

PROCEEDING

GUIDANCE AND COUNSELING INTERNATIONAL SEMINAR AND WORKSHOP

"Pendidikan dan Konseling : Kreativitas Pendidik dan
Konselor dalam Menghadapi Warna-warni Kehidupan"

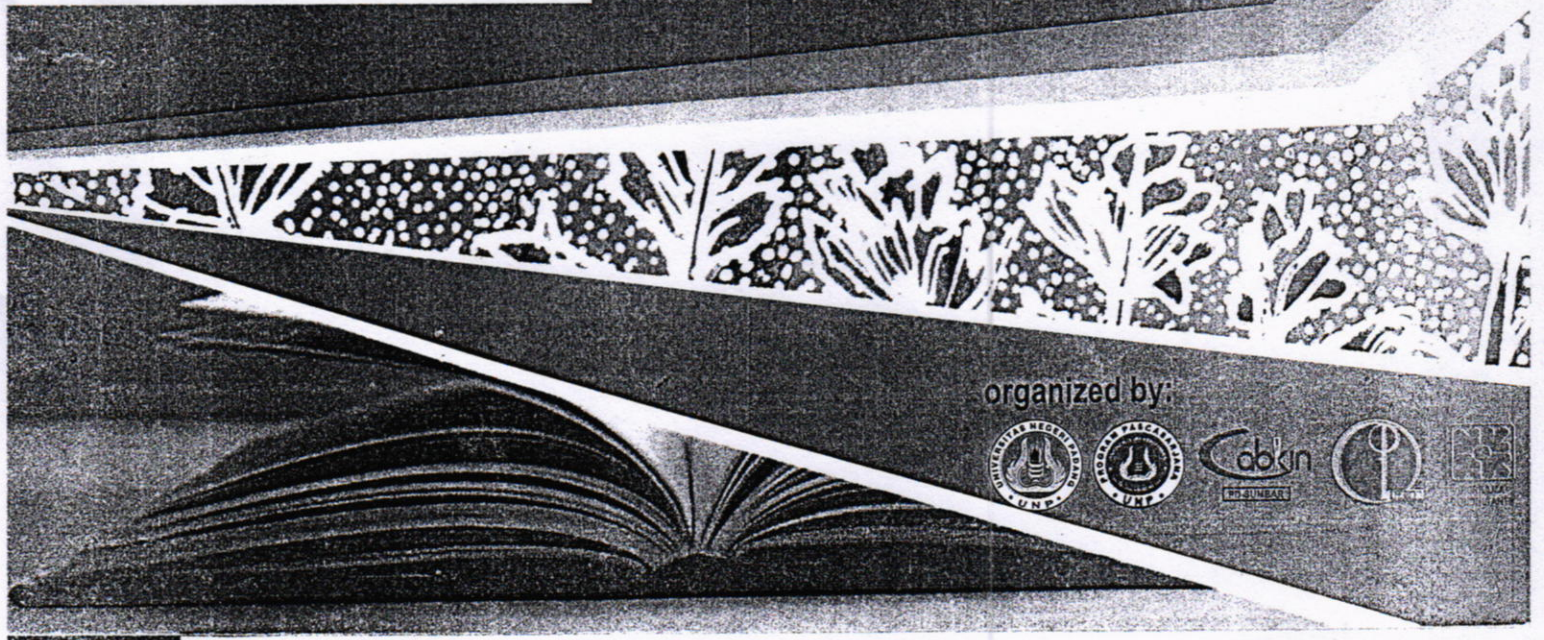
Editor

Prof. Dr. Prayitno, M.Sc., Ed
Prof. Dr. Mudjiran, M.S., Kons.
Dr. Syahniar, M.Pd., Kons.
Muhammad Saffuan Abdullah

Padang, June 5th to 6th, 2014

ISBN: 978-602-17125-5-9

organized by:



