

MOTIVASI BERLATIH DAN BERPRESTASI ATLET PERSATUAN ATLETIK SELURUH INDONESIA (PASI) KABUPATEN KEBUMEN DI ERA PANDEMI COVID-19

***Abror, Fransisca Januarumi Marhaendra Wijaya**

S1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

abrор.17060474033@mhs.unesa.ac.id, fransiscajanuarumi@unesa.ac.id

Abstrak

Adanya *Coronavirus Disease-19* membuat seluruh dunia menerapkan *lockdown* pada masyarakatnya. *Pemberlakuan lockdown* berdampak pada keberlangsungan dunia olahraga termasuk atlet. Dengan kondisi pandemi Covid-19 atlet PASI Kabupaten Kebumen dituntut untuk menjaga kesehatan mentalnya termasuk motivasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui motivasi intrinsik dan ekstrinsik dan motivasi berprestasi atlet PASI Kabupaten Kebumen di Era Pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif *non-experiment*. Populasi dan sampel penelitian ini yaitu 25 atlet PASI Kabupaten Kebumen. Instrumen pengumpulan data menggunakan angket tertutup. Angket berisi 40 pertanyaan mengenai faktor-faktor motivasi berlatih dan aspek-aspek motivasi berprestasi. Angket yang telah diisi diuji menggunakan SPSS. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif kuantitatif dengan *presentase*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa motivasi intrinsik dengan kategori sangat tinggi sebesar 28%, tinggi sebesar 25%, sedang sebesar 8%, rendah sebesar 24%, dan sangat rendah sebesar 15%, pada motivasi ekstrinsik dengan kategori sangat tinggi sebesar 15%, tinggi sebesar 22%, sedang sebesar 20%, rendah sebesar 31%, sangat rendah sebesar 12%, kemudian motivasi berprestasi dengan kategori sangat tinggi sebesar 25%, tinggi sebesar 28%, sedang sebesar 16%, rendah sebesar 26%, sangat rendah sebesar 5%. Kesimpulannya motivasi atlet PASI Kabupaten Kebumen pada faktor intrinsik lebih banyak pada kategori sangat tinggi, faktor ekstrinsik lebih banyak pada kategori rendah, dan motivasi berprestasi lebih banyak pada kategori tinggi.

Kata Kunci : Covid-19, motivasi, atlet.

Abstract

The existence of *Coronavirus Disease-19* makes the whole world apply lockdown to its people. The enactment of the lockdown has an impact on the sustainability of the sports world including athletes. With the condition of the Covid-19 pandemic, PASI kebumen athletes are required to maintain their mental health including motivation. This research aims to find out the intrinsic and extrinsic motivations and achievement motivations of PASI Kebumen Regency athletes in the Era of the Covid-19 Pandemic. The study used non-experiment quantitative descriptive methods. The population and sample of this study are 25 PASI athletes of Kebumen Regency. Data collection instruments use a closed questionnaire. The questionnaire contains 40 questions about the motivating factors of practice and aspects of achievement motivation. The angket that has been filled is tested using SPSS. The data analysis in this study used quantitative descriptive statistics with percentages. The results of this study showed that intrinsic motivation with a very high category of 28%, high by 25%, medium by 8%, low by 24%, and very low by 15%, in extrinsic motivation with very high category by 15%, high by 22%, medium by 20%, low by 31%, very low by 12%, then high motivation by very high category by 25%, high by 28%, medium by 16%, low by 26%, very low by 5%. In conclusion, the motivation of Kebumen Regency PASI athletes in intrinsic factor is more in very high categories, more extrinsic factors in low categories, and motivation achieves more in high categories.

Keywords : Covid-19, motivation, athletes.

PENDAHULUAN

Pada penghujung tahun 2019 dunia dikagetkan dengan adanya penemuan wabah pneumonia yang belum diketahui penyebabnya. Pneumonia ini pertama kali muncul di kota Wuhan Provinsi Hubei, China. Pada awal 2020 pihak berwenang berhasil mengidentifikasi penyebab wabah ini yakni jenis *novel coronavirus*. Kemudian Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dengan resmi memberi nama penyakit tersebut Covid-19 (*Coronavirus Disease 19*) dan menyebutnya dengan

sebutan SARS-CoV-2 (*Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2*) (WHO, 2020). Penyakit *Coronavirus Disease 19* (Covid-19) merupakan infeksi virus yang sangat mudah menular dan disebabkan oleh sindrom pernapasan akut coronavirus 2 (SARS-CoV-2), (Susilo et al., 2020). Virus ini dapat menyerang hewan maupun manusia dan pada manusia gejala yang muncul adalah infeksi yang hampir sama dengan penyakit SARS dan MERS (*Middle East Respiratory Syndrome*) hanya saja Covid-19 lebih kuat perkembangannya. Gejala awal Covid-19 adalah suhu tubuh yang tinggi, kelelahan

disertai gangguan pada pernapasan. Termasuk melibatkan beberapa organ pernapasan, pencernaan, dan bahkan ginjal (Levani et al., 2021).

Dalam rentang waktu beberapa bulan Covid-19 telah menyebar ke seluruh dunia salah satunya di Indonesia. Menyikapi hal itu Presiden RI, Joko Widodo menandatangani Peraturan Pemerintah Nomor 21 Tahun 2020 tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) terutama di Jawa dan Bali sebagai respon terhadap penyebaran Covid-19 yang semakin meluas dan sulit dikendalikan (Pusat, 2020). Seiring berjalannya waktu banyak kebijakan yang diterapkan seperti PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat) dan kebijakan lainnya yang mengatur tentang pembatasan kegiatan masyarakat. Kebijakan-kebijakan tersebut berdampak pada berbagai sektor salah satunya olahraga. Berbagai *event* olahraga harus dihentikan termasuk beberapa kejuaraan atletik yang harus dibatalkan karena adanya pandemi Covid-19 yang masih sulit dikendalikan. Salah satu *event* tingkat nasional yang terkena dampaknya adalah Kejuaraan Nasional Atletik Jateng Open 2021 yang pada awalnya ditunda. PASI Jawa Tengah kemudian memutuskan untuk membatalkan kejuaraan tersebut dikarenakan kasus penyebaran Covid-19 di Provinsi Jawa Tengah masih tinggi (Merdeka, 2021). Selain pembatalan *event*, pemusatan latihan juga ditutup sehingga pihak-pihak yang terkait terpaksa memulangkan atlet ke daerahnya masing-masing.

