

## Analisis Motivasi Berlatih Pada Atlet *National Paralympic Committee* Cabang Atletik

Kresna Setiawan <sup>\*1</sup>, Muhad Fatoni <sup>2</sup>

[kresnasetiawan17@gmail.com](mailto:kresnasetiawan17@gmail.com) <sup>\*1</sup>, [mf378@ums.ac.id](mailto:mf378@ums.ac.id) <sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Pendidikan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah  
Surakarta

### *Abstract*

*The goal to be achieved in this study is to determine the level of motivation in practicing NPC athletes in the Athletics branch by dividing groups based on the number they practice. This study uses a quantitative approach with a comparative design. Research data were collected using The Sport Motivational Scale (SMS) developed by Luc G. Pelletier, Michelle Fortier, Robert J. Vallerand, Nathalie M. Briere, Kim M. Tuson, and Marc R. Blais in 1995. Empirical data obtained From the questionnaire on the level of motivation to practice athletic athletes distributed to NPC athletes (National Paralympic Committee) totaling 33 people with the following details: running numbers totaling 24 people, throwing numbers totaling 7 people and jumping numbers 2 people. The average value of athletes in throwing numbers is higher than the average value of athletes in running and jumping numbers. Overall there is no significant difference between athletic athletes in running, jumping and throwing numbers, but there is a considerable difference in motivation in the Integrated Regulation motivation where the jump number shows the lowest average value of the running and jumping numbers with a running value of 4.41, throwing 4.43 and jumping 3.5.*

**Keyword:** Athletics NPC; athletes; motivation to practice.

### **Abstrak**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat motivasi dalam berlatih para atlet NPC cabang atletik dengan pembagian kelompok berdasarkan nomor yang ditekuni. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain komparatif. Data penelitian dikumpulkan menggunakan *The Sport Motivational Scale (SMS)* yang dikembangkan oleh Luc G. Pelletier, Michelle Fortier, Robert J. Vallerand, Nathalie M. Briere, Kim M. Tuson, dan Marc R. Blais pada tahun 1995. Data empiris yang diperoleh dari kuesioner tingkat motivasi berlatih atlet olahraga atletik yang dibagikan kepada atlet NPC (*National Paralympic Committee*) berjumlah 33 orang dengan rincian responden sebagai berikut: nomor lari berjumlah 24 orang, nomor lempar berjumlah 7 orang dan nomor lompat berjumlah 2 orang. Nilai rata-rata atlet pada nomor lempar lebih tinggi dibanding nilai rata-rata atlet pada nomor lari dan lompat. Secara keseluruhan tidak ada

perbedaan yang signifikan antara atlet atletik pada nomor lari, lompat dan lempar, akan tetapi terdapat perbedaan motivasi yang cukup jauh pada motivasi *Integrated Regulation* dimana pada nomor lompat menunjukkan nilai rata – rata paling rendah dari nomor lari dan lompat dengan nilai lari 4.41, lempar 4.43 dan lompat 3.5.

**Kata kunci:** Atlet NPC; atletik; motivasi berlatih.

© 2022 UNIVERSITAS HAMZANWADI  
Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi  
Fakultas Ilmu Pendidikan  
E-ISSN 2614-8781

Info Artikel

Dikirim : 29 Juli 2022

Diterima : 08 November 2022

Dipublikasikan : 30 Desember 2022

✉ Alamat korespondensi: [kresnasetiawan17@gmail.com](mailto:kresnasetiawan17@gmail.com)  
Universitas Muhammadiyah Surakarta, Jl. A. Yani, Mendungan, Pabelan, Kec.  
Kartasura, Kab. Sukoharjo, Jawa Tengah, 57169, Indonesia

## PENDAHULUAN

Setiap atlet yang terlibat dalam kegiatan olahraga prestasi menginginkan prestasi itu sendiri. Prestasi itu sendiri merupakan impian bagi atlet ketika tampil dalam pagelaran olahraga, baik dalam olahraga individu maupun olahraga beregu, baik ditingkat daerah, Nasional maupun Internasional. Kondisi fisik yang sangat baik memerlukan dukungan teknik dan taktik yang memadai, dan mentalitas jelas merupakan posisi tertinggi dari piramida pencapaian olahraga. Keberhasilan sendiri dapat diukur dengan torehan waktu atau nilai yang diukir atlet dalam kompetisi. Prestasi dapat berupa juara atau memenuhi target atau standar minimal yang telah ditetapkan oleh sebuah organisasi olahraga tertentu.

Motivasi, keseriusan, semangat, kegigihan, pantang menyerah adalah sifat dasar yang harus dimiliki atlet jika ingin berprestasi. Apabila seorang atlet dapat menorehkan sebuah prestasi yang diinginkannya, itu dapat menimbulkan sebuah perasaan yang tidak akan pernah dilupakan oleh seorang atlet itu sendiri. Selain itu juga dapat menambah motivasi dalam meraih prestasi berikutnya serta motivasi dalam meningkatkan latihan menjadi lebih baik (Blegur & Mae 2018). Motivasi dan performa olahraga memainkan peran penting, sebab tingkat stres psikis kian meningkat seiring dengan meningkatkan level kompetisi (Roopali Slathia & Hartej Singh 2015).

Motivasi itu sendiri bukan hanya dimiliki oleh individu normal saja, melainkan juga penyandang disabilitas atau difabel juga memilikinya. Pembinaan atlet difabel sendiri sudah ada di setiap daerah dibawah naungan NPC Indonesia yang dimana satu-satunya wadah keolahragaan penyandang disabilitas atau difabel yang berwenang mengkoordinasi dan membina seluruh olahraga prestasi penyandang disabilitas di Indonesia maupun Internasional dan menjadi bagian Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI). Menurut pasal 1 UU NO 8 Tahun 2016 mengatakan bahwa penyandang disabilitas adalah setiap orang yang mengalami keterbatasan fisik, intelektual, mental, dan/atau sensorik dalam jangka waktu lama yang dalam berinteraksi dengan lingkungan dapat mengalami hambatan dan kesulitan untuk berpartisipasi secara penuh dan efektif dengan warga negara lainnya berdasarkan kesamaan hak (UU No. 8, 2016).

## METODE

Metode yang di gunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan komparatif. Oleh karena itu, terkait dengan metode di atas, penulis ingin mengetahui tingkat motivasi berlatih atlet NPC (*National Paralympic Committee*) cabang olahraga atletik dengan cara mendeskripsikan dan menjelaskan kondisi objek yang sebenarnya serta membandingkan hasil penelitian berdasarkan nomor lomba yang diikuti oleh atlet. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet NPC (*National Paralympic Committee*) terdiri dari 15 cabang olahraga dengan jumlah atlet sebagai berikut: 32 atlet tenis meja, 11 atlet angkat besi, 19 atlet bulu tangkis, 45 atlet atletik, 33 atlet renang, 8 atlet panahan, 15 atlet catur, 10 atlet *boccia*, 6 atlet goalball, 6 atlet judo, 8 atlet tenis kursi roda, 14 atlet CP football, 10 atlet *wheelchair* basketball, 12 atlet cycling, dan 12 atlet *shooting* para sport.

Peneliti menggunakan pernyataan kuesioner yang diadopsi dari *Sport Motivation Scale* (SMS). Perhitungan indeks *reliabilitas* anket penelitian ini menggunakan pendekatan koefisien *Alfa Cronbach* ( $\alpha$ ). Hasil uji *Reliabilitas* terhadap kuesioner yang disebar oleh peneliti kepada responden menunjukkan bahwa kuesioner dinyatakan *reliabel*, hal tersebut ditunjukkan dengan nilai keabsahan *Alfa Cronbach* lebih besar dari pada nilai  $r$  table. Koefisiensi reliabilitas terhadap 24 butir pertanyaan yang valid, dengan nilai *Alfa Cronbach* sebesar 0.889 dengan taraf signifikasi  $\alpha = 0,05$ .

