

**FAKTOR-FAKTOR PENDUKUNG PELAKSANAAN LATIHAN UKM  
KARATE INKAI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:  
Cartu Gustiar  
NIM. 12601241006

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2017**

**FAKTOR-FAKTOR PENDUKUNG PELAKSANAAN LATIHAN UKM  
KARATE INKAI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



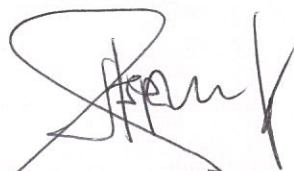
Oleh:  
Cartu Gustiar  
NIM. 12601241006

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2017**

## PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul “Faktor-Faktor Pendukung Pelaksanaan Latihan UKM Karate INKAI Universitas Negeri Yogyakarta” yang disusun oleh, Cartu Gustiar NIM 12601241006 ini telah disetujui oleh Pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 14 Maret 2017  
Pembimbing,



Dr. Sugeng Purwanto, M.pd  
NIP. 19650325 200501 1002

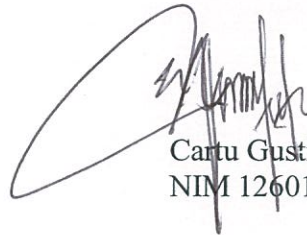
## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Faktor-Faktor Pendukung Pelaksanaan Latihan UKM Karate INKAI Universitas Negeri Yogyakarta “ benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda Yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 14 Maret 2017

Yang menyatakan,




Cartu Gustiar  
NIM 12601241006

## PENGESAHAN


Skripsi dengan judul “Faktor-Faktor Pendukung Pelaksanaan Latihan UKM Karate INKAI Universitas Negeri Yogyakarta” yang disusun oleh Cartu Gustiar NIM 12601241006 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 13 April 2017 dan dinyatakan lulus.

### DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Sugeng Purwanto, M.Pd.	Ketua Penguji		05/05/2017
Ahmad Rihtaudin, M.Or.	Sekretaris Penguji		05/05/2017
Danar Dono, M.Or.	Penguji I (Utama)		04/05/2017

Yogyakarta, Mei 2017  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas  
Negeri Yogyakarta  
Dekan,



  
Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed  
NIP 19640707 198812 1 001

## MOTTO

1. Sukses milik siapa saja yang benar-benar menyadari, menginginkan, dan memperjuangkan dengan sepenuh hati. (Mario Teguh)
2. Hiduplah seperti pohon kayu yang berbuah lebat, hidup di tepi jalan dan ketika dilempar orang dengan batu, tetapi dibalas dengan buah (Abu Bakar Sibli)
3. Siapa yang berjalan di suatu jalan untuk menuntut ilmu pengetahuan Allah akan memudahkan baginya untuk menuju jalan keluar (H.R. Muslim)
4. Ing Ngarso Sung Tuladha, Ing Madya Mangung Karsa, Tut Wuri Handayani( Ki Hajar Dewantara )
5. Jangan tanyakan apa yang telah Negara berikan padamu tapi tanyakan apa yang telah kamu berikan pada Negaramu (TNI-AD)

## **PERSEMBAHAN**

Bismillaahirrohmaanirrahiim

Karya sederhana ini untuk orang-orang yang berjasa dalam perjalanan hidupku.

1. Kedua orang tua tercinta Bapak Endang Daryono dan Ibu Kaniem yang telah melahirkan, merawat, membimbing dengan penuh kesabaran dan memenuhi segala keperluanku dari kecil sampai dewasa, itu tidak lain hanya untuk mencapai cita-cita yang indah. Terima kasih atas segala cinta dan kasih sayang yang telah engkau berikan, serta doa-doa yang selalu mengiringi langkahku.
2. Kakak saya Cartem yang selalu membantu saya dari segi biaya dari saya SMA hingga saat ini, dan terima kasih atas doa-doa yang selalu ada buat saya.

Semoga kita semua termasuk orang yang tepat dapat meraih kesuksesan dan kebahagiaan dunia akhirat. Aamiin. Barakallah.

# **FAKTOR-FAKTOR PENDUKUNG PELAKSANAAN LATIHAN UKM KARATE INKAI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

Oleh :  
Cartu Gustiar  
12601241006

## **ABSTRAK**

Berdasarkan permasalahan latar belakang karena kurang adanya dukungan terhadap UKM Karate INKAI UNY maka bisa diambil faktor - faktor pendukung latihan yang masih belum terlihat maksimal untuk pelaksanaan UKM karate di Universitas Negeri Yogyakarta. Faktor – faktor pendukung pelaksanaan latihan yang diambil dari faktor internal diantaranya fisik, psikologis, dan kelelahan, faktor dari eksternal diantaranya keluarga, pelatih dan masyarakat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor pendukung pelaksanaan Latihan UKM karate INKAI Universitas Negeri Yogyakarta.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Instrumen penelitian berupa angket. Populasi `penelitian adalah peserta UKM karate di Universitas Negeri Yogyakarta sebanyak 24 orang. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif dengan persentase.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui berdasarkan tabel dan gambar di atas di ketahui faktor-faktor pendukung pelaksanaan UKM Karate Inkai di UNY di ketahui pada faktor internal yang terdiri dari aspek fisik 76,31 %, aspek psikologi 82,76 %, aspek kelelahan 77,70 % hasil tersebut dapat dikategorikan dalam kriteria baik. Pada Faktor eksternal yang terdiri dari aspek keluarga memperoleh 70,42 %, aspek pelatih memperoleh 72,27 %, aspek masyarakat memperoleh 65,21 % hasil tersebut dikategorikan dalam kriteria cukup. Berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa Faktor-Faktor yang menjadi pendukung pelaksanaan Latihan UKM Karate INKAI Universitas Negeri Yogyakarta sebagian besar didukung oleh faktor internal

***Kata kunci : Faktor Pendukung, UKM karate, Universitas Negeri Yogyakarta.***

## **KATA PENGANTAR**

Dengan mengucapkan puji syukur kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Faktor-Faktor Pendukung Pelaksanaan Latihan UKM Karate INKAI Universitas Negeri Yogyakarta” dengan lancar.

Dalam penyusunan skripsi ini pastilah penulis mengalami kesulitan dan kendala. Dengan segala upaya, skripsi ini dapat terwujud dengan baik berkat uluran tangan dari berbagai pihak, teristimewa pembimbing. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Sutrisna Wibawa, M.Pd., Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan menempuh pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin dalam melaksanakan penelitian ini.
3. Bapak Dr. Guntur M.Pd., Ketua Prodi Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kelancaran dan kesempatan dalam melaksanakan penelitian.
4. Bapak Drs. Suhadi M.Pd., Dosen Pembimbing Akademik, yang telah memberikan bimbingan studi serta motivasi selama pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta.

5. Bapak Dr. Sugeng Purwanto, M.Pd., Dosen Pembimbing, yang telah memberikan bimbingan skripsi selama penelitian berlangsung.
6. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen serta Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis kuliah dan telah membantu peneliti dalam membuat surat perijinan.
7. Almamater tercinta Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memeberikan banyak sekali ilmu, wawasan dan pengalaman, belum banyak yang bias saya berikan untuk almamater saya,dan setelahnya saya akan mengabdikan dan membagi ilmu dari apa yang saya dapatkan di Universitas Negeri Yogyakarta.
8. Teman–teman mahasiswa UKM Karate INKAI UNY yang sudah membantu dalam pengumpulan data penelitian sekripsi ini
9. Organisasi Resimen Mahasiswa, yang telah mendidik saya , menempa saya dan membuat saya menjadi sosok yang seperti ini, saya sangat berterima kasih sekali.
10. Teman-teman satu kelas, teman-teman organisasi, teman-teman latihan yang selalu ada buat saya ketika saya berada dibawah ataupun diatas,ketika saya sedih ataupun senang, kalian lah yang selalu menghibur saya.
11. Seseorang yang saya cintai dan sayangi Jessica Lesmana, dimana telah dan selalu mengajarkan saya arti tentang kesabaran, kesetian, kesederhanaan, usaha ,kerja keras dan tanggung jawab. Disisi lain selalu memberikan dorongan semangat dan motivasi agar saya selalu bergerak untuk beraktivitas yang positif.
12. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi kelengkapan skripsi ini. Penulis berharap semoga hasil karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan khususnya dan bagi semua pihak pada umumnya.

Yogyakarta, Mei 2017  
Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
BAB I. PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Batasan Masalah .....	5
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6
BAB II. KAJIAN PUSTAKA .....	7
A. Deskripsi Teori .....	7
1. Faktor-Faktor Pendukung.....	7
a. Faktor Intern.....	7
b. Faktor Ekstern.....	8
2. Hakikat Latihan .....	12
a. Pengertian Latihan .....	12
3. Hakikat UKM .....	14
a. Pengertian dan Tugas Pokok UKM.....	14
4. Karakteristik Mahasiswa .....	16
5. Hakikat Karate.....	18
a. Pengertian Karate.....	18
b. Sejarah Karate .....	19
c. Filosofi Karate.....	20
d. Teknik Karate.....	22

e. Teknik Dasar Karate .....	23
B. Peneliti yang Relevan .....	33
C. Kerangka Berpikir .....	34
<b>BAB III. METODE PENELITIAN.....</b>	<b>36</b>
A. Metode Penelitian.....	36
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	36
C. Populasi Penelitian .....	37
D. Instrument Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	37
E. Teknik Analisis Data.....	41
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>43</b>
A. Hasil Penelitian .....	43
1. Faktor Internal .....	44
2. Faktor Eksternal .....	46
B. Pembahasan.....	48
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>52</b>
A. Kesimpulan .....	52
B. Keterbatasan Penelitian.....	52
C. Saran.....	53
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>54</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>56</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Jawaban Angket .....	36
Tabel 2. Kisi-kisi Angket .....	38
Tabel 3. Hasil Penelitian Skoring atau Penelitian dengan Kriteria Konversi ..	42
Tabel 4. Hasil Analisis Faktor-Faktor Pendukung Pelaksanaan Latihan UKM Karate INKAI UNY.....	43
Tabel 5. Analisis Pada Faktor Internal Yang menjadi Pendukung Pelaksanaan Latihan UKM Karate INKAI UNY .....	45
Tabel 6. Analisis Pada Faktor Eksternal Yang menjadi Pendukung Pelaksanaan Latihan Karate INKAI UNY .....	46

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Gerakan Tangkisan <i>Gedan Barai</i> .....	23
Gambar 2. Gerakan Tangkisan <i>Age-uke</i> .....	24
Gambar 3. Gerakan Tangkisan <i>Soto-uke</i> .....	24
Gambar 4. Gerakan Tangkisan <i>Uchi-uke</i> .....	24
Gambar 5. Gerakan Tangkisan <i>Shuto-uke</i> .....	25
Gambar 6. Gerakan Tangkisan <i>Tate Shuto-uke</i> .....	25
Gambar 7. Gerakan Tangkisan <i>Kake Shuto-uke</i> .....	25
Gambar 8. Gerakan Tangkisan <i>Haishu-uke</i> .....	26
Gambar 9. Gerakan Tangkisan <i>Kakuto-uke</i> .....	26
Gambar 10. Gerakan Tangkisan <i>Keito-uke</i> .....	26
Gambar 11. Gerakan Tangkisan <i>Seiryuto-uke</i> .....	27
Gambar 12. Gerakan Tangkisan <i>Teisho-uke</i> .....	27
Gambar 13. Gerakan Tinjuan <i>Gyaku-Tsuki</i> .....	27
Gambar 14. Gerakan Tinjuan <i>Oi-Tsuki</i> .....	28
Gambar 15. Gerakan Tinjuan <i>Age-Tsuki</i> .....	28
Gambar 16. Gerakan Tinjuan <i>kizami-Tsuki</i> .....	28
Gambar 17. Gerakan Tinjuan <i>Ura- Tsuki</i> .....	29
Gambar 18. Gerakan Tinjuan <i>Kagi-tsuki</i> .....	29
Gambar 19. Gerakan Tinjuan <i>Mawashi-uke</i> .....	29
Gambar 20. Gerakan Tinjuan <i>Awase-Tsuki</i> .....	30