Penanganan Covid-19 di seluruh dunia sangat berdampak pada kesehatan mental yang akan ditanggung setiap individu. Isu kesehatan mental yang seringkali diabaikan oleh masyarakat bisa menjadi masalah kesehatan yang berpotensi berlangsung cukup lama dan menjadi beban sosial yang sangat berat (Ridlo, 2020). Peringatan darurat kesehatan dunia yang telah diperingatkan oleh WHO dan kemudian diikuti dengan pemberlakuan pembatasan sosial, karantina serta pembatasan aktivitas masyarakat, berpotensi menimbulkan efek jangka panjang pada kesehatan mental (Pfefferbaum & North, 2020). Pembatasan sosial, pembatasan mobilitas, penutupan pemusatan latihan, dan penundaan dan pembatalan *event* berdampak pada rutinitas atlet yang telah membentuk identitas dan konsep dirinya. Perubahan yang drastis ini akan mengarah pada krisis identitas yang berefek negatif pada kesehatan mental, mulai dari demotivasi, rasa khawatir, rasa takut, gangguan pola istirahat, depresi, dan hingga masalah kejiwaan (Mehrsafar et al., 2020). Dalam webinar tentang kesehatan mental atlet, Rahayuni (2020) menyebutkan bahwa penundaan *event* olahraga dan pengetatan protokol aktivitas seperti *new normal*, kebijakan PSBB menimbulkan masalah kesehatan mental seperti demotivasi-amotivasi, stress, kecemasan, kesepian, dan lain-lain. Dalam survei pendek yang dilakukan komunitas *Athletes365* dengan responden sebanyak 3289 atlet dari 135 negara dengan pertanyaan “Apa yang menjadi tantangan terberat di saat pandemi?”. Sebesar 50% atlet menyatakan bahwa mereka mengalami kesulitan untuk tetap termotivasi di

saat pandemi (Fajar et al., 2021). Ini menunjukkan bahwa motivasi termasuk bagian yang paling terdampak bagi atlet saat ini (pandemi). Padahal motivasi berkaitan erat dengan peningkatan prestasi atlet, adanya motivasi akan tercapai tujuan atau target dan juga sebaliknya (Marheni et al., 2019). Sudarwati (2020) dalam webinar kesehatan mental atlet di saat pandemi, beberapa tantangan atlet antara lain : 1) penurunan motivasi (demotivasi) dan stress, 2) bosan, takut akan kondisi kesehatan 3) ketidakpastian kejuaraan dan kondisi ekonomi

Secara umum, dengan mengidentifikasi tantangan kesehatan mental yang dialami para atlet juga dapat digunakan sebagai kesempatan untuk mengidentifikasi cara-cara untuk mengatasinya, sehingga tantangan tersebut menjadi pijakan empiris untuk melangkah ke proses penelitian atau pencarian selanjutnya (Rahayuni, 2020).

Atlet PASI Kabupaten Kebumen menjalani latihan di rumah masing-masing dengan program latihan yang di buat oleh pelatih. Pelatih Persatuan Atletik Seluruh Indonesia (PASI) Kabupaten Kebumen telah memberi program latihan yang bertujuan untuk menjaga kebugaran dan kondisi fisik atlet melalui media *online* grup *whatsapp*. Namun saat pandemi Covid-19 tanpa adanya pengawasan pelatih tidak mengetahui apakah program latihan yang diberikan dapat dilakukan dengan baik oleh atlet atau sebaliknya. Begitu juga informasi tentang tingkat motivasi atlet. Hal ini dikhawatirkan akan berdampak negatif pada kesehatan mental atlet terutama pada tingkat motivasi. Tidak jarang atlet mengeluh, diantara keluhan tersebut atlet kurang semangat karena menjalani latihan di rumah dengan ketidakpastian kejuaraan. Sebab atlet PASI Kabupaten Kebumen didominasi oleh pelajar yang tidak hanya latihan yang menjadi tanggung jawabnya tetapi juga tanggung jawab akademik. Maka diperlukan adanya penelitian yang berkaitan dengan kesehatan mental terutama pada tingkat motivasi atlet, sehingga diharapkan ada tindakan lanjutan yang dilakukan oleh PASI Kabupaten Kebumen untuk menyelesaikan permasalahan yang berkaitan dengan kesehatan mental atlet.

Berdasarkan uraian dan latarbelakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Motivasi Berlatih dan Berprestasi Atlet Persatuan Atletik Seluruh Indonesia (PASI) Kabupaten Kebumen di Era Pandemi Covid-19”.

METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Penelitian metode deskriptif adalah penelitian yang mendeskriptifkan keadaan yang fakta secara terukur dan akurat sebagai objek observasi peneliti (Sriundy, 2015). Penelitian ini menggunakan penelitian jenis deskriptif survei dengan pendekatan *non-experiment* ini merupakan penelitian yang sistematis dengan variabel independen sehingga peneliti hanya dapat menguji hubungan antar variabel (Rumidi, 2012).

Subjek Penelitian

Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah atlet PASI Kabupaten Kebumen dengan total jumlah sampel 25 atlet.

Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data pada penelitian ini yaitu dengan cara membagikan kuesioner dalam bentuk *google form* via media *online* kepada responden yang telah dijadikan subjek penelitian melalui grup *whatsapp*. Kuesioner merupakan rangkuman pertanyaan yang ditulis dan telah diuji yang dibagikan dengan maksud mendapatkan jawaban (informasi) dari responden (Arikunto, 2019).

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah *tool* atau alat yang digunakan untuk mengukur sesuatu yang diamati (Sugiyono, 2013). Pada penelitian ini instrumen menggunakan angket yang telah diisi oleh responden dengan proses pengambilan data. Angket digunakan untuk memperoleh data yang berkaitan dengan faktor-faktor motivasi berlatih dan berprestasi atlet PASI Kabupaten Kebumen. Untuk mendapatkan data penelitian ini menggunakan kuesioner berisikan pertanyaan dengan menyediakan skor berdasarkan skala *likert*. Menurut Maksu (Maksu, 2018) skala *likert* adalah metode penskalaan yang dengan menyediakan 5 pilihan jawaban dimulai dari sangat setuju sampai sangat tidak setuju tidak setuju sebagai dasar penentuan nilai.

Tabel. 1 Skor jawaban Angket (Maksu, 2018)

Jawaban	Skor
Sangat Setuju (SS)	5
Setuju (S)	4
Cukup (C)	3
Tidak Setuju (TS)	2
Sangat Tidak Setuju (STS)	1

Instrumen yang disusun berisi pertanyaan mengenai faktor intrinsik dan ekstrinsik dan pertanyaan tambahan mengenai aspek-aspek yang berkaitan dengan motivasi berprestasi. Pertanyaan pada penelitian ini berjumlah 40 soal. Terbagi menjadi 10 pertanyaan mengenai faktor intrinsik, 15 pertanyaan mengenai faktor ekstrinsik, dan 15 pertanyaan mengenai aspek-aspek motivasi berprestasi.

Instrumen penelitian ini menggunakan pertanyaan-pertanyaan yang telah di uji menggunakan aplikasi *software* guna mendapatkan data yang valid. Uji validitas instrumen dilakukan untuk mengukur seberapa jauh konsistensi butir pertanyaan. Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui tingkat kepercayaan hasil pengukuran. Uji validitas dan uji reliabilitas penelitian

ini menggunakan *software* SPSS 22.0 for Windows, *Evaluation Version*.