24	Amirah Diniaty	Tuntutan Terhadap Kreatifitas Konselor Sekolah Dalam Menyiapkan Siswa Berwawasan Global Dibidang Karir Menghadapi Asean Economic Community 2015	151
25	Emeliya Hardi	Konsep Diri Dan Motivasi Belajar Siswa Broken Home Serta Implikasinya Dalam Bimbingan Dan Konseling	157
26	Erlina Harahap	Hubungan Persepsi Siswa Tentang Keharmonisan Keluarga Dengan Kenakalan Siswa Sman 3 Padangsidempuan	165
27	Hafit Riansyah	Peningkatan Penyesuaian Diri Siswa Di Sekolah Melalui Layanan Informasi Dengan Media Audio Visual	175
28	Juster Donal Sinaga	Penerapan Konseling Kreatif Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri (Self Adjustment) Mahasiswa Baru	182
29	Rifa'atul Fitri	Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa	191
30	Sarlani Rhepon, S.Pd Citra Indah JS, S.Pd	Pentingnya Pemahaman Multikultural Bagi Konselor Dalam Pemberian Layanan Konseling	197
31	Syawaluddi	Self Concept Remaja Ditinjau Dari Jenis Kelamin, Latar Belakang Budaya, Dan Status Di Panti Asuhan Kota Padang Serta Implikasinya Dalam Pelayanan Bimbingan Konseling	202
32	Dr. Titik Haryati	Mengenali Dan Menangani Depresi Siswa Karena Penyalahgunaan Narkoba: Rambu-Rambu Bagi Konselor Sekolah	211
33	Herman Nirwana	Peningkatan Keprofesionalan Konselor Sekolah Di Lapangan	217
34	Mudjiran	Pengubahan "Mindset" Dalam Konseling	221
35	Tjung Hauw Sin	Layanan Konseling Dalam Meningkatkan Motivasi Atlet	224
36	Dr. Yarmis Syukur, M.Pd., Kons.	Arah Layanan Konseling Perorangan Dan Penerapannya Di Sekolah	230
37	Rusmailani Binti Ab. Aziz Fatimah Binti Yussoff	Perkembangan Kognitif Awal Kanak-Kanak : Perbandingan Antara Taska	237
38	Tengku Elmi Azlina Tengku Muda Noriah Mohd Ishak	Profil Kepimpinan Ketua Guru Bimbingan Dan Kaunseling Sekolah Menengah	245

LAYANAN KONSELING DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI ATLET

Tjung Hauw Sin
Universitas Negeri Padang

ABSTRAK

Motivasi merupakan suatu dorongan dari dalam dan dari luar diri individu yang akan menggerakkan atlet berperilaku dalam aktivitas sehari-hari untuk merespon situasi. Atlet adalah individu yang memiliki tanggungjawab untuk mencapai suatu prestasi yang maksimal. Aspek motivasi merupakan yang paling banyak di soroti dalam program pembinaan olahraga, karena unsur motivasi adalah salah satu masalah mental yang mempengaruhi hasil pertandingan. Pelatih akan terus memantau motivasi atlet dalam latihan dan bertanding. Atlet yang mempunyai motivasi rendah dan ada masalah maka atlet harus mampu mengentaskan masalah, karena dapat mengganggu latihan dan pertandingan. Atlet yang tidak mampu menyelesaikan permasalahan yang di hadapi di perlukan layanan konseling. Layanan konseling adalah hubungan pribadi yang dilakukan secara tatap muka antara dua orang, yaitu konselor dan klien/atlet, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. Tujuan layanan konseling perorangan (KP) agar dapat membantu atlet untuk meningkatkan motivasi atlet et sendiri.

Kata kunci : Layanan Konseling, Meningkatkan Motivasi, Atlet.

