



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research
Volume 3 Nomor 2 Tahun 2023 Page 33-42
E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246
Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Motivasi Mahasiswa Dalam Pembelajaran Atletik

Agus Sutriawan¹ * , Muhammad Akbar Syafruddin²

Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Makassar

Email: agus.sutriawan@unm.ac.id¹ *

Abstrak

Dalam pembelajaran olahraga khususnya atletik (sprint 100 meter), menjadi materi pokok di sekolah. Oleh karena itu, perlu dilakukan pengumpulan data untuk memahami motivasi mahasiswa agar selanjutnya dapat disesuaikan dengan kebutuhan mahasiswa atau sebagai penilaian pembelajaran atletik. Artikel ini mengkaji motivasi mahasiswa di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar dalam mengikuti pembelajaran atletik (lari cepat 100 meter). Penelitian ini menggunakan teknik penelitian survey. Observasi, kuesioner, dan dokumentasi digunakan sebagai metode pengumpulan data. Berdasarkan analisis data, penelitian ini sampai pada kesimpulan bahwa faktor internal yang paling mendorong mahasiswa untuk berpartisipasi dalam pembelajaran atletik. Faktor internal ini berkembang dalam diri sendiri, mendorong mahasiswa untuk dapat mengikuti pelajaran bahkan mencapai tingkat prestasi olahraga. Untuk dapat memberikan mahasiswa metode yang tepat dalam pembelajaran akan menjadi tantangan tersendiri bagi pengajar.

Kata Kunci: Motivasi, Pendidikan Jasmani, Atletik

Abstract

In sports learning, especially athletics (100-meter sprint), it becomes the main subject at school. Therefore, it is necessary to collect data to understand student motivation so that later it can be adjusted to the needs of students or as an assessment of athletic learning. This article examines the motivation of students in FIK UNM in participating in athletic learning (100 meter sprint). This study uses survey research techniques. Observations, questionnaires, and documentation were used as data collection methods. Based on data analysis, this study came to the conclusion that internal factors

most encourage students to participate in athletic learning. This internal factor develops within oneself, encouraging students to be able to follow lessons and even reach the level of sporting achievement. To be able to give students the right method of learning will be a challenge for the teacher.

Keyword: *Motivation, Physical Education, Athletic*

PENDAHULUAN

Pembangunan olahraga terkait erat dengan situasi, keadaan, budaya, pandangan hidup, dan tingkat perkembangan suatu negara. Kemajuan olahraga suatu bangsa merupakan wujud dari peningkatan kualitas hidup dan kualitas bangsa secara keseluruhan. Persaingan atlet individu dan tim akan dipengaruhi oleh perkembangan yang semakin canggih baik dalam partisipasi olahraga maupun prestasi atletik. Motivasi seorang aktor olahraga juga akan dipengaruhi oleh perubahan ini. Pengaruh keberhasilan dan pembelajaran olahraga juga akan tergantung pada seberapa kuat atau lemahnya motivasi dan dari mana asalnya.

Menurut (Firmansyah, 2009), konsep motivasi berasal dari istilah motif yang dapat dipahami sebagai kekuatan yang ada dalam diri seseorang dan mendorong mereka untuk bertindak. Meskipun motif tidak dapat disaksikan secara langsung, namun dapat disimpulkan dari perilaku berupa pemberian motivasi atau energi bagi munculnya suatu perilaku tertentu. Menurut Husdarta dalam (Mulya, 2020) Motivasi berprestasi adalah dorongan untuk bertindak secara moral dengan menetapkan standar tertinggi. Seseorang dengan kebutuhan yang kuat untuk sukses cenderung berusaha untuk menyelesaikan tugas-tugas sulit dengan sukses daripada hanya demi mengangkat posisi mereka.

Bahkan jika seorang atlet memiliki keterampilan yang sangat baik tetapi tidak memiliki motivasi untuk tampil dengan baik, biasanya mereka akan gagal. Prestasi sama dengan kemampuan ditambah motivasi. Menurut Sukirno dalam (Syafuruddin et al., 2022), istilah motif yang dapat dipahami sebagai daya penggerak yang dapat mempengaruhi awal dan pelaksanaan rangkaian kegiatan dalam perilaku seseorang merupakan sumber motivasi. Seiring dengan disiplin pembinaan dan kepercayaan diri, pengembangan motivasi atlet harus dimulai sejak usia muda. Meskipun motif tidak selalu dapat dilihat secara eksplisit, namun dapat disimpulkan dari perilaku seseorang.

Seseorang atau kelompok termotivasi ketika mereka merasa terdorong atau memiliki keinginan yang kuat untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Dorongan atau dorongan internal, motivasi berasal dari diri seseorang itu sendiri. Menurut Firmandaru dalam (Fadlih & Riyanto, 2019) tujuan motivasi adalah untuk mempengaruhi atau menginspirasi seseorang sehingga timbul keinginan dan kemauan untuk melakukan tindakan agar membuahkan hasil atau mencapai tujuan tertentu. Jika tujuannya jelas, berdasarkan apa yang dimotivasi, dan sesuai dengan kebutuhan

individu yang dimotivasi, tindakan memotivasi akan lebih efektif.

Menurut Hamalik dan Firmandaru dalam (Hendri & others, 2020), setiap orang yang akan memberikan motivasi harus mengetahui dan memahami riwayat hidup, persyaratan, dan kepribadian orang yang akan dimotivasi. Mahasiswa pada awalnya tidak memiliki minat untuk belajar, tetapi ketika mereka mencari sesuatu, minat mereka berkembang. Kekuatan yang tak terbendung, dorongan psikologis yang membentuk pandangan terhadap murid pada akhirnya bermanifestasi sebagai gerakan psikofisik. Memotivasi diri sendiri untuk bertindak. Mahasiswa yang termotivasi dapat memilih perilaku mana yang akan dilakukan dan mana yang akan diabaikan (Azhuri et al., 2021). Selain itu, menurut Sardiman dalam (Riyoko, 2019), motivasi berfungsi sebagai penggerak atau mesin yang mengeluarkan energi dengan mendorong orang untuk bertindak.

Dalam situasi ini, motivasi berfungsi sebagai mesin untuk semua kegiatan yang direncanakan. Tetapkan tindakan, dengan fokus pada hasil yang diinginkan. Akibatnya, motivasi dapat memberikan pedoman dan tugas yang harus diselesaikan sejalan dengan rumusan tujuan. Mengesampingkan tindakan yang tidak membantu tujuan dan menyelesaikan tindakan, yaitu mencari tahu tindakan apa yang harus dilakukan secara selaras untuk mencapai tujuan. Sukirno dalam (Trisnawati et al., 2021) mengklaim bahwa kata "atletik" berasal dari bahasa Yunani "Athlon" yang berarti bertanding.

Oleh karena itu atletik adalah suatu kegiatan atau latihan jasmani yang melibatkan gerakan-gerakan yang wajar dan wajar sesuai dengan yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Lari, lempar, dan lompat merupakan tiga kegiatan yang secara garis besar dapat dikategorikan sebagai atletik, menurut (Silalahi, 2018). Istilah "kontes" (dari bahasa Yunani "Athlon") adalah sumber yang satu ini. Sujarwadi dalam (SUTINAH et al., 2009) menegaskan bahwa karena atletik merupakan dasar dari semua olahraga gerak, maka atletik merupakan induk dari semua olahraga. Aktivitas fisik seperti berlari, melempar, melompat, dan berjalan. Atletik, yang meliputi lari cepat, lempar, lompat, dan jalan, adalah asal dari semua olahraga. Karena gerakannya asli dan berasal dari gerakan manusia, mereka berfungsi sebagai dasar untuk semua atletik. Oleh karena itu, gerakan ini tidak mungkin dipisahkan dari keberadaan manusia.

Pelatihan atletik sangat penting untuk meningkatkan atau mengembangkan kesehatan fisik, dan seringkali merupakan landasan untuk mencapai puncak kesuksesan atletik dalam olahraga lain (FADIAHAYA, 2022). Salah satu permainan kompetitif, atletik melibatkan lempar, lari, lompat, dan gerakan lain yang dapat dilakukan di lapangan atau di luar lapangan. Atletik bekerja sangat baik untuk meningkatkan kesehatan tubuh seseorang (Bahagia, 2012). Menurut Husdarta dalam (Endrawan & Gunawan, 2017), baik variabel internal maupun eksternal dapat berdampak pada motivasi seseorang untuk berolahraga. Kepribadian atlet, tingkat pendidikan, pengalaman

sebelumnya, cita-cita, dan harapan merupakan variabel internal.