Uji validitas digunakan untuk mengukur seberapa jauh instrumen bisa konsisten dan akurat dengan sesuatu yang ingin diukur (Maksu, 2018). Hasil uji validitas instrumen penelitian ini adalah sebagai berikut.

Tabel 2. Hasil Uji Validitas

Soal	Hasil	R-tabel
1	0,429	0,396
2	0,439	0,396
3	0,725	0,396
4	0,715	0,396
5	0,61	0,396
6	0,429	0,396
7	0,708	0,396
8	0,669	0,396
9	0,68	0,396
10	0,815	0,396
11	0,516	0,396
12	0,809	0,396
13	0,787	0,396
14	0,758	0,396
15	0,669	0,396
16	0,566	0,396
17	0,789	0,396
18	0,473	0,396
19	0,796	0,396
20	0,708	0,396
21	0,745	0,396
22	0,42	0,396
23	0,771	0,396
24	0,142	0,396
25	0,63	0,396
26	0,568	0,396
27	0,814	0,396
28	0,379	0,396
29	0,897	0,396
30	0,349	0,396
31	0,75	0,396
32	0,705	0,396
33	0,65	0,396
34	0,782	0,396
35	0,536	0,396
36	0,669	0,396
37	0,798	0,396

38	0,808	0,396
39	0,818	0,396
40	0,812	0,396

Berdasarkan hasil uji validitas diatas, item pertanyaan diketahui menunjukkan $r\text{-hitung} > r\text{-tabel}$. Maka item dinyatakan valid dan dapat digunakan sebagai instrumen penelitian.

Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi adalah pengukuran yang mampu memberikan hasil terpercaya (Azwar, 2012). Hasil uji reliabilitas instrumen penelitian ini adalah sebagai berikut.

Tabel 3. Hasil Uji Reliabilitas

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0.858	25

Tabel 4. Pedoman Hasil Uji Reliabilitas (Sugiyono, 2013).

Interval Koefisien (r)	Tingkat Hubungan
0,80 sampai dengan 1,000	Sangat tinggi
0,60 sampai dengan 0,799	Tinggi
0,40 sampai dengan 0,599	Sedang
0,20 sampai dengan 0,399	Rendah
0,00 sampai dengan 0,199	Sangat Rendah

Dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif yang bertujuan menggambarkan tingkat motivasi berlatih dan berprestasi atlet PASI Kabupaten Kebumen. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif kuantitatif metode *presentase*. Statistik deskriptif berfungsi untuk menggambarkan objek yang diteliti melalui data sampel (Surahman et al., 2016). Rumus yang digunakan untuk mencari *presentase* yaitu:

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

Ket :

P : Angket *presentase*

F : Frekuensi

N : Jumlah responden

HASIL & PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil penelitian beberapa faktor dan indikator dalam penelitian ini dapat diuraikan sebagai berikut.

Pada faktor intrinsik diuraikan menjadi 2 indikator menurut (Fitriyanto & Wahyuniati, 2019) yaitu fisiologis dan psikologis, faktor ekstrinsik diuraikan menjadi 3 indikator yaitu lingkungan, orangtua, dan rumah. Kemudian untuk motivasi berprestasi diuraikan menjadi 5 aspek menurut (Purwanto, 2014). Berikut hasil penelitian serta pembahasan pada penelitian ini.

1. Intrinsik

Tabel 5. Faktor Intrinsik

Jawaban	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
SS	90	4
S	84	4
C	15	5
TS	7	24
STS	4	13
Jumlah	200	50

Berdasarkan penjelasan tabel faktor intrinsik diatas, hasil jawaban responden pada faktor intrinsik sebanyak 250 jawaban dari 25 responden dengan 10 pertanyaan. Hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*favorable*) dengan kategori SS (Sangat Setuju) berjumlah 90 jawaban, S (Setuju) 84, C (Cukup) 15, TS (Tidak Setuju) 7, STS (Sangat Tidak Setuju) 4. Sedangkan hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*unfavorable*) dengan kategori SS 4 jawaban, S 4 jawaban, C 5 jawaban, TS 24 jawaban, STS 13 jawaban. Untuk keseluruhan jumlah pertanyaan pada faktor intrinsik berjumlah 250 pertanyaan.

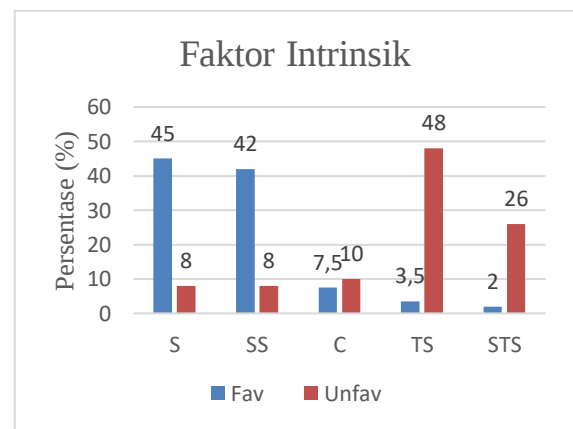


Diagram 1. Faktor Intrinsik

Berdasarkan penjelasan diagram faktor intrinsik diatas jumlah persentase responden menjawab pertanyaan (*favorable*) pada kategori SS (Sangat Setuju) sebesar 45%, S (setuju) sebesar 42%, C (cukup) sebesar 7,5%, TS (tidak setuju) sebesar 3,5%, STS (sangat tidak setuju) sebesar 2%. Sedangkan untuk pertanyaan (*unfavorable*) pada kategori SS (sangat setuju) sebesar 8%, S (setuju) sebesar 8%, C (cukup) sebesar 10%, TS (tidak setuju) sebesar 48%, STS (sangat tidak setuju) sebesar 26%.

a. Fisiologis

Tabel 6. Fisiologis

Jawaban	Favorable	Unfavorable
SS	33	4
S	34	4
C	3	5
TS	2	24
STS	3	13
Jumlah	75	50

Dari hasil tabel fisiologis diatas, hasil jawaban responden pada indikator fisiologis sebanyak 125 jawaban dari 25 responden dengan 5 pertanyaan. Hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*favorable*) dengan kategori SS (sangat setuju) berjumlah 33 jawaban, S (setuju) 34 jawaban, C (cukup) 3 jawaban, TS (tidak setuju) 2 jawaban, STS (sangat tidak setuju) 3 jawaban. Sedangkan hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*unfavorable*) pada kategori SS (sangat setuju) 4 jawaban, S (setuju) 4 jawaban, C (cukup) 5 jawaban, TS (tidak setuju) 24 jawaban, STS (sangat tidak setuju) 13 jawaban.