A. Pendahuluan

Untuk mencapai prestasi puncak dalam olahraga diperlukan ilmu pengetahuan dan teknologi. Dalam mewujudkan suatu tujuan harus memperhatikan berbagai macam faktor yang akan berpengaruh. Ada empat faktor yang sangat menentukan dalam pencapaian prestasi olahraga ialah faktor fisik, teknik, taktik, dan mental. Menurut Adisasmitho, (2007:13) fungsi faktor psikologi adalah sebagai penggerak dan atau pengaruh penampilan atlet. Aspek motivasi merupakan aspek yang paling banyak disoroti dalam program pembinaan olahraga, karena unsur motivasi merupakan salah satu masalah mental yang berpengaruh pada hasil pertandingan. Faktor motivasi mempunyai peranan yang sangat signifikan terhadap prestasi seorang atlet, seperti tingkat kematangan dan ketangguhan mental atlet dalam mengatasi berbagai macam kesulitan pada suatu pertandingan untuk memenangkan suatu pertandingan.

Olahraga merupakan sebuah kompetisi yang memiliki berbagai pergolakan yang mengurus fisik dan psikis. Pembinaan dan pelatihan yang terprogram akan membantu tujuan pencapaian prestasi. Berbagai permasalahan dalam pembinaan

olahraga merupakan tantangan besar yang harus dihadapi oleh para pembina olahraga. Para pelatih, pembina dan pengurus atlet menyatakan bahwa banyak atlet yang kurang termotivasi untuk berprestasi, sehingga berbagai upaya di arahkan untuk meningkatkan motivasi atlet, termasuk didalamnya menggunakan konselor agar atlet memiliki motivasi berprestasi.

Dalam Singgih David Krech (1962:92) "Motivasi adalah kesatuan keinginan dan tujuan yang menjadi pendorong untuk bertingkah laku". Motivasi sebagai sumber energi atau sumber kekuatan bagi seorang atlet berperilaku dan berkeinginan kuat dilingkungan kepelatihan demi sebuah prestasi.

Motivasi atau dorongan sangat penting dalam peningkatan prestasi seorang atlet. Kalau tidak mempunyai motivasi, strategi apapun yang diterapkan dalam latihan tidak akan membantu atlet meningkatkan kemampuannya. Dalam olahraga seorang atlet akan lebih sering membandingkan prestasinya dengan atlet lain. Untuk dapat meningkatkan kemampuannya, maka modal utama seorang atlet adalah harus mempunyai keinginan untuk berprestasi lebih baik. Seorang atlet harus memiliki motif berprestasi inilah yang akan

mengerakkan atlet baik fisik maupun psikis untuk berusaha memecahkan rekor dan mencapai prestasi setinggi-tingginya.

Motivasi sebagai energi pendorong dan pendorong bagi suatu individu dalam merespon terjadinya suatu stimulus, untuk mengentaskan masalah atlet yang kurang motivasi dapat dilakukan dengan layanan konseling, dimana konselor akan berfungsi: menjadi pendengar, menolong mengelola situasi bermasalah secara spesifik; menolong menangani masalah secara luas; mengubah keterampilan yang buruk; mewujudkan nilai-nilai dan falsafah hidup yang baik.

Permasalahan psikis atlet yang dialami menyulitkan untuk mampu berkonsentrasi. Setiap masalah atlet perlu di entaskan dengan bijaksana, apabila masalah belum dientaskan maka terjadi pikiran stress, pikiran yang bercabang akan menyulitkan atlet untuk konsentrasi dan focus dalam persiapan pertandingan, jika atlet stress pada masa persiapan maka motivasi atlet tidak maksimal. Apabila dihubungkan dengan konseling perorangan (KP) yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang *klien* dalam rangka mengentaskan permasalahan pribadi *klien*. Tujuan layanan konseling perorangan membantu klien/atlet mengatasi permasalahan yang sedang mereka alami guna mewujudkan perkembangan yang optimal. Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara *klien* dan konselor, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami *klien*. Pembahasan tersebut bersifat mendalam menyentuh hal-hal penting tentang diri klien (bahkan sangat penting yang boleh jadi penyangkut rahasia pribadi klien). Bersifat meluas meliputi berbagai sisi yang menyangkut permasalahan *klien*. Namun juga bersifat spesifik menuju ke arah pengentasan masalah. Layanan konseling perorangan (KP) adalah jantung hatinya pelayanan konseling secara menyeluruh.

