

Motivasi Siswa Terhadap Olahraga Renang Pada Club Renang Jaka Utama Bandar Lampung

Maria Sri Devi Br Ginting *, Akor Sitepu, Ade Jubaedi
Fkip Universitas Lampung, Jl. Prof. Dr. Soemantri Brojonegoro No. 1
Telp : 0895350025664, Email : mariadevi710@gmail.com

Abstrak : *Motivation of Students Against Swimming Sports at the Swimming Club of Jaka Utama Bandar Lampung.* The purpose of this study was to determine how much interest the athletes at the Swimming Club Jaka Utama Bandar Lampung chose to swim. The results of the descriptive analysis showed that the students' motivation to take part in swimming at the premier club with a very high category 12 students belonged to intrinsic motivation or 60% of students from 20 students who participated in the study of 7 male students and 13 female students using a validated research questionnaire. student motivation belonging to extrinsic motivation showed that from the interval 62.51 - 81.25 with a high category there were 4 students (20%) of the 20 students who filled out the validation research questionnaire, then the intervals of 43.76 - 62.50 with low categories of only 8 students (40%), and intervals 25.00 - 43.75 with a very low category there are 8 students (40%).

Keywords : *motivation, swimming*

Abstrak : **Motivasi Siswa Terhadap Olahraga Renang Pada Club Renang Jaka Utama Bandar Lampung.** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar minat atlet Club Renang Jaka Utama Bandar Lampung memilih cabang renang. Hasil Analisis deskriptif menunjukkan bahwa motivasi siswa dalam mengikuti olahraga renang di club jaka utama dengan kategori sangat tinggi 12 siswa tergolong dalam motivasi intrinsik atau 60% siswa dari 20 siswa yang mengikuti penelitian 7 siswa putra dan 13 siswa putri dengan menggunakan angket penelitian yang sudah validasi. motivasi siswa yang tergolong motivasi ekstrinsik menunjukkan bahwa dari interval 62.51 - 81.25 dengan kategori tinggi terdapat 4 siswa (20%) dari 20 siswa yang mengisi angket penelitian validasi, kemudian interval 43.76 - 62.50 dengan kategori rendah hanya 8 siswa (40%), dan interval 25.00 - 43.75 dengan kategori sangat rendah terdapat 8 siswa (40%).

Kata kunci: motivasi, *renang*

PENDAHULUAN

Diperkumpulan renang motivasi sangat diperlukan untuk meningkatkan pembinaan, dalam artian adanya dorongan atlet sendiri tanpa ada paksaan berlatih untuk mendapatkan prestasi yang optimal. Banyak kegagalan dialami atlet berprestasi dikarenakan kurangnya motivasi.

Perkembangan dunia olahraga di Indonesia sudah cukup pesat. Olahraga sendiri sudah menjadi suatu kebutuhan tersendiri bagi semua. Tumbuhnya motivasi terhadap suatu obyek ditandai dengan adanya rasa senang atau tertarik, bisa dikatakan orang yang berminat terhadap sesuatu maka orang tersebut akan merasa senang atau tertarik

terhadap obyek yang diminati. Motivasi yang kurang mengakibatkan kurangnya intensitas kegiatan. Kurangnya intensitas kegiatan ini menimbulkan hasil yang kurang baik pula. Sebaliknya hasil yang kurang dapat pula mengakibatkan berkurangnya minat terhadap hal itu Hadi (1986:34).

Keinginan seseorang sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan dalam kategori remaja menginjak dewasa, pada masa inilah mereka mudah terpengaruh dengan hal-hal yang positif maupun negatif. Dorongan-dorongan yang ada pada diri remaja menggambarkan perlunya perlakuan yang meluas, sehingga ciri-ciri dan minat remaja tergambar lebih terperinci dan faktual,

sesuai dengan usia dan kedewasaan mereka. Minat yang luas dan kemampuan berpikir kompleks disertai dengan komitmen terhadap tugas yang tinggi membuatnya terdorong untuk terus mencari hal-hal baru dan menggali informasi sedalam-dalamnya untuk memuaskan rasa ingin tahunya (Depdiknas, 2007:17). Demikian ciri-ciri dan minat remaja akan menjadi pedoman penyelenggaraan program pendidikan jasmani dan arahnya dapat dikategorikan kedalam domain hasil belajar, yaitu psikomotor, afektif, kognitif dan domain yang lainnya.

