

MOTIVASI SISWA DALAM PELAKSANAAN PENGEMBANGAN DIRI
KARATE DI SMP NEGERI 2 KOTA BUKITTIMGGI

SKRIPSI

Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



OLEH
ADIB ABDILLAH
NIM.98205

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2013

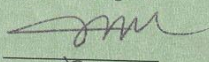
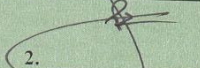
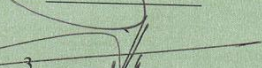
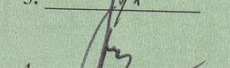
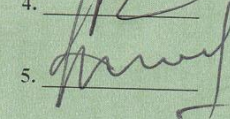
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Didepan Penguji Skripsi
Jurusan Pendidikan Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul : Motivasi Siswa dalam Pelaksanaan Pengembangan Diri Karate
di SMP Negeri 2 kota Bukittinggi.
Nama : Adib Abdillah
BP/NIM : 2009/98205
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, September 2013

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Dr. H. Syahrial Bakhtiar, M.Pd	1. 
2. Sekretaris : Dra. Pitnawati, M.Pd	2. 
3. Anggota : Drs. Edwarsyah, M.Kes	3. 
4. Anggota : Drs. Nirwandi, M.Pd	4. 
5. Anggota : Drs. Yulifri, M.Pd	5. 

ABSTRAK

Adib Abdillah (2013): **Motivasi Siswa dalam Pelaksanaan Kegiatan Pengembangan Diri Karate di SMP Negeri 2 Kota Bukittinggi.**

Masalah dalam penelitian ini yaitu menurunnya prestasi atlet karate SMP Negeri 2 kota Bukittinggi dalam beberapa tahun belakangan ini. Hal ini disebabkan oleh banyak faktor diantaranya, kurangnya motivasi siswa, kurangnya kompetisi karate, kurangnya perhatian dari pemerintah, kurangnya perhatian dari sekolah, kurangnya perhatian orang tua, kurang lengkapnya sarana dan prasarana, namun peneliti hanya melihat dari sisi motivasi dan kondisi sarana dan prasarana. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauhmana motivasi siswa terhadap pengembangan diri olahraga karate.

Penelitian ini bersifat deskriptif, yaitu menggambarkan motivasi siswa terhadap pengembangan diri olahraga karate. Populasi penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 2 kota Bukittinggi yang tergabung dalam kegiatan pengembangan diri yang berjumlah 36 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan *total sampling* yang berjumlah 36 orang sebagai sampel. Pengambilan data dilakukan dengan cara membagikan angket yang dirancang sedemikian rupa sehingga bisa menyebabkan informasi yang lebih objektif dari responden.

Analisis data penelitian menggunakan teknik distribusi frekuensi (statistik deskriptif) dengan perhitungan persentase $P = F/N \times 100\%$. Dari analisis data diperoleh hasil rata-rata jawaban penelitian masing-masing indikator dari yang mempengaruhi motivasi siswa terhadap kegiatan pengembangan diri karate di SMP Negeri 2 kota Bukittinggi yaitu minat intrinsik dengan tingkat pencapaian 59% diklasifikasikan sedang, minat ekstrinsik dengan tingkat pencapaian 57% diklasifikasikan sedang, dan kelengkapan sarana dengan tingkat pencapaian 56% diklasifikasikan sedang

Kata kunci : Motivasi, pengembangan diri dan karate

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunian-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “ Motivasi Siswa Dalam Kegiatan Pengembangan Diri Karate di SMP Negeri 2 Kota Bukittinggi ”.

Penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas-tugas dalam memperoleh gelar Sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Didalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada :

1. Bapak Prof. Dr.Phil Yanuar Kiram selaku Rektor Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan izin dalam pemakaian atau fasilitas yang ada untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Drs. H. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (FIK UNP). Yang telah memberikan kesempatan untuk menyelesaikan Perkuliahan di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
3. Drs. Yulifri, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang,
4. Dr. H. Syahril Bakhtiar, M. Pd selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, pemikiran, pengarahannya yang sangat berarti serta waktunya demi kesempurnaan skripsi ini

5. Dra.Pitnawati M.Pd selaku pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
6. Drs. Edwarsyah, M. Kes, Drs. Nirwandi, M. pd, Drs. Yulifri, M. Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Ayahanda (Efffendi), Ibunda (Wisnawati) yang selalu memberikan dukungan.
8. Kepala sekolah dan majelis guru serta siswa SMP Negeri 2 kota Bukittinggi.
9. Seluruh teman-teman senasib dan seperjuangan yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan dorongan moril dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari dalam penulisan ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata penulis doa kan semoga semua amal yang diberikan mendapat imbalan yang setimpal dan bermanfaat bagi kita semua. Amin Ya Robal Alamin.

Padang, Juli 2013

Penulis

DAFTAR ISI

HAL PERSETUJUAN

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
BAB 1. PENDAHULUAN	1
A.Latar belakang	1
B.Identifikasi masalah.....	7
C.Pembatasan masalah.....	8
D.Perumusan masalah	8
E. Tujuan penelitian.....	8
F. Manfaat penelitian.....	8
BAB II. TINJAUAN KEPUSTAKAAN	10
A. Kajian teori	10
1. Pengembangan diri.....	10
2. Karate	13
3. Motivasi siswa.....	17
4. Sarana dan prasarana.....	19
B. Kerangka konseptual	22
C. Pertanyaan peneliti	23

BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	24
A. Jenis penelitian	24
B. Tempat dan waktu penelitian.....	24
C. Populasi dan sampel	25
D. Jenis dan sumber data	26
E. Teknik pengumpulan data	27
F. Teknik analisis data	27
BAB IV ANALISIS DAN PEMBAHASAN	29
A. Deskriptif Data	29
B. Analisis	29
C. Pembahasan.....	37
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	40
A. Kesimpulan	41
B. saran	42
DAFTAR PUSTAKA	44

DAFTAR TABEL

Tabel1. Jumlah siswa	25
Tabel 2.Motivasi sisiwa	30
Tabel 3.Distribusi Frekwensi skor penilaian motivasi	33
Tabel 4.Distribusi frekwensi hasil penilaian sarana dan prasarana.....	36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Tabel Nama Siswa	46
Lampiran 2. Tabel Disribusi frekwensi.....	47
Lampiran 3. Frekwesi Tabel	48
Lampiran 4. Tabel Distribusi Frekwensi Motivasi	53
Lampiran 5. Kisi-kisi Penelitian	54
Lampiran 6. Angket Penelitian	55
Lampiran 7. Gambar Penelitian	59
SURAT IZIN PENELITIAN FIK UNP	
SURAT IZIN PENELITIAN DINAS	
SURAT KETERANGAN PENELITIAN	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Pendidikan adalah suatu usaha atau kegiatan yang di jalankan dengan sengaja, teratur dan terencana dengan tujuan untuk mengubah pengembangan prilaku ke arah yang lebih baik sesuai dengan apa yang di inginkan. Pendidikan dapat di serap atau pendidikan itu di dapat mulai dari rumah, lingkungan social dan sekolah. Sekolah merupakan salah satu lembaga formal untuk tercapainya tujuan dari pendidikan tersebut, dan di sekolah anak sebagai peserta didik paling banyak menyerap pendidikan.

Pendidikan yang di dapat di sekolah harus dapat berguna dalam lingkungan masyarakat yang sedang berkembang seperti saat ini, yaitu manusia yang bertakwa kepada tuhan yang maha esa, berbudi luhur, terampil serta sehat jasmani dan rohani. Hal ini sesuai dengan tujuan pendidikan nasional yang di tuangkan di dalam Undang-Undang no. 20 tahun 2003 halaman 8 tentang sistim pendidikan nasional yang bertujuan sebagai berikut:

“Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan bentuk watak serta peranan bangsa yang bermatabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada tuhan yang maha esa, berakhlak mulia, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadai warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab”

Berdasarkan uraian dari Undang-Undang di atas jelas bahwa pendidikan yang di laksanakan di sekolah adalah sebagai alat untuk meningkatkan kualitas manusia itu sendiri. Peningkatan kualitas manusia itu

dapat di lakukan melalui berbagai program pendidikan yang di mulai dari pendidikan dasar sampai ke jenjang perguruan tinggi. Untuk mencapai tujuan tersebut pendidikan harus di laksanakan secara sistematis dan berdasarkan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi. Di dalam aspek ini semua unsure sangat berpengaruh terhadap kemajuan pendidikan, begitu juga dengan halnya program pengembangan diri yang di laksanakan di sekolah.