Pengenalan layanan konseling pada dimensi olahraga diharapkan dapat memberikan solusi terhadap masalah motivasi atlet yang labil. Penerapan ilmu konseling dilakukan dengan memasukan materi layanan konseling atau dengan waktu-waktu tertentu di luar masa-masa latihan membawa atlet pada konselor. Praktek konselor untuk menangani masalah atlet, yaitu mengutamakan perubahan tingkah laku atau kepribadian.

Sehubungan dengan masalah motivasi yang dihadapi oleh atlet diharapkan konseling mampu memberikan pencerahan

dalam mengentaskan masalah, sehingga penulis tertarik membahas dalam suatu tulisan yang berjudul "Layanan Konseling Dalam Meningkatkan Motivasi Atlet."

B. PERMASALAHAN

Makalah ini akan mengangkat permasalahan : bagaimana layanan konseling dalam meningkatkan motivasi atlet?

C. PEMBAHASAN

Olahraga prestasi membutuhkan motivasi tinggi karena olahraga prestasi melewati proses pembinaan yang panjang. Seorang individu sebelum menjadi atlet yang berprestasi terlebih dahulu melakukan kegiatan latihan keras akan melelahkan bagi atlet. Atlet bisa saja akan merasa bosan dengan latihan dan memiliki mental tanding yang buruk. Motivasi atlet sangat menentukan keberhasilan pembinaan terhadap atlet.

1. Motivasi Atlet

Motivasi ialah salah satu aspek perilaku pendorong untuk bertindak dengan yang bersifat biologis terhadap suatu obyek. Atlet memiliki tampilan motivasi berbeda-beda, ada atlet memiliki motivasi tinggi dan ada atlet memiliki motivasi rendah. Motivasi di bagi dua, yaitu:

a) Motivasi Intrinsik

Motivasi yang berasal dari dalam diri sendiri yang menyebabkan individu berpartisipasi, sering dikatakan menyatakan dorongan ini di bawa sejak lahir, sehingga tidak dapat dipelajari. Atlet yang punya motivasi ini akan mampu dengan baik memecahkan masalah yang di hadapi dan motivasi atlet bersifat lama, karena memang motif berprestasi timbul dari dalam diri atlet. Oleh karena itu motivasi intrinsik inilah yang harus ditumbuh-kembangkan dalam diri setiap atlet. Thomas F Staton (1968) berpendapat bahwa pada seseorang akan belajar hanya apabila mempunyai kemauan untuk belajar (Setyobroto,1989:19). Motivasi instrinsik seorang bersikap dan berbuat bukan sekedar sebagai suatu reaksi terhadap rangsangan yang datang dari sekitar (Setyobroto,1989:19). Motivasi dari dalam membentuk karakter bermain betul-betul untuk kesenangan dan kegembiraan yang murni. Namun terkadang karena motivasi ini sulit dipelajari maka sulit ditumbuhkan dari luar. Atlet yang mempunyai motivasi instrinsik memiliki, disiplin, pekerja keras, sportif dan tidak suka merugikan tim jika bermain untuk kelompok. Pelatih selalu berusaha memotivasi atlet supaya

menciptakan motivasi dari dalam diri dan semangat pantang menyerah terhadap tantangan yang di lewati. Atlet yang memiliki motivasi dari dalam diri yang kuat akan semakin termotivasi dengan setiap tekanan karena ketangguhan dari motivasi dari dalam diri ini sangat ingin berprestasi.

b) Motivasi Ekstrinsik

Motivasi yang berasal dari luar diri yang menyebabkan individu bertindak terhadap suatu objek. Dorongan dari luar ini bisa berasal dari orang tua, pelatih, guru, kawan, sertifikat atau hadiah yang sifatnya dari luar. Motivasi ini dapat dipelajari dan tergantung pada besarnya nilai penguat itu dari waktu ke waktu. Motivasi ini juga kadang dihubungkan pamor dan kompetitif, rasa ini mengusai dan mendapat sesuatu yang lebih dari harga yang didapat itu sendiri. Apabila dalam pertandingan sering tidak sportif dan sifat egoisme yang tinggi, atlet seperti ini bisa melakukan apa saja demi kemenangan. Atlet-atlet yang bermotivasi ekstrinsik sering tidak menghargai lain, lawannya, atau peraturan pertandingan agar dapat menang, maka ia cenderung berbuat hal yang merugikan.

