

**MOTIVASI BERLATIH SEPAKBOLA DI ERA *NEW* NORMAL PADA  
PEMAIN PADANG GANTING FC KABUPATEN TANAH DATAR**

**SKRIPSI**

*Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



**Oleh**

**YUDHI FEBRIAN  
NIM. 17087102/2017**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN  
JURUSAN KEPELATIHAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2021**

PERSETUJUAN SKRIPSI

**Judul** : Motivasi Berlatih Sepakbola Di Era New Normal Pada  
Pemain Padang Ganting Fc Kabupaten Tanah Datar  
**Nama** : Yudhi Febrian  
**NIM** : 17087102  
**Pogram Studi** : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
**Jurusan** : Kepelatihan  
**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan

Padang, Desember 2021

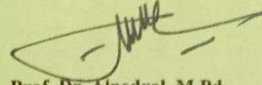
Disetujui Oleh :

Ketua Jurusan  
Kepelatihan



**Dr. Donic, S.Pd, M.Pd**  
NIP. 19720717 199803 1 004

Pembimbing



**Prof. Dr. Alnedral, M.Pd**  
NIP. 19600430 198602 1 001

PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Jurusan Kepelatihan  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

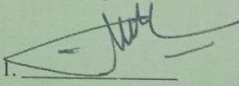
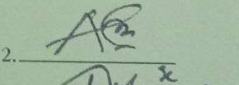
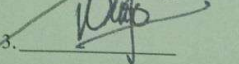
**Judul** : Motivasi Berlatih Sepakbola Di Era New Normal Pada  
Pemain Padang Ganting Fc Kabupaten Tanah Datar  
**Nama** : Yudhi Febrian  
**NIM** : 17087102  
**Program Studi:** Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
**Jurusan** : Kepelatihan Olahraga  
**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Desember 2021

Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Ketua : Prof. Dr. Alnedral, M.Pd
2. Sekretaris : Drs. Afrizal S, M.Pd
3. Anggota : Vega Soniawan, M.Pd

1.   
2.   
3. 

## PERNYATAAN

Dengan ini penulis menyatakan bahwa Karya Skripsi ini merupakan hasil karya asli penulis, tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar keserjanaan di suatu perguruan tinggi manapun, dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh penulis lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila Karya Skripsi ini terbukti merupakan duplikasi ataupun plagiasi dari hasil karya penulis lain dengan sengaja mengajukan karya atau pendapat yang merupakan hasil karya penulis lain, maka penulis bersedia menerima sanksi akademik dan sanksi hukum yang berlaku.

Demikian Surat Pernyataan ini saya buat sebagai pertanggung jawaban ilmiah tanpa ada paksaan maupun tekanan dari pihak manapun juga.

Padang, November 2021  
Yang membuat pernyataan



Yudhi Febrin  
NIM 17087102

## ABSTRAK

### **Yudhi Febrian. 2021. Motivasi Berlatih Sepak Bola di Era *New Normal* pada Pemain Padang Ganting Fc Kecamatan Padang Ganting Kabupaten Tanah Datar**

Masalah dalam penelitian ini rendahnya motivasi berlatih sepak bola di Era *New Normal* pada pemain Padang Ganting Fc Kecamatan Padang Ganting Kabupaten Tanah Datar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui motivasi berlatih sepak bola di Era *New Normal* pada pemain Padang Ganting Fc Kecamatan Padang Ganting Kabupaten Tanah Datar.

Penelitian ini tergolong pada jenis penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain sepak bola di klub Padang Ganting FC sebanyak 39 pemain, penarikan sampel ini dilakukan dengan teknik *proposive sampling* sehingga berjumlah 25 orang. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket dan skala likert. Data yang di peroleh dan diperiksa secara teliti kemudian dianalisis dengan menggunakan teknik presentase dengan formulasi/rumus  $P = f / n \times 100\%$ .