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.889	24

Gambar 1. Reliabilitas item

Tabel 1. Instrument Motivasi Berlatih

No	Indikator	Sub Indikator
1	Amotivation	tidak menunjukkan adanya alasan untuk berlatih
2	External Regulation	mendapatkan reward menjadikan dirinya sebagai model dapat melakukan kegiatan olahraga dengan baik
3	Introjected Regulation	menjaga kondisi performa mau-pun kesehatan atlet tekanan untuk berada dalam kondisi yang baik
4	Identified Regulation	bertemu atau berkenalan dengan orang lain tetap menjaga hubungan yang baik dan harmonis dengan teman-teman lainnya mencapai keuntungan atau tujuan personal.
5	Integreated Regulation	olahraga atletik sesuai dengan prinsip terdalam atlet olahraga atletik adalah bagian dari cara yang dipilih untuk menjalani hidup
6	Intrinsic motivation	merasakan kegembiraan ketika benar-benar terlibat dalam kegiatan atletik merasakan banyak kepuasan pribadi saat menguasai teknik-teknik latihan tertentu kepuasan saat menyempurnakan kemampuan

## HASIL dan PEMBAHASAN

### Hasil

Menghasilkan penghitungan statistik sebagai berikut: (1) rata-rata paling tinggi dengan hasil 4,76 terdapat pada poin pertanyaan nomor 3 yang menyatakan “karena atletik adalah cara yang baik untuk mempelajari banyak hal yang dapat bermanfaat bagi saya dibidang lain dalam hidup saya”. (2) rata-rata paling rendah dengan hasil 2,00 terdapat pada poin pertanyaan nomor 12 yang menyatakan “saya tidak tahu, apakah saya akan menginvestasikan waktu dan tenaga saya pada olahraga atletik”. Berikut adalah hasil olah data statistik dari tiap-tiap butir pertanyaan dalam kuesioner yang disajikan kepada atlet:

1. Saya merasakan kegembiraan ketika saya benar-benar terlibat dalam kegiatan atletik.

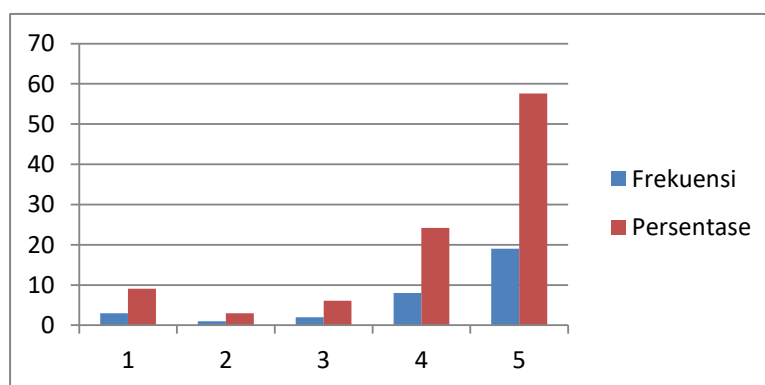


Diagram 1. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 1

Dari pernyataan pertama ini diperoleh hasil: 57,6% responden menjawab sangat setuju, 24,2% responden menjawab setuju, 6,1% responden menjawab agak setuju, 3% responden menjawab tidak setuju dan 9,1% responden menjawab sangat tidak setuju. Mayoritas responden yaitu atlet NPC cabang atletik berpendapat bahwa dengan terlibat dalam olahraga atletik dapat menimbulkan kegembiraan.

2. Karena olahraga atletik adalah bagian dari cara yang saya pilih untuk menjalani hidup saya

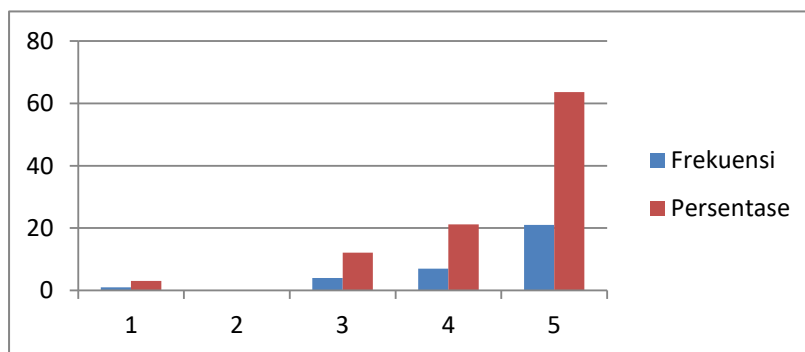


Diagram 2. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 2

Dari pernyataan ini dihasilkan 63,6% responden menjawab sangat setuju, 21,2% menjawab setuju, 12,1% menjawab agak setuju, dan 9,1% menjawab sangat tidak setuju. Olah data pada pernyataan kedua menunjukkan mayoritas atlet/responden berpendapat bahwa atletik menjadi bagian dari kegiatan dalam kehidupannya.

3. Karena berlatih atletik adalah cara yang baik untuk mempelajari banyak hal yang dapat bermanfaat bagi saya di bidang lain dalam hidup saya

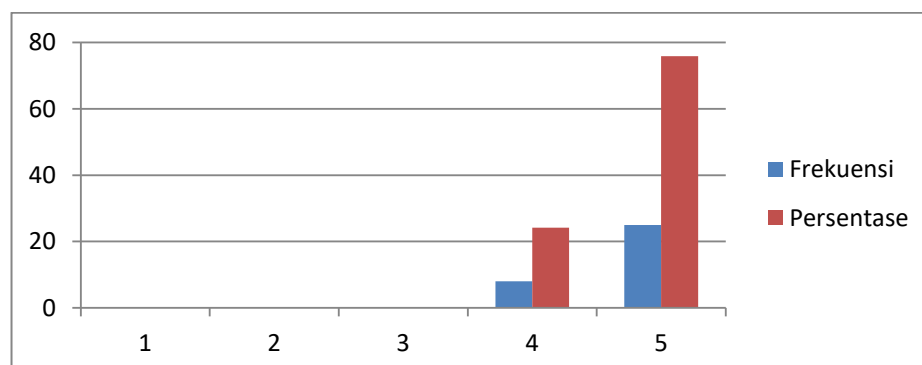


Diagram 3. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 3

Dari pernyataan ini dihasilkan nilai persentase 75,8% responden menjawab sangat setuju dan 24,2% menjawab setuju. Sangat jelas terlihat bahwa para atlet menganggap bahwa mereka dapat belajar berbagai macam hal dalam olahraga atletik. Hal ini ditunjukkan dengan tidak adanya yang memilih agak setuju, setuju ataupun sangat tidak setuju.

4. Karena olahraga atletik memberi kemungkinan kepada saya untuk dianggap baik oleh orang-orang yang saya kenal

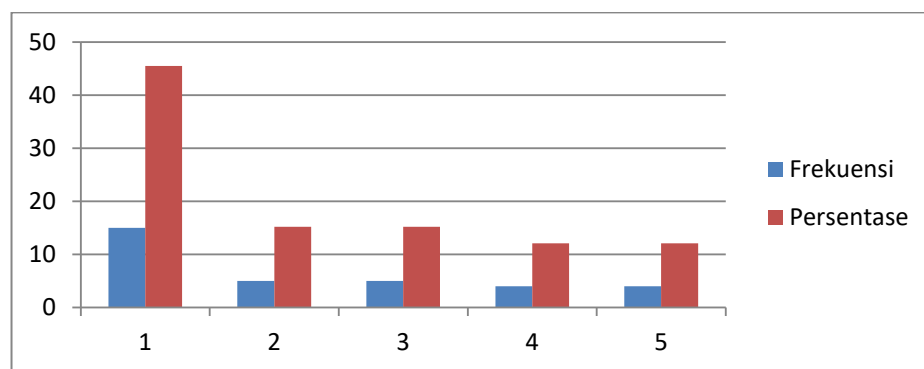


Diagram 4. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 4

Dari pernyataan ini dihasilkan nilai persentase 12,1% responden menjawab sangat setuju, 12,1% menjawab setuju, 15,2% menjawab agak setuju, 15,2% menjawab tidak setuju dan 45,5% menjawab sangat tidak setuju. Berdasarkan jumlah persentase yang ada, menurut para atlet sangat tidak setuju dengan persentase 45,5% bahwa melakukan olahraga atletik akan dianggap baik oleh orang-orang terdekat.