Gambar 21. Gerakan Tinjuan <i>Yama-tsuki</i> .....	30
Gambar 22. Gerakan Tinjuan <i>Heiko-tsuki</i> .....	30
Gambar 23. Gerakan Tinjuan <i>Hasami-tsuki</i> .....	31
Gambar 24. Gerakan Rangkaian <i>Tendangan Mae Geri</i> .....	31
Gambar 25. Gerakan Tendangan <i>Yoko Geri Keage</i> .....	31
Gambar 26. Gerakan Tendangan <i>Yoko Geri Kekomi</i> .....	32
Gambar 27. Gerakan Tendangan <i>Mawashi Geri</i> .....	32
Gambar 28. Gerakan Tendangan <i>Ushiro Geri</i> .....	32
Gambar 29. Gerakan Tendangan <i>Tobi Geri</i> .....	33
Gambar 30. Analisis Faktor-Faktor Pendukung .....	43
Gambar 31. Analisis Faktor Internal .....	44
Gambar 32. Analisis Faktor Eksternal .....	46

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Kartu Bimbingan TAS .....	56
Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian .....	58
Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian .....	59
Lampiran 4. Surat Expert Judgement .....	60
Lampiran 5. Angket Penelitian .....	61
Lampiran 6. Data Hasil Analisis Penelitian .....	64
Lampiran 7. Dokumentasi .....	69

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Penggalian dan pengembangan potensi yang ada pada mahasiswa dapat diupayakan melalui olahraga, salah satunya yaitu olahraga karate. Karate merupakan seni beladiri dari Jepang yang mengandalkan seluruh tubuh sebagai sarana untuk mempertahankan diri serta meningkatkan kesegaran jasmani. Dalam beberapa dekade terakhir tampaknya indonesia popularitas karate terus meningkat, tidak hanya diindonesia tetapi juga dibelahan dunia. Hingga saat ini karate banyak dipelajari oleh berbagai kalangan dari sastra sosial, pria, wanita, remaja, anak-anak dan orang dewasa, yang tidak hanya berkembang dilingkungan masyarakat pada umumnya tetapi dilingkungan kampus atau perguruan tinggi juga mengalami perkembangan yaitu Unit Kegiatan Mahasiswa.

Salah satu kegiatan pembinaan potensi ditingkat perguruan tinggi tersebut yaitu melalui UKM. UKM berkedudukan ditingkat perguruan tinggi dan merupakan lembaga non struktural. Sedangkan tugas pokok UKM menurut Herminarto Sofyan (2007: 4) adalah menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler sesuai dengan karakteristik UKM masing-masing dan fungsi UKM adalah sebagai wahan untuk merencanakan dan mengembangkan kegiatan ekstrakurikuler yang bersifat penalaran, keilmuan, pengembangan potensi minat dan kegemaran, kesejahteraan mahasiswa serta pengabdian pada masyarakat sesuai dengan karakteristik masing-masing UKM.

UKM hampir ada diseluruh perguruan tinggi di Indonesia. Universitas Negeri Yogyakarta merupakan salah satu perguruan tinggi negeri yang memiliki UKM, dimana UKM tersebut meliputi UKM bidang penalaran, UKM bidang seni, UKM bidang Kesejahteraan, UKM bidang Khusus, dan UKM bidang olahraga. Salah satu UKM yang memiliki peran penting kepada mahasiswa terhadap lingkungan sosialnya adalah UKM olahraga. UKM olahraga selain mengisi waktu luang juga bisa meningkatkan kesegaran jasmani dan meningkatkan prestasi di bidang olahraga.

Salah satu UKM olahraga yang ada di Universitas Negeri Yogyakarta adalah UKM karate, selain UKM karate juga ada UKM olahraga yang lainnya yaitu, UKM Judo, UKM Taekwondo, UKM Silat, UKM sepak bola, UKM takraw, UKM Atletik, UKM Renang, UKM Bola Basket, UKM Bola Voli, UKM Tennis lapang, UKM Tennis Meja, UKM Bulu Tangkis dan UKM Panahan.

UKM olahraga merupakan Bidang minat dan kegemaran mahasiswa dalam bidang olahraga yang dikembangkan oleh perguruan tinggi. UKM juga merupakan wahana untuk melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler yang bersifat pengembangan bakat jasmani untuk meningkatkan keterampilan dengan manajemen mahasiswa. Dengan adanya UKM, mahasiswa mendapatkan kesempatan untuk mengembangkan potensi, mengerjakan kegiatan yang selaras dengan bakat, motivasi, inisiatif, kreatifitas, keterampilan dan kepribadian. Agus Nashrudin ( 2009:1)

Adapun tujuan tujuan pembinaan bidang minat dan kegemaran dalam bidang olahraga adalah untuk menyalurkan minat dan kegemaran mahasiswa dalam bidang olahraga yang dapat mengembangkan kemampuan berorganisasi, kepemimpinan, meningkatkan kesehatan jasmani, menanamkan sportifitas, kedisiplinan dan pencapaian prestasi dalam bidang olahraga. UKM diarahkan untuk membina serta meningkatkan bakat, minat dan keterampilan. Kegiatan ini diharapkan dapat memunculkan atlet berprestasi, karena prestasi harus di capai dengan usaha dan kerja keras serta tidak bisa dicapai dengan waktu yang singkat.

UKM karate Universitas Negeri Yogyakarta didirikan pada tahun 1975 yang pada waktu itu masih IKIP Yogyakarta. Sejak didirikan Unit Kegiatan Mahasiswa telah mencetak banyak prestasi, dari tingkat daerah hingga tingkat nasional. Tidak hanya saat awal berdirinya UKM INKAI, saat ini sudah banyak prestasi yang sudah dicapai oleh para Karate-ka ,UKM karate juga berhasil menjadi panitia penyelenggaran kejuaraan Karate tingkat Asean. Disamping dengan prestasi yang banyak tetapi jumlah anggota yang latihan tidak sebanding dengan jumlah mahasiswa yang masuk setiap tahunnya, terlihat ketika Ospek dan PAB (Penerimaan Anggota Baru) banyak yang mendaftarkan dirinya ke UKM karate tetapi setelah berrjalanya waktu banyak menghilang, karena para mahasiswa belum banyak mengetahui dan paham apa manfaat belajar UKM karate yang sesungguhnya. Hal tersebut terjadi karena kurang adanya dukungan yang bisa menghidupkan kembali UKM karate agar seimbang dengan jumlah mahasiswa yang masuk. Kegiatan ekstrakurikuler

karate akan berlangsung dengan baik jika ada pendukung-pendukung yang kuat untuk menunjang kegiatan UKM karate berjalan dengan baik.

Fasilitas latihan UKM karate Universitas Negeri Yogyakarta masih terbatas, terutama tempat latihan yang berada ditempat umum yaitu di hall Rektorat Uninvestitas Negeri Yogyakarta dan belum mempunyai tempat sendiri atau gedung khusus. Kondisi tersebut secara tidak langsung akan berpengaruh pada dukungan terhadap pelaksanaan UKM karate yang berjalan setiap satu minggu tiga kali. Dari permasalahan ini peran pimpinan Universitas Negeri Yogyakarta untuk memberikan fasilitas gedung khusus beladiri yang bisa digunakan dengan maksimal dan layak dipakai agar setiap kegiatan berjalan dengan lancar.

Atas dasar uraian dan penjelasan dalam latar belakang masalah diatas, maka sangat perlu diadakan penelitian mengenai faktor-faktor pendukung pelaksanaan Latihan UKM karate INKAI Universitas Negeri Yogyakarta. Diharapkan dengan adanya faktor pendukung yang kuat maka peneliti mengetahui seberapa penting faktor pendukung terhadap pelaksanaan latihan karate sehingga minat mahasiswa terhadap UKM karate menjadi bertambah dan ramai agar pada saat pelaksanaan bisa diringi dengan perasaan yang senang dan ikhlas.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan penjelasan diatas, permasalahan yang muncul dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Jumlah peserta atau anggota yang mendaftar tidak sebanding dengan jumlah mahasiswa yang masuk setiap tahunnya.
2. Kurangnya kesadaran mahasiswa dalam mengikuti proses latihan di UKM karate di Universitas Negeri Yogyakarta.
3. Manfaat karate yang belum diketahui oleh mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta.
4. Fasilitas yang masih kurang untuk menunjang pelaksanaan UKM karate Universitas Negeri Yogyakarta
5. Faktor- faktor pendukung latihan yang masih belum terlihat maksimal untuk pelaksanaan UKM karate INKAI Universitas Negeri Yogyakarta.

### **C. Pembatasan Masalah**

Dari identifikasi masalah diatas supaya permasalahan tidak meluas, untuk itu perlu diadakan pembatasan masalah. Mengingat keterbatasan waktu, tenaga, biaya yang ada pada peneliti sehingga masalah ini dibatasi pada faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan UKM karate INKAI Universitas Negeri Yogyakarta

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, maka dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut : “ Apa saja yang menjadi faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan UKM karate IKKAI Universitas Negeri Yogyakarta Negeri ?”.

## **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan UKM karate INKAI Universitas Negeri Yogyakarta.

## **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1. Secara teoritis

Dari hasil penelitian ini diharapkan akan memberikan sumbangan pemikiran yang bermanfaat terutama bagi para peneliti, khususnya cabang olahraga karate supaya lebih diminati oleh mahasiswa.

### 2. Secara praktis

a) Dapat mengetahui faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan UKM karate INKAI Universitas Negeri Yogyakarta.

b) Dengan penelitian ini dapat memberikan masukan kepada pelatih dan lembaga Universitas Negeri Yogyakarta mengenai faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan UKM karate INKAI Universitas Negeri Yogyakarta.

## **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

### **A. Deskripsi Teori**

#### 1. Faktor–Faktor Pendukung Pelaksanaan Latihan UKM Karate

Dalam upaya meningkatkan peserta ekstrakurikuler maka perlu melihat faktor-faktor pendukung yang menjadikan daya tarik bagi siswa-siswi. Untuk mencapai sebuah prestasi tinggi tanpa adanya dukungan oleh bakat yang memadai merupakan pekerjaan sia-sia. Akan tetapi bukan berarti bakat merupakan modal utama untuk sebuah prestasi, seperti yang dikemukakan oleh Yunus (1992:120), bahwa bakat bukan merupakan satu-satunya penentuan pencapaian puncak.

Faktor-faktor yang diidentifikasi pada penelitian ini, sebagai faktor yang menimbulkan kesulitan pada pelaksanaan kegiatan UKM karate di Universitas Negeri Yogyakarta. Dilihat dari visi dan misi UKM karate INKAI UNY yaitu sangat mengedepankan prestasi tetapi tidak memperlihatkan faktor pendukung yang kurang sehingga tidak berjalan secara maksimal. Selain hal tersebut berbagai macam faktor pendukung sehingga pelaksanaan UKM karate banyak dimintai oleh mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta diantaranya yang dikemukakan oleh Slameto (2010: 54-72 ) menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi ada dua macam yaitu:

a. Faktor intern adalah faktor yang ada dalam diri individu. Adapun faktor-faktor yang ada dalam individu meliputi: faktor fisik, faktor psikologis, dan faktor kelelahan.

1) Faktor fisik

a) Faktor kesehatan

Sehat berarti baik dalam segenap badan beserta bagian-bagiannya bebas dari penyakit. Proses latihan seseorang akan terganggu jika kesehatannya terganggu.

b) Cacat tubuh

Sesuatu yang menyebabkan kurang baik atau kurang sempurna mengenai tubuh dan juga badan misal: buta, tuli, patah kaki, patah lengan dan sebagainya.

2) Faktor psikologis

Misalnya: intelegensi, perhatian, minat, bakat, motif, kematangan atau kesiapan.

3) Faktor kelelahan

a) Kelelahan jasmani

Kelelahan jasmani terlihat dari lemahnya tubuh dan timbul kecenderungan untuk membaringkan tubuh.

b) Kelelahan rohani

Sedikit kelelahan rohani dapat dilihat dengan adanya kelesuhan sehingga minat dan dorongan untuk menghasilkan sesuatu akan hilang

b. Faktor ekstern adalah faktor yang berasal dari luar individu. Adapun faktor yang ada diluar individu meliputi faktor keluarga, faktor sekolah, dan masyarakat.

## 1) Faktor keluarga

Menurut Gunarsa (2009: 6-7) aspek lingkungan keluarga yang mempengaruhi tingkah laku anak diantaranya adalah contoh dari orang tua, kasih sayang orang tua, dan keutuhan keluarga. menurut Fuad Ihsan (2005: 19) faktor lingkungan keluarga yang mempengaruhi perkembangan anak didik yaitu perhatian dan kasih sayang dari orang tua, figur keteladanan orang tua bagi anak, dan keharmonisan keluarga. menurut Gerungan (2002: 185) peranan lingkungan keluarga terhadap perkembangan anak meliputi: status sosio ekonomi, keutuhan keluarga, sikap dan kebiasaan orang tua, dan status anak.

