument tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bisa digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama (Sugiyono, 2019:175-176).

Pada penelitian ini, untuk menguji validitas instrumen penulis menggunakan validitas konstruksi (*construct validity*). Untuk menguji validitas konstruksi, dapat digunakan pendapat dari ahli (*judgment expert*). Dalam hal ini instrumen dikonstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori, maka selanjutnya dikonsultasikan dengan ahli (Sugiyono, 2019:179). Adapun ahli yang menguji validitas konstruksi pada penelitian ini adalah dosen pembimbing penulis pada penelitian ini.

Pada penelitian ini, untuk menguji reliabilitas instrumen penulis menggunakan menggunakan program SPSS dengan model Alpha untuk pengujian reliabilitas instrumen yang akan dipakai. Sedangkan dalam pengambilan keputusan reliabilitas, suatu instrumen dinyatakan reliabel jika nilai Cronbach Alpha lebih besar dari 0,70” (Ghozali, 2011:48).

Pengkategorian menggunakan Mean dan Standar Deviasi. Azwar (2016: 163) menyatakan bahwa untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) dalam tabel 5. sebagai berikut :

Tabel 2. Norma Penelitian

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 SD < X$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Tinggi
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Cukup
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Rendah
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Rendah

(Sumber: Azwar, 2016: 163)

Keterangan :

M : nilai rata-rata (mean)

X : skor

S : standar deviasi

Tabel 3. Interpretasi Keseluruhan

NO	Tingkat Keadaan	Keterangan
5	80-100	Sangat Baik
4	60-79	Baik
3	40-59	Cukup
2	20-39	Kurang
1	00-19	Sangat Kurang

Sumber: Arikunto (2014)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian berikut adalah untuk menjawab rumusan masalah yang ada dalam penelitian ini. Tingkat Motivasi Berprestasi Atlet Karate FORKI Kota Jambi Dalam Menghadapi Porprov XXIII 2023 Pada Faktor Intrinsik. Mean ideal (M_i) = $\frac{1}{2}$ (Skor maksimal ideal + skor minimal ideal) sehingga diperoleh $M_i = \frac{1}{2} (104 + 80) = 92$, sedangkan $SD_i = \frac{1}{6}$ (skor maks ideal – skor min ideal) = $\frac{1}{6} (104 - 80) = 4$, kemudian nilai SD_i dan M_i dikonversikan ke dalam tabel kecenderungan dengan 5 (lima) kategori sebagai berikut:

- $M_i + 1,5 SD_i - M_i + 3,0 SD_i$
 $92 + 1,5 (4) - 92 + 3,0 (4)$
 $98 - 104$ ----- Sangat Baik
- $M_i + 0,5 SD_i - M_i + 1,5 SD_i$
 $92 + 0,5 (4) - 92 + 1,5 (4)$
 $94 \leq 98$ ----- Baik
- $M_i - 0,5 SD_i - M_i + 0,5 SD_i$
 $92 - 0,5 (4) - 92 + 0,5 (4)$
 $90 \leq 94$ ----- Sedang
- $M_i - 1,5 SD_i - M_i - 0,5 SD_i$
 $92 - 1,5 (4) - 92 - 0,5 (4)$
 $86 \leq 90$ ----- Rendah
- $M_i - 3,0 SD_i - M_i - 1,5 SD_i$
 $92 - 3,0 (4) - 92 - 1,5 (4)$
 $80 \leq 86$ ----- Sangat Rendah

Dari perhitungan diatas maka dapat disusun table variabel intrinsik dengan lima kategori, sebagaimana disajikan pada tabel 4. berikut:

Tabel 4. Tingkat Motivasi Berprestasi Atlet Karate FORKI Kota Jambi Dalam Menghadapi Porprov XXIII 2023 Pada Faktor Intrinsik

No	Interval Nilai	F	Persentase	Kategori
1	98– 104	4	24%	Sangat Baik
2	94 ≤ 98	1	6%	Baik
3	90 ≤ 94	3	18%	Sedang
4	86 ≤ 90	4	24%	Rendah
5	80 ≤ 86	5	29%	Sangat Rendah
Jumlah		17	100%	

Berdasarkan tabel 4. di atas menunjukkan bahwa hasil indikator intrinsik berada pada kategori sangat baik yaitu sebanyak 4 orang (24%). pada kategori baik sebanyak 1 orang (6%), pada kategori sedang sebanyak 3 orang (18%), pada kategori rendah sebanyak 4 orang (24%) dan terakhir pada kategori sangat rendah sebanyak 5 orang (29%).