5. Saya tidak mengetahui apakah saya memiliki kesan tidak mampu untuk berhasil dalam olahraga atletik

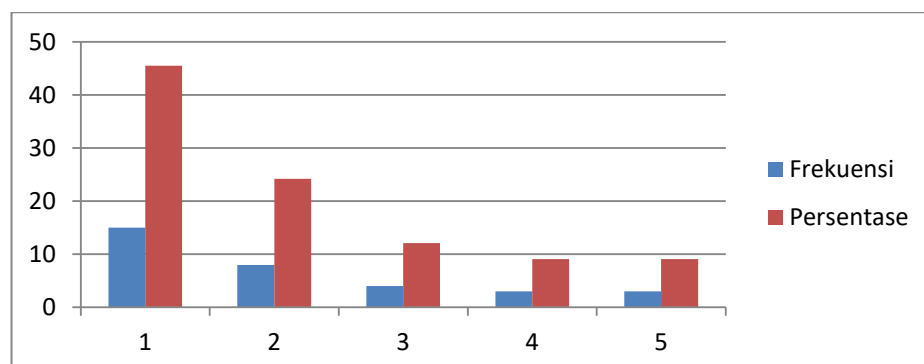


Diagram 5. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 5

Dari pernyataan ini dihasilkan nilai persentase 9,1% responden menjawab sangat setuju, 9,1% menjawab setuju, 12,1% menjawab agak setuju, 24,2% menjawab tidak setuju dan 45,5% menjawab sangat tidak setuju. Dari jumlah atlet yang menjawab sangat tidak setuju sebesar 45,5%, dapat disimpulkan bahwa mayoritas para atlet yakin bisa/mampu dalam melakukan olahraga atletik.

6. Karena saya merasakan banyak kepuasan pribadi saat menguasai teknik-teknik latihan tertentu yang sulit dalam olahraga atletik

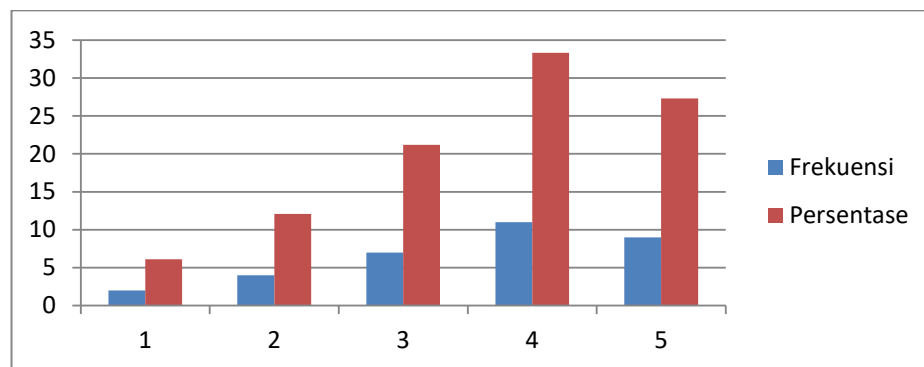


Diagram 6. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 6

Dari pernyataan ini dihasilkan nilai persentase 27,3% responden menjawab sangat setuju, 33,3% menjawab setuju, 21,2% menjawab agak setuju, 12,1% menjawab tidak setuju dan 6,1% menjawab sangat tidak setuju. Pada pernyataan ini para atlet memiliki tingkat kepuasan dalam melakukan teknik yang sulit, ini dibuktikan dengan 27,3% yang menjawab sangat setuju, 33,3% menjawab setuju.

7. Karena berolahraga atletik berguna untuk menjaga kebugaran tubuh

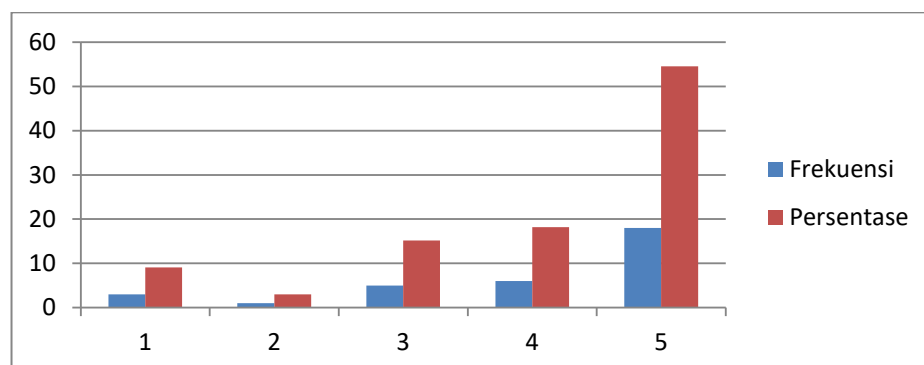


Diagram 7. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 7

Mayoritas atlet NPC menyetujui bahwa olahraga atletik untuk menjaga kebugaran tubuh. Hal ini dibuktikan dengan nilai presentase 54,5% responden menyatakan sangat setuju, 18,2% menyatakan setuju, 15,2% menyatakan agak setuju, lalu 3% dan 9,1% menyatakan tidak setuju dan sangat tidak setuju.

8. Karena olahraga atletik merupakan salah satu cara terbaik yang saya pilih untuk mengembangkan aspek lain dalam hidup saya

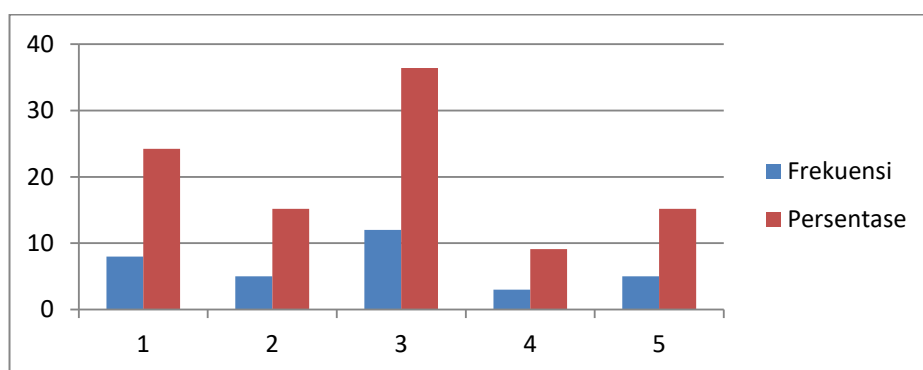


Diagram 8. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 8

Dilihat dari jumlah persentase dari tiap jawaban dari pernyataan ini, para atlet berpendapat bahwa bukan hanya dari olahraga atletik saja mereka dapat mengembangkan aspek dalam kehidupan mereka, tetapi bisa dari hal lain. Ini di tunjukkan dari nilai persentase 15,2% responden menjawab sangat setuju, 9,1% menjawab setuju, 36,4% menjawab agak setuju, 15,2% menjawab tidak setuju dan 24,2% menjawab sangat tidak setuju.

