

**ANALISIS FAKTOR MOTIVASI PENENTU PRESTASI OLAHRAGA
KARATE DITINJAU DARI POLA LATIHAN, LINGKUNGAN
DAN PERAN ORANG TUA DI GOJUKAI PESAWARAN**

(Skripsi)

Oleh

Nadia Rafikasari

NPM 2113051003



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2025**

ABSTRAK

ANALISIS FAKTOR MOTIVASI PENENTU PRESTASI OLAHRAGA KARATE DITINJAU DARI POLA LATIHAN, LINGKUNGAN DAN PERAN ORANG TUA DI GOJUKAI PESAWARAN

Oleh

NADIA RAFIKASARI

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor motivasi penentu prestasi olahraga karate ditinjau dari pola latihan, lingkungan, dan peran orang tua di Gojukai Pesawaran. Jenis Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan metode survey. Sampel penelitian ini adalah seluruh murid aktif Gojukai Pesawaran berjumlah 30 orang dan instrumen yang digunakan yaitu angket. Hasil penelitian menunjukkan bahwa karateka di Gojukai Pesawaran memiliki tingkat motivasi tinggi dengan rincian faktor : 1) faktor pola latihan masuk kategori tinggi, dapat dirincikan berdasarkan indikator yaitu metode mengajar dengan kategori sangat tinggi, alat latihan dengan kategori sedang, karakter pelatih dengan kategori sedang, latar belakang pelatih dengan kategori sangat tinggi dan sifat pelatih dengan kategori tinggi, 2) Faktor lingkungan masuk kategori sedang, dapat dirincikan berdasarkan indikator yaitu lingkungan latihan dengan kategori rendah, lingkungan pertemanan dengan kategori sangat tinggi, dan lingkungan masyarakat dengan kategori tinggi. Dan 3) Faktor orang tua masuk kategori tinggi, dapat dirincikan berdasarkan indikator yaitu karakter orang tua dengan kategori sedang, latar belakang orang tua dengan kategori sangat tinggi dan sifat orang tua dengan kategori tinggi.

Kata Kunci: motivasi, pola latihan, lingkungan, orang tua

ABSTRACT

**ANALYSIS OF MOTIVATIONAL FACTORS DETERMINING KARATE
SPORT ACHIEVEMENT IN TERMS OF TRAINING PATTERNS,
ENVIRONMENT AND THE ROLE OF PARENTS IN
GOJUKAI PESAWARAN**

By

NADIA RAFIKASARI

This study aims to analyze the motivational factors that determine karate sport achievement in terms of training patterns, environment, and the role of parents in Gojukai Pesawaran. The type of research used in this research is descriptive research with survey method. The sample of this study were all active students of Gojukai Pesawaran totaling 30 people and the instrument used was a questionnaire. The results showed that karateka in Gojukai Pesawaran had a high level of motivation with details of the factors: 1) the training pattern factor is in the high category, can be detailed based on indicators, namely teaching methods with very high categories, training tools with moderate categories, the character of the coach with moderate categories, the background of the coach with a very high category and the nature of the coach with a high category, 2) Environmental factors are in the moderate category, can be detailed based on indicators, namely the training environment with a low category, the friendship environment with a very high category, and the community environment with a high category. And 3) Parental factors are in the high category, can be detailed based on indicators, namely the character of parents with a moderate category, the background of parents with a very high category and the nature of parents with a high category.

Keywords: *motivation, training patterns, environment, parents*

**ANALISIS FAKTOR MOTIVASI PENENTU PRESTASI OLAHRAGA
KARATE DITINJAU DARI POLA LATIHAN, LINGKUNGAN
DAN PERAN ORANG TUA DI GOJUKAI PESAWARAN**

Oleh

NADIA RAFIKASARI

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN**

Pada

**Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2025**

Judul Skripsi : Analisis Faktor Motivasi Penentu Prestasi Olahraga
Karate Ditinjau Dari Pola Latihan, Lingkungan Dan
Peran Orang Tua Di Gojukai Pesawaran

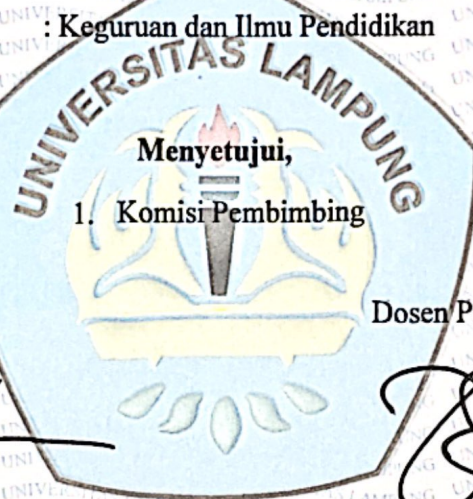
Nama : Nadia Rafikasari

Nomor Pokok Mahasiswa : 2113051003

Program Studi : S-1 Pendidikan Jasmani

Jurusan : Ilmu Pendidikan

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan



1. Komisi Pembimbing

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II

Dr. Candra Kurniawan, S.Pd., M.Or
NIP 19910131 202421 1 005

Joan Siswoyo, M.Pd
NIP 19880129 201903 1 009

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si
NIP 19741220 200912 1 002

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

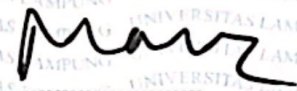
Ketua : Dr. Candra Kurniawan, S.Pd., M.Or



Sekretaris : Joan Siswoyo, M.Pd



Penguji : Dr. Fransiskus Nurseto, M.Psi



2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Dr. Albet Maydiantoro, S.Pd., M.Pd

NIP 19870504 201404 1 001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi: 11 Juni 2025

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nadia Rafikasari
NPM : 2113051003
Program Studi : S-1 Pendidikan Jasmani
Jurusan : Ilmu Pengetahuan
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pengetahuan

Dengan ini menyatakan skripsi yang berjudul **“Analisis Faktor Penentu Prestasi Olahraga Karate Ditinjau Dari Pola Latihan, Lingkungan Dan Peran Orang tua Di Gojukai Pesawaran”** tersebut adalah hasil penelitian saya, kecuali bagian-bagian tertentu yang dirujuk dari sumbernya dan disebutkan dalam Daftar Pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat dan apabila dikemudian hari ternyata pernyataan ini tidak benar, maka saya sanggup dituntut berdasarkan Undang-Undang dan Peraturan akademik yang berlaku di Universitas Lampung.

Bandar Lampung, 21 April 2025
Yang membuat Pernyataan

A handwritten signature in black ink is written over a yellow revenue stamp. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text '1000', 'METERAI TEMPEL', and 'F 22AMX398625161'.

Nadia Rafikasari
NPM 2113051003

RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama lengkap Nadia Rafikasari, dilahirkan di Gading Rejo, Provinsi Lampung pada tanggal 21 Februari 2003, sebagai anak kedua dari pasangan Bapak Koharudin dan Ibu Meitasari. Saat ini, penulis tinggal di Jl. Ahmad Yani, Sukaraja, Kecamatan Gedong Tataan, Kabupaten Pesawaran, Lampung. Sejak kecil, penulis dibesarkan di kota kelahirannya yang menjadi bagian dari perjalanan hidupnya hingga saat ini. Penulis menempuh pendidikan dasar di SD Negeri 4 Bagelen dan lulus pada tahun 2015, kemudian melanjutkan pendidikan di SMP Negeri 1 Pesawaran hingga tahun 2018, dan menyelesaikan pendidikan menengah di SMA Negeri 1 Gedong Tataan pada tahun 2021. Setelah lulus SMA, penulis melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi dengan terdaftar sebagai mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan, Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung melalui jalur SNMPTN.

Selama menjalani Pendidikan dari mulai SMA hingga menjadi mahasiswa penulis juga aktif mengikuti kejuaraan cabang olahraga karate dari tingkat Kabupaten, Provinsi dan Nasional. Penulis aktif dalam berbagai kegiatan organisasi, salah satunya bergabung dengan Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Karate. Pada tahun 2024, penulis menjalani Kuliah Kerja Nyata (KKN) di desa Rulung Raya, Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan, serta melaksanakan Program Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) di Islamic Boarding School Nur Shofin. Pengalaman tersebut menjadi bagian penting dalam perjalanan pendidikan dan pengembangan diri penulis.

Demikian riwayat hidup penulis semoga bermanfaat.

MOTTO

Fa inna ma'al-'usri yusrā

Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan

(QS. Al-Insyirah 94:05)

Setiap hari adalah kesempatan untuk belajar dan bertumbuh

(Ria SW)

Setiap keraguan mereka, satu langkah maju bagiku

(Nadia Rafikasari)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan sepenuhnya kepada orang tua dan keluarga saya khususnya kepada ibu saya tercinta yang telah mendoakan dan mendukung penuh sehingga saya bisa sampai pada tahap dimana skripsi ini akhirnya dapat saya selesaikan. Terimakasih atas segala pengorbanan yang telah kalian berikan semoga kalian umur panjang. Aku sayang kalian.

Serta

Almamater tercinta Universitas Lampung

SANWACANA

Assalamu'alaikum warrahmatullahi wabarakatuh

Bissmillahirohmanirrohim, Alhamdulillahirabbil'alamin, puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Analisis Faktor Motivasi Penentu Prestasi Olahraga Karate Ditinjau Dari Pola Latihan, Lingkungan Dan Peran Orang Tua Di Gojukai Pesawaran” Skripsi ini di susun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan di Universitas Lampung. Tidak lupa penulis juga mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu saya tercinta Meitasari, S.E. setiap helai lembar skripsi ini terukir bukan hanya rangkaian kata ilmiah, namun juga jejak langkah, doa yang tak pernah putus, dan pengorbanan tanpa batas dari seorang wanita terhebat dalam hidupku Ibu tercinta. Dengan hati yang penuh haru dan rasa syukur yang tak terhingga, saya persembahkan karya kecil ini sebagai ungkapan cinta dan terima kasih yang mendalam kepada ibu. Beliau adalah lentera yang tak pernah padam, menerangi setiap sudut kehidupanku dengan kehangatan kasih sayang dan ketulusan hati yang abadi. Ibu, setiap untai kata dalam skripsi ini adalah cerminan dari didikanmu yang mulia, kesabaranmu yang tak bertepi, dan keyakinanmu yang selalu membangkitkan semangatku di kala sulit. Engkaulah guru pertama dan terbaikku, yang mengenalkanku pada indahnya dunia pengetahuan, menanamkan nilai-nilai luhur, dan membimbingku dengan penuh cinta hingga titik ini. Masih lekat dalam ingatan, setiap malam kau menemaniku belajar, tak pernah lelah menjawab pertanyaan-pertanyaanku yang polos, dan selalu memberikan dukungan tanpa syarat di setiap langkah pendidikanku. Air matamu adalah saksi bisu perjuanganku, senyummu adalah penyemangat tak ternilai harganya. Terima kasih untuk segalanya, Ibu. Cinta dan kasih sayangku padamu akan abadi selamanya.

2. Ayah Koharudin tercinta, terkuat, dan tersayang, sosok yang mengajarkan saya arti kerja keras, tanggung jawab, dan keikhlasan dalam menjalani kehidupan. Terima kasih atas segala usaha dan perjuangan yang Ayah lakukan untuk keluarga. Tanpa kerja keras dan pengorbanan Ayah, saya tidak akan mampu berdiri di titik ini. Setiap pagi Ayah berangkat mencari nafkah dengan penuh semangat, memastikan bahwa anak-anaknya bisa mendapatkan pendidikan terbaik. Ayah tidak pernah mengeluh, selalu berusaha memberikan yang terbaik, bahkan ketika harus berkorban dalam diam. Saya sangat beruntung memiliki seorang ayah seperti Ayah, yang tidak hanya menjadi pemimpin dalam keluarga tetapi juga panutan dalam hidup saya. Terima kasih Ayah, atas segala doa yang selalu mengiringi langkah saya, atas setiap kata-kata bijak yang menjadi pegangan saya dalam menghadapi berbagai tantangan, dan atas kasih sayang yang mungkin tak selalu diungkapkan dengan kata-kata, tetapi begitu terasa dalam setiap tindakan. Semoga Allah SWT senantiasa melindungi dan memberkahi Ayah dengan kesehatan, kebahagiaan, dan umur yang panjang.
3. Ines Muharromah Fatmasari, S.E., M.Ak. kakak tersayang dan juga adikku Nadin Nuritasari, terima kasih atas segala perhatian, dukungan, dan motivasi yang telah diberikan selama ini. Kakak dan adek adalah sosok yang selalu ada untuk saya, menjadi tempat berbagi cerita, tempat bertanya ketika saya kesulitan, dan sahabat yang selalu memberikan semangat di saat saya merasa lelah dan hampir menyerah. Terima kasih kakak telah menjadi teladan dalam banyak hal, mengajarkan saya untuk tetap kuat dalam menghadapi setiap tantangan, dan selalu mengingatkan saya bahwa setiap usaha yang dilakukan dengan tulus pasti akan membuahkan hasil. Kakak dan adik tidak hanya hadir sebagai saudara, tetapi juga sebagai teman yang selalu siap mendengar, menghibur dan membantu. Setiap kata penyemangat, setiap bantuan kecil maupun besar yang kakak berikan sangat berarti bagi saya. Tanpa kakak, perjalanan saya menyelesaikan skripsi ini tentu akan jauh lebih berat. Semoga segala kebaikan yang kakak dan adik berikan dibalas dengan keberkahan, kebahagiaan, serta kesuksesan dalam setiap langkah hidup kakak. Saya sangat bersyukur memiliki kakak dan adek yang begitu luar biasa.
4. Ibu Prof. Dr. Ir. Lusmeilia Afriani, D.E.A.IPM., selaku Rektor Universitas Lampung.

5. Bapak Dr. Albet Maydiantoro, S.Pd., M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
6. Bapak Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si., Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
7. Bapak Lungit Wicaksono, M.Pd., selaku Ketua Program Studi S-1 Pendidikan Jasmani Universitas Lampung.
8. Bapak Dr. Candra Kurniawan, S.Pd., M.Or., selaku pembimbing utama yang telah memberikan sumbang saran, kritik dan gagasannya untuk penyempurnaan skripsi ini.
9. Bapak Joan Siswoyo, M.Pd., selaku pembimbing kedua yang telah membimbing, memberikan saran, kritik serta bantuannya dalam skripsi ini.
10. Bapak Bapak Dr. Fransiskus Nurseto, M.Psi., selaku penguji utama yang telah memberikan sumbang saran, kritik dan gagasannya untuk penyempurnaan skripsi ini.
11. Bapak dan Ibu Dosen serta Staf administrasi Penjas Unila yang telah memberikan ilmu dan membantu saat menyelesaikan skripsi ini.
12. Keluarga besar Penjas Angkatan 2021 terutama kelas C, yang senantiasa belajar, tumbuh dan tertawa bersama dari awal semester hingga sekarang terimakasih atas dukungan dan kebersamaannya.
13. Sahabatku Wacana (Septiyani Ismawati, Nur Habibah Zuhria, Sinta Dwi Amanah, Silvia Cici, Chikal putri, Mey Kridayanti) Izinkan saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada sahabat-sahabat tercinta yang telah menemani saya sepanjang perjalanan kuliah ini. Selama masa kuliah, kita telah melewati suka dan duka bersama. Kalian bukan hanya teman, tetapi keluarga kedua bagi saya. Di setiap kesulitan, kalian selalu ada untuk memberikan semangat dan dukungan, serta menjadi tempat berbagi cerita dan keluh kesah. Terima kasih atas motivasi dan dorongan yang tak terhingga, terutama di saat saya merasa lelah. Kenangan indah bersama kalian akan selalu saya ingat sebagai kekuatan untuk melangkah ke depan. Skripsi ini tidak akan terwujud tanpa dukungan kalian. Setiap diskusi dan kata semangat kalian berperan besar dalam perjalanan ini. Terima kasih telah menjadi sahabat sejati, yang ada di saat senang dan susah. Semoga persahabatan kita terus berlanjut meski kita melangkah di jalan yang berbeda setelah ini. Terima kasih atas

segala kebersamaan dan dukungan. Semoga kita semua sukses dan tetap saling mendukung.

14. Ucapan terima kasih yang tulus saya sampaikan kepada seluruh masyarakat desa Rulung Raya, yang telah menerima saya dan teman-teman dengan hangat selama menjalani Kuliah Kerja Nyata (KKN). Terima kasih atas segala bentuk kerja sama, kebersamaan, serta pengalaman berharga yang diberikan selama kami mengabdikan diri di sana. Kepada bapak dan ibu kepala desa, beserta perangkat desa yang telah membimbing dan mendukung kami dalam melaksanakan program kerja KKN, saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya. Bimbingan dan motivasi yang diberikan sangat berarti bagi saya dalam memahami makna pengabdian kepada masyarakat. Terima kasih pula kepada seluruh warga desa Kuripan yang telah menerima kami dengan tangan terbuka, memberikan pengalaman luar biasa dalam bekerja sama, belajar dari kehidupan masyarakat, serta mengasah keterampilan sosial yang sangat berharga. Semoga ilmu dan program yang telah kami laksanakan dapat memberikan manfaat bagi masyarakat dan terus berkelanjutan.
15. Ucapan terima kasih yang mendalam saya sampaikan kepada keluarga besar SMP IBS Nurshofin terutama kepada Ibu kepala sekolah, guru pembimbing, serta seluruh tenaga pendidik yang telah memberikan saya kesempatan untuk belajar dan mengembangkan diri selama menjalani Pengenalan Lingkungan Persekolahan (PLP). Terima kasih atas segala arahan, bimbingan, dan kesempatan yang diberikan selama saya berproses di lingkungan sekolah. Pengalaman mengajar serta berinteraksi dengan siswa-siswi menjadi bagian yang sangat berharga dalam perjalanan akademik dan profesional saya. Saya juga ingin mengucapkan terima kasih kepada siswa-siswi yang telah menerima saya sebagai bagian dari keluarga besar sekolah. Semangat belajar dan antusiasme kalian telah menjadi inspirasi tersendiri bagi saya dalam menjalani profesi sebagai pendidik di masa depan.
16. Dalam proses panjang penulisan skripsi ini, ada satu nama yang tak dapat ku tuliskan secara langsung, namun kehadirannya kini menjadi bagian dari cerita penulis. Terima kasih atas waktu, dukungan, dan motivasi yang telah diberikan. Terima kasih selalu hadir di setiap seminarku ditengah kesibukanmu. Semoga bahagia dan sehat selalu.
17. Dan yang terakhir, kepada diri saya sendiri. Nadia Rafikasari, apresiasi sebesar

besarnya karena sudah bertahan sejauh ini dan bertanggung jawab menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terima kasih tetap memilih berusaha dan merayakan dirimu sendiri sampai titik ini. Terima kasih karena memutuskan tidak menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dan telah menyelesaikannya sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dirayakan untuk diri sendiri. Terima kasih telah mau mengambil keputusan untuk berkuliah dan juga menjalani bisnis kecil yang kamu bangun dari awal semester tanpa rasa gengsi sedikitpun. Berbahagialah selalu dimanapun berada, Nadia. Apapun kurang dan lebihmu mari merayakan diri sendiri. Kamu telah sejauh ini.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi sedikit harapan semoga skripsi yang sederhana ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Bandar Lampung, 21 April 2025
Penulis

Nadia Rafikasari
NPM 2113051003

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
 I. PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	5
1.3 Batasan Masalah	6
1.4 Rumusan Masalah.....	6
1.5 Tujuan Penelitian	6
1.6 Manfaat Penelitian	6
1.6.1 Manfaat Teoritis	7
1.6.2 Manfaat Praktis	7
 II. TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Hakikat Motivasi	8
2.1.1 Pengertian Motivasi	8
2.1.2 Teori Motivasi	8
2.1.3 Jenis Motivasi	13
2.1.4 Fungsi Motivasi Olahraga	14
2.1.5 Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Berprestasi	15
2.2 Prestasi	16
2.3 Hakikat Karate	17
2.3.1 Pengertian Karate	17
2.3.2 Tingkatan Karate	18
2.3.3 Organisasi Karate	21
2.4 Pola Latihan	21
2.5 Lingkungan	23
2.6 Peranan Orang Tua	24
2.7 Penelitian yang Relevan	26
2.8 Kerangka Berfikir	29
 III. METODOLOGI PENELITIAN	
3.1 Metode Penelitian	32
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	33

3.3	Populasi dan Sampel Penelitian.....	33
3.3.1	Populasi.....	33
3.3.2	Sampel.....	34
3.4	Definisi Operasional Variabel.....	34
3.5	Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	35
3.5.1	Instrumen Penelitian	35
3.5.2	Teknik Pengumpulan Data.....	36
3.6	Uji Validitas da Reliabilitas	37
3.6.1	Uji Validitas.....	37
3.6.2	Uji Reliabilitas	37
3.7	Teknik Analisis Data.....	37
 IV. HASIL DAN PEMBAHASAN		
4.1	Analisis Deskriptif Motivasi Penentu Prestasi Olahraga Karate	40
4.2	Persentase Setiap Indikator Motivasi	56
4.3	Hasil Penelitian.....	57
 V. KESIMPULAN DAN SARAN		
5.1	Kesimpulan.....	64
5.2	Saran	64
 DAFTAR PUSTAKA.....		66
 LAMPIRAN.....		70

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Alternatif Jawaban Angket	31
3.2 Penilaian Acuan Norma (PAN)	34
3.3 Tingkatan Kategori.....	34
4.1 Hasil Analisis Statistik Deskriptif Motivasi.....	35
4.2 Kriteria Motivasi dalam Beladiri Karate.....	36
4.3 Kriteria Faktor Motivasi Intrinsik	37
4.4 Kriteria Faktor Motivasi ekstrinsik	38
4.5 Kriteria Indikator Metode Mengajar	40
4.6 Kriteria Indikator Alat Latihan.....	41
4.7 Kriteria Indikator Karakter Pelatih.....	42
4.8 Kriteria Indikator Latar Belakang Pelatih	43
4.9 Kriteria Indikator Sifat Pelatih	44
4.10 Kriteria Indikator Lingkungan Latihan	45
4.11 Kriteria Indikator Lingkungan Pertemanan.....	46
4.12 Kriteria Indikator Lingkungan Masyarakat.....	47
4.13 Kriteria Indikator Karakter Orang Tua.....	48
4.14 Kriteria Indikator Latar Belakang Orang Tua	49
4.15 Kriteria Indikator Sifat Orang Tua	50
4.16 Persentase dan Rekapitulasi Data Setiap Indikator	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Hierarki Kebutuhan Maslow	9
2.3 Skema Kerangka Berfikir.....	27
3.1 Skema Desain Penelitian.....	28
4.1 Histogram Statistik Deskriptif Motivasi	36
4.2 Kriteria Motivasi Karateka di Gojukai Pesawaran.....	37
4.3 Kriteria Motivasi Intrinsik Karateka di Gojukai Pesawaran	38
4.4 Kriteria Motivasi Ekstrinsik Karateka di Gojukai Pesawaran	39
4.5 Kriteria Indikator Metode Mengajar di Gojukai Pesawaran	40
4.6 Kriteria Indikator Alat Latihan di Gojukai Pesawaran.....	41
4.7 Kriteria Indikator Karakter Pelatih di Gojukai Pesawaran	42
4.8 Kriteria Indikator Latar Belakang Pelatih di Gojukai Pesawaran.....	43
4.9 Kriteria Indikator Sifat Pelatih di Gojukai Pesawaran	44
4.10 Kriteria Indikator Lingkungan Latihan di Gojukai Pesawaran	45
4.11 Kriteria Indikator Lingkungan Pertemanan di Gojukai Pesawaran	46
4.12 Kriteria Indikator Lingkungan Masyarakat di Gojukai Pesawaran.....	47
4.13 Kriteria Indikator Karakter Orang Tua di Gojukai Pesawaran.....	48
4.14 Kriteria Indikator Latar Belakang Orang Tua di Gojukai Pesawaran	49
4.15 Kriteria Indikator Orang Tua di Gojukai Pesawaran.....	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Izin Penelitian	64
2. Surat Balasan Penelitian.....	65
3. Uji Coba Validitas dan Reliabilitas.....	66
4. Statistik Deskriptif Motivasi	67
5. Statistik Deskriptif Pola Latihan	67
6. Statistik Deskriptif Lingkungan	68
7. Statistik Deskriptif Orang Tua.....	68
8. Persentase Setiap Indikator Motivasi	69
9. Dokumentasi Penelitian.....	69
10. Angket Uji Coba.....	71

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Segala bentuk aktifitas fisik yang dilakukan secara terencana dan terstruktur disebut dengan olahraga. Olahraga bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, selain itu berolahraga secara rutin dapat meningkatkan kesehatan baik fisik maupun mental seseorang. Olahraga adalah suatu kegiatan yang digemari dan tidak mengenal usia, anak muda maupun lansia selalu melakukan kegiatan ini karna terdapat banyak manfaat didalamnya. Namun sayangnya sekarang ini banyak sekali orang yang beranggapan bahwa olahraga itu adalah hal yang melelahkan dan pada akhirnya mereka tidak melakukan kegiatan olahraga secara rutin karna dianggap hanya suatu kegiatan yang menguras energi.

Olahraga merupakan sebuah strategi yang tepat untuk membentuk fisik yang sehat, islam memandang kesehatan sangatlah penting sebab itu merupakan salah satu faktor utama yang dapat mempengaruhi kebugaran dan penampilan tubuh, serta harta yang paling berharga yang tidak pernah bisa ditukar dengan apapun (Salahudin, Rusdin, 2020). Kebanyakan orang yang menekuni olahraga memiliki maksud dan tujuan selain untuk menjaga kesehatan tubuhnya, biasanya mereka memanfaatkan keterampilan dan bakat yang dimiliki untuk menekuni satu bahkan lebih pada beberapa olahraga yang diminati. Menjadi atlet disuatu bidang olahraga adalah salah satu pilihan yang tepat untuk mengembangkan sekaligus mengasah kemampuan yang dimiliki.

Mengikuti suatu club latihan untuk mendalami suatu olahraga adalah tahapan awal dalam menekuni suatu olahraga, karna dalam club latihan pastinya ada pelatih yang akan berperan penting untuk keberlangsungan para atlet. Atlet adalah seseorang yang menggeluti dan aktif melakukan latihan untuk meraih prestasi optimal pada cabang olahraga yang digelutinya (Emral, 2017).

Prestasi dan olahraga sangat berhubungan erat, karna ada banyak olahraga prestasi yang terkenal bahkan mendunia salah satunya adalah karate. Karate adalah olahraga bela diri yang muncul di Okinawa untuk pertama kali, tepatnya di negara jepang. Karate adalah gabungan dari beberapa gerakan terarah untuk menghindar, melawan dan menangkis lawan. Beladiri ini di temukan dan tersebar di jepang hingga akhirnya pada tahun 1960 karate masuk dan tersebar di Indonesia. Karate tersebar melalui alumni mahasiswa Indonesia yang belajar di Jepang dan kembali ke Indonesia, ia mendirikan Unit untuk pertama kali di Jakarta menjadi tempat pertandingan untuk semua cabang seni bela diri di Jepang. Salah satunya adalah karate. Berdiri pada tahun 1963 Unit karate pertama di Jakarta berdiri.