Variabel eksternal meliputi ketersediaan sarana, sarana dan prasarana, strategi pembelajaran, rencana pembelajaran, dan suasana atau iklim pembinaan. Banyak mahasiswa yang masih percaya bahwa pembelajaran atletik sprint 100 meter adalah standar karena mereka percaya bahwa itu hanya lari dan tidak sebanding dengan belajar olahraga seperti bola basket, futsal, dan permainan lain di mana mereka lebih terlibat dan bersenang-senang. Dalam artikel ini, peneliti ingin mengetahui lebih dalam tentang motivasi dan tujuan mahasiswa sekolah di Kabupaten Pinrang dalam mengikuti pembelajaran atletik (lari cepat 100 meter).

METODE PENELITIAN

Mahasiswa di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar, menjadi lokasi penelitian untuk proyek ini. Penelitian ini akan dilakukan pada bulan Februari 2023 dan akan menargetkan mahasiswa angkatan 2022 selama kurang lebih satu minggu. Kuesioner digunakan sebagai metode pengumpulan data untuk penelitian ini. Kuesioner menurut Sugiyono (2018) dalam (ANTONIUS, 2023) adalah metode pengumpulan data dimana responden diberikan daftar pertanyaan atau pertanyaan tertulis untuk diisi. Sedangkan kuesioner menurut Arikunto (2013) dalam (Saketa & Akhmady, 2022) adalah daftar pertanyaan tertulis yang digunakan untuk mengumpulkan data dari responden, seperti laporan tentang kepribadian atau pengetahuannya. Data penelitian dikumpulkan melalui penggunaan kuesioner atau dengan membagi-bagikan survei. Langkah-langkah pembuatan kuesioner dimulai dengan membuat kisi-kisi pertanyaan berdasarkan tanda-tanda variabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sprint 100 meter adalah salah satu cabang olahraga atletik. Diharapkan semua mahasiswa mengikuti pelajaran ini untuk mengembangkan keterampilan dan pengetahuan mereka. Sementara sebagian mahasiswa tidak mempedulikan pembelajaran atletik (sprint 100 meter), banyak mahasiswa lain yang menggunakan olahraga ini sebagai landasan pengembangan prestasi melalui pengajaran yang berkualitas dari instruktur olahraga. Pembelajaran atletik (sprint 100 meter) dapat digunakan di dalam kelas untuk mengembangkan karakter mahasiswa, memberikan pembinaan kebugaran dan kesehatan, mendukung pertumbuhan psikologis anak, dan meningkatkan keberhasilan akademik.

Karena keinginan untuk berkompetisi sebagai mahasiswa yang mahir dalam

pembelajaran atletik, banyak mahasiswa yang terinspirasi untuk belajar atletik (sprint 100 meter). Motivasi adalah keinginan yang diaktualisasikan untuk membuat aktualitas yang diinginkan. Hanya dorongan yang timbul dari keinginan untuk berhasil itulah yang membedakan motivasi mahasiswa. Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa :

- 1) Sebanyak 65,1% atau 97 mahasiswa yang menyatakan sangat setuju mengikuti pembelajaran atletik (lari cepat 100 meter) karena dorongan faktor internal.
- 2) Sebanyak 18,79% atau 28 mahasiswa yang menyatakan setuju mengikuti pembelajaran atletik (lari cepat 100 meter) karena dorongan faktor internal.
- 3) Sebanyak 5,36% atau 8 mahasiswa menyatakan ragu-ragu mengenai motivasinya dalam mengikuti pembelajaran atletik (lari cepat 100 meter).
- 4) Sebanyak 7,38% atau 11 mahasiswa menyatakan tidak setuju mengikuti pembelajaran atletik (lari cepat 100 meter) karena dorongan faktor internal
- 5) Sebanyak 2,6% atau 4 mahasiswa menyatakan tidak setuju mengikuti pembelajaran atletik (lari cepat 100 meter) karena dorongan faktor internal

Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar memiliki berbagai motivasi dalam mengikuti pembelajaran atletik (lari cepat 100 meter). Beberapa orang termotivasi mengikuti pembelajaran atletik (lari cepat 100 meter) karena keinginan kuat untuk sukses, sementara yang lain memiliki keinginan lain, seperti keinginan untuk disukai dan mendapatkan penghargaan dari dosen maupun teman sekelas. Variabel eksternal meliputi lingkungan, dukungan orang tua, dan dorongan berprestasi, sedangkan faktor internal meliputi perasaan senang, kemauan, kecerdasan, dan lingkungan. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa beberapa mahasiswa memiliki motivasi dalam mengikuti perkuliahan atletik khususnya dalam lari 100 meter karena faktor eksternal, seperti karena ingin berprestasi seperti teman yang lain, tuntutan dalam proses perkuliahan, dan karena ingin menyenangkan orang tua dalam usaha mendapatkan nilai yang baik.