9. Karena atletik adalah perpanjangan dari diri saya

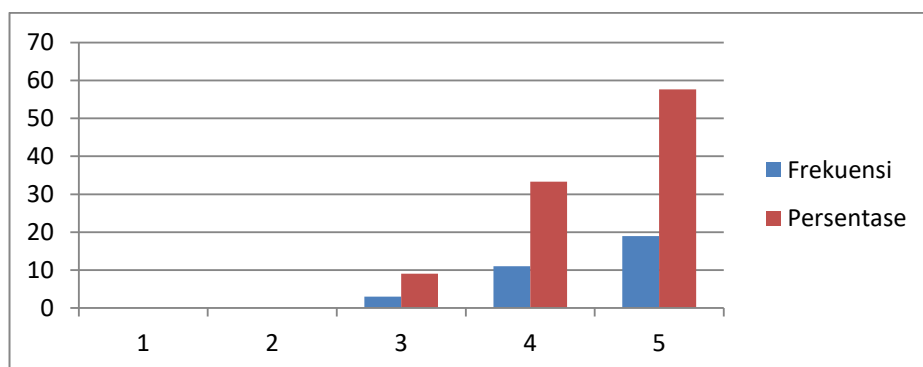


Diagram 9. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 9



Dari pernyataan ini dihasilkan nilai persentase 57,6% responden menjawab sangat setuju, 33,3% menjawab setuju dan 9,1% menjawab agak setuju. Dari mayoritas atlet yang memilih sangat setuju yaitu dengan persentase 57,6% menyatakan bahwa atletik merupakan perpanjangan atau salah satu hal yang penting dalam kehidupannya.

#### 10. Karena saya harus berolahraga untuk merasa baik tentang diri saya

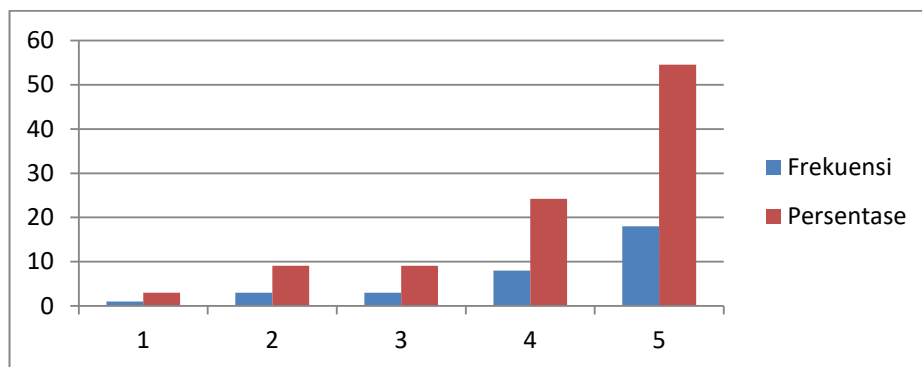


Diagram 10. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 10

Dari pernyataan ini dihasilkan nilai persentase 54,5% responden menjawab sangat setuju, 24,2% menjawab setuju dan 9,1% menjawab agak setuju, 9,1% menjawab tidak setuju dan 24,2% menjawab sangat tidak setuju. Dari mayoritas atlet yang memilih sangat setuju yaitu dengan persentase 54,5% menyatakan bahwa berolahraga dapat menimbulkan efek baik bagi diri sang atlet.

#### 11. Untuk gengsi menjadi seorang atlet

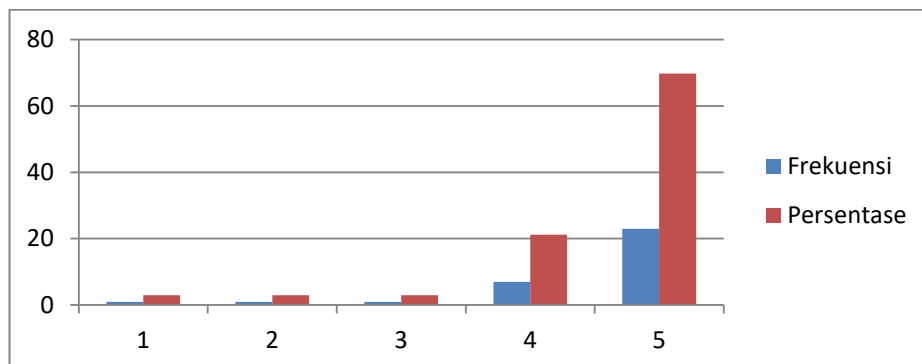


Diagram 11. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 11

Dari pernyataan ini dihasilkan nilai persentase 69,7% responden menjawab sangat setuju, 21,2% menjawab setuju, 3% menjawab agak setuju, 3% menjawab tidak setuju

dan 3% menjawab sangat tidak setuju. Mayoritas responden berpendapat bahwa menjadi seorang atlet merupakan sebuah gengsi.

12. Saya tidak tahu apakah saya ingin terus menginvestasikan waktu dan tenaga saya sebanyak mungkin dalam olahraga atletik

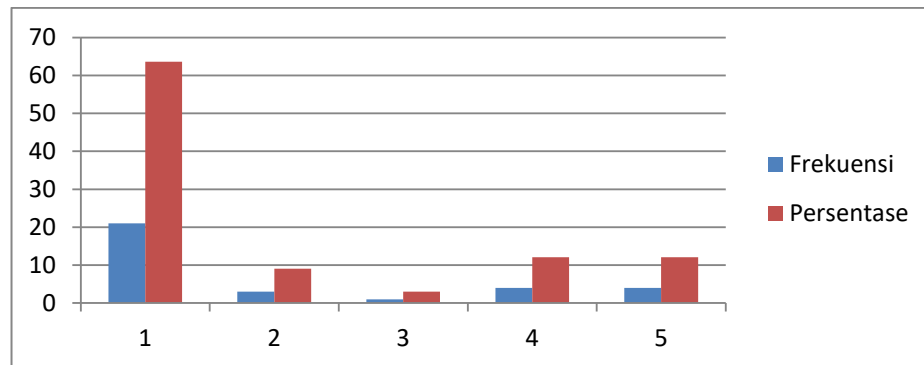


Diagram 12. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 12

Dari pernyataan ini dihasilkan nilai persentase 12,1% responden menjawab sangat setuju, 12,1% menjawab setuju, 3% menjawab agak setuju, 9,1% menjawab tidak setuju dan 63,6% menjawab sangat tidak setuju.

13. Karena berpartisipasi dalam olahraga atletik sesuai dengan prinsip terdalam saya

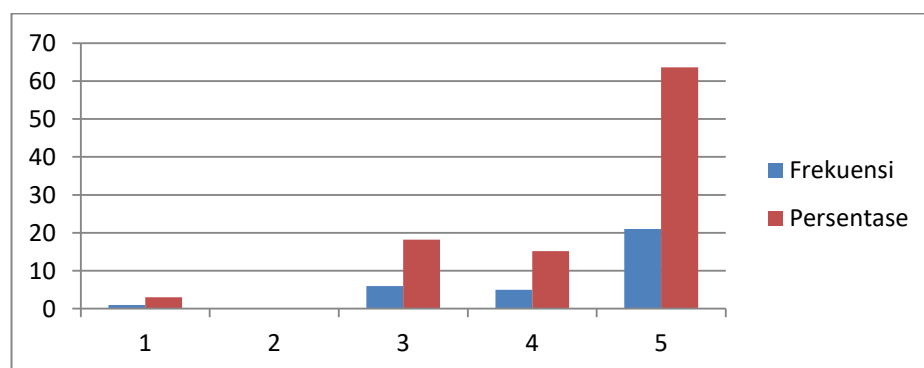


Diagram 13. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 13

Dari pernyataan ini dihasilkan nilai persentase 63,6% responden menjawab sangat setuju, 15,2% menjawab setuju, 18,2% menjawab agak setuju, dan 3% menjawab sangat tidak setuju. Mayoritas para atlet NPC benar-benar mengikuti olahraga atletik atas dasar prinsip mereka sendiri. Ini ditunjukkan dengan jumlah persentase 63,6% yang menjawab sangat setuju.