Dari uraian-uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor lingkungan keluarga yang mempengaruhi anak didik terutama yang mempengaruhi anak didik dalam hal pembentukan sikap disiplin meliputi perhatian dan kasih sayang orang tua, keutuhan orang tua, keharmonisan keluarga, dan sifat keteladanan atau contoh dari orang tua.

## 2) Faktor pelatih

Pelatih adalah seorang yang mempunyai tugas membimbing anak latihnya dalam olahraga, tentu saja yang dimaksud disini adalah membentuk anak latihnya hingga mempunyai prestasi yang maksimal dalam olahraga (Menpora, 1960). Pet, at, all, dalam Kasio Dwijowinoto (1993: 5), pelatih adalah seorang yang profesional yang tugasnya membantu olahragawan dan tim dalam memperbaiki penampilan olahraganya. Pelatih adalah suatu profesi, sehingga pelatih diharapkan

dapat memberikan pelayanan sesuai standar atau ukuran profesional yang ada. Pelatih harus mengikuti perkembangan ilmu pelatihan yang ada untuk mengoptimalkan penampilan atlet.

Pencapaian prestasi atlet yang dilatih dipengaruhi oleh kualitas seorang pelatih. Oleh karena itu, pelatih harus memenuhi kriteria sebagai pelatih yang baik. Adapun syarat-syarat menjadi pelatih baik menurut Suharno (1984: 6) pelatih baik memiliki kemampuan menguasai ilmu sesuai bidangnya secara teoritis dan praktis, memiliki skill yang baik sesuai bidangnya. Mengingat ilmu dan tekniknya terus berkembang, maka pelatih perlu menambah atau mengembangkan ilmu dan skill sesuai kemajuan yang ada. Selain itu pelatih harus mempunyai kemampuan psikis yang baik dalam arti memiliki daya pikir, daya cipta, dan imajinasi yang tinggi, perasaan yang stabil motivasi besar, daya perhatian dan konsentrasi yang tinggi, pelatih juga harus memiliki kepribadian yang baik sesuai norma hidup yang berlaku misalnya, memiliki rasa tanggung jawab yang besar, disiplin, dedikasi tinggi, demokrasi, adil, keberanian humor, susila dan santun.

Sedangkan menurut Sukadiyanto (2005: 4-5) syarat pelatih antara lain memiliki, (1) kemampuan dan ketrampilan cabang olahraga yang di bina, (2) pengalaman dan pengetahuan dibidangnya, (3) dedikasi dan komitmen melatih (4) memiliki moral sikap pribadi yang baik. Agar mampu melaksanakan tugas dan mengemban perannya dengan baik, seorang pelatih perlu memiliki kewibawaan, sebab dengan kewibawaan

akan memperlancar proses melatih dan melatih. Dengan kewibawaan yang baik seorang pelatih akan dapat bersikap yang baik lebih disegani oleh siswa. Menurut Djoko Pekik Irianto (2002: 17-18), untuk memperoleh kewibawaan seorang pelatih harus memiliki ciri-ciri pelatih yang disegani, meliputi :

1. Inter legensi, muncul ide-ide untuk membuat variasi latihan.
2. Giat atau rajin, konsisten dalam betugas tekun, tidak mudah putus asa sabar, tabah menghadapi heterogenitas atlet dengan berbagai macam pemasalahan.
3. Semangat, mendorong atlet agar secara pribadi mampu mencapai sasaran latihan.
4. Pengetahuan, mengembangkan dan pendekatan dalam proses berlatih
5. Percaya diri, memiliki keyakinan secara proporsional terhadap yang dimiliki.
6. Emosi stabil, emosi terkendali walau menghadapi berbagai masalah
7. Berani mengambil keputusan, cepat mengambil keputusan dengan resiko yang minimal berdasarkan kepentingan atlet dan tim secara keseluruhan.
8. Rasa humor, ada variasi dalam penyajian materi, disertai humor-humor seger sehingga tidak menimbulkan ketegangan dalam proses berlatih dan melatih.

9. Sebagai model, pelatih menjadi idola yang di contoh baik oleh atletnya maupun masyarakat umum.

Dari berbagai pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa menjadi syarat pelatih yang baik, yaitu :

- (1) Mempunyai kondisi fisik dan ketrampilan cabang olahraga yang baik, meliputi : kesehatan dan penguasaan skill yang baik sesuai cabang olahraga yang dibina. Mempunyai kepribadian yang baik, meliputi tanggung jawab, kedisiplinan, humor, kerjasama, dan penampilan
- (2) Mempunyai pengetahuan yang baik, meliputi : pengalaman dan penguasaan ilmu secara teoritis dan praktis.
- (3) Kemampuan psikis, meliputi kreatifitas, daya perhatian, konsentrasi dan motivasi.

### 3) Faktor masyarakat

Masyarakat merupakan faktor ekstern yang juga berpengaruh terhadap berlatih siswa pengaruh itu terjadi karena keberadaan siswa dalam masyarakat. Misalnya : kegiatan siswa dalam masyarakat, teman gaul, bentuk kehidupan masyarakat

## **2. Hakikat Latihan**

### a. Pengertian Latihan

Secara sederhana latihan dapat dirumuskan, yaitu segala daya dan upaya untuk meningkatkan secara menyeluruh kondisi fisik dengan proses yang sistematis dan berulang-ulang dengan kian hari kian bertambah jumlah

beban latihan, waktu atau intensitasnya. Seseorang melakukan latihan dikarenakan merupakan suatu bentuk upaya untuk mencapai suatu tujuan. Latihan bukanlah hal yang baru, sudah sejak zaman dahulu latihan dilakukan secara sistematis untuk menuju suatu tujuan tertentu.

Menurut Bompa (1994) dalam Awan Hariono (2006: 1) latihan adalah upaya seseorang dalam meningkatkan perbaikan organisme dan fungsinya untuk mengoptimalkan prestasi dan penampilan olahraga. Tujuan dari latihan untuk memperoleh berprestasi semaksimal mungkin, namun dalam proses pelaksanaan latihan tidak cukup mudah dan sederhana. Program latihan yang diberikan pelatih amat penting dalam mendukung kualitas latihan yang sesuai dengan cabang masing-masing. Bukan hanya latihan fisik saja yang harus dilatih untuk mencapai prestasi yang maksimal teknik, taktik dan mental juga amat penting untuk dilatih.

Menurut Sukadiyanto (2005: 1), latihan pada prinsipnya merupakan suatu proses perubahan ke arah yang lebih baik, yaitu untuk meningkatkan kualitas fisik kemampuan fungsional peralatan tubuh dan kualitas psikis anak latih. Menurut Harsono, (1988: 102) mengatakan bahwa latihan juga bias dikatakan sebagai sesuatu proses berlatih yang sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang yang kian hari jumlah beban latihannya kian bertambah.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa latihan adalah suatu proses kegiatan olahraga yang dilakukan secara sadar, sistematis, bertahap dan berulang-ulang, dengan waktu yang relatif lama,

untuk mencapai tujuan akhir dari suatu penampilan yaitu peningkatan prestasi yang optimal. Agar latihan mencapai hasil prestasi yang optimal, maka program/bentuk latihan disusun hendaknya mempertimbangkan kemampuan dasar individu, dengan memperhatikan dan mengikuti prinsip-prinsip atau azas-azas pelatihan. Sistematis berarti berencana, menurut jadwal dan menurut pola sistem tertentu, metodis dari yang mudah ke yang sukar, latihan yang teratur dari yang sederhana ke yang kompleks. Berulang-ulang maksudnya adalah gerakan-gerakan yang sukar dilakukan menjadi semakin mudah dan reflektif pelaksanaannya. Beban makin bertambah maksudnya adalah setiap kali, secara periodik setelah tiba saatnya maka beban ditambah demi meningkatkan perubahan-perubahan dan tercapainya prestasi.

### **3. Hakikat Unit Kegiatan Mahasiswa**

#### **a. Pengertian, tugas pokok, dan fungsi Unit Kegiatan Mahasiswa**

Menurut Agus Nashrudin (2009:1), Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) merupakan organisasi tingkat kemahasiswaan ditingkat Universitas yang fungsinya untuk mengembangkan berbagai minat, bakat dan keahlian tertentu bagi bagi para anggota-anggotanya. UKM juga merupakan wahana untuk melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler ditingkat perguruan tinggi yang berkaitan dengan penalaran dan keilmuan, minat, bakat dan kegemaran, kesejahteraan mahasiswa serta pengabdian kepada masyarakat. Menurut Hilman Faithful (2011: 1) Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) adalah wadah

aktivitas kemahasiswaan untuk mengembangkan minat, bakat, dan keahlian tertentu bagi para aktivis yang ada didalamnya.

Kegiatan-kegiatan di UKM telah terjadwal dan terprogram secara rutin menyesuaikan kalender akademik, sehingga tidak mengganggu perkuliahan. Mahasiswa yang terlibat dalam UKM akan terbiasa dengan manajemen waktu yang baik. Mereka harus bisa membagi waktu antara kuliah, belajar, berlatih di UKM dan kegiatan sosial budaya. Mereka juga akan terbiasa bekerja dalam team work dan dihadapkan pada suasana kompetisi. Semua pengalaman tersebut akan menumbuhkan mental yang tangguh dengan senantiasa memelihara kepribadian, sportif, jujur, mempertinggi prestasi, sopan santun, mempunyai rasa percaya diri besar dan sanggup menguasai diri.

Tugas pokok UKM adalah merencanakan dan melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler pada tingkat Universitas yang bersifat lintas fakultas/progam study dalam bidang kegiatan tertentu sesuai dengan tugas dan tanggung jawabnya. Sedangkan fungsinya UKM adalah sebagai wahana untuk melaksanakan dan mengembangkan kegiatan ekstrakurikuler tertentu ditingkat Universitas yang bersifat lintas fakultas/progam study, baik yang bersifat penalaran dan keilmuan, minat dan bakat, kesejahteraan maupun pengabdian masyarakat Herminarto Sofyan (2007: 6-9). UKM karate Universitas Negeri Yogyakarta rutin berlatih seminggu tiga (3) kali dalam satu (1) minggu yaitu pada hari Selasa, Kamis, dan Sabtu mulai dari pukul 15.00 sampai dengan pukul 18.00 dan latihan pusat satu (1) setiap bulan di

minggu pertama. Proses latihan UKM karate UNY adalah terprogram dengan jelas dan disesuaikan porsinya sesuai dengan tingkat sabuknya (*kyu*), baik untuk menghadapi suatu event kejuaraan atau hanya untuk latihan rutin. Program latihan yang diberikan oleh pelatih bertujuan untuk meningkatkan kemampuan teknik, fisik, dan mental anggota UKM dan ini tentunya merupakan proses yang sangat baik untuk meningkatkan prestasi anggota UKM karate Universitas Negeri Yogyakarta.

Dari uraian diatas disimpulkan UKM olahraga merupakan wahana untuk meningkatkan atau mengembangkan, minat, bakat dan ketrampilan mahasiswa dan masyarakat umum dan meningkatkan kesegaran jasmani.

#### **4. Karakteristik Mahasiswa**

Menurut Syamsu Yusuf (2011 :17) manusia secara terus menerus berkembang atau berubah yang dipengaruhi oleh pengalaman atau belajar sepanjang hidupnya. Menurut Sri Rumini dkk (2000:32), manusia saling berkomunikasi untuk memenuhi kebutuhannya, maka saling memahami dengan cara mempelajari karakteristik masing-masing akan terjadi hubungan saling mengerti. Ditinjau dari segi psikologi perkembangan, menurut Siti Partini (1995:112), periode perkembangan adalah :

- a. Masa bayi
- b. Masa kanak-kanak
- c. Masa kanak-kanak terakhir usia 6 tahun sampai tiba saatnya individu menjadi matang secara seksual.