Menurut Setyobroto 1989:27) motivasi atlet didasari kiranya perlu diketahui motivasi berprestasi sebagai berikut; (1) Untuk menunjukkan dan prestasinya, (2) Untuk menunjukkan kelebihan kemampuan/kekuatannya, (3) Untuk menyalurkan hasrat atau dorongan untuk sukses, (4) Untuk menyalurkan sifat agresif dengan mengalahkan orang lain, (5) Untuk kepentingan kebanggaan kelompok, (6) Untuk mencari kegemparan-kegemparan (sensasi), (7) Untuk kepentingan karier dalam pekerjaannya, (8) Untuk mendapat keuntungan material, (9) Untuk mendapat popularitas.

Teknik-Teknik Meningkatkan Motivasi

Beberapa teknik untuk meningkatkan motivasi adalah teknik verbal, tingkah laku, insentif supertisi, citra mental;

1. Teknik Verbal

Teknik verbal dapat dilakukan dengan cara :
-pembicaraan membangun semangat
-pendekatan individu
-diskusi

Langkah-langkah yang perlu diperhatikan dalam melakukan teknik verbal ini adalah:

- (a) berikan pujian terhadap apa yang dilakukan oleh atlet dan jelaskan apa yang dibuatnya. Pujian ini diiiberikan untuk mendorong atlet untuk percaya diri dan mampu menampilkan

kemampuannya dengan baik. Contoh, pelatih mengatakan "saya yakin kamu bisa melakukannya karena kamu sudah latihan dengan baik dan kamu latihan lebih keras dari lawanmu": "saya yakin dengan fisik, teknik, taktik dan mental kamu unggul segalanya dan kamu pemenang pertandingan ini".

(b) Berikan koreksi dan sugesti hendaknya tidak mengecewakan atlet, melainkan merupakan evaluasi yang objektif akan kelemahan dan kekurangan dengan menunjukkan cara yang baik seharusnya dilakukan. Hendaknya saran diberikan tetapi tidak memaksa. Contoh, pelatih mengatakan "saya kira taktik yang kau lakukan cocok untuk kau pertahankan"; "saya menyarankan kalau kau masih bisa".

(c) Berikan semacam petunjuk yang dapat meyakinkan atlet bahwa dengan latihan yang baik ia dapat mengatasi semua kelemahan, atau dengan latihan-latihan selama persiapan, ia dapat memenangkan pertandingan.

2. Teknik Tingkah Laku (Behavioral).

Keberhasilan atlet dalam latihan maupun dalam pertandingan menuntut sikap tertentu, seperti jujur, sportif, tekun, kreatif, dinamis dan dedikasi yang tinggi terhadap tugas-tugas dan latihan. Agar dapat mewujudkan jadi tingkah laku atlet, maka pelatih harus memperagakan sikap-sikap tersebut dalam tingkah lakunya sehari-hari. Sikap-sikap itu akan diamati dan dirasakan oleh atlet, kemudian menjadi sikap mereka dan kemudian jadi tingkah laku dalam hidup mereka.

Teknik ini menekankan relasi antara pelatih dan atlet. Pelatih hendaknya berlaku sebagai bapak terhadap anak-anaknya, dan pada saat-saat tertentu berlaku sebagai pemimpin terhadap anggotanya, dan sebagai guru terhadap muridnya. Relasi pelatih-atlet yang baik akan menjadi pelatih model panutan bagi atletnya. Dengan contoh-contoh tingkahlaku yang positif diharapkan para atlet dapat diberi motivasi dalam melaksanakan latihan-latihan, pada pikirannya berhasil dalam latihan dan pertandingan akan datang. Ini adalah motivasi yang diperoleh atlet dari contoh nyata pelatihnya.