14. Saya memiliki kepuasan saat menyempurnakan kemampuan saya dalam olahraga atletik.

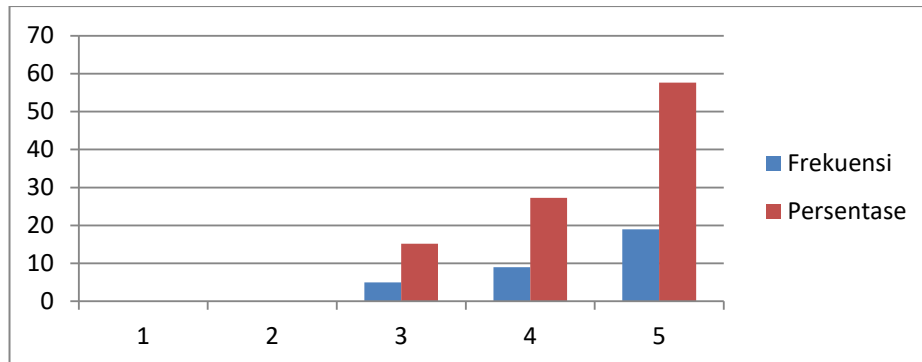


Diagram 14. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 14

Dari pernyataan ini dihasilkan nilai persentase 57,6% responden menjawab sangat setuju, 27,3% menjawab setuju dan 15,2% menjawab agak setuju. Dari mayoritas pilihan jawaban dari para atlet, diketahui bahwa paraatlet sangat setuju apabila bisa/dapat menyempurnakan kemampuannya dalam bidang atletik.

15. Karena olahraga atletik adalah salah satu cara terbaik untuk menjaga hubungan baik dengan teman-teman saya

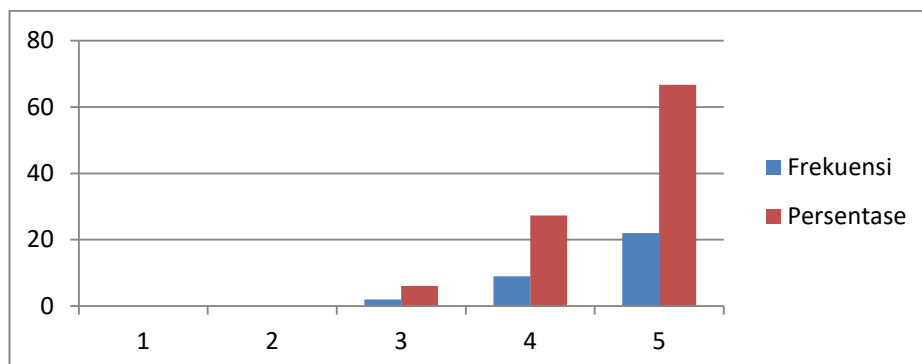


Diagram 15. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 15

Dari pernyataan ini dihasilkan nilai persentase 66,7% responden menjawab sangat setuju, 27,3% menjawab setuju dan 6,1% menjawab agak setuju. Menurut para atlet, dengan adanya kegiatan olahraga atletik ini dapat menumbuhkan rasa solidaritas serta mempererat pertemanan. Ini ditunjukkan dengan persentase 66,7% yang menjawab sangat setuju.

16. Karena saya akan merasa tidak enak jika saya tidak meluangkan waktu untuk melakukan olahraga atletik

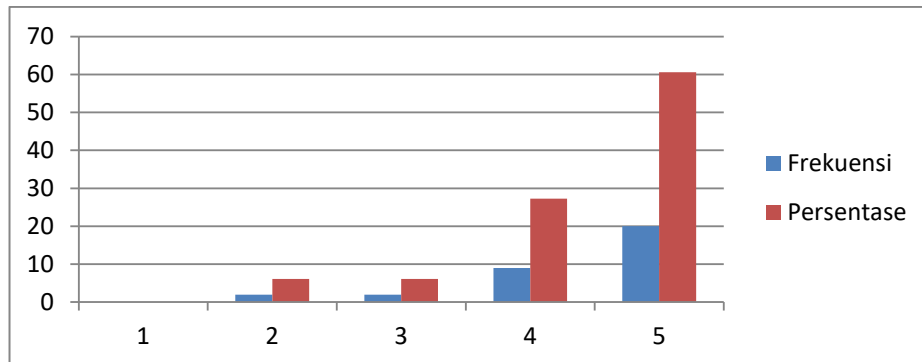


Diagram 16. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 16

Dari pernyataan ini dihasilkan 60,6% yang menjawab sangat setuju, 27,3% menjawab setuju, 6,1% menjawab agak setuju, dan 6,1% menjawab tidak setuju. Mayoritas dari pilihan para atlet menjawab 60,6% sangat setuju. Ini menunjukkan bahwa para atlet lebih merasa nyaman apabila waktu luang yang terbuang dituangkan dalam kegiatan olahraga atletik.

17. Tidak jelas lagi bagi saya; Saya tidak benar-benar berpikir tempat saya adalah dalam olahraga atletik

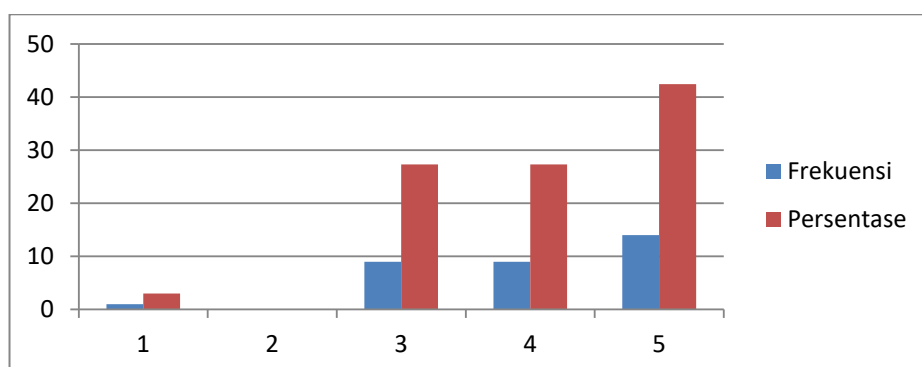


Diagram 17. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 17

Dari pernyataan ini dihasilkan nilai persentase 42,4% responden menjawab sangat setuju, 27,3% menjawab setuju, 27,3% menjawab agak setuju, dan 3% menjawab sangat tidak setuju.

18. Untuk kesenangan menemukan strategi kinerja baru dalam olahraga atletik

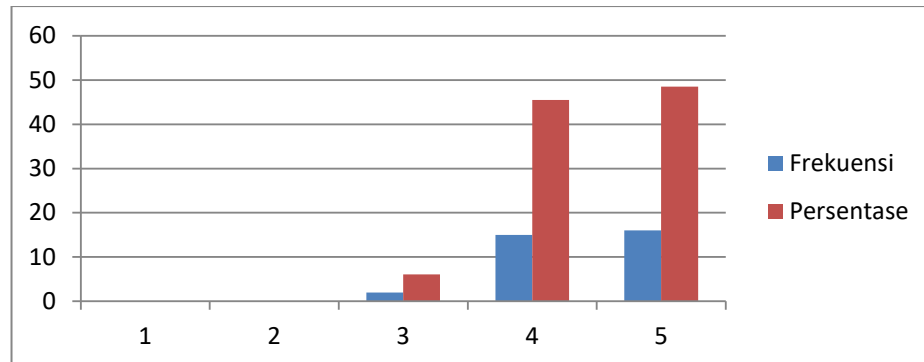


Diagram 18. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 18

Dari pernyataan ini dihasilkan nilai persentase 48,5% responden menjawab sangat setuju, 45,5% menjawab setuju dan 6,1% menjawab agak setuju. Dapat disimpulkan bahwa dari jumlah persentase yang ada, para atlet NPC merasa senang apabila menemukan cara atau strategi baru yang berguna bagi kemajuan dalam berlatih atletik.

