

MOTIVASI INTRINSIK PESERTA PUTRI SMA AL HIKMAH SURABAYA DALAM MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER BOLABASKET

Ami Laila

S-1 Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Surabaya, amilaila914@yahoo.co.id

Dr. Made Pramono, M.Hum

Abstrak

Motivasi adalah proses yang menjelaskan intensitas, arah, dan ketekunan seorang individu untuk mencapai tujuannya. Motivasi ada dua, yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi yang tercakup didalam situasi belajar dan memenuhi kebutuhan dan tujuan-tujuan siswa. Sedangkan motivasi ekstrinsik adalah bersumber dari luar diri individu untuk melakukan aktivitas olahraga. Timbulnya motivasi terhadap suatu objek ditandai dengan adanya rasa senang atau tertarik. Apabila motivasi peserta putri tinggi maka dapat diharapkan kegiatan ekstrakurikuler akan berlangsung dengan baik, tetapi sebaliknya kegiatan ekstrakurikuler akan berlangsung tidak baik. Dengan motivasi yang begitu kuat, sesuatu yang sulit menjadi mudah untuk melakukan, dan sesuatu yang berat menjadi ringan untuk dilaksanakan.

Ekstrakurikuler adalah kegiatan non-pelajaran formal yang dilakukan peserta didik sekolah atau universitas, umumnya diluar jam kurikulum standar. Dengan adanya ekstrakurikuler ditujukan agar siswa dapat mengembangkan kepribadian, bakat, dan kemampuannya diberbagai bidang diluar bidang akademik. Faktor yang mempengaruhi keberhasilan peserta dalam melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler di SMA Al Hikmah Surabaya salah satunya adalah motivasi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat motivasi intrinsik peserta dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket. Hasil penelitian ini menggunakan angket tertutup yang diberikan kepada semua peserta putri yang mengikuti ekstrakurikuler.

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan untuk menjawab rumusan masalah, diperoleh hasil perhitungan rata-rata persentase dari setiap indikator. Indikator pengetahuan indikator senang, indikator sehat dan bugar, indikator tantangan, indikator prestasi dengan kriteria sangat tinggi, dan untuk indikator keinginan dengan kriteria tinggi. Maka dapat disimpulkan bahwa tingkat motivasi peserta putri SMA Al Hikmah Surabaya dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket terbukti sangat tinggi.

Kata Kunci: Motivasi, Ekstrakurikuler, Intrinsik, dan Bolabasket

Abstract

Motivation is a process that explains the intensity, direction, and diligence in each individual to achieve their purpose. There are two kinds of motivation, intrinsic motivation and extrinsic motivation. Intrinsic motivation is include of students' learning motivation to fulfill their needs and their purpose. While extrinsic motivations, it is based on outside individual to do sport activity. Motivation appearing toward an object marks by feeling happy and interest in something. When the girl student motivation was high, it could make the extracurricular activity working good enough. But, if it was low, it could work contrary. With strong motivation, something hard became easy and something hard became light to do an activity.

Extracurricular is a non-formal education activity, do by students in school or university level besides curriculum standards' time. The purpose of extracurricular is to make the students can develop their personality and ability in every level besides academic level. One of factors which can influence students' success in extracurricular activity is motivation.

The study aimed to know the students' intrinsic motivation level in joining basketball extracurricular. The result was use reclusive questionnaire which given to all girl students in extracurricular.

Based on the result data analysis is done to answer formulation problem, the result show the average percentage calculation of each indicator. Knowledge indicator, interested indicator, healthy indicator, challenge indicator, achievement indicator with the highest criteria, and for pretension indicator with high

criteria. It can concluded that girl students' motivation level in SMA Al Hikmah Surabaya in joining basketball extracurricular proved very the highest by looking the result of study.