Hasil analisis menunjukkan bahwa, motivasi berlatih sepakbola di era *new normal* pada pemain Padang Ganting Fc adalah dalam kategori cukup dengan tingkat capaian sebesar 54%, dengan rincian 1) Psikologi pemain dalam kategori cukup dengan tingkat capaian sebesar 58%. 2) Fisiologi pemain dalam kategori cukup dengan tingkat capaian sebesar 53%. 3) Lingkungan pemain dalam kategori cukup dengan tingkat capaian sebesar 45%. 4) Dukungan orang tua dalam kategori cukup dengan tingkat capaian sebesar 51%. 5) Fasilitas dalam kategori cukup dengan tingkat capaian sebesar 59%. 6) Metode latihan dalam kategori cukup dengan tingkat capaian sebesar 54%. motivasi berlatih sepakbola di era *new normal* pada pemain Padang Ganting Fc adalah dalam kategori cukup, yang mana dalam kategori psikologi para pemain masih merasakan malas dalam mengikuti latihan karena pemain belum memiliki motivasi yang timbul dari dalam dirinya sendiri.

**Kata Kunci : Motivasi, Berlatih Sepak Bola, Era *New Normal***

## KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada Penulis sehingga dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi ini, dengan judul “ Motivasi Berlatih Sepak Bola di Era *New Normal* pada Pemain Padang Ganting Fc Kecamatan Padang Ganting Kabupaten Tanah Datar.”.

Skripsi ini terwujud dengan adanya bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu peneliti meyampaikan rasa hormat dan ucapan terima kasih yang sedalam – dalamnya kepada :

1. Ayahanda dan ibunda yang selalu memberi dukungan dan selalu berdoa untuk keberhasilan saya, yang tak pernah bosan untuk mendidik dan merawat saya dari bayi hingga sampai sekarang ini.
2. Bapak Prof. Dr. Alnedral, M.Pd sebagai dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang ( UNP )
3. Bapak Dr. Donie, S.Pd, M.Pd sebagai Ketua Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Prof. Dr. Alnedral, M.Pd sebagai pembimbing yang telah meluangkan waktu dengan tulus dan sepenuh hati memberikan bimbingan terhadap penulis dalam menulis skripsi penelitian ini.

5. Bapak Drs. Afrizal S, M.Pd dan Bapak Vega Soniawan, S.Pd., M.Pd sebagai penguji yang telah menyediakan tenaga, pikiran dan kesabaran untuk memberi penulis masukan dan nasihat dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak/Ibu Staf Pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bimbingan serta ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.
7. Rekan-rekan dan pemain Padang Gantiang Fc dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi penelitian ini yang tidak bisa disebutkan satu per satu.

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan serta dorongan yang telah diberikan kepada penulis menjadi amalan dan pahala disisi Allah SWT. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini nantinya bermanfaat bagi kita semua. Akhir kata Penulis ucapkan terimakasih.

Padang, November 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>COVER</b>	
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>i</b>
<b>PERYATAAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>x</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Batasan Masalah .....	5
D. Perumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II PEMBAHASAN</b>	
A. Kajian Teori.....	7
1. Pengertian Sepakbola .....	7
2. Motivasi Berlatih Sepakbola.....	12
3. Era New Normal .....	19
B. Penelitian yang Relevan .....	27
C. Kerangka Berfikir .....	29
D. Pertanyaan Penelitian .....	30
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	31
C. Populasi dan Sampel .....	31



D. Instrumen Penelitian .....	33
E. Sumber Data .....	34
F. Teknik Pengumpulan Data .....	35
G. Teknik Analisis Data.....	35
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data .....	37
1. Psikologi.....	37
2. Fisiologi .....	38
3. Lingkungan .....	39
4. Dukungan Orang Tua .....	40
5. Fasilitas .....	41
6. Metode Latihan .....	43
7. Motivasi Berlatih Pemain Padang Ganting Fc .....	44
B. Pembahasan .....	45
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	53
B. Saran.....	53
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	54