19. Untuk materi dan/atau manfaat sosial menjadi seorang atlet

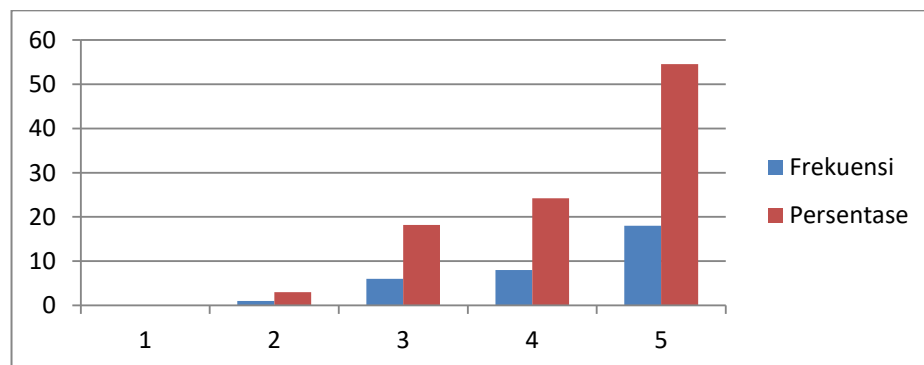


Diagram 19. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 19

Dari pernyataan ini dihasilkan nilai persentase 54,5% responden menjawab sangat setuju, 24,2% menjawab setuju, 18,2% menjawab agak setuju, dan 3% menjawab tidak setuju. Mayoritas atlet sangat setuju dengan adanya olahraga atletik dimana para atlet NPC dapat memperoleh manfaat baik secara sosial maupun material.

20. Karena latihan keras akan meningkatkan kinerja saya dalam olahraga atletik

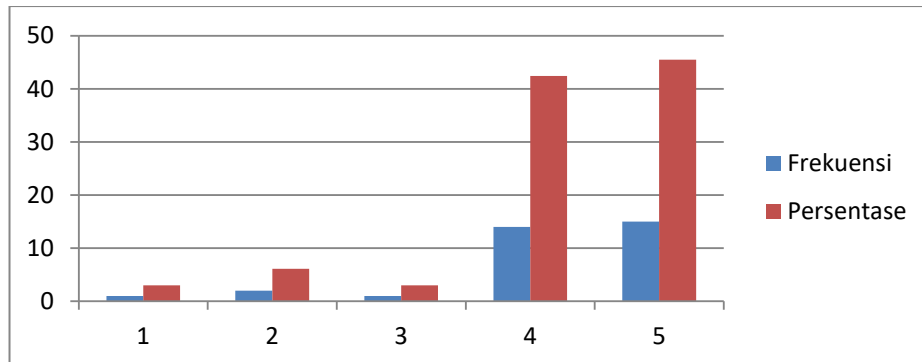


Diagram 20. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 20

Dari pernyataan ini dihasilkan nilai persentase 45,5% responden menjawab sangat setuju, 42,4% menjawab setuju, 3% menjawab agak setuju, 6,1% menjawab tidak setuju dan 3% menjawab sangat tidak setuju. Para atlet berpendapat bahwa apabila para atlet berlatih dengan giat pasti dapat meningkatkan kinerja dan prestasi mereka.

21. Karena partisipasi saya dalam olahraga atletik adalah bagian integral dari hidup saya

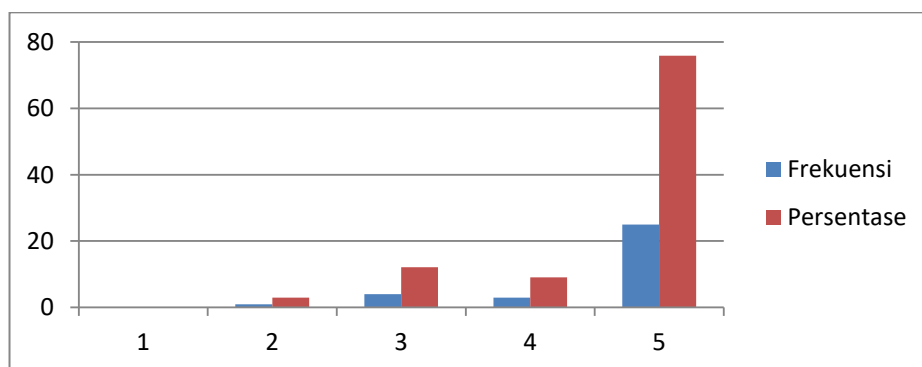


Diagram 21. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 21

Dari pernyataan ini dihasilkan nilai persentase 75,8% responden menjawab sangat setuju, 9,1% menjawab setuju, 12,1% menjawab agak setuju, dan 3% menjawab tidak setuju. Menurut para atlet NPC, olahraga atletik merupakan bagian dari dalam diri masing-masing atlet NPC.

22. Saya tampaknya tidak menikmati olahraga saya seperti sebelumnya

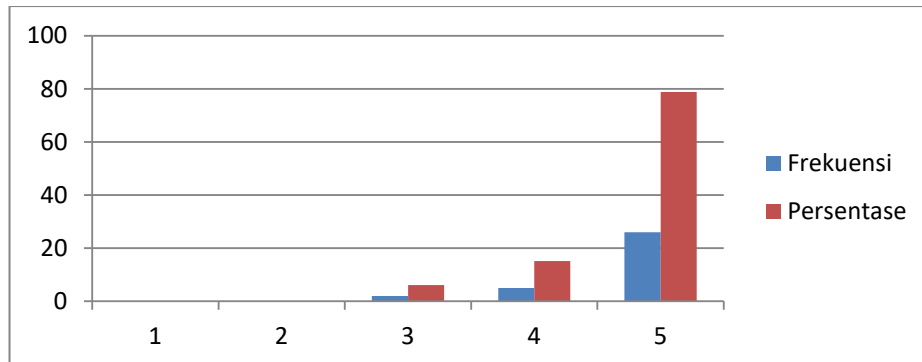


Diagram 22. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 22

Dari pernyataan ini dihasilkan nilai persentase 78,8% responden menjawab sangat setuju, 15,2% menjawab setuju dan 6,1% menjawab agak setuju.

23. Karena saya harus berolahraga secara teratur

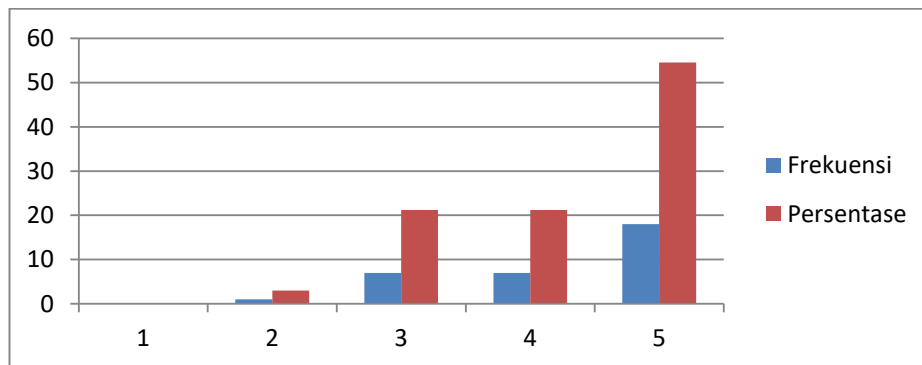


Diagram 23. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 23

Dari pernyataan ini dihasilkan nilai persentase 54,5% responden menjawab sangat setuju, 21,2 % menjawab setuju, 21,2 % menjawab agak setuju, dan 3 % menjawab tidak setuju. Dari pernyataan ini, para atlet yakin apabila kalau berolahraga atletik harus dilakukan dengan teratur.