Key Words: Motivation, Extracurricular, Intrinsic, and Basketball

PENDAHULUAN

Olahraga mempunyai tujuan yang salah satunya adalah untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan rohani masyarakat melalui pembinaan dan pembangunan olahraga. Perkembangan dunia olahraga dewasa ini mengalami peningkatan dalam lingkungan masyarakat. Hal ini terdiri dari banyaknya orang melakukan aktivitas olahraga maupun sarana yang menunjang. Banyak cabang olahraga mulai mengalami peningkatan dalam kualitas permainan. Seperti olahraga bolabasket yang sangat populer di Indonesia. Bolabasket merupakan salah satu dari sekian banyak cabang olahraga yang memiliki komunitas dan peminat yang cukup banyak. Sekarang ini perkembangan olahraga bolabasket telah mengalami peningkatan yang sangat pesat, hal ini dapat dilihat dengan adanya pertandingan yang berupa kompetisi di berbagai kelompok umur.

Seiring dengan perkembangan zaman, olahraga bolabasket masuk ke dunia pendidikan. Karena olahraga bolabasket meraih antusiasme tinggi dikalangan pelajar, sehingga dimasukkan ke dalam ekstrakurikuler. Dengan kegiatan ekstrakurikuler ini siswa mampu menyalurkan bakat dan hobi dalam olahraga bolabasket.

Ekstrakurikuler adalah kegiatan non-pelajaran formal yang dilakukan peserta didik sekolah atau universitas, umumnya diluar jam kurikulum standar. Kegiatan-kegiatan ini ada pada setiap jenjang pendidikan dari sekolah dasar sampai universitas. Kegiatan ekstrakurikuler ditujukan agar siswa dapat mengembangkan kepribadian, bakat, dan kemampuannya diberbagai bidang diluar bidang akademik. Kegiatan ini diadakan secara swadaya dari pihak sekolah maupun siswa-siswi itu sendiri untuk merintis kegiatan diluar jam pelajaran sekolah. Kegiatan dari ekstrakurikuler ini sendiri dapat berbentuk kegiatan pada seni, olahraga, pengembangan

kepribadian, dan kegiatan lain yang bertujuan positif untuk kemajuan dari siswa-siswi itu sendiri.

Faktor yang mempengaruhi keberhasilan peserta dalam melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler di SMA Al Hikmah Surabaya salah satunya adalah motivasi dari peserta putri yang mengikuti ekstrakurikuler. Timbulnya motivasi terhadap suatu obyek ditandai dengan adanya rasa senang atau tertarik. Apabila motivasi peserta putri tinggi maka dapat diharapkan kegiatan ekstrakurikuler akan berlangsung dengan baik, tetapi sebaliknya kegiatan ekstrakurikuler akan berlangsung tidak baik. Dengan motivasi yang begitu kuat, sesuatu yang sulit menjadi mudah untuk melakukan, dan sesuatu yang berat menjadi ringan untuk dilaksanakan. Motivasi akan mendorong untuk mewujudkan keinginan. Motivasi diri datang dari diri sendiri bukan karena orang lain menyuruh untuk melakukan sesuatu, karena ambisi dan keinginan seseorang akan tergerak untuk menjadi lebih dari saat ini.

Berlandaskan pada hal tersebut diatas, peneliti ingin mengetahui bagaimana tingkat motivasi intrinsik dari peserta putri SMA Al Hikmah Surabaya untuk tetap bertahan dan terus berlatih bolabasket walaupun selama ini belum ada pencapaian prestasi kejuaraan yang mereka raih. Bagaimana peserta putri tersebut tetap konsisten dan tetap antusias berlatih selama ini.

A. Rumusan Masalah

Berdasarkan kajian pada latar belakang diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

"Bagaimana motivasi intrinsik peserta putri SMA Al Hikmah Surabaya dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket ?"

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui tingkat motivasi intrinsik peserta

putri SMA Al Hikmah Surabaya dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Menambah ilmu pengetahuan dari hasil penelitian tentang Motivasi intrinsik peserta putri SMA Al Hikmah Surabaya.

2. Manfaat Praktis

a. Sekolah

Dapat dipergunakan sebagai dasar untuk mengadakan ekstrakurikuler bolabasket.

b. Guru atau pelatih

Sebagai bahan masukan atau motivasi untuk meningkatkan ekstrakurikuler.

c. Siswa

Untuk meningkatkan motivasi peserta putri dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Al Hikmah Surabaya.

d. Peneliti

Merupakan pengalaman bagi peneliti untuk mengetahui dan membawa wawasan tentang ekstrakurikuler bolabasket sebagai syarat kelulusan.

D. Batasan Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang dan identifikasi masalah di halaman sebelumnya, penelitian ini hanya dibatasi pada permasalahan Motivasi intrinsik seperti apa yang mempengaruhi peserta putri SMA Al Hikmah Surabaya dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket.

E. Asumsi

Dalam penelitian ini perlu diajukan asumsi agar kesimpulan yang diambil nantinya dapat dipertanggungjawabkan. Beberapa asumsi tersebut antara lain peserta putri sama-sama mengetahui dan paham tentang olahraga bolabasket, serta peserta putri dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket karena memiliki tujuan tertentu.

METODE

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini termasuk penelitian dengan menggunakan metode pendekatan deskriptif kuantitatif. Alasan penelitian ini adalah karena

penelitian yang dilakukan dengan menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistika.

Penelitian dengan metode deskriptif adalah "penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan secara sistematis dan akurat fakta dan karakteristik mengenai populasi atau bidang tertentu. Data yang dikumpulkan bersifat deskriptif, tidak bermaksud mencari penjelasan, menguji hipotesis, membuat prediksi, maupun mempelajari implikasi (Saifudin, 2013: 5). Sedangkan penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai penelitian yang berlandaskan filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2008: 8).

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Menurut (Arikunto, 2006: 129) sumber data merupakan subjek dimana data dapat diperoleh. Pada penelitian ini menggunakan angket dalam pengumpulan data.

Sumber data untuk penelitian ini nantinya akan bertempat di SMA Al Hikmah Surabaya. Hari, Tanggal : Senin, 18 Juli 2016, pukul : 13.00 - 14.30.

C. Subjek Penelitian

Subyek penelitian yang digunakan adalah populasi. Sesuai dengan pendapat Arikunto yaitu apabila subyeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi, jika jumlah subyeknya besar/lebih dari 100, bisa diambil antara 10% - 15% atau 20% - 25% atau lebih. (Arikunto, 2006 : 134).

Jadi subjek penelitian ini adalah peserta putri kelas X dan XI yang aktif mengikuti ekstrakurikuler Bolabasket SMA Al Hikmah Surabaya sebanyak 28 peserta yang berusia 14 sampai 15 tahun. Latihan dilakukan seminggu sekali yaitu pada hari selasa pukul 13.00 -14.40.

D. Variabel dan Definisi Operasional

1. Variabel

Dalam penelitian ini terdapat satu variabel yaitu variabel bebas, variabel berupa motivasi intrinsik.

2. Definisi Operasional

- a. Motivasi Intrinsik adalah motivasi yang berasal dari diri dalam individu yang bersangkutan. Seseorang yang memiliki motivasi intrinsik akan relatif tetap melakukan tindakannya karena ia menikmati dan mendapatkan kepuasan dari tingkahlakunya. Sekalipun tidak ada dorongan atau hadiah dari luar. Individu yang memiliki motivasi intrinsik biasanya ulet dalam melaksanakan tugas (Maksum, 2008: 71)
- b. Ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan oleh peserta didik diluar jam belajar kurikulum standar sebagai perluasan dari kegiatan kurikulum dan dilakukan dibawah bimbingan sekolah dengan tujuan untuk mengembangkan kepribadian, bakat, minat, dan kemampuan peserta didik yang lebih luas atau diluar minat yang di kembangkan oleh kurikulum. Berdasarkan definisi tersebut, maka kegiatan di sekolah atau diluar sekolah yang terkait dengan tugas belajar suatu mata pelajaran bukanlah kegiatan ekstrakurikuler (Depdikbud, 2013).

E. Instrumen Penelitian

Ini menggunakan *instrument* yang berbentuk kuesioner (angket). "Angket adalah sekumpulan pertanyaan yang telah disusun sesuai dengan standar tertentu untuk mengumpulkan informasi" (Erman, 2009: 105). Dalam angket ini terdiri dari lima alternatif pilihan dikarenakan meminimalisir kecenderungan responden yang memilih alternatif yang ada ditengah, karena dirasa aman dengan pilihan jawaban dengan menggunakan skala linkert. Skala *linkert* merupakan metode persekelaan yang

menggunakan distribusi respon setuju-tidak setuju (Maksum, 2008 : 66)

Metode penyusunan perangkat angket. Dalam penelitian angket yang diberikan kepada sampel berisi aspek-aspek motivasi berpartisipasi Gauron, kemudian dijabarkan menjadi beberapa item pertanyaan, yang digunakan adalah angket adopsi dari Hadid Qomarianto Kusuma (2015) yang telah diuji validitas dan reliabilitas. Akan tetapi dalam pelaksanaannya nanti peneliti mengembangkan instrumen tersebut, serta menguji kevaliditasnya lagi sehingga hasil kualitas angket tersebut benar-benar valid, reliabel, dan relevan dengan penelitian kali ini.

Table 3.1 Kisi-kisi instrument

Variabel	Dimensi	Indikator	Item Pernyataan
Motivasi Intrinsik	Intrinsik	Senang	1, 15, 20, 17
		Sehat dan bugar	4, 6, 19, 16
		Prestasi	3, 7, 8
		Keinginan	2, 14, 9
		Pengetahuan	10, 11, 18
		Tatangan	5, 13, 12

(Meineni, 2011)

Langkah yang dipersiapkan meliputi, persiapan awal yang digunakan adalah menentukan sasaran yang akan di teliti. Dalam penelitian ini sasaran yang dituju adalah motivasi intrinsik peserta putri SMA Al Hikmah Surabaya dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket.

Prosedur pengembangan instrument :

1. Melakukan studi literature
2. Melakukan studi lapangan (empiris)
3. Mengidentifikasi dimensi-dimensi motivasi yang ada pada hasil studi literatur dan hasil studi lapangan
4. Menyusun kisi-kisi dimensi motivasi intrinsik peserta ekstrakurikuler olahraga bolabasket
5. Merumuskan draft instrumen dalam bentuk pernyataan dengan menggunakan skala likert, dengan konversi nilai :

- Sangat setuju (SS) = 5
- Setuju (S) = 4
- Kurang setuju (KS) = 3
- Tidak setuju (TS) = 2
- Sangat tidak setuju (STS) = 1

6. Melakukan validasi ahli draft instrument
7. Merumuskan instrumen.

F. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik yang penulis lakukan dalam mengumpulkan data antara lain dengan menggunakan angket. Angket adalah sejumlah pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi responden dalam arti laporan pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui (Arikunto, 2002: 151). Angket diberikan kepada siswa untuk mendapatkan pernyataan peserta putri yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket. Jenis angket yang diberikan adalah angket tertutup yang sudah disediakan jawabannya sehingga siswa tinggal memilih jawaban yang sudah ada.

G. Teknik Analisis Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini analisis deskriptif dan digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2008 : 147)

Dari hasil perhitungan pada akhir akan dilihat ke dalam kriteria penilaian yang dapat memberikan informasi seberapa besar tingkat motivasi siswa yang dimiliki di sekolah. Kriteria menurut (Arikunto, 2006 : 276)

Nilai-nilai di atas digunakan untuk menghitung angket dan melakukan penarikan kesimpulan. Data angket yang diperoleh dianalisis menggunakan statistik deskripsi, yaitu hasil persentase (%) per butir pertanyaan. Hasilnya dalam bentuk persentase pertanyaan atau responden peserta putri SMA AL Hikmah Surabaya dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket. Menurut Riduwan (2009:23) angket dihitung dengan cara menghitung frekuensi pemilih jawaban dari angket tersebut dengan rumus:

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

Keterangan:
P : Persentase

f : frekuensi
n : jumlah responden

Setelah dianalisis persentase perbutir pertanyaan, kemudian untuk menarik kesimpulan dari aspek-aspek yang ada dalam angket dilakukan analisis dengan menggunakan skala Likert, sebagai berikut:

$$\text{Persentase nilai perolehan butir} = \frac{\text{nilai perolehan}}{\text{nilai maksimum}} \times 100\%$$

Setelah didapatkan data prosentase tiap kategori jawaban dari responden, maka dibuat skala untuk menentukan batasan dari hasil jawaban sebagai berikut:

Table 3.3. Prosentase skor dan kategori jawaban peserta

No.	Prosentase	Kategori
1.	81%-100%	Sangat Tinggi
2.	61%-80%	Tinggi
3.	41%-60%	Cukup
4.	21%-40%	Rendah
5.	0%-20%	Sangat rendah

(Arikunto, 2002: 245)

Peneliti menggunakan kriteria diatas dikarenakan skala tersebut lebih mudah untuk digunakan dalam penarikan kesimpulan data angket yang telah dianalisis.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Uji coba instrumen dilakukan agar mempunyai instrumen yang baik. Sedangkan instrumen yang baik itu harus valid. dengan demikian kita perlu membahas bagaimana cara validasi angket ini. instrumen penelitian ini adalah angket yang digunakan untuk mendapatkan data tentang motivasi peserta putri SMA Al Hikmah Surabaya dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket.

Tabel 4.2 ini memaparkan rekapitulasi kesimpulan dari aspek-aspek yang ada dalam angket yang menggunakan skala Likert dengan rumus Persentase nilai perolehan butir = $\frac{\text{nilai perolehan}}{\text{nilai maksimum}} \times 100\%$ pada tabel 4.1.

Tabel 4.1 Kesimpulan dari aspek-aspek dalam angket

Pernyataan	Hasil	Kategori
Pernyataan 1	98%	Sangat

		Tinggi
Pernyataan 2	49, 2%	Cukup
Pernyataan 3	91%	Sangat Tinggi
Pernyataan 4	96%	Sangat Tinggi
Pernyataan 5	72, 1%	Tinggi
Pernyataan 6	93%	Sangat Tinggi
Pernyataan 7	66%	Tinggi
Pernyataan 8	87,1 %	Sangat Tinggi
Pernyataan 9	89%	Sangat Tinggi
Pernyataan 10	93%	Sangat Tinggi
Pernyataan11	93%	Sangat Tinggi
Pernyataan 12	86,4%	Sangat Tinggi
Pernyataan 13	86%	Sangat Tinggi
Pernyataan 14	89, 2%	Sangat Tinggi
Pernyataan 15	80%	Tinggi
Pernyataan 16	74, 2%	Tinggi
Pernyataan 17	92, 1%	Sangat Tinggi
Pernyataan 18	89%	Sangat Tinggi
Pernyataan 19	91, 4%	Sangat Tinggi
Pernyataan 20	92, 1%	Sangat Tinggi

Berdasarkan perhitungan diatas, dapat diketahui bahwa untuk pernyataan nomor 1, 3, 4, 6, 8, 9, 10,11, 12, 13, 14, 17, 18, 19, dan 20 mendapatkan kategori sangat tinggi, sedangkan untuk pernyataan nomor 5, 7, 15, dan 16 mendapatkan kategori tinggi, dan untuk pernyataan nomor 2 mendapatkan kategori cukup.

B. Pembahasan

Hasil yang diperoleh pada penelitian ini telah sesuai berdasarkan prosedur. Penelitian ini dilaksanakan di SMA Al Hikmah Surabaya. Penelitian ini menggunakan angket untuk

menjawab rumusan masalah penelitian, yaitu tentang tingkat motivasi instrinsik peserta putri yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Al Hikmah Surabaya. Angket ini terdiri dari 20 pernyataan yang dibedakan berdasarkan indikator yang telah ditentukan, yaitu meliputi indikator senang, sehat dan bugar, prestasi, keinginan, pengetahuan, dan tantangan. Angket ini terdiri dari lima alternatif pilihan yang menggunakan skala *Likert* untuk mengukur tingkat motivasi. Setelah mendapatkan jawaban, data dianalisis untuk mengetahui tingkat motivasi instrinsik peserta.