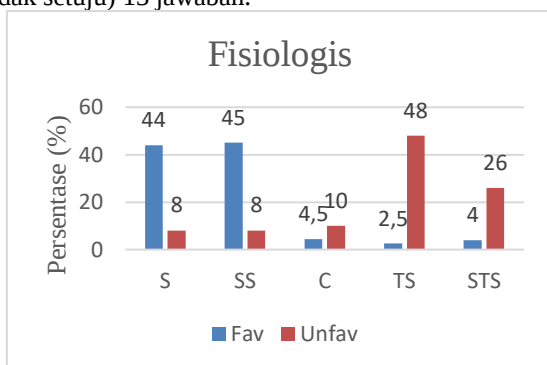


Diagram 2. Fisiologis

Berdasarkan penjelasan diagram fisiologis diatas, jumlah persentase responden menjawab pertanyaan (*favorable*) dengan kategori SS (sangat setuju) sebesar 44%, S (setuju) sebesar 45%, C (cukup) sebesar 4,5%, TS (tidak setuju) sebesar 2,5%, STS (sangat tidak setuju) sebesar 4%. Sedangkan untuk pertanyaan (*unfavorable*) dengan kategori SS (sangat setuju) sebesar 8%, S (setuju) sebesar 8%, C (cukup) sebesar 10%, TS (tidak setuju) sebesar 48%, STS (sangat tidak setuju) sebesar 26%.

b. Psikologis

Tabel 7. Psikologis

Jawaban	Favorable	Unfavorable
SS	57	0
S	50	0
C	12	0
TS	5	0
STS	1	0
Jumlah	125	0

Dari hasil tabel psikologis diatas, hasil jawaban responden pada indikator psikologis sebanyak 125 jawaban dari 25 responden dengan 5 pertanyaan. Hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*favorable*)

dengan kategori SS (sangat setuju) berjumlah 57 jawaban, S (setuju) 50 jawaban, C (cukup) 13 jawaban, TS (tidak setuju) 5 jawaban, STS (sangat tidak setuju) 1 jawaban. Sedangkan hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*unfavorable*) pada semua kategori berjumlah 0 jawaban.

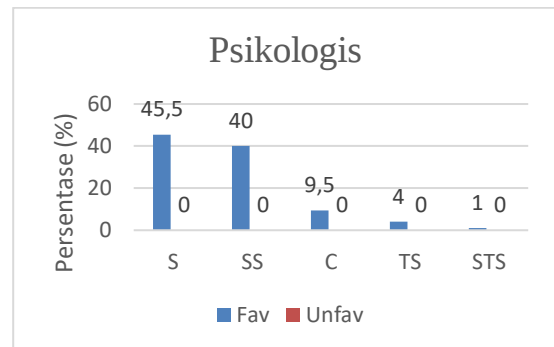


Diagram 3. Psikologis

Berdasarkan penjelasan diagram psikologis diatas jumlah persentase responden menjawab pertanyaan (*favorable*) pada kategori SS (sangat setuju) sebesar 45,5%, S (setuju) sebesar 40%, C (cukup) sebesar 9,5%, TS (tidak setuju) sebesar 4%, STS (sangat tidak setuju) sebesar 1%. Sedangkan untuk pertanyaan (*unfavorable*) pada semua kategori berjumlah 0%.

2. Ekstrinsik

Tabel 8. Faktor Ekstrinsik

Jawaban	Favorable	Unfavorable
SS	47	14
S	81	13
C	45	31
TS	42	62
STS	10	30
Jumlah	225	150

Berdasarkan penjelasan tabel faktor ekstrinsik diatas, hasil jawaban responden pada faktor ekstrinsik sebanyak 375 jawaban dari 25 responden dengan 15 pertanyaan. Hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*favorable*) dengan kategori SS (sangat setuju) berjumlah 47 jawaban, S (setuju) 81 jawaban, C (cukup) 45 jawaban, TS (tidak setuju) 42 jawaban, STS (sangat tidak setuju) 10 jawaban. Sedangkan hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*unfavorable*) pada kategori SS (sangat setuju) 14 jawaban, S (setuju) 13 jawaban, C (cukup) 31 jawaban, TS (tidak setuju) 62 jawaban, STS (sangat tidak setuju) 30 jawaban.

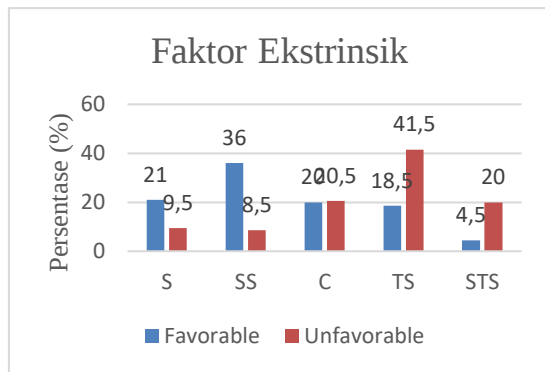


Diagram 4. Faktor Ekstrinsik

Berdasarkan penjelasan diagram faktor ekstrinsik diatas jumlah persentase responden menjawab pertanyaan (*favorable*) dengan kategori SS (sangat setuju) sebesar 21%, S (setuju) sebesar 36%, C (cukup) sebesar 20,5%, TS (tidak setuju) sebesar 18,5%, STS (sangat tidak setuju) sebesar 4,5%. Sedangkan untuk pertanyaan (*unfavorable*) pada kategori SS (sangat setuju) sebesar 9,5%, S (setuju) sebesar 8,5%, C (cukup) sebesar 20,5%, TS (tidak setuju) sebesar 41,5%, STS (sangat tidak setuju) sebesar 20%.

a. Lingkungan

Tabel 9. Lingkungan

Jawaban	Favorable	Unfavorable
SS	22	3
S	34	3
C	27	6
TS	14	6
STS	3	7
Jumlah	100	25

Dari hasil tabel lingkungan diatas, jumlah total jawaban responden dalam indikator lingkungan sebanyak 125 jawaban dari 25 responden dengan 5 pertanyaan. Hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*favorable*) dengan kategori SS berjumlah 22 jawaban, S 34 jawaban, C 27 jawaban, TS 14 jawaban, STS 3 jawaban. Sedangkan hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*unfavorable*) pada kategori SS 3 jawaban, S 3 jawaban, C 6 jawaban, TS 6 jawaban, STS 7 jawaban.

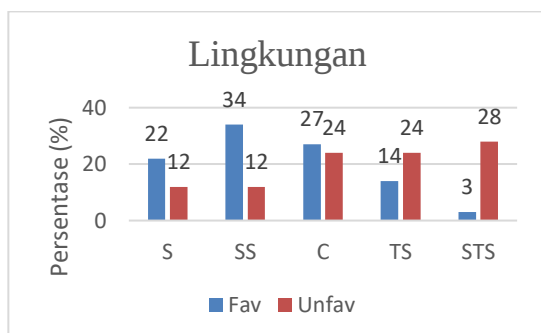


Diagram 5. Lingkungan

Berdasarkan penjelasan diagram lingkungan diatas jumlah persentase responden menjawab pertanyaan (*favorable*) dengan kategori SS sebesar 22%, S sebesar 34%, C sebesar 27%, TS sebesar 14%, STS sebesar 3%. Sedangkan untuk pertanyaan (*unfavorable*) dengan kategori SS sebesar 12%, S sebesar 12%, C sebesar 24%, TS sebesar 24%, STS sebesar 28%.

b. Orangtua

Tabel 10. Orangtua

Jawaban	Favorable	Unfavorable
SS	15	5
S	33	1
C	14	4
TS	12	24
STS	1	16
Jumlah	75	50

Dari hasil tabel orangtua diatas, total jawaban responden pada indikator lingkungan sebanyak 125 jawaban dari 25 responden dengan 5 pertanyaan. Hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*favorable*) dengan kategori SS sejumlah 15 jawaban, S 33 jawaban, C 14 jawaban, TS 12 jawaban, STS 1 jawaban. Sedangkan hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*unfavorable*) dengan kategori SS 5 jawaban, S 1 jawaban, C 4 jawaban, TS 24 jawaban, STS 16 jawaban.