Masa remaja merupakan salah satu fase dalam, rentang perkembangan manusia yang terentang sejak anak masih dalam kandungan sampai meninggal dunia. Masa remaja memiliki ciri-ciri yang berbeda dengan masa sebelumnya atau masa sesudahnya, karena berbagai hal yang mempengaruhinya sehingga selalu menarik untuk dibicarakan kata remaja diterjemahkan dari kata dalam bahasa Inggris *adolescence* yang berarti tumbuh atau tumbuh untuk masak menjadi dewasa. Dalam pemakaiannya istilah remaja dan *adolescence* disamakan. Adolecen atau remaja menggambarkan seluruh perkembangan remaja baik fisik, intelektual, emosi dan sosial. Istilah lain untuk menunjukkan pengertian remaja yaitu pubertas.

Masa remaja ditinjau dari rentan kehidupan manusia merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Sifat-sifat remaja sebagian sudah tidak menunjukkan sifat masa kanak-kanaknya tetapi juga belum menunjukkan sifat sebagai orang dewasa. Masa ini terjadi diantara usia 18-21 tahun. Lebih lanjut menurut Siti Partini (1995: 122), beberapa hal yang menandai masa remaja yaitu ;

1. Periode yang penting, perkembangan fisik dan mental yang begitu pesat dan penting khususnya pada masa remaja awal menuntut penyesuaian mental dan perlunya membentuk sikap, nilai dan minat baru.
2. Periode peralihan, peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya.
3. Periode perubahan, perubahan dan sikap dan perilaku, selama masa remaja sejajar dengan perubahan tingkat fisik.
4. Usia bermasalah, masalah masa remaja sering merupakan masalah yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun perempuan.
5. Masa mencari identitas, pada akhirnya masa anak-anak menyesuaikan diri dengan standar kelompok merupakan hal yang sangat penting
6. Usia yang menimbulkan ketakutan, gambaran umum tentang remaja biasanya bersifat negatif.

7. Masa yang tidak realistis, remaja melihat dirinya atau orang lain sebagaimana yang diinginkan bukan sebagaimana adanya, terutama dalam hal cita-cita.
8. Ambang masa dewasa, dengan mendekatnya usia kematangan, remaja gelisah meninggalkan masa belasan tahunnya, muncul perilaku yang menggambarkan perilaku orang dewasa.

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa perkembangan anak mengalami pertembuhan dan perkembangan fisik dan juga mengalami perubahan sifat yang dapat mengetahui jati dirinya. Mahasiswa merupakan perkembangan dari masa kanak-kanak menjadi remaja, sifat-sifat remaja sebagian sudah tidak menunjukkan sifat masa kanak-kanaknya tetapi juga belum menunjukkan sifat sebagai orang dewasa.

## **5. Hakikat Karate**

### **a. Pengertian Karate**

Secara harfiah Karate-do dapat diartikan sebagai berikut; *Kara* = kosong, cakrawala, *Te* = tangan atau seluruh bagian tubuh yang mempunyai kemampuan, *Do* = jalan. Dengan demikian *karate-do* dapat diartikan sebagai suatu taktik yang memungkinkan seseorang membela diri dengan tangan kosong tanpa senjata. Setiap anggota badan dilatih secara sistematis sehingga suatu saat dapat menjadi senjata yang ampuh dan sanggup menaklukan lawan dengan satu gerakan yang menentukan. Beladiri karate merupakan keturunan dari ajaran yang bersumber agama Budha yang luhur. Oleh karena itu, orang yang belajar karate seharusnya rendah hati dan bersikap lembut, punya keyakinan, kekuatan dan percaya diri (Danardono, 2006:6). Karate adalah suatu teknik bela diri dengan tangan kosong yang praktis ( Depdikbud , 1983:50).

Dari urai menurut beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan dari peneliti bahwa karate adalah suatu ilmu bela diri yang menggunakan tangan kosong, yang menggunakan anggota tubuh sebagai senjatanya.

#### b. Sejarah Karate

Seni beladiri karate berasal dari Okinawa. Okinawa adalah sebuah pulau kecil yang sekarang sudah menjadi bagian dari negara Jepang. Seni bela diri ini pertama kali disebut "*Tote*" yang berarti seperti "Tangan China". ketika karate masuk ke Jepang, nasionalisme Jepang pada saat itu sedang tinggi-tingginya. Tahun 1921, Gichin Funakoshi (1886-1957), orang dari Suri, berhasil memperkenalkan beladiri *Tote* di Jepang. Peristiwa itu menandai dimulainya pengalaman baru beladiri *Tote* secara benar dan sistematis. Tahun 1929, Gichin Funakoshi mengambil langkah-langkah revolusioner dalam perjuangannya yang ulet dan pantang menyerah untuk mengubah *Tote* menjadi *Karate-do*, sesuai karakter dan aksen masyarakat Jepang sehingga Gichin Funakoshi yang juga dijuluki sebagai "Bapak Karate Modern" mengubah *kanji* Okinawa (*Tote*: Tangan China) dalam *kanji* Jepang menjadi "karate" (tangan kosong) agar lebih mudah diterima oleh masyarakat Jepang (Bermanhot, 2014:1).

Saat ini karate sudah berkembang pesat hampir di seluruh negara tak terkecuali di Indonesia. Negara di luar Jepang seperti Eropa, Amerika, dan Asia sudah menyamai Jepang dalam tingkat kemampuan bertandingnya. Di Indonesia, karate masuk bukan dibawa oleh tentara Jepang melainkan dibawa oleh mahasiswa-mahasiswa Indonesia yang kembali ke tanah air

setelah menyelesaikan studinya di Jepang. Tahun 1963 beberapa mahasiswa Indonesia antara lain; Baud AD Adikusumo, Muchtar dan Karyanto mendirikan Dojo di Jakarta. Mahasiswa tersebut yang pertama memperkenalkan karate (aliran *Shoto-kan*) di Indonesia. Beberapa tahun kemudian berdatangan alumni Mahasiswa Indonesia dari Jepang seperti: Setyo Haryono (pendiri *Gojukai*), Anton Lesiangi (salah satu pendiri Lemkari), Sabeth Muchsin (salah satu pendiri Inkai) dan Choirul Taman turut mengembangkan karate di tanah air. Di samping alumni Mahasiswa, orang-orang Jepang yang datang ke Indonesia dalam rangka bisnis ikut pula memberi warna bagi perkembangan karate di Indonesia, antara lain: Matsusaki (*Kushinryu*-1966), Oyama (*Kyokushinkai*-1967), Ishi (*Gojuryu*-1969) dan Hayashi (*Shitoryu*-1971) (Danardono, 2006: 7).

Berdasarkan berbagai pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa karate adalah salah satu beladiri tangan kosong tanpa senjata yang berasal dari Okinawa, Jepang. Karate berkembang di Indonesia dibawa oleh mahasiswa-mahasiswa yang studi ke Jepang dan pulang ke Indonesia yang kemudian mengajarkan karate.

#### c. Filosofi Karate

Prinsip pada hakekatnya adalah keyakinan dasaryang diharapkan dilandasi dan melandasi kenyataan, dan ditopang oleh ilmufilsafat untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Danardono (2006:14) mengemukakan ada 20 filosofi-filosofi dalam kehidupan olahraga beladiri karate sebagai berikut:

- 1) Karate diawali dengan memberi penghormatan dan diakhiri dengan penghormatan pula.
- 2) Tak ada serangan pertama dalam karate.
- 3) Karate merupakan alat pembantu dalam keadilan.
- 4) Pertama-tama, kontrol dirimu sebelum mengontrol orang lain.
- 5) Semangat yang utama, teknik kemudian.
- 6) Senantiasa siap untuk membebaskan pikiranmu.
- 7) Kecelakaan timbul karena kecerobohan.
- 8) Janganlah berpikir bahwa latihan karate hanya bisa dilakukan di *dojo*.
- 9) Mempelajari karate perlu waktu seumur hidup dan tak ada batasan.
- 10) Masukkan karate dalam keseharianmu, maka kamu akan menemukan *Myo* (rahasia yang tersembunyi).
- 11) Karate seperti air mendidih, jika tidak dipanaskan secara teratur akan menjadi dingin.
- 12) Janganlah berpikir harus menang, tetapi berpikirlah tidak boleh kalah.
- 13) Kemenangan tergantung pada keahlian membedakan titik-titik yang mudah diserang dan yang tidak.
- 14) Pertarungan didasari bagaimana kita bergerak secara hati-hati dan tidak (bergerak menurut lawan).
- 15) Berpikirlah bahwa tangan dan kakimu adalah pedang/senjata.
- 16) Jika meninggalkan rumah, berpikirlah ada banyak lawan yang menanti.
- 17) Pemula harus menguasai postur dan cara berdiri, posisi tubuh yang alami untuk yang lebih ahli.

- 18) Berlatih *kata* adalah satu hal, terlibat pertarungan adalah hal lain.
- 19) Peragakan secara tepat penggunaan kekuatan, peregangan dan kontraksi otot tubuh, serta cepat lambatnya gerakan teknik.
- 20) Selalu berpikir dan berusaha menemukan cara hidup dengan aturan-aturan diatas setiap hari.

Berdasarkan berbagai filosofi-filosofi yang dikemukakan di atas dapat disimpullkan bahwa karate mempunyai prinsip-prinsip dasar yang terkait langsung dengan kehidupan manusia seperti perilaku keseharian, menghormati sesame, cara berpikir, semangat, ketepatan berpikir dan mengambil keputusan berdasarkan prinsip-prinsip yang terkandung dalam karate.

#### d. Teknik Karate

Bermanhot (2014:2) mengemukakan teknik karate terbagi menjadi tiga bagian utama yaitu; (1) *Kihon*, yaitu teknik-teknik dasar karate seperti teknik memukul, menendang, dan menangkis; (2) *kata*, yaitu latihan jurus; (3) *Kumite*, yaitu latihan tanding atau pertarungan.

##### 1) *Kihon*

*Kihon* secara harfiah berarti dasar atau fondasi. Praktisi karate harus menguasai *kihon* dengan baik sebelum mempelajari *kata* dan *kumite*. Latihan *kihon* dimulai dari mempelajari pukulan dan tendangan (sabuk putih) dan bantingan (sabuk coklat). Pada tahap “*Dan*” atau sabuk hitam, karateka dianggap sudah menguasai seluruh *kihon* dengan baik.

## 2) *Kata*

*Kata* secara harfiah berarti bentuk atau pola. *Kata* dalam karate tidak hanya merupakan latihan fisik atau aerobik saja. *Kata* mengandung pelajaran tentang prinsip bertarung. Setiap *kata* memiliki ritme gerakan dan pernapasan yang berbeda. Dalam *kata* ada yang dinamakan *bunkai*. *Bunkai* adalah pengaplikasian dari gerakan-gerakan *kata* itu sendiri.

## 3) *Kumite*

*Kumite* atau pertarungan secara harfiah berarti “pertemuan tangan”.

*Kumite* dilakukan oleh murid-murid tingkat lanjut (sabuk biru atau lebih).

### e. Teknik Dasar Karate (*kihon*)

Menurut peneliti teknik dasar (*kihon*) karate adalah teknik gerakan yang dijadikan sebagai pondasi sebelum melanjutkan untuk mempelajari *kata* dan *kumite*. Menurut M. Nakayama (1980:54-90) beberapa teknik dasar (*kihon*) karate yang bisa dipelajari antara lain sebagai berikut:

#### 1) Tangkisan (*Uke*)

##### a) *Gedan barai*



Gambar 1. Gerakan  
Gedan Barai  
(Dokumen Pribadi)  
(10-05-2015)

*Gedan barai*: Tangkisan sapuan tangan bagian bawah, mempunyai dua kegunaan ganda, yaitu sebagai tangkisan dasar dan sebagai salah satu jenis kuda-kuda dalam latihan

b) *Age-uke*



Gambar 2. Gerakan *Age-uke*  
(Dokumen Pribadi)  
(10-05-2015)

*Age-uke*: Tangkisan tangan keatas yang digunakan untuk melumpuhkan serangan ke bagian atas ulu hati dan kepala. Tangkislah kuat-kuat ke atas dengan bagian yang luar dari lengan depan.

c) *Soto-uke*



Gambar 3. Gerakan *soto-uke*  
(Dokumen Pribadi)  
(10-05-2015)

*soto-uke*: Tangkisan lengan tengah badan bagian luar ke dalam, tangkisan ini digunakan untuk melumpuhkan serangan pukulan yang datang ke dada dan muka. Belokkan lengan lawan ke samping, tangkis dengan sisi luar dari pergelangan.

d) *Uchi-uke*



Gambar 4. Gerakan Tangkisan *Uchi-uke*  
(Dokumen Pribadi)  
(10-05-2015)

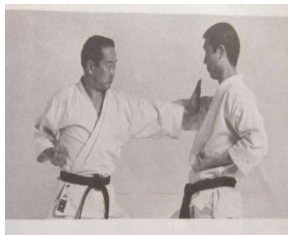
*Uchi-uke*: Tangkisan lengan tengah badan dari dalam ke luar, untuk menangkis tinju yang datang kearah dada atau muka dapat ditangkis dengan sisi dalam pergelangan tangan

e) *Shuto-uke*



Gambar 5. *Shuto-uke*  
(Dokumen Pribadi)  
(10-05-2015)

f) *Tate shuto-uke*



Gambar 6. Gerakan  
Tangkisan *Tate shuto-uke*  
(M. Nakayama, 1980:61)

g) *Kake shuto-uke*



Gambar 7. Gerakan  
Tangkisan *Kake Shuto-uke*  
(M. Nakayama, 1980:61)

*Shuto uke*: Tangkisan tangan pedang, untuk menangkis serangan ke arah perut, dada, dan muka. Sisi telapak tangan dipakai dalam gerakan miring seolah-olah memotong atau menebas lengan lawan.