24. Untuk menunjukkan kepada orang lain betapa bagusnya saya dalam olahraga saya

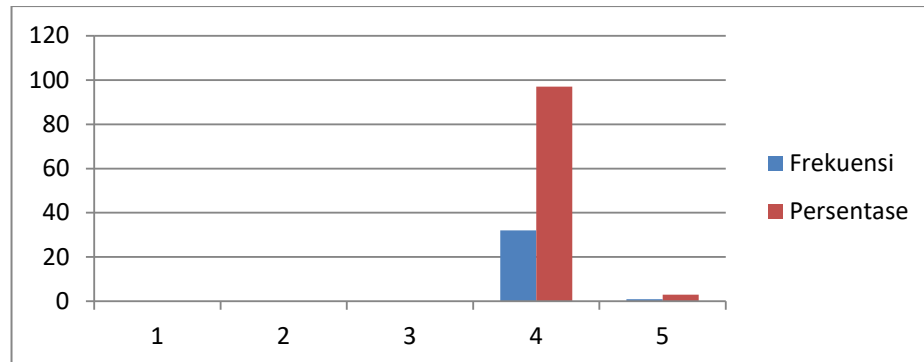


Diagram 24. Hasil distribusi frekuensi pernyataan 24

Dari pernyataan nomor 24 ini dihasilkan nilai persentase sebagai berikut: 3% responden menjawab sangat setuju dan 97% menjawab setuju. Sangat jelas terlihat bahwa para atlet menganggap bahwa mereka dapat menunjukkan pada orang lain hal yang baik dan bagus yang dapat mereka lakukan dalam olahraga atletik. Hal ini ditunjukkan dengan tidak adanya yang memilih agak setuju, setuju ataupun sangat tidak setuju.

## Pembahasan

Hasil penelitian yang di laksanakan di Kantor Sekretariat National *Paralympic Committee* Surakarta yang beralamat di Jl. Ir. Sutami No.86, Jebres Surakarta 57126 Indonesia, yang dimulai pada bulan Januari-Februari 2022 terhadap tingkat motivasi berlatih atlet *National Paralympic Committee* menggunakan aplikasi SPSS menghasilkan penghitungan statistik sebagai. Uji independent sampel *t-test* adalah sebuah pengujian sampel *t* yang tidak berhubungan atau bebas. Pengujian ini dipergunakan untuk menguji perbedaan *mean* yang berasal dari distribusi. Sampel berbeda adalah distribusi data yang berasal dari tiga kelompok yang berbeda. Penelitian ini telah menguji nilai distribusi data dari kelompok atlet atletik nomor lari, nomor lempar dan nomor lompat terhadap motivasi berolahraga. Berikut tabel perbandingan nilai *mean* dari tiga kelompok:

### *Amotivation*

Pada sub variabel ini, atlet mengalami perasaan ketidakberdayaan serta rendahnya pengendalian atas perasaan-perasaan tersebut. Saat terlibat dalam latihan olahraga, atlet tidak menunjukkan sikap motivasi, baik secara intrinsik maupun secara ekstrinsik. Pada posisi ini para atlet sudah tidak menunjukkan adanya alasan untuk berlatih, bahkan menunjukkan adanya keinginan untuk berhenti berlatih dan mencari kegiatan lain. Dilihat dari perbedaan yang tidak begitu signifikan menunjukkan bahwa atlet nomor lari lebih menunjukkan sikap tidak termotivasi lebih tinggi disbanding pada nomor lempar dan nomor lompat.



### *External Regulation*

Dengan berolahraga, kedua kelompok sampel merasa mereka akan dihormati oleh setiap orang yang mengenalinya, menjadikan diri sebagai atlet yang berpengaruh atau terkenal. Selain itu, dengan berolahraga orang-orang terdekat akan menjadikan dirinya sebagai model atau bagian terpenting dalam olahraga, serta ingin memberikan jaminan kepada orang lain bahwa mereka dapat melakukan kegiatan olahraga dengan baik. Partisipasi atlet dalam berolahraga hanya karena dengan iming-iming eksternal, misalnya bonus prestasi. Meski perbedaannya tidak terlalu signifikan, akan tetapi atlet atletik pada nomor lempar menunjukkan motivasi external yang lebih tinggi dibanding dengan nomor lari dan nomor lompat.

### *Introjected Regulation*

Pada sub variabel ini, Kedua kelompok sampel menunjukkan perasaan yang sama untuk berolahraga, karena penting menjaga kondisi performa mau-pun kesehatan atlet. Serta itu, dengan berolahraga setiap atlet merasa diri lebih baik, dirinya akan memiliki performa yang buruk, jika tidak menyediakan waktu untuk berolahraga, serta memang sebagai atlet, dirinya harus melakukan olahraga secara teratur. Atlet berpartisipasi dalam olahraga karena dirinya merasa tekanan untuk berada dalam kondisi yang baik untuk alasan tertentu dan merasa malu ketika mereka tidak dalam performa terbaik. Pada sub variabel motivasi Introjected Regulation, atlet atletik pada nomor lempar lebih tinggi dibanding nomor lari dan nomor lompat.

### *Identified Regulation*

Dengan berolahraga, kedua kelompok sampel sama-sama ingin menganggap bahwa sebagai salah satu cara untuk bertemu atau berkenalan dengan orang lain, pengembangan aspek-aspek dalam diri, mencari kegunaan lain dalam setiap kehidupan dengan berolahraga, serta tetap menjaga hubungan atau koneksi yang baik dan harmonis dengan teman-teman lainnya. Kedua kelompok sampel melakukan kegiatan olahraga untuk alasan dari luar, yaitu untuk mencapai keuntungan atau tujuan personal. Atlet yang berpartisipasi dalam olahraga karena atlet merasa partisipasinya memberikan kontribusi atau sumbangan untuk kemajuan pribadinya. Meskipun perbedaan yang ditunjukkan tidak signifikan, atlet atletik pada nomor lempar menunjukkan tingkat motivasi Identified Regulation yang lebih tinggi dari nomor lari dan nomor lompat.

### *Integrated Regulation*

Pada sub variabel ini, kedua kelompok menganggap partisipasi dalam olahraga atletik adalah bagian integral dari hidup, olahraga atletik sesuai dengan prinsip terdalam atlet, atletik adalah perpanjangan dari diri sang atlet dan olahraga atletik adalah bagian dari cara yang dipilih untuk menjalani hidup. Terdapat perbedaan yang cukup signifikan antara nomor lompat dengan nomor lari dan lempar. Atlet atletik pada nomor lompat menunjukkan

motivasi *Integrated Regulation* yang lebih rendah dibandingkan dengan nomor lari dan lempar.

### *Intrinsic Motivation*

Pada sub variabel ini, atlet merasakan kegembiraan ketika benar-benar terlibat dalam kegiatan atletik, merasakan banyak kepuasan pribadi saat menguasai teknik-teknik latihan tertentu yang sulit dalam olahraga atletik, memiliki kepuasan saat menyempurnakan kemampuan dalam olahraga atletik dan kesenangan menemukan strategi kinerja baru dalam olahraga atletik. Atlet berpartisipasi dalam olahraga atletik karena merasa memiliki kepuasan tersendiri untuk menyempurnakan teknik yang sudah ada. Seperti halnya atlet lari yang menemukan metode drill teknik untuk menyempurnakan kemampuan larinya. Meskipun perbedaan tidak terlalu signifikan, atlet atletik pada nomor lari menunjukkan tingkat motivasi yang lebih tinggi dibandingkan dengan nomor lempar dan lompat.