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Daftar populasi.....	32
2. Daftar populasi kelompok umur pembinaan .....	32
3. daftar sampel .....	33
4. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.....	34
5. Distribusi Frekuensi Psikologi.....	37
6. Distribusi Frekuensi Fisiologi.....	38
7. Distribusi Frekuensi Lingkungan .....	39
8. Distribusi Frekuensi Dukungan Orang Tua.....	41
9. Distribusi Frekuensi Fasilitas .....	42
10. Distribusi Frekuensi Metode Latihan .....	43
11. Distribusi Frekuensi Motivasi Berlatih Sepak Bola di Era <i>New Normal</i> pada Pemain Padang Ganting Fc.....	44

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Kerangka Berfikir.....	30
2. Histogram Psikologi.....	38
3. Histogram Fisiologi.....	39
4. Histogram Lingkungan .....	40
5. Histogram Dukungan Orang Tua .....	41
6. Histogram Fasilitas .....	42
7. Histogram Metode Latihan .....	44
8. Histogram Motivasi Berlatih Sepakbola di Era New Normal Pada Padang Ganting Fc .....	45
9. Pembagian Angket.....	81
10. Situasi Pengisian Angket .....	81
11. Peneliti dan Pelatih.....	82
12. Foto Bersama .....	82
13. Situasi Pengisian Angket oleh pemain Di rumah.....	83

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Kisi-Kisi Angket Uji Coba .....	58
2. Angket Uji Coba .....	59
3. Analisis Uji Coba Validasi Angket .....	62
4. Analisis Manual Validasi Angket Menggunakan Korelasi Product Momen .	64
5. Analisis Uji Coba Reliabilitas Angket .....	65
6. Nama Pemain .....	67
7. Nama Pengurus .....	68
8. Kisi-Kisi Angket Penelitian .....	69
9. Angket Penelitian .....	70
10 Tabulasi Data Motivasi Berlatih Sepak Bola di Era <i>New Normal</i> pada Pemain Padang Ganting Fc.....	73
11. Tabulasi Data Psikologi.....	75
12. Tabulasi Data Fisiologi.....	76
13. Tabulasi Data Lingkungan.....	77
14. Tabulasi Data Dukungan Orang Tua.....	78
15. Tabulasi Data Fasilitas.....	79
16. Tabulasi Data Metode Latihan .....	80
17. Dokumentasi Penelitian .....	81
18. Surat Izin Penelitian .....	84
19. Surat Balasan Penelitian .....	85
20. Surat Keterangan Validasi .....	86

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Olahraga adalah salah satu permainan yang tidak bisa terlepas pada kehidupan masyarakat. Olahraga banyak disenangi dan juga digeluti oleh seluruh orang, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa. Bahkan pada Smasa sekarang ini banyak kaum wanita yang menggemari olahraga-olahraga tertentu, baik olahraga yang beradu fisik maupun olahraga yang tidak beradu fisik. Olahraga dapat menjaga kesehatan jasmani maupun rohani, menjaga perdamaian dunia, dan juga dalam olahraga menyimpan nilai-nilai sosial yang dapat digunakan dalam kehidupan bermasyarakat. Pemerintah pun telah mengeluarkan Undang-Undang RI NO 3 pasal 4 (2005:8) tentang sistem keolahragaan nasional sebagai berikut:

“keolahragaan nasional bertujuan untuk memelihara dan peningkatan kesejahteraan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai mental dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, memperkokoh ketahanan nasional, serta mengangkat harkat dan martabat bangsa. “

Berdasarkan peraturan pemerintah diatas dapat dipahami bahwa perkembangan dan pembangunan olahraga adalah hal yang sangat penting, karena olahraga itu memiliki tujuan salah satunya yaitu untuk meningkatkan prestasi dan mengangkat harkat dan martabat bangsa, salah satu cabang olahraga itu adalah sepak bola. (Putra. 2019. 02).

