

## MOTIVASI SISWA SEKOLAH MENENGGAH PERTAMA DALAM PEMBELAJARAN ATLETIK

### MOTIVATION OF THE MIDDLE SCHOOL STUDENTS IN ATHLETIC LEARNING

**Endie Riyoko, Monika Tri Rezeki, Yasir Arafat**

Universitas PGRI Palembang

Kontak Penulis: [endieriyoko@univpgri-palembang.ac.id](mailto:endieriyoko@univpgri-palembang.ac.id)

#### ABSTRAK

Mata pelajaran olahraga terutama atletik (lari *sprint* 100 meter) di Sekolah Menengah Pertama sudah sampai pada tahap pengenalan lanjut. Maka, perlunya pendataan untuk mengetahui motivasi siswa agar dapat menyesuaikan kebutuhan siswa pada tahapan selanjutnya ataupun sebagai evaluasi pembelajaran atletik. Artikel ini bertujuan untuk mengetahui motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran atletik (lari *sprint* 100 meter) di Sekolah Menengah Pertama Negeri 44 Palembang. Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei. Teknik pengumpulan data dilaksanakan dengan observasi, kuisioner/angket dan dokumentasi. Teknik analisis data penelitian menggunakan deskripsi persentase. Berdasarkan analisa hasil, penelitian ini memberikan kesimpulan bahwa motivasi terbesar siswa dalam mengikuti pembelajaran atletik adalah karena faktor internal. Faktor internal ini timbul dalam diri sendiri yang akan mendorong siswa untuk dapat mengikuti pelajaran, bahkan akan pula terdorong untuk mencapai pada tahapan prestasi olahraga. Hal ini akan menjadi tantangan yang besar untuk guru untuk dapat memberikan bimbingan yang sesuai untuk siswa.

**Kata kunci:** motivasi siswa; atletik; *sprint*

#### ABSTRACT

*Especially athletic sports subjects (100-meter sprint runs) at middle school have reached the advanced recognition stage. So, the need for data collection to determine the motivation of students to be able to adjust the needs of students at the next stage or as an evaluation of athletic learning. This article aims to find out the motivation of students in participating in athletics learning (100-meter sprint run) at the Palembang 44 Middle School. The research used in this study is the survey method. Data collection techniques are carried out by observation, questionnaire/questionnaire, and documentation. The research data analysis technique uses percentage descriptions. Based on the results of the analysis, this study provides the conclusion that the greatest motivation of students in participating in athletic learning is due to internal factors. This internal factor arises in oneself which will encourage students to be able to take lessons and even be encouraged to reach the stages of sports achievement. This will be a big challenge for teachers to be able to provide appropriate guidance for students.*

**Keywords:** student motivation; athletics; *sprint*

## PENDAHULUAN

Perkembangan olahraga tidak pernah lepas dari situasi, kondisi, kebudayaan, pandangan hidup, dan tingkat kemajuan suatu bangsa. Perkembangan olahraga suatu bangsa merupakan penjelmaan dari taraf hidup kemajuan bangsa itu sendiri. Perkembangan yang semakin maju baik partisipasi maupun prestasi olahraga akan semakin terasa persaingan atlet secara individu maupun kelompok. Perkembangan tersebut juga akan berdampak kepada motivasi seorang pelaku olahraga. Apakah motivasi itu kuat ataupun lemah dan dari mana motivasi itu berasal, juga akan mempengaruhi dampak dari prestasi maupun pembelajaran olahraga.

Hamzah (2012) berpendapat bahwa motivasi berasal dari kata motif yang dapat diartikan sebagai kekuatan yang terdapat dalam individu, yang menyebabkan individu tersebut bertindak atau berbuat. Motif tidak dapat diamati secara langsung, tetapi dapat diinterpretasikan dalam tingkah lakunya, berupa rangsangan dorongan, atau pembangkit tenaga munculnya suatu tingkah laku tertentu.

Husdarta (2010) Motivasi berprestasi dapat didefinisikan sebagai dorongan untuk berbuat baik berdasarkan standar yang paling baik. Seseorang yang memiliki kebutuhan untuk berprestasi yang kuat cenderung berkeinginan untuk sukses dalam menyelesaikan tugas-tugas pekerjaan yang bersifat menantang dan bukan untuk memperoleh keuntungan status, tetapi semata-mata demi berbuat baik. Prestasi adalah sama dengan keterampilan plus motivasi meskipun atlet mempunyai keterampilan yang baik, akan tetapi tidak ada hasrat untuk bermian baik, biasanya atlet tersebut akan mengalami suatu kegagalan.