Induk organisasi olahraga karate nasional adalah federasi olahraga karate-do Nasional (Forki). Karate terdiri dari atas dua kanji. Yang pertama adalah 'Kara' 空 dan berarti 'kosong'. Dan yang kedua, 'te' 手, berarti 'tangan'. Yang dua kanji bersama artinya “tangan kosong” 空手 (pinyin: kongshou). Seni beladiri karate adalah seni bela diri umum yang dapat di lakukan oleh wanita maupun pria dan juga tidak memandang usia. Biasanya para *kohai* atau dalam Bahasa indonesianya adalah murid, mereka memiliki semangat dan motivasi tersendiri jika ditanya mengapa memilih karate sebagai olahraga yang mereka tekuni.

Motivasi seseorang untuk terus berpartisipasi dalam olahraga didorong oleh keinginan untuk memenuhi kebutuhan (Gillespie et al., 2015). Melakukan pelatihan beladiri karate para murid tidak lepas dengan adanya kemauan atau motivasi yang tertanam untuk melakukan latihan secara terus-menerus

dan mengikuti pertandingan yang ada di tingkat kecamatan maupun nasional. Motivasi ialah kondisi psiko-fisiologis seseorang yang menggerakkan seseorang untuk berusaha memenuhi kebutuhan mereka (Salsabilah,2023). Hal ini juga menjelaskan seseorang mempersiapkan diri secara fisik dan mental tanpa hal tersebut gejala pencapaian menjadi tidak menarik dan tidak ada seorang mencapai suatu tujuan yang lebih baik kecuali seseorang termotivasi dengan baik untuk melakukannya (Zamirullah Khan et al., 2012). Sebagai atlet yang unggul, seseorang harus memiliki kemampuan fisik, taktis, teknis, dan otak yang kuat (Harsono, 2015). Motivasi akan membuat anak didik semakin giat dalam belajar dan memperoleh hasil belajar yang tinggi. Sedangkan bagi murid yang tidak memiliki motivasi belajar akan memberikan hasil belajar yang rendah

Dalam proses pembinaan menuju prestasi yang setinggi tingginya perkumpulan olahraga atau club berada pada tempat yang strategis karena di posisi terdepan dan menjadi ujung tombak pembinaan prestasi pelaporan raga merupakan organisasi yang terstruktur dengan memiliki pengurus pelatih atlit dan sarana prasana di dalamnya menjalankan program pembinaan prestasi. Pelatih adalah seseorang yang memiliki tanggung jawab besar dalam mengatur, melatih serta mengarahkan anggotanya. Ibarat pemimpin pelatih ada dalam peran tersebut selama didalam club latihan. Seorang pelatih dapat memberikan dukungan moral dan motivasi kepada para atlet agar mereka bersemangat dalam mengejar target prestasi yang didambakan.

Pelatih akan mengarahkan, merancang dan merencanakan sesi latihan untuk memastikan bahwa keterampilan fisik atlet berkembang. Pelatih juga bisa menjadi seorang monitor untuk kemajuan atletnya dengan cara melacak kemajuan setiap atlet dan membuat penyesuaian pada program latihan sesuai dengan kebutuhan para atlet perindividu. Maka dari itu seorang pelatih dan atlet adalah dua insan yang saling berhubungan dalam suatu keperluan olahraga

Prestasi adalah hasil yang dicapai setelah melakukan usaha atau kerja keras. Prestasi Ini bisa berupa pencapaian dalam berbagai bidang seperti akademik, olahraga, seni, dll. Seseorang dianggap berprestasi jika telah meraih sesuatu hasil dari apa yang diusahakannya, baik karena hasil belajar, bekerja, atau berlatih keterampilan dalam bidang tertentu. Pencapaian dalam bidang olahraga dapat dibuktikan dengan memenangkan perlombaan dan mendapatkan medali. Prestasi bisa diraih dengan kerja keras, tingkat disiplin yang tinggi, ketekunan dan juga bisa didapatkan dari faktor lingkungan, peran orang tua dan peran pelatih. Dalam mendapatkan prestasi atlet tidak hanya dipengaruhi oleh pelatih tetapi juga salah satunya adalah lingkungan. Segala sesuatu yang hadir disekitar kita atau biasa disebut dengan lingkungan menjadi salah satu faktor prestasi olahraga, karena pada dasarnya apa yang ada disekitar kita dapat mempengaruhi diri dan keberlangsungan kehidupan. Lingkungan yang baik akan selalu membawa energi positif dan menambah kegembiraan tanpa adanya tekanan. Sebaliknya lingkungan yang negatif akan menghambat karena membawa hal yang akan membuat stress dan merasa tertekan.

Prestasi dapat juga berupa pengakuan yang diberikan orang atau sekelompok orang. Prestasi yang dicapai tiap individu juga berkaitan erat dengan motivasi berprestasi yaitu keinginan untuk mengatasi hambatan dan tantangan. Tidak jarang para anak mengatakan bahwa ini mereka lakukan hanya karena dorongan dari orang tua yang mengarahkan mereka untuk latihan. Maka dari itu mereka merasakan adanya paksaan sehingga melakukannya tidak maksimal. Namun ada juga anak yang mengatakan bahwa mereka bersemangat untuk latihan karena termotivasi dari kegagalan yang sudah mereka coba sebelumnya. Tetapi disisi lain ada banyak anak berhenti mempertahankan prestasinya hanya karena sudah bosan dan merasa lelah dalam melakukan aktivitas yang berulang. Peran orang tua juga sangat penting dalam pembentukan seorang atlet. Dukungan dan kasih

sayang serta fasilitas yang didapatkan dari orang tua juga menjadi faktor pendukung untuk penentu prestasi seseorang.

Dari faktor lingkungan banyak juga Unit yang tidak memiliki fasilitas dan peralatan yang lengkap sehingga para murid harus menggunakan alat seadanya. Bahkan tidak jarang setiap unit meminjam matras ke tempat lain karena tidak memiliki matrasnya sendiri. Sedangkan seperti yang kita ketahui bahwa alat dasar untuk latihan karate apalagi untuk program prestasi harus memiliki alat-alat yang lengkap seperti samsak matras handpro dll. Pelatih yang melatih di Gojukai Pesawaran rata-rata sudah berlisensi namun sayangnya tidak semua pelatih mengambil upgrading untuk lisensinya. Sehingga terdapat pelatih yang hanya melatih berdasarkan ilmu yang sebelumnya ia dapat, tak jarang pula pelatih tidak mengetahui peraturan apa saja yang terbaru yang harusnya dilaksanakan.

Alasan peneliti memilih Gojukai Pesawaran sebagai tempat penelitian adalah karna terdapat banyak atlet berbakat yang terlahir dari unit ini yang sudah menjuarai perlombaan mulai dari tingkat kabupaten hingga tingkat Internasional. Namun disisi lain para atlet binaan FORKI juga banyak yang tidak melanjutkan atau bahkan keluar dari karate tanpa adanya kejelasan faktor apa yang sebelumnya memotivasi mereka dalam meraih prestasi. Maka dari itu peneliti ingin mengetahui faktor apa yang mendorong para murid untuk berlatih serta mempertahankan prestasinya. Berdasarkan pengamatan penulis pada saat melakukan pengamatan, Pernyataan diatas belum menggambarkan faktor-faktor apa saja yang sebenarnya memotivasi karateka untuk tetap berlatih dan mempertahankan prestasinya di bela diri karate. Maka dari itu penelitian ini dilakukan untuk mengetahui **“Analisis Faktor Motivasi Penentu Prestasi Olahraga Karate Ditinjau dari Pola Latihan, Lingkungan, Peran Orang Tua di Gojukai Pesawaran”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

- 1.2.1 Kurangnya motivasi dalam diri atlet setelah mengalami kegagalan.
- 1.2.2 Kondisi lingkungan latihan yang kurang memadai sehingga tidak memaksimalkan atlet dalam proses berlatih.
- 1.2.3 Belum maksimalnya Program latihan yang diberikan oleh Pelatih.
- 1.2.4 Kurangnya perhatian orang tua terhadap anaknya yang ingin terfokus menjadi seorang atlet karate.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, agar peneliti lebih terfokus maka permasalahan dibatasi pada “Analisis Faktor Motivasi Penentu Prestasi Olahraga Karate Ditinjau dari Pola Latihan, Lingkungan, dan Peran Orang Tua di Gojukai Pesawaran”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan diatas, penelitian ini perlu dibuat rumusan masalah. Adapun rumusan masalah yaitu: Apa saja Faktor Motivasi Penentu Prestasi Olahraga Karate Ditinjau dari Pola Latihan, Lingkungan, dan Peran Orang Tua di Gojukai Pesawaran.

1.5 Tujuan Masalah

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis apa saja faktor motivasi penentu prestasi olahraga karate ditinjau dari pola latihan, lingkungan, dan peran orang tua di Gojukai Pesawaran.

1.6 Manfaat Penelitian

Berdasarkan pada tujuan penelitian yang akan dicapai, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis. Adapun manfaat penelitian ini yaitu:

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber ilmu pengetahuan khususnya tentang faktor motivasi apa saja yang mempengaruhi prestasi olahraga karate.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Memberikan informasi untuk masyarakat umum tentang faktor apa saja yang menjadi penentu prestasi olahraga karate ditinjau dari pola latihan, lingkungan, dan peran orang tua.
2. Sebagai bahan evaluasi bagi atlet, orang tua serta pelatih dalam proses memaksimalkan prestasi para atlet khususnya pada atlet karate di Gojukai Pesawaran.

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Hakikat Motivasi

2.1.1 Pengertian Motivasi

Motivasi adalah salah satu hal terpenting dalam menjalankan suatu aktivitas seperti belajar, berlatih, bekerja dan melakukan sesuatu. Ada yang berpendapat bahwa motivasi sangat penting dalam setiap aspek perubahan perilaku (Flannery, 2017)

Aspek motivasi memegang peranan dalam kejiwaan seseorang, sebab motivasi merupakan salah satu faktor penentu sebagai pendorong tingkah laku manusia, sehingga dengan adanya motivasi seseorang dapat mendorong dirinya untuk lebih giat berlatih dan mencapai hasil yang maksimal. Dengan adanya motivasi tersebut akan mendorong seseorang untuk berlatih, bekerja keras, dan dapat bertahan lebih lama dalam mengikuti suatu kegiatan atau pembelajaran.

Menurut Hamzah B. Uno (2006: 1) motivasi adalah dorongan untuk menggerakkan seseorang bertindak, dorongan ini terdapat pada diri seseorang yang menggerakkan sesuatu yang sesuai dengan dorongan dalam dirinya. Munculnya motivasi akan memberi individu dorongan untuk mengambil kegiatan apa pun yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhannya. Orang tersebut mengacu pada faktor motivasi internal dan eksternal (Salsabilah, 2023)

Motivasi belajar sangatlah berperan penting dalam kesuksesan belajar sebab tanpa adanya motivasi yang melekat dibenak akan sulit mewujudkan segala tindakan ke arah lebih baik. Menurut Mears dan (Mears & Kilpatrick, n.d.) motivasi dapat didefinisikan sebagai tingkat ketabahan, dorongan,

atau keinginan yang dengannya seseorang terlibat atau menahan diri dari suatu tindakan. McDonald dalam Ningsih et al., 2021 menegaskan bahwa motivasi adalah pergeseran energi seseorang yang ditandai dengan munculnya "Perasaan" dan didahului oleh respons terhadap suatu tujuan. Ini menunjukkan tiga komponen penting, yaitu:

1. Setiap individu manusia mengalami perubahan energi sebagai akibat dari motivasi itu.
2. Kemunculan, perasaan atau pengalaman, dan kasih sayang seseorang adalah ciri-ciri motivasi. Masalah psikologis, kasih sayang, dan emosi yang mungkin mempengaruhi perilaku manusia terkait dengan motivasi dalam hal ini.
3. Adanya tujuan akan mendorong motivasi. Dalam hal ini, tujuan, atau reaksi terhadap suatu tindakan, berfungsi sebagai insentif.

Motivasi adalah proses mengaktualisasikan keinginan bawaan seseorang untuk bertindak, terus bertindak, dan memilih jalur tindakan yang akan dikejar untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan (Husdarta, 2018). Motivasi akan memberi dampak pada hasil belajar murid, baik secara langsung ataupun tidak langsung (Yohanes, 2016). Ketika motivasi meningkat, seseorang akan didorong untuk berpartisipasi dalam upaya apa pun yang akan memungkinkannya mencapai kebutuhannya (Salsabilah, 2023).

Berdasarkan pendapat dari para ahli yang ada di atas tentu kita dapat mengetahui bahwa motivasi adalah faktor penting yang harus ada dalam diri seseorang. Tentunya motivasi yang baik dan dilaksanakan akan mengarah pada hasil yang maksimal. Dalam motivasi mengandung makna sebagai kekuatan yang muncul atau mengemuka dari dalam diri seseorang untuk melakukan aktivitas tertentu dalam rangka memenuhi kebutuhan. Dengan timbulnya motivasi, maka individu akan mempunyai semangat untuk melaksanakan segala aktivitas dalam mencapai kebutuhannya baik motivasi itu dari diri sendiri maupun dari luar individu. Motivasi sangat penting dan ditempatkan pada posisi pertama dalam asas belajar, motivasi merupakan

kekuatan internal yang menyebabkan seseorang melakukan tindakan. Motivasi ini akan menentukan seseorang dalam meraih prestasi olahraga karate.

2.1.2 Teori Motivasi

Pada pendekatan teori motivasi, dianggap memiliki konsekuensi bagi pelatihan atau proses pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga, penting untuk memahami motivasi (Singgih, 2008). Di antaranya teori ini adalah:

1. Teori *Hedonisme*.

Sebuah teori yang menantang pandangan yang dipegang secara luas bahwa orang pada akhirnya memutuskan apa yang membuat mereka bahagia dan puas. Hal yang sama berlaku ketika memilih aktivitas untuk berolahraga.

2. Teori Naluri

Sebuah teori yang menghubungkan beberapa naluri dengan disposisi manusia. Salah satu kecenderungan tersebut adalah keinginan untuk memajukan diri sendiri dan orang lain. Naluri itu mendorong semua tindakan dan perilakunya.

3. Teori Kebudayaan

Teori yang menghubungkan perilaku masyarakat dengan norma-norma budaya lokal di mana hal itu terjadi.

4. Teori Berprestasi

Teori yang mempromosikan persaingan dengan standar keunggulan.

5. Teori Kebutuhan

Gagasan bahwa perilaku manusia terutama didorong oleh kebutuhan. Setiap individu manusia memiliki kebutuhan yang mungkin tidak ingin mereka bagikan dengan orang lain. Menurut Abraham Maslow, ada

sejumlah hal yang mempengaruhi kecenderungan orang untuk bertindak dengan cara tertentu untuk memuaskan keinginan mereka. Gagasan tentang kebutuhan bertingkat, yang dikemukakan oleh Maslow, terdiri dari (Singgih, 2008) yang dikutip dalam Salsabilah (2023):



Gambar 2.1 Hierarki Kebutuhan Maslow
Sumber: (Salsabilah, 2023)

1. Kebutuhan Dasar Fisiologis (*Physiologis Needs*)

Baik pemeliharaan biologis dan kelangsungan hidup membutuhkan pemenuhan sejumlah kondisi penting. Kebutuhan fisiologis meliputi kebutuhan akan makanan, air, oksigen, aktivitas, istirahat, pengaturan suhu, jenis kelamin, dan hal-hal lainnya. Menurut Maslow, jika keinginan ini tidak terpenuhi, satu kali makan tidak akan berubah untuk memenuhi tuntutan lain.

2. Kebutuhan Akan Rasa Aman (*Need for Self-Security*)

Keinginan untuk keamanan memotivasi orang untuk mencari perdamaian, prediktabilitas, dan ketertiban dalam keadaan sekitar mereka.

3. Kebutuhan Akan Cinta Dan Rasa Memiliki (*Need for Love and Belongingness*)

Kebutuhan akan cinta dan kepemilikan ini adalah kebutuhan seseorang untuk memiliki hubungan yang memuaskan atau ikatan emosional dengan orang lain, apakah mereka berjenis kelamin sama dengan mereka atau tidak, dalam keluarga, di tempat kerja, atau di masyarakat.

4. Kebutuhan Akan Rasa Harga Diri (*Need for Self- Esteem*)

Kebutuhan akan rasa harga diri ini dapat dipecah menjadi dua bagian: yang pertama adalah harga diri atau penghargaan, yang mencakup keinginan untuk persaingan, iri hati, dan kekuatan pribadi, kemandirian, dan kebebasan; Yang kedua adalah hadiah dari orang lain, di antaranya adalah prestasi. Jika kebutuhan ini terpenuhi, seseorang dapat mengembangkan sikap percaya diri serta perasaan nilai, vitalitas, bakat, dan kegunaan.

5. Kebutuhan Aktualisasi Diri (*Need for Self-Actualication*)

Ketika empat persyaratan lainnya telah ditangani dengan tepat, maka kebutuhan akan terpenuhi. Maslow mendefinisikan aktualisasi diri sebagai kebutuhan akan sesuatu yang sesuai dengan potensi dan cita-cita seseorang.

Teori kebutuhan pada *self determitaion* membagi tiga kebutuhan psikologi dasar yaitu:

1. Kebutuhan persepsi kompetensi

Kebutuhan persepsi kompetensi mengacu kepada kesempatan untuk mengekspresikan atau mengembangkan kompetensi dan kapabilitas diri sendiri seperti kesehatan fisik atau mental.

2. Kebutuhan keterkaitan

Kebutuhan keterkaitan yaitu rasa ingin memiliki terhadap kelompok atau komunitas tertentu, seperti seseorang ingin menjadi atlet daerah dan sebagainya. Ini dicapai melalui koneksi interpersonal dan stimulus timbal balik dengan orang lain.

3. Kebutuhan otonomi

Kebutuhan otonomi merupakan kemampuan untuk melakukan atau mengekspresikan diri dengan cara yang sesuai dengan kebutuhannya serta kemampuan diri sendiri.

2.1.3 Jenis Motivasi

Berdasarkan pembagian motivasi yang telah dikemukakan oleh para ahli, terdapat dua pembagian motivasi yang paling terkenal yakni motivasi ekstrinsik dan motivasi internal.

1. Motivasi Instrinsik

Motivasi intrinsik merupakan keinginan seseorang untuk melakukan suatu pencapaian karena ingin menikmati prosesnya (Pintrich & De Groot, 2003). Berkaitan dengan penilaian terhadap dirinya sendiri, tentang sikap, aktivitas dan atau perilaku yang telah dilakukannya, serta tentang kemampuan yang telah ditunjukkannya sudah benar atau belum (Kurniawan, Ari Wibowo, dkk. 2021).

Menurut Ari Wibowo Kurniawan dkk (2021) Motivasi intrinsik bersumber dari dalam diri individu itu sendiri untuk melakukan aktivitas olahraga. Motivasi intrinsik sifatnya permanen, mandiri, dan stabil karena dorongan berasal dari dalam, kondisi kejiwaan orang tersebut, yang akan menentukan kuat atau tidaknya motivasi dan berlangsung lama atau tidaknya motivasi tersebut. Motivasi intrinsik terbagi menjadi dua, yaitu (1) motivasi intrinsik positif adalah keinginan untuk tumbuh dan berkembang, mengekspresikan diri, seperti ingin karier dalam berolahraga lebih baik, dan aktualisasi diri. (2) Motivasi intrinsik negatif, karena tekanan, ancaman, ketakutan, dan kekhawatiran seperti takut tertinggal dengan temanteman yang lain dalam tim.

2. Motivasi Ekstrinsik

Menurut Pintrich & De Groot (2003) motivasi ekstrinsik merupakan keinginan untuk mencapai sesuatu bukan karena menikmati prosesnya tapi mengarah pada hasil tertentu. Menurut Wibowo, Ari Kurniawan dkk (2021) Motivasi ekstrinsik bersumber dari luar diri individu untuk melakukan aktivitas olahraga. Sifatnya sementara, tergantung, dan tidak stabil. Motivasi ekstrinsik terbagi menjadi dua, yakni (1)

motivasi ekstrinsik positif, yakni berupa hadiah, iming-iming yang membangkitkan, niat untuk berbuat sesuatu, seperti bonus jika menang pertandingan, dan (2) motivasi ekstrinsik negatif, yakni sesuatu yang dipaksakan dari luar agar orang menghindari dari sesuatu yang tidak diinginkan, seperti kena sanksi atau hukuman ketika terlambat latihan.

Biasanya ada motif untuk bersaing memegang peranan yang lebih besar daripada kepuasan karena telah berprestasi lebih baik. Adapun ciri-ciri atlet yang memiliki motivasi ekstrinsik, antara lain (1) kurang sportif/kurang jujur, seperti licik/curang, (2) sering tidak menghargai orang lain/lawan/peraturan pertandingan, (3) cenderung berbuat hal-hal yang merugikan, dan (4) kurang bersemangat dan bergairah baik dalam latihan maupun bertanding. Oleh karena itu, banyak atlet yang bermotivasi ekstrinsik akan mudah dibeli/disogok dan menghalalkan segala cara untuk memperoleh kemenangan.

Pendapat lain mengatakan bahwa Motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang disebabkan oleh faktor-faktor dari luar situasi belajar, seperti: angka, ijazah, tingkatan, hadiah, medali, pertentangan dan persaingan yang bersifat negatif adalah ejekan dan hukuman. Putri, Deviani (2017)

2.1.4 Fungsi Motivasi Olahraga

Motivasi berperan penting dalam olahraga karena motivasi menjadi dasar untuk menggerakkan dan mengarahkan perilaku seseorang dalam olahraga. Seperti yang dikatakan oleh Flannery (2017) Motivasi adalah salah satu hal terpenting dalam menjalankan suatu aktivitas seperti belajar, berlatih, bekerja dan melakukan sesuatu. Menurut Singgih D. Gunarsa (2008:16) yang dikutip dalam Putri fungsi-fungsi motivasi dalam hubungannya dengan perilaku pada umumnya dan tindakan olahraga pada khususnya adalah:

1. Motivasi merupakan sarana untuk memahami perilaku dan tindakan seseorang.
2. Dengan mengetahui motivasi, dapat memperkirakan atau membuat semacam ramalan tentang apa yang akan dilakukannya.
3. Motivasi berfungsi sebagai pengaruh tingkah laku.
4. Perilaku atau tindakan seseorang akan lebih intensif dilakukan bila dilandasi oleh motivasi yang kuat.

Maka dari itu motivasi berdampak pada tingkat prestasi bagi setiap atlet, motivasi yang tertanam kuat dalam diri seorang atlet akan membawanya kepada kedisiplinan yang baik. Seorang atlet yang tidak mempunyai motivasi dalam dirinya ia akan tertinggal jauh dibandingkan atlet yang memiliki motivasi.

Menurut Salsabilah (2023) Dampak olahraga juga terkait dengan masalah dan tanda-tanda psikologis pelaku. Atlet individu yang sepenuhnya siap untuk bersaing dengan semua kemampuan mereka dapat mencapai potensi maksimal mereka. Kesiapan fisik dan mental atlet yang bersangkutan adalah apa yang diperdebatkan. Orang-orang yang sangat termotivasi namun kurang berprestasi akan terlihat rendah. Dalam nada yang sama, mereka yang memiliki keterampilan dan motivasi rendah akan menghasilkan mereka yang memiliki penampilan rendah. Harus ada individu dengan tingkat kemampuan dan motivasi yang tinggi agar hal-hal tampak baik.

2.1.5 Faktor yang mempengaruhi Motivasi berprestasi

Faktor-faktor yang Menyebabkan Motivasi Berprestasi Menurut Morgan, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi motivasi berprestasi. Faktor-faktor tersebut antara lain:

1. Tingkah laku dan karakteristik model yang ditiru oleh anak melalui *observational learning*. Motivasi berprestasi dipengaruhi oleh tingkah laku dan karakteristik model yang ditiru anak melalui *observational learning*. Melalui *observational learning* anak mengambil beberapa karakteristik dari model, termasuk kebutuhan untuk berprestasi.

2. Harapan orang tua Harapan orang tua terhadap anaknya berpengaruh terhadap perkembangan motivasi berprestasi. Orang tua yang mengharapkan anaknya bekerja keras akan mendorong anak tersebut untuk bertingkah laku yang mengarah pada pencapaian prestasi (Eccles dalam Prabowo).
3. Lingkungan Faktor yang menguasai dan mengontrol lingkungan fisik dan sosial sangat erat hubungannya dengan motivasi berprestasi, bila menurun akan merupakan faktor pendorong dalam menuju kondisi depresi.
4. Penekanan kemandirian Terjadi sejak tahun-tahun awal kehidupan. Anak didorong mengandalkan dirinya sendiri, berusaha keras tanpa pertolongan orang lain, serta diberikan kebebasan untuk mengambil keputusan penting bagi dirinya akan meningkatkan motivasi berprestasi yang tinggi.
5. Praktik pengasuhan anak Pengasuhan anak yang demokratis, sikap orang tua yang hangat dan sportif, cenderung menghasilkan anak dengan motivasi berprestasi yang tinggi atau sebaliknya, pola asuh yang cenderung otoriter menghasilkan anak dengan motivasi berprestasi yang rendah.

2.2 Prestasi

Prestasi adalah hasil yang dicapai seseorang dalam suatu usaha atau kegiatan, baik itu dalam bidang akademik, olahraga, seni, atau bidang lainnya. Prestasi ini seringkali dijadikan ukuran keberhasilan seseorang dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Prestasi adalah tujuan akhir yang ingin diraih seseorang untuk membuktikan adanya keberhasilan yang telah diraihinya dalam sebuah usaha dan juga latihanyang telah dilaluinya. Prestasi merupakan kumpulan hasil akhir dari suatu pekerjaan yang telah dilakukan (Syafi'I, Ahmad, dkk. 2018).