Tingkat Motivasi Berprestasi Atlet Karate FORKI Kota Jambi Dalam menghadapi Porprov XXIII 2023 Pada Faktor Ekstrinsik. Mean ideal (M_i) = $\frac{1}{2}$ (Skor maksimal ideal + skor minimal ideal) sehingga diperoleh $M_i = \frac{1}{2} (92 + 70) = 81$, sedangkan $SD_i = \frac{1}{6}$ (skor maks ideal – skor min ideal) = $\frac{1}{6} (92 - 70) = 3$, kemudian nilai SD_i dan M_i dikonversikan ke dalam tabel kecenderungan dengan 5 (lima) kategori sebagai berikut:

- $M_i + 1,5 SD_i - M_i + 3,0 SD_i$
 $81 + 1,5 (4) - 81 + 3,0 (4)$

- 87 ≤ 93 -----Sangat Baik
- $M_i + 0,5 SD_i - M_i + 1,5 SD_i$
 $81 + 0,5 (4) - 81 + 1,5 (4)$
- 83 ≤ 87-----Baik
- $M_i - 0,5 SD_i - M_i + 0,5 SD_i$
 $81 - 0,5 (4) - 81 + 0,5(4)$
- 79 ≤ 83 -----Sedang
- $M_i - 1,5 SD_i - M_i - 0,5 SD_i$
 $81 - 1,5 (4) - 81 - 0,5 (4)$
- 75 ≤ 79 -----Rendah
- $M_i - 3,0 SD_i - M_i - 1,5 SD_i$
 $81 - 3,0 (4) - 81 - 1,5 (4)$
- 69 ≤ 75-----Sangat Rendah

Dari perhitungan diatas maka dapat disusun tabel variabel ekstrinsik dengan lima kategori, sebagaimana disajikan pada tabel 5. berikut :

Tabel 5. Tingkat motivasi berprestasi atlet karate Forki Kota Jambi dalam menghadapi Porprov XXIII 2023 Pada Faktor Ekstrinsik

No	Interval Nilai	F	Persentase	Kategori
1	87 ≤ 93	4	24%	Sangat Baik
2	83 ≤ 87	3	18%	Baik
3	79 ≤ 83	4	24%	Sedang
4	75 ≤ 79	3	18%	Rendah
5	69 ≤ 75	3	18%	Sangat Rendah
Jumlah		17	100%	

Berdasarkan tabel 5. di atas menunjukkan bahwa indikator ekstrinsik berada pada kategori sangat baik yaitu sebanyak 4 orang (23%). pada kategori baik sebanyak 3 orang (18%), pada kategori sedang sebanyak 4 orang (24%), pada kategori rendah sebanyak 3 orang (18%) dan terakhir pada kategori sangat rendah sebanyak 3 orang (18%).

Berdasarkan uraian yang telah dikumpulkan sebelumnya maka bab ini akan dilakukan analisa pembahasan yang diperoleh dalam penelitian ini. Hasil penelitian akan digambarkan sesuai dengan tujuan dan hipotesis yang diajukan sebelumnya.

Angket yang disebarkan kepada Atlet Karate FORKI Kota Jambi yang mengikuti Kejuaraan PORPROV XXIII 2023 pada sampel sebanyak 17 orang atlet sebagai responden dalam waktu 45 menit responden dapat mengisi angket tersebut dengan baik. Mengingat tugas responden hanya memberikan tanda checklist pada jawaban yang dipilih

Teori motivasi yang lazim digunakan untuk menjelaskan sumber motivasi atlet digolongkan menjadi dua, yaitu : motivasi intrinsik (rangsangan dari dalam diri atlet) dan motivasi ekstrinsik (rangsangan dari luar atlet)

Sumber motivasi yang pertama, yaitu motivasi intrinsik adalah dorongan dari dalam yang menyebabkan individu berpartisipasi. Dorongan ini sering dikatakan dibawa sejak lahir, sehingga tidak dapat dipelajari. Atlet yang punya motivasi intrinsik akan mengikuti latihan peningkatan kemampuan atau keterampilan, atau mengikuti pertandingan, bukan karena situasi buatan (dorongan dari luar), melainkan karena kepuasan dalam dirinya. Bagi atlit ini, kepuasan diri diperoleh lewat prestasi yang

tinggi bukan melalui hadiah, pujian, atau penghargaan lainnya. Atlet ini biasanya tekun, bekerja keras, teratur dan disiplin dalam menjalani latihan serta tidak bergantung pada orang lain.

Pada umumnya kemenangan yang diperoleh dalam kompetisi merupakan kepuasan dan selalu dievaluasi guna lebih ditingkatkan, dan kekalahan akan diterima tanpa kekecewaan tetapi akan menjadi sumber menganalisis kekuatan lawan dan kelemahan diri sendiri guna diperbaiki melalui latihan-latihan yang keras. Biasanya atlet ini mempunyai kepribadian yang matang, sportif, tekun, percaya diri, disiplin dan kreatif.

Peran motivasi intrinsik dan ekstrinsik dapat kita lihat dalam pertandingan. Dalam pertandingan atlet atau tim akan bermain di stadion yang baru, menghadapi penonton yang banyak. Sebelum dan selama pertandingan mereka selalu mendapat arahan dari pelatih dalam hal teknik, strategi, dan dorongan semangat, sehingga mereka bisa bermain sebaik mungkin dan memenangkan pertandingan. Situasi penonton, stadion baru, instruksi pelatih, menyebabkan perilaku mereka mengendalikan lingkungan. Ini berarti bahwa motivasi ekstrinsik berfungsi. Dengan demikian dalam diri atlet atau tim berfungsi motivasi intrinsik karena adanya kebutuhan-kebutuhannya sendiri, dan motivasi ekstrinsik karena dipengaruhi oleh kondisi eksternal.

Motivasi utama perilaku individu dalam olahraga adalah motivasi intrinsik, namun selalu ditambah dengan motivasi ekstrinsik. Dorongan ekstrinsik dapat meningkatkan motivasi intrinsik, kalau dorongan itu menambah kompetisi dan keputusan individu, dan dapat menurunkan motivasi intrinsik, kalau dorongan itu mengurangi kompetisi dan keputusan diri individu. Dengan kata lain, jika komponen kontrol (aspek lingkungan) lebih menonjol, maka penguatan yang diberikan akan menurunkan motivasi intrinsik. Tetapi jika informasi lebih menonjol dan positif terhadap kompetensi dan keputusan seseorang, maka motivasi intrinsik akan meningkat.

Berdasarkan hasil yang diperoleh, hasil indikator intrinsik berada pada kategori sangat baik yaitu sebanyak 4 orang (24%). pada kategori baik sebanyak 1 orang (6%), pada kategori sedang sebanyak 3 orang (18%), pada kategori rendah sebanyak 4 orang (24%) dan terakhir pada kategori sangat rendah sebanyak 5 orang (29%). indikator ekstrinsik berada pada kategori sangat baik yaitu sebanyak 4 orang (23%). pada kategori baik sebanyak 3 orang (18%), pada kategori sedang sebanyak 4 orang (24%), pada kategori rendah sebanyak 3 orang (18%) dan terakhir pada kategori sangat rendah sebanyak 3 orang (18%).

SIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah tingkat motivasi berprestasi atlet karate Forki Kota Jambi dalam menghadapi Porprov XXIII 2023 termasuk dalam kategori sangat baik dengan besaran persentase sebesar 85%.

DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta: PT. Bina Askara
- Apriyanto, Tirto dkk. (2017). *Psikologi Olahraga*. Sulawesi Selatan: PT. Edukasi Pratama Madani.
- Azwar, S. (2009). *Validitas dan Reliabilitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Chaplin, J.P. (2005). *Kamus lengkap psikologi*. (Terjemahan Kartini Kartono). Jakarta: Raja Grafindo
- Dimiyati & Mudjiono. (2002). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Gunarsa, S.D. (2008). *Psikologi olahraga*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia.

- Ghozali, Imam. 2011. *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hadi, R.A. (1991). *Psikologi perkembangan anak mengenal sifat, bakat, dan kemampuan anak*. Jakarta: Grasindo.
- Haryani, R & Tairas, M.M.W. (2004). Motivasi berprestasi pada mahasiswa berprestasi dari keluarga tidak mampu secara ekonomi. *Jurnal psikologi pendidikan dan perkembangan*, Vol 3 , No. 01.
- Hutabarat, B. F. M., Sukendro, S., & Muzzafar, A. (2021). Analisis Keterampilan Pukulan Gyaku Tsuki Ketika Kumite Pada Atlet Senior Jambi Karate Club. *Jurnal Pion*, 1(1), 25-33.
- Indrayana, Boy dkk. (2017). *Panduan Penulisan Skripsi*. Universitas Jambi. Jambi.
- Mangkunegara, A.P. (2011). *Manajemen sumber daya manusia perusahaan*. Bandung: Rosda.
- Mulyasa, E. (2002). *Kurikulum berbasis kompetensi*. Bandung: Rosda karya.
- Munandar, U. (2014). *Pengembangan kreativitas anak berbakat* Jakarta: Rineka Cipta.
- Mulyasa, E. (2002). *Kurikulum berbasis kompetensi*. Bandung: Rosda karya.
- Muskanan, K. (2015). Analisis motivasi berprestasi atlet pusat pendidikan dan latihan olahraga pelajar (PPLP) Provinsi Nusa Tenggara Timur. *Jurnal Kebijakan & Administrasi Publik (JKAP)*, Vol 19, No 2.
- Nurdidaya & Selviana. (2012). Prestasi olahraga paralimpian indonesia: kajian perspektif psikologis. *Jurnal Iptek Olahraga*, Vol. 14(3): pp.288-308.
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani Prinsip-Prinsip Dan Penerapannya*. Direktorat Jenderal Olahraga: Jakarta Pusat.
- Purwanto, N. (2014). *Psikologi pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Robbins, SP, & Judge. (2007). *Perilaku organisasi*. Jakarta: Salemba empat.
- Sardiman, A.M. (2006). *Interaksi dan motivasi belajar mengajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Slameto. (2010). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugihartono. (2007). *Psikologi pendidikan*. Yogyakarta. UNY Press.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabet.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D dan Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Winarno, (2011). *Pengembangan Sikap Entrepreneurship & Intrapreneurship*. Jakarta: PT. Indeks.