3. Teknik Insentif

Teknik ini memberi hadiah yang berupa materi atau lainnya. Tujuan teknik ini

adalah menambah semangat berlatih atau bertanding, meningkatkan gairah untuk berprestasi, meningkatkan konsentrasi dan memenangkan pertandingan. Insentif hendaknya diberikan pada waktu yang tepat, di usahakan agar tidak menjadi kebiasaan.

4. Supertisi

Supertisi adalah kepercayaan akan sesuatu yang secara logis atau ilmiah kurang diterima, namun dianggap membawa keberuntungan dalam pertandingan atau kompetisi. Sebagai contoh bagi Ellias Pical, bertanding tinju dengan celana hitam dan waktu memasuki gedung ia memakai ikat kepala warna merah; ia yakin bisa membawa kemenangan dan banyak lagi mitos tersebut dan sebagainya.

5. Citra Mental (Mental Image)

Citra mental dimaksudkan melatih atlet membuat gerakan-gerakan yang benar melalui imajinasi, atau teknik imagery visualisasi mengalihkan pandangan dengan pikiran membayangkan hal-hal yang akan memenangkan pertandingan.

2. Layanan Konseling

Konseling perorangan (KP) merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara klien dan konselor, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. Pembahasan tersebut bersifat mendalam dan menyentuh hal-hal penting tentang diri *klien* (bahkan sangat penting boleh jadi penyangkut rahasia pribadi klien); bersifat meluas meliputi berbagai sisi yang menyangkut permasalahan *klien*; namun juga bersifat spesifik menuju arah pengentasan masalah. Layanan konseling perorangan adalah jantung hatinya pelayanan konseling secara menyeluruh.

Seorang atlet tentu akan menghadapi masalah kehidupan sehari-hari, masalah pribadi, masalah keluarga, masalah dengan club olahraga dan masalah-masalah lainnya. Setiap masalah-masalah ini perlu pengentasan atau penyelesaian, karena jika masalah belum dientaskan maka atlet akan kurang motivasi. Permasalahan ini semua membutuhkan bantuan berupa konseling. Sebagaimana yang dikemukakan dalam Setyobroto oleh Gerald Corey (1988:123) konseling menunjuk suatu proses dimana *klien/atlet* diberi kesempatan untuk mengeksplorasi diri yang bisa mengarah pada peningkatan kesadaran dan

kemungkinan memilih. Proses konseling sering berjangka pendek, dan di fokuskan pada masalah-masalah, dan membantu atlet menyingkirkan hal-hal yang menghambat pertumbuhannya.

Konseling adalah hubungan pribadi yang dilakukan secara tatap muka antara dua orang, yaitu konselor dengan *klien/atlet*. Pertemuan yang dilaksanakan konselor dengan *klien/atlet* itu menyediakan suasana etika dasar konseling, yaitu rahasia, kesukarelaan dan keterbukaan, dan suasana aman bagi klien menceritakan masalahnya. Menurut Abimanyu dan Manrihu (1996) hampir semua pernyataan tujuan konseling menunjukkan bahwa tujuan konseling adalah untuk menghasilkan perubahan dalam perilaku sehingga memungkinkan klien hidup lebih produktif dan memuaskan serta dapat menyesuaikan diri dengan baik di masyarakat. Layanan konseling ini akan membantu *klien/atlet* untuk mengungkapkan masalah-masalah yang sedang dihadapi. Layanan konseling perorangan (KP) dapat membantu untuk mengentaskan masalah-masalah yang sedang di hadapi *klien/atlet*.