Prestasi dalam kamus besar bahasa Indonesia dijelaskan bahwa prestasi adalah hasil karya yang dicapai. Menurut Sri Indra Maiyanti dkk (2012:7) berpendapat bahwa prestasi adalah hasil yang telah dicapai dari yang telah

dilakukan atau dikerjakan. Prestasi dapat dicapai dari individu seseorang atau yang mewakili suatu kelompok tertentu.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia dikatakan bahwa pembinaan ialah sebuah usaha, tindakan dan kegiatan yang dilakukan secara berdaya guna dan berhasil guna untuk memperoleh hasil yang baik. Pencapaian prestasi akan mudah dicapai apabila pada tahap pengembangan multilateral dan pengembangan spesialisasinya juga dilakukan dengan benar. Artinya, untuk mencapai prestasi tinggi atau maksimal ditentukan oleh kualitas latihannya dimana didalamnya terlibat pelatih dan atlet itu sendiri

Seseorang biasanya membandingkan diri dari seberapa banyak medali yang telah ia peroleh dengan temannya. Hal ini membuat para atlet terus menerus memaksimalkan diri dalam setiap ajang agar mendapatkan medali terbaik. Menurut Sri Indra Maiyanti dkk (2012: 7) para atlet ada yang mengukur keberhasilan melalui jumlah medali yang diperoleh pada suatu *event* kejuaraan, ada yang melihat prestasi secara lebih mendalam pribadi perkembangan atlitnya secara individu, ada yang mengaitkan dengan dukungan pemerintah dan kepedulian masyarakat pada suatu daerah dan lainnya. Pencapaian prestasi akan mudah dicapai apabila pada tahap pengembangan multilateral dan pengembangan spesialisasinya juga dilakukan dengan benar. Artinya, untuk mencapai prestasi tinggi atau maksimal ditentukan oleh kualitas latihannya dimana didalamnya terlibat pelatih dan atlet itu sendiri. Resky Ana Abadi. (2018)

2.3 Hakikat Karate

2.3.1 Pengertian Karate

Ilmu bela diri sebenarnya sudah dikenal semenjak manusia ada, hal ini dilihat dari peninggalan sejarah purbakala antara lain: kapak-kapak batu, lukisan-lukisan binatang yang dibunuh dengan senjata seperti tombak dan panah. Bela diri pada waktu itu hanya bersifat mempertahankan diri dari gangguan binatang buas dan alam sekitarnya. Hingga seiring perkembangan

jaman jadi makin modern. Beladiri yang satu ini sudah populer diberbagai negara termasuk di Indonesia. Karate merupakan seni bela diri yang hanya mengandalkan kekuatan tangan dan kaki tidak menggunakan senjata. Karate adalah seni beladiri yang berasal dari negara sakura yaitu Jepang. Menurut Ivan dalam Indrajaya (2017: 3) karate berasal dari dua kata dalam huruf kanji “*kara*” yang bermakna kosong dan “*te*” berarti tangan, sehingga makna keduanya “tangan kosong”. Karate merupakan suatu seni beladiri yang memiliki pengertian tangan kosong atau tanpa menggunakan senjata yang dapat dimanfaatkan sebagai pengembangan karakter dalam proses latihan, olahraga ini tidak hanya berlatih untuk fisik ataupun prestasi dan juga sebagai wadah dalam pembentukan spritual, mental serta kepribadian seorang karateka.

Beladiri karate menggunakan seluruh anggota tubuh dalam setiap pergerakannya seperti halnya memukul, menangkis, menendang, mengelak, maju, mundur, menatap dan bergerak bebas kemanapun dengan tujuan melindungi diri. Adapun gerakan pada karate memiliki 3 unsur dasar yaitu kihon, kata, dan kumite. (1). *Kihon* merupakan gerakan dasar yang dilakukan sebelum mengenal gerakan kata maupun kumite (*sparing*) seperti gerakan menangkis, memukul dan menendang. Gerakan *kihon* harus mampu dikuasai agar dapat menguasai gerakan kata maupun kumite. (2). Kata merupakan gerak pada karate dan salah satu unsur seni, gerakan kata ini juga suatu paduan gerak dalam bela diri, serta gerakan kata pada dasarnya memerlukan *power* (3). Kumite (*sparing*) merupakan suatu unsur gerakan yang membutuhkan serangan dan partner untuk melontarkan gerakan *kihon*.

2.3.2 Tingkatan karate

Dalam bela diri karate sabuk memiliki peranan penting untuk melihat tingkatan Atau sudah seberapa lama kah orang tersebut dalam mengikuti bela diri ini. Dalam karate sabuk memiliki warna yang beragam dan juga arti serta tingkatan yang berbeda-beda. Warna sabuk atau yang dikenal sebagai “*Obi*” dalam bahasa karate memiliki makna yang mendalam karena

dapat membedakan pengalaman dan menunjukkan kelompok mana yang harus dihormati dan harus dibina dalam kelompok yang lain. Tingkatan paling tinggi dalam karate adalah sabuk hitam dan yang paling rendah adalah sabuk putih. Pada karate sabuk yang memiliki warna lebih tua harus membimbing dan menaraikan sabuk yang lebih muda sementara itu sabuk yang lebih muda harus menghormati dan juga mengikuti arahan yang baik (hariadi & Warnani, 2021). Pada dasarnya sabuk karate ada enam warna, yang terendah adalah sabuk putih dan yang tertinggi adalah sabuk hitam. Tingkatan dan makna warna sabuk dalam karate adalah sebagai berikut (WKF, 2017):

1. Sabuk berwarna putih

Melambangkan kesucian dan kebersihan. Kemurnian dan kesucian inilah yang menjadi syarat utama bagi pemula untuk menerima dan mengolah hasil latihan dari instruktur. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan seorang karateka untuk berkembang bergantung pada arahan yang diberikan oleh sensei atau senpainya. Ketika pelatih memberikan pengetahuan atau nilai-nilai karate yang diperlukan, adalah tanggung jawab setiap murid untuk mempraktikkan apa yang diajarkan.

2. Sabuk kuning

Warna matahari diibaratkan seperti penampilan seorang karateka yang telah menjalani "hari baru", ia telah memahami semangat karate, menumbuhkan karakternya, dan juga tradisinya. dia diajari untuk bertanya. Istilah "sabuk kuning" mengacu pada tingkat akhir dari "ahli" yang sudah mulai mempelajari berbagai kegiatan kumite dan kadang-kadang maju ke kompetisi atau kompetisi.

3. Sabuk hijau

Tingkat sabuk *orange* membutuhkan pengetahuan tentang karate dan menjelaskan segala sesuatu yang berhubungan dengan perkembangan spiritual dan teknik gerakan yang diperoleh dengannya Karateka dengan

sabuk hijau melambangkan rumput dan pepohonan. Mengingat hijau adalah warna kebaikan dan kemajuan, para seniman bela diri sabuk hijau diharapkan dapat membawa kebaikan bagi lingkungannya seiring kemajuannya.

4. Sabuk biru

Menampilkan laut dan langit, menunjukkan bahwa semangat karateka harus memilikikedalaman laut dan luasnya langit. Hal ini menunjukkan bahwa para karateka siap untuk mulai mengambil resiko dan bersemangat untuk menghadapi rintangan. Mereka juga menikmati manfaat dari olahraga dan mempertahankan kontrol dan disiplin.

5. Sabuk coklat

Adalah warna bumi, berat dan kekuatan. Hal ini menunjukkan bahwa seorang karateka sabuk coklat harusnya mampu menunjukkankonsistensi perilaku, lebih berpengetahuan dibandingkan pemegang sabuk di bawahnya, dan menunjukkan perilaku protektifterhadap juniornya. Selain itu, ia juga harus rendah hati dan baik kepada orang lain.

6. Sabuk Hitam

Menaikkan derajat kebaikan di dunia dengan menggabungkan sikap keyakinan individu. Namun, seseorang yang menjadi pemegang sabuk hitam ternyata mempunyai tanggung jawab yang besar, bertentangan dengan aturan karate. Bertanggung jawablah atas semua yang telah Anda pelajari dan jadilah pemimpin bagi diri Anda sendiri dan anak remaja Anda. Karateka sabuk hitam harus mampu beradaptasi dengan lingkungan yang lebih sulit, secara teknis dan mental dibandingkan sabuk berwarna sebelumnya. Dan gabungkan teknik karate ke dalam kehidupan sehari-hari Anda.

2.3.3 Organisasi karate

Berikut adalah penjelasan mengenai organisasi karate yang diikuti. Karate telah menyebar ke setiap sudut dunia, dan seiring dengan ekspansi ini, orang-orang dari seluruh dunia telah mengambil seni bela diri baik sebagai olahraga kompetitif dan seni bela diri murni yang dapat mereka latih untuk pertumbuhan pribadi dalam seni bela diri. (Pedoman Karate, 2005:3). Secara garis besar berdasarkan sumber olahraga karate yang dilahirkan dari Negara Jepang dengan adat istiadat, perilaku sosial budaya serta sumber daya alam yang dimilikinya telah melahirkan 4 (empat) aliran besar atau biasa dikenal sebagai perguruan karate terdiri dari: *Shotokan, Shito Ryu, Goju Ryu, Wado Ryu*.

Induk Organisasi olahraga karate global yang melakukan koordinasi serta manajemen baik secara teknis juga nonteknis diwadahi dalam Federasi Olahraga Karate dunia atau dikenal dengan nama *World Karate Federation* (WKF). Sedangkan untuk tingkat Asia di mana Indonesia berada didalamnya diwadahi dalam Federasi Olahraga Asia atau *Asian Karate Federation* (AKF) (Pedoman karate, 2005:4). Berbagai jenis sekolah karate dilaporkan tumbuh di Indonesia. Di antara unit dan perguruan tinggi karate terkenal di Indonesia adalah yang didirikan oleh Gichin Funakoshi dari Shotokan, Chojun Miyagi dari Goju-Ryu, Hironori Ohtsuka dari Wado-Ryu, dan Kenwa Mabuni dari Shito-Ryu. Ada 25 gaya karate yang berbeda di Indonesia, yang memiliki genre Karate yang terdaftar oleh Federasi Olahraga Karate Indonesia (FORKI).

2.4 Pola Latihan

Latihan adalah suatu bentuk aktivitas untuk meningkatkan ketrampilan (kemahiran) berolahraga dengan menggunakan berbagai peralatan sesuai dengan tujuan dan kebutuhan cabang olahraganya (Sukadiyanto, 2015: 5). Seperti, susunan materi latihan dalam satu kali tatap muka pada umumnya berisikan sebagai berikut: (1) pembukaan/pengantar latihan, (2) pemanasan (*warming up*), (3) latihan inti, (4) latihan tambahan (suplemen), dan (5)

penutup (*cooling down*). Kurniawan (2011) Sedangkan pengertian latihan dari kata *training* menurut Sukadiyanto (2015: 6) adalah peningkatan dari suatu bentuk perencanaan untuk meningkatkan kemampuan berolahraga yang berisikan materi, teori, praktek, metode, dan aturan pelaksanaan sesuai dengan tujuan dan sasaran yang akan dicapai.

Pendapat lain juga mengatakan bahwa latihan merupakan suatu bentuk aktivitas olahraga yang sistematis dalam waktu yang lama, ditingkatkan secara progresif dan individual yang mengarah kepada ciri-ciri fungsi fisiologis dan psikologis manusia untuk mencapai sasaran yang telah ditentukan. Latihan merupakan proses yang sistematis digunakan untuk menyempurnakan kualitas kinerja olahragawan berupa: kebugaran, keterampilan, dan kapasitas energi dengan memperhatikan aspek pendidikan dan menggunakan pendekatan secara ilmiah. Berdasarkan berbagai pengertian latihan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa latihan adalah suatu kegiatan olahraga yang teratur, progresif dan bersifat individual yang bertujuan untuk meningkatkan kinerja fisik dan mental seseorang untuk meningkatkan keterampilan olahraga dengan menggunakan peralatan yang berbeda-beda sesuai dengan tujuan dan kebutuhan setiap cabang olahraga.

Menurut Rubianto Hadi (2011) Pelatih merupakan manusia model yang menjadi contoh dan panutan bagi anak didiknya terutama atlet-atlet yunior atau pemula, sehingga segala sesuatu yang dilakukan selalu menjadi sorotan atlet dan masyarakat pada umumnya. Oleh sebab itu seorang pelatih dituntut untuk dapat bersikap dan berperilaku yang baik sesuai dengan norma-norma yang ada di masyarakat. Sikap dan perilaku ideal yang harus ditampilkan / amalkan seorang pelatih antara lain: 1) perilaku, 2) kepemimpinan, 3) sikap sportif, 4) keseimbangan emosional, 5) ketegasan dan kepribadian, 6) humor, 7) kegembiraan berlatih, 8) hormati wasit, 9) hormati tim tamu, 10) perhatian pribadi, 11) berpikir positif, 12) larang judi, 13) mengisyukan orang 14) menggunakan wewenang Perilaku dan tabiat seorang pelatih harus bebas dari cela dan cela. Dia harus selalu ingat bahwa anak didiknya

maupun masyarakat menganggap dia sebagai manusia yang sempurna dan dijadikan model.

Hampir setiap gerak-gerik yang dilakukan oleh seorang guru atau pelatih akan diawasi oleh murid atau murid. Atlet muda terutama ia akan memperhatikan perilaku dan sikap pelatihnya maka dari itu sikap-sikap dari pelatih akan menunjukkan contoh yang baik atau yang buruk tergantung oleh sikap yang ditunjukkan para pelatih. Sikap pelatih akan menunjukkan watak dari seorang pelatih sehingga keindahan, rasa semangat dan kebijakan harus ditunjukkan. Pelatih adalah orang yang kuat yang harus mampu membimbing dan motivasi anak-anak asuhnya serta para pendamping asistennya. Iya juga harus terhubung dengan orang-orang yang berhubungan dengan para atletnya seperti orang tua para atlet. Pelatih juga harus mampu mengungkapkan perasaan dan pikirannya secara jujur dan terbuka kepada para atlet agar para atlet bisa berkembang.

2.5 Lingkungan

Faktor lingkungan merupakan unsur yang berasal dari luar diri manusia. Lingkungan murid bagi setiap orang ada tiga, yaitu lingkungan keluarga, lingkungan pendidikan, dan masyarakat. Pelatih hendaknya berusaha mengelola kelas, menciptakan lingkungan berlatih yang baik, dan berpenampilan indah untuk mendorong murid berlatih. Lingkungan fisik tempat latihan, sarana dan prasarana hendaknya ditata dan dikelola sedemikian rupa sehingga murid dapat bersenang-senang dan betah selama berlatih. Selain kebutuhan murid akan sarana dan prasarana, kebutuhan emosional dan intelektual juga harus dipenuhi. Misalnya, kebutuhan akan rasa aman mempunyai dampak yang signifikan terhadap motivasi belajar murid.

Kebutuhan akan kesuksesan, rasa hormat, pengakuan merupakan contoh kebutuhan psikologis yang harus dipenuhi untuk menciptakan dan memelihara motivasi belajar. Lingkungan belajar dapat mempengaruhi kemajuan belajar karena kita mengetahui bahwa kemajuan dipengaruhi oleh

lingkungan keluarga yang berasal dari orang tua atau saudara, selain itu kemajuan juga dipengaruhi oleh lingkungan latihan dimana sarana prasarana dan fasilitas latihan, alat – alat pembelajaran, bahkan cara pelatih mengajar pun akan terpengaruh, karena lingkungan sosial mempengaruhi kemajuan belajar, terlihat ruang sosial dan permainan akan mempengaruhi keberhasilan seseorang, apabila pengelolaan lingkungan tersebut lebih baik. Dengan cara ini, para murid juga akan mendapatkan manfaatnya, Lingkungan atau lazim juga disebut lingkungan hidup.

Menurut Awan Mutakin (2018) Khusus dilihat dari aspek manusia, maka lingkungan bisa dibedakan menjadi: 1) Lingkungan Alam (*Natural environment*), seluruh kondisi alam (gejala dan proses) yang hadir disekeliling manusia yang berpengaruh pada pertumbuhan (kuantitas dan kualitas) dan karakter manusia itu sendiri; 2) Lingkungan Sosial, (*social environment*), yaitu sesama manusia (individu atau kelompok) yang berada disekitar seseorang atau kelompok orang yang mempengaruhi pertumbuhan, perkembangan dan karakteristik seseorang atau kelompok yang bersangkutan; 3) Lingkungan Budaya, (*cultural environment*), yaitu segala kondisi budaya atau segala bentuk hasil cipta, rasa, karsa, dan karya manusia yang hadir disekitar seseorang atau kelompok orang yang bersangkutan.

2.6 Peranan Orang Tua

Keberhasilan seorang anak pada umumnya melalui prestasi yang dilatih ditempat latihan, namun keberhasilan tersebut dapat diraih dengan pengembangan usaha yang dilakukan orang tua di rumah kepada anak. Misalnya dalam bentuk pemberian perhatian, pengarahan, dan bimbingan latihan, mengupayakan fasilitas berlatih, dll. Pentingnya peran orang tua dalam keluarga turut menjaga keharmonisan antar anggota keluarga. Peran utama orang tua dalam program ini adalah membimbing anak agar mempunyai kehidupan yang berprestasi dalam bidang yang ditekuni karna anak akan menyerap energi baik di keluarga, sekolah dan masyarakat.

Menurut Nithy (2016: 46) yang dikutip dalam Risma Triwulandari T (2019) kebutuhan anak yang sangat mendasar yang perlu mendapat perhatian orang tua adalah:

1. Mereka membutuhkan kasih sayang, orang yang akan memberi dan menerima semua cinta yang dibutuhkan atau harus diberikan oleh anak.
2. Kebutuhan emosi mereka perlu dipenuhi, tempat mereka bisa menemukan kebahagiaan, semangat dan kedamaian, dukungan dan kritik, kepuasan hati dan spiritualitas.
3. Mereka membutuhkan perasaan aman, tempat yang bisa menjadi tujuan mereka dan menerima mereka apapun yang terjadi kepada mereka, orang yang mencintai mereka tanpa syarat.
4. Kebutuhan fisik mereka perlu diperhatikan, makanan, pakaian, istirahat, dan tidur

Menurut Ahmadi 3 (2005: 147) yang dikutip dalam Risma Triwulandari T (2019), hal-hal yang mempengaruhi perhatian orang tua sebagai berikut:

1. Pembawaan, hal ini berhubungan dengan tipe-tipe pribadi yang dimiliki oleh setiap orang tua. Tipe-tipe kepribadian yang berbeda pada orang tua akan berbeda pula sikapnya dalam memberikan perhatian kepada anak.
2. Latihan dan kebiasaan, walaupun orang tua mengalami kesukaran dalam memberikan perhatian, namun dengan adanya latihan sebagai usaha mencurahkan perhatian, maka lambat laun akan menjadi kebiasaan.
3. Kebutuhan, kemungkinan timbulnya perhatian karena adanya suatu kebutuhan-kebutuhan tertentu. Kebutuhan merupakan dorongan, sedangkan dorongan itu mempunyai suatu tujuan yang harus dicurahkan. Orang tua memberikan perhatian kepada anak disebabkan adanya tujuan yang hendak dicapai misalnya orang tua mengharapkan anaknya mengetahui suatu nilai yang berlaku.

4. Kewajiban, perhatian dipandang sebagai kewajiban orang tua sedangkan kewajiban memandang unsur tanggungjawab yang harus dipenuhi oleh orang tua.
5. Keadaan jasmani, tidak hanya kondisi psikologis tetapi kondisi fisiologis ikut mempengaruhi perhatian orang tua. Kondisi fisiologis yang tidak sehat akan berpengaruh pada usaha orang tua dalam mencurahkan perhatiannya.
6. Suasana jiwa, keadaan batin perasaan yang sedang berlangsung dapat mempengaruhi dapat mempengaruhi perhatian orang tua. Pengaruh tersebut bisa bersifat membantu atau malah menghambat usaha orang tua memberi perhatian.
7. Suasana sekitar, suasana dalam keluarga misalnya adanya ketegangan diantara anggota keluarga akan mempengaruhi perhatian orang tua.
8. Kuat tidaknya perangsang, dari objek dalam hal ini yang dimaksud adalah anak.

2.7 Penelitian Relevan

Berdasarkan kajian literatur *review* pada penelitian terdahulu dapat di ketahui hasil penelitian mencakup tentang faktor motivasi Penelitian yang relevan adalah suatu penelitian terdahulu yang hampir sama dengan penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang relevan digunakan untuk mendukung dan memperkuat teori yang sudah ada, di samping itu dapat digunakan sebagai pedoman/pendukung dari kelancaran penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini sebagai berikut:

- 2.7.1 Salsabilah (2023) “Eksplorasi Faktor Motivasi Karateka Dalam Seni Beladiri Karate Di Kota Pekanbaru” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Motivasi karateka dalam seni beladiri karate di Kota Pekanbaru tahun, Tidak terdapat perbedaan faktor motivasi karateka dalam seni beladiri karate di Kota Pekanbaru tahun 2023 berdasarkan jenis kelamin 2023, Terdapat perbedaan yang signifikan pada faktor-faktor motivasi karateka dalam seni beladiri karate di

Kota Pekanbaru tahun 2023 berdasarkan warna sabuk. Berdasarkan hasil analisis faktor motivasi karateka dalam seni beladiri karate di kota Pekanbaru berdasarkan warna sabuk, warna sabuk hitam memperoleh *mean* 158,48 yang dikategorikan sangat tinggi, sabuk warna coklat mendapatkan perolehan *mean* 154,94 yang dikriteriakan kategori tinggi, sabuk warna biru mendapatkan perolehan *mean* 151,72 yang dikriteriakan kategori tinggi, sabuk warna hijau mendapatkan perolehan *mean* 142,85 yang dikriteriakan kategori tinggi, sabuk warna kuning mendapatkan perolehan *mean* 131,90 yang dikriteriakan kategori tinggi, dan sabuk warna putih mendapatkan perolehan *mean* 127,91 yang dikriteriakan kategori sedang. Dilihat dari hasil analisis rata-rata setiap warna sabuk dapat disimpulkan semakin tinggi tingkat warna sabuk maka semakin tinggi pula tingkat motivasi karateka dalam seni beladiri karate di Kota Pekanbaru. Hasil analisis MANOVA sebesar $\text{sig} = 0,000$. Karena $\text{Sig.} = 0,000 < 0,05$ dapat dijelaskan bahwa dari penelitian mengenai perbandingan antara warna sabuk (Hitam, coklat, biru, hijau, kuning, dan putih) pada motivasi karateka dalam seni beladiri karate di Kota Pekanbaru tahun 2023 terdapat perbedaan yang signifikan terhadap faktor-faktor motivasi dalam seni beladiri karate.

- 2.7.2 Ningsih, Surya, dkk. (2021) “Motivasi Berprestasi Pada Atlet Karate Di *Dojo* Wadokai Pemko Langsa” Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui Motivasi berprestasi pada atlet karate di *Dojo* Wadokai Pemko langsa. Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui Motivasi berprestasi pada atlet karate di *Dojo* Wadokai Pemko langsa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *survey* dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Instrument yang digunakan adalah angket tertutup. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet di *dojo* Wadokai PEMKO Langsa yang berjumlah 32 orang, yang terdiri dari 9 orang perempuan dan 23 laki-laki. Hasil penelitian yang diperoleh dari faktor intrinsik dengan indikator pembawaan atlet dengan persentase 76,82% dan

berkategori tinggi, untuk indikator tingkat Pendidikan dengan persentase 64,58% dan berkategori tinggi, indikator pengalaman masa lalu dengan persentase 70,70% dan berkategori tinggi, indikator cita-cita dengan persentase 77,34% dan berkategori tinggi, indikator harapan dengan persentase 53,91% dan berkategori sedang. Untuk faktor ekstrinsik dengan indikator fasilitas yang tersedia dengan persentase 62,11% dan berkategori tinggi, indikator sarana dan prasarana dengan persentase 63,80% dan berkategori tinggi, indikator metode Latihan dengan persentase 53,33% dan berkategori sedang, indikator program Latihan dengan persentase 48,83% dan berkategori sedang, indikator lingkungan dengan persentase 63,54% dan berkategori tinggi. Dengan demikian hasil keseluruhan dari motivasi berprestasi atlet karate di Dojo Wadokai PEMKO Langsa dengan persentase 64,38% dan berkategori tinggi.

- 2.7.3 Wafiroh, Arina Nailul, dkk. (2022) “Hubungan Emosi dan Motivasi Terhadap Prestasi Olahraga Beladiri” Berdasarkan penelitian dan pembahasan studi literatur mengenai hubungan emosi dan motivasi terhadap prestasi olahraga beladiri memperoleh hasil aspek emosi memiliki peran yang lebih besar dibandingkan dengan aspek motivasi. Perbedaan cabang olahraga, jenis pertandingan, rentan usia serta tingkat pertandingan memberikan penegasan bahwa ke dua aspek tersebut memiliki hubungan terhadap prestasi olahraga beladiri. Perubahan psikis atlet akan menimbulkan gejala psikis didalamnya terdapat emosi positif dan emosi negatif. Bila emosi positif yang timbul maka akan berdampak baik bagi atlet bahkan akan memunculkan motivasi tambahan Namun apabila seorang atlet tidak dapat mengendalikan gejala psikis tersebut maka akan timbul emosi negatif yaitu marah, stress, gugup, dan takut menghadapi pertandingan sehingga atlet tidak dapat menampilkan penampilan yang baik. Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara emosi terhadap prestasi olahraga beladiri, dan motivasi terhadap prestasi olahraga beladiri. Penelitian ini