Kegiatan pengembangan diri merupakan kegiatan yang penting untuk di kembangkan oleh setiap murid. Dengan kegiatan pengembangan diri ini dimaksudkan akan memberi kesempatan kepada murid untuk mengekspresikan serta mengembangkan minat dan bakat yang dimilikinya. Hal ini sesuai dengan isi Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) yang di keluarkan DEPDIKNAS tahun 2006 yang menjelaskan bahwa:

“Pengembangan diri bukan merupakan mata pelajaran yang harus di asuh oleh guru, pengembangan diri bertujuan untuk memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan kebutuhan, bakat, dan minat setiap peserta didik sesuai dengan kondisi sekolah. Kegiatan pengembangan diri di fasilitasi dan atau di bimbing oleh konselor, guru, atau tenaga kependidikan yang dapat di lakukan dalam bentuk kegiatan ekstrakurikuler”:

Dari pernyataan di atas jelas bahwa tujuan dari kegiatan pengembangan diri sangatlah berguna bagi siswa, siswa dapat mengembangkan dan mengekspresikan bbakat serta minat yyang dimiliki oleh siswa. Hal ini juga diperkuat dengan PERMEN nomor 22 tahun 2006 tentang standar kurikulum SD, SMP, dan SMA yang menjelaskan bahwa “ Pengembangan diri bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada peserta

didik untuk mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan kebutuhan, bakat dan minat setiap peserta didik sesuai dengan kondisi sekolah”.

Oleh karena itu maka kegiatan pengembangan diri ini sangat berpengaruh terhadap peserta didik yang dengan kegiatan ini di maksudkan dapat mempengaruhi terhadap dunia pendidikan. Dengan hal ini hendaknya sekolah sangat memmperhatikan proses barjalannya kegiatan pengembangan diri di sekolah tersebut agar peserta didik dapat prestasi yang di inginkan.

Olahraga juga salah satu cabang dari pengembangan diri disamping ada cabang-cabang lain seperti cabang keagamaan, seni, dan lain sebagainya. Olahraga merupakan salah satu cara untuk mengembangkan psikomotor peserta didik. Dengan berolahraga di harapkan dapat memperbaiki jasmani peserta didik supaya lebih sehat dan dapat melakukan kegiatan sehari-hari tanpa merasa lelah sesuai dengan tujuan olahraga yaitu mencapai kesegaran jasmani. Disamping untuk kesegaran jasmani bagi peserta didik yang memiliki bakat dan minat terhadap cabang olahraga yang di ikuti dapat di jadikan pembibitan atlit yang di harapkan dapat berlaga di tingkat sekolah, kota atau kabupaten, propinsi, nasional, ataupun tingkat internasional.

Untuk melihat pembinaan dan pengembangan olahraga di sekolah dapat kita lihat di dalam Undang-Undang Republik Indonesia nomor 03 tahun 2005 halaman 5 tentang sistim keolahragaan pendidikan nasional “ Pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan di laksanakan melalui proses pembelajaran yang di lakukan oleh guru olahraga yang berkualitas dan

memiliki sertifikat kompetensi serta didukung sarana dan prasarana yang memadai.”

Dari Undang-Undang di atas dapat kita simpulkan bahwa olahraga pendidikan di sekolah adalah olahraga yang membina serta mengembangkan kegiatan olahraga yang dilakukan melalui proses pembelajaran di sekolah yang dibimbing oleh guru olahraga yang memiliki kemampuan atau sertifikat di bidang olahraga tersebut serta didukung oleh pengadaan sarana dan prasarana yang mendukung terlaksananya kegiatan olahraga tersebut.

Hal ini juga diperkuat dengan Undang-Undang Republik Indonesia No. 03 tahun 2005 pasal 1 tentang sistem olahraga nasional yang menyatakan bahwa “Sistem keolahragaan nasional adalah keseluruhan aspek keolahragaan yang saling terkait secara terencana, sistematis, terpadu, dan berkelanjutan sebagai satu kesatuan yang meliputi pengaturan, pengembangan, dan pengawasan untuk mencapai tujuan dari keolahragaan”. Undang-Undang ini juga dapat menjadi patokan bahwa seharusnya semua cabang olahraga mendapatkan perhatian dari setiap kalangan seperti adanya pembinaan yang terprogram dari semua pihak di mulai dari jenjang pendidikan sampai pembinaan olahraga dari masing-masing klub olahraga, dan dalam kajian ini penulis mengkaji dari jenjang pendidikan agar dapat memperkuat keterangan penulis di atas.