SIMPULAN

Variabel ekstrinsik (eksternal) kurang memotivasi mahasiswa dibandingkan faktor intrinsik (internal). Hal ini menyanggah anggapan bahwa dengan memberikan insentif dari luar, mahasiswa akan terinspirasi untuk berpartisipasi dalam atletik, khususnya lari cepat 100 meter. Karena motivasi diri tidak mudah berkurang selama proses pembelajaran, itu akan berdampak lebih kuat pada mahasiswa. Misalnya, mudah untuk mengurangi atau menghilangkan motivasi eksternal (imbangan). Tanpa reward, motivasi akan menurun, yang akan berdampak pada kemampuan mahasiswa untuk melawan dan menyelesaikan sprint secara maksimal. Lain halnya jika Anda termotivasi oleh diri Anda sendiri; ini tidak memengaruhi apakah Anda menerima

imbalan dari orang lain. Untuk membantu mahasiswa memotivasi diri mereka sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- ANTONIUS, N. (2023). *SURVEI MOTIVASI BELAJAR SISWA DALAM MENGIKUTI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 09 JANGKANG KABUPATEN SANGGAU*. IKIP PGRI PONTIANAK.
- Azhuri, I. R., Purbangkara, T., & Nasution, N. S. (2021). Survei Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani pada Siswa Sekolah Luar Biasa di Kabupaten Karawang. *Jurnal Literasi Olahraga*, 2(2), 96–103.
- Bahagia, Y. (2012). Pembelajaran atletik. *Pembelajaran Atletik, Departemen Pendidikan Nasional*, 2–94.
- Endrawan, I. B., & Gunawan, F. A. (2017). Survei Motivasi Belajar Siswa Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Melalui Permainan Tradisional. *Jurnal Ilmiah Bina Edukasi*, 10(1), 13–22.
- FADIAHAYA, A. N. U. R. A. (2022). *MOTIVASI LATIHAN ATLET ATLETIK NOMOR LARI DI KABUPATEN CIAMIS (Study Deskriptif Pada Atlet Cabang Olahraga Atletik Nomor Lari Di Kabupaten Ciamis)*. Universitas Siliwangi.
- Fadlih, A. M., & Riyanto, P. (2019). Minat dan motivasi peserta didik penyandang disabilitas ketunarunguan terhadap mata pelajaran pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga. *Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJ PES)*, 2(01), 68–76.
- Firmansyah, H. (2009). Hubungan motivasi berprestasi siswa dengan hasil belajar pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 6(1).
- Hendri, G., & others. (2020). Motivasi Siswa Dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan Di SMAN 1 Padang Sago Padang Pariaman. *Jurnal Patriot*, 2(1), 171–181.
- Mulya, G. (2020). Pengaruh kepercayaan diri, motivasi belajar terhadap prestasi belajar pendidikan jasmani. *Hasil Reviewer*.
- Riyoko, E. (2019). Motivasi Siswa Sekolah Menengan Pertama Dalam Pembelajaran Atletik. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 1(2), 91–95.
- Saketa, V. A., & Akhmady, A. L. (2022). Survei Kondisi Fisik Atlet Nomor Lari Pada Club Atletik Mandiri Kota Ternate. *JIPOR: Jurnal IPTEK Olahraga Dan Rekreasi*, 1(2), 70–78.
- Silalahi, I. I. (2018). *MOTIVASI ATLET ATLETIK BERLATIH DI PPLM SUMATERA UTARA*.
- SUTINAH, S., Hartati, H., & Syafril, D. (2009). *MODEL SPEED PLAY DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI PEMBELAJARAN ATLETIK NOMOR LARI JARAK PENDEK SISWA KELAS VIII. A SMP NEGERI 2 BANYUASIN I KABUPATEN BANYUASIN TAHUN AJARAN 2008-2009*.

Sriwijaya University.

Syafruddin, M. A., Sutriawan, A., & Hamid, M. W. (2022). Pengaruh Minat dan Motivasi Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *Gerak: Journal of Physical Education, Sports, and Health*, 1(2), 77–81.

Trisnawati, H., Atiq, A., & Purnomo, E. (2021). Motivasi Belajar Atletik Siswa Madrasah Aliyah Khulafaurrasyidin Kelas XI MIA Tahun Ajaran 2019/2020. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 10(1).