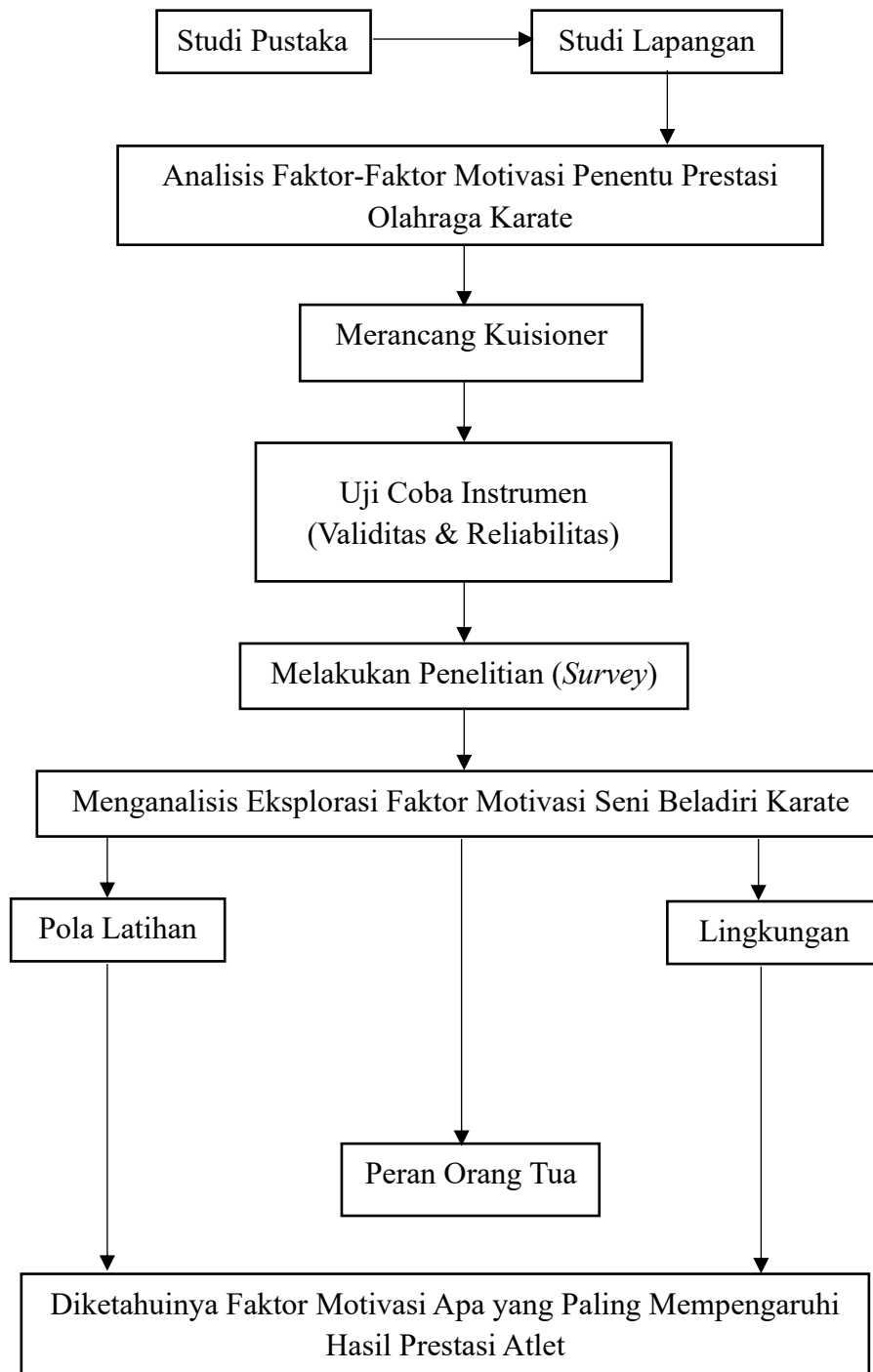
menggunakan metode Studi Literatur. Teknik pengumpulan data literatur menggunakan metode PICOT (*Population, Intervention and Comparison, Outcome, Time*) menggunakan serch engine google scholar dan portal garuda. Kata kuci yang digunakan adalah emosi, motivasi, prestasi olahraga beladiri. Cara menyeleksi data dalam penelitian ini menggunakan metode PRISMA, ditulis pada diagram *flow Literatur Review*. Analisis data menggunakan pendekatan tematik. Berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi memperoleh 7 jurnal dengan 4 jurnal membahas tentang emosi dan 3 jurnal membahas tentang hubungan motivasi terhadap prestasi. Aspek psikologi emosi memiliki hubungan terhadap prestasi olahraga beladiri sebesar 77,8%, 42,6% dan 78,6%. Aspek psikologi motivasi memiliki hubungan terhadap prestasi olahraga beladiri sebesar 42,5%, 90,2% dan 15%. Emosi memiliki hubungan yang lebih besar dibandingkan motivasi terhadap prestasi olahraga beladiri. Terdapat hubungan antara emosi dan motivasi terhadap prestasi olahraga biladiri. Emosi memiliki hubngan yang lebih besar dibandingkan dengan motivasi terhadap prestasi olahraga bela diri.

2.8 Kerangka Berfikir

Karate adalah seni bela diri yang terdiri dari pengulangan cepat dan urutan pertahanan tertentu. (Kabadayi et al., 2022) maka dari itu pola latihan yang tepat dapat membuat maksimalnya prestasi yang akan didapat. Peran pelatih sangat akan berpengaruh dalam proses latihan agar memotivasi para murid karate untuk terus bersemangat dalam menjalankan latihannya. Selain peran pelatih tidak kalah pentingnya keikutsertaan peran orang tua juga dibalik keberhasilan serta keberanian anak dalam menjalankan aktivitasnya peran orang tua juga sangat penting karna orang tua merupakan orang terdekat dari para atlet. Orang tua bisa memotivasi serta memberikan fasilitas untuk para atlet.

Lingkungan yang baik dan positif akan membuat anak menyerap energi positif begitu pula sebaliknya lingkungan yang buruk serta negatif akan

memberikan efek yang kurang maksimal dalam proses anak menuju prestasinya. Perlunya peranan pelatih dalam membangun suasana positif di tempat latihan, serta orang tua yang turut memberikan kenyamanan ketika dirumah kepada para atlet. Tentunya memilih pertemanan yang tepat dan suportif akan berpengaruh positif juga terhadap para atlet. Jika seorang atlet tidak memiliki teman di tempat latihan akan adanya kemungkinan atlet malas berlatih seiring dengan berjalannya waktu karna pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial. Manusia merupakan makhluk sosial yang hidup berkelompok saling membutuhkan satu sama lain. Sebagai makhluk sosial dan hidup berkelompok dalam kehidupan sehari-hari tentu tidak luput dari interaksi atau komunikasi menurut Ety Nur Inah (2013). Motivasi mengacu pada intensitas dan arah perilaku (Kondrič et al., 2013). Tiga elemen konstruksi motivasi motivasi intrinsik, motivasi ekstrinsik, dan motivasi adalah dasar dari variabel motivasi dalam olahraga. (Komarudin, 2017). Motivasi merupakan faktor yang menentukan seseorang dalam memilih kegiatan, sehingga ada sekali pengaruhnya terhadap pencapaian tujuan yang ingin dicapainya. Ditinjau dari asalnya motivasi dari dalam diri individu (intrinsik) dan motivasi dari luar individu (ekstrinsik) sangat bergantung pada individu. Motivasi murid Gojukai Pesawaran dalam penelitian ini akan diungkapkan melalui angket.



Gambar 2.2 Skema Kerangka Berfikir

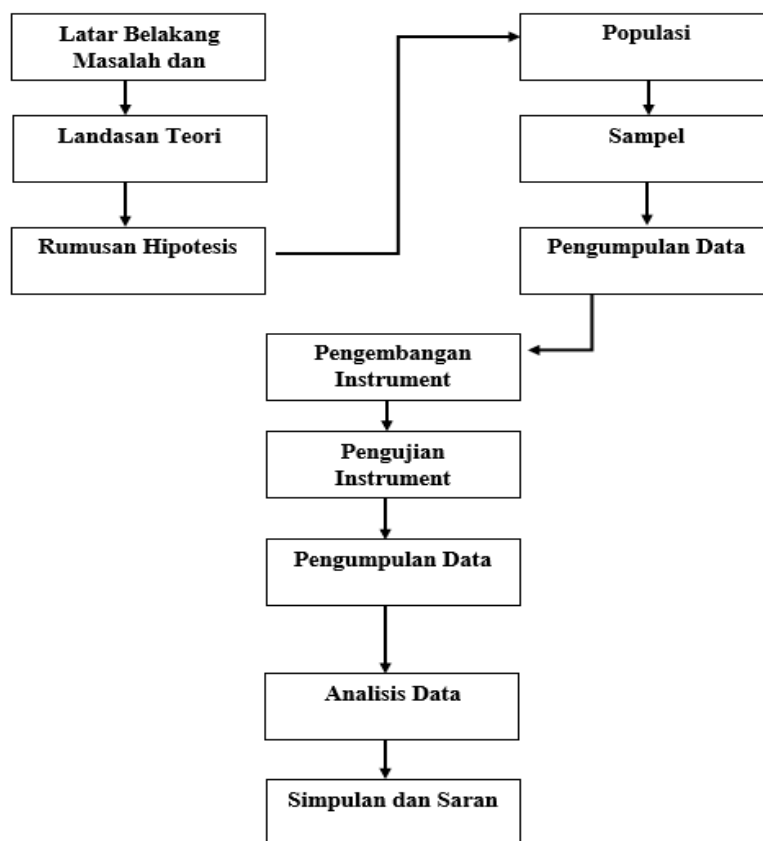
III. METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Menurut Sugiono (2019), metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Jadi, setiap penelitian mempunyai tujuan untuk menggambarkan, membuktikan, mengembangkan, menemukan, dan untuk menciptakan. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan menghasilkan data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik. Menurut Sugiyono (2013: 14) penelitian kuantitatif adalah penelitian yang digunakan meneliti populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Menurut Sukmadinata (2010:72) penelitian deskriptif adalah suatu bentuk penelitian yang paling dasar. Ditujukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan fenomena-fenomena yang ada, baik fenomena yang bersifat alamiah ataupun rekayasa manusia. Metode yang digunakan adalah metode *survey*.

Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 312), metode *survey* merupakan penelitian yang biasa dilakukan dengan subjek yang banyak, dimaksudkan untuk mengumpulkan pendapat atau informasi mengenai status gejala pada waktu penelitian berlangsung. Informasi yang diperoleh dari penelitian survei dapat dikumpulkan dari seluruh populasi dan dapat pula bagian populasi.



Gambar 3.1 Skema Desain Penelitian

3.2 Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian ini yaitu di tempat latihan Gojukai Pesawaran yang beramatkan di Jl. Cokro Suwarno, Sukaraja, Kec. Gedong Tataan, Kab. Pesawaran, Lampung 35366, Indonesia. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 20 bulan Januari 2025.

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

3.3.1 Populasi

Menurut Sugiyono (2015), populasi adalah wilayah generasialisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemungkinan ditarik kesimpulannya. Menurut Suharsimi Arikunto (2001), populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Maksud dari penelitian diatas adalah

keseluruhan individu yang akan dijadikan objek penelitian dan paling sedikit mempunyai sifat yang sama. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh murid aktif Gojukai Pesawaran sebanyak 30 orang.

3.3.2 Sampel

Sampel penelitian merupakan hal yang diperlukan peneliti untuk mendapatkan data dari sebuah penelitian. Menurut Suharsimi Arikunto (2010) sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Untuk penentuan jumlah sampel berpedoman pada yang dikemukakan oleh Arikunto (2010), bahwa apabila subyeknya kurang dari 100 lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika jumlah subyeknya besar dapat diambil antara 10 – 15% atau 20 – 25% atau lebih. Adapun dalam penelitian ini cara pengambilan sampel adalah dengan cara total sampling yaitu mengikut sertakan semua individu atau anggota populasi menjadi sampel (Suharsimi Arikunto, 2010). Sehingga dalam penelitian ini peneliti mengambil sampel penelitian populasi dimana adalah seluruh murid aktif Gojukai Pesawaran berjumlah 30 orang.

3.4 Definisi Operasional Variabel Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto, (2006:118) Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah motivasi dalam meningkatkan prestasi olahraga karate, definisinya operasionalnya yaitu dorongan dari dalam atau dari luar diri murid Gojukai Pesawaran, melalui instrumen dalam pengukuran yang menggunakan angket yang diarahkan kepada olahraga karate. Pengarahan itu lebih disempitkan lagi terhadap faktor yang terkandung dalam motivasi murid dalam mengikuti latihan yang lebih difokuskan pada motivasi ekstrinsik. Motivasi ekstrinsik adalah dorongan yang berasal dari luar individu yang menyebabkan individu berprestasi dalam mengikuti latihan olahraga karate yang ditunjukkan melalui empat variable dan masing-masing indikatornya yaitu:

1. Motivasi : (a) intrinsik (b) ekstrinsik

2. Pola latihan : (a) metode mengajar, (b) alat pelajaran (c) Karakter pelatih, (d) Latar belakang pelatih, (e) Sifat pelatih
3. Lingkungan : (a) lingkungan latihan, (b) Pertemanan, (c) Masyarakat
4. Peran orang tua : (a) Karakter orang tua, (b) Latar belakang orang tua, (c) Sifat orang tua

3.5 Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

3.5.1 Instrumen Penelitian

Instrumen atau alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket. Suharsimi Arikunto (2006: 195) menyatakan angket adalah sejumlah pertanyaan atau pernyataan yang digunakan untuk memperoleh informasi sampel dalam arti laporan pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui.” Menurut Sugiyono (2007: 142), “angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.”

Angket dalam penelitian ini adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda check list (√) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat. Skala bertingkat dalam angket ini menggunakan modifikasi skala Likert dengan empat pilihan jawaban yaitu, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Penilaian angket disajikan pada tabel sebagai berikut:

Tabel 3.1 Alternatif Jawaban Angket

Alternatif Jawaban	Butir	
	Positif	Negatif
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

Langkah-langkah dalam penyusunan instrumen penelitian menurut Sutrisno Hadi (1991: 7-11) sebagai berikut:

1. Mendefinisikan Konstrak

Konstrak dalam penelitian ini adalah motivasi murid olahraga karate Gojukai Pesawaran latihan dapat diukur menggunakan angket.

2. Menyidik Faktor

Berdasarkan kajian teori dan definisi konstrak, maka motivasi murid seluruh murid aktif Gojukai Pesawaran, yang meliputi, (1) Faktor Motivasi : (a) intrinsik (b) ekstrinsik, (2) Faktor pola latihan : (a) metode mengajar, (b) alat pelajaran, (c) Karakter pelatih, (d) Latar belakang pelatih, (e) Sifat pelatih

(3) Lingkungan : (a) lingkungan latihan, (b) Pertemanan, (c) Masyarakat, (4) Peran orang tua : (a) Karakter orang tua, (b) Latar belakang orang tua, (c) Sifat orang tua,

3. Menyusun Butir-Butir

Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data berupa angket atau kuisioner. Butir pernyataan harus merupakan penjabaran dari isi faktor-faktor yang telah diuraikan di atas, kemudian dijabarkan menjadi indikator-indikator yang ada disusun butir-butir soal yang dapat memberikan gambaran tentang keadaan faktor tersebut. Instrumen dalam penelitian ini diadopsi dari penelitian Salsabillah (2023), yang telah dimodifikasikan sesuai dengan faktor serta keadaan dilapangan.

3.5.2 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah dengan pemberian angket kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian. Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut:

1. Peneliti mencari data murid Gojukai Pesawaran
2. Peneliti menyebarkan angket kepada responden.

3. Selanjutnya peneliti mengumpulkan angket dan melakukan transkrip atas hasil pengisian angket.
4. Setelah memperoleh data penelitian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

3.6 Uji Validitas dan Reliabilitas

3.6.1 Uji Validitas

Dalam penelitian ini untuk menentukan validitas item soal dilakukan kontrol langsung terhadap teori-teori yang melahirkan indikator-indikator yang dipakai. Untuk uji validitas dilihat dari *logical validity* dengan cara judgment, yaitu dengan mengonsultasikan kepada dosen pembimbing yang ada di lingkungan program studi Penjaskes FKIP Unila.

3.6.2 Uji Reliabilitas

Reliabilitas instrumen ini mengacu pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut dinilai sudah baik (Suharsimi Arikunto, 2006: 41). Untuk memperoleh reliabilitas peneliti menggunakan rumus *Alpha Cronbach* (Suharsimi Arikunto, 2006: 47).

3.7 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini memakai deskriptif kuantitatif dengan menggunakan presentase tabel. Hasil ditampilkan dalam bentuk tabel. Analisis data dilakukan dengan tahap akumulasi jumlah skor yang didapat. Selanjutnya peneliti mencari besarnya skor rata-rata (*Mean*). Median (*Me*), Modus (*Mo*), Simpangan baku atau Standar Deviasi (*SD*). Pengkategorian dari kuesioner pilihan ganda yang didasarkan pada kurva normal, lalu dikelompokkan ke dalam lima kategori yaitu: (Sangat rendah, Rendah, Sedang, Tinggi, dan Sangat tinggi) yang mengacu pendapat Thoah (2003). Penilaian Acuan Norma (PAN) dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 3.2. Penilaian Acuan Norma (PAN)

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 SD < X$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Tinggi
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Rendah
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Rendah

Keterangan:

M : *Mean*

X : Skor yang diperoleh

SD : Standar Deviasi

Selanjutnya dapat dilakukan dengan menghitung presentase pada setiap indikator dengan menggunakan rumus yang dikemukakan oleh Sudjono (2011). Sebagai berikut:

$$\text{Rumus : } P = \frac{f}{n} \times 100$$

Keterangan:

P : Presentase yang dicari

n : Jumlah responden

f : Frekuensi

Penilaian Acuan Norma (PAN) digunakan untuk menentukan hasil belajar setiap murid dengan murid. Artinya, PAN digunakan bila peneliti ingin mengetahui kemampuan peserta didik di dalam komunitasnya seperti di kelas, sekolah, dan sebagainya. Alasan peneliti menggunakan PAN dengan kategori sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi ialah karena PAN menggunakan kriteria yang bersifat relatif, dalam arti tidak tetap dan tidak berubah-ubah disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan peneliti. Selain itu, peneliti memilih menggunakan Penilaian Acuan Norma

(PAN) karena penulis beranggapan bahwa tidak semua murid memiliki kesamaan dalam menjawab pertanyaan pada kuesioner.

Untuk menentukan kategori dalam penilaian pengelolaan hasil penelitian dengan kriteria konversi, menurut Suharsimi Arikunto (2006: 207), kemudian data tersebut diinterpretasikan ke dalam lima tingkatan, yaitu:

Tabel 3.3. Tingkatan Kategori

No	Interval	Kategori
1	81% - 100%	Sangat Tinggi
2	61% - 80%	Tinggi
3	41% - 60%	Sedang
4	21% - 40%	Rendah
5	0% - 20%	Sangat Rendah

V. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab IV, peneliti dapat menyimpulkan bahwa: karateka di Gojukai Pesawaran memiliki tingkat motivasi tinggi. Penjelasan di setiap faktor motivasi dengan indikator menjadi sebagai berikut:

- 5.1.1 Faktor pola latihan masuk kategori tinggi, dapat dirincikan berdasarkan indikator yaitu metode mengajar dengan kategori sangat tinggi, alat latihan dengan kategori sedang, karakter pelatih dengan kategori sedang, latar belakang pelatih dengan kategori sangat tinggi dan sifat pelatih dengan kategori tinggi.
- 5.1.2 Faktor lingkungan masuk kategori sedang, dapat dirincikan berdasarkan indikator yaitu lingkungan latihan dengan kategori rendah, lingkungan pertemanan dengan kategori sangat tinggi, dan lingkungan masyarakat dengan kategori tinggi.
- 5.1.3 Faktor orang tua masuk kategori tinggi, dapat dirincikan berdasarkan indikator yaitu karakter orang tua dengan kategori sedang, latar belakang orang tua dengan kategori sangat tinggi dan sifat orang tua dengan kategori tinggi.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas peneliti mengajukan saran sebagai berikut:

5.2.1 Bagi karateka

Karateka disarankan untuk belajar lebih banyak tentang ilmu psikologi, terutama tentang motivasi dalam beladiri karate. Hal ini dimaksudkan untuk mereka mempertahankan dan terus meningkatkan

motivasi mereka untuk berlatih sehingga mereka dapat mencapai tingkat kemampuan terbaik mereka. Dengan demikian, mereka akan mendapatkan manfaat yang signifikan bagi diri mereka sendiri. Karena motivasi yang tinggi, banyak hasil yang diperoleh. Hasil ini termasuk kondisi fisik yang lebih baik dan peningkatan kemampuan karateka, yang akan memungkinkan karateka untuk berpartisipasi dalam pertandingan nasional dan internasional.

5.2.2 Bagi Pelatih

Pelatih dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan untuk melihat bagaimana pendekatan kepelatihan yang lebih fleksibel dan personal sehingga meningkatkan motivasi atlet. Selain itu penelitian ini bisa menjadi referensi untuk menyusun program latihan yang lebih baik.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan bisa mengeksplorasi faktor eksternal lain yang memengaruhi motivasi berprestasi atlet, seperti dukungan dari pemerintah atau pemanfaatan teknologi dalam latihan. Penelitian perbandingan antara Gojukai Pesawaran dan dojo lain juga bisa memberikan wawasan lebih luas tentang faktor-faktor yang paling berpengaruh dalam membangun motivasi dan prestasi atlet karate.

DAFTAR PUSTAKA

- Abadi, Resky Ana. (2018). *Study of The Analysis of Karate Athletes Achievement in South Sulawesi*.
- Ahmadi, H. Abu. 2005. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Alif, Aulia., & Ali, Asfar. 2021. Peran Sarana Prasarana Terhadap Motivasi dan Prestasi Atlet (Studi Pada Dinas Kepemudaan Dan Olahraga Provinsi Riau). *JMBT (Jurnal Manajemen dan Bisnis Terapan)*, 3(2), 141- 150.
- Arikunto, Suharsimi. 2001. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta, Jakarta
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Deviani, Putri. 2017. *Motivasi Murid Kelas Viii Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Smp Negeri 2 Gamping Tahun 2016/2017*
- Efendi, Hastria. 2016. *Peran Psikologi Olahraga Dalam Meningkatkan Prestasi Atlet*. Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial Nol.Vol.1.
- Eka, Puspita. 2023. Pengaruh Faktor Lingkungan Terhadap Performa Atlet: Kajian Literatur. <http://edukasimu.org/>, 3(1), 1-22.
- Emral. (2017). *Pengantar Teori & Metodologi Pelatihan Fisik (Pertama)*. Kencana.
- Inah, Ety Nur. 2013. *Peranan Komunikasi Dalam Pendidikan*

- Fitriani, intan, dkk. (2022). *Pengaruh Latihan Karet Terhadap Kemampuan Lempar Lembing Pada Atlet Binaan Kota Lhokseumawe*. Flannery, M. (2017). Self-Determination Theory: *Intrinsic Motivation And Behavioral Change*. In *Oncology Nursing Forum* (Vol. 44, Issue 2, Pp. 155– 156). Oncology Nursing Society. <https://doi.org/10.1188/17.ONF.155-156>
- Gillespie K., Teranishi Martinez, C., & Bale, S. (2015). *Exercise Motivation*. *The International Journal Of Health, Wellness, And Society*, 4(2), 55–66. <https://doi.org/10.18848/2156-8960/Cgp/V04i02/41109>
- Hadi, Sutrisno. 1991. *Metodologi Research* Jilid 3. Andi Offset, Yogyakarta.
- Hamzah B. Uno. 2006. *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran*. PT Bumi Aksara, Jakarta.
- Hariadi, H., & Winarni, S. (2021). *Pengembangan Model Latihan Gerak Dasar Karate Melalui Modifikasi Permainan Tradisional Untuk Pemula*. *Jurnal Pedagogi Olahraga Dan Kesehatan*, 2(1), 34–43. <https://doi.org/10.21831/Jpok.V2i1.1799>
- Harsono. 2015. *Kepelatihan Olahraga Teori dan Metodologi*. PT. Remaj Rosdakarya.
- Ikhlusal, Satria Amal Adan. (2023). *Pentingnya Motivasi Belajar Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Murid*
- Indrajaya, M, I. 2017. *Tingkat Kondisi Fisik Cabang Olahraga Karate Kota Surabaya*
- Joko, Yohanes Saptono. 2016. *Motivasi dan Keberhasilan Belajar Murid*
- Juwendhitama, Zseztar. 2023. *7 Tingkatan Sabuk Karate Beserta Pengertiannya, Nomor Paling Tertinggi*.
- Kabadayı, M., Karadeniz, S., Yılmaz, A. K., Karaduman, E., Bostancı, Ö., Akyıldız, Z., Clemente, F. M., & Silva, A. F. (2022). *Effects Of Core Training In Physical Fitness Of Youth Karate Athletes: A Controlled Study Design*. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 19(10). <https://doi.org/10.3390/Ijerph19105816>
- Kondrič, M., Sindik, J., Furjan-Mandić, G., & Schiefner, B. (2013a). *Participation Motivation And Student's Physical Activity Among Sport Students In Three Countries*. In *Journal Of Sports Science And Medicine* (Vol. 12). <http://www.jssm.org>

- Komarudin. (2017). *Psikologi Olahraga* (Hidayat Yusuf, Ed.; 5th Ed.). Pt Remaja Rosdakarya
- Kurniawan, Ari Wibowo, dkk. (2021). *Psikologi Olah Raga*
- Kurniawan, Feri (2011), *Buku Pintar Olahraga*. Laskar Aksara. Jakarta.
- M. Chabib, Thoha. 2003. *Teknik Evaluasi Pendidikan*. PT. Raja Grafindo, Jakarta
- Maiyanti, S. I., Dwipurwani, O., & Yuliana, R. 2012. *Analisis Prestasi Atlet Olahraga Taekwondo Menggunakan analisis Jalur* (Studi Kasus Atlet Taekwondo-In di Karigamas Sport Club – Palembang. *Jurnal Penelitian Sains*, 1(A), 15102 – 7.
- Mears, J., & Kilpatrick, M. (N.D.). *Motivation For Exercise: Applying Theory To Make A Difference In Adoption And Adherence Learning Objective*. [Www.Acsm-Healthfitness.Org](http://www.Acsm-Healthfitness.Org)
- Morgan, C. T. & King, R. A. (1990). *Introduction to psychology*. Tokyo : Mcgraw hill.
- Mutakin, Awan. (2018). *Apa Lingkungan Itu?*
- Ningsih, O. S., Mistar, J., Rangkuti, Y. A., Kunci, K., Motivasi, :, & Karate, B. A. (2021). *Motivasi Berprestasi Pada Atlet Karate Di Unit Wadokai Pemko Langsa*. In *Jurnal Olahraga Rekreasi Samudra* (Jors) : Jurnal Ilmu Olahraga (Vol. 4, Issue 1). <https://ejurnalunsam.id/index.php/jors>
- Nithy., Theva. 2016. *Bijaksana Mengasuh & Menumbuh-Kembangkan Anak*. Jakarta: Indeks Jakarta
- Pintrich, P. R., & De Groot, E. V. 2003. *A Motivational Science Perspective on the Role of Student Motivation in Learning and Teaching Contexts*. *Journal of Educational Psychology*, 95(4), 667–686.
- Rahman, Amin Nur. 2013. *Motivasi Murid Kelas V Sekolah Dasar Negeri II Grenggeng Kecamatan Karanganyar Kabupaten Kebumen dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. (Skripsi) FIK UNY, Yogyakarta
- Triwulandari T, Risma. 2019. *Pengaruh Perhatian Orang Tua Terhadap Prestasi Belajar Murid Kelas V Sekolah Dasar Se-Kecamatan Malili Kabupaten Luwu Timur*

- Salahudin & Rusdin. (2020). *Olahraga Menurut Pandangan Agama Islam*
- Salsabilah (2023). *Eksplorasi Faktor Motivasi Karateka Dalam Seni Bela Diri Karate Kota Pekanbaru*
- Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- Sugiyono. 2013. *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- Sugiyono. 2019. *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- Sukadiyanto. 2015. *Pengembangan Tes Keterampilan Olahraga Woodball Untuk Pemula. Jurnal Keolahragaan*, 3(2), 228-240.