Cabang-cabang olahraga yang banyak dikembangkan di sekolah-sekolah antara lain, cabang olahraga sepak bola, bola voli, pencak silat, basket, karate, renang, catur, taekwondo, dan lain sebagainya. Dan kali ini penulis akan

mengangkat cabang olahraga bela diri karate, karna selain penulis juga bergulat dalam olahraga tersebut yang nantinya juga akan membantu penulis dalam penulisan ini di samping itu olahraga karate juga sudah di pertandingkan di tingkat daerah, nasional, dan internasional. Serta diharapkan dengan berolahraga karate peserta didik akan mendapatkan pembelajaran mental, penguasaan diri, fisik, dan disiplin yang akan menunjang prestasinya di bidang intrakurikuler nantinya.

Di Bukittinggi kegiatan pengembangan diri dilakukan di luar jam pelajaran sekolah agar terlaksana dengan baik dan proses belajar mengajar intrakurikuler dapat berjalan dengan baik pula. Di SMP Negeri 2 kota Bukittinggi kegiatan pengembangan diri olahraga karate di lakukan 2 kali seminggu di luar jam pelajaran(dilakukan sore hari sepulang sekolah pada hari jumat, dan pagi hari di hari minggu.). Pembatasan jadwal kegiatan karate ini di karnakan banyaknya jadwal dari kegiatan pengembangan diri lainnya, seperti pramuka, paskibra, volly, basket, dan catur. Selain itu untuk mendapatkan altet yang bagus dan bertalenta tinggi harus di mulai dari latihan yang sisitematis dan berkesinambungan.

Berdasarkan uraian diatas dan hasil dari konsultasi penulis dengan guru pembimbing pengembangan diri karate serta hasil observasi penulis terhadap pelaksanaan kegiatan pengembangan diri karate di SMP Negeri 2 Bukittinggi. Penulis melihat gejala yang terjadi di lapangan dan mendapatkan informasi bahwa kegiatan pengembangan diri karate di SMP tersebut mengalami penurunan prestasi di beberapa tahun belakangan ini. Hal ini juga di

perkuat dengan hasil konsultasi penulis dengan guru pembimbing kegiatan karate ini yang menjelaskan bahwa karate di SMP Negeri 2 ini sudah berdiri dari tahun 2002 pada saat itu penulis masih duduk di bangku SD dan menjadi murid angkatan pertama di kegiatan pengembangan diri tersebut yang waktu itu bernama kegiatan ekstrakurikuler.

Pada tahun 2004- 2008 prestasi atlet masih dapat dikatakan baik terbukti dengan adanya atlet tersebut yang memperoleh medali di kejuaraan-kejuaraan yang diadakan FORKI (federasi olahraga karate-do Indonesia), dan LEMKARI (lembaga karate-do Indonesia), serta mewakili kota Bukittinggi dalam ajang PORSENI (pecahan olahraga dan seni) yang waktu itu mendapat medali perunggu putra dan putri di tingkat provinsi pada tahun 2005, dan O2SN(olimpiade olahraga siswa nasional) mendapat medali perunggu putra dan putri tingkat provinsi(2006), medali perak putri dan perunggu putra pada tingkat provinsi (2007), medali perunggu putra pada tingkat provinsi(2008) .

Pada tahun 2009 sampai saat penulis melakukan observasi prestasi atletnya bisa dikatakan menurun, hal ini diperjelas dengan berkurangnya prestasi atlet-atlet karate SMP Negeri 2 kota Bukittinggi dalam mengikuti kejuaraan, dan O2SN. Dari pengamatan penulis yang penulis lakukan terhadap pelaksanaan kegiatan pengembangan diri karate tersebut, penurunan prestasi tersebut dikarenakan oleh beberapa faktor antara lain siswa dan siswi yang mengikuti kegiatan tersebut kurang bermotivasi dalam melaksanakan program-program latihan yang diberikan pelatihnya, padahal motivasi adalah titik kunci awal dari sebuah keberhasilan, Handoko dalam Iwan (2013:11)

mendefinisikan motivasi yaitu: “Sebagai suatu keadaan dalam diri seseorang yang mendorong seseorang itu untuk melakukan kegiatan tertentu yang berguna untuk mencapai tujuannya”, jelas sekali bahwa motivasi memiliki peran kunci dalam keberhasilan atlet.

Kurang lengkapnya sarana dan prasarana yang mendukung dalam kegiatan karate tersebut, sehingga mengakibatkan menurunnya motivasi siswa untuk berlatih. Perhatian dari pihak sekolah bisa dikatakan rendah. Orang tua siswa kurang mendukung terhadap program pengembangan diri karena orang tua siswa lebih terfokus untuk memajukan kualitas akademik anaknya. Jarangnya kompetisi yang dilaksanakan di tingkat sekolah menengah untuk tingkat kota di Bukittinggi pada cabang karate ini. Dari hasil observasi di atas maka penulis akan melaksanakan suatu penelitian di SMP Negeri 2 Bukittinggi yang berjudul “ Motivasi Dalam Pelaksanaan Kegiatan Pengembangan Diri Karate di SMP Negeri 2 Kota Bukittinggi”.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan masalah yang peneliti temukan dalam latar belakang masalah maka peneliti mengidentifikasi masalah tersebut sebagai berikut:

1. Motivasi siswa.
2. Kompetisi karate.
3. Perhatian pemerintah.
4. Perhatian dari sekolah.
5. Perhatian orang tua siswa.
6. Kelengkapan Sarana dan prasarana.

C. Pembatasan masalah

Banyaknya masalah yang ditemukan pada identifikasi masalah di atas, dan dengan semua keterbatasan peneliti maka peneliti membatasi masalah tersebut menjadi suatu variabel yang akan diteliti yaitu : Motivasi Dalam Pelaksanaan Kegiatan Pengembangan Diri Karate di SMP Negeri 2 Kota Bukittinggi

D. Perumusan masalah

Setelah masalah dibatasi maka peneliti akan merumuskan masalah tersebut yaitu : Bagaimana motivasi siswa dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri karate di SMP Negeri 2 Kota Bukittinggi?.

E. Tujuan penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk :

1. Mengetahui bagaimana motivasi siswa dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri karate di SMP Negeri 2 Kota Bukittinggi.

F. Manfaat penelitian

Manfaat penelitian dalam penelitian ini adalah

1. Peneliti, sebagai persyaratan dalam meraih gelar sarjana di fakultas ilmu keolahragaan.
2. Sekolah yang di teliti, sebagai bahan perhatian bagi kedaan sekolah yang diteliti.
3. Kepala sekolah. Bahan laporan keadaan sekolah yang diteliti.

4. Bahan pelengkap perpustakaan FIK dan UNP.
5. Bagi peneliti selanjutnya, sebagai bahan referensi untuk mahasiswa berikutnya yang tertarik meneliti sesuai permasalahan dalam penelitian ini.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil analisis data dan pembahasan yang telah dikemukakan oleh peneliti pada bab sebelumnya, maka peneliti dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Motivasi merupakan salah satu faktor yang sangat mempengaruhi individu dalam melaksanakan suatu kegiatan sekolah baik itu dalam proses pembelajaran dan lebih berpengaruh lagi pada kegiatan pengembangan diri olahraga. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan nampak bahwa motivasi siswa, baik internal maupun eksternal yang mengikuti kegiatan pengembangan diri karate di SMP Negeri 2 kota Bukittinggi dapat dikatakan sedang. Hal ini yang menyebabkan menurunnya prestasi atlet di SMP Negeri 2 itu sendiri.. Dari penelitian ini maka peneliti dapat mengkatagorikan motivasi siswa dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri karate di SMP Negeri 2 kota Bukittinggi dikatagorikan **Sedang**.
2. Sesuai dengan hasil pembahasan pada bab sebelumnya bahwa keberadaan Sarana dan Prasarana merupakan salah satu hal yang sangat mempengaruhi keberhasilan atlet yang tergabung dalam kegiatan pengembangan diri karate di SMP Negeri 2 kota Bukittinggi. Karna dengan adanya Sarana dan

Prasarana yang lengkap serta berkualitas baik akan sangat membantu atlet dalam proses berlatihnya dan juga dapat mempengaruhi motivasi atlet dalam berlatih sehingga dapat mempengaruhi prestasi atlet itu sendiri. Karena itu Sarana dan prasarana merupakan salah satu persyaratan wajib dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri di sekolah. Dalam penelitian ini sarana dan prasarana dikata gorikan sedang. Hal tersebut di sebabkan karena keberadaan sarana dan prasarana yang belum lengkap bahkan ada yang tidak di SMP Negeri 2 kota Bukittinggi. Maka dari hasil tersebut peneliti dapat menyebutkan bahwa Sarana dan Prasarana dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri karate di SMP Negeri 2 kota Bukittinggi di katagorikan **Sedang**.

B. Saran

Dalam penelitian ini peneliti menyarankan sebagai berikut :

1. Diharapkan kepada siswa agar selalu meningkatkan motivasi dalam mengikuti kegitan pengembangan diri di SMP Negeri 2 kota Bukittinggi karna tanpa motivasi yang tinggi prestasi merupakan hal yang mustahil untuk di dapatkan.
2. Kepada agar lebih meningkatkan wawasan dan pengetahuannya dalam memberikan materi latihan kepada siswa atau atlet di sekolah. Sehingga atlet tidak mengalami kejenuhan dan atlet tidak mencapai prestasi yang baik. Capailah prestasi yang baik sehingga menjadi pelatih yang profesional.

3. Kepada sekolah agar dapat melengkapi sarana dan prasarana untuk kegiatan pengembangan diri di sekolah agar dapat memudahkan dalam proses berlatih siswa di sekolah.

Daftar Pustaka

- Aniswati. (2011). “ *pelaksanaan proses belajar PENJASORKES di SD N 23 V koto kabupaten pdang pariaman* “ skripsi. Padang: UNP.
- Arikunto, suharsimi. (1990). *Manajemen Pendidikan*. Jakarta : Bina Asara.
- Debdikbud. (1997). *Pengelolaan Kegiatan Pengembangan Diri*. Jakarta : Debdikbud.
- (2006). *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan*. Jakarta : Depdiknas.
- Ferdian, ferdi. (2007). “*Studi Tentang Motivasi Dalam Kaitannya Dengan Kemenanga dan Kekalahan Atlet Karate Jawa Barat Pada PON 2004 Palembang*” Skripsi. Bandung : UPI Bandung.
- Federasi Olahraga Karate-do Indonesia. (2004). *Rule Of Competition*. Bandung : FORKI.
- Federasi Olahraga Karate-do Indonesia. (2012). *Coeching Clinic Bakrie Cup 2012*. Jakarta: FORKI.
- Hamid, April. (2007). *Teknik Dasar Karate (Kihon)*. Padang.
- Ibnu, Suhardi dkk. (2003). *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian*. Malang: UNM.
- Nawawi, Hadi. (1998). *Metode Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: UGM.
- Nakayama. (1980). *Karate Terbaik*. Jakarta : Gramedia.
- Miza, Junaidi. (2012). “*Motifasi Siswa Dalam Kegiatan Pramuka Pada Sekolah Dasar Negeri 12 Alai Padang*” skripsi. Padang: UNP.
- Permen. (2005). *Tentang Sistim Keolahragaan Nasional*. Jakarta: Peraturan Pemerintah.
- Permen. (2006). *Tentang Standar Kurikulum Sekolah Menengah Pertama*. Jakarta: Peraturan Pemerintah.
- Purnama, Iwan. (2013). “ *Motivasi Siswa Terhadap Pembelajaran PENJASORKES di SD N 08 Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok*” Skripsi. Padang: UNP
- Setiobroto, Sudiby. (2002). *Mental Training*. Jakarta: Reneka Cipta.
- Sardiman, S. Arief dkk. (2003). *Media Pendidikan Pusterkom*. Jakarta : Depeteman Pendidikan Dan Kebudayaan.
- Sujadna, Nana. (1990). *Penelitian Hasil Belajar*. Bandung : Sinar Baru Bandung.
- Surisna,Hadi. (1993). *Statistic Pendidikan*. Yogyakarta ;UGM.