Sukirno (2011) berpendapat bahwa motivasi berasal dari kata motif yang dapat diartikan sebagai tenaga penggerak yang dapat mempengaruhi untuk memulai dan melakukan serangkaian kegiatan dalam suatu perilaku seseorang. Pembinaan motivasi atlet sudah harus dimulai dari usia dini, bersamaan dengan pembina disiplin dan kepercayaan kepada diri motif tidak diamati secara langsung tetapi dapat diinterpretasikan dari tingkah laku seseorang.

Motivasi merupakan dorongan atau kemauan yang timbul pada diri seseorang maupun kelompok terhadap suatu tujuan yang diinginkan. Motivasi merupakan dorongan internal atau timbul dari dalam diri manusia itu sendiri.

Tujuan dari motivasi adalah untuk menggerakkan atau menggugah seseorang agar timbul keinginan dan kemauannya untuk melakukan sesuatu sehingga dapat memperoleh hasil atau mencapai tujuan tertentu menurut Firmandaru (2018). Tindakan memotivasi akan lebih dapat berhasil jika tujuannya jelas dan didasari oleh yang dimotivasi serta sesuai dengan kebutuhan orang yang dimotivasi. Setiap orang yang akan memberikan motivasi harus mengenal dan memahami latar belakang kehidupan, kebutuhan dan kepribadian orang yang akan dimotivasi menurut Hamalik dalam Firmandaru (2018).

Fungsi motivasi dalam belajar ada tiga yaitu: Motivasi sebagai pendorong perbuatan. Pada mulanya anak didik tidak ada hasrat untuk belajar, tetapi karena ada sesuatu yang di cari muncullah minatnya untuk belajar. Motivasi sebagai penggerak perbuatan. Dorongan psikologis yang melahirkan sikap terhadap anak didik itu merupakan suatu kekuatan yang tak terbandung, yang kemudian menjelma dalam bentuk gerakan psikofisik. Motivasi sebagai pengarah perbuatan. Anak didik yang mempunyai motivasi dapat menyeleksi mana perbuatan yang harus di lakukan dan mana perbuatan yang diabaikan (Syaiful, 2015).

Sedangkan menurut Sardiman (2016) motivasi mempunyai fungsi, yaitu: Mendorong manusia untuk berbuat, jadi sebagai penggerak atau motor yang melepaskan energi. Motivasi dalam hal ini merupakan motor penggerak dari setiap kegiatan yang akan di kerjakan. Menentukan arah perbuatan, yakni ke arah tujuan yang hendak di capai. Dengan demikian motivasi dapat

memberikan arah dan kegiatan yang harus di kerjakan sesuai dengan rumusan tujuannya. Menyelesaikan perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan apa yang harus di kerjakan yang serasi guna mencapai tujuan, dengan menyisihkan perbuatan-perbuatan yang tidak bermanfaat bagi tujuan tersebut.

Menurut Sukirno (2011) Istilah atletik berasal dari bahasa Yunani, yaitu “*Athlon*” yang memiliki makna bertanding atau berlomba. Jadi atletik merupakan aktifitas jasmani atau latihan fisik, berisikan gerakan-gerakan alamiah dan wajar sesuai dengan apa yang dilaksanakan pada kehidupan sehari-hari .

Menurut Kurniawan (2011), atletik adalah gabungan dari berapa jenis olahraga yang secara garis besar dapat dikelompokkan menjadi lari, lempar, dan lompat. Kata ini berasal dari bahasa Yunani “*Athlon*” yang berarti “kontes”. Menurut Sujarwadi (2010) atletik adalah induk dari semua cabang olahraga. Karena semua cabang olahraga gerak dasarnya dari atletik. Unsur-unsur atletik seperti jalan, lari, lempar, dan lompat.

Atletik merupakan induk dari semua cabang olahraga, yang terdiri dari jalan, lari lempar, lompat. Gerakan ini menjadi dasar dari semua cabang olahraga karena gerakan-gerakannya asli dan wajar dari gerakan manusia. Oleh karena itu gerakan tersebut tidak bisa lepas dari kehidupan manusia. Latihan atletik mempunyai peran yang sangat penting untuk meningkatkan atau mengembangkan kondisi fisik, sering juga menjadi dasar pokok dalam peningkatan kinerja optimal bagi cabang olahraga lain (Khomsin dalam Nopianto, 2013).