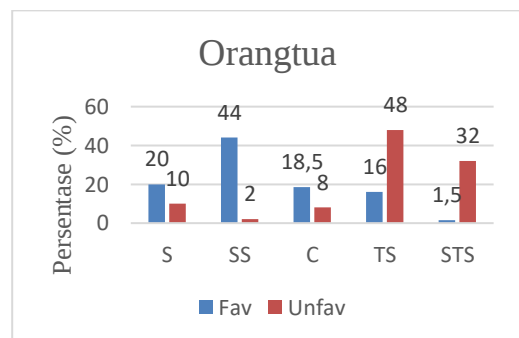


Diagram 6. Orangtua

Berdasarkan penjelasan diagram orang tua diatas jumlah persentase responden menjawab pertanyaan (*favorable*) dengan kategori SS sebesar 20%, S sebesar 44%, C sebesar 18,5%, TS sebesar 16%, STS sebesar 1,5%. Sedangkan pertanyaan (*unfavorable*) dengan kategori SS sebesar 10%, S sebesar 2%, C sebesar 8%, TS sebesar 48%, STS sebesar 32%.

c. Program Latihan

Tabel 11. Program Latihan

Jawaban	Favorable	Unfavorable
SS	10	6
S	14	9
C	4	21
TS	16	32
STS	6	7

Jumlah	50	75
--------	----	----

Berdasarkan penjelasan tabel program latihan diatas, hasil jawaban responden pada indikator lingkungan sebanyak 125 jawaban dari 25 responden dengan 5 pertanyaan. Hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*favorable*) dengan kategori SS berjumlah 10 jawaban, S 14 jawaban, C 4 jawaban, TS 16 jawaban, STS 6 jawaban. Sedangkan hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*unfavorable*) pada kategori SS 6 jawaban, S 9 jawaban, C 21 jawaban, TS 32 jawaban, STS 7 jawaban.

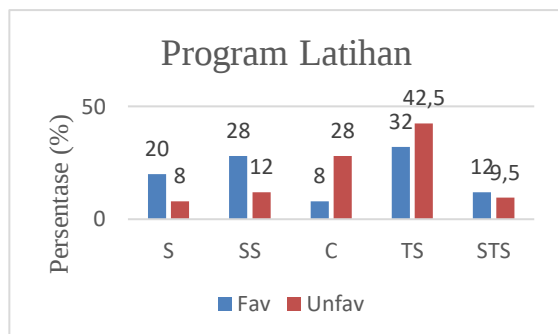


Diagram 7. Program Latihan

Berdasarkan penjelasan diagram program latihan diatas jumlah persentase responden menjawab pertanyaan (*favorable*) dengan kategori SS sebesar 20%, S sebesar 28%, C sebesar 8%, TS sebesar 32%, STS sebesar 12%. Sedangkan untuk pertanyaan (*unfavorable*) dengan kategori SS sebesar 8%, S sebesar 12%, C sebesar 28%, TS sebesar 42,5%, STS sebesar 9,5%.

3. Motivasi Berprestasi

Tabel 11. Motivasi Berprestasi

Jawaban	Favorable	Unfavorable
SS	78	19
S	73	32
C	27	34
TS	22	71
STS	0	19
Jumlah	200	175

Berdasarkan penjelasan tabel motivasi berprestasi pada era pandemi Covid-19 diatas, total hasil jawaban responden pada variabel motivasi berprestasi sebanyak 375 jawaban dari 25 responden dengan 15 pertanyaan. Hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*favorable*) dengan kategori SS berjumlah 78 jawaban, S 73 jawaban, C 27 jawaban, TS 22 jawaban, STS 0 jawaban. Sedangkan hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*unfavorable*) pada kategori SS 19 jawaban, S 32 jawaban, C 34 jawaban, TS 71 jawaban, STS 19 jawaban.

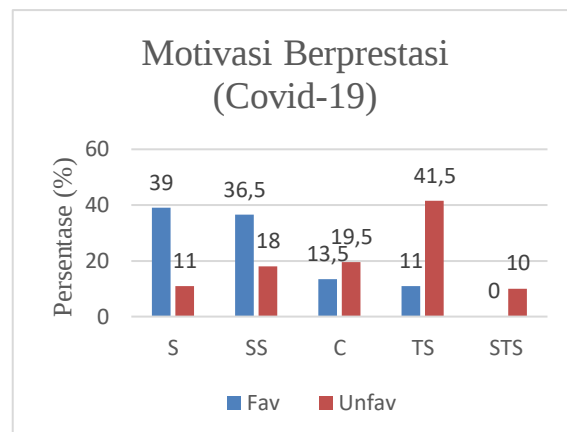


Diagram 8. Motivasi Berprestasi

Berdasarkan penjelasan diagram motivasi berprestasi diatas jumlah persentase responden menjawab pertanyaan (*favorable*) dengan kategori SS sebesar 39%, S sebesar 36,5%, C sebesar 13,5%, TS sebesar 11%, STS sebesar 0%. Sedangkan untuk pertanyaan (*unfavorable*) dengan kategori SS sebesar 11%, S sebesar 18%, C sebesar 19,5%, TS sebesar 41,5%, STS sebesar 10%.

a. Tanggung Jawab

Tabel 12. Tanggung Jawab

Jawaban	Favorable	Unfavorable
SS	34	6
S	16	7
C	0	5
TS	0	7
STS	0	0
Jumlah	50	25

Dari hasil tabel tanggung jawab diatas, hasil jawaban responden pada indikator lingkungan sebanyak 75 jawaban dari 25 responden dengan 3 pertanyaan. Hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*favorable*) dengan kategori SS berjumlah 10 jawaban, S 14 jawaban, C 4 jawaban, TS 16 jawaban, STS 6 jawaban. Sedangkan hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*unfavorable*) dengan kategori SS 6 jawaban, S 9 jawaban, C 21 jawaban, TS 32 jawaban, STS 7 jawaban.

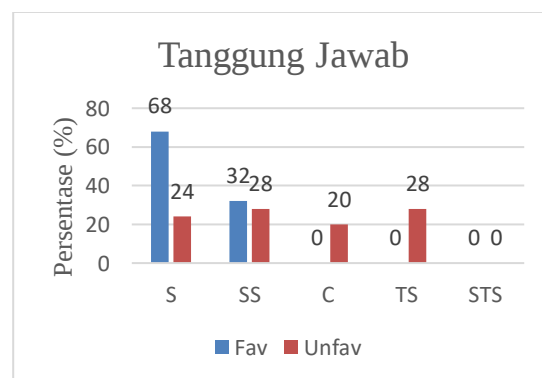


Diagram 9. Tanggung Jawab

Berdasarkan penjelasan diagram tanggung jawab diatas jumlah persentase responden menjawab pertanyaan (*favorable*) dengan kategori SS sebesar 68%, S sebesar 32%, C sebesar 0%, TS sebesar 0%, STS sebesar 0%. Sedangkan untuk pertanyaan (*unfavorable*) dengan kategori SS sebesar 24%, S sebesar 28%, C sebesar 20%, TS sebesar 28%, STS sebesar 0%.

b. Adrenalin

Tabel 13. Adrenalin

Jawaban	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
SS	5	9
S	11	5
C	6	11
TS	3	19
STS	0	6
Jumlah	25	50

Dari hasil tabel adrenalin diatas, total jumlah jawaban responden pada indikator lingkungan sebanyak 75 jawaban dari 25 responden dengan 3 pertanyaan. Hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*favorable*) pada kategori SS berjumlah 5 jawaban, S 11 jawaban, C 6 jawaban, TS 3 jawaban, STS 0 jawaban. Sedangkan hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*unfavorable*) dengan kategori SS 9 jawaban, S 5 jawaban, C 11 jawaban, TS 19 jawaban, STS 6 jawaban.

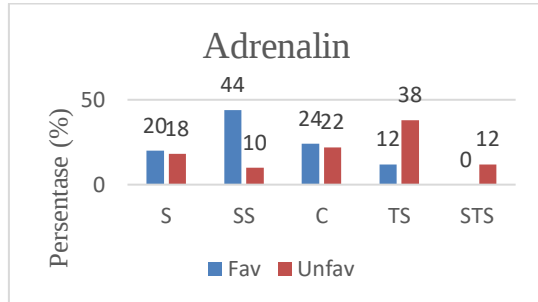


Diagram 10. Adrenalin

Berdasarkan penjelasan diagram adrenalin diatas jumlah persentase responden menjawab pertanyaan (*favorable*) dengan kategori SS sebesar 20%, S sebesar 44%, C sebesar 24%, TS sebesar 12%, STS sebesar 0%. Sedangkan untuk pertanyaan (*unfavorable*) pada kategori SS sebesar 18%, S sebesar 10%, C sebesar 22%, TS sebesar 38%, STS sebesar 12%.

c. Feedback

Tabel 14. Feedback

Jawaban	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
SS	15	0
S	20	2
C	9	2
TS	6	16
STS	0	5
Jumlah	50	25

Dari hasil tabel *feedback* diatas, total jawaban responden pada indikator lingkungan sebanyak 75 jawaban dari 25 responden dengan 3 pertanyaan. Hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*favorable*) dengan kategori SS berjumlah 15 jawaban, S 20 jawaban, C 9 jawaban, TS 6 jawaban, STS 0 jawaban. Sedangkan hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*unfavorable*) pada kategori SS 0 jawaban, S 2 jawaban, C 2 jawaban, TS 16 jawaban, STS 5 jawaban.

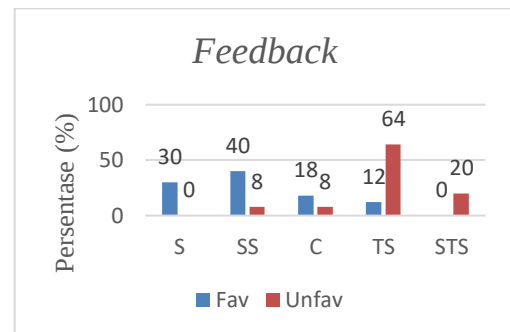


Diagram 11. Feedback

Berdasarkan penjelasan diagram *feedback* diatas jumlah persentase responden menjawab pertanyaan (*favorable*) dengan kategori SS sebesar 30%, S sebesar 40%, C sebesar 18%, TS sebesar 12%, STS sebesar 0%. Sedangkan untuk pertanyaan (*unfavorable*) dengan kategori SS sebesar 0%, S sebesar 8%, C sebesar 8%, TS sebesar 64%, STS sebesar 20%.

d. Realistis

Tabel 15. Realistis

Jawaban	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
SS	13	3
S	8	14
C	3	9
TS	1	19
STS	0	5
Jumlah	25	50

Dari hasil tabel realistis diatas, total jawaban responden pada indikator lingkungan sebanyak 75 jawaban dari 25 responden dengan 3 pertanyaan. Hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*favorable*) dengan kategori SS berjumlah 13 jawaban, S 8 jawaban, C 3 jawaban, TS 1 jawaban, STS 0 jawaban. Sedangkan hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*unfavorable*) pada kategori SS 3 jawaban, S 14 jawaban, C 9 jawaban, TS 19 jawaban, STS 5 jawaban.

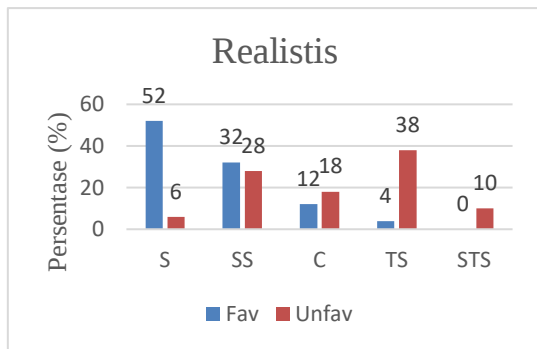


Diagram 12. Realistis

Berdasarkan penjelasan diagram realistis diatas jumlah persentase responden menjawab pertanyaan (*favorable*) pada kategori SS (sangat setuju) sebesar 52%, S (setuju) sebesar 32%, C (cukup) sebesar 12%, TS (tidak setuju) sebesar 4%, STS (sangat tidak setuju) sebesar 0%. Sedangkan untuk pertanyaan (*unfavorable*) pada kategori SS (sangat setuju) sebesar 6%, S (setuju) sebesar 28%, C (cukup) sebesar 18%, TS (tidak setuju) sebesar 38%, STS (sangat tidak setuju) sebesar 10%.

e. Resiko (Berprestasi)

Tabel 16. Resiko

Jawaban	Favorable	Unfavorable
SS	11	1
S	18	4
C	9	7
TS	12	10
STS	0	3
Jumlah	50	25

Dari hasil tabel resiko diatas, jawaban responden pada indikator lingkungan sebanyak 75 jawaban dari 25 responden dengan 3 pertanyaan. Hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*favorable*) dengan kategori SS/sangat setuju berjumlah 11 jawaban, S/setuju 18 jawaban, C/cukup 9 jawaban, TS/tidak setuju 12 jawaban, STS/sangat tidak setuju 0 jawaban. Sedangkan hasil jawaban responden untuk pertanyaan (*unfavorable*) dengan kategori SS/sangat setuju 1 jawaban, S/setuju 4 jawaban, C/cukup 7 jawaban, TS/tidak setuju 10 jawaban, STS/sangat tidak setuju 3 jawaban.

