

**TINJAUAN KONDISI FISIK DAN MOTIVASI JOKI PACUAN KUDA  
GALANGGANG KOTA PARIAMAN**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Sebagai Syarat  
untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Sains (S.Si)*



**Oleh**

**MURSALIM  
NIM. 1103118**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2017**

## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

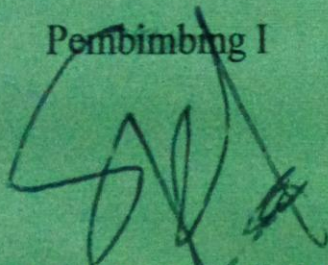
### TINJAUAN KONDISI FISIK DAN MOTIVASI JOKI PACUAN KUDA GALANGGANG KOTA PARIAMAN

Nama : Mursalim  
NIM : 1103118  
Program Studi : Ilmu Keolahragaan  
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2017

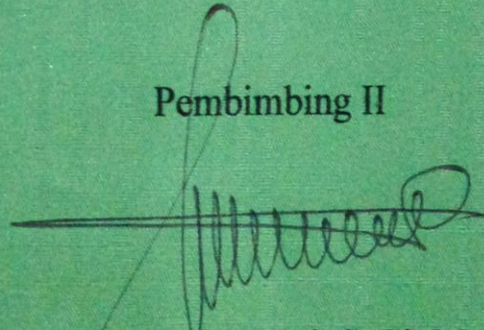
Disetujui Oleh :

Pembimbing I



M. Sazeli Rifki, S.Si, M. Pd  
NIP. 197907042009121004

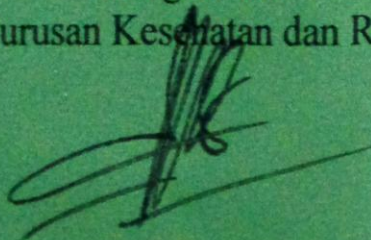
Pembimbing II



Anton Komaini, S. Si, M. Pd  
NIP. 19860712 2010121008

Mengetahui

Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi



Dr. Wilda Welis, SP. M. Kes  
NIP. 19700512199032001

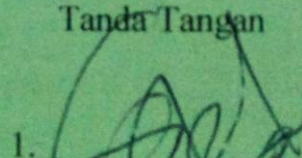
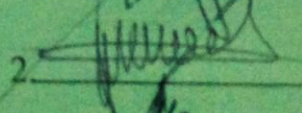
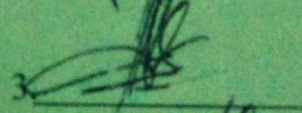
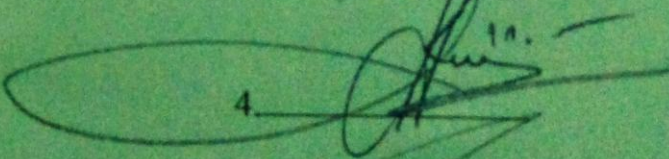

## PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

**Judul** : Tinjauan Kondisi Fisik dan Motivasi Joki Pacuan Kuda Galanggang Kota Pariaman  
**Nama** : Mursalim  
**NIM** : 1103118  
**Program Studi** : Ilmu Keolahragaan  
**Jurusan** : Kesehatan dan Rekreasi  
**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2017

### Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : M.Sazeli Rifki, S.Si, M. Pd	1. 
2. Sekretaris : Anton Komaini, S.Si, M. Pd	2. 
3. Anggota : Dr. Wilda Welis, S. P, M. Kes	3. 
4. Anggota : Drs. Rasyidin Kam	4. 
5. Anggota : Fahd Mukhtarsyaf, S. Pd. M. Pd	5. 

## ABSTRAK

### **Mursalim : Tinjauan Kondisi Fisik dan Motivasi Joki Pacuan Kuda Galanggang Kota Pariaman**

Masalah dalam penelitian ini adalah berawal dari dugaan rendahnya kondisi fisik dan motivasi joki pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kondisi fisik dan motivasi joki pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh joki pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman yang berjumlah 13 orang. Penarikan sampel menggunakan teknik *total sampling*, yaitu seluruh populasi dijadikan sampel yang berjumlah 13 orang. Teknik pengumpulan data ini adalah : 1) *Squat jump* untuk tes kekuatan otot tungkai, 2) *Stork stand* untuk tes keseimbangan, 3) *Pull-up* untuk tes kekuatan otot lengan. Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah angket dengan skala Likert. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan bentuk persentase dengan rumus  $P = f/n \times 100\%$ .

Hasil penelitian diperoleh sebagai berikut : 1) Tingkat kondisi fisik joki pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman, dilihat dari kekuatan otot tungkai termasuk kategori sedang, keseimbangan termasuk kategori sedang dan kekuatan otot lengan termasuk kategori sedang, 2) Tingkat capaian motivasi joki pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman, dilihat dari motivasi instrinsik sebesar 53.95%, termasuk klasifikasi cukup, dan motivasi ekstrinsik sebesar 58.56% termasuk klasifikasi cukup.

## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunian-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul : **“Tinjauan Kondisi Fisik dan Motivasi Joki Pacuan Kuda Galanggang Kota Pariaman”**. Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Sains (S.Si) pada Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Di dalam 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 peneliti ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada :

1. Drs. H. Syafrizar, M. Pd. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan peluang bagi penulis untuk melanjutkan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Dr. Wilda Welis, SP. M. Kes. Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi, yang telah memberikan berbagai kemudahan sehingga peneliti dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
3. M. Sazeli Rifki, S.Si, M. Pd, pembimbing I, dan Anton Komaini, S. Si, M. Pd, pembimbing II yang telah membantu dan membimbing dalam penyelesaian skripsi ini.

4. Dr. Wilda Welis, S.P. M. Kes, Drs. Rasyidin Kam, dan Fahd Mukhtarsyaf, S. Pd. M. Pd tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Joki pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman, yang telah memberikan izin penelitian.
7. Teman-teman sesama mahasiswa FIK UNP yang telah membantu dalam penelitian ini

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

**Padang, Agustus 2016**

**Peneliti**

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
 <b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah .....	6
D. Perumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Manfaat Penelitian .....	7
 <b>BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN</b>	
A. Kajian Teori .....	9
1. Pacuan Kuda.....	9
2. Kondisi Fisik .....	13
3. Motivasi .....	29
B. Kerangka Konseptual .....	32
C. Pertanyaan Penelitian .....	33
 <b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	34

B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	34
C. Populasi dan Sampel.....	34
D. Definisi Operasional.....	35
E. Jenis dan Sumber Data.....	35
F. Prosedur Penelitian .....	36
G. Teknik pengumpulan Data.....	37
H. Teknik Analisis Data.....	42
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil penelitian.....	53
B. Pembahasan.....	71
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	84
B. Saran.....	84
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>86</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>88</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Norma Tes <i>Squat Jump</i> .....	38
2. Norma Tes Keseimbangan .....	40
3. Norma Tes <i>Pull-Up</i> .....	41
4. Distribusi Frekuensi Kekuatan Otot Tungkai .....	44
5. Distribusi Frekuensi Keseimbangan .....	46
6. Distribusi Frekuensi Kekuatan Otot Lengan .....	47
7. Distribusi Frekuensi Data Motivasi Instrinsik .....	49
8. Distribusi Frekuensi Data Motivasi Ekstrinsik .....	50

## DAFTAR GAMBAR

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Otot Tungkai Bagian Atas.....	20
2. Otot Tungkai Bawah .....	20
3. Otot Tungkai bagian belakang .....	21
4. Keseimbangan dengan Titik Tumpu Kedua Kaki .....	24
5. Lengan Kanan dan Kiri .....	28
6. Kerangka Konseptual .....	33
7. Norma Tes <i>Squat Jump</i> .....	38
8. Tes Keseimbangan dengan <i>Stork Stand</i> .....	39
9. Tes <i>Pull - Up</i> .....	41
10. Histogram Data Kekuatan otot Tungkai .....	45
11. Histogram Data Kekuatan Otot Tungkai .....	47
12. Histogram Data Kekuatan Otot Tungkai .....	48
13. Histogram Distribusi Frekuensi Data Motivasi Instrinsik .....	50
14. Histogram Distribusi Frekuensi Data Motivasi Ekstrinsik .....	51

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Deskripsi Data Kekuatan Otot Tungkai .....	63
2. Deskripsi Data Keseimbangan .....	64
3. Deskripsi Data Kekuatan Otot Lengan .....	65
4. Kisi-kisi Angket Penelitian .....	66
5. Angket Penelitian .....	67
6. Deskripsi Data Motivasi Instrinsik .....	69
7. Deskripsi Data Motivasi Ekstrinsik .....	70
8. Dokumentasi Penelitian .....	71

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pada saat sekarang ini pemerintah sedang giat-giatnya membangun di segala bidang. Salah satu bidang yang sangat penting dalam usaha untuk membangun manusia Indonesia seutuhnya adalah bidang olahraga. Melalui kegiatan olahraga diharapkan generasi muda dapat menanamkan sikap sportifitas, mengembangkan sikap mental yang baik, kejujuran, keberanian daya juang dan semangat bersaing. Oleh karena itu, dalam olahraga perlu pembinaan dan pengembangan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan. Dalam Undang-Undang Sistem keolahragaan Pasal 1 Ayat 3 (2005:2) dijelaskan bahwa:

Sistem keolahragaan nasional adalah keseluruhan aspek keolahragaan yang saling terkait secara terencana, sistematis, terpadu, dan berkelanjutan sebagai satu kesatuan yang meliputi pengaturan pendidikan, pelatihan, pengelolaan, pembinaan, pengembangan dan pengawasan untuk mencapai tujuan keolahragaan nasional.

Berpedoman pada kutipan di atas, maka dapat dikemukakan bahwa tujuan keolahragaan nasional dapat diwujudkan melalui pengembangan dan pembinaan yang dilaksanakan secara terencana, sistematis, terpadu dan berkelanjutan. Kemudian pelaksanaanya diperlukan pengawasan dan pengelolaan pelatihan serta pengaturan yang serius demi tercapainya prestasi yang diinginkan dan dapat mengharumkan nama bangsa dan negara. Yang dimaksud disini adalah olahraga yang dibina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetisi

untuk mencapai prestasi dengan dukungan Iptek. Salah satu olahraga yang perlu dibina dan ditingkatkan prestasinya adalah olahraga pacuan kuda

Di Indonesia pacuan kuda merupakan salah satu cabang olahraga prestasi yang populer dan digemari, oleh karena itu olahraga pacuan kuda mendapat apresiasi dari masyarakat dan pemerintah dalam perkembangannya. Hal ini terbukti banyak joki-joki yang muncul baik di tingkat anak-anak, remaja, dan dewasa yang tersebar dipelosok tanah air dan diharapkan nanti mampu mengangkat prestasi pacuan kuda dan mampu mengangkat martabat bangsa di kancah internasional.

Sejarah olahraga menunggang kuda di Indonesia mencatatkan bahwa dahulu kuda digunakan sebagai alat untuk berburu di hutan-hutan oleh rakyat Nusa Tenggara Barat dan timur. Dan di abad ke-16 di Pulau Jawa, kuda adalah simbol keagungan dari kerajaan-kerajaan yang digerakkan untuk peperangan, sampai pada perkembangannya bergeser menjadi sebuah tontonan olahraga. Pacuan kuda saat ini menjadi salah satu bagian dari cabang olahraga yang diperlombakan di PON (Pekan Olahraga Nasional). Di beberapa daerah seperti di Bima, NTB pacuan kuda masih cukup populer, bahkan disana kebanyakan anak-anak yang menjadi jokinnya.

Di tahun 1953 didirikan suatu badan yang berusaha menyatukan semua perkumpulan olahraga berkuda di Indonesia, diberi nama Pusat Organisasi PONI Seluruh Indonesia (POPSI) dengan ketuanya Letkol. Singgih. Tetapi POPSI dalam perkembangannya, malahan surut dan menjadi federasi-federasi, yang akhirnya hilang begitu saja. Kemudian pada tahun 1966, berdirilah

organisasi berkuda yang merupakan satu-satunya yang telah diakui oleh KONI Pusat, yaitu : Persatuan Olahraga Berkuda Seluruh Indonesia (PORDASI). PORDASI dibentuk atas prakarsa empat daerah, Jawa Barat, Jawa Tengah, Jawa Timur, Sulawesi Utara dan satu klub SEKARDIU yang dibentuk corps Kavaleri Bandung. Sebagai Ketua Umum pertama adalah Achmad Syam dari Bogor, PORDASI diakui oleh pemerintah sebagai satu-satunya organisasi Induk berkuda di Indonesia, dengan Surat Keputusan Direktur Jenderal Olahraga tanggal 28 Oktober 1966, nomor : 016/tahun 1966. Sejak itu PORDASI selalu aktif menyelenggarakan perlombaan-perlombaan, baik dalam lomba pacuan kuda maupun lomba ketangkasan berkuda.

Untuk pencapaian prestasi olahraga pacuan kuda, harus didukung oleh kualitas fisik dan teknik yang baik dengan cara memaksimalkan bakat, kemampuan dan potensi yang ada. Menurut Syafruddin (2011:57) "Keberhasilan prestasi yang ditunjukkan/ditampilkan seorang atlet dalam suatu kompetisi terutama ditentukan dan dipengaruhi oleh kemampuan atau potensi atlet itu sendiri secara terpadu, baik kemampuan fisik, teknik, taktik, dan kemampuan mentalnya". Oleh karena itu, untuk memenuhi prestasi atlet harus memiliki empat komponen prestasi yang baik, terutama kondisi fisik.

Setiap joki pacuan kuda sangat penting memiliki unsur-unsur kondisi fisik. Kondisi fisik secara umum menurut Syafruddin (1999:36) terdiri dari: daya tahan, kekuatan, daya ledak, kecepatan, kelentukan, kelincahan, keseimbangan (*balance*), dan koordinasi (*coordination*). Untuk seorang joki

yang terpenting adalah unsur kondisi fisik, daya tahan, kekuatan, kelentukan, dan keseimbangan.

Disamping unsur kondisi fisik yang telah dijelaskan di atas, prestasi pacuan kuda juga ditentukan oleh bakat dan motivasi atlet, program latihan serta usaha pembinaan yang teratur dan kontiniu dalam pembinaan yang diarahkan pada pencapaian keberhasilan pacuan kuda dan peningkatan prestasi. Galangang adalah salah satu club pacuan kuda yang ada di Kota Pariaman ini masih minim prestasi. Rendahnya prestasi kemungkinan disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu: joki yang tidak handal, kuda yang hebat, kondisi fisik, motivasi, sarana dan prasarana, mental, perhatian pemerintah, kuda terlatih serta perhatian pemerintah.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah peneliti lakukan terhadap beberapa orang joki pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman, pada bulan Desember 2015, mereka mengatakan bahwa joki pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman sebelumnya pernah mendapatkan juara, namun 3 tahun ini joki pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman tidak lagi pernah lagi mendapat juara. Hal ini dilihat dari pertandingan yang diikuti joki pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman. Untuk meraih prestasi dalam pacuan kuda tentunya tidak mudah, hal ini tentunya harus didukung oleh joki yang hebat dan kuda yang kuat, karena dua komponen ini sangat dibutuhkan dalam pertandingan pacuan kuda. Kedua komponen ini saling berkaitan, jika kuda kuat dan terlatih, tetapi tidak didukung oleh joki yang hebat tentunya tidak mungkin dapat meraih prestasi, bagitu juga dengan joki yang hebat, tetapi

tidak didukung oleh kuda yang kuat dan terlatih tentu juga sulit untuk meraih prestasi.

Berdasarkan observasi dan pengamatan yang telah peneliti lakukan dilapangan, peneliti melihat bahwa kuda yang digunakan joki sudah kuat dan terlatih, hal ini terlihat dari kecepatan lari kuda tersebut dan juga kuda yang digunakan ada yang pernah meraih prestasi, namun sewaktu joki Galanggang Kota Pariaman melakukan latihan dan mengikuti pertandingan, peneliti melihat joki sewaktu mengendarai kuda tidak mampu berdiri lama, saat kuda lari pada tikungan, maupun pada saat kuda berlari dengan cepat joki sering terlihat hampir terjatuh. Selain itu pada saat latihan joki tidak semuanya hadir kelapangan. Latihan yang dilakukan joki tidak terjadwal mereka kadang-kadang melakukan latihan bila akan mengikuti pertandingan saja. Dengan demikian penulis menduga bahwa kondisi fisik dan motivasi joki di pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman belum begitu baik.

Dengan demikian, untuk mendapatkan data dan informasi yang mendekati kebenaran ilmiah mengenai kondisi fisik dan motivasi joki di pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman, serta belum adanya yang meneliti tentang kondisi fisik dan motivasi joki di pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman, maka pada kesempatan ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul ” Tinjauan Kondisi dan Motivasi joki di pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kondisi fisik mempengaruhi prestasi joki di pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman
2. Joki yang handal mempengaruhi prestasi joki di pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman
3. Motivasi mempengaruhi prestasi joki di pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman
4. Kuda yang kuat dan terlatih mempengaruhi prestasi joki di pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman
5. Perhatian pemerintah mempengaruhi prestasi joki di pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman.

## **C. Pembatasan Masalah**

Dari latar belakang masalah dan identifikasi masalah, maka perlu adanya batasan dan mengingat keterbatasan waktu, tenaga, biaya, dan juga keterbatasan ilmu dari penulis, maka penulis membatasi masalah pada :

1. Kondisi Fisik, yang terdiri dari, kekuatan otot tungkai, keseimbangan, Kekuatan otot lengan
2. Motivasi, yang terdiri dari motivasi instrinsik dan motivasi ekstrinsik

## **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah, maka perumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Bagaimanakah kondisi fisik yang meliputi kekuatan otot tungkai, keseimbangan dan kekuatan otot lengan joki di pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman ?
2. Bagaimanakah motivasi yang meliputi motivasi instrinsik dan ekstrinsik Joki di pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman ?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Kondisi fisik joki di pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman yang meliputi, a) Kekuatan otot tungkai, b) Keseimbangan, c) Kekuatan otot lengan
2. Motivasi joki di pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman yang meliputi, a) Motivasi instrinsik, b) Motivasi Ekstrinsik

### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk:

1. Peneliti, sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana sains (S.Si) pada Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Program Studi Ilmu Keolahragaan.
2. Sebagai bahan masukan bagi pengurus untuk membina dan meningkatkan prestasi.
3. Pelatih, sebagai masukan dalam meningkatkan prestasi pada cabang olahraga pacuan kuda
4. Joki, sebagai gambaran tentang kondisi fisik dan motivasi yang mereka miliki

5. Fakultas Ilmu Keolahragaan sebagai bahan untuk literatur hasil-hasil penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa.
6. Peneliti selanjutnya sebagai referensi dalam meneliti dengan kajian yang sama secara lebih mendalam

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang kondisi fisik dan motivasi joki pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat kondisi fisik joki pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman, dilihat dari kekuatan otot otot tungkai termasuk kategori sedang, keseimbangan termasuk kategori sedang dan kekuatan otot lengan termasuk kategori sedang.
2. Tingkat capaian motivasi joki pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman, dilihat dari motivasi instrinsik sebesar 53.95%, termasuk klasifikasi cukup, dan motivasi ekstrinsik sebesar 58.56% termasuk klasifikasi cukup.

#### **B. Saran**

Berdasarkan temuan penelitian ini, maka peneliti mengemukakan beberapa saran sebagai berikut :

1. Pelatih, untuk meningkatkan prestasi joki pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman disarankan untuk meningkatkan latihan kondisi fisik pada jokinya terutama sekali kekuatan otot tungkai, keseimbangan dan kekuatan otot lengan dan juga memberikan motivasi kepada joki untuk lebih berprestasi.
2. Joki joki pacuan kuda Galanggang Kota Pariaman agar meningkatkan kemampuan kondisi fisik, khususnya kekuatan otot tungkai, keseimbangan

dan kekuatan otot lengan. serta lebih meningkatkan lagi motivasinya dalam olahraga pacu kuda.

3. Pemerintah dan pihak lainnya untuk dapat melengkapi sarana prasarana yang diperlukan khususnya dalam pacuan kuda, serta lebih sering lagi mengadakan perlombaan pacuan kuda ini, sehingga joki lebih termotivasi lagi mengikuti latihan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arsil. 1999. *Pembinaan Kondisi Fisik*. Padang: Sukabina. FIK. UNP.
- Asrori, Mohammad. 2007. *Psikologi Pembelajaran*. Bandung: CV. Wacana Prima
- \_\_\_\_\_, 2009. *Tes Pengukuran dan Evaluasi Penjas*. Padang: FIK UNP.
- Bafirman. 2006. *Sport Medicine*. Padang: FIK Universitas Negeri Padang
- Cholid Narbuko, dkk. 2013. *Metodologi Penelitian*. Jakarta : Bumi Aksara
- <https://elvanenda.wordpress.com/2011/03/23/persatuan-olahraga-berkuda-seluruh-indonesia-pordasi/>
- <http://ssgpelajarbahasa.blogspot.co.id/p/tugas-kuliah-folklor.html>
- <https://samsulbahrr.wordpress.com/sejarah-pacuan-kuda>
- Ismaryati. 2006. *Tes Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Sebelas Maret University Press
- Hendri, Irawadi. 2013. *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang. FIK UNP
- Muhajir. 2006. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta : Erlangga.
- Nurhasan. 2000. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. FPOK-UPI
- Oemar, Hamalik. 2001. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta : Bumi Aksara
- Riduwan. 2005. *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru – Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung : Alfabeta
- Sudjana. 1992. *Metode Statistik*. Bandung: Sinar Baru.
- Sardiman. A.M. 2012. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Undang-Undang RI No.3 Tahun 2005 *Tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. Bandung: Citra Umbara.
- Uno. Hamzah. 2010. *Teori Motivasi & Pengukurannya*. Bumi Aksara. Jakarta
- UNP. 2010. *Buku Panduan Penulisan Tugas Akhir/ Skripsi*. Padang : Kemendiknas UNP