

**MOTIVASI BERLATIH ATLET PENCAK SILAT DI KABUPATEN
PADANG PARIAMAN**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Sebagai
Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana sains di Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*



oleh

NURHADE PRIMA HUDAYA

NIM. 1104782/2011

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN

JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI PADANG

2016

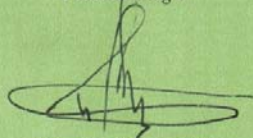
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Motivasi Berlatih Atlet Pencak Silat di Kabupaten
Padang Pariaman
Nama : Nurhade Prima Hudaya
TM/NIM : 2011/1104782
Jenjang Program : Strata Satu (S1)
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Jurusan Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, April 2016

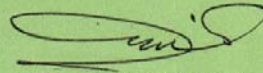
disetujui

Pembimbing I



Drs. Abu Bakar, M.Si
NIP. 19530516 198011 1 001

Pembimbing II



Drs. Hanif Badri M.Pd
NIP. 19831021 201012 2 004

Mengetahui:

Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi



Dr. Wilda Welis, SP. M.Kes
NIP. 19700512 1903 2 001

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

Pernyataan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul : Motivasi Berlatih Atlet Pencak Silat di Kabupaten
Padang Pariaman
Nama : Nurhade Prima Huda
TM/NIM : 2011/1104782
Jenjang Program : Strata Satu (S1)
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Jurusan Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, April 2016

Tim Penguji :

Nama Dosen Penguji

Tanda Tangan

Ketua : Drs. Abu Bakar, M.Si

1.

Sekretaris : Drs. Hanif Badri, M.Pd

2.

Anggota : Drs. Rasyidin Kam

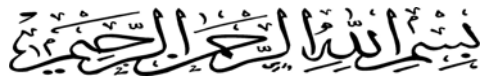
3.

Anggota : Dr. Wilda Welis, SP M.Kes

4.

Anggota : Prof. Dr. Gusril, M.Pd

5.



*“ Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan
Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan) Kerjakan dengan
sungguh-sungguh (urusan) yang lain Dan hanya kepada Tuhanmu-lah
hendaknya kamu berharap “
(QS Alam Nasyrah : 6--8)*

Berkat ridha-Mu ya Allah SWT...

Saat ini salah satu tujuan telah kuraih

Salah satu keberhasilan.....

*Jangan Engkau putuskan rahmat dan hidayahMu
Karna ku sadar ini bukanlah akhir dari perjuangan
Jadikanlah keberhasilan ini
sebagai langkah awalku meraih kesuksesan
dan teladan bagi adik-adikku
Serta semangat bagi teman dan sahabatku
Bimbinglah aku dan ridhailah setiap langkah ku
Amin.*

Dari banyak keberhasilan yang ingin kutuju

Semoga keberhasilan ini menjadi loncatan.....

Untuk keberhasilanku dimasa yang akan datang.

Puji Syukur pada-Mu ya Allah.....

Atas kesempatan yang Engkau berikan

Tuk selalu dapat mencapai impian

Walau penuh rintangan dan cobaan

Berat rasanya perjuangan ini,,,

*Sempat ku berikr untuk menyerah,,
Namun semangat dari kata- mu Ummi
Membuat putus asa, malas dan letih ini hilang
Terimalah saatu tanda bakti ini untuk melepas sejenak letih
dan lelah mu,,*

Alhamdulillah hirabbil'alamin.....

*Sangat berat Perjuangan di detik terakhir ini, banyak rintang dan
halangan namum dengan ini semua selesai juga
Kupersembahkan karya kecilku ini Sebagai tanda sayang dan baktiku
atas Segala curahan kasih sayang, Do'a serta kesabaran Yang
kuterima Dari Ummi tersayang (Ermawati) dan Buyaku tercinta
(Yuliardi,S.H)*

*Makasih atas segala do'a dan semangat serta dorongan yang telah
diberikan untuk Buya dan Ummi yang Susah Payah Mencari uang
demi kuliah Dede, yang Alhamdulillah Kini Ananda Persembahkan
untuk Membasuh Keringat Buya dan Ummi. Agar Berubahlah masa
depan keluarga kita kelak, dengan ini dede Akan membahagiakan
Ummi dan buya, Insya Allah ada rezeki nya.*

*Kemudian saudariku yang tercinta "Ikrima Zahara, dan Adik
Kecilku Mutamimul Yauma.*

*Untuk Rima adik ku, Rima juga Harus berjuang di Malang, raih cita
– cita dan kita buktikan kalau keluarga kita bisa berhasil pada orang
yang mencemooh kita . buat Iyom kebanggaan abg Kejar lagi*

Prestasiyna makasih telah menjaga Umi dan Buya saat abg di Padang, Terima Kasih Keluarga terhebat ku.

*Kemudian kepada Kekasih hatiku **Ekaroma Putri, Ssi** yang telah memberikan semangat sehingga selesailah karya pertamaku dengan tepat waktu terima kasih sayang,,*

*dan kemudian, terima kasih juga ku ucapkan kepada seluruh sanak family yang telah memberikan semangat kepadaku, Inyiaik, Uwo makasih yo lah marawat dede maaf kalau dede banyak menyusahkan, insya allah de cubo baleh budi **inyiaik jo uwo**.*

*Spesial buat Elok, (**Dewi Raya, SPd**) makasih lok, Uncu(**Afriadi Dt. Talanai**) Maaf ncu hoda ncu usak dek de, **mak imaih jo abak** makasih ka tampek de makan klu uwo ndak ado samba, **buat utiah isauh, pak nus, pak iii, pak tuak, mami indra** dan banyak yg ndak tasabui makasih sadonyo, insya allah ada masanya de baleh kebaikan keluarga sadonyo.*

AMIINN.....

Kepada teman-teman seperjuangan dalam menempuh pendidikan Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK 2011).....terima kasih sudah bisa menghiasi hidupku penuh warna....

Untuk Sahabatku (yayat, egri, fisri anton, erwin ,erik , Wido,) dan kawan kantin Tengah FIK ndak muek masuk sao e do ahahah

Kawan tampek manggadu Jefry wilandra jo M.Hanafi bakoa wak lai?///

Dosen Pembimbing dan Dosen Penguji

ABSTRAK

Nurhade Prima Hudaya(2016): Motivasi Berlatih Atlet Pencak Silat di Kabupaten Padang Pariaman

Masalah Penelitian ini adalah karena belum terlihatnya Motivasi Atlet di beberapa perguruan Pencak Silat dalam Mengikuti Latihan di Kabupaten Padang Pariaman. Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui berapa besar tingkat Motivasi Atlet Mengikuti Latihan Pencak Silat di Kabupaten Padang Pariaman.

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 90 orang yang terbagi dari 3 Perguruan berbeda dengan pengambilan sampel menggunakan teknik Proportionate Stratified Random Sampling, dengan penarikan 30 sampel dari populasi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket yang disusun dalam skala Likert dengan empat alternatif jawaban: "SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju)". Validitas instrument diukur dengan program SPSS, dan analisis data dari penelitian ini menggunakan rumus persentase. Dari hasil uji coba angket penelitian, menyatakan bahwa 25 butir pernyataan dinyatakan valid dari 32 butir pernyataan.

Penelitian menunjukkan Motivasi Atlet Mengikuti Latihan Pencak Silat di Kabupaten Padang Pariaman diketahui pada unsur instrinsik dengan kategori Tinggi dengan nilai (55,1%), dari unsur Ekstrinsik dengan kategori Tinggi dengan nilai (53,1%) dan Motivasi atlet secara keseluruhan dengan bobot tinggi dengan Nilai (53,8)% .

Kata kunci : Motivasi atlet dan Pencak silat Padang Pariaman

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur selalu tercurahkan kepada Allah SWT atas rahmat dan karuniaNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul **“Motivasi Atlet Motivasi Atlet Mengikuti Latihan Pencak Silat di Kabupaten Padang Pariaman”** dengan lancar.

Dalam penyusunan Skripsi ini pastilah penulis mengalami kesulitan dan kendala. Dengan segala upaya, Skripsi ini dapat terwujud dengan baik berkat uluran tangan dari berbagai pihak, teristimewa pembimbing. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Yanuar Kiram selaku Rektor Universitas Negeri Padang yang telah Meluluskan Penulis di Universitas Negeri Padang
2. Bapak Drs. Syafrizal, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang Mengizinkan Penulis melakukan Penelitian
3. Ibu Dr. Wilda Welis, SP, M.Kes, selaku Ketua Jurusan Kesehatan Rekreasi yang telah memberi izin dalam pembuatan Skripsi ini.
4. Bapak Drs. Abu Bakar, M.Si selaku Dosen Pembimbing I dan Bapak Drs. Hanif Badri M.Pd selaku Pembimbing II yang telah memberikan masukan dan pengarahan Pada Penulis
5. Bapak Drs. Rasyidin kam selaku dosen penguji 1 Ibu Dr. Wilda Welis SP M.Kes selaku Penguji II dan Bapak Prof. Dr Gusril M.Pd selaku

Penguji III yang telah memberikan banyak masukan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

6. Kepada IPSI Padang Pariaman dan Perguruan Pencak Silat yang telah bekerja sama dalam membantu menyukseskan penelitian ini.
7. Seluruh Rekan-Rekan seperjuangan Mahasiswa jurusan Kesehatan dan Rekreasi bp 2011
8. Buat Semua pihak yang mungkin tidak disebutkan satu persatu yang telah ikhlas membantu penyelesaian skripsi ini.

Dengan selesainya penulisan skripsi ini, penulis berharap agar skripsi ini bermanfaat bagi dunia Keolahragaan dan Pendidikan.

Padang, Maret 2016

Nurhade Prima Hudaya

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	8
A. Kajian Teori	8
1. Hakikat Motivasi.....	8
2. Macam – macam Motivasi	9
2.a Motivasi Intrinsik.....	10
2.b Motivasi Ektrinsik.....	15
3. Hakekat Olahraga PencakSilat.....	19
4. Latihan	24
B. Kerangka Konseptual	26
C. Pertanyaan Penelitian	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	30
A. Jenis Penelitian.....	30
B. Tempat dan Waktu Penelitian	30
C. Populasi dan Sampel	30
D. Defenisi Operasional.....	31
E. Jenis dan Sumber Data	32

F. Teknik Pengumpulan Data.....	32
G. Instrumen Penelitian	33
H. Teknik Analisis Data.....	34
BAB IV ANALISIS DAN PEMBAHASAN.....	39
A. Deskriptif Data.....	39
B. Analisis Data	39
C. Hasil Penelitian	40
D. Pembahasan.....	60
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	65
A. Kesimpulan	65
B. Saran.....	66
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN.....	68

DAFTAR TABEL

Bobot Analisa Penelitian.....	34
Titik Skor Tengah	36
Kisi – Kisi Angket.....	37
Skor rata-rata.....	40
Distribusi Frekuensi Bertanya.....	41
Distribusi Frekuensi Mempraktekkan	42
Distribusi Frekuensi Menciptakan Suasana Latihan	45
Distribusi Frekuensi Mempunyai Keinginan	44
Distribusi Frekuensi Ingin Mendapatkan Penghargaan	45
Distribusi Frekuensi Ingin Mendapatkan Nilai	46
Distribusi Frekuensi Intrinsiki	47
Distribusi Frekuensi Prilaku Pelatih	48
Distribusi Frekuensi Kepemimpinan Pelatih	49
Distribusi Frekuensi Dukungan Moral Orang Tua.....	50
Distribusi Frekuensi Percaya Diri	51
Distribusi Frekuensi Perhatian	52
Distribusi Frekuensi Tempat Tinggal	53
Distribusi Frekuensi Pergaulan	54
Distribusi Frekuensi Kehidupan Masyarakat.....	55
Distribusi Frekuensi Kuantitas.....	56
Distribusi Frekuensi Kualitas.....	57
Distribusi Frekuensi Ektrinsik	58
Distribusi Frekuensi Intrinsiki dan Ektrinsik	59

DAFTAR GAMBAR

Peneliti Memberikan Angkrt.....	72
Foto Bersama Responden.....	75
Pengarahan Dan Penjelasan Angket.....	75
Pembagian Angket Penelitian	76
Para Atlet Sedang Mengisi Angket.....	76
Bersama Pembimbing Dan Atlet.....	77

DAFTAR LAMPIRAN

Angket (Uji Coba).....	61
Data Uji Coba.....	71
Uji Validitas	72
Angket (Penelitian)	75
Data Penelitian	77
Total Persentase keseluruhan	78
Surat Izin Penelitian.....	79
SuratBalasan Penelitian.....	79
Dokumentasi	82

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi pada saat ini mulai berkembang ke arah yang lebih baik, seperti adanya mesin-mesin industri dan peralatan lainnya yang dapat mempermudah kerja manusia. Begitu juga dalam bidang Olahraga, hal tersebut dapat dilihat dari adanya penciptaan atau pembuatan peralatan dan perlengkapan olahraga, serta adanya teori-teori dari para ahli untuk kemajuan olahraga. Olahraga merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang berguna membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Sampai saat ini olahraga telah memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan masyarakat.

Di Indonesia, olahraga tidak hanya untuk kepentingan pendidikan di sekolah, rekreasi, dan bukan hanya sekedar untuk kesegaran jasmani saja, akan tetapi olahraga juga sebagai ajang pembentukan prestasi dan sumber pencaharian. Hal ini sesuai dengan yang dijelaskan dalam Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional Republik Indonesia nomor: 3 tahun 2005. Tentang pembinaan dan perkembangan olahraga pada pasal 20 (2005: 115)

Pemerintah dan pemerintah daerah bertanggung jawab melaksanakan pembinaan dan pengembangan olahraga yang meliputi pembinaan dan pengembangan pengolahraga, tenaga keolahragaan dan organisasi olahraga, penyediaan dana olahraga, penyusunan metode pembinaan dan pengembangan olahraga, penyediaan prasarana dan sarana olahraga, serta pemberian penghargaan di bidang keolahragaan.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa pembinaan olahraga adalah salah satu usaha dalam meningkatkan kualitas manusia Indonesia. Dengan diadakan latihan, dapat meningkatkan kesegaran jasmani pemuda - pemuda Indonesia sehingga nantinya menjadi penerus bangsa yang berkualitas. Olahraga merupakan salah satu sarana belajar bagi para pemuda karena di dalam olahraga banyak hal yang bisa diajarkan. Tujuan dari olahraga itu sendiri adalah untuk memelihara, meningkatkan kesehatan, kebugaran, prestasi, kualitas hidup manusia, menanamkan nilai moral, akhlak manusia, sportifitas, disiplin, membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat dan kehormatan bangsa.

Salah satu olahraga yang dikembangkan Negara Indonesia adalah Pencak Silat. Pencak Silat merupakan cabang olahraga yang merupakan asli milik bangsa Indonesia, yang didalamnya terdapat nilai seni dan beladiri. Pencak Silat di Indonesia semakin berkembang, salah satunya dengan banyaknya berdiri tempat latihan dan kejuaraan tingkat pelajar maupun umum dalam berbagai *event*, sehingga makin banyaknya pembibitan atlet usia dini yang latihan di perguruan ataupun organisasi Pencak Silat yang telah banyak dijumpai baik disekolah ataupun di perguruan yang menjadi tempat pembinaan pesilat. Para generasi muda sebagai penerus bangsa dalam bidang olahraga Pencak Silat yang memiliki bakat dan minat dalam cabang olahraga ini perlu dibina. Pembinaan ini memiliki tujuan agar para atlet Pencak Silat tersebut

dapat mengerahkan seluruh potensi yang dimiliki untuk bertanding dengan baik dan menjadi atlet yang berkualitas dan berprestasi. Dalam prestasi nasional dan internasional.

Propinsi Sumatera Barat tepatnya di Kabupaten Padang Pariaman, memiliki beberapa perguruan Pencak Silat yang berwadah di IPSI atau Ikatan Pencak Silat Seluruh Indonesia yang menjadi wadah dari perguruan untuk dilaksanakan pembinaan olahraga pencak silat yang bertujuan untuk menciptakan atlet-atlet yang berprestasi, yang diharapkan dapat mengharumkan nama Kabupaten Padang Pariaman.

Di dalam suatu perguruan olahraga Pencak Silat, haruslah memiliki faktor-faktor yang mendukung pencapaian pengembangan dan pembinaan olahraga Pencak Silat yang baik, seperti kemampuan teknik yang baik dari pesilat, dukungan dana, keadaan sarana dan prasarana, termasuk pelatih yang bisa memotivasi atlet yang dilatihnya, yang mana sebuah motivasi dapat merubah seseorang menjadi semakin kuat untuk bertindak dan berperilaku yang baik.

Motivasi merupakan suatu hal yang sangat penting, yang di dalamnya terdapat berbagai macam teknik, misalnya kenaikan tingkat, penghargaan, peranan-peranan prestasi, pujian, dan celaan telah dipergunakan untuk mendorong atlet agar mau belajar dan berlatih dalam latihan, seorang pelatih harus bisa meningkatkan motivasi yang dimiliki atlet Pencak Silat.

Berdasarkan observasi yang dilakukan penulis di lapangan disalahsatu perguruan pencak silat yang ada di kab. Padang Pariaman yaitu di Perguruan Pencak Silat Satria Muda Indonesia di kecamatan Lubuk Alung, peneliti memberikan dugaan sementara tentang motivasi atlet Pencak Silat dalam latihan, dari 25 orang yang latihan ada sekitar 50% orang yang terlihat kurangnya keseriusan atlet dalam pelaksanaan latihan, atlet terlihat kurang bersemangat, mereka menjalankan latihan dengan tidak fokus dan main-main. Dan ada beberapa orang yang terkesan ikut – ikutan, Kemudian penulis melakukan wawancara dengan pelatih yang ada disana penulis mendapatkan informasi tentang program latihan yang sedikit *monotune* di berlakukan oleh pelatih sehingga penulis mengambil kesimpulan sementara motivasi atlet tersebut kurang kuat sehingga terlihat terkesan bermain – main.

Disini yang mempengaruhi motivasi atlet dalam melakukan latihan Pencak Silat diduga disebabkan oleh kurangnya semangat juang yang dimiliki atlet dalam latihan, kurangnya minat atlet dalam mengikuti latihan, kurangnya keyakinan atlet dalam menampilkan kemampuannya, ketidak fokus atlet dalam melakukan latihan , faktor materi yang *monotune* yang disajikan oleh pelatih dan sarana dan prasarana yang kurang memadai. Peneliti beranggapan kondisi ini juga ada di tempat latihan lain di kabupaten Padang pariaman, yang menjadi salah satu faktor kurang maksimalnya perolehan medali di ajang Popda ataupun Porprov bagi IPSI dan kabupaten Padang Pariaman.

Untuk mengetahui lebih jauh secara pasti keadaan motivasi diri atlet dalam melakukan latihan Pencak Silat maka penulis tertarik untuk mengadakan sebuah penelitian tentang Motivasi. Untuk itulah penulis mengangkat judul penelitian “Motivasi Berlatih Atlet Pencak Silat di Kabupaten Padang Pariaman”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah yang berhubungan dengan topik penelitian maka perlu mengidentifikasi masalah yaitu:

1. Tingkat prestasi atlet Pencak Silat Kabupaten Padang Pariaman
2. Pendanaan atlet mengikuti latihan Pencak Silat di Kabupaten Padang Pariaman
3. Peranan pelatih saat melakukan latihan Pencak Silat di Kabupaten Padang Pariaman
4. Sarana dan prasarana latihan Pencak Silat di Kabupaten Padang Pariaman
5. Motivasi intrinsik dan ekstrinsik atlet dalam mengikuti latihan Pencak Silat di Kabupaten Padang Pariaman
6. Motivasi keseuruhan atlet dalam mengikuti latihan Pencak Silat di Kabupaten Padang Pariaman

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan indentifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dalam penelitian ini penulis menduga faktor yang paling dominan dan mempengaruhi kegiatan latihan pencak silat di kab. Padang Pariaman adalah :

1. Motivasi intrinsik atlet dalam mengikuti latihan Pencak Silat di Kabupaten Padang Pariaman
2. Motivasi ekstrinsik atlet dalam mengikuti latihan Pencak Silat di Kabupaten Padang Pariaman
3. Motivasi atlet secara keseluruhan dalam mengikuti latihan Pencak Silat di Kabupaten Padang Pariaman

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah dijelaskan diatas, maka dapat di rumuskan suatu masalah yaitu :

1. Bagaimanakah tingkat motivasi intrinsik atlet dalam mengikuti latihan Pencak Silat di Kabupaten Padang Pariaman ?
2. Bagaimanakah tingkat motivai ekstrinsik atlet dalam mengikuti latihan Pencak Silat di Kabupaten Padang Pariaman ?
3. Bagaimanakah tingkat motivai atlet secara keseluruhan dalam mengikuti latihan Pencak Silat di Kabupaten Padang Pariaman?

E. Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan penelitian adalah untuk mengetahui gambaran Motivasi atlet yang mengikuti latihan Pencak Silat di Kabupaten Padang Pariaman.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah :

1. Sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sains di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai masukan bagi atlet untuk mengetahui pentingnya motivasi dalam mengikuti latihan Pencak Silat
3. Sebagai masukan bagi peneliti selanjutnya dan pengetahuan bagi pembaca.