

**MOTIVASI ATLET MENGIKUTI LATIHAN DI UPT
PENDIDIKAN DAN PELATIHAN OLAHRAGA
PELAJAR DAN MAHASISWA (PPOPM)**

KABUPATEN BOGOR



OLEH

MUHAMMAD FARHAN NUR WAHID

NIM 1816021004

PRODI ILMU KEOLAHRAGAAN

JURUSAN ILMU OLAHRAGA DAN KESEHATAN

FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA

SINGARAJA

2023

**MOTIVASI ATLET MENGIKUTI LATIHAN DI UPT
PENDIDIKAN DAN PELATIHAN OLAHRAGA
PELAJAR DAN MAHASISWA (PPOPM)**

KABUPATEN BOGOR



PRODI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN ILMU OLAHRAGA DAN KESEHATAN
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA

2023

SKRIPSI

**DIAJUKAN UNTK MELENGKAPI TUGAS DAN
MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK MENCAPAI
GELAR SARJANA OLAAHRAGA**



Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or
NIP. 196805172001121001

I Nyoman Sudarmada, S.Or., M.Or
NIP. 198608102008121001

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi oleh Muhammad Farhan Nur Wahid ini telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 26 Januari 2023

Dewan Penguji,


Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or

(Ketua)

NIP. 196805172001121001


I Nyoman Sudarmada, S.Or., M.Or

(Anggota)

NIP. 198608102008121001


Dr. I Ketut Iwan Swadesi, S.Pd., M.Or

(Anggota)

NIP. 197305112001121001


Gede Doddy Tisna, M.S, S.Or., M.Or

(Anggota)

NIP. 198405212008121002

Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Olahraga dan Kesehatan
Universitas Pendidikan Ganesha
guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana olahraga

Pada:

Hari : Kamis
Tanggal : 26 Januari 2023



PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul "**Motivasi Atlet Mengikuti Latihan di UPT Pendidikan dan Pelatihan Olahraga Pelajar dan Mahasiswa (PPOPM) Kabupaten Bogor**" beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.

Singaraja, 26 Januari 2023

Muhammad Farhan Nur Wahid



PRAKATA

Puji dan syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan berkat-Nya peneliti dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “**Motivasi Atlet Mengikuti Latihan di UPT Pendidikan dan Pelatihan Olahraga Pelajar dan Mahasiswa (PPOP) Kabupaten Bogor**” dapat diselesaikan. Skripsi ini disusun guna memenuhi persyaratan mencapai gelar sarjana olahraga pada Universitas Pendidikan Ganesha.

Dalam penyusunan skripsi ini peneliti mendapatkan banyak sekali masukan, bimbingan, saran, arahan dan motivasi dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. I Nyoman Jampel, M.Pd Rektor Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti mengikuti pendidikan di Program Studi Ilmu Keolahragaan, Jurusan Ilmu Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
2. I Ketut Budaya Astra, S.Pd., M.Or., Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah memberikan petunjuk, arahan serta motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
3. Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or. Sebagai Wakil Dekan 1 sekaligus pembimbing 1 yang telah banyak memberikan arahan, petunjuk, bimbingan, dorongan dan motivasi dalam penyusunan skripsi.
4. Dr. I Ketut Suidiana S.Pd.,M.Kes. Ketua Jurusan Ilmu Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan arahan, motivasi, petunjuk, dalam penyusunan skripsi ini.
5. I Nyoman Sudarmada, S.Or., M.Or. Sebagai Koordinator Program Studi Ilmu Keolahragaan, Jurusan Ilmu Olahraga dan Kesehatan, Fakultas

Olahraga dan Kesehatan sekaligus sebagai Dosen Pembimbing akademik dan Pembimbing 2 yang telah memberi banyak masukan, petunjuk dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini

6. Gede Eka Budi Darmawan S.Pd., M.Or. sebagai Sekretaris Jurusan Ilmu Olahraga dan Kesehatan, yang telah membantu dalam menunjang kelengkapan selama penyusunan skripsi.
7. Dr. I Ketut Iwan Swadesi S.Pd., M.Or. Sebagai dewan penguji proposal dan Skripsi.
8. Gede Doddy Tisna M.S, S.Or., M.Or. Sebagai dewan penguji proposal dan Skripsi.
9. Staf dosen di Program Studi Ilmu Keolahragaan, yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat dan juga terus memberikan semangat selama melaksanakan pembelajaran di Prodi Ilmu Keolahragaan.
10. Seluruh staf pegawai di Fakultas Olahraga dan Kesehatan, yang selama ini telah membantu dalam memudahkan serta kelancaran dalam penyelesaian Skripsi
11. Isak Beruatwarin, S.Sos., M.Si sebagai kasubag PPOPM Kabupaten Bogor yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian di PPOPM Kabupaten Bogor dan telah banyak membantu saya selama melaksanakan PKL dan Penelitian.
12. Gerry Agustian S.Or sebagai koordinator cabang olahraga di PPOPM Kabupaten Bogor yang telah banyak membantu saya selama melaksanakan PKL dan Penelitian di PPOPM Kabupaten Bogor.
13. Seluruh Staf PPOPM Kabupaten Bogor yang telah menerima dan membantu saya selama PKL dan Penelitian.
14. Kepada kedua orang tua saya yang saya cintai Bapak Sobar dan Ibu Siti Fatimah yang telah melahirkan, merawat, membimbing dengan penuh rasa cinta dan penuh dengan kesabaran. Terima kasih atas rasa sayang, rasa cinta yang telah diberikan kepadaku selama ini, dan doa-doa yang engkau panjatkan yang mengiri disetiap langkahku.
15. Kepada Nabilatul Maula yang telah membantu dalam memberikan semangat serta motivasi yang luar biasa.