Pertemuan dalam layanan konseling antara konselor dan *klien/atlet* mempunyai Asas-asas layanan konseling sebagai berikut:

a. Kerahasiaan

Hubungan interpersonal yang amat intens sanggup membongkar berbagai isi pribadi yang paling dalam sekalipun, terutama pada sisi klien. Untuk ini asas Kerahasiaan menjadi jaminannya. Segenap rahasia pribadi klien, yang terbongkar menjadi tanggungjawab penuh konselor untuk melindunginya. Keyakinan klien akan adanya perlindungan yang demikian itu menjadi sukses pelayanan.

b. Kesukarelaan Dan Keterbukaan

Kesukarelaan penuh klien untuk menjalani proses layanan KP bersama konselor menjadi buah dari terjaminnya kerahasiaan pribadi klien. Dengan demikian Kesukarelaan- kerahasiaan menjadi unsur dwi-tunggal yang mengantarkan klien ke arena proses layanan KP. Asas kerahasiaan dan keterbukaan akan menghasilkan keterbukaan klien.

Klien *self-referral* pada awalnya dalam kondisi suka rela untuk bertemu konselor. Kesukarelaan awal ini harus dipupuk dan dikuatkan. Apabila penguatan kesukarelaan awal ini gagal

dilaksanakan maka keterbukaan tidak akan terjadi dan kelangsungan proses layanan KP terancam kegagalan.

Menghadapi klien yang non-self-referral tugas konselor menjadi lebih berat, khususnya dalam mengembangkan kesukrekaan dan keterbukaan klien. Dalam hal ini, seberat apapun pengembangan kesukrekaan dan keterbukaan itu harus dilakukan konselor, apabila proses konseling hendak dihidupkan.

c. Keputusan Diambil Oleh *Klien* Sendiri

Inilah asas yang secara langsung menunjang kemandirian klien. Berkat ransangan dan dorongan konselor agar klien berfikir, menganalisis, menilai dan dan menyimpulkan sendiri; mempersepsi, merasakan dan bersikap sendiri atas apa yang ada pada diri sendiri dan lingkungannya; akhirnya klien mampu mengambil keputusan sendiri untuk bertindak dan mampu bertanggungjawab serta mengambil resiko yang mungkin ada sebagai akibat keputusan tersebut. Dalam hal ini konselor tidak memberikan syarat apapun untuk diambilnya keputusan oleh *klien*; tidak mendesak-desak atau mengarahkan sesuatu; begitu juga tidak memberikan semacam persetujuan ataupun konfirmasi definitive atas sesuatu yang dikehendaki klien, meskipun klien memintanya.

Konselor dengan tegas "membiarkan" klien tegak dengan sendirinya menghadapi tantangan yang ada. Dalam hal ini bantuan yang tidak putus-putusnya diupayakan konselor memberikan semangat (dalam arah "kamu pasti bisa") dan meneguhkan hasrat, memperkaya informasi, wawasan dan persepsi, memperkuat analisis dan antagonisme atau kontradiksi yang terjadi. Dalam hal ini suasana yang "memfrustasi klien" dan sikap "tiada maaf" merupakan cara-cara spesifik untuk membuat klien lebih tajam, kuat dan tegas dalam melihat dan menghadapi tantangan.

d. Asas Kekinian dan Kegiatan

Asas kekinian diterapkan sejak paling awal konselor bertemu klien. Dengan nuansa kekinianlah segenap proses layanan dikembangkan, dan atas dasar kekinian pulalah kegiatan klien dalam layanan dijalankan.

Klien di tuntut untuk benar-benar aktif menjalani proses perbantuan melalui layanan KP, dari awal dan selama proses layanan, sampai pada periode pasca layanan. Tanpa keseriusan dalam aktifitas yang dimaksudkan itu dikawatirkan perolehan klien akan sangat terbatas, atau keseluruhan proses layanan itu menjadi sia-sia.

e. Asas Kenormatifan Dan Keahlian

Segegap aspek teknis dan isi layanan adalah normatif ;tidak ada satupun yang boleh terlepas dari kaidah-kaidah norma yang berlaku, baik norma agama, adat, hukum, ilmu, dan kebiasaan. Klien dan konselor terikat sepenuhnya oleh nilai-nilai dan norma yang berlaku yang menjadi spectrum nilai-nilai karakter cerdas.

