

BAB 2

TINJAUAN TEORITIS

2.1 Kajian Pustaka

2.1.1 Pengertian Motivasi.

Menurut Djamarah (dalam Afif, Rumini dan Nasuka, 2016) motivasi adalah gejala psikologis dalam bentuk dorongan yang timbul pada diri seseorang sadar atau tidak sadar untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu, Menurut Santrock (dalam Desriandi dan Suhaili, 2021) motivasi adalah proses memperkuat, mengarahkan dan mempertahankan perilaku. Menurut Purba, (2016) secara sederhana motivasi dapat diartikan sebagai suatu pendorong bagi seseorang untuk melakukan suatu tindakan.

Motivasi berasal dari kata motif yang dapat diartikan sebagai daya penggerak yang ada di dalam diri seseorang untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi tercapainya suatu tujuan. Bahkan motif dapat diartikan sebagai suatu kondisi *intern* (kesiap siagaan). Perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya *feeling* dan didahului dengan stimulus untuk mencapai adanya tujuan. Dalam kegiatan latihan, motivasi dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak di dalam diri atlet yang menimbulkan, menjamin kelangsungan dan memberikan arah kegiatan latihan, sehingga diharapkan tujuan dapat tercapai. Dalam kegiatan latihan, motivasi sangat diperlukan, sebab seseorang yang tidak mempunyai motivasi dalam latihan, tidak akan mau dan mungkin melakukan latihan.

Motivasi merupakan suatu perubahan energi yang dirangsang dengan stimulus dan membentuk perasaan/*feeling* sehingga berpengaruh kedalam suatu perbuatan yang dilakukan oleh individu untuk mencapai prestasi. Secara umum istilah motivasi mengacu kepada faktor-faktor dan proses-proses yang dimaksud untuk mendorong orang untuk beraksi atau untuk tidak beraksi dalam berbagai situasi. Motivasi berasal dari kata bahasa Latin “*movere*” yang artinya bergerak. Sebelum mengacu pada pengertian motivasi,

terlebih dahulu kita menelaah pengidentifikasian kata motif dan motivasi. Motif adalah daya penggerak dalam diri seseorang untuk melakukan aktivitas tertentu, demi mencapai tujuan tertentu. Dengan demikian, motivasi merupakan dorongan yang terdapat dalam diri seseorang untuk berusaha mengadakan perubahan tingkah laku yang lebih baik dalam memenuhi kebutuhannya. Seperti dalam latihan futsal di ekstrakurikuler SMPN 11 Tasikmalaya motivasi sangat diperlukan untuk memberikan dorongan, rangsangan dan semangat sehingga tujuan dari latihan bisa tercapai.

2.1.1.1 Ciri-ciri Motivasi

Menurut Komarudin (2015) berpendapat bahwa ada dua macam motivasi yaitu intrinsik dan ekstrinsik.

1. Motivasi Intrinsik

Bahwa ada dua komponen penting dalam motivasi intrinsik, motivasi intrinsik terletak di dalam individu lebih kepada tekanan eksternal, dan lebih jauh lagi, itu didorong oleh keinginan dalam tugas itu sendiri. Motivasi intrinsik adalah untuk mencari hal baru dan tantangan, untuk memperluas dan melatih kapasitas seseorang, untuk mengeksplorasi, dan untuk belajar. Motivasi intrinsik didefinisikan sebagai melaksanakan suatu kegiatan untuk kepuasan yang melekat dan bukan untuk beberapa konsekuensi lain yang terpisah. Ketika termotivasi secara intrinsik, seseorang bergerak dan bertindak untuk bersenang-senang atau tertantang bukan karena faktor eksternal, tekanan, atau imbalan.

2. Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik adalah motif-motif yang muncul setelah adanya rangsangan dari luar diri individu yang kemudian menyebabkannya bergerak menuju arah yang lebih baik. Motivasi ekstrinsik adalah dorongan yang berasal dari luar individu yang menyebabkan individu berpartisipasi dalam olahraga. Dorongan ini berasal dari sarana dan prasarana, metode latihan, pelatih, guru, orangtua, pembina, hadiah, sertifikat, penghargaan atau uang. Motivasi ekstrinsik dalam olahraga meliputi juga motivasi kompetitif, karena motif untuk bersaing memegang peranan yang lebih besar dari pada kepuasan

karena telah berprestasi baik. Kemenangan merupakan satu-satunya tujuan, sehingga dapat timbul kecenderungan untuk berbuat curang, kurang sportif, atau kurang jujur dan licik.

Berdasarkan uraian di atas, didapati bahwa ada dua macam motivasi yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Kedua motivasi tersebut tidak dapat berjalan sendiri, tetapi harus berjalan bersama-sama untuk mengarahkan tingkah laku individu, keduanya mempunyai hubungan untuk saling menguatkan dan saling melengkapi satu sama lain.

2.1.1.2 Macam-macam Motivasi

Menurut Rumhadi (2017) dilihat dari dasar pembentukannya motivasi dapat dibedakan menjadi dua macam yakni :

1. Motif bawaan adalah motif yang dibawa sejak lahir dengan demikian motivasi itu ada sejak manusia dilahirkan dan tanpa dipelajari. Contoh motif-motif ini diantaranya adalah sebagai turunan dari orang tua yang memiliki suatu kebiasaan dalam bidang pendidikan maupun dunia olahraga.
2. Motif-motif yang dipelajari adalah motif yang timbul karena dipelajari, berarti motif ini tidak ada dengan sendirinya pada diri manusia. Contoh motif ini dalam dunia olahraga adalah dorongan dari orang tua, pelatih dan lingkungan sekitar untuk belajar suatu cabang olahraga.

2.1.1.3 Cara Meningkatkan Motivasi

Dalam bidang apapun motivasi suatu hal yang penting bagi setiap individu. Dalam upaya untuk menjaga kestabilan tingkat motivasi atlet, maka di perlukan cara-cara untuk meningkatkan motivasi atlet.

Menurut Effendi (2016) dalam pertandingan ataupun latihan motivasi ini harus terjaga tetap tinggi agar hasilnya meningkat. Ada beberapa teknik untuk meningkatkan atau menaikkan motivasi atlet antara lain dengan teknik verbal, tingkah laku, insentif, supertisi, dan citra mental.

- 1) Teknik verbal berarti dalam memberi motivasi pada atlet dengan menggunakan tutur kata sebagai alatnya. Hal ini dapat dilakukan melalui pembicaraan, diskusi, pendekatan individual.

- 2) Teknik tingkah laku merupakan cara untuk memotivasi atlet melalui contoh atau keteladanan dari pelatih dalam tingkahlaku sikap perbuatan agar dicontoh oleh atletnya.
- 3) Teknik insentif yaitu cara memotivasi atlet dengan adanya iming-iming berwujud uang atau benda lain, namun dapat juga dalam bentuk hadiah.
- 4) Teknik supertisi merupakan kepercayaan akan sesuatu yang secara logis atau ilmiah tidak diterima, namun dianggap membawa keberuntungan dalam pertandingan/latihan.

2.1.1.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Motivasi

Banyak hal yang bisa mempengaruhi tinggi rendahnya motivasi seseorang baik dalam bidang akademik maupun dalam olahraga. Menurut Putri (2014) kurangnya motivasi seorang atlet akan mempengaruhi terhadap kualitas dirinya sendiri seperti kejenuhan dalam melaksanakan latihan serta anggota yang lainnya banyak yang tidak datang, salah satu penyebab dari faktor yang mempengaruhi seorang atlet. Menurut Hamachek (dalam Hana dan Yuwono, 2022) motivasi adalah kekuatan yang memberi energi, mengarahkan dan membantu kita untuk memilih perilaku yang paling tepat untuk mencapai tujuan kita. Motivasi adalah sebuah pendorong seseorang dalam bergerak atau bertingkah laku untuk mencapai tujuan atau arah yang diinginkan. Komponen motivasi ada dua: komponen dalam (*inner component*) dan komponen luar (*outer component*). Komponen dalam yakni segala sesuatu yang terjadi dalam diri seseorang berupa keadaan yang tidak seimbang atau adanya ketegangan psikologis, selain itu juga rasa tidak puas karena adanya harapan agar memperoleh pengakuan atau berbagai macam kebutuhan.

Berdasarkan pendapat ahli mengemukakan pengertian motivasi dari segi sudut pandang mereka, menyimpulkan bahwa motivasi adalah sebuah proses situasi yang mendorong diri kita baik dorongan eksternal maupun dorongan internal untuk melakukan suatu pergerakan pada tubuh kita dalam menentukan arah aktivitas terhadap upaya pencapaian kebutuhan atau

tujuan. Setelah kebutuhan itu terpenuhi motivasi itu akan kembali ke keadaan semula. Ada dua macam motivasi yaitu:

1. Motivasi intrinsik bersifat permanen, mandiri dan stabil dikarenakan dorongan dari dalam, kondisi kejiwaan, yang akan menentukan kuat atau tidaknya dan berlanung lama atau tidaknya motivasi tersebut. Motivasi intrinsik ada dua, yaitu:
 - a Motivasi intrinsik positif, yaitu keinginan untuk tumbuh dan berkembang, mengekspresikan diri, seperti ingin karir dalam berolahraga lebih baik, dan aktualisasi diri.
 - b Motivasi intrinsik negatif, berupa tekanan, ancaman, ketakutan, dan kekhawatiran, seperti takut tertinggal dengan teman-teman yang lain dalam tim.
2. Motivasi ekstrinsik yang umum adalah penghargaan seperti uang dan nilai, paksaan dan ancaman hukuman.
 - a Motivasi ekstrinsik positif, yaitu berupa hadiah, iming-iming yang membangkitkan, niat untuk berbuat sesuatu, seperti bonus jika menang pertandingan.
 - b Motivasi ekstrinsik negatif, yaitu sesuatu yang dipaksakan dari luar agar orang menghindari dari sesuatu yang tidak diinginkan, seperti kena sanksi atau hukuman ketika terlambat masuk kelas/latihan.

2.1.2 Latihan

Latihan menurut Harsono (2015) adalah “Proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah beban latihan atau pekerjaannya”.

Mylsidayu & Kurniawan (2015) istilah latihan berasal dari dua kata dalam bahasa Inggris yang dapat mengandung beberapa makna seperti: *practice*, *exercises*, dan *training*.

Pengertian latihan yang berasal dari kata *practice* adalah aktivitas untuk meningkatkan keterampilan (kemahiran) berolahraga dengan menggunakan berbagai peralatan sesuai dengan tujuan dan kebutuhan cabang olahraganya. Artinya, selama dalam kegiatan proses berlatih melatih agar

dapat menguasai keterampilan gerak cabang olahraganya selalu dibantu dengan menggunakan berbagai peralatan pendukung.

Pengertian latihan yang berasal dari kata *exercise* adalah perangkat utama dalam proses latihan harian untuk meningkatkan kualitas fungsi system organ tubuh manusia sehingga mempermudah atlet dalam penyempurnaan gerakannya. Susunan materi latihan dalam satu kali tatap muka berisi: pembukaan/pengantar latihan, pemanasan (*warning up*), latihan inti, latihan tambahan (suplemen), dan penutup (*cooling down*).

Pengertian latihan yang berasal dari kata *training* adalah suatu proses penyempurnaan kemampuan olahraga yang berisikan materi, teori, dan praktik, menggunakan metode dan aturan pelaksanaan dengan pendekatan ilmiah, memakai prinsip-prinsip latihan yang terencana dan teratur, sehingga tujuan latihan dapat tercapai tepat pada waktunya.

”Proses latihan adalah sebuah upaya yang dilakukan untuk memperoleh peningkatan kemampuan diri pada seorang atlet berdasarkan bentuk latihan yang dilakukannya”.(Sari, Hendrawan, Aditya, Dewi, 2020)

a. Faktor Yang Mempengaruhi Latihan

Setiap individu untuk mencapai suatu prestasi yang maksimal dibutuhkan banyak pengorbanan yang harus di tinggalkan mulai dari masa muda, waktu, tenaga serta keluarga. Setiap individu tidak akan mencapai apa yang di harapkan jika tidak mengorbankan hal tersebut. Menurut Sukadiyanto dan Muluk (2011) membagi faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kualitas latihan seorang atlet menjadi 2, yaitu:

1) Pelatih

Pelatih merupakan seseorang yang memiliki kemampuan profesional untuk membantu mengembangkan potensi atlet secara optimal dalam waktu relatif singkat. Faktor pelatih merupakan faktor dari luar dimana pelatih sebagai motivator seorang atlet sehingga ada dorongan dari luar dalam mencapai suatu prestasi.

2) Olahragawan/Atlet

Olahragawan merupakan seseorang yang menggeluti (menekuni) dan aktif melakukan latihan untuk meraih prestasi pada cabang olahraga yang dipilih. Faktor ini ada pada dalam diri seorang atlet itu sendiri dimana atlet harus bisa menanamkan keyakinan dalam melakukan latihan ataupun menekuni salah satu cabang olahraga sehingga dapat mencapai prestasi yang maksimal.

b. Tujuan Latihan

Harsono (2017) menjelaskan tujuan dan sasaran latihan adalah untuk membantu atlet dalam meningkatkan keterampilan dan prestasinya semaksimal mungkin. Untuk mencapai hal tersebut, ada empat aspek yang harus diperhatikan dan dilatih kepada atlet diantaranya: latihan fisik, latihan teknik, latihan taktik dan latihan mental. Serangkaian latihan harus berjalan dengan terstruktur dan kontinyu sesuai dengan program latihan yang telah disusun oleh pelatih. Dalam peran ini atlet dan pelatih harus mempunyai hubungan yang baik untuk mencapai tujuan dan sasaran yang telah ditargetkan.

2.1.3 Futsal

Futsal adalah permainan berupa regu terdiri atas 5 lawan 5, dan produktivitas setiap gol pertandingannya sangat cepat sehingga olahraga ini nyaman untuk ditekuni. Menang atau kalah dalam pertandingan dilihat dari tingkat baik buruknya pemain serta proses strategi dalam pertandingan. Menurut Mulyono (2017) futsal adalah salah satu cabang olahraga yang termaksud bentuk permainan bola besar. Sepak bola futsal yang dimainkan di dalam ruangan adalah olahraga berupa team dengan sifat dinamis. Sedangkan menurut Naser dan Ali (2016) pengertian futsal adalah sebuah versi sepakbola yang dimainkan di dalam ruangan lima melawan lima (satu penjaga gawang dan empat sebagai pemain) yang telah disetujui oleh badan pengatur sepak bola internasional atau yang biasa kita sebut (*Federation International de asosiasi football association*, FIFA 2014)

Menurut Lhaksamana (dalam Matitaputty, 2019) “futsal adalah olahraga yang dinamis dikarenakan bola secara bergulir cepat dari kaki ke kaki, dimana para pemainnya dituntut untuk selalu bergerak dan dibutuhkan ketrampilan yang baik dan determinasi yang tinggi. Beberapa macam-macam dasar dalam teknik yang sangat penting pada pertandingan futsal ialah *passing*. Dalam olahraga futsal, tujuannya adalah menggunakan kaki untuk mengarahkan bola ke gawang lawan untuk mencetak gol (Matitaputty, 2019). Futsal merupakan salah satu cabang olahraga keterampilan terbuka, karena stimuli untuk bertindak atau beraksi selalu berubah-ubah, dan memerlukan respon gerakan yang fleksibel sekarang ini permainan futsal sudah mengarah pada cara bermain yang efektif untuk menghasilkan kemenangan. Kerja sama tim dalam permainan futsal akan berjalan sesuai dengan strategi pelatih apabila setiap individu mampu melakukan teknik dasar dengan baik dan benar (Idris, Kurniawan, & Dimiyati, 2020).

Futsal merupakan kependekan yang berasal kata *Futboll* dan *Sala* merupakan bahasa spanyol yang berarti gedung. Awalnya permainan ini diperkenalkan pada tahun 1933 oleh Juan Carlos Ceriani Gravier yang berkebangsaan Argentina (Nemčić & Calleja-González, 2021).

2.1.4 Ekstrakurikuler

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan di luar jam sekolah, yang mampu memberi banyak pengaruh terhadap perkembangan kepribadian anak. Kegiatan ekstrakurikuler diluar kelas bertujuan agar peserta didik dapat lebih meningkatkan kemampuan tentang apa yang telah dan akan dipelajari dalam intrakurikuler, serta menyalurkan bakat minat dan membantu mewujudkan pembentukan watak pada peserta didik. Semua kegiatan ekstrakurikuler yang dikembangkan tersebut harus memuat dan menegaskan nilai-nilai karakter yang dikembangkan dalam setiap bentuk kegiatan yang dilakukan. Meskipun secaraimplisit kegiatan ekstrakurikuler sudah mengandung nilai-nilai karakter, namun tetap harus diungkap secara eksplisit serta direfleksikan dan ditegaskan kembali di akhir kegiatan, agar peserta didik sadar dan paham.

Regulasi yang mengatur tentang kegiatan ekstrakurikuler di satuan pendidikan adalah Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Permendikbud) Nomor 62 Tahun 2014, yang menjelaskan bahwa di dalam kurikulum 2013 kegiatan ekstrakurikuler dibedakan menjadi ekstrakurikuler wajib dan ekstrakurikuler pilihan. Kegiatan ekstrakurikuler wajib adalah Kegiatan ekstrakurikuler yang wajib diselenggarakan oleh satuan pendidikan dan wajib diikuti oleh seluruh peserta didik. Sedangkan yang dimaksud dengan ekstrakurikuler pilihan adalah kegiatan ekstrakurikuler yang dapat dikembangkan dan diselenggarakan oleh satuan pendidikan dan dapat diikuti oleh peserta didik sesuai bakat dan minatnya masing-masing.

Kegiatan ekstrakurikuler ini berfungsi sebagai sarana untuk menyalurkan bakat berpotensi, kreatifitas dan pikirannya dalam berbagai hal yang bermanfaat dan bertujuan untuk menyalurkan bakat dan minat yang dimiliki oleh seluruh siswa dengan maksud menjaring siswa-siswi yang kompeten sejak dini, sehingga dapat dilakukan secara berjenjang dan juga kemungkinan memberikan perkembangan sosial, kultural, dan keterampilan yang dapat dimanfaatkan sebagai anggota masyarakat untuk mengembangkan dirinya dan lingkungan masyarakat. Berdasarkan observasi penulis yang dilakukan pada saat jadwal latihan berlangsung, menunjukkan bahwa atlet ekstrakurikuler futsal di SMPN 11 Tasikmalaya semangat bermain olahraga futsal, walaupun fasilitasnya belum cukup baik disekolah.

Dalam diselenggarakannya pelajaran ekstrakurikuler para siswa mendapatkan kebebasan dalam memilih dengan keinginan, minat, dan bakat terpendam dalam keterampilan dirinya, sehingga para siswa dapat juga mengembangkan kemampuannya pada aspek bidang olahraga tertentu tanpa batasan waktu. Dalam bidang ekstrakurikuler keterampilan atau minat siswa dianggap dapat mencapai keberhasilan.

a) Tujuan Pembinaan Ekstrakurikuler Futsal SMPN 11 Tasikmalaya

Wicaksono (2017) mengatakan bahwa pembinaan adalah usaha tindakan dan kegiatan yang dilakukan secara berdaya guna untuk

memperoleh hasil yang baik. Penerapan pembinaan pada dasarnya sebagai jembatan untuk menjalin hubungan interaksi dengan siswa. Maka dari itu tujuan dari pembinaan ekstrakurikuler futsal SMPN 11 Tasikmalaya yaitu untuk menjadikan wadah siswa untuk berlatih dan meraih prestasi diluar kegiatan kokurikuler. Hal ini sebagaimana terdapat dalam tujuan ekstrakurikuler yang tercantum dalam Permendiknas No 62 tahun 2014 bab 1 pasal 2 mengatur tentang kegiatan ekstrakurikuler pada pendidikan dasar dan pendidikan menengah merupakan kegiatan ekstrakurikuler diselenggarakan dengan tujuan untuk mengembangkan potensi, bakat, minat, kemampuan, kepribadian, kerjasama, dan kemandirian peserta didik secara optimal dalam rangka mendukung pencapaian tujuan pendidikan nasional.

b) Susunan Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMPN 11 Tasikmalaya

Adapun susunan anggota ekstrakurikuler futsal SMPN 11 Tasikmalaya yaitu :

Tabel 2.1 Susunan Anggota Ekstrakurikuler Futsal

No	Nama	Keterangan
1	Nana Herlambang, S. Pd	Guru/pelatih
2	Anggara Nur Aqila Fadiyahaya, S.Pd	Pelatih
3	Aldi Muhamad Pauji, S.Pd	Pelatih
4	Ariyanto Mirza	Pelatih
5	Fawaz Muhammad Shidiq	Kapten
6	Gian Safari Sudrajat	Atlet
7	Adi Fauzi	Atlet
8	M. Azka Nazhan	Atlet
9	M.Baldan Al ijaji	Atlet
10	Alif Firdaus	Atlet
11	Fachrizar Putra Pratama	Atlet
12	M. Rizki Repandi	Atlet
13	Andika Rama Fahlevi	Atlet

c) Prestasi Ekstrakurikuler SMPN 11 Tasikmalaya

Adapun berapa prestasi ekstrakurikuler futsal SMPN 11 Tasikmalaya yaitu:

Tabel 2.2 Prestasi Ekstrakurikuler

Nama	Kejuaraan	Mendali
Tim Futsal SMPN 11 Tasikmalaya	Liga Futsal Pendidikan Kota Tasikmalaya 2022	Juara 2 Antar SMP Sederajat

2.2 Penelitian yang Relevan

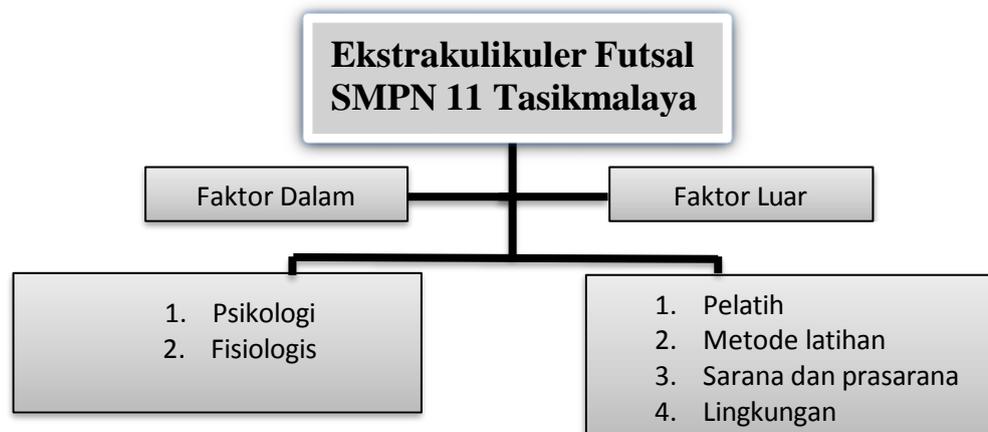
Penelitian yang penulis lakukan ini relevan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh beberapa peneliti terdahulu.

1. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini dilakukan oleh Oddie Gamma Ardiansyah dengan judul “Motivasi siswa kelas X dan kelas XI dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Sedayu Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta”. Hasil penelitian ini menunjukkan motivasi siswa kelas X dan kelas XI dalam mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMA N 1 Sedayu, secara terperinci menunjukkan motivasi siswa kelas X dan kelas XI memiliki kategori sangat baik yaitu sebanyak 3 orang sebesar 13,04%, kategori baik sebanyak 3 orang sebesar 13,04%, kategori cukup sebanyak 11 orang sebesar 47,82%, dalam kategori kurang sebanyak 5 orang sebesar 21,74%, sedangkan kategori sangat kurang sebanyak 1 sebesar 4,35%. Hasil penelitian yang dilakukan Oddie Gamma terdapat persamaan pada variabel penelitian dan metode penelitian tetapi ditemukan perbedaan populasi pada penelitian dari Oddie Gamma yang berjumlah 23 siswa.
2. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini dilakukan oleh Nunung Sulaiman dengan judul “Motivasi bermain futsal siswa kelas atas SDN Isola dalam kegiatan ekstrakurikuler futsal di lapangan futsal Gerlong Kecamatan Sukasari Kota Bandung tahun 2018”. Hasil penelitian dari motivasi siswa kelas atas peserta kegiatan ekstrakurikuler futsal SDN Isola Kecamatan Sukasari, Kota Bandung tahun 2018 dianalisis bahwa

sebanyak 1 siswa (3,57%) mempunyai motivasi dalam bermain futsal dengan kategori sangat tinggi, kemudian sebanyak 4 siswa (14,29%) dalam kategori tinggi, sedangkan sebanyak 17 siswa (60,71%) dalam kategori sedang, serta sebanyak 4 siswa (14,29%) dalam kategori rendah dan sebanyak 2 siswa (7,14%) dalam kategori rendah. Hasil dari penelitian Nunung Sulaiman terdapat persamaan dalam metode penelitian sedangkan variabel yang di gunakan dalam penelitian tersebut berbeda dengan variabel yang dipakai peneliti.

3. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini dilakukan oleh Anggara Nur Aqila Fadiyah. 2022 “Motivasi Latihan Atlet Atletik Nomor Lari Di Kabupaten Ciamis”. Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat motivasi atlet binaan atletik nomor lari di kabupaten ciamis dalam mengikuti latihan, baik motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan Instrumen penelitian berupa angket. Subjek penelitian adalah atlet atletik binaan kabupaten ciamis sebanyak 23 orang. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif dengan persentase. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa motivasi latihan atlet atletik nomor lari di kabupaten ciamis sebesar 70% berkategori tinggi.

2.3 Kerangka Konseptual



Gambar 2.1 Kerangka Konseptual

Ekstrakurikuler futsal SMPN 11 Tasikmalaya merupakan kegiatan diluar KBM, dengan adanya pembinaan ekstrakurikuler di SMPN 11 Tasikmalaya siswa yang mempunyai minat dan *skil* di futsal bisa di kembangkan dan bisa mendapatkan prestasi dengan adanya pembinaan ekstrakurikuler futsal. Setiap individu yang berada di ekstrakurikuler futsal harus mempunyai motivasi atau dorongan untuk melakukan latihan sehingga prestasi bisa dicapai dengan baik sesuai dengan apa yang di harapkan oleh atlet dan sekolah.

Motivasi merupakan suatu hal yang porsitif yang ada dalam diri atlet untuk lebih semangat dalam melakukan apapun, namun ada beberapa hal yang menghambat proses latihan atlet. Motivasi merupakan salah faktor yang berpengaruh dalam mencapaikan prestasi. Motivasi yang dimaksud yaitu motivasi dari luar dan dari dalam.

2.4 Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan dugaan jawaban tersebut merupakan kebenaran yang bersifat sementara yang akan diuji kebenarannya melalui data yang dikumpulkan dalam penelitian. Menurut Sugiyono (2019:99) Merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan.

Berdasarkan kerangka berpikir diatas, hipotesis dalam penelitian ini adalah motivasi latihan anggota ekstrakurikuler futsal SMPN 11 Tasikmalaya berkategori tinggi.