16. Teman-teman mahasiswa Program Studi Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan semangat, motivasi dan bantuan dalam penyusunan skripsi ini.

17. Semua pihak yang tidak bisa semua disebutkan satu-persatu yang telah membantu dalam penyusunan skripsi.

Peneliti sangat menyadari bahwa isi yang tersaji dalam Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu untuk kesempurnaan dalam penulisan skripsi ini, peneliti sangat terbuka dengan segala masukan maupun kritik yang membangun dari berbagai pihak. Peneliti berharap bahwa skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna.

Bogor, 26 Januari 2023



Penulis

DAFTAR ISI

PRAKATA.....	vii
ABSTRAK.....	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR TABEL.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.1 Identifikasi Masalah	4
1.2 Pembatasan Masalah.....	4
1.3 Rumusan Masalah.....	5
1.4 Tujuan Penelitian.....	5
1.5 Manfaat Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN TEORI.....	8
2.1 Motivasi	8
2.2 Ciri-ciri Motivasi	9
2.3 Tujuan Motivasi.....	10
2.4 Jenis-Jenis Motivasi.....	11
2.5 Cara Meningkatkan Motivasi	12
2.6 Prestasi Olahraga	14
2.7 Faktor yang mempengaruhi prestasi.....	15
2.7.1 Faktor Internal.....	15
2.7.2 Faktor Ekternal.....	17
2.8 Penelitian yang Relevan	19
2.9 Pendidikan dan Pelatihan Olahraga Pelajar dan Mahasiswa Kabupaten Bogor.....	21
2.10 Kerangka Berpikir	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	24

3.1 Rancangan Penelitian.....	24
3.2 Populasi dan Sampel.....	24
3.3 Metode dan Instrumen	25
3.4 Teknik Pengumpulan Data	27
3.5 Variabel	27
3.6 Uji Coba Instrumen	27
3.7 Validitas.....	28
3.8 Reliabilitas	29
3.9 Teknik Analisis Data	30
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	30
4.1 Hasil Penelitian.....	31
4.2 Motivasi Intrinsik Atlet Mengikuti Program Latihan di PPOPM Kabupaten Bogor.....	33
4.2.1 Harga diri	34
4.2.2 Kebutuhan	35
4.2.3 Harapan	37
4.2.4 Cita-cita.....	38
4.2.5 Kepuasan	39
4.2.6 Tanggung Jawab.....	40
4.3 Motivasi Ekstrinsik Atlet Mengikuti Program Latihan di PPOPM Kabupaten Bogor.....	42
4.3.1 Pelatih.....	43
4.3.2 Teman.....	44
4.3.3 Lingkungan	45
4.3.4 Alat	47
4.3.5 Fasilitas	48
4.3.6 Metode latihan.....	49
4.3.7 Program latihan	51
4.4 Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Atlet Mengikuti Latihan di PPOPM Kabupaten Bogor.	52
4.5 Pembahasan	53
4.5.1 Faktor Intrinsik.....	54
4.5.2 Faktor Ekstrinsik	57

4.5.3 Faktor yang Mempengaruhi Motivasi.....	61
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	62
5.1 Kesimpulan.....	62
5.2 Saran.....	63



DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Diagram Tingkat Motivasi Atlet Mengikuti Latihan	32
Gambar 4. 2 Tingkat Motivasi Atlet Mengikuti Latihan	34
Gambar 4. 3 Diagram Hasil Penelitian Harga diri	35
Gambar 4. 4 Diagram Hasil Penelitian Kebutuhan	36
Gambar 4. 5 Diagram Hasil Penelitian Harapan	38
Gambar 4. 6 Diagram Hasil Penelitian cita-cita	39
Gambar 4. 7 Diagram Hasil Penelitian kepuasan	40
Gambar 4. 8 Diagram Hasil Penelitian tanggung jawab	41
Gambar 4. 9 Diagram Hasil Penelitian Faktor Ekstrinsik	43
Gambar 4. 10 Diagram Hasil Penelitian pelatih	44
Gambar 4. 11 Diagram Hasil Penelitian teman	45
Gambar 4. 12 Diagram Hasil Penelitian Lingkungan	46
Gambar 4. 13 Diagram Hasil Penelitian Sarana	48
Gambar 4. 14 Diagram Hasil Penelitian Prasarana	49
Gambar 4. 15 Diagram Hasil Penelitian Prasarana	50

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Hasil Penelitian Tingkat Motivasi Atlet Mengikuti Latihan.....	31
Tabel 4. 2 Hasil Penelitian Tingkat Motivasi Intrinsik Atlet Mengikuti Latihan. .	33
Tabel 4. 3 Hasil Penelitian Indikator Harga diri	34
Tabel 4. 4 Hasil Penelitian Indikator Kebutuhan.....	36
Tabel 4. 5 Hasil Penelitian Indikator Harapan	37
Tabel 4. 6 Hasil Penelitian Indikator Cita-cita.....	38
Tabel 4. 7 Hasil Penelitian Indikator kepuasan.....	39
Tabel 4. 8 Hasil Penelitian Indikator tanggung jawab	40
Tabel 4. 9 Hasil Penelitian Faktor Ekstrinsik.....	42
Tabel 4. 10 Hasil Penelitian Indikator pelatih.....	43
Tabel 4. 11 Hasil Penelitian Indikator Teman	44
Tabel 4. 12 Hasil Penelitian Indikator Lingkungan	46
Tabel 4. 13 Hasil Penelitian Indikator Sarana.....	47
Tabel 4. 14 Hasil Penelitian Indikator Prasarana	48
Tabel 4. 15 Hasil Penelitian Indikator Metode Latihan	50