Sepak bola adalah cabang olahraga beregu yang membutuhkan kerja sama antar pemain dan keterampilan dari gerakan individu pemain yang matang untuk bisa memainkan bola dengan baik. Artinya bahwa untuk

sanggup bermain bola dengan baik seorang pemain sepak bola harus mempunyai kemampuan gerakan individu (*individual skill*) seperti Passing, Dribbling, Shooting, ball control, dan Heading (Alnedral,dkk. 2018. 43-44).

Pada saat pandemi Covid-19 semua aktifitas keramaian termasuk sepak bola diberhentikan tidak ada lagi di adakan liga dan juga rutinitas latihan di lapangan. Para pemain tidak bisa lagi melakukan latihan bersama-sama rekan satu tim di lapangan, sehingga para pemain sudah tidak bisa lagi menyalurkan hobi dan kebiasaan mereka bermain sepak bola. Pada akhirnya muncul yang namanya era *New Normal* atau Normal Baru, yaitu merubah kebiasaan baru yang ada sebelumnya, dengan kegiatan yang harus memakai protokol kesehatan Covid-19.

Normal baru merupakan suatu cara menjalani kehidupan baru ditengah covid-19 yang belum selesai dengan segala aktifitas (Habibi. 2020. 198). Di Era *New Normal* ini aktivitas sepakbola bisa di mulai kembali dengan mematuhi protokol kesehatan. Motivasi dalam berlatih sepak bola para pemuda harus dipupuk lagi setelah sekian lama tidak melakukan aktivitas latihan lapangan. Selama pandemi Covid-19 para pemain tidak lagi melakukan latihan sehingga motivasi para pemain menurun untuk melakukan latihan kembali di Era *New Normal* karena sudah terbiasa dengan aktifitas dirumah. Kondisi yang demikian menyebabkan atlet kurang bergerak, dan kemampuan teknik dasar para pemain perlu di tingkatkan kembali.

Observasi awal yang penulis lakukan pada tim sepak bola Padang Ganting Fc di dapatkan data bahwa selama pandemic covid-19 sampai di

tetapkannya kebijakan era new normal oleh pemerintah para pemain tidak lagi melakukan latihan sepakbola, hal ini menyebabkan para pemain kurang memiliki motivasi untuk bermain sepakbola kembali karena belum adanya kejelasan mengenai kapan bermain sepakbola di bolehkan kembali di lapangan. Dengan kondisi seperti ini para pemain sangat memerlukan kejelasan dan dukungan, terutama dari pelatih dan manajer tim. Tidak hanya itu saja motivasi intrinsik (seperti semangat dari dalam diri seorang pemain) dan motivasi ekstrinsik (seperti penjelasan dari pelatih dan manajer serta dorongan dari orang tua dan pemerintah untuk tetap berlatih dari rumah) juga sangat dibutuhkan, sehingga minat dan motivasi pemain tetap terjaga meskipun belum melakukan latihan ke lapangan.

Begitulah situasi dimasa *lock down* hingga sampai pada masa pembatasan sosial berskala besar (PSBB) yang dirasakan oleh pemain sepakbola. Tidak adanya dorongan yang membuat para pemain sepakbola untuk tetap melakukan aktivitas latihan sepakbola. Sehingga membuat para pemain sepak bola Padang Ganting Fc kurang termotivasi dan minat menjadi berkurang untuk melakukan latihan di lapangan.

Kegiatan sudah mulai dilakukan pada saat PSBB tetapi itupun yang diadakan kegiatan yang tidak melibatkan banyak orang, seperti berolahraga di rumah masing-masing dengan keluarga. Bagi para pemain sepak bola terkadang ada yang melakukan aktivitas untuk menjaga kebugarannya dan juga tidak sedikit yang tidak melakukan kegiatan apapun hingga sampai pada masa sekarang yaitu pada Era Baru atau *New Normal*.

Beberapa kegiatan sudah mulai dilaksanakan dengan syarat mematuhi protokol kesehatan. Di daerah-daerah tertentu sudah mulai melakukan aktivitas latihan, tetapi hanya sedikit pemain yang mau mulai untuk melakukan latihan tersebut dengan berbagai alasan yang dikemukakan oleh para pemain, termasuk salah satunya yaitu kekhawatiran para pemain untuk kembali melakukan latihan karena takut terkena wabah Covid-19, bahkan juga ada yang dilarang oleh orang tua dengan alasan yang sama.

Para pemain sangat menantikan kejelasan dari pelatih dan pemerintah mengenai kapan kompetisi dan liga-liga bisa di mulai kembali, sehingga hal tersebut bisa menumbuhkan kembali semangat para pemain untuk melakukan aktifitas latihan kembali.

Motivasi untuk memulai kembali latihan sepak bola juga dipengaruhi oleh faktor intrinsik dan ekstrinsik. Semangat yang datang dari dalam diri sendiri menjadi faktor intrinsik para pemain untuk meningkatkan motivasi berlatih sepakbola. Tidak hanya itu saja dukungan dari orang tua, serta pelatih merupakan faktor eksternal yang dapat meningkatkan motivasi pemain. Kegiatan sepakbola yang terhenti dengan waktu yang lama karena covid-19 tentunya sedikit banyak akan berpengaruh terhadap kemampuan bermain sepakbola para pemain, maka dari itu perlu ditingkatkan motivasi pemain untuk berlatih sepakbola kembali agar kemampuan dan skill pemain bisa tetap ditingkatkan kembali.



Berdasarkan penjelasan diatas penulis tertarik untuk meneliti tentang “Motivasi Berlatih Sepakbola di Era *New Normal* pada pemain Padang Ganting FcKecamatan Padang Ganting Kabupaten Tanah Datar”

## **B. Identifikasi Masalah**

1. Dengan adanya wabah covid-19 membuat para pemain tidak mau melakukan latihan.
2. Ketakutan para pemain untuk kembali melakukan latihan karena wabah covid-19
3. Kekawatiran orang tua mengizinkan latihan karena takut terkena covid-19
4. Tidak dibolehkannya bergulir kompetisi sehingga membuat pemain malas untuk melakukan latihan
5. Seberapa besar Motivasi Berlatih Sepakbola Pemain Padang Ganting Fc di Era *New Normal*

## **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan perihal di atas peneliti memberikan batasan-batasan dalam penelitian dengan maksud menghindari salah pemahaman terhadap penelitian penulis. Yang menjadi batasan dalam penelitian penulis yaitu: Motivasi berlatih sepakbola di era *New normal*.

## **D. Rumusan Masalah**

Melihat batasan masalah di atas peneliti dapat merumuskan masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini yaitu: “Bagaimana motivasi berlatih sepak bola di Era *New Normal* pada pemain Padang Ganting FcKecamatan Padang Ganting Kabupaten Tanah Datar”

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah itu penulis melakukan penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan dan mendeskripsikan: “Bagaimana motivasi berlatih sepak bola di Era *New Normal* pada pemain Padang Ganting Fc kecamatan Padang Ganting Kabupaten Tanah Datar”.

### **F. Manfaat Penelitian**

Setelah hasil di dapatkan diharapkan dapat memberikan kejelasan teori dan bermanfaat dibidang ilmu pendidikan serta dapat menjadi bahan referensi penelitian selanjutnya.

1. Bagi pribadi penulis dapat menambah pengetahuan dan terselesaikannya tugas akhir
2. Terhadap tim sebagai bahan masukan pada Tim Sepak Bola Padang Ganting Fc mengenai upaya peningkatan motivasi berlatih sepak bola di Era *New Normal*.
3. Untuk akademik, hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai penambah sumber bahan referensi bacaan serta dapat menjadi sumber informasi dan bahan perbandingan untuk penelitian selanjutnya.