Atletik merupakan salah satu cabang olahraga perlombaan meliputi nomor-nomor jalan, lari, lompat dan lempar, yang dapat dilakukan di lintasan maupun dilapangan, disamping itu atletik merupakan dasar pokok pengembangan/peningkatan prestasi yang optimal bagi cabang olahraga lain, karena melalui gerakan-gerakan atletik yang terprogram sangat efektif untuk meningkatkan kondisi fisik seseorang (Liputo & Biki, 2019)

Husdarta (2011) menyatakan bahwa motivasi berolahraga dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi pembawaan atlet, tingkat pendidikan, pengalaman masa lalu, cita-cita dan harapannya. Sedangkan faktor eksternal mencakup fasilitas yang tersedia, sarana dan prasarana, metode latihan, program latihan, lingkungan atau iklim pembinaan.

Selama ini banyak siswa hanya mengira bahwa pembelajaran olahraga atletik lari *sprint* 100 meter itu biasa saja, karena dianggap siswa hanya sekedar lari saja, beda halnya dengan pembelajaran olahraga permainan seperti, bola basket, bola futsal dan olahraga lainnya yang siswa lebih tertarik dan menyenangkan. Pada artikel ini penulis peneliti ingin mencari informasi mengenai motivasi, serta tujuan dari siswa dalam mengikuti pembelajaran atletik (*sprint* 100 meter) khususnya di SMP Negeri 44 Palembang.

## **METODE PENELITIAN**

Dalam penelitian ini ada pun lokasi yang menjadi tempat penelitian adalah di SMP Negeri 44 Palembang terletak di jalan Panca Usaha, 5 Ulu Darat, Kec.Seberang Ulu 1 Kota Palembang Prov. Sumatera Selatan. Lokasi tempat penelitian ini dipilih karena tempat peneliti waktu Program pengalaman lapangan (PPL). Sehingga dapat mempermudah peneliti memperoleh data. Penelitian ini dijadwalkan pada bulan Mei 2019 dilakukan selama kurang lebih 1 satu minggu yang menargetkan seluruh siswa kelas VIII 3 di SMP Negeri 44 Palembang.

Teknik pengumpulan data yang di gunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan angket. Menurut Sugiyono (2018) angket adalah merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawabannya. Sedangkan menurut Arikunto (2013) Koesioner adalah sejumlah

pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui. Data pada penelitian diperoleh dengan menggunakan kuesioner atau dengan penyebaran angket, Langkah-langkah yang dilakukan dalam pembuatan angket yaitu terlebih dahulu membuat kisi-kisi pertanyaan berdasarkan indikator-indikator dari variabel.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Pembelajaran atletik (lari *Sprint* 100 meter) merupakan bagian dari cabang olahraga atletik. Semua siswa disarankan mengikuti pelajaran ini untuk menambah kemampuan dan pengetahuan. Ada juga siswa yang tidak peduli dengan pembelajaran atletik (lari *Sprint* 100 meter), tetapi banyak juga yang menekuni olahraga ini menjadi ajang terbentuknya prestasi melalui pengajaran secara profesional oleh guru olahraga. Dalam dunia pendidikan pembelajaran atletik (lari *Sprint* 100 meter) dapat dijadikan ajang pembinaan karakter siswa baik pembinaan kebugaran dan kesehatan, perkembangan psikologis anak, maupun memunculkan prestasi siswa.

Berkaitan dengan hal tersebut, banyak siswa yang ternyata termotivasi untuk pembelajaran atletik (lari *Sprint* 100 meter) sehingga mereka berkeinginan untuk berlomba-lomba sebagai siswa yang cepat dan berprestasi dalam mengikuti pembelajaran atletik (lari *Sprint* 100 meter). Motivasi merupakan dorongan yang teraktualisasi menjadi sebuah kenyataan terhadap sesuatu yang diinginkan. dengan pembelajaran atletik (lari *Sprint* 100 meter) SMP Negeri 44 Palembang membuat beberapa siswa termotivasi untuk mengikutinya. Hanya saja motivasi siswa ditandai dengan dorongan yang muncul karena sebuah keinginan yang ingin dicapainya.

Melalui penelitian ini telah di ungkapkan bahwa di dapat dari 26 orang yang berminat untuk mengikuti pembelajaran atletik (lari *Sprint* 100 meter) karena dorongan faktor internal adalah 14% atau sebanyak 65 jawaban menyatakan sangat setuju. 33% atau sebanyak 145 jawaban menyatakan setuju. 13% atau sebanyak 58 jawaban menyatakan ragu-ragu. 21% atau sebanyak 90 jawaban menyatakan tidak setuju. 19% atau sebanyak 82 jawaban menyatakan sangat tidak setuju. Artinya beragam pernyataan di atas, membuat motivasi siswa semakin bervariasi. Sama halnya dengan faktor eksternal dari 26 orang responden di dapat 18,22% atau sebanyak 35 jawaban menyatakan sangat setuju karena dorongan eksternal. 25,52% atau sebanyak 49 jawaban menyatakan setuju. 7,18% atau sebanyak 15 jawaban menyatakan ragu-ragu. 35,51% atau sebanyak 68 jawaban menyatakan tidak setuju, dan 13,02% atau 25 jawaban menyatakan sangat tidak setuju.

Berdasarkan hasil penelitian ini 26 orang responden menyatakan bahwa 13% atau sebanyak 34 jawaban menyatakan sangat setuju. 32% atau sebanyak 89 jawaban menyatakan setuju. 15% atau sebanyak 41 jawaban menyatakan ragu-ragu. 23% atau sebanyak 66 jawaban menyatakan tidak setuju. 17% atau 46 jawaban menyatakan sangat tidak setuju.

Dalam keikut sertaannya pada pembelajaran atletik (lari *Sprint* 100 meter) SMP Negeri 44 Palembang juga memiliki keberagaman motivasi. Ada yang menginginkan pembelajaran atletik (lari *Sprint* 100 meter) karena dorongan kemauan pribadi yang kuat untuk berprestasi ada juga yang berkeinginan lain seperti menginginkan untuk di hargai. Adapun faktor internal yang meliputi perasaan senang, kemauan, kecerdasan, lingkungan dan faktor eksternal meliputi lingkungan, dorongan orang tua dan dorongan prestasi. Hal tersebut di buktikan melalui hasil yang telah didapat dalam penelitian di atas.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

Siswa di SMP Negeri 44 Palembang paling banyak termotivasi dari faktor intrinsik (internal) daripada ekstrinsik (eksternal). Hal inipun mematahkan anggapan bahwa siswa akan termotivasi

dalam atletik khususnya nomor *sprint* 100 meter apabila diberi motivasi dari luar. Motivasi dalam diri sendiri akan lebih kuat efeknya terhadap siswa dikarenakan tidak akan mudah luntur dalam proses pembelajaran. Sebagai contoh, motivasi dari luar tersebut dapat dengan mudah dihilangkan ataupun ditiadakan (*reward*). Apabila *reward* tersebut tidak ada, hal yang akan terjadi adalah penurunan motivasi yang berdampak kepada daya juang dari siswa untuk dapat berlari *sprint* dengan maksimal. Berbeda halnya apabila termotivasi dari diri sendiri, hal ini tidaklah berpengaruh terhadap ada atau tidak adanya *reward* dari orang lain. Siswa akan tetap berlari *sprint* dengan maksimal. Guru harus jeli, agar dapat mengarahkan siswa untuk memotivasi dirinya sendiri.

## REFERENSI

- Arifin, Z. (2010). *Evaluasi Pembelajaran*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Arikunto S. (2013). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Arsil. (2010). *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang: Wineka Media
- Bahri, Syaiful Djamarah. 2015. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Firmandaru, R.N. (2018). *Motivasi Kelas V Sd Negeri Tegal Panggung Kota Yogyakarta Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Skripsi Prodi Pendidikan Guru Sekolah Penjas, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Hamzah. (2012). *Teori Motivasi Dan Pengukuran*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Husdarta. (2010). *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Kurniawan. (2011). *Buku pintar olahraga*. Jakarta: Laskar Aksara.
- Liputo, N., & Biki, R. (2019). Program Latihan Kecepatan Lari 50 Meter Nomor Lompat Jauh. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 1(1), 22–32. Retrieved from <http://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjsc/article/view/2010>
- Sardiman. (2016). *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sukirno. (2011). *Belajar dan berlatih atletik meraih prestasi melalui atletik*. Palembang: Unsri Pers.
- \_\_\_\_\_. (2011). *Psikologi Olahraga*. Palembang: Unsri Perss..
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Nopianto, C.A, dkk. 2013. *Sumbangan Daya Ledak Otot Lengan, Otot Tungkai, Kelentukan Togok Dalam Tolak Peluru*. *Junal ISSF Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia*. ISSN: 2252-6528.