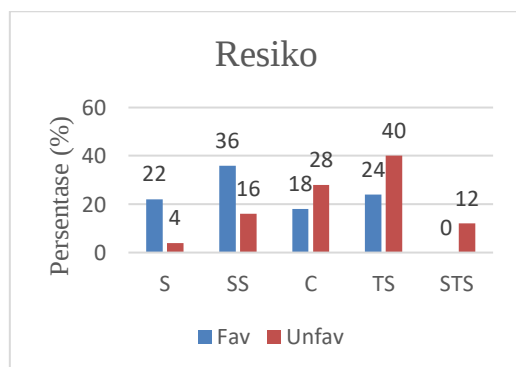


Diagram 13. Resiko

Berdasarkan penjelasan diagram realistis diatas jumlah persentase responden menjawab pertanyaan (*favorable*) dengan kategori SS/sangat setuju sebesar 22%, S/setuju sebesar 36%, C/cukup sebesar 18%, TS/tidak setuju sebesar 24%, STS/sangat tidak setuju sebesar 0%. Sedangkan untuk pertanyaan (*unfavorable*) dengan kategori SS/sangat setuju sebesar 4%, S/setuju sebesar 16%, C/cukup sebesar 28%, TS/tidak setuju sebesar 40%, STS/sangat tidak setuju sebesar 12%.

Pembahasan

Berdasarkan uraian diatas dapat diketahui tingkat motivasi berlatih dan berprestasi atlet PASI Kabupaten Kebumen di era pandemi Covid-19 dari beberapa bagian sebagai berikut.

1) Faktor Intrinsik

Motivasi intrinsik adalah motivasi yang datang dari dalam diri individu. Motivasi dari dalam diri individu tanpa ada faktor luar inilah yang sering disebut sebagai motivasi intrinsik (Supriyanto, 2015). Menurut Sardiman (Sardiman, 2014) hubungan faktor intrinsik dengan pencapaian keberhasilan menunjukkan hasil sebesar 0,471 dan tergolong kategori sangat tinggi. Hasil ini menunjukkan adanya hubungan antara faktor intrinsik dengan peningkatan prestasi.

Dalam motivasi berlatih dengan faktor intrinsik atlet PASI Kabupaten Kebumen dalam pertanyaan *favorable* hasil jawaban responden dengan kategori SS (Sangat Setuju) lebih dominan dari pada kategori lainnya. Sedangkan pada pertanyaan *unfavorable* responden lebih dominan menjawab pada kategori tidak setuju. Pada saat pandemi Covid-19 atlet PASI Kebumen berdasarkan hasil kuesioner pada faktor intrinsik mayoritas memiliki motivasi yang tinggi. Ini menunjukkan pandemi Covid-19 tidak menghalangi atlet PASI Kabupaten untuk tetap berlatih. Jika diuraikan faktor intrinsik dalam penelitian ini memiliki 2 faktor, yaitu :

a. Fisiologis

Dalam faktor fisiologis atlet PASI Kabupaten Kebumen dalam pertanyaan *favorable* responden menunjukkan lebih banyak menjawab pada kategori setuju. Sedangkan dalam pertanyaan *unfavorable* responden lebih dominan menjawab pada kategori tidak setuju.

b. Psikologis

Dalam faktor psikologis atlet PASI Kabupaten Kebumen dalam pertanyaan *favorable* responden menunjukkan lebih dominan menjawab pada kategori sangat setuju. Untuk *unfavorable* dalam faktor psikologis tidak ada pertanyaan.

2) Faktor Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik sering didefinisikan sebagai dorongan yang datang dari luar diri individu. Keinginan untuk mendapatkan hadiah, bonus, penghargaan, dan sebagainya merupakan contoh motivasi ekstrinsik. Secara umum motivasi ekstrinsik

lebih sering berbentuk benda (Supriyanto, 2015). Meskipun demikian motivasi ekstrinsik juga ada yang berupa pujian. Menurut Sukadiyanto dan Muluk (2011) hubungan faktor ekstrinsik dengan pencapaian keberhasilan menunjukkan hasil sebesar 0,39 dan tergolong dalam kategori sangat tinggi. Hal ini membuktikan bahwa ada hubungan faktor ekstrinsik dengan peningkatan prestasi.

Dalam motivasi berlatih dengan faktor ekstrinsik atlet PASI Kabupaten Kebumen dalam pertanyaan *favorable* kategori setuju lebih mendominasi dari pada kategori lainnya. Sedangkan dalam pertanyaan *unfavorable* kategori tidak setuju lebih mendominasi daripada kategori lainnya. Jika diuraikan faktor ekstrinsik dalam penelitian ini memiliki 3 faktor yaitu :

a) Lingkungan

Dalam faktor lingkungan atlet PASI Kabupaten Kebumen dalam pertanyaan *favorable* dengan kategori sangat setuju lebih mendominasi dari pada kategori kategori lainnya. Sedangkan dalam pertanyaan *unfavorable* kategori sangat tidak setuju lebih mendominasi.

b) Orangtua

Dalam faktor orangtua atlet PASI Kabupaten Kebumen dalam pertanyaan *favorable* jawaban kategori sangat setuju lebih mendominasi dari pada kategori lainnya. Sedangkan dalam pertanyaan *unfavorable* jawaban kategori tidak setuju lebih mendominasi.

c) Program Latihan

Dalam faktor program latihan atlet PASI Kabupaten Kebumen dalam pertanyaan *favorable* jawaban kategori tidak setuju lebih mendominasi dari pada kategori lainnya. Sedangkan dalam pertanyaan *unfavorable* kategori tidak setuju lebih mendominasi.

3) Motivasi Berprestasi

Individu yang memiliki motif berprestasi akan dapat menyelesaikan sesuatu yang sukar, menguasai, memanipulasi dan mengorganisasi obyek fisik/ide (Tangkudung & Mylsidayu, 2017). Dalam motivasi berprestasi atlet PASI Kabupaten Kebumen dalam pertanyaan *favorable* responden lebih dominan menjawab pada kategori sangat setuju. Sedangkan dalam pertanyaan *unfavorable* responden lebih dominan menjawab pada kategori tidak setuju. Untuk motivasi berprestasi pada penelitian ini memiliki beberapa faktor, yaitu :

a. Tanggung Jawab

Dalam faktor tanggung jawab atlet PASI Kabupaten Kebumen dalam pertanyaan *favorable* jawaban kategori sangat setuju lebih mendominasi. Sedangkan dalam pertanyaan *unfavorable* responden lebih dominan menjawab pada kategori setuju dan tidak setuju.

b. Adrenalin

Dalam faktor adrenalin atlet PASI Kabupaten Kebumen dalam pertanyaan *favorable* pada

kategori setuju lebih mendominasi dari pada kategori lainnya. Sedangkan dalam pertanyaan *unfavorable* pada kategori tidak setuju lebih mendominasi.

c. Feedback

Dalam faktor *feedback* atlet PASI Kabupaten Kebumen dalam pertanyaan *favorable* pada kategori setuju lebih mendominasi dari pada kategori lainnya. Sedangkan dalam pertanyaan *unfavorable* pada kategori tidak setuju lebih mendominasi.

d. Realistis

Dalam faktor realistis atlet PASI Kabupaten Kebumen dalam pertanyaan *favorable* pada kategori sangat setuju lebih mendominasi dari pada kategori lainnua. Sedangkan dalam pertanyaan *unfavorable* pada kategori tidak setuju lebih mendominasi.

e. Resiko

Dalam faktor resiko atlet PASI Kabupaten Kebumen dalam pertanyaan *favorable* responden lebih banyak menjawab pada kategori sangat setuju. Sedangkan dalam pertanyaan *unfavorable* responden lebih banyak menjawab pada kategori tidak setuju.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan sebelumnya peneliti mendapatkan beberapa kesimpulan motivasi berlatih dan berprestasi atlet PASI Kabupaten Kebumen, yaitu :

1. Tingkat motivasi berlatih (intrinsik) pada kategori sangat tinggi sebesar 28%, tinggi sebesar 25%, sedang sebesar 8%, rendah sebesar 24%, dan sangat rendah sebesar 15%. Berdasarkan persentase tersebut pada motivasi intrinsik paling banyak berada pada kategori sangat tinggi.
2. Tingkat motivasi ekstrinsik pada kategori sangat tinggi sebesar 15%, tinggi sebesar 22%, sedang sebesar 20%, rendah sebesar 31%, sangat rendah sebesar 12%. Berdasarkan persentase tersebut pada motivasi ekstrinsik paling banyak berada di kategori rendah.
3. Tingkat motivasi berprestasi pada kategori sangat tinggi sebesar 25%, tinggi sebesar 28%, sedang sebesar 16%, rendah sebesar, 26%, sangat rendah sebesar 5%. Berdasarkan persentase tersebut pada motivasi berprestasi paling banyak berada di kategori tinggi.

Saran

Berdasarkan penelitian diatas, peneliti dapat memberikan saran yaitu :

1. Bagi atlet PASI Kabupaten Kebumen untuk lebih menjaga motivasinya karena di era pandemi sangat banyak tantangan-tantangan yang lebih berat terutama mengenai masalah kesehatan.
2. Bagi pihak PASI Kabupaten Kebumen selalu rutin me-monitoring atlet-atletnya, dan memperhatikan faktor-faktor yang mendukung motivasi atlet berlatih dan berprestasi walaupun dalam keadaan pandemi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*.
- Azwar, S. (2012). *Validitas dan Reliabilitas*. Pustaka Pelajar.
- Fajar, M. K., Pramono, B. A., & Agung, N. (2021). *The Impact Of Covid-19 Pandemic On Online Learning In Sports Coaching Education Dampak Pandemi Covid-19 Pada Pembelajaran Online Pendidikan Pembinaan Olahraga terdapat lebih dari 1000 orang . Virus ini bisa menyebar melalui udara , sentuhan ekonomi , pend. 4(2), 235–247.*
- Fitriyanto, D., & Wahyuniati, F. S. (2019). Tingkat Motivasi Atlet Mengikuti Latihan di UKM Atletik UNY. *Jurnal Keolahragaan UNY*.
- Levani, Y., Prastya, A. D., & Mawaddatunnadila, S. (2021). Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Patogenesis, Manifestasi Klinis dan Pilihan Terapi. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan, 17(1), 44–57.*
- Maksum, A. (2018). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Unesa University Press.
- Marheni, E., Purnomo, E., & Cahyani, F. I. (2019). The Role of Motivation in Increasing Achievement: Perspective Sports Psychology. *2nd International Conference on Sports Sciences and Health 2018 (2nd ICSSH 2018), 59–62.*
- Mehrsafar, A. H., Gazerani, P., Zadeh, A. M., & Sánchez, J. C. J. (2020). Addressing potential impact of COVID-19 pandemic on physical and mental health of elite athletes. *Brain, Behavior, and Immunity, 87, 147.*
- Merdeka, S. (2021). *PPKM Darurat, Kejurnas Atletik Jateng Terbuka Batal Digelar*.
- Pfefferbaum, B., & North, C. S. (2020). Mental health and the Covid-19 pandemic. *New England Journal of Medicine, 383(6), 510–512.*
- Purwanto, E. (2014). Model motivasi trisula: sintesis baru teori motivasi berprestasi. *Jurnal Psikologi, 41(2), 218–228.*
- Pusat, P. (2020). *Peraturan Pemerintah Nomor 21 Tahun 2020* (Issue Kebijakan Pembatasan Mobilitas Masyarakat).
- Rahayuni, K. (2020a). Kesehatan Mental Atlet Indonesia Saat Pandemi COVID-19: Tantangan, Rekomendasi Dan Peluang Riset. *Jurnal Sains Keolahragaan Dan Kesehatan, 5, 105–121.*
- Rahayuni, K. (2020b). Kesehatan Mental Atlet Selama Pandemi. *Rumah Sakit Olahraga Nasional Cibubur*.
- Ridlo, I. A. (2020). Pandemi Covid-19 dan tantangan kebijakan kesehatan mental di Indonesia. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental, 5(2), 162–171.*
- Rumidi, S. (2012). *Metodologi Penelitian*. Gajah Mada University Press.
- Sardiman. (2014). *Interaksi Dan Motivasi Belajar Mengajar*. PT Raja Grafindo Persada.
- Sriundy, I. M. (2015). *Metodologi Penelitian*. Unesa University Press.
- Sudarwati, L. (2020). *Meningkatkan Motivasi & Kesehatan Mental Atlet Pada Masa Pandemi COVID-19*.
- Sugiyono. (2013). *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. ALFABETA.
- Sukadiyanto, & Muluk, D. (2011). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. CV Lubuk Ageng.
- Supriyanto, A. (2015). *PSIKOLOGI OLAHRAGA* (T. Setiawan, D. H. Satriya, & P. W. Tri (eds.); 1st ed.). UNY Press.
- Surahman, Rachmat, M., & Supardi, S. (2016). *Metodologi Penelitian*. Pusdik SDM Kesehatan.
- Susilo, A., Rumende, C. M., Pitoyo, C. W., Santoso, W. D., Yulianti, M., Herikurniawan, H., Sinto, R., Singh, G., Nainggolan, L., & Nelwan, E. J. (2020). Coronavirus disease 2019: Tinjauan literatur terkini. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia, 7(1), 45–67.*
- Tangkudung, J., & Mylsidayu, A. (2017). *MENTAL TRAINING : ASPEK-ASPEK PSIKOLOGI DALAM OLAHRAGA* (F. Kurniawan (ed.)). CAKRAWALA CENDEKIA.
- WHO. (2020). *Novel Coronavirus (2019-nCoV)* (Issue January).