1. Berdasarkan hasil perhitungan, rata-rata persentase indikator senang memperoleh 90, 5% dengan kategori sangat tinggi. Ini membuktikan bahwa tingkat motivasi peserta mengikuti ekstrakurikuler bolabasket dikarenakan memang senang olahraga bolabasket, untuk mengisi waktu luang, untuk menghilangkan rasa penat, dan ingin mendapatkan kegembiraan.
2. Rata-rata persentase indikator sehat dan bugar 88, 65% dengan kategori sangat tinggi. Ini membuktikan tersebut peserta termotivasi mengikuti eksrtakurikuler bolabasket agar tubuh tetap bugar, agar tubuh tetap sehat, untuk meningkatkan kemampuan fisik, dan ingin menurunkan berat badan.
3. Rata-rata persentase indikator pestasi 81, 3% dengan kategori sangatt tinggi. Ini membuktikan tersebut peserta termotivasi mengikuti eksrtakurikuler bolabasket agar bisa berprestasi dalam bidang olahraga bolabasket, kemenangan selalu menjadi utama dalam mengikuti ekstrakuler bolabasket, dan semenjak mengikuti ekstrakurikuler nilai selalu baik pada saat ujian praktik bolabasket.
4. Rata-rata persentase indikator keinginan 75, 8% dengan kategori tinggi. Ini membuktikan tersebut peserta termotivasi mengikuti eksrtakurikuler bolabasket karena ingin menjadi pelatih basket, ingin keterampilan olahraga basket meningkat, dan ingin menjadi pemain bolabasket yang hebat.

5. Rata-rata persentase indikator pengetahuan 92% dengan kategori sangat tinggi. Ini membuktikan tersebut peserta termotivasi mengikuti ekstrakurikuler bolabasket agar pengetahuan bolabasket meningkat, ingin mengetahui teknik dasar bolabasket, dan ingin belajar hal baru.
6. Rata-rata persentase indikator tantangan 81,5% dengan kategori sangat tinggi. Ini membuktikan tersebut peserta termotivasi mengikuti ekstrakurikuler bolabasket karena keterampilan biasa-biasa saja, ingin mendapatkan tantangan dalam bermain bolabasket, dan merasa tertantang untuk meningkatkan permainan apabila dalam ekstrakurikuler bolabasket temannya lebih baik.

Tabel 4.2 Peringkat per indikator

Indikator	Hasil	Kategori
Pengetahuan	92%	Sangat Tinggi
Senang	90,5%	Sangat Tinggi
Sehat dan Bugar	88,65%	Sangat Tinggi
Tantangan	81,5%	Sangat Tinggi
Prestasi	80,7%	Sangat Tinggi
Keinginan	75,8%	Tinggi

Hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat motivasi peserta putri SMA Al Hikmah Surabaya dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket terbukti sangat tinggi. Dengan demikian motivasi masing-masing peserta dapat mempengaruhi dan menggerakkan peserta dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket. Selain itu motivasi merupakan kondisi psikologis yang dapat mendorong peserta untuk melakukan sesuatu. Hal ini sejalan dengan pendapat

Mc. Donal (dalam Hamalik, 2001: 158) bahwa motivasi itu mengawali terjadinya perubahan energi pada diri setiap individu manusia. Perkembangan motivasi akan membawa beberapa perubahan energi yang ada di dalam system *neuropsychological* yang ada pada organisme manusia. Karena menyangkut perubahan energi manusia (walaupun muncul dari diri dalam manusia), perwujudannya akan menyangkut kegiatan fisik manusia.