*Tate shuto-uke*: Tangkisan tangan pedang tegak, sambil menebaskan lengan depan dari arah dalam keluar, tekukkan sendi pergelangan tangan, jari-jari menunjukkan ke atas dengan telapak tangan menghadap kedepan.

*Kake shuto-uke*: Tangkisan tangan pedang kait, dengan pergelangan tangan agak ditekuk, lengan diayunkan lebar-lebar dari arah dalam keluar menangkis dan mengkait pergelangan tangan lawan.

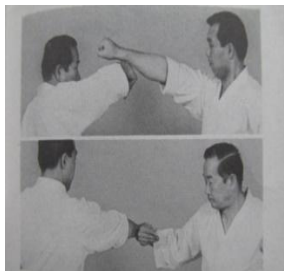
h) *Haishu-uke*



Gambar 8. Gerakan  
Tangkisan *Haishu-uke*  
(M. Nakayama, 1980:62)

*Haishu-uke*: Tangkisan punggung tangan, dengan menggunakan tenaga lentingan dari siku, tangkis dengan punggung tangan. Tangan dan sendi tetap lurus, pusatkan tenaga pada permukaan punggung tangan

i) *Kakuto-uke*



Gambar 9. Gerakan  
Tangkisan *Kakuto-uke*  
(M. Nakayama, 1980:63)

*Kakuto uke*: Tangkisan kepala bangau, dengan arah memukul ke atas atau ke samping.

j) *Keito-uke*



Gambar 10. Gerakan  
Tangkisan *Keito-uke*  
(M. Nakayama, 1980:63)

*Keito uke* adalah tangkisan kepala ayam dengan arah tangkisan dari bawah ke atas.

k) *Seiryuto-uke*



Gambar 11. Gerakan Tangkisan *Seiryuto-uke* (M. Nakayama, 1980:63)

*Seiryuto uke*: Tangkisan pedang naga biru dengan arah tangkisan menganyun kebawah.

l) *Tesihou-uke*



Gambar 12. Gerakan Tangkisan *Teisho-uke* (M. Nakayama, 1980-63)

*Teisho uke*: Tangkisan pangkal telapak tangan dengan arah tangkisan kebawah, ke atas atau dari samping satu ke samping lain.

2) Pukulan (Tsuki)

a) *Gyaku-tsuki*



Gambar 13. Gerakan Tinjauan *Gyaku-tsuki* (Dokumen Pribadi) (10-05-2015)

*Gyaku-tsuki*: Pukulan kebalikan, kaki dan kepala yang meninju berada pada sisi yang berlawanan. Kaki kiri di depan, dengan kepala tangan kanan

b) *Oi-tsuki*



Gambar 14. Gerakan Tinjauan *Oi-tsuki*  
(Dokumen Pribadi)  
(27-04-2017)

*Oi-tsuki*: Pukulan mengejar sejajar, dari posisi tekuk depan, majulah ke posisi berdiri tekuk depan, yakni dengan meluncurkan satu kaki kedepan pada waktu yang bersamaan tinju dengan kepalan depan dari sisi yang sama dengan kaki yang maju.

c) *Age-tsuki*



Gambar 15. Gerakan Tinjauan *Age-tsuki*  
(M. Nakayama, 1980:70)

*Age-tsuki*: Pukulan angkat, pukulan ini bergerak dari pinggang ke atas, kepalan menelusuri jalur setengah lingkaran. Gunakan kepalan depan, terutama sendi pangkal jari telunjuk dan jari tengah terhadap muka atau dagu lawan.

d) *Kizami-tsuki*



Gambar 16. Gerakan Tinjauan *Kizami-tsuki*  
(Dokumen Pribadi)  
(10-05-2015)

*Kizami-tsuki*: Pukulan menusuk, dengan tanpa menggerakkan kaki depan, tusuk keras-keras kedepan dengan meluncurkan lengan.

e) *Ura-tsuki*



Gambar 17. Gerakan Tinjauan *Ura-tsuki* (M. Nakayama, 1980:70)

*Ura-tsuki*: Pukulan kepala belakang. Menggunakan kepala depan, tinjauan lurus kedepan, kepala menghadap ke dalam atau ke atas. Sasaran adalah muka, bagian tengah atau sisi badan.

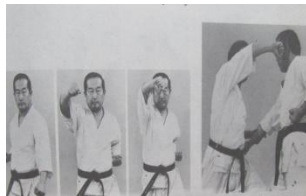
f) *Kagi-tsuki*



Gambar 18. Gerakan Tinjauan *Kagi-tsuki* (M. Nakayama, 1980:71)

*Kagi-tsuki*: Pukulan mengunci. Gunakan kepala depan dimana siku ditekuk 90 derajat. Sasaran berada di samping ulu hati

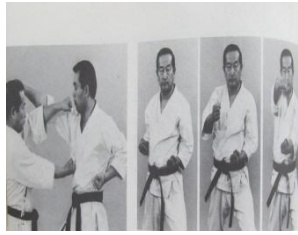
g) *Mawashi-tsuki*



Gambar 19. Gerakan Tinjauan *Mawashi-tsuki* (M. Nakayama, 1980:71)

*Mawashi-tsuki*: Pukulan melingkar. Serangan tinjauan ini ke arah muka, samping kepala, atau sisi badan. Di awali dari sisi pinggang, kepala-kepala meluncur naik dalam gerakan setengah lingkaran.

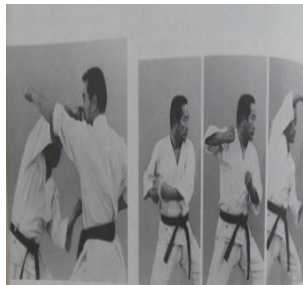
h) *Awase-tsuki*



Gambar 20. Gerakan Tinjauan *Awase-tsuki* (M. Nakayama 1980:72)

*Awase-tsuki*: Pukulan serempak. Dengan menggunakan kedua kepalan tangan, kepalan yang satu lurus ke arah muka (jari-jari berada di bawah), sedangkan kepalan yang lain ke arah perut (jari-jari berada di atas). Tinjulah dengan serempak.

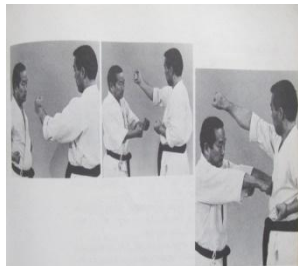
i) *Yama-tsuki*



Gambar 21. Gerakan Tinjauan *Yama-tsuki* (M. Nakayama, 1980:72)

*Yama-tsuki*: Pukulan menggunung. Dalam posisi setengah menghadap ke depan, rendahkanlah bahu yang berada di depan. Tempatkan kepalan diantara kedua bahu. Dengan siku agak ditekuk, lengan atas mengikuti jalur agak membelok ke arah muka lawan. Lengan bawah agak lurus ke arah perut lawan

j) *Heiko-tsuki*



Gambar 22. Gerakan Tinjauan *Heiko-tsuki* (M. Nakayama, 1980:73)

*Heiko-tsuki*: Pukulan sejajar. Diarahkan ketempat bertemunya tulang rusuk di bawah puting susu. Dengan menggunakan tenaga dari tubuh, tinjulah lurus ke depan dengan kedua kepalan depan yang harus mengenai sasaran dalam waktu yang bersamaan.

k) *Hasami-tsuki*



Gambar 23. Gerakan Tinjauan *Hasami-tsuki* (M. Nakayama, 1980:73)

*Hasami-Tsuki* Tinjauan menggunting. Tinjauan ini bermula dari pinggang, kedua kepalandepan mengikuti jalur melengkung setengah lingkaran, dari luar ke dalam. Tinjulah dengan serempak ke kedua sisi badan lawan.

3) Tendangan (*Geri*)

a) *Mae Geri*



Gambar 24. Gerakan Tendangan *Mae Geri* (Dokumen Pribadi) (10-05-2015 )

*Mae geri*: Tendangan kedepan. Teknik ini dapat berupa tendangan angkat atau tendangan menyodok. Sasaran dalam tendangan ini muka, dada, perut atau pangkal paha bawah.

b) *Yoko Geri Keage*



Gambar 25. Gerakan *Yoko Geri Keage* (Dokumen Pribadi) ( 10-05-2015 )

*Yoko Geri keage*: Tendangan mengangkat ke samping. Tendangan ini adalah tendangan serangan balas terhadap serangan dari samping, selain itu sisi punggung kaki juga dapat digunakan untuk men Angkis

c) *Yoko Geri Kekomi*



Gambar 26. Gerakan Tendangan Yoko Geri Kekomi (Dokumen Pribadi) (10-05-2015 )

*Yoko geri kekomi:* Tendangan menyodok. Tendangan ini mempunyai sasaran rahang, ketiak, samping badan, atau pangkal paha. Dengan menggunakan kaki pedang, masukkan tenaga pinggul, kemudian lentingkan lutut ke atas.

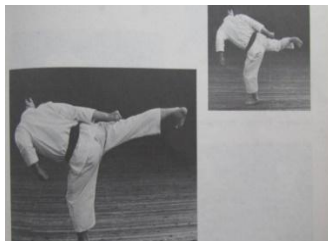
d) *Mawashi Geri*



Gambar 27. Gerakan Tendangan Mawashi Geri (Dokumen Pribadi) (10-05-2017)

*Mawashi geri:* Tendangan melingkar. Untuk sasaran yang berada di depan atau samping, tendanglah dengan kaki belakang atau kaki depan. Lontarkan kaki yang menendang dalam jalur melengkung seperti busur dari luar ke dalam.

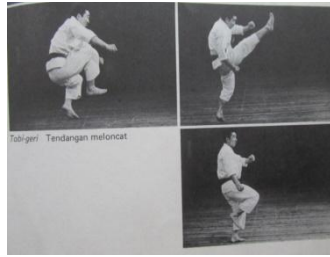
e) *Ushiro Geri*



Gambar 28. Gerakan Tendangan Ushiro Geri (M. Nakayama, 1980:89)

*Ushiro Geri:* Tendangan menyodok ke belakang. Tendangan ini ampuh untuk menghadapi sergapan atau serangan dari belakang. Arahkan ke muka, ulu hati, perut, atau pangkal paha.

f) *Tobi Geri*



Gambar 29. Gerakan Tendangan *Tobi Geri* (M. Nakayama, 1980:91)

*Tobi geri*: Tendangan meloncat. Dari posisi berdiri agak menekuk, melompatlah tinggi dengan memanfaatkan tenaga dari ayunan kaki belakang yang lututnya diangkat ke dada, dan ketika melambung di udara, tendanglah dengan kaki yang semula di depan.

## B. Peneliti yang Relevan

Manfaat dari penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang digunakan menjadi lebih jelas. Berapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Ana Prasetya(2014) dengan judul” Faktor-faktor Non Akademi yang Mendukung Mahasiswa dalam Mengikuti Pendidikan di Prodi S1 PGSD Penjas Jurusan POR”. Hasil penelitian dan pembahasan”Tinggi” mencapai 56,78%. masing-masing secara berurutan faktor Non-Akademik meliputi :
  - a) Keluarga, dukungannya”Sangat Tinggi” (63,32%)
  - b) Masyarakat, dukungannya “Sangat Tinggi”(62,81)
  - c) Lingkungan kampus, dukungannya”Tinggi”(38,69%)
  - d) Tempat tinggal, dukungannya”Sangat Tinggi “ ( 62,31%)
  - e) Sosial budaya, dukungannya “Sangat Tinggi” (85,43)
2. Penelitian yan dilakukan Mu’zizat Adi Purna (2014) dengan judul “ Faktor – Faktor Pendukung Siswa Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Voli di

SMAN 1 Banjarnegara' subyek dari penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli di SMAN 1 Banjarnegara yang berjumlah 40 anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMAN 1 Banjarnegara, berdasarkan faktor intern (16 butir) dan faktor ekstern (15 butir) , dan hasilnya adalah faktor intern 76,02% menyatakan kategori sangat tinggi, faktor ekstern 67,25% menyatakan kategori tinggi.

a) Faktor intern (76,02 %)

- 1) Fisik, dukungannya "Tinggi"(67,97%)
- 2) Psikologis, dukungannya "Sangat Tinggi" (80,23%)
- 3) Kelelahan, dukungannya "Sangat Tinggi " (76,63%)

b) Faktor ekster (67,25 %)

- 1) Keluarga, dukungannya "Tinggi " (67,97 %)
- 2) Sekolah, dukungannya "Tinggi" (68,13 %)
- 3) Masyarakat, dukungannya "Tinggi" (65,63 %)

### **C. Kerangka Berpikir**

Faktor pendukung sangat berperan penting dalam pencapaian hasil belajar dan proses ekstrakurikuler karate. Keberhasilan belajar dalam proses kegiatan ekstrakurikuler ditentukan beberapa faktor. Ada beberapa faktor pendukung pelaksanaan latihan UKM karate diantaranya faktor intern dan ekstern. Faktor intern meliputi faktor fisik, psikologis ,dan kelelahan sedangkan faktor ekstrn meliputi faktor keluarga, pelatih dan masyarakat.

Berdasarkan uraian diatas, sebuah proses pembelajaran akan dapat berhasil bila berbagai faktor-faktor pendukung terhadap pelaksanaan latihan kegiatan UKM sangat mendukung kuat. Dilihat dari beberapa faktor yang menjadikan keberhasilan suatu proses pembelajaran maka perlunya dukungan dari beberapa faktor-faktor agar pelaksanaan latihan UKM karate INKAI UNY lebih banyak diminati oleh mahasiswa karena banyak sekali yang didapat jika belajar ilmu beladiri karate.

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Metode Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, Menurut Suharsimi Arikunto (2006:78),“Penelitian Deskriptif merupakan penelitian non hipotesis, sehingga dalam langkah penelitian tidak merumuskan hipotesis”. Dalam penelitian ini bermaksud untuk mengumpulkan informasi suatu keadaan obyek yaitu faktor-faktor pendukung pelaksanaan UKM karate di Universitas Negeri Yogyakarta. Metode dalam penelitian ini adalah metode survei dan teknik pengumpulan data dengan menggunakan angket yang berupa sejumlah pertanyaan tertulis yang diberikan kepada responden untuk diisi sesuai keadaan.

### **B. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Menurut Suharsimi Arikunto,(2006:118)” variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian”. Sedangkan menurut Sugiyono (2013:62) variabel penelitian adalah suatu atribut yang dinilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulanya. Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah faktor pendukung ialah bagian dari unsur yang berpengaruh terhadap terlaksananya kegiatan UKM karate yang meliputi faktor intern meliputi: faktor fisik, psikologis dan kelelahan, sedangkan faktor ekstern meliputi: faktor keluarga, pelatih dan masyarakat.

### **C. Populasi Penelitian**

Menurut Sugiyono (2013:117) Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian disimpulkan. Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto (2006:101) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang mengikuti karate sejumlah 50 siswa. Menurut Suharsimi Arikunto (2006:107) apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi.

### **D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data**

#### **1. Instrumen Penelitian**

Suharsimi Arikunto (2013:134), menyatakan bahwa instrument penelitian adalah alat bantu atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Instrumen penelitian ini menggunakan angket.

Menurut Sudjana (2002:8) angket adalah cara mengumpulkan data dengan menggunakan daftar isian atau daftar pertanyaan yang telah dipersiapkan dan disusun sedemikian rupa sehingga calon responden tinggal mengisi atau menandai dengan cepat dan mudah. selanjutnya, Suharsimi Arikunto (2006: 102-103), membagi angket ada dua jenis, yaitu angket terbuka adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden dapat memberikan isian sesuai dengan kehendak dan keadaannya.

Angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda *check list* pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat.

Skala bertingkat dalam angket ini menggunakan modifikasi skala likert dengan 4 pilihan jawaban yaitu, sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Dalam angket ini disediakan jawaban alternatif dengan jawaban yaitu, : Sangat Setuju (SS) dengan skor 4, Setuju (S) dengan skor 3, Tidak Setuju (TS) dengan skor (2), Sangat Tidak Setuju (STS) dengan skor. Dalam angket ini penelitian tersebut disajikan dengan empat alternative jawaban, yaitu sebagai berikut:

**Tabel 1. Alternatif Jawaban Angket**

Alternatif Jawaban	Skor	
	Positif	Negatif
Sangat Setuju (SS)	4	4
Setuju (S)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	2
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	1

Menurut Sutrisno Hadi dan Sekripsi Fyea Mardiana (2014:36), modifikasi terhadap skala likert dimaksudkan untuk menghilangkan kelemahan yang terkandung oleh skala lima tingkat, dengan alasan-alasan seperti yang dikemukakan dibawah ini :

Modifikasi skala likert meniadakan jawaban yang ditengah berdasarkan tiga alasan: pertama kategori Undecided itu mempunyai arti ganda, bisa diartikan belum dapat memutuskan atau memberi jawaban (Menurut konsep aslinya), bisa juga diartikan netral, setuju tidak, tidak setujupun , atau bahkan ragu-ragu. Kategori jawaban-jawaban yang ganda arti (multi interpretable) ini tentu saja tidak diharapkan dalam suatu instrumen. Kedua, tersedianya jawaban yang ditengah itu menimbulkan kecenderungan jawaban ketengah (central

tendency effect), terutama bagi mereka yang ragu-ragu atas arah kecenderungan responden, kerah setuju atau tidak setuju, jika disediakan kategori jawaban itu menghilangkan banyak data penelitian sehingga mengurangi banyak informasi yang banyak dijaring oleh responden.

Sutrisno Hadi (1991:7) menyatakan bahwa dalam menyusun instrumen ada tiga langkah yang perlu diperhatikan, yaitu :

a) Mendefinisikan Konstrak

Konstrak atau konsep yang ingin diteliti atau diukur dalam penelitian ini adalah faktor pendukung pelaksanaan. Faktor pendukung ialah bagian atau unsur yang berpengaruh areu terhadap pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler karate yang meliputi faktor diri sendiri, keluarga, sekolah, guru, lingkungan, pelatih, teman, sarana dan prasarana.

b) Menyidik Faktor

Kedua adalah menyidik unsur-unsur atau faktor-faktor yang menyusun konsep. Dari ubuhan diatas dijabarkan menjadi faktor diukur antara lain : pelatih, guru, lingkungan, sekolah, teman, diri sendiri, saran dan prasarana sekolah. Faktor-faktor ini akan menjadikan titik tolak untuk menyusun instrument berupa pertanyaan-pertanyaan yang akan diajukan kepada responden.

c) Menyusun Butir-butir Pernyataan

Ketiga yaitu menyusun butir-butir pernyataan yang berdasarkan faktor-faktor yang menyusun konstrak. Selanjutnyua faktor-faktor diatas akan dijabarkan dalam bentuk pertanyaan. Butir pertanyaan harus merupakan dari isi faktor-faktor yangtelah diuraika diatas, kemudian

dijabar menjadi indicator-inducator yang ada disusun butir-butir soal yang dapat memberikan gambaran tentang keadaan faktor tersebut. Setelah didapat butir-butir angket kemudian penelitian melakukan expert judgment/dosen ahli untuk validasi angket. *Expert judgment/* dosen ahli penelitian ini yaitu Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari, M.or . Penelitian ini tidak menggunakan uji coba instrument, karena dalam penelitian ini teknik yang digunakan adalah on shoot. Ketika pertama kali menyebarkan angket dipakai dalam subjek penelitian yang sesungguhnya. Menurut Imam Ghazali dalam sekripsinya Fyea Mardiana (2014:38)” on shoot atau pengukuran sesekali saja”. Butir-butir angket dapat dilihat pada tabel berikut: **Tabel 2. Kisi-kisi Angket**

Variabel	Faktor	Indikator	Butir Pernyataan		
			Positif	Negatif	Jumlah
Faktor – faktor pendukung pelaksanaan latihan UKM karate INKAI Universitas Negeri Yogyakarta	Intern	Fisik	1,2	3,4	4
		Psikologis	5,7,8,9,10,13,14	6,11,12,15	11
		Kelelahan	16,17,20	18,19	5
	Ekstern	Keluarga	21,24,25	22,23	5
		Pelatih	26*,27,28,31,33	29,30,32	8
		masyarakat	35,37,38	34, 36	5
<b>Jumlah</b>					<b>38</b>

**Keterangan : (\*) butir gugur ( 7 butir gugur )**

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah pemberian angket kepada mahasiswa yang menjadi subjek dalam penelitian. Adapun mekanismenya sebagai berikut :

- a. Peneliti mencari data peserta UKM karate di UNY
- b. Peneliti menyebarkan angket kepada responden
- c. Selanjutnya peneliti mengumpulkan angket dan melakukan traskip atas hasil pengisian angket.
- d. Selanjutnya peneliti melakukan pengkondingan
- e. Setelah pengkondingan peneliti melakukan proses pengolahan data dan analisis data dengan menggunakan bantuan *shoftwere progam microsoft-exceell 2007 dan SPSS 16 for windows*
- f. Setelah memperoleh data penelitian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

## E. Teknik Analisis Data

Setelah seuma data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data sehingga data tersebut dapat ditarik kesimpulan. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif kuantitatif. Penghitungan statistik deskriptif menggunakan statistic deskriptif presentase, karena yang termasuk dalam statistic deskriptif antara lain penyajian data melalui tabel, grafik, diagram, lingkaran, penghitugan mean, median, modus perhitungan desil, persentil, penyebaran dan penghitungan rata-rata standar devisiasi dan presentase ( Sug/iyono, 2007:112)

Cara perhitungan analisis data mencari besarnya frekuensi realiti presentase. Dengan rumus sebagai berikut (Anas Sudijono, 2006:40):

$$P = F/N \times 100\%$$

Keterangan :

P= Presentase yang dicari ( Frekuensi relatif)

F= Frekuensi

N= Jumlah responden

Untuk menentukan kategori dalam penilaian pengelolaan hasil penelitian skoring atau penilaian dengan kriteria konversi. Menurut Suharsimi Arikunto (2002:207), kemudian data tersebut diinterpretasikan kedalam empat tingkatan yaitu :

**Tabel 3. Hasil Penelitian Skoring atau Penelitian dengan Kriteria Konversi**

No	Kategori	Presentase
1	Baik	76-100 %
2	Cukup	56-75 %
3	Kurang Baik	40 – 55 %
4	Tidak Baik	0-39 %

## **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

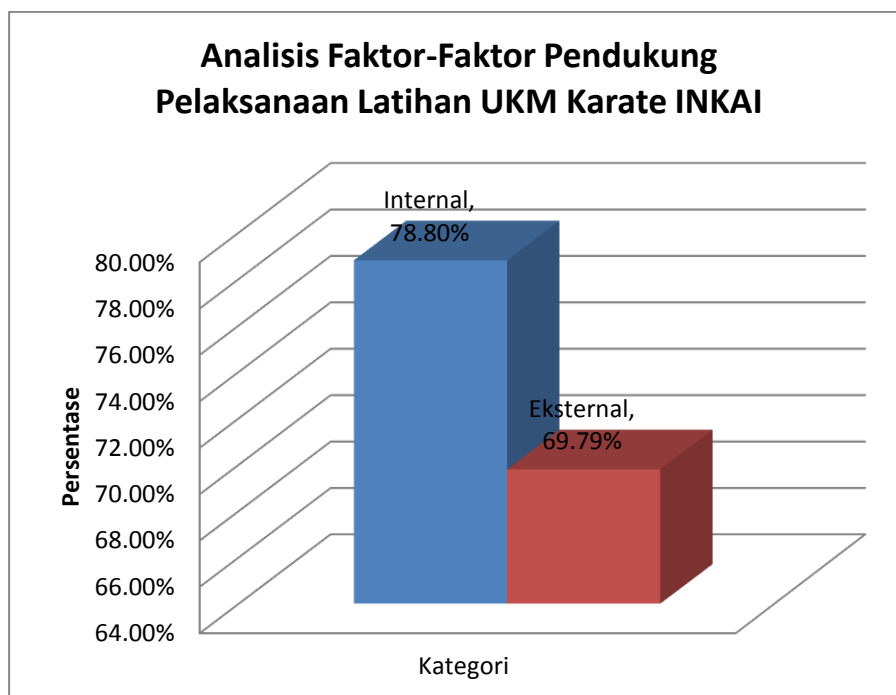
### **A. Hasil Penelitian**

Faktor-Faktor pendukung pelaksanaan latihan UKM Karate INKAI Universitas Negeri Yogyakarta dalam penelitian ini di deskripsikan berdasarkan faktor internal dan faktor eksternal. Data hasil penelitian faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan UKM Karate INKAI Universitas Negeri Yogyakarta diukur dengan angket yang terdiri dari 38 butir pertanyaan dengan skor 1 – 4. Pada faktor internal di ukur dengan 20 butir pernyataan sedangkan pada faktor eksternal di ukur dengan 18 butir pernyataan. Hasil analisis faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan Karate INKAI Universitas Negeri Yogyakarta dapat ditampilkan dalam tabel di bawah ini.

**Tabel 4. Hasil Analisis Faktor-Faktor Pendukung Pelaksanaan Latihan UKM Karate INKAI di UNY**

No	Faktor	Butir	Jumlah subjek	Nilai ideal	Nilai yang diperoleh	Persentase	Kategori
1	Internal	20	24	1920	1513	78,80	Baik
2	Eksternal	18	24	1728	1206	69,79	Cukup

Hasil tersebut apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



**Gambar 30. Analisis Faktor-Faktor Pendukung Pelaksanaan LatihanUKM Karate INKAI UNY**

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan UKM Karate INKAI UNY diketahui pada faktor internal diperoleh persentase sebesar 78,80 %, hasil tersebut dapat dikategorikan dalam kriteria baik. Sedangkan faktor eksternal diperoleh persentase sebesar 69,79 %, hasil tersebut dapat dikategorikan dalam kriteria cukup. Berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa Faktor-Faktor yang menjadi pendukung pelaksanaan latihan UKM Karate INKAI Universitas Negeri Yogyakarta sebagian besar di dukung oleh oleh faktor internal (hasil perhitungan dapat dilihat pada lampiran 9). Untuk mengetahui hasil dari masing-masing faktor di atas dapat diuraikan sebagai berikut.

### 1. Faktor Internal

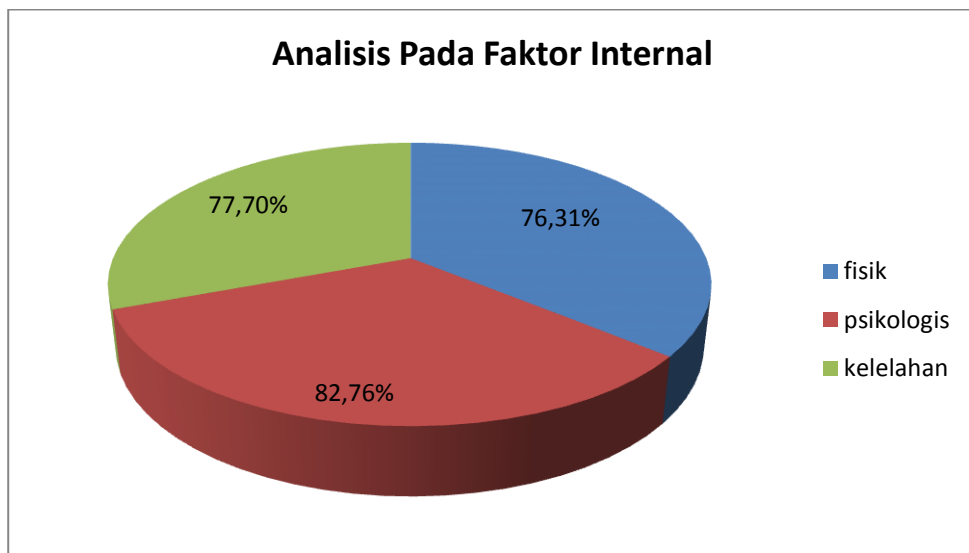
Hasil analisis pada faktor internal yang menjadi pendukung

pelaksanaan latihan UKM Karate INKAI UNY di dasarkan pada indikator fisik, psikologis, dan kelelahan. Indikator fisik di ukur dengan 4 butir pernyataan, indikator psikologis di ukur dengan 11 butir pernyataan dan indikator kelelahan di ukur dengan 5 butir pernyataan. Hasil analiasi pada faktor internal dapat dilihat apda tabel dibawah ini.

**Tabel 5. Analisis pada Faktor Internal yang menjadi Pendukung Pelaksanaan LatihanUKM Karate INKAI UNY**

Faktor	Indikator	Butir	Jumla h subjek	Nilai ideal	Nilai yang diperol eh	Persentase	Kate gori
Internal	Fisik	4	24	384	293	76,31	Baik
	Psikologi	11	24	1056	874	82,76	Baik
	Kelelahan	5	24	480	373	77,70	Baik

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah ini :



**Gambar 31. Analisis pada Faktor Internal yang Menjadi Pendukung Pelaksanaan Latihan UKM Karate INKAI UNY**

Berdasarkan hasil anallisis faktor internal diperoleh bahawa indikator

fisik diperoleh persentase sebesar 76,31 % hasil tersebut dapat dikategorikan baik. Pada indikator psikologis diperoleh persentase sebesar 82,76 %, hasil tersebut dapat dikategorikan baik. Pada indikator kelelahan diperoleh persentase sebesar 77,70 % hasil tersebut juga dikategorikan baik. Berdasarkan hasil persentase tersebut diketahui Faktor-Faktor internal yang menjadi Pendukung Pelaksanaan latihan UKM Karate INKAI UNY yang paling dominan adalah indikator psikologis, sedangkan yang paling terendah adalah indikator fisik.

## 2. Faktor Eksternal

Hasil analisis pada faktor eksternal yang menjadi Pendukung Pelaksanaan latihan UKM Karate INKAI UNY, dalam penelitian ini didasarkan pada indikator keluarga yang diukur dengan 5 butir pernyataan, indikator sekolah yang diukur dengan 8 butir pernyataan dan indikator masyarakat yang diukur dengan 5 butir pernyataan. Hasil Faktor-Faktor Pendukung Pelaksanaan Latihan Karate INKAI Universitas Negeri Yogyakarta berdasarkan masing masing indikator dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

**Tabel 6. Analisis pada Faktor Eksternal yang Menjadi Pendukung Pelaksanaan Latihan UKM Karate**

Faktor	Indikator	Butir	Jumlah subjek	Nilai ideal	Nilai yang diperoleh	%	Kategori
Eksternal	Keluarga	5	24	480	338	70,42	Cukup
	Pelatih	8	24	768	555	72,27	Cukup
	Masyarakat	5	24	480	313	65,21	Cukup

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah ini :



**Gambar 32. Analisis pada Faktor Eksternal yang Menjadi Pendukung Pelaksanaan Latihan UKM Karate Inkai Di UNY**

Berdasarkan hasil analisis faktor eksternal diperoleh bahwa indikator pelatih diperoleh persentase sebesar 72,27 %, hasil tersebut dapat dikategorikan cukup. Pada indikator keluarga diperoleh persentase sebesar 70,41 %, hasil tersebut dapat dikategorikan cukup. Dan pada indikator masyarakat diperoleh persentase sebesar 65,21 %, hasil tersebut dapat dikategorikan cukup. Berdasarkan hasil tersebut diketahui Faktor-Faktor yang menjadi Pendukung Pelaksanaan Latihan UKM Karate INKAI Universitas Negeri Yogyakarta pada faktor eksternal yang paling dominan adalah pelatih sedangkan yang terendah adalah masyarakat.

## **B. Pembahasan**

Pada bab sebelumnya telah di uraikan beladiri karate merupakan keturunan dari ajaran yang bersumber agama Budha yang luhur. Oleh karena itu, orang yang belajar karate seharusnya rendah hati dan bersikap lembut, punya keyakinan, kekuatan dan percaya diri (Danardono, 2006:6). Pengembangan olahraga karate perlu adanya dukungan dari berbagai pihak dan faktor. Tidak banyak lembaga pendidikan yang sudah menerapkan karate inkai di setiap kegiatannya. Maka dalam hal ini UNY adalah salah satu universitas lembaga pendidikan yang mempunyai UKM karate inkai, sebagai media penyalur bakat dari mahasiswanya.

UKM karate Universitas Negeri Yogyakarta didirikan pada tahun 1975 yang pada waktu itu masih IKIP Yogyakarta. Sejak didirikan Unit Kegiatan Mahasiswa telah mencetak banyak prestasi, dari tingkat daerah hingga tingkat nasional. Akan tetapi seiring berjalanya waktu banyak peserta menghilang, karena para mahasiswa belum banyak mengetahui dan paham apa manfaat belajar UKM karate yang sesungguhnya. Hal tersebut terjadi karena kurang adanya dukungan yang bisa menghidupkan kembali UKM karate agar seimbang dengan jumlah mahasiswa yang masuk. Kegiatan UKM karate akan berlangsung dengan baik jika ada pendukung-pendukung yang kuat untuk menunjang kegiatan UKM karate berjalan dengan baik. Sesuai dengan pendapat Hilman Faithful (2011: 1) Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) adalah wadah aktivitas kemahasiswaan untuk mengembangkan minat, bakat, dan keahlian tertentu bagi para aktivis yang ada didalamnya.

Berdasarkan hasil penelitian di atas diketahui bahwa faktor-faktor pendukung pelaksanaan UKM Karate INKAI di UNY diketahui pada faktor internal diperoleh persentase sebesar 78,80 %, sedangkan faktor eksternal diperoleh persentase sebesar 69,79 %. Berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa Faktor-Faktor yang menjadi pendukung pelaksanaan UKM Karate INKAI Di UNY sebagian besar didasarkan oleh faktor internal.

Hasil tersebut diartikan bahwa faktor internal menjadi pendukung yang dominan peserta UKM karate INKAI dalam mengikuti kegiatan UKM. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri seseorang. Dengan hasil tersebut dapat diindikasikan mahasiswa mempunyai kemauan dan minat yang cukup tinggi dalam mengikuti kegiatan UKM karate Inka. Dalam penelitian ini faktor internal didasarkan pada kondisi fisik, psikologis dan kelelahan. Berdasarkan hasil analisis indikator fisik diperoleh persentase sebesar 76,31 %, Pada indikator psikologis diperoleh persentase sebesar 82,76 %, Pada indikator kelelahan diperoleh persentase sebesar 76,27 %. Berdasarkan hasil persentase tersebut diketahui Faktor-Faktor internal yang menjadi Pendukung Pelaksanaan Latihan UKM Karate INKAI UNY pada faktor yang paling dominan adalah indikator psikologis.

Hasil tersebut diartikan bahwa psikologis merupakan komponen utama seorang atlet karate dalam berlatih. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa psikologis merupakan komponen utama. Seorang untuk berlatih haruslah mempunyai semangat dan tujuan yang baik supaya termotivasi untuk selalu berlatih, selain itu karate merupakan olahraga yang melatih fisik dan mental

siswa. Oleh karena itu dalam hal ini pendukung utama dari internal anak adalah fisik yang baik. Fisk dalam penelitian ini berkaitan dengan kesehatan jasmani, sehingga segenap badan beserta bagian-bagiannya bebas dari penyakit, proses latihan seseorang akan terganggu jika kesehatannya terganggu.

Sedangkan pada hasil pada faktor eksternal merupakan faktor yang tidak terlalu dominan dalam mendukung pelaksanaan latihan UKM karate INKAI UNY. Hasil analisis faktor eksternal diperoleh bahwa indikator pelatih diperoleh persentase sebesar 72,26 %, Pada indikator keluarga diperoleh persentase sebesar 70,41 %. Dan pada indikator masyarakat diperoleh persentase sebesar 65,21 %. Berdasarkan hasil tersebut diketahui Faktor-Faktor yang menjadi Pendukung Pelaksanaan Latihan UKM Karate INKAI Universitas Negeri Yogyakarta pada faktor eksternal yang paling dominan adalah pelatih sedangkan yang terendah adalah masyarakat.

Faktor UKM merupakan faktor yang paling tinggi dalam menentukan pelaksanaan dalam mengikuti kegiatan UKM karate INKAI di UNY. Hasil tersebut diindikasikan ha-hal yang menyangkut mengenai kondisi pada universitas. Di dalam hal ini peserta kegiatan UKM mengikuti pelaksanaan UKM lebih dikarenakan kondisi dan kualitas dari UKM yang ada di UNY, UKM Karate inkai di UNY mempunyai banyak prestasi yang cukup baik, dan fasilitas yang cukup lengkap, hal tersebut yang membuat peserta UKM mengikuti kegiatan UKM karate inkai.

Sedangkan faktor yang paling rendah adalah masarakat, hal tersebut dikarenakan karate INKAI belum banyak dikenal oleh masyarakat, tidak seperti

olahraga bola voli dan sepak bola. Olahraga Karate INKAI hanya di jumpai di beberapa sekolah atau Universitas di Yogyakarta. Kurangnya dikenal oleh masyarakat dikarenakan olahraga Karate membutuhkan seorang pelatih untuk melakukannya, sedangkan olahraga permainan tidak perlu membutuhkan pelatih, dan mereka bisa bermain di mana saja. Oleh karena itu dukungan dari masyarakat kurang, membuat motivasi seseorang untuk mengikuti olahraga Karate INKAI kurang diminati oleh banyak orang.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan sebelumnya diketahui Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan UKM Karate INKAI UNY diketahui pada faktor internal yang terdiri dari aspek fisik 76,31 %, aspek psikologi 82,76 %, aspek kelelahan 77,70 % hasil tersebut dapat dikategorikan dalam kriteria baik. Pada Faktor eksternal yang terdiri dari aspek keluarga memperoleh 70,42 %, aspek pelatih memperoleh 72,27 %, aspek masyarakat memperoleh 65,21 % hasil tersebut dikategorikan dalam kriteria cukup. Berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa Faktor-Faktor yang menjadi pendukung pelaksanaan latihan UKM Karate INKAI Universitas Negeri Yogyakarta sebagian besar di dukung oleh oleh faktor internal

#### **B. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini telah dilakukan sebaik-baiknya, tetapi masih memiliki keterbatasan dan kekurangan, diantaranya:

1. Keterbatasan tenaga dan waktu penelitian mengakibatkan peneliti tidak mampu mengontrol kesungguhan responden dalam mengisi angket.
2. Instrumen yang digunakan adalah angket tertutup, sehingga responden hanya memberikan jawaban berdasarkan pilihan yang ada.
3. Peneliti tidak melakukan kroscek secara langsung kepada responden sehingga peneliti tidak mampu mengetahui kebenaran dalam mengisi angket.

### **C. Saran**

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Peneliti hanya melakukan penelitian pada satu UKM, bagi peneliti selanjutnya disarankan sampel penelitian yang digunakan lebih banyak lagi, sehingga diharapkan faktor yang mempengaruhi analisis faktor-faktor yang mempengaruhi pelaksanaan UKM dapat teridentifikasi secara luas.
2. Bagi pihak UKM dapat memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi minat anggota, sehingga untuk meningkatkan minat dan motivasi, hendaknya UKM memperhatikan faktor-faktor yang memengaruhinya.
3. Peneliti tidak mengontrol secara langsung kondisi sarana dan prasarana di perpustakaan, sehingga hasil penelitian hanya berdasarkan angket penelitian, bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan observasi mengenai ketersediaan buku di perpustakaan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus Nashrudin. (2009). *Definisi Organisasi*. <https://abangdetak.wordpress.com/2009/10/07/definisi-organisasi>. Tanggal 14 febuari 2017
- Achmad, M Nakayama, Sabeth Muchsin. (1980) : *Best Karate Comprehensive*, Cetakan Pertama
- Ana Prasetya (2014). *Faktor – faktor Non Akademik yang Mendukung Mahasiswa dalam Mengikuti Pendidikan Prodi S1 PGSD Penjas Jurusan POR*. Sekripsi.Yogyakarta. FIK UNY
- Arikunto, Suharsimi. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktek*.Jakarta: Rineka Cipta
- Awan Hariono. (2006). *Metode Melatih Fisik Pencak Silat*. Yogyakarta: FIK Yogyakarta
- Danardono (2006): *Ketrampilan Dasar Gerak Karate*. Yogyakarta . tidak diterbitkan
- Djoko Pekik Irianto, (2002). *Dasar Kepeatihan*. Yogyakarta: FIK UNY
- Fyea Mardiana (2014). *Faktor Pendukung Prestasi Bola Basket Peserta Esktrakurikuler Bolabasket di SMA N 1 Depok*. Sekripsi. FIK UNY
- Gerungan, W. A. (2002). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Refika Aditama
- Gunarsa, D. Dan Gunarsa, D. 2009. *Psikologi Untuk Pembimbing*.Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Harsono, (1988). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*.Jakarta: CV. Tambak Kusuma
- Hilman faithful: (2011). *Definisi Organisasi*  
([http://www.scribd.com/doc/42840255/DEFINISI\\_ORGANISASI](http://www.scribd.com/doc/42840255/DEFINISI_ORGANISASI))  
Tanggal donload 11 Desember 2016
- Herminarto Sofyan. (2007). *Pembinaan Olahraga di Perguruan Tinggi*. Yogyakarta. Universirtas Negeri Yogyakarta
- Ihsan, Fuad. (2007). *Dasar-dasar Kependidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Kasiyo Dwijowinoto. (1993). *Dasar-dasar Ilmiah Kepeatihan*. Semarang : IKIP Semarang Press
- M. Yunus. (1992). *Olahraga Pilihan Bolavoli*.Jakarta: Depdikbud Dirjendikti Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

- Mu'zaat Adi Purna (2014 ). *Faktor – faktor Pendukung Siswa Dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Karate di SMAN 1 Banjarnegara*. Sekripsi. FIK UNY
- Slameto, (2010). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta : PT. Rineka Cipta
- Simbolon,Bermanhot. 2014. *Latihan Dan Melatih Karateka*. Yogyakarta: Griya Pustaka.
- Siti Partini. (1995). *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta. FIP IKIP Yogyakarta
- Sri Rumini,dkk. (2000). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta Unit Percetakan, Penerbitan dan Kebudayaan
- Sudjana, (2002). *Metode Statistika*. Bandung. Transito
- Sugiyono ,(2007& 2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung . Alfabeta
- Suharno HP. (1984). *Dasar-dasar Permainan Bolavoli*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- Suharsimi Arikunto (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*.Jakarta. Rineka Cipta
- Suharsimi Arikunto (2013). *Manajemen Penelitian*. Jakarta. Rineka Cipta
- Sukadiyanto. (2005). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta
- Sutrisno Hadi, (1991). *Metodologi Research*. Yogyakarta. UGM
- Syamsu Yusuf. (2011). *Psikolgi Perkembangan Anak dan Remaja*. PT. Remaja Rosdakaya

## Lampiran 1. Kartu Bimbingan TAS



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
Alamat : Jl. Colombo No. 1, Yogyakarta Telp. 513092, 586168 Psw. 282

Nomor : 58/POR/II/2016  
Lamp. : 1 bendel  
Hal : Pembimbing Proposal TAS

18 Februari 2016

Kepada : Yth. Dr. Sugeng Purwanto, M.Pd.  
Universitas Negeri Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS untuk persyaratan ujian TAS, dimohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi pembimbing penulisan TAS saudara :

Nama : CARTU GUSTIAR  
NIM : 12601241006  
Judul Skripsi : FAKTOR-FAKTOR PENDUKUNG PELAKSANAAN  
EKSTRAKUIRKULER KARATE DI SMA NEGERI 1 DEPOK  
SLEMAN TAHUN AJARAN 2015/2016 .

Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan.

Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.





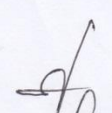

Ketua Jurusan POR,

Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes.  
NIP. 19751018 200501 1 002.



## KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Cartu Gurfiar  
 NIM : 12601241006  
 Program Studi : PJMR  
 Pembimbing : Dr. Sugeng Purwanfo, M. Pd.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda Tangan
1	11/4-16	LB di perkuat tlg. besar pambin atan dde masalah apa di silabel tsg tlg kerata	
	22/4-16	LB Masih perlu di perkuat Bab II tambah teori	
	3/8	Bab III. angket ? tata tulis.	
	8/8	LB mee hrs di perkuat + ide tjg bari masalah tdk ade di LP leari bab II ditambe	
	10/8	ustrum di expert kan	
	6/12	lanjuti kelapayan.	

Ketua Prodi PJMR,

Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes.  
 NIP. 19751018 200501 1 002 .



## Lampiran 2. Surat Ijin penelitian



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541  
Email : [humas\\_fik@uny.ac.id](mailto:humas_fik@uny.ac.id) Website : [fik.uny.ac.id](http://fik.uny.ac.id)

Nomor : 473/UN.34.16/PP/2016.

13 Desember 2016.

Lamp. : 1Eks.

Hal : Permohonan Izin Penelitian.

**Yth. : Pengelola Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Karate INKAI  
UNY.**

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Cartu Gustiar.  
NIM : 12601241006.  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR).  
Dosen Pembimbing : Dr. Sugeng Purwanto, M.Pd.  
NIP : 19650325 200501 1 002.

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : 16 s.d 17 Desember 2016.  
Tempat/Objek : UKM Karate INKAI UNY.  
Judul Skripsi : Faktor - Faktor Pendukung Pelaksanaan Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Karate INKAI di Universitas Negeri Yogyakarta.

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.



Dekan  
Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.  
NIP. 19640707 198812 1 001

**Tembusan :**

1. Kaprodi PJKR.
2. Pembimbing TAS.
3. Mahasiswa ybs.

### Lampiran 3. Surat Keterangan penelitian



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
UNIT KEGIATAN MAHASISWA .  
KARATE "INKAI"



Sekretariat : Gedung Student Center UNY Lantai 2, Karangmalang, Yogyakarta  
Website : [ukmkarate.student.uny.ac.id](http://ukmkarate.student.uny.ac.id) Email: [unykarate@gmail.com](mailto:unykarate@gmail.com)

SURAT KETERANGAN  
No:031/KARATE-UNY/III/2017

Yang bertanda tangan di bawah ini:

1. Nama : Salman Alfarisi
2. NIM : 14603141003
3. Jabatan : Ketua UKM Karate Inkai UNY
4. Unit Kerja : UKM Karate Inkai UNY

Dengan ini menyatakan bahwa :


1. Nama : Chartu Gustiar
2. NIM : 12601241006
3. Fakultas : ILMU KEOLAHRAGAAN
4. Jurusan : PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

Telah melaksanakan penelitian di Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) kami guna penulisan karya ilmiahnya dengan judul :

“FAKTOR-FAKTOR PENDUKUNG PELAKSANAAN UNIT KEGIATAN MAHASISWA (UKM) KARATE INKAI DI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA”

Dengan ini surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 17 Maret 2017  
Ketua UKM Karate "INKAI"  
Universitas Negeri Yogyakarta

  
Salman Alfarisi  
NIM. 14603141003

## Lampiran 4. Surat Keterangan *Expert Judgement*

### SURAT PERSETUJUAN *EXPERT JUDGEMENT*

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari, M.Or

NIP : 19821214 201012 2 004

Dengan ini menyatakan bahwa lembar angket yang disusun untuk penelitian sudah saya teliti, dalam rangka penyelesaian tugas akhir yang berjudul: " Faktor-Faktor Pendukung Pelaksanaan Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Karate INKAI Di Universitas Negeri Yogyakarta"

Lembar tersebut disusun oleh :

Nama : Cartu Gustiar

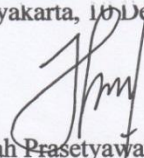
NIM : 12601241000

PRODI : PIKR

Dapat disetujui dan layak digunakan sebagai lembar angket dalam penelitian yang bersangkutan.

Demikian surat persetujuan ini dibuat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 10 Desember 2016

  
Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari, M.Or  
NIP : 19821214 201012 2 004

## Angket Penelitian

### IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

Umur :

Jurusan :

NIM :

UKM :

### PETUNJUK PENGISIAN

Bacalah bentuk butir pertanyaan dengan sesakma pilih salah satu jawaban yang anda anggap paling sesuai dengