



MOTIVASI ATLET ATLETIK DALAM MENGIKUTI LATIHAN DI PERSATUAN ATLETIK SELURUH INDONESIA (PASI) KOTA BLITAR UNTUK MENUNJANG PRESTASI DI PORPROV JAWA TIMUR VIII

Ahmad Iqbal Mustofa*, Fifit Yeti Wulandari

S1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya

[*Ahmad.19013@mhs.unesa.ac.id](mailto:Ahmad.19013@mhs.unesa.ac.id), fifitwulandari@unesa.ac.id

Dikirim: 01-01-2024; Direview: 05-01-2024; Diterima: 08-01-2024;

Diterbitkan: 08-01-2024

Abstrak

Penelitian ini, menganalisis tentang permasalahan tingkat motivasi di atlet atletik PASI Kota Blitar dalam menunjang prestasi di PORPROV ke-VIII. Menganalisis bahwa PASI Kota Blitar mampu mengevaluasi atlet dan juga pelatih, serta mengetahui tingkat motivasi latihan dari masing-masing atlet. Motivasi dalam olahraga merupakan pondasi awal atau dorongan moral dalam melakukan olahraga. Motivasi dibagi menjadi 2, motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Populasi ini sebanyak atlet atletik PASI Kota Blitar yang usia remaja berjumlah 35 atlet dan sampel sebanyak atlet yang dipersiapkan untuk ikut dalam PORPROV ke-VIII berjumlah 14 atlet dan yang sudah masuk limit sebanyak 8 atlet. Berdasarkan penelitian Faktor Ekstrinsik, hasil yang didapatkan adalah tingkat motivasi berkategori sangat tinggi 1 atlet atau 7,1, tinggi 3 atlet atau 21,4%, sedang 5 atlet atau 35,7%, rendah 4 atlet atau 28,6%, sangat rendah 1 atlet atau 7,1%. Sedangkan penelitian berdasarkan faktor intrinsik, tingkat motivasi yang berkategori sangat tinggi 1 atlet atau 7,1, tinggi 4 atlet atau 28,6%, sedang 4 atlet atau 28,6%, rendah 28 atlet atau 28,6%, sangat rendah 1 atlet atau 7,1%. Sehingga didapatkan kesimpulan bahwa berdasarkan faktor instrinsik semakin atlet memiliki tingkat kreatifitas yang tinggi maka semakin tinggi tingkat motivasi atlet dalam meraih prestasi. Faktor ekstrinsik indikator yang paling dominan adalah indikator komitmen. Karena sebelum menjadi atlet harus berkomitmen untuk latihan dengan giat, tanggung jawab dan disiplin karena hal ini dapat berpengaruh pada prestasi atlet. Berdasarkan hasil penelitian, terdapat rekomendasi dan saran untuk PASI Kota Blitar yakni melakukan pemusatan latihan beberapa bulan sebelum PORPROV Jawa Timur selanjutnya, hal ini dilaksanakan agar pelatih dapat mengetahui perkembangan atlet yang sedang dipersiapkan.

Kata Kunci : Motivasi, Prestasi, PASI Kota Blitar

Abstract

This study analyzes the problem of the level of motivation in Indonesian Athletic Association (PASI) Blitar City athletes in supporting achievements at the 8th PORPROV. The main idea is that PASI Blitar City could evaluate their athletes and coaches and determine their training motivation level. Motivation in sports is the initial foundation or moral encouragement for doing sports. The motivation is divided into two types: intrinsic and extrinsic. The author will use a quantitative research method with the population of PASI athletes from Blitar City who are teenagers, totaling 35 athletes, and a sample of 14 athletes who are prepared to participate in the 8th PORPROV and eight athletes who have entered the limit. Based on extrinsic factors research, the results obtained were that the level of motivation was categorized as very high one athlete or 7.1, high three athletes or 21.4%, medium five athletes or 35.7%, low four athletes or 28.6%, deficient one athlete or 7.1%. Meanwhile, research based on intrinsic factors shows that the level of motivation in the very high category is one athlete or 7.1, high four athletes or 28.6%, medium four athletes or 28.6%, low 28 athletes or 28.6%, deficient one athlete or 7.1%. Thus, it was concluded that based on intrinsic factors, the more an athlete has a high level of creativity, the higher the athlete's motivation to achieve achievements. The most dominant extrinsic factor is the commitment indicator. Before becoming an athlete, the athletes must commit to training diligently, with responsibility and discipline, because this can affect the athlete's performance. Based on the research results, there are recommendations and

suggestions for PASI Blitar City. They are holding a training camp several months before the next East Java PORPROV so that coaches can find out the progress of the prepared athletes.

Keywords : *Motivation, Achievement, PASI Blitar City*

1. PENDAHULUAN

Olahraga merupakan aktivitas yang berguna untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Secara khusus dapat meningkatkan metabolisme organ tubuh manusia, kondisi saraf, pernapasan, peredaran darah dan menjaga kesehatan tubuh. Melalui olahraga banyak orang dapat menyalurkan hobinya, dan hobi tersebut dapat menjadikan prestasi. Banyak atlet hebat lahir dari kesukaannya dengan olahraga. Untuk menggapai prestasi yang maksimal dibutuhkan latihan yang sistematis serta cocok dengan prinsip-prinsip latihan, Training atau latihan merupakan proses yang sistematis dari berlatih ataupun bekerja, yang dicoba secara berulang-ulang, dengan makin hari makin menaikkan jumlah beban latihannya. Atlet harus melalui tahapan ini karena Latihan adalah tahapan yang paling mendasar dan berjenjang, tanpa adanya Latihan atlet tidak akan mencapai kepada peak performance dan prestasi yang maksimal (firmansyah et al., 2020; Fisher, 2023; Li et al., 2023; Susanto et al., 2023; Towlson et al., 2021). Dalam hal ini peran pelatih dan atlet dalam meningkatkan prestasi sangatlah berkesinambungan. Salah satunya di Persatuan Atletik Seluruh Indonesia Kota Blitar.

Atletik merupakan olahraga yang tertua karena sejak manusia ada mereka melakukan gerakan-gerakan dalam atletik seperti berjalan, berlari, melompat dan melempar untuk mempertahankan hidup, baik mencari nafkah maupun menghindari gangguan alam sekitar. Di Indonesia telah melahirkan atlet atletik berprestasi yang berhasil meraih medali di berbagai kompetisi internasional, termasuk olimpiade dan kejuaraan dunia atletik atau World athletic. Federasi Atletik Indonesia (PASI) bertanggung jawab terhadap pengembangan dan pengelolaan atletik di Indonesia (Akhir & Wulandari, 2021).

PASI Kota Blitar merupakan pembinaan atlet daerah untuk mencapai prestasi Nasional maupun Internasional. Atlet adalah individu yang memiliki keunikan dan memiliki bakat tersendiri melalui pola perilaku dan juga kepribadian tersendiri serta memiliki latar belakang kehidupan yang mempengaruhi secara spesifik pada dirinya. Di PASI Kota Blitar susunan atletnya terdiri dari siswa dan siswi SD sampai dengan SMA bahkan ada juga yang sudah berkuliah. Tahapan atlet di PASI Kota Blitar mulai dari Fundamental Training sampai ke Train To WIN, dan dibagi menjadi beberapa kelas yaitu junior, pra remaja, remaja, sampai dengan senior. Maka dari itu banyak siswa dan siswi di Kota Blitar yang berminat bergabung di PASI Kota Blitar, dan juga beragam motivasi atau niat untuk mereka ikut dalam PASI Kota Blitar.

Pada dasarnya prestasi olahraga membawa dampak besar bagi suatu daerah (kota, kabupaten, atau negara) merupakan suatu kebanggaan atau prestise sehingga dihargai oleh daerah lain, pengakuan politik, sampai pada bidang ekonomi. Dalam PASI Kota Blitar sendiri, memprogram para atletnya untuk meraih hasil terbaik dalam setiap kejuaraan, khususnya Pekan Olahraga Provinsi Jawa Timur (PORPROV). Semua Crew pelatih telah menyusun program Latihan yang menunjang Prestasi atau hasil yang maksimal di PORPROV Jawa Timur nanti. Namun terdapat kendala dari para atlet itu sendiri, karena para atlet harus melewati banyak jadwal sekolah, sehingga program tersebut kurang maksimal untuk mencapai tujuan. Dan faktor penting yang menjadi kekurangan para atlet adalah motivasi dari diri sendiri karena mereka masih belum yakin bisa bersaing di PORPROV Jawa Timur (Azziz & Kumaat, 2020).

Tolak ukur dari pembinaan PASI suatu kabupaten atau kota yang ada di Jawa Timur adalah PORPROV. Karena PORPROV merupakan event terbesar di Jawa Timur dan bisa dikatakan mirip dengan Pekan Olahraga Nasional atau PON singkatnya, namun dalam skala yang lebih kecil. Dari sini dapat disimpulkan bahwa seluruh PASI se-jawa timur memperebutkan hasil yang terbaik di ajang PORPROV VIII. Di Kota Blitar sendiri dari tahun ke tahun prestasi atlet atletik pasi Kota Blitar selalu menurun dari Porprov ke-IV di madiun sampai Porprov ke-VII di Jember, yang awalnya bisa mendapatkan beberapa medali akan tetapi lama kelamaan prestasinya mulai menurun. Atlet atletik PASI Kota Blitar mengalami penurunan hasil pada PORPROV ke-V di Bayuwangi karena tidak bisa menyumbangkan medali sama sekali. Alasannya adalah kurangnya regenerasi, tetapi pada PORPROV ke-VI di Tuban Atlet atletik PASI Kota Blitar mampu menyumbangkan medali emas. Dan pada PORPROV ke-VII di Jember prestasinya Kembali menurun, dan hanya mampu menyumbangkan 1 perak dan 1 perunggu. Faktor yang mempengaruhinya adalah kurangnya latihan pada saat pandemi dan saat PORPROV ke-VII, PASI Kota Blitar tidak mampu mendapatkan hasil yang terbaik tetapi catatan waktu dari masing-masing atlet meningkat, Apalagi pada nomor estafet yang digadang-gadang akan mendapatkan medali di PORPROV ke VII. Nyatanya hasil yang didapat jauh dari ekspektasi dari pelatih dan juga jajaran pengurus. Atlet Atletik PASI Kota Blitar tidak mampu menembus babak final. Setelah PORPROV ke-VII selesai, para pelatih dan pengurus mengevaluasi para atlet.

Peneliti juga ikut andil dalam evaluasi tersebut, yang didapatkan hasilnya ada beberapa faktor yang mempengaruhi atlet kurang berprestasi pada PORPROV ke-VII. Antara lain : Kurangnya Motivasi

dari diri atlet itu sendiri, kurangnya rasa percaya diri pada atlet itu sendiri, latihan tidak bersungguh dan kurangnya training camp oleh KONI Kota Blitar agar pelatih dapat mengetahui perkembangan atlet secara langsung, dan tidak hadir sesuai jadwal latihan. Yang sangat berpengaruh pada atlet di PASI Kota Blitar adalah kurangnya motivasi dari atlet untuk berprestasi dan hanya menggugurkan kewajiban, dengan datang ke stadion dan hanya latihan saja. Motivasi dalam olahraga merupakan kunci kesuksesan bagi atlet untuk meraih prestasinya. Motivasi untuk melakukan sesuatu dapat bersumber dari dalam diri sendiri (intrinsik) dan dari luar diri sendiri (ekstrinsik) (Jordalen et al., 2020; Sulistianta & Nanda, 2022; Tur-Porcar & Ribeiro-Soriano, 2020). Kedua motivasi ini akan berjalan dengan baik jika dibimbing baik oleh pelatih dan membuat suasana yang menarik agar motivasi atlet selalu selalu meningkat. Hal ini muncul melalui peningkatan prestasi dan mendapatkan juara. Saat atlet mencapai tujuan atau mencapai performa terbaiknya, atlet tersebut akan merasa bangga dan termotivasi untuk terus berlatih.

Berdasarkan permasalahan yang ada. Munculah ide dan yang dapat diteliti oleh peneliti dengan judul “Motivasi Atlet Atletik Dalam Mengikuti Latihan Di Persatuan Atletik Seluruh Indonesia (PASI) Kota Blitar Untuk Menunjang Prestasi Di Porprov Jawa Timur VIII”. Dengan tujuan untuk mengetahui tingkat motivasi atlet atletik PASI Kota Blitar untuk menunjang prestasi di PORPROV Ke-VIII.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan penelitian kuantitatif, penelitian kuantitatif adalah penelitian yang mengambil data dalam jumlah banyak. Peneliti menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Waktu penelitian ini direncanakan hari sabtu, tanggal 7 September 2023 jam 3 sore di Stadion Soeprijadi. Metode penelitian ini menggunakan metode survei yang teknik pengumpulan datanya menggunakan angket atau kuesioner. Dengan cara memberikan angket dan menyebarkan angket kepada seluruh atlet atletik PASI Kota Blitar yang berpotensi membela KOTA Blitar di PORPROV KE VIII, dengan sampel 14 atlet. Instrumen yang digunakan adalah angket yang terdiri dari pernyataan positif dan negatif. Agar data yang diperoleh dalam penelitian bersifat kuantitatif, maka setiap butir jawaban diberi skor dalam bentuk skala likert yang telah dimodifikasi (Saphira & Prahani, 2022). Kemudian, data disajikan dalam bentuk tabel frekuensi, yang menggunakan rumus klasifikasi dimasukkan dalam pengkategorian. Pengkategorian dibagi menjadi lima kategori yaitu kategori sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Serta menyajikan data dalam bentuk histogram (Krisno et al., 2021; Nova et al., 2021).

3. HASIL

Hasil penelitian mengenai tingkat motivasi atlet atletik dalam mengikuti latihan di Persatuan Atletik Seluruh Indonesia (PASI) Kota Blitar untuk menunjang prestasi di PORPROV Jawa Timur VIII. Penelitian yang dilakukan pada hari kamis, 7 September 2023 dan memperoleh responden atau atlet dengan jumlah 14. Dari angket yang telah diisi oleh responden hasilnya akan saya deskripsikan sebagai berikut:

- a. Deskripsi Hasil Tingkat Motivasi Atlet Atletik PASI Kota Blitar Dalam Mengikuti Latihan untuk Menunjang Prestasi di PORPROV Jawa Timur VIII

Tabel 1. Statistik tingkat motivasi

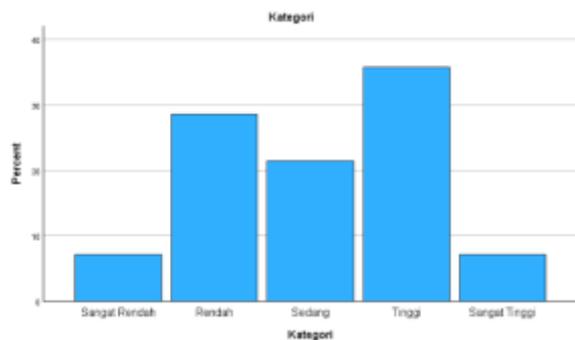
N	Tingkat Motivasi	
	Valid	Missing
	14,0	0,0
Mean	148,9	
Median	149,5	
Mode	129,0	
Std. Deviation	18,1	
Minimum	118,0	
Maximum	177,0	

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui tingkat motivasi atlet atletik PASI Kota Blitar dalam mengikuti latihan untuk menunjang prestasi di PORPROV Jawa Timur VIII dengan rata-rata sebesar 148,9. Nilai tengah 149,5. Nilai yang sering muncul 129,0. Dan nilai simpangan baku 18,1. Sedangkan nilai maksimalnya adalah 177 dan nilai minimalnya 118,0. Dari hasil data diatas dapat dikategorikan tingkat Motivasi atlet atletik PASI Kota Blitar dalam mengikuti latihan untuk menunjang prestasi di PORPROV Jawa Timur VIII. Perhitungan tersebut disajikan dalam Tabel 2.

Tabel 2. Kategorisasi tingkat motivasi

Interval	Kategori	Frekuensi	Persen (%)	Persen Kumulatif
$X \leq 123,2$	Sangat Rendah	1	7,1	7,1
$123,2 < X \leq 140,5$	Rendah	4	28,6	35,7
$140,5 < X \leq 157,7$	Sedang	3	21,4	57,1
$157,7 < X \leq 176,08$	Tinggi	5	35,7	92,9
$X > 176,08$	Sangat Tinggi	1	7,1	100,0
Total		14	100,0	

Grafik 1 merupakan tingkat motivasi atlet atletik PASI Kota Blitar dalam mengikuti latihan untuk menunjang prestasi di PORPROV Jawa Timur VIII.



Grafik 1. Diagram tingkat motivasi

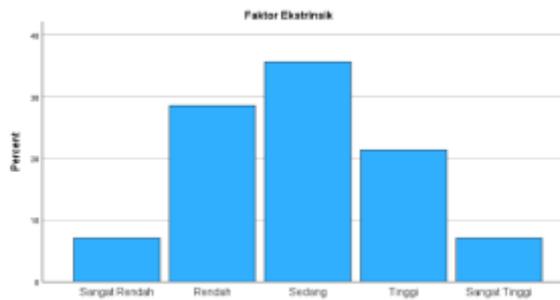
Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa tingkat motivasi atlet atletik PASI Kota Blitar dalam mengikuti latihan untuk menunjang prestasi di PORPROV Jawa Timur VIII adalah tinggi dengan 5 atlet atau 35,7%. Tingkat motivasi atlet atletik PASI Kota Blitar dalam mengikuti latihan untuk menunjang prestasi di PORPROV Jawa Timur VIII yang berkategori sangat tinggi 1 atlet atau 7,1, tinggi 5 atlet atau 35,7%, sedang 3 atlet atau 21,4%, rendah 4 atlet atau 35,7%, sangat rendah 1 atlet atau 7,1%. Tingkat Motivasi atlet PASI Kota Blitar dalam mengikuti latihan untuk meningkatkan prestasi di PORPROV Jawa Timur ke-VIII didasari dari dua jenis sumber motivasi yaitu faktor intrinsik dan ekstrinsik, kedua faktor tersebut sangat berpengaruh pada tingkat motivasi latihan di PASI Kota Blitar. Berikut hasil penelitian faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat tingkat atlet atletik PASI Kota Blitar dalam mengikuti latihan untuk menunjang prestasi di PORPROV Jawa Timur ke-VIII.

b. Deskripsi Tingkat Motivasi Atlet Atletik PASI Kota Blitar dalam Mengikuti Latihan untuk Menunjang Prestasi di PORPROV Jawa Timur VIII Berdasarkan Faktor Ekstrinsik

Tabel 3. Kategorisasi tingkat motivasi berdasarkan faktor ekstrinsik

Interval	Kategori	Frekuensi	Persen (%)	Persen Kumulatif
$X \leq 62,15$	Sangat Rendah	1	7,1	7,1
$62,15 < X \leq 70,00$	Rendah	4	28,6	35,7
$70,00 < X \leq 77,85$	Sedang	5	35,7	71,4
$77,85 < X \leq 84,77$	Tinggi	3	21,4	92,9
$X > 84,77$	Sangat Tinggi	1	7,1	100,0
Total		14	100,0	

Grafik 2 merupakan tingkat motivasi atlet atletik PASI Kota Blitar dalam mengikuti latihan untuk menunjang Prestasi di PORPROV Jawa Timur VIII Berdasarkan faktor ekstrinsik.



Grafik 2. Diagram tingkat motivasi berdasarkan faktor ekstrinsik

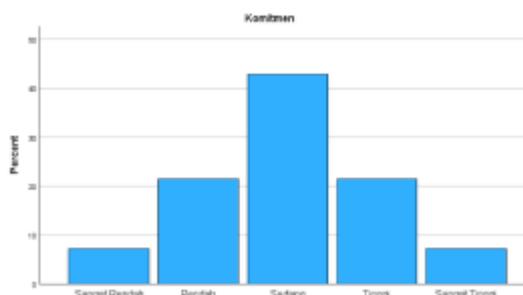
Berdasarkan Tabel 3, hasil penelitian pada tingkat motivasi atlet atletik PASI Kota Blitar dalam mengikuti latihan untuk menunjang prestasi di PORPROV Jawa Timur ke-VIII Berdasarkan Faktor Ekstrinsik berkategori sangat tinggi 1 atlet atau 7,1, tinggi 3 atlet atau 21,4%, sedang 5 atlet atau 35,7%, rendah 4 atlet atau 28,6%, sangat rendah 1 atlet atau 7,1%. Dalam penelitian ini faktor ekstrinsik didasari oleh 2 indikator yaitu komitmen dan umpan balik. Berikut hasil penelitian masing-masing indikator tersebut:

1) Komitmen

Tabel 4. Kategorisasi tingkat motivasi berdasarkan indikator komitmen

Interval	Kategori	Frekuensi	Persen (%)	Persen Kumulatif
$X \leq 31,19$	Sangat Rendah	1	7,1	7,1
$31,19 < X \leq 35,68$	Rendah	3	21,6	28,6
$35,68 < X \leq 40,17$	Sedang	6	42,9	71,4
$40,17 < X \leq 44,66$	Tinggi	3	21,4	92,9
$X > 44,66$	Sangat Tinggi	1	7,1	100,0
Total		14	100,0	

Grafik 3 merupakan tingkat motivasi atlet atletik PASI Kota Blitar dalam mengikuti latihan untuk menunjang Prestasi di PORPROV Jawa Timur VIII Berdasarkan indikator komitmen.



Grafik 3. Diagram tingkat motivasi berdasarkan indikator komitmen

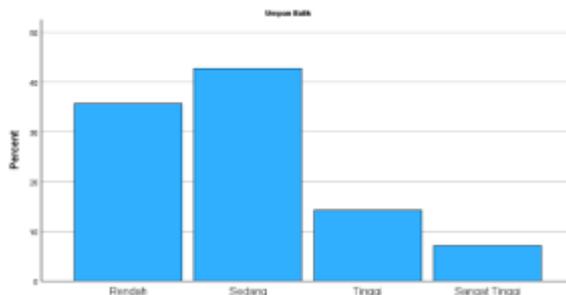
Berdasarkan Tabel 4 dan Grafik 3, hasil penelitian pada tingkat motivasi atlet atletik PASI Kota Blitar dalam mengikuti latihan untuk menunjang prestasi di PORPROV Jawa Timur ke-VIII Berdasarkan indikator komitmen, berkategori sangat tinggi 1 atlet atau 7,1, tinggi 3 atlet atau 21,4%, sedang 6 atlet atau 43,9%, rendah 3 atlet atau 21,6%, sangat rendah 1 atlet atau 7,1%.

2) Umpan Balik

Tabel 5. Kategorisasi tingkat motivasi berdasarkan indikator umpan balik

Interval	Kategori	Frekuensi	Persen (%)	Persen Kumulatif
$X \leq 29,83$	Sangat Rendah	0	0	
$29,83 < X \leq 33,94$	Rendah	5	35,7	35,7
$33,94 < X \leq 38,05$	Sedang	6	42,9	78,6
$38,05 < X \leq 42,16$	Tinggi	2	14,3	92,9
$X > 42,16$	Sangat Tinggi	1	7,1	100,0
Total		14	100,0	

Grafik 4 adalah tingkat motivasi atlet atletik PASI Kota Blitar dalam mengikuti latihan untuk menunjang Prestasi di PORPROV Jawa Timur VIII Berdasarkan indikator umpan balik.



Grafik 4. Diagram tingkat motivasi berdasarkan indikator umpan balik

Berdasarkan Tabel 5, hasil penelitian pada tingkat motivasi atlet atletik PASI Kota Blitar dalam mengikuti latihan untuk menunjang prestasi di PORPROV Jawa Timur ke-VIII Berdasarkan indikator umpan balik, berkategori sangat tinggi 1 atlet atau 7,1, tinggi 2 atlet atau 14,3%, sedang 6 atlet atau 42,9%, rendah 5 atlet atau 35,7%, sangat rendah 0 atlet atau 0,0%.

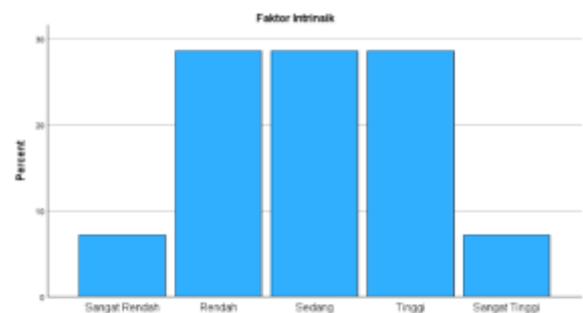
- c. Deskripsi Tingkat Motivasi Atlet Atletik PASI Kota Blitar dalam Mengikuti Latihan untuk Menunjang Prestasi di PORPROV Jawa Timur VIII Berdasarkan Faktor Intrinsik

Hasil penelitian faktor intrinsik ini diukur dengan 20 pernyataan dengan rentang skor 1- 5. Seperti pada Tabel 6.

Tabel 4.1. Kategorisasi tingkat motivasi berdasarkan faktor intrinsik

Interval	Kategori	Frekuensi	Persen (%)	Persen Kumulatif
$X \leq 59,08$	Sangat Rendah	1	7,1	7,1
$59,08 < X \leq 69,69$	Rendah	4	28,6	35,7
$69,69 < X \leq 80,30$	Sedang	4	28,6	64,3
$80,30 < X \leq 90,91$	Tinggi	4	28,6	92,9
$X > 90,91$	Sangat Tinggi	1	28,6	100,0
Total		14	100,0	

Lebih lanjut, Grafik 5 merupakan tingkat motivasi atlet atletik PASI Kota Blitar dalam mengikuti latihan untuk menunjang Prestasi di PORPROV Jawa Timur VIII berdasarkan faktor intrinsik.



Grafik 1. Diagram tingkat motivasi berdasarkan faktor intrinsik

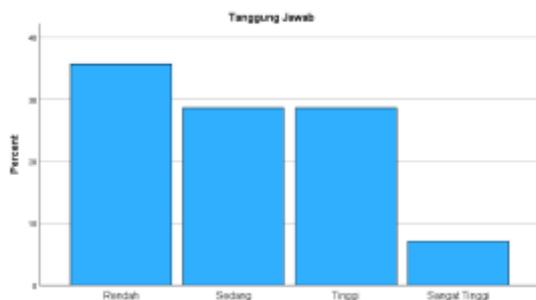
Berdasarkan Tabel 6 dan Grafik 5, hasil penelitian pada tingkat motivasi atlet atletik PASI Kota Blitar dalam mengikuti latihan untuk menunjang prestasi di PORPROV Jawa Timur ke-VIII Berdasarkan faktor intrinsik, berkategori sangat tinggi 1 atlet atau 7,1, tinggi 4 atlet atau 28,6%, sedang 4 atlet atau 28,6%, rendah 4 atlet atau 28,6%, sangat rendah 1 atlet atau 7,1%. Dalam penelitian ini faktor intrinsik didasari oleh 2 indikator yaitu tanggung jawab dan kreatif. Berikut hasil penelitian masing-masing indikator tersebut.

1) Tanggung Jawab

Berdasarkan Tabel 7 dan Grafik 6, hasil penelitian pada tingkat motivasi atlet atletik PASI Kota Blitar dalam mengikuti latihan untuk menunjang prestasi di PORPROV Jawa Timur ke-VIII. Berdasarkan indikator tanggung jawab, berkategori sangat tinggi 1 atlet atau 7,1, tinggi 4 atlet atau 28,6%, sedang 4 atlet atau 28,6%, rendah 5 atlet atau 35,7%, sangat rendah 0 atlet atau 0,0%.

Tabel 4.2. Kategorisasi tingkat motivasi berdasarkan indikator tanggung jawab

Interval	Kategori	Frekuensi	Persen (%)	Persen Kumulatif
$X \leq 29,56$	Sangat Rendah	0	0	
$29,56 < X \leq 35,71$	Rendah	5	35,7	35,7
$35,71 < X \leq 41,86$	Sedang	4	28,6	64,3
$41,86 < X \leq 48,01$	Tinggi	4	28,6	92,9
$X > 48,01$	Sangat Tinggi	1	7,1	100,0
Total		14	100,0	



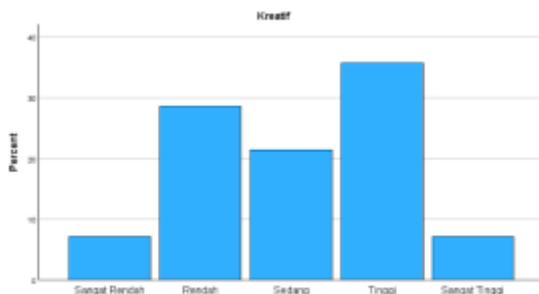
Grafik 2. Diagram tingkat motivasi berdasarkan indikator tanggung jawab

2) Kreatif

Hasil penelitian ini indikator kreatif memiliki nilai frekuensi yang tinggi seperti pada Tabel 8 dan Grafik 7.

Tabel 3. Kategorisasi tingkat motivasi berdasarkan indikator kreatif

Interval	Kategori	Frekuensi	Persen (%)	Persen Kumulatif
$X \leq 29,25$	Sangat Rendah	1	7,1	7,1
$29,25 < X \leq 33,89$	Rendah	4	28,6	35,7
$33,89 < X \leq 38,53$	Sedang	3	21,4	57,1
$38,53 < X \leq 43,17$	Tinggi	5	35,7	92,9
$X > 43,17$	Sangat Tinggi	1	7,1	100,0
Total		14	100,0	



Grafik 3. Diagram tingkat motivasi berdasarkan indikator kreatif

Berdasarkan Tabel 8 dan Grafik 7, hasil penelitian pada tingkat motivasi atlet atletik PASI Kota Blitar dalam mengikuti latihan untuk menunjang prestasi di PORPROV Jawa Timur ke-VIII Berdasarkan indikator kreatif, berkategori sangat tinggi 1 atlet atau 7,1, tinggi 5 atlet atau 35,7%, sedang 3 atlet atau 21,4%, rendah 4 atlet atau 28,6%, sangat rendah 1 atlet atau 7,1%.

4. PEMBAHASAN

Motivasi sangat berpengaruh kepada atlet, karena motivasi merupakan kondisi mental untuk mendorong atlet itu berprestasi. Pada dasarnya motivasi dalam olahraga merupakan pemegang peranan penting bagi pelatih, pengajar dan pembina olahraga, motivasi sendiri adalah dasar untuk menggerakkan dan mengarahkan perbuatan dan perilaku seseorang dalam olahraga (Campbell et al., 2022; Jariono & Subekti, 2020; Washburn et al., 2019). Atlet merupakan pelaku olahraga yang tujuan yaitu meraih prestasi, untuk meningkatkan prestasi seorang atlet harus mempunyai motivasi dan dorongan dalam melakukan latihan. Salah satunya berlatih di PASI Kota Blitar.

PASI Kota Blitar adalah wadah bagi para atlet Kota Blitar atau Kabupaten Blitar untuk meraih prestasi khususnya di dunia olahraga atletik. Karena di PASI Kota Blitar bukan hanya latihan dan meraih prestasi, akan tetapi dilatih untuk menjadi pribadi yang lebih baik untuk kedepannya dididik dengan attitude seorang atlet professional. Kesempatan untuk menyalurkan bakat, motivasi, kreatifitas dan ketrampilan ada semua di PASI Kota Blitar. Di PORPROV Jawa Timur Pasi Kota Blitar selalu menyumbangkan medali bagi kontingen Kota Blitar. Karena pembinaan ini berokus kepada prestasi regional dan nasional khususnya untuk PORPROV Jawa Timur.

Dari Hasil penelitian yang dilakukan diperoleh tingkat motivasi atlet PASI Kota Blitar yang disiapkan untuk PORPROV Jawa Timur ke-VIII antara lain, berkategori sangat tinggi 1 atlet atau 7,1, berkategori tinggi 5 atlet atau 35,7%, berkategori sedang 3 atlet atau 21,4%, berkategori rendah 4 atlet atau 28,6%, dan berkategori sangat rendah 1 atlet atau 7,1%. Dengan hasil ini dapat diartikan tingkat motivasi atlet PASI Kota Blitar yang disiapkan untuk PORPROV Jawa Timur ke-VIII berada pada ketegori tinggi. Atlet yang disiapkan untuk PORPROV Jawa Timur ke-VIII memiliki semangat yang tinggi untuk mendapatkan medali. Dorongan dari pelatih, orang tua maupun lingkungan sekitar dapat meningkat motivasi bagi atlet itu sendiri. Dengan adanya hal ini, prestasi PASI Kota Blitar di PORPROV Jawa Timur ke-VIII akan meningkat dan atlet akan bersungguh-sungguh dalam latihan agar meningkat kemampuannya.

Motivasi didasari oleh dua faktor intrinsik dan ekstrinsik. Yang mana hasil dalam penelitian ini diuraikan sebagai berikut.

a. Hasil Penelitian Faktor Ekstrinsik

Faktor ekstrinsik merupakan faktor yang berasal dari luar diri atlet, dalam hal ini atlet PASI Kota Blitar yang disiapkan untuk PORPROV Jawa Timur ke-VIII memiliki motivasi yang rata-rata kategori sedang. Hal ini diperkuat dengan dua indikator yaitu komitmen dan umpan balik, yang keduanya sama-sama memiliki kategori sedang. Adapun hal yang mempengaruhi antara lain kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar atlet dan niat atlet untuk berlatih dengan sungguh-sungguh. Kurangnya pemahaman program yang diberikan pelatih kepada atlet. Kurangnya motivasi dan pada PORPROV Jawa Timur ke-VIII, dikarenakan dari kejuaran sebelum PORPROV atlet sudah mengetahui kemampuan lawan dan merasa atlet kurang mampu untuk mengalahkannya. Akan Tetapi hasil tersebut tidak lepas juga dari dukungan orang tua, pelatih dan juga hadiah juara atau bonus dari KONI Kota Blitar jika mendapatkan medali emas, perak atau perunggu. Kedua indikator pendukung faktor ekstrinsik ini sangat berpengaruh terhadap peningkatan motivasi atlet hal ini diperkuat dengan indikator komitmen untuk mendapatkan prestasi di olahraga atletik khususnya di PORPROV ke-VIII, dan indikator umpan balik yaitu berguna untuk lingkungan sekitar dan membanggakan kedua orang tua dan juga lingkungan sekitar atlet.

b. Hasil Penelitian Faktor Ekstrinsik yang Dominan

Dari hasil penelitian mengenai indikator yang dominan pada faktor ekstrinsik, indikator komitmen memiliki nilai sedang dengan frekuensi 6 atlet atau 42,9%. Setiap atlet memiliki komitmen yang tinggi akan cenderung bekerja semaksimal mungkin untuk Tim. Menurut Liona & Jannah, (2022), seorang individu dapat dikatakan memiliki komitmen yang tinggi apabila ia mampu memberikan seluruh usaha dan tenaga yang gigih dalam melakukan pekerjaannya. Dengan hal ini mampu untuk mewujudkan Prestasi atlet PASI Kota Blitar untuk meraih prestasi di PORPROV Jawa Timur ke-VIII. Motivasi ekstrinsik adalah pendorong kerja yang bersumber dari luar diri pekerja sebagai individu berupa suatu kondisi yang mengharuskannya melaksanakan pekerjaan secara maksimal. Maka dari itu komitmen masuk kedalam faktor ekstrinsik disebut dengan komitmen normatif yaitu keterikatan seseorang dalam pekerjaan didasari oleh keharusan (based on obligation) (Baharudin & Lukman, 2023).

c. Hasil Penelitian Faktor Intrinsik

Dari hasil penelitian ini indikator kreatif memiliki nilai frekuensi yang tinggi, Akan tetapi

indikator tanggung jawab memiliki nilai frekuensi yang rendah. Menunjukkan bahwa atlet kurang memiliki tanggung jawab pada latihannya sendiri, dikarenakan jadwal atlet yang terlalu sibuk dengan pendidikannya masing-masing. Atlet juga tidak bisa membagi waktu antara olahraga, latihan, istirahat dan belajar, apabila atlet dapat membagi waktu antara olahraga, istirahat dan belajar, menurut Liona & Jannah, (2022), banyak sekali dampak positif yang dapat dirasakan pada kehidupan sehari-hari. Salah satunya adalah menjadikan olahraga sebagai rutinitas yang dapat meningkatkan kesehatan tubuh dan stamina yang tinggi. Akan tetapi kreatifitas atlet dalam meraih prestasi menjadi faktor utama untuk meningkat motivasi atlet itu sendiri. Kreatif dalam meraih prestasi dapat diartikan banyak hal antara lain: Kreativitas membantu dalam mengembangkan strategi baru dan model pelatihan baru (Hang & Van, 2020; Tamsah et al., 2021). Atlet yang kreatif dapat menemukan cara inovatif untuk bersaing menghadapi lawan atau mengatasi tantangan tertentu di lintasan atau perlombaan. Kreativitas membantu atlet mengatasi hambatan mental yang dapat berdampak negatif pada performa. Atlet akan mencari cara untuk mengubah sikapnya terhadap situasi tertentu guna mempertahankan fokus dan motivasi. Kreativitas membantu atlet memandang olahraga sebagai sesuatu yang dinamis. Penting untuk memberikan ruang bagi kreativitas dalam pendekatan terhadap pelatih dan atlet, dan ini dapat menjadi faktor kunci dalam mencapai performa olahraga yang baik.

d. Hasil Penelitian Faktor Intrinsik yang Dominan

Dari hasil penelitian yang dilakukan indikator kreatif memiliki nilai yang tinggi dengan frekuensi 5 atlet atau 35,7%. Salah satu cara untuk mengembangkan kreativitas atlet adalah melalui Pengembangan Keterampilan, atlet yang kreatif cenderung lebih terbuka terhadap teknik atau gerakan yang belum lazim atau baru. Hal ini dapat memperluas keterampilan mereka, memungkinkan mereka untuk menghadapi situasi yang berbeda dengan lebih baik. Hal ini membuat nilai plus bagi peneliti pelatih karena atlet sudah mau menambah latihan mandiri. Pelatih dan atlet yang kreatif dapat mengembangkan latihan yang inovatif untuk meningkatkan prestasi (Hodges & Lohse, 2022; Ibrahim et al., 2022; Pangestu & Hermanto Karwan, 2021). Pendekatan baru dalam latihan bisa membawa hasil yang lebih baik dan latihan menjadi nyaman dan tidak membosankan.

5. SIMPULAN DAN REKOMENDASI

a. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tingkat motivasi atlet atletik PASI Kota Blitar dalam mengikuti latihan untuk menunjang prestasi di PORPROV Jawa Timur ke-VIII, faktor yang sangat berpengaruh adalah Faktor

intrinsik, berkategori sangat tinggi 1 atlet atau 7,1, tinggi 4 atlet atau 28,6%, sedang 4 atlet atau 28,6%, rendah 28 atlet atau 28,6%, sangat rendah 1 atlet atau 7,1%. Dan indikator tanggung jawab berkategori rendah sebesar 35,7% dan indikator kreatif berkategori tinggi sebesar 35,7%.

Sedangkan untuk Faktor ekstrinsik, berkategori sangat tinggi 1 atlet atau 7,1, tinggi 3 atlet atau 21,4%, sedang 5 atlet atau 35,7%, rendah 4 atlet atau 28,6%, sangat rendah 1 atlet atau 7,1%. Indikator komitmen berkategori sedang sebesar 43,9% dan indikator umpan balik berkategori sedang sebesar 35,7%.

b. Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan diatas rekomendasi yang dapat disampaikan dalam penelitian ini yakni untuk Pasi Kota Blitar sendiri harus memberikan pengalaman yang lebih kepada atlet yang disiapkan untuk PORPROV Jawa Timur ke-VIII, bukan hanya pengalaman akan tetapi jam terbang juga perlu agar atlet memiliki tanggung jawab dan komitmen pada hal tersebut. Dan melakukan try out dan try in beberapa bulan sebelum PORPROV Jawa Timur ke-VIII. Melakukan pemusatan latihan beberapa bulan sebelum PORPROV Jawa Timur selanjutnya dilaksanakan, membuat atlet dan pelatih dapat mengetahui perkembangan atlet yang sedang dipersiapkan. Meningkatkan kualitas program latihan secara inovatif dan kreatif agar atlet tidak merasa bosan dalam mengikuti latihan. Memberikan dorongan motivasi dan menguatkan mental pada atlet yang memiliki motivasi rendah, agar atlet memiliki rasa semangat dan daya juang dalam menghadapi PORPROV ke-VIII dan kejuaraan-kejuaraan lainnya, agar bisa meningkat prestasi PASI Kota Blitar dan menjadi kebanggaan Kota Blitar sendiri.

REFERENSI

- Akhir, R. A. A., & Wulandari, F. Y. (2021). Evaluasi pembinaan cabang olahraga atletik PASI Kabupaten Bojonegoro. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(12), 67–81.
- Azziz, T. A., & Kumaat, N. A. (2020). Evaluasi analisis swot pembinaan prestasi cabang olahraga hoki di kabupaten gresik. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 8(4), 255–262.
- Baharudin, D. A., & Lukman, H. (2023). *Pengaruh intrinsik dan ekstrinsik motivasi terhadap komitmen organisasi dengan cross culture sebagai variabel mediasi*. Thesis. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Campbell, S., Manninen, M., & Yli-Piipari, S. (2022). Connecting theory to practice: How

psychological need-supportive coaching improves athlete motivation. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 93(1), 28–35. <https://doi.org/10.1080/07303084.2021.2000531>

- Firmansyah, A., Rahayu, S., & Nasuka, N. (2020). Evaluation of women's volleyball coaching program on student sports training education center in musi banyuasin indonesia. *Journal of Physical Education and Sports*, 9(3), 289-296.
- Fisher, K. M. (2023). The Peak performance pyramid for motor skills: A conceptual framework for helping learners reach their potential. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 94(7), 10–18. <https://doi.org/10.1080/07303084.2023.2237561>
- Hang, L. T., & Van, V. H. (2020). Building strong teaching and learning strategies through teaching innovations and learners' creativity: A study of vietnam universities. *International Journal of Education and Practice*, 8(3), 498–510. <https://doi.org/10.18488/journal.61.2020.83.498.510>
- Hodges, N. J., & Lohse, K. R. (2022). An extended challenge-based framework for practice design in sports coaching. *Journal of Sports Sciences*, 40(7), 754–768. <https://doi.org/10.1080/02640414.2021.2015917>
- Ibrahim, T., Akbari, S. I., & Suaidah, S. (2022). Principal's behavior in strengthening teacher innovation and creativity during the COVID-19 pandemic. *Nidhomul Haq: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 7(1), 116–124. <https://doi.org/10.31538/ndh.v7i1.1813>
- Jariono, G., & Subekti, N. (2020). Sports motivation survey and physical activity students of sport education teacher training and education faculty FKIP muhammadiyah university surakarta. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(2), 86–95. <https://doi.org/10.33369/jk.v4i2.12449>
- Jordalen, G., Lemyre, P.-N., & Durand-Bush, N. (2020). Interplay of motivation and self-regulation throughout the development of elite athletes. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 12(3), 377–391. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2019.1585388>
- Krisno, K., Gustiawati, R., & Iqbal, R. (2021). Tingkat kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran penjas di SMP asrama al fath kota bekasi. *Jurnal Literasi Olahraga*, 1(2), 131–140. <https://doi.org/10.35706/jlo.v1i2.3893>
- Li, B., Ding, C., Shi, H., Fan, F., & Guo, L. (2023). Assessment of psychological zone of optimal performance among professional athletes: EGA

- and item response theory analysis. *Sustainability*, 15(10), 1-10. <https://doi.org/10.3390/su15107904>
- Liona, N. S., & Jannah, M. (2022). Hubungan antara komitmen karier dengan kesuksesan karier subjektif pada atlet mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(3), 34–42.
- Nova, P., Gani, R. A., & Julianti, R. R. (2021). Tingkat kecemasan siswa kelas VII SMP Negeri 2 telagasari dalam pembelajaran pendidikan jasmani menghadapi pertemuan tatap muka di sekolah pada masa pandemi COVID 19. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(5), 292–300. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5541025>
- Pangestu, U., & Hermanto, K. D. (2021). The role of the principal to increase teacher innovation and creativity during the pandemic. *Nidhomul Haq: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 6(2), 251–266.
- Saphira, H. V., & Prahani, B. K. (2022). Profile of senior high school students' critical thinking skills and the need of implementation PBL model assisted by augmented reality book. *Jurnal Pendidikan Sains Indonesia*, 10(3), 579–591. <https://doi.org/10.24815/jpsi.v10i3.25031>
- Sulistianta, H., & Nanda, F. A. (2022). Review of research articles on intrinsic and extrinsic motivation on athlete success. *Journal of Physical Education*, 9(2), 37–44. <https://doi.org/10.15294/jpehs.v9i2.37712>
- Susanto, E., Bayok, M., Satriawan, R., Festiawan, R., Kurniawan, D. D., & Putra, F. (2023). Talent identification predicting in athletics: a case study in indonesia. *Annals Applied Sport Science*, 11(1), 1-12. <https://doi.org/10.52547/aassjournal.1102>
- Tamsah, H., Ilyas, J. B., & Yusriadi, Y. (2021). Create teaching creativity through training management, effectiveness training, and teacher quality in the COVID-19 pandemic. *Journal of Ethnic and Cultural Studies*, 8(4), 18–35. <https://doi.org/10.29333/ejecs/800>
- Towlson, C., Salter, J., Ade, J. D., Enright, K., Harper, L. D., Page, R. M., & Malone, J. J. (2021). Maturity-associated considerations for training load, injury risk, and physical performance in youth soccer: One size does not fit all. *Journal of Sport and Health Science*, 10(4), 403–412. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2020.09.003>
- Tur-Porcar, A., & Ribeiro-Soriano, D. (2020). The role of emotions and motivations in sport organizations. *Frontiers in Psychology*, 11, 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00842>
- Washburn, N. S., R Richards, K. A., & Sinelnikov, O. A. (2019). The development of US physical education teachers' motivating styles: A socialization perspective. *European Physical Education Review*, 26(2), 495–514. <https://doi.org/10.1177/1356336X19873355>