Setelah mengetahui peringkat setiap indikator dapat diketahui prosentase total per indikator yaitu 84,95%. Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat motivasi peserta putri SMA Al Hikmah Surabaya dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket termasuk kategori sangat tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan keadaan di tempat penelitian dimana SMA Al Hikmah Surabaya sangat mendukung akan kegiatan ekstrakurikuler bolabasket dengan cara menyediakan sarana prasarana ekstrakurikuler bolabasket yang baik, pelatih yang berpengalaman, dan pembinaan siswa untuk mengikuti ekstrakurikuler. Sehingga hal ini membutuhkan motivasi peserta putri dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket dengan baik.

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab IV maka dapat disimpulkan bahwa tingkat motivasi peserta putri SMA Al Hikmah Surabaya dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket terbukti sangat tinggi.

B. Saran

Sesuai kesimpulan yang didapatkan dan apa yang penulis temukan dalam penelitian ini, maka penulis sampaikan saran sebagai berikut:

1. Bagi peserta atau atlet disarankan agar selalu termotivasi dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket, karena kegiatan ini memiliki banyak manfaat, dan motivasi ini dapat mempengaruhi orang lain.

2. Bagi guru atau Pembina disarankan memperhatikan faktor intrinsik dan ekstrinsik peserta agar termotivasi untuk mengikuti ekstrakurikuler dengan baik. Dukungan untuk menggerakkan motivasi ekstrinsik peserta dapat dilakukan dengan memberikan jam terbang peserta dalam mengikuti kompetisi diluar sekolah dan mendatangkan beberapa pemain professional.
3. Diperlukan suatu usaha dan peran serta baik dari siswa, orang tua maupun sekolah untuk menumbuhkan dan meningkatkan motivasi peserta dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolabasket dalam proses latihan berlangsung dengan baik.
4. Penelitian ini perlu dikembangkan lagi sehingga dilakukan penelitian sejenis disarankan mengambil subjek yang luas.
5. Lebih ditingkatkan *event* bolabasket untuk meningkatkan profesionalisme dan kemampuan atlet bolabasket umumnya dan kemampuan serta mutu peserta putri SMA Al Hikmah Surabaya.

- Maksum, Ali. 2007. *Psikologi Olahraga*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Maksum, Ali. 2008. *Psikologi Olahraga*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Meineni, Tri. 2011. *Motivasi Dominan yang dimiliki Siswa Dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Basket Di SMAN Se-Kota Kediri*. Skripsi Mahasiswa yang tidak dipublikasikan. Surabaya: UNESA.
- Mylsidayu, Apta. 2014. *Psikologi Olahraga*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Oliver, Jon. 2007. *Dasar-Dasar Bola Basket*. Human Kinetics: Intan Sejati.
- Perbasi. 2010. *Pertauran Resmi Bolabasket 2010*. (Online), <http://www.Perbasi.Or.Id/Index.Php?Ref=Peraturan&Kat=Peraturanfiba>, (diunduh 15 february 2016).
- Purwanto, Ngalm. 2006. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya Offset.
- Riduwan. 2009. *Metode dan teknik menyusun proposal penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Sardiman, 2006. *Interaksi dan Motivasi belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sardiman, 2010. *Interaksi dan Motivasi belajar Mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Setyobroto, Sudibyo. 1989. *Psikologi Olahraga*. Jakarta: PT Anem Kosong Anem.
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Cetakan keempat, Bandung: Alfabeta.
- Tabrani, dkk. 1989. *Pendekatan Dalam Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Remadja Karya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Asdi Mahasatya.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arikunto, S. 2013. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Unik Ciptu.
- Azwar, Saifudin, 2013. *Metode Penelitian*. Cetakan ke XIV. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Elida, Prayitno 1989. *Motivasi Dalam belajar*. Jakarta: Depdikbud.
- Hamalik, Oemar. 2001. *Proses belajar Mengajar*. Bandung: Bumi Aksara.
- Sumber <http://id.wikipedia.org/wiki/ekstrakurikuler>. (Diakses 18/01/2016 12:30)
- Kustoro, Arif. 2014. *Motivasi Siswa SMP Negeri 22 Surabaya Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Bolabasket*. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya: PPs Universitas Negeri Surabaya.
- Latipah, Eva. 2012. *Pengantar Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: Pedagogia