Mencapai kesuksesan bukanlah sesuatu yang instan, tetapi melalui proses yang panjang. Proses tersebut sangat jadi banyak tantangan, ketidak nyamanan, dan bahkan kegagalan. Setiap orang memiliki kecenderungan memiliki motivasi yang berbeda-beda hal tersebut nampak pada mengapa pemilihan melakukan suatu aktifitas tertentu dan bukan aktifitas lainnya, mengapa mengerjakan sesuatu tugas dengan lebih giat, dan mengapa orang tersebut secara tekun dan gigih mengerjakan sesuatu untuk jangka waktu yang lama. Perbedaan motivasi yang ada

pada diri seseorang tersebut yang menjadikan perbedaan kesuksesan yang diraihinya.

Orang yang memiliki kecenderungan kuat atau motivasi tinggi untuk meraih prestasi selalu berusaha bekerjakeras, berusaha mengatasi masalah, berkomitmen, dan berusaha lebih baik dibanding yang lain. Itulah motivasi memiliki peranan yang penting dalam mencapai kesuksesan atau prestasi, seorang yang memiliki motivasi tinggi kecenderungan orang tersebut akan berhasil, namun jika orang tersebut memiliki motivasi yang rendah, kegagalan atau kehancuran yang akan diraihinya. Club Renang Jaka Utama Bandar Lampung olahraga renang merupakan kegiatan intrakurikuler yang terdapat dalam Club. Macam-macam gaya yang diberikan pada olahraga renang tersebut yaitu, gaya bebas (crawl), gaya dada (breast stroke), gaya punggung (back stroke) dan gaya kupu-kupu (butterfly stroke).

Olahraga renang merupakan salah satu olahraga sebagai sarana rekreasi, dimana anak-anak usia sekolah sering kali mengalami kejenuhan saat belajar dalam kelas sehingga diperlukan kegiatan rekreasi tersebut. Rekreasi (*re-creation*) berarti kesukaan/kesenangan, yang digunakan untuk mengisi waktu luang, baik secara individu/kelompok, tanpa paksaan yang melibatkan unsur fisik, psikis, emosional dan sosial yang bertujuan memulihkan keadaan yang diakibatkan aktivitas yang rutin dilakukan. Implementasinya terdiri dari unsur bermain, yang mengacu pada pengertian bebas, bahagia dan ekspresi alami dari setiap manusia Murni, (2000:2).

Kegiatan renang pada Club Renang Jaka Utama Bandar Lampung bukanlah mencapai prestasi setinggi-tingginya, maka dari itu bagi atlet yang benar-benar berminat dapat berlatih terus dan memperoleh kesempatan besar untuk mengembangkan prestasi

olahraga sehingga menjadi juara ini itu, dan sebagainya; sedangkan bagi yang kurang berminat mereka sekedar mengetahui dan dapat menjalankan gerakan-gerakan dan permainan yang berguna untuk hidup sehat dan rekreatif saja. Dalam hal ini pihak sekolah perlu membentuk kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan bakat dan minat atlet dalam olahraga renang.

Tujuannya yaitu agar atlet yang berminat mempunyai sarana untuk mengembangkan bakat serta minatnya tersebut, tidak hanya melakukan renang karena nilai semata tetapi juga prestasi olahraga. Namun dalam menumbuhkan motivasi tersebut selain minat dari dalam diri (*internal*) juga minat *eksternal*. Penelitian ini fokus dalam menentukan minat atlet yaitu motivasi, karena salah satu unsur yang membangkitkan minat atlet untuk mengikuti olahraga renang bisa berasal dari dalam atau dikenal dengan motivasi intrinsik dan dari luar dikenal dengan motivasi ekstrinsik.

Motivasi intrinsik disini dapat berupa cita-cita, perasaan serta perhatian sedangkan motivasi ekstrinsik yaitu penghargaan, mass media, lingkungan. Motivasi intrinsik merupakan faktor penentu yang sangat penting sebagai pendorong terwujudnya tingkah laku manusia. Seseorang akan berlatih hanya apabila dia memiliki kemauan untuk berlatih. Adanya kemauan untuk berlatih itu menunjukkan bahwa individu yang bersangkutan mempunyai motivasi untuk berlatih. Tiap-tiap manusia ada motivasi tertentu yang mendorong untuk melakukan suatu tindakan atau perbuatan.

Teori intrinsik tidak kalah pentingnya motivasi ekstrinsik yaitu motivasi yang timbul dari luar diri seseorang tersebut. Misalnya perintah orangtua, pelatih, atau pengaruh dari teman-temannya. Kegiatan olahraga di perkumpulan renang biasanya

pelatih menghendaki setiap anak latihnya berusaha untuk meningkatkan prestasi, sesuai dengan tujuan utama dalam proses latihan. Namun dalam kenyataan tidak semua anak latih memiliki keinginan dan motivasi untuk berprestasi.

Motivasi mereka sangat bervariasi, didorong kebutuhan yang dirasakan. Kesenjangan ini yang menimbulkan permasalahan dalam proses melatih di sebuah perkumpulan olahraga pada umumnya, cabang olahraga renang pada khususnya. Di Kota Bandar Lampung terdapat satu perkumpulan renang yaitu Jaka Utama *swimming club*. Perkumpulan renang Jaka Utama *swimming club* ini berdiri sejak tahun 2010 Awalnya klub ini hanya mempunyai 8 anggota dan 2 pelatih saja. Seiring berjalannya waktu kini klub beranggotakan hampir 40 orang dan memiliki pelatih sebanyak 6. Hal ini membuktikan bahwa peminat olahraga renang kini semakin banyak khususnya di Kota Bandar Lampung.

Data yang peneliti peroleh pada perkumpulan renang Jaka Utama prestasi bisa dibilang sangatlah kurang bahkan bisa dibilang tidak ada. Hal tersebut terbukti dengan prestasi juara yang diraih pada setiap kejuaraan. Banyak faktor yang muncul yang menjadikan kurangnya prestasi yang dapat diraih seperti program latihan yang kurang maksimal, ketiadaan sarana prasarana yang kurang memadai sehingga mengakibatkan kurangnya maksimal dalam program latihan. Segi atletnya sendiri dapat dilihat motivasi atau dorongan untuk meraih prestasi yang kurang, yang bisa dilihat dari kurangnya kerja keras, disiplin, komitmen, dan usaha untuk lebih baik dibandingkan yang lainnya.

Motivasi adalah penggerak atau pendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Ali Maksum, (2008:66). Di dalam motivasi terdapat arah dan intensitas. Arah merujuk

pada sikap mencari, mendekati atau tertarik pada situasi tertentu. Sedangkan intensitas merujuk pada sikap kesungguhan usaha yang dilakukan seseorang dalam situasi tertentu. Motivasi merupakan salah satu konsep psikologi yang paling banyak digunakan dalam olahraga. Prestasi akan optimal apabila ada proses pembelajaran dan didukung oleh motivasi yang kuat. Artinya, berlatih saja tidak cukup tanpa adanya arah dan intensitas usaha yang optimal.

Motivasi memegang peran penting dalam membentuk prestasi seorang atlet. Motivasi mengacu kepada faktor dan proses yang mendorong seseorang untuk bereaksi atau tidak bereaksi dalam berbagai situasi. Pada diri manusia ada motif tertentu yang mendorong untuk melakukan tindakan dan perbuatan. Motivasi itu sendiri merupakan wujud tidak tampak yang dimiliki seseorang yang bisa kita amati karena merupakan akibat dari adanya motivasi yang ada pada diri orang tersebut.

Menurut Nursalim Dkk, (2007:120) Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi:

- a. Cita-cita atau aspirasi atlet. Yaitu tampak pada keinginan anak sejak kecil seperti keinginan belajar berjalan, membaca, menyanyi, dan sebagainya. Keinginan yang terpenuhi akan memperbesar kemauan dan semangat belajar. Cita-cita juga dapat memperkuat motivasi belajar intrinsik maupun ekstrinsik, sebab tercapainya cita-cita akan mewujudkan aktualisasi diri.
- b. Kemampuan atlet. Keberhasilan atau kemampuan atlet yang tinggi dalam menyelesaikan suatu tugas dengan baik, dapat menimbulkan perasaan puas dan menyenangkan, sehingga perbuatan tersebut akan cenderung diulangi lagi olehnya. Motivasinya untuk mengulangi suatu perbuatan yang pernah sukses dilakukan, akan semakin tinggi.

- c. Kondisi atlet. Kondisi jasmani dan rohani. Seorang atlet yang sedang sakit, lapar, atau marah-marah akan mengganggu perhatian belajar, serta menurunkan motivasinya.
- d. Kondisi lingkungan atlet. Berupa keadaan alam, lingkungan tempat tinggal, pergaulan sebayanya, dan kehidupan kemasyarakatan. Kondisi lingkungan yang sehat, kerukunan hidup, ketertiban pergaulan perlu dipertinggi mutunya, sehingga semangat dan motivasi belajar mudah ditingkatkan.

Renang merupakan olahraga yang menyenangkan dan banyak bermanfaat untuk menguatkan semua otot-otot tubuh, memperkuat jantung dan paru paru serta memperlancar darah. Selain itu renang dapat memupuk rasa percaya diri serta menumbuhkan sikap pemberani. Manfaat renang selain untuk kesehatan tubuh juga dapat meningkatkan prestasi asalkan berlatih teratur, disiplin, dan terus menerus dengan mengombinasikan teknik sikap tubuh, gerakan kaki, ayunan tangan, dan bernapas.

Di Indonesia induk organisasi renang sudah berdiri sejak 24 Maret 1951 dengan nama Perserikatan Berenang Seluruh Indonesia (PBSI). Saat ini induk organisasi renang Indonesia bernama Persatuan Renang Seluruh Indonesia (PRSI). Renang merupakan salah satu cabang olahraga yang diakui dan diminati oleh masyarakat Indonesia, hal ini terbukti dengan masuknya cabang olahraga renang dalam berbagai kejuaraan, antara lain pada (1) Tingkat Daerah, yang sering disebut dengan PORDA (Pekan Olahraga Daerah) (2) Tingkat Nasional atau disebut PON (Pekan Olahraga Nasional) (3) dan Tingkat Internasional seperti SEA GAMES, dll (Kurniawan, 2005: 1).

Menurut FINA gaya renang yang dilombakan meliputi empat gaya yaitu gaya

bebas (crawl), gaya dada (breast stroke), gaya punggung (back crawl), gaya kupu-kupu (dolphin).

a. Gaya Bebas (*Crawl*)

Gaya bebas merupakan esensi dari renang. Gaya ini akan memungkinkan bergerak didalam air lebih cepat daripada gaya yang lain, serta memungkinkan untuk melihat ke depan. Gaya *crawl* yang artinya merangkak menyerupai berenang seekor binatang. Aslinya adalah yang disebut juga renang anjing (*dog style*), dan gaya *crawl* ini disebut juga gaya rimau (harimau). Gaya *crawl* ini disebut juga dalam istilah olahraga renang yaitu gaya bebas, namun pengertian gaya bebas dalam olahraga renang adalah bebas gaya, dengan pengertian sebagai berikut : bila dalam perlombaan renang gaya bebas, artinya si perenang boleh melakukan gaya apa saja. Bila dalam perlombaan renang gaya ganti, baik gaya ganti, baik gaya ganti perorangan maupun gaya ganti estafet, maka si perenang yang melakukan gaya bebas adalah gaya-gaya yang selain gaya dada, gaya punggung, dan gaya kupu-kupu. Dan secara umum yang dimaksud gaya bebas adalah gaya *crawl*. Murni, (2000: 8).

b. Gaya Dada (*Breast Stroke*)

Gaya ini sering juga disebut gaya katak, karena gerakan kaki dan tangan hampir mirip dengan seekor katak berenang. Menurut Muhammad Murni dalam sebuah buku yang dikarang oleh Nicolas Wynman pada tahun 1938 halaman 53, telah dianjurkan melakukan gaya renang seperti seekor katak berenang, hanya bedanya antara orang dengan katak ialah bahwa sikap meluncur orang dilakukan dengan kedua kaki dan kedua lengan lurus, sedangkan pada katak sikap seperti itu

tidak dijumpai. Gaya dada merupakan gaya yang mudah dan nyaman untuk dilakukan. Jika dilakukan dengan benar gaya dada memerlukan pernafasan yang teratur dengan wajah terbenam saat meluncur. Namun gaya ini dapat mengadaptasi keposisi semi vertikal dengan sangat mudah, sehingga dengan kepal terangkat memungkinkan perenang untuk melihat kedepan dan bercakap-cakap dengan perenang lain. Oleh karena itu, gaya ini sering disebut gaya "sosial" atau gaya "percakapan".

c. Gaya Punggung (*Back Stroke*)

Gaya ini direnangkan dalam sikap terlentang atau gaya punggung. Gaya punggung sering disebut dengan gaya bebas terbalik, yaitu gerakan renang yang pada dasarnya sama dengan gaya bebas namun posisi tubuhnya terlentang Sismadiyanto,(2008:73). Terdapat beberapa gerakan dasar dalam gerakan kaki yaitu gerakan dasar berjalan, berlari dan mengayun. Sedangkan gerakan dasar pada gerakan lengan dan tangan gaya punggung adalah, mengayun, menarik, dan mendorong.

d. Gaya Kupu-kupu (*Butterfly Stroke*)

Gaya kupu-kupu adalah suatu variasi dari gaya dada dimana pada gaya ini kedua lengan harus berada di atas permukaan air untuk diteruskan ke depan, sedangkan pada gaya dada kedua lengan diluncurkan kedepan dibawah permukaan air. Gerakan dasar kaki gaya kupu-kupu adalah mengayun dan menekan, sedangkan gerakan lengan dan tangan adalah melempar, mengayun, menarik, mendorong dan memutar Sismadiyanto,(2008:79). Perlu diketahui bahwa gaya kupu-kupu yang direnangkan adalah gaya kupu-kupu yang memakai gerakan kaki gaya dada, sedangkan gerakan seperti ekor ikan dolphin diperbolehkan. Oleh karena itu orang sering pula mengenal gaya kupu-kupu dengan sebutan gaya dolphin.

Berdasarkan hasil observasi kegiatan ekstrakurikuler olahraga di Club Renang Jaka Utama Bandar Lampung pada saat proses latihan dalam materi renang dan kegiatan di Club Renang Jaka Utama Bandar Lampung terdaftar 40 orang dan beberapa siswa dari Sekolah Dasar hingga SMA.

Atas dasar uraian dan penjelasan dalam latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Motivasi atlet Terhadap Olahraga Renang Pada Club Renang Jaka Utama Bandar Lampung”.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui motivasi atlet terhadap olahraga renang pada club renang Jaka Utama. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey dengan teknik pengumpulan datanya menggunakan angket atau kuisisioner. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengikuti olahraga renang pada club renang Jaka Utama Bandar Lampung sebanyak 20 siswa.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner atau angket. Pertanyaan-pertanyaan dalam instrument penelitian lebih sistematis dan dapat mengenai sasaran yang akan dituju, maka sebagai langkah awal terlebih dahulu disusun kisi-kisi instrumen penelitian. Dari kisi-kisi instrumen penelitian tersebut dijabarkan ke dalam pertanyaan-pertanyaan yang siap digunakan sebagai alat pengumpul data atau instrumen penelitian.

Memperoleh data yang relevan dan akurat, maka diperlukan alat pengukur data yang dapat dipertanggung jawabkan, yaitu alat ukur atau instrument penelitian yang valid dan reliabel, karena instrument yang baik harus memenuhi data persyaratan. Instrument penelitian adalah alat atau

fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa instrument adalah alat yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data yang berkaitan dengan permasalahan peneliti. Instrument penelitian yang digunakan oleh penulis adalah angket, angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan bentuk daftar pertanyaan alternative “Ya” dan “Tidak”. Menurut Arikunto, (2006:225) Sebelum kuesioner disusun, maka harus dilalui prosedur:

- a. Merumuskan tujuan yang akan dicapai dengan kuesioer
- b. Mengidentifikasi variabel yang akan dijadikan sasaran kuesioner
- c. Menjabarkan variabel menjadi sub-variabel yang lebih spesifik dan tunggal
- d. Menentukan jenis data yang akan dikumpulkan, sekaligus untuk menentukan teknik analisisnya.

Sebelum digunakan diuji cobakan pada beberapa responden di luar sampel selanjutnya dianalisis validitas dan reliabilitasnya. Menyusun butir-butir pertanyaan sesuai dengan faktor yang digunakan motivasi instrinsik dan ekstrinsik untuk menyajikan atau gambaran angket yang diuji coba pada subjek penelitian. Berikut kisi-kisi angket penelitan yang akan disajikan.

Tabel 1. Angket Penelitian uji coba motivasi atlet terhadap olahraga renang

Faktor	Deskriptor	Rentang no. soal	Uji Analisis		Butir-butir soal yang diterima
			Signifikan	Tidak Signif	

				ikan	
Instrinsik	Cita-cita	1-4	1,3,4	2	1,3,4
	Kesehatan	5-10	8	5,6,7,9,10	8
	Kepuasan diri	11-16	11,12,13,15	14,16	11,12,13,15
Ekstrinsik	Lingkungan	17-24	18,19,20,21,23	17,22,24	18,19,20,21,23
	Orang tua	25-32	25,26,27,28,29,31,32	30	25,26,27,28,29,31,32
	Permainan	33-40	34,36,37,38,39,40	33,35	34,36,37,38,39,40
	Σ=40 soal	40 soal	26	14	26 soal

Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data, teknik analisis data yang digunakan untuk menjawab permasalahan penelitian yang dirumuskan, data yang dikumpulkan dianalisis dengan menggunakan analisis statistik deskriptif persentase. Seperti dikemukakan bahwa statistik deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendiskripsikan atau memberi gambaran terhadap obyek yang diteliti melalui subjek penelitian sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum. (Sugiyono, 2006: 21). Mengolah data dalam penelitian ini penulis menggunakan statistik deskriptif persentase. Digunakan untuk memberikan gambaran penelitian tentang motivasi siswa terhadap olahraga renang. Untuk memperoleh prosentase dari suatu nilai, dapat dicari dengan rumus:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Subagio (1997:17)

Keterangan :

P : Prosentase

f : frekuensi jawaban responden

N : Jumlah seluruh nilai

HASIL DAN PEMBAHASAN

Variabel penelitian ini merupakan variabel tunggal yaitu motivasi atlet mengikuti olahraga renang. Observasi awal atau uji coba penelitian ini menggunakan 40 item pertanyaan dengan hasil menunjukkan bahwa hanya 26 item pertanyaan yang valid dan dapat digunakan pada subjek penelitian dengan responden sebanyak 20 atlet pada club renang Jaka Utama . Data motivasi sebelumnya dideskripsikan, dengan tujuan untuk mempermudah penyajian penelitian. Motivasi atlet mengikuti pembelajaran renang diamati dalam dua faktor yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Hasil analisis deskriptif data motivasi atlet mengikuti olahraga adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Analisis Motivasi intrinsik mengikuti olahraga renang club Jaka Utama

Interval	Kriteria	frekuensi	Prosentase
81.26 - 100	sangat tinggi	12	60
62.51 - 81.25	Tinggi	6	30
43.76 - 62.50	Rendah	2	10
25.00 - 43.75	sangat rendah	0	0
Jumlah		20	100

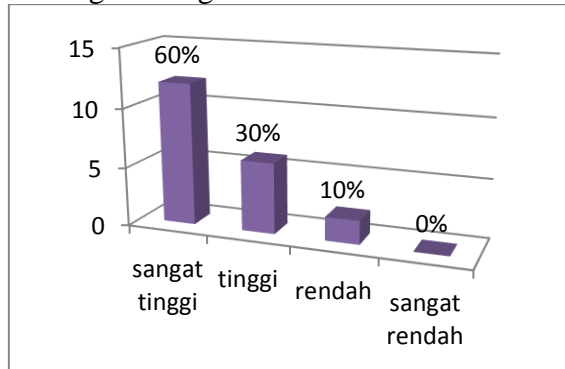
Sumber: Data hasil penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar atlet memiliki motivasi yang sangat tinggi untuk memperoleh motivasi intrinsik yang terdiri dari cita-cita, kesehatan, kepuasan diri. Terlihat pada tabel 1 sebanyak 12 siswa (60%) memiliki motivasi yang tinggi mengikuti olahraga renang, hanya 6 siswa (30%) yang tergolong tinggi dalam motivasi ini dan 2 siswa (10%) tergolong rendah dalam motivasi intrinsik.

Motivasi intrinsik yang didapat atlet yang dimaksud dalam penelitian ini adalah atlet merasa ada kepuasan diri untuk mengikuti

olahraga renang, ingin menunjukkan keaktifan dalam bercita-cita, merasa sehat apabila mengikuti olahraga renang. Semua data diperoleh dari hasil motivasi intrinsik telah diketahui, dari 20 atlet dengan menggunakan 26 angket pernyataan yang validasi mengikuti olahraga renang di club Jaka utama dapat dilihat dengan gambar diagram berikut :

Data motivasi intrinsik atlet mengikuti olahraga renang



Gambar 7. Diagram batang motivasi intrinsik

Tabel 3. Hasil Analisis Motivasi ekstrinsik mengikuti olahraga renang club Jaka Utama

Interval	Kriteria	Frekuensi	prosentase
81.26 - 100	sangat tinggi	0	0
62.51 - 81.25	Tinggi	4	20
43.76 - 62.50	Rendah	8	40
25.00 - 43.75	sangat rendah	8	40
Jumlah		20	100

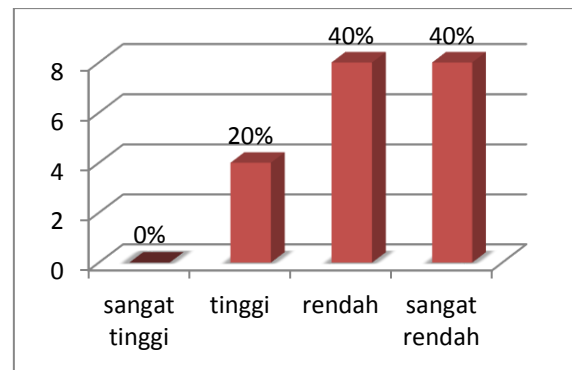
Sumber: Data hasil penelitian

Motivasi ekstrinsik merupakan dorongan dari luar atlet. Motivasi ekstrinsik atlet mengikuti olahraga renang karna dari faktor lingkungan, orang tua, dan permainan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar atlet memiliki motivasi yang sangat tinggi untuk memperoleh motivasi ekstrinsik yang

terdiri dari faktor lingkungan, orangtua, permainan atau bermain.

Terlihat pada tabel 2 sebanyak 6 atlet (30%) memiliki motivasi yang tinggi mengikuti olahraga renang, hanya 9 atlet (45%) yang tergolong tinggi dalam motivasi ini. Motivasi ekstrinsik yang didapat atlet yang dimaksud dalam penelitian ini adalah atlet merasa ada kepuasan diri untuk mengikuti olahraga renang. Semua data diperoleh dari hasil motivasi ekstrinsik telah diketahui, dari 20 siswa dengan menggunakan 26 angket pernyataan yang validasi mengikuti olahraga renang di club Jaka utama dapat dilihat dengan gambar diagram berikut :

Data motivasi ekstrinsik atlet mengikuti olahraga renang



Gambar 8. Diagram batang motivasi ekstrinsik

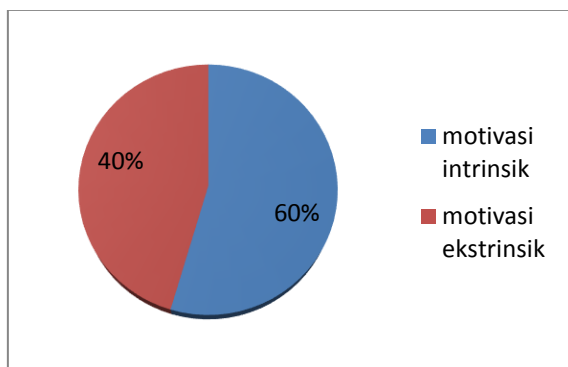
Tabel 4. Prosentase motivasi intrinsik dan ekstrinsik

Motivasi	N	prosentase
Intrinsik	20	60
Ekstrinsik	20	40

Tabel di atas menunjukkan bahwa tingkat motivasi intrinsik yang melandasi keikutsertaan dalam olahraga renang sebesar 60% dalam ketegori sangat tinggi sedangkan motivasi ekstrinsik yang melandasi keikutsertaan dalam olahraga

renang sebesar 40% dalam kategori rendah. Secara umum mayoritas siswa memiliki motivasi yang tinggi untuk mengikuti olahraga renang pada club jika utama dapat dilihat dari gambar diagram lingkaran sebagai berikut :

Data motivasi Instrinsik dan Ekstrinsik siswa mengikuti olahraga renang



Gambar 9. Diagram lingkaran Motivasi Instrinsik dan Ektrinsik

Hasil penelitian yang dilakukan di kolam renang Pahoman Bandar Lampung pada club renang jika utama, bahwa motivasi atlet mengikuti olahraga renang dapat termotivasi dari dalam diri (instrinsik) ataupun dari faktor luar (ekstrinsik). Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa motivasi atlet dalam mengikuti olahraga renang di club jika utama dengan kategori sangat tinggi yang tergolong dalam motivasi instrinsik ialah motivasi yang berasal dari diri seseorang itu

sendiri tanpa dirangsang dari luar. Seorang yang memiliki motivasi intrinsik akan relatif tetap melakukannya karena ia menikmati dan mendapatkan kepuasan dari tingkah lakunya, sekalipun tidak ada dorongan atau hadiah dari luar. Individu yang memiliki motivasi intrinsik biasanya ulet dalam melaksanakan tugas. Hasil penelitian yang sudah dianalisis memiliki motivasi intrinsik tidak menggantungkan diri kepada orang lain, kepribadian yang matang, percaya diri, dan mempunyai disiplin diri yang matang Abu Ahmadi

(2003:128). Seluruh subjek penelitian berjumlah 20 atlet menggunakan angket penelitian yang sudah divalidiasi.

Tergolong kategori tinggi dalam motivasi intrinsik yaitu jumlah nilai yang tergolong tinggi di atas nilai interval yang sudah dikategorikan. Hasil analisis tersebut sesuai dengan angket penelitian sehingga pada kategori tinggi sesuai dengan nilai interval yang sudah ditetapkan tergolong motivasi instrinsik dari faktor diri sendiri tanpa adanya dorongan dari orang lain, dan terdapat dua atlet tergolong rendah karena pada saat pengisian angket dua atlet masuk kedalam dorongan cita-cita. Hal ini terjadi motivasi atlet tergolong dengan sebagian besar dari motivasi intrinsik yang terdiri dari cita-cita, sebagian atlet memiliki cita-cita dalam mengikuti olahraga renang, kemudian kesehatan, atlet yang mengikuti olahraga renang menginginkan tubuhnya bugar dan selalu sehat, dan kepuasan diri, hal tersebut atlet merasa puas ketika atlet mengikuti latihan renang dengan jadwal yang sudah ditentukan.

Hasil penelitian ini menunjukkan kategori sangat tinggi karena sesuai hasil yang sudah dianalisis menggunakan nilai interval yang sudah ditetapkan pada olahraga renang banyaknya atlet mengisi angket penelitian dari cita-cita, dan kesehatan termasuk dalam faktor intrinsik. Atlet tersebut lebih banyak masuk ke kategori faktor instrinsik sesuai dengan nilai interval, bahwa sebagian atlet sangat mempengaruhi cita-cita adalah tujuan utamanya dalam mengikuti olahraga renang, kemudian kesehatan merupakan bagian yang paling penting sehingga hasil analisis tersebut menunjukkan kriteria sangat tinggi

Hasil analisis deskriptif pada motivasi atlet yang tergolong motivasi ekstrinsik menunjukkan bahwa nilai interval yang termasuk kategori tinggi terdapat 4 atlet

sesuai dengan angket penelitian yang telah divalidasi, kemudian nilai interval dengan kategori rendah hanya 8 atlet, dengan kategori sangat rendah terdapat 8 atlet.

Motivasi ini muncul diakibatkan dari faktor lingkungan dengan sebagian atlet mengikuti olahraga renang di club jika utama mengikuti teman, adapun faktor dari dorongan orangtua yang menyebabkan siswa termotivasi mengikuti olahraga renang dan dari faktor bermain menunjukkan bahwa siswa lebih memilih olahraga renang seperti bermain didalam air. Hasil penelitian ini menunjukkan kategori rendah sesuai rentang nilai interval yang telah ditetapkan.

Hasil penelitian motivasi mengikuti olahraga di club jika utama lebih besar motivasi intrinsik atlet dengan mencapai 60% sedangkan motivasi ekstrinsik atlet hanya 40% maka motivasi intrinsik cenderung lebih tinggi dari motivasi ekstrinsik yaitu motivasi yang dipengaruhi dari dalam diri atlet. Hal ini sejalan dengan pendapat dari Hamzah B. Uno (2012; 4) yaitu motivasi intrinsik lebih kuat dari motivasi ekstrinsik. Namun motivasi ekstrinsik juga tidak kalah penting dalam menentukan atlet mengikuti olahraga renang. Hal tersebut menunjukkan bahwa atlet renang di club jika utama telah berhasil dalam menarik motivasi atlet untuk mengikuti olahraga renang.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka peneliti dapat menyimpulkan :

1. Mengenai motivasi atlet mengikuti olahraga renang di club jika utama dapat disimpulkan bahwa motivasi intrinsik termasuk dalam katagori sangat tinggi. Motivasi intrinsik atlet dalam mengikuti olahraga renang yang tergolong tinggi karena merupakan cita-cita, berkeinginan untuk sehat atau yang

dilandasi atas dorongan diri sendiri. Sehingga motivasi intrinsik lebih besar dari motivasi ekstrinsik.

Mengenai motivasi atlet mengikuti olahraga renang di club jika utama dapat disimpulkan bahwa motivasi ekstrinsik termasuk dalam kategori rendah karena merupakan dorongan dari lingkungan untuk mendapat pujian. Sehingga motivasi ekstrinsik lebih rendah dari motivasi intrinsik

Saran

Penelitian yang telah dilaksanakan, terdapat beberapa saran yang ingin peneliti sampaikan, adapun saran yang diberikan peneliti adalah sebagai berikut:

1. Guru hendaknya memberikan informasi mengenai pentingnya kesehatan dalam olahraga.
2. Pihak keluarga hendaknya lebih memberikan kesempatan kepada anak untuk mengikuti kegiatan olahraga renang diluar.

Kepada atlet hendaknya lebih memperhatikan penjelasan pelatih dan mengikuti dengan serius latihan-latihan yang diajarkan pelatih.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik, Ed Revisi VI*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Abu Ahmadi. 2003. *Psikolog umum*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Alderman.1999. *Educational Psychology*. Yogyakarta: Kanisius.
- Ali Husein. 1986. *Buku Materi pokok*

Perencanaan dan Penyusunan.
Solo: Era Pustaka Utama.

Ali Maksum. 2008. *Penelitian Kependidikan Prosedur dan Strategi.* Bandung:Angkasa.

Hadi. 1986. *Psikologi Pembelajaran.*
Bandung: Wacana Prima.

Hamzah B. Uno.2007. *Teori Motivasi dan Pengukurannya.* Jakarta: Bumi Aksara. *Journal of physical education UNJ vol. 6 no 7*

Hede.2011. *Physical Education.* (Online),
<http://lectupe.bdyzone.com>, diakses
08 Juli 2018.

Muhibbin Syah. 2007. *Interaksi dan motivasi belajar mengajar.* Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Nursalim. 2007. *Faktor-faktor Motivasi.*
Bandung: Tarsito. *Journal nasional ilmu olahraga UPI Bandung Vol. 12 no 3*

Sismadiyanto. *Pengembangan Olahraga Renang.* Yogyakarta: Graha Ilmu.

Sudibyo Setyobroto.1989. *Psikolog Olahraga.* Jakarta: PT Anem Kosong Anem. Dalam Tarigan Herman. 2015. *Pembinaan Motivasi.* FKIP UNILA.

Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D.* Bandung: Alfabeta