Sebagai ahli dalam pelayanan konseling, konselor mencurahkan keahlian profesionalnya dalam pengembangan KP untuk kepentingan klien dengan merapkan segegap asas tersebut diatas. Keahlian konselor itu diterapkan dalam suasana normatif terhadap klien yang sukarela, terbuka, aktif agar klien mampu mengambil keputusan sendiri. Seluruh kegiatan itu bernuasa kekinian dan rahasia pribadi sepenuhnya di rahasiakan.

D. Kesimpulan

Dari pemaparan mengenai layanan konseling dalam meningkatkan motivasi diri atlet, dapat disimpulkan :

1. Motivasi atlet merupakan salah satu aspek psikologis yang mempengaruhi prestasi atlet. Motivasi adalah penggerak dan pendorong untuk atlet berprestasi.
2. Motivasi sangat diperlukan, sebab seseorang yang tidak mempunyai motivasi dalam latihan tidak mampu mencapai perkembangan yang maksimal.
3. Penting peranan konseling dalam mengentaskan masalah.
4. Program pembinaan mental atlet dalam konseling dapat tumbuh dan berkembang menjadikan atlet berprestasi.
5. Dengan memberi layanan konseling bisa meningkatkan motivasi atlet.

PROSIDING

International Guidance and Counseling Seminar 20014
Padang, 5 - 6th June 2014

Kepustakaan

- Adisasmito, Lilik Sudarwati. (2007)
Mental Juara Modal Atlet Berprestasi. PT Raja Grafindo Persada : Jakarta
- D. Gunarsa dkk, Singgih. (1989).
Psikologi Olahraga. PT. BPK Gunung Mulia Jl.Kwitang : Jakarta
- D. Gunarsa, Singgih.(1996) *Psikologi Olahraga: Teori Dan Praktik*. PT. BPK Gunung Mulia Jl.Kwitang : Jakarta
- Prayitno. (2012). *Jenis Layanan Dan Kegiatan Pendukung Konseling*. UNP: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.
- Prayitno dan Erman Amti. (1994).
Dasar-dasar Bimbingan Dan Konseling. Proyek Pembinaan dan Peningkatan Mutu Tenaga Pendidikan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan dan Kebudayaan :UNP Padang.
- Setiadarma, Monty P. (2000) *Dasar-dasar Psikologi Olahraga*. Sinar Harapan: Jakarta
- Setyobroto, Sudiby. (1989) Psikologi Olahraga .PT.Anem kosong Anem: Jakarta
- Setyobroto, Sudiby. (1993) *Psikologi Kepelatihan* .CV. JAYA Sakti: Jakarta
- Setyobroto, Sudiby. (2001) *Mental Training*. Percetakan Solo: Jakarta
- Soli Abimanyu dan Thayeb Manrihu. (1996) *Tehnik Dan Laboratoruim Konseling*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pendidikan Tenaga Akademik: Jakarta



International Counseling Conference
 Magister Guidance and Counseling
 Faculty of Education Universitas Negeri Padang (UNP)



Certificate Of Appreciation

Is hereby presented to

Tjung Hauw Sin

As Precenter

For International Counseling Conference
 "Creativity of Educators and Counselors in Dealing with Life Colorful"
 On 5 to 6 June 2014 Faculty of Education UNP, Padang- West Sumatera-Indonesia

Faculty of Education Universitas Negeri Padang (UNP)
 Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia (ABKIN)
 Persatuan Kaunseling Antarbangsa Malaysia (PERKAMA International)



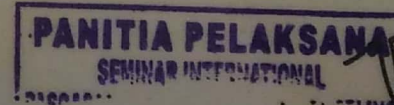
Dean Faculty of Education

Prof. Dr. Firman, M.S., Kons
 NIP : 19610255 198602 1 001

Head of Department

Dr. Herman Nirwana, M.Pd., Kons
 NIP : 19620405 198803 1 001

Conference Chair



Verlanda Yuca, S.Pd
 NIM : 1303698