

**PENGEMBANGAN DIRI KARATE DI SMP NEGERI 31
KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai Salah
Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh

**NOFRIADI
NIM.16818**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2014**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

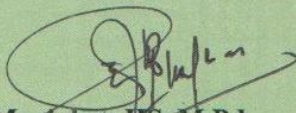
**“ PENGEMBANGAN DIRI *KARATE* DI SMP NEGERI 31
KOTA PADANG ”**

Nama : Nofriadi
Nim : 16818
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2014

Disetujui oleh :

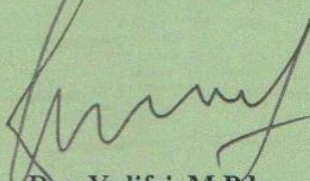
Pembimbing I


Dr. Marjohan HS, M.Pd
NIP. 19521102 198703 1 001

Pembimbing II


Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 19590705 198503 1 002

Mengetahui
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga


Drs. Yulifri, M.Pd
NIP: 19590705 198503 1 002

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

**Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang**

**Judul : PENGEMBANGAN DIRI *KARATE* DI SMP NEGERI
31 KOTA PADANG**

Nama : Nofriadi

Nim : 16818

Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

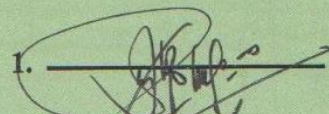
Padang, Januari 2014

Tim Penguji

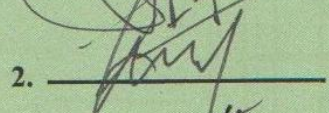
Nama

Tanda Tangan

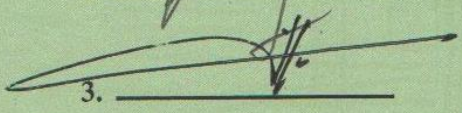
1. Ketua : Dr. Marjohan HS, M.Pd

1. 

2. Sekretaris : Drs. Yulifri, M.Pd

2. 

3. Anggota : Drs. Edwarsyah, M.Kes

3. 

4. Anggota : Drs. H. Nirwandi, M.Pd

4. 

5. Anggota : Drs. Zarwan, M.Kes

5. 



Allah meninggikan orang-orang yang beriman diantara kamu dan orang-orang yang berilmu pengetahuan beberapa derajat (Q:S. AL-Mujaddah, Ayat 11)

Barang siapa menempuh suatu jalan untuk ilmu pengetahuan, maka Allah akan memudahkan Baginya jalan menuju syurga (H.R Muslim)

Ayah,.....
Kasihmu tak pernah ku lupa
Pengorbanan adalah semangatku
Kau tempa diriku agar tetap tegar,walau aku bisa
Berangan tapi.....hari ini kita bersama
Dikala cita-cita telah diraih anakmu'abdiku untukmu
Bahagialah Ayah, tersenyum dan banggalah.....

Ibu,.....
Kasihmu bagai tulus dalam kesederhanaanmu
Tanpa mengenal rasa lelah dan letih
Demi cita-cita anakmu.....

Semoga engkau hadapi dengan penuh ketabahan
Aku bangga padamu ibu,.....
Berkat perjuangan dan do'amumu aku dapat meraihnya
Sembah sujud untukmu

Bahagialah ibu, tersenyum dan banggalah...
Terimalah karyaku ini.....
Ujud dari sebagian keinginan yang terkabulkan
Tak lupa buat orang yang KUSAYANGI
Terimalah atas segala pengorbana,kasih sayang dan do'anya
Terimakasih buat saudara-saudaraku juga buat sahabatku

Dan semua teman-teman seperjuangan penjas '10
Semoga allah dapat membalas semua jasmu
Dan terima kasih buat dosen FIK
Yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan

Sekali lagi alhamdulillah
Atas ridho-mu ya Allah
Kupersembahkan buat yang tercinta

Ayahanda (Darmawi Latif), ibunda (Marsita)
Kakak(Linda, Murni, dan Edwar), adik (Bima) dan
kemenakan(Rafael, Soffi, dan Aliff)

Motto : ARAI YURU MONO WO KARATE – KA SEYO SOKO NI MYO- MI
ARI

Jadikan karate sebagai bagian dari hidupmu dan akan kau temukan “MYO”
(rahasia yang tersembunyi)

Nofriadi

SURAT PERNYATAAN

Saya Yang Bertanda Tangan Di Bahwa Ini :

Nama : Nofriadi

BP/NIM : 2010/ 16818

Tempat/ Tanggal Lahir : Padang, 06 November 1992

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang berjudul "**Pengembangan Diri Karate di SMP Negeri 31 Kota Padang**" adalah benar merupakan karya asli saya, kecuali kutipan yang disebutkan sumbernya. Apabila terdapat kersalahan dan kekeliruan dalam skripsi ini sepenuhnya merupakan tanggung jawab saya sebagai penulis.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Padang, 14 Februari 2014

Saya yang bertanda tangan



NOFRIADI
2010/ 16818

ABSTRAK

Nofriadi, Pengembangan Diri *Karate* di SMPN 31 Kota Padang.

Kegiatan pengembangan diri *karate* yang dilaksanakan di SMPN 31 Kota Padang dapat diikuti oleh siswa dan siswi. Namun kenyataannya yang ada masih banyak siswa tidak mengikutinya, sehingga kegiatan tersebut kurang terlaksana dengan baik.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui dan mendeskripsikan tingkat motivasi siswa dan ketersediaan sarana dan prasarana mengenai kegiatan pengembangan diri *karate* di SMPN 31 Kota Padang. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengikuti kegiatan tersebut. Penelitian ini tergolong pada penelitian deskriptif dan pengambilan sampel penelitian ini adalah dengan teknik *random sampling*.

Dari hasil penelitian yang dilakukan terlihat bahwa motivasi siswa terhadap kegiatan pengembangan diri *karate* di SMPN 31 Kota Padang sesuai dengan hasil yang menjawab “Selalu” sebanyak 10 (3,33%) dan yang menjawab “Sering” sebanyak 16 (5,33%) dan yang menjawab “Kadang-kadang” sebanyak 121 (40,33%) dan yang menjawab “Jarang” 64 (21,33%) dan yang menjawab “Tidak pernah” sebanyak 89 (29,67%). Maka dapat disimpulkan motivasi siswa tergolong **cukup** dengan skor akhir adalah 46,67 %. Sarana dan Prasarana yang mendukung dalam kegiatan pengembangan diri *karate* di SMPN 31 Kota Padang tergolong **kurang**, karena dari hasil penelitian yang menjawab “ya” hanya sebesar 85 (31,48%) sedangkan yang menjawab “tidak” sebesar 185 (68,52%).

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia serta hidayah-Nya yang telah memberikan kekuatan kepada penulis. Sehingga telah dapat menyelesaikan Skripsi ini yang berjudul “Pengembangan Diri *Karatedi* SMPN 31 Kota Padang”. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (Strata Satu) pada Program Studi Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam penyusunan Skripsi ini, penulis telah banyak mendapat bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Sehingga dengan itu pada kesempatan ini penulis dengan segala kerendahan hati mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Rektor Universitas Negeri Padang
2. Bapak Drs. Arsil, M.Pd sebagai dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
3. Bapak Drs.Yulifri, M.Pd sebagai Ketua Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
4. Bapak Dr. Marjohan HS, M.Pd sebagai Pembimbing Akademik sekaligus Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan kepada penulisan dalam penulisan skripsi ini
5. Bapak Drs. Yulifri, M.Pd, Bapak Drs. Edwarsyah, M.Kes, Bapak Drs. H. Nirwandi, M.Pd dan Bapak Drs. Zarwan , M.Kes.

6. Seluruh Staf Pengajar Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Kepala SMP Negeri 31 Kota Padang atas izin melakukan penelitian.
8. Wakil Kepala SMP Negeri 31 Kota Padang atas dorongan dan motivasi yang diberikan.
9. Bapak Guru dan pelatih SMP Negeri 31 Kota Padang atas kerjasama dan waktunya dalam penelitian yang penulis lakukan.
10. Teristimewa buat kedua orang tua Ayahanda (Darmawi Latif), Ibunda (Marsita), dan Saudara-Saudara tercinta yang telah memberikan dorongan moril dan materil serta bimbingan dan do'a yang tulus kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
11. Rekan-rekan Penjaskesrekangkatan 2010 yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu "*nan sanasib jo sapajuangan*" terima kasih atas semuanya.

Semoga bantuan, bimbingan dan petunjuk yang bapak/ibu dan rekan-rekan berikan menjadi amal sholeha dan mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari Allah S.W.T

Akhirnya penulis menyadari bahwa penulisan Skripsi ini belum sempurna, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati, penulis mengharapkan saran dan kritikan yang konstruktif dari semua pihak.

Padang, Januari 2014

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Perumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian.....	5

BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Teori	6
1. Karakteristik Olahraga Karate	6
2. Kegiatan Pengembangan Diri.....	9
3. Motivasi.....	18
4. Sarana dan Prasarana.....	20
B. Kerangka Konseptual	23
C. Pertanyaan Penelitian	23

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	24
B. Tempat dan Waktu Penelitian	24
C. Populasi dan Sampel.....	24
D. Jenis dan Sumber Data	25
E. Teknik Pengumpulan Data.....	25
F. Instrumen Penelitian	25
G. Teknik Analisis Data	27

BAB IV ANALISIS DATA DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Deskriptif	28
B. Jawaban Pertanyaan Penelitian	31
C. Pembahasan	33

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	37
B. Saran	37

DAFTAR PUSTAKA	39
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN.....	40
----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Distribusi Jawaban Angket Tentang Motivasi Siswa.....	28
2. Tabel Tentang Sarana dan Prasarana.....	31
3. Distribusi Jawaban Angket Tentang Motivasi Siswa.....	32
4. Distribusi Sarana dan Prasarana.....	33

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Gambar Kerangka Konseptual Penelitian	23

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Kisi-Kisi Instrumen.....	40
2. Instrumen Penelitian.....	41
3. Jawaban Responden Tentang Motivasi Siswa dan Sarana Prasarana.....	43

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan unsur yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Tanpa pendidikan manusia akan terus menerus berada dalam kebodohan dan keterbelakangan. Kemajuan yang dicapai oleh suatu bangsa sangat tergantung dari mutu pendidikan bangsa tersebut. Pentingnya pendidikan bagi manusia dapat kita lihat pada fungsi dan tujuan Pendidikan Nasional yang dituangkan dalam Undang-Undang RI No.20 (2003:7) bahwa :

Pendidikan Nasional berfungsi sebagai kemajuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat 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, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Untuk merealisasikan tujuan pendidikan nasional dimaksud di atas, salah satunya melalui pendidikan jasmani di sekolah. Upaya yang dilakukan untuk memenuhi tuntutan tersebut adalah pembaharuan pendidikan secara terencana, terarah dan berkesinambungan. Salah satu pembaharuan yang dilakukan adalah pemantapan kurikulum yang sebelumnya bernama Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK) menjadi Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP). Di dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan terdapat kegiatan pengembangan diri.

Dalam pengembangan kurikulum, SMPN 31 Kota Padang telah melaksanakan kegiatan pengembangan diri. Bahkan, jauh sebelum kurikulum ini diterapkan, sudah ada kegiatan-kegiatan seperti ekstrakurikuler. Kegiatan-kegiatan

yang dilaksanakan adalah di bidang kesenian, olahraga, dan kerohanian. Dibidang olahraga kegiatannya adalah bola basket, bola voli, dan karate.

Para siswa SMP adalah anak yang sedang dalam masa peralihan dari pribadi seorang anak menuju pribadi yang lebih dewasa, mereka cenderung menjauh dari orang tua dan lebih percaya pada teman, mempunyai energi yang besar sehingga mereka tampak lebih emosional. Kecenderungan lain adalah mereka berkelompok dengan teman yang memiliki kesukaan yang sama. Dengan adanya kegiatan pengembangan diri pada setiap sekolah di harapkan dapat menjadi wadah untuk penyaluran energi para siswa dan jenis kegiatannyapun sangat beragam baik itu seputar olahraga, kesenian, keterampilan ataupun pengetahuan.

Suatu prestasi olahraga yang dicapai melalui kegiatan pengembangan diri harus didukung oleh beberapa faktor intern: minat, bakat, motivasi dan kegemaran. Faktor ekstern yaitu: sarana dan prasarana, pelatih, kepala sekolah dan orang tua. Tanpa hal tersebut diatas maka seorang siswa tidak akan dapat menjadi seorang yang berprestasi.

Menurut Dr. Intan Ahmad Musa (Koordinator FORKI mengatakan bahwa "*kita sudah mempunyai program karate masuk sekolah*") ([www.jawapos.co.id / index.php ? act= detail c & id =263795](http://www.jawapos.co.id/index.php?act=detail_c&id=263795)). Kejuaraan *karate* telah dilaksanakan dalam berbagai kompetisi, seperti: PORDINI, O2SN, dan POPNAS dari tingkat SD, sampai SLTA (Depdiknas).

Olahraga *karate* merupakan salah satu cabang olahraga yang ada dalam program pengembangan diri yang diberikan kepada siswa-siswi SMPN 31 Padang. Pembinaan kegiatan pengembangan diri ini semakin berkembang karena olahraga ini

dapat meningkatkan prestasi siswa. Siswa merupakan peserta didik yang juga bisa menjadikan kesempatan yang sama dalam melakukan kegiatan pengembangan diri, karena dapat meningkatkan kebugaran jasmani, dimana dalam pelaksanaan telah di alokasi waktu sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Berdasarkan pengamatan penulis, pembinaan pengembangan diri *karate* di SMPN 31 Kota Padang kurang berjalan dengan baik, hal ini dikarenakan siswa dan siswi kurang serius dalam melakukan kegiatan pengembangan diri *karate*. Ini bisa kita perhatikan dari tingkat kehadiran maupun dalam pelaksanaan kegiatan ini. Hal ini disebabkan oleh motivasi yang kurang, lingkungan sekolah yang kurang mendukung, sarana dan prasarana yang belum memadai, peranan guru yang kurang, sekolah dan lain sebagainya. Sudirman (1989: 63) mengutip Mc.Donal menyatakan: “Motivasi adalah perubahan energi pada diri seseorang yang ditandai dengan munculnya perasaan atau feeling dengan diketahui oleh tanggapan terhadap tujuan”. Suharno (1992:50) mengemukakan yaitu “Sarana dan alat olahraga yang memenuhi syarat mempunyai andil yang cukup besar dalam pencapaian prestasi maksimal olahraga”.

Untuk mendapatkan gambaran yang akurat dan terarah mengenai motivasi siswa, sarana dan prasarana kurang memadai dan program latihan kurang berjalan dengan baik terhadap kegiatan pengembangan diri, maka perlu kiranya dilakukan suatu penelitian untuk mengungkapkan kenyataan yang menimbulkan masalah tersebut yang nantinya akan penulis tuangkan dalam bentuk Skripsi yang berjudul “Pengembangan Diri *Karate* di SMP Negeri 31 Kota Padang”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan diatas, maka dapat di identifikasikan masalah sebagai berikut :

1. Motivasi
2. Sarana dan Prasarana
3. Pelatih atau guru pembimbing
4. Kepala Sekolah
5. Orang Tua
6. Waktu luang
7. Bakat dan minat

C. Pembatasan Masalah

Pembinaan *karate* dalam mengikuti kegiatan pengembangan diri di SMPN 31 Padang dipengaruhi banyak faktor. Mengingat berbagai keterbatasan, baik waktu, sarana dan dana yang tersedia, maka penulis membatasi masalah pada:

1. Motivasi siswa
2. Sarana dan Prasarana

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah pada bahagian terdahulu, maka rumusan penelitian ini adalah:

1. Bagaimana motivasi siswa dalam pengembangan diri *karate* di SMPN 31 Padang ?

2. Bagaimana sarana dan prasarana dalam pengembangan diri *karate* di SMPN 31 Padang?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui sekaligus mendeskripsikan tentang:

1. Motivasi siswa terhadap kegiatan pengembangan diri *karate* di SMPN 31 Padang.
2. Kondisi sarana dan prasarana yang menunjang kegiatan pengembangan diri *karate* di SMPN 31 Padang.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini berguna bagi :

1. Guru pendidikan jasmani khususnya, sebagai informasi dan pedoman dalam melaksanakan kegiatan pengembangan diri *karate* di SMPN 31 Padang.
2. Kepala Sekolah, sebagai bahan pertimbangan dalam mengambil kebijakan serta perbaikan dan peningkatan program kegiatan pengembangan diri *karate* di SMPN 31 Padang.
3. Peneliti berikutnya, sebagai referensi sekaligus mempertajam hasil penelitian yang relevan.
4. Perpustakaan, sebagai bahan bacaan dalam rangka pengembangan khasanah ilmu pengetahuan.
5. Penulis, sebagai persyaratan untuk menyelesaikan program studi sarjana di FIK-UNP.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Setelah diadakan penelitian tentang pengembangan diri *karate* di SMPN 31 Kota Padang, maka pada akhir pembahasan ini dapat diambil kesimpulan yaitu sebagai berikut:

1. Motivasi siswa dalam melaksanakan kegiatan di SMPN 31 Kota Padang dapat dikatakan mempunyai motivasi yang cukup. Hal ini dibuktikan dari hasil analisis data yang telah dijawab siswa hanya 46,67% yang mempunyai motivasi dalam mengikuti pengembangan diri *karate*.
2. Ketersediaan sarana dan prasarana pada kegiatan pengembangan diri *karate* di SMPN 31 Kota Padang tergolong kurang. Hal ini dapat dilihat dari hasil pembahasan yang menyatakan bahwa keberadaan sarana dan prasarana untuk menunjang kegiatan *karate* di sekolah baru terrelisasi sebesar 31,48% dari sarana dan prasarana idealnya.

B. Saran

Berdasarkan kenyataan yang di temui dilapangan, maka penulis mencoba memberikan saran-saran sebagai berikut :

1. Diharapkan kepada pelatih atau guru penjasorkes agar dapat memberikan dan memupuk motivasi kepada siswa dalam mengikuti kegiatan pengembangan diri *karate* di sekolah.

2. Pihak sekolah, melengkapi sarana dan prasarana yang menunjang kegiatan pengembangan diri karate dan lebih memperhatikan dengan penuh tanggung jawab.
3. Kepada pengurus KONI dan FORKI Kota Padang agar lebih meningkatkan dan mendukung keberadaan persatuan-persatuan *karate* yang ada di Kota Padang, baik di lingkungan masyarakat, instansi-instansi pemerintahan maupun lingkungan sekolah.
4. Diharapkan dapat menjadi referensi dan penyempurnaan bagi peneliti selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharmi. (1998). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Asmara, Husna. (1982). *Teori Organisasi, Struktur, Desain dan Aplikasi*. Jakarta: Arca.
- B. Asril. (1996). *Pembina Olahraga Prestasi*. Padang : FPOK.
- Bompa, O. Tudor. (1994) *Teheory and Methodology of Training*. Bandung penterjemah, Pasca Sarjana UNPAD.
- Daryanto, SS. (1998). *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Jakarta: Bina Aksara.
- Federasi Olagraga KARATE-DO Indonesia. (2004). *Rule of Competition*. Bandung: Forki.
- Ferdian, Feri. (2006). "*Studi Tentang Motifasi Dalam Kaitanya Dengan Kemenangan dan Kekalahan Atlet Karate Jawa Barat Pada PON 2004 Palembang*" Skripsi. Bandung: UPI Bandung.
- Marsis, Sumohadi. (2010). *100 Atlet Legendaris Indonesia*. Jakarta : PT. Intimedia Cipta Nusantara.
- Muchsin, Sabeth. (1980). *Karate Terbaik*. Jakarta: Gramedia.
- Hamid, Apris. (2007). *Teknik Dasar Karate (Kihon)*. Padang.
- Harsono. (1998). *Coaching dan Aspek-aspek Coacing*. Jakarta: Depdikbud.
- Setiyobroto, Sudiby. (2001) *Mental Training*. Jakarta: Reneka Cipta.
- Suharsono. (1986). *Ilmu Coaching Olahraga*. Jakarta : FPOK Jakarta.
- Syafrudin. (1999). *Dasar-dasar Keperlatihan Olahraga*. Dip Proyek FIKP UNP.
- Undang–Undang RI No.20 (2003:7) *Tentang Fungsi dan Tujuan Pendidikan Nasional*. Jakarta: Manpora.
- Yanis, M (1999). *Sarana dan Prasarana*. Padang : FPOK IKIP Padang.
- Musa, Intan Ahmad (<http://www.jawapos.co.id>. diakses 11 Desember 2013).