## **SIMPULAN**

Tingkat motivasi atlet *National Paralympic Committee* Surakarta pada tahun 2022 tergolong tinggi. Nilai rata-rata atlet pada nomor lempar lebih tinggi dibanding nilai rata-rata atlet pada nomor lari dan lompat. Terdapat perbedaan motivasi yang cukup jauh pada motivasi *Integrated Regulation* dimana pada nomor lompat menunjukkan nilai rata-rata paling rendah dari nomor lari dan lompat. Pelatih membuat suasana latihan yang lebih menarik dan lebih kondusif dengan adanya variasi baru dalam model latihan agar atlet merasa senang dan nyaman, serta memiliki motivasi yang baik dalam berlatih. Melakukan pendampingan terhadap atlet guna memantau perkembangan motivasi atlet. Dapat menggunakan instrument baru untuk lebih mengembangkan penelitian yang sudah ada dengan bahasa yang mudah dipahami agar hasilnya lebih baik

## **PERNYATAAN PENULIS**

Pernyataan tentang bahwa artikel yang dibuat belum pernah di publish pada jurnal yang lain. Menyatakan dengan sebenarnya bahwa artikel yang saya serahkan ini benar-benar hasil karya saya sendiri dan bebas plagiasi karya orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu/dikutip dalam naskah dan disebutkan pada daftar pustaka. Apabila di kemudian hari terbukti artikel ini hasil plagiasi, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Adiwisastro, M. F., Muhajir, H., & Supriadi, D. (2020). Pengukuran Kesenjangan Digital Menggunakan Metode Deskriptif Berbasis Website. *EVOLUSI: Jurnal Sains Dan Manajemen*, 8(2).
- Blegur, Jusuf and Ramona Mathias Mae. 2018. "Motivasi Berolahraga Atlet Atletik Dan

- Tinju.” *Jurnal Keolahragaan* 6(1):29–37. <https://doi.org/10.21831/jk.v6i1.16150>
- Bhagirathi, S. E. (2008). Relationship of anxiety and achievement motivation to goal keeping among secondary school level girl hockey players. *Journal of Exercise Science and Physiotherapy*, 4(2), 115–118. <https://search.informit.org/doi/abs/10.3316/INFORMIT.864113858239229>
- Davies, D. (2005). Psychological factors in competitive sport. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203982914>
- Gani, R. A., Setiawan, E., Mahardhika, D. B., & Syamsudar, B. (2022). Menyelidiki Persepsi Atlet, Peran Orang Tua, dan Pelatih Tentang Tingkat Motivasi Latihan Renang di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Porkes*, 5(1), 105-116. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1.5176>
- Kinanthi, G. W., & Jannah, M. (2016). Gambaran Kepribadian Hardiness Atlet Paralympic Atletik Lari Cepat. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 6(2), 91-101. <https://doi.org/10.26740/jptt.v6n2.p91-101>
- Maisun, L. (2018). Motivasi berprestasi pada atlet penyandang tunadaksa yang mengikuti paralympic di tenggarong. *Psikoborneo*, 6(3), 510–519. [http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2018/11/JURNAL\\_MAISUN\\_\(11-13-18-09-52-32\).pdf](http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2018/11/JURNAL_MAISUN_(11-13-18-09-52-32).pdf)
- Moleong, L. J. (2021). Metodologi penelitian kualitatif. PT Remaja Rosdakarya.
- Maifa, S. (2021). Pengaruh Latihan Ladder Speed Run Terhadap Kecepatan (Speed). *Jurnal Porkes*, 4(2), 182-188. <https://doi.org/10.29408/porkes.v4i2.5009>
- Nopiyanto, Y. E., & Raibowo, S. (2020). Dasar-dasar Atletik. Elmarkazi. <https://books.google.co.id/books?id=IAUQEAAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=id#v=onepage&q&f=false>
- Nur. (2019). Pengaruh Latihan Lompat Rintangan terhadap Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok pada Siswa Putra SMP Negeri 1 Luwuk. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 9(1), 1–8.
- Nesy, A. M., & Kasiyati, K. (2021). Profil Penyandang Tunarungu Berprestasi di Cabang Olahraga Atletik Tingkat Nasional. *Jurnal Penelitian Pendidikan Khusus*, 9(2), 9-14. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/jupekhu/article/view/112140>
- Oktaviasari, T. (2013). Pola Komunikasi Interpersonal Di National Paralympic Committee Surakarta (Studi Deskriptif Kualitatif Pola Komunikasi Interpersonal Antara Pelatih Dan Atlet Difabel Di Organisasi National Paralympic Committee Surakarta).
- Prayoga, A. S., Utomo, A. W. B., & Wahyudi, A. N. (2020). Upaya Meningkatkan Kompetensi Ketrampilan Gerak Dasar Lokomotor Lari Melalui Permainan Sederhana Di Kelas Iv Sekolah Dasar Negeri 02 Lego Kulon Kecamatan Kasreman Kabupaten Ngawi Tahun Ajaran 2019/2020. *Jurnal Porkes*, 2(2), 77-84. <https://doi.org/10.29408/porkes.v2i2.1748>
- Prihartanta, W. (2015). Teori-Teori Motivasi. *Jurnal Adabiya*, Vol. 1 No. 83.

- Purba, O. Z., Iyakrus, I., Bayu, W. I., & Victorian, A. R. (2022). Survei Motivasi Berolahraga Pada Peserta Didik. *Jurnal Porkes*, 5(1), 94-104. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1.5300>
- Pambudi, Y. T., Widorotama, A., Fahri, A. S., & Farkhan, M. M. (2022). Korelasi Efikasi Diri dan Motivasi Belajar dengan Hasil Belajar Mahasiswa Pendidikan Jasmani. *Jurnal Porkes*, 5(1), 158-167. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1.5350>
- Roopali Slathia, Dr Hartej Singh, Dr. Hilal Ahmad Dar. 2015. "Ecological Studies on Benthic Macrofauna in Tomoe Cove, Amakusa." *Journal Ijmr.Net.in (UGC Approved)* 2(4):53-56.
- Resmayanti, D. A., & Azizati Rochmania, S. K. (2022). Tingkat Motivasi Berprestasi Atlet Dengan Hambatan Fisik National Paralympic Committee Of Indonesia (Npci) Level Kabupaten. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 5(7), 40-45. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/48839>
- Rozi, F. (2012). Motivasi Atlet National Paralympic Committee (NPC) Indonesia Provinsi Sumatera Utara pada Cabang Olahraga Atletik Dalam Persiapan Peparnas XIV di Riau Tahun 2012. UNIMED.
- Setyaningrum, M. L. (2018). Motivasi Berprestasi Pada Atlet Penyandang Tunadaksa yang Mengikuti Paralympic. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(3). <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i3.4656>
- Sabri, K., Kabakçi, A., & Doğan, A. (2015). Differences in motivation for participating sport activities according to sport branches. *International Journal of Sport Culture and Science*, 3(1), 44-53.
- Sidesyana, S. (2016). Tingkat Motivasi Berprestasi Tinggi Atlet Penyandang Tunadaksa.
- Toba, H., & Fransisca, M. D. (2009). Perancangan dan Pembuatan Sistem Pakar Berbasis Runut Maju untuk Diagnosa Awal Perkembangan Emosi pada Anak. Volume 5 Nomor 1 Juni 2009 Pelindung, 5(1), 1-13.
- UU No. 8. (2016). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2016 Tentang Penyandang Disabilitas. *Bulletin of the Seismological Society of America*, 106(1), 6465-6489. <http://www.bssaonline.org/content/95/6/2373%5Cnhttp://www.bssaonline.org/content/95/6/2373.short%0Ahttp://www.bssaonline.org/cgi/doi/10.1785/0120110286%0Ahttp://gji.oxfordjournals.org/cgi/doi/10.1093/gji/ggv142%0Ahttp://link.springer.com/10.1007/s00024-01>
- Wikasanti, E. (2014). Pengembangan Life Skill untuk Anak Berkebutuhan Khusus. Jogjakarta: Redaksi Nasional. <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=1138477>
- Wijayanti, D. G. S., Soegiyanto, S., & Nasuka, N. (2016). Pembinaan Olahraga Untuk Penyandang Disabilitas Di National Paralympic Committee Salatiga. *Journal of Physical Education and Sports*, 5(1), 17-23. Doi [10.15294/JPES.V5I1.13274](https://doi.org/10.15294/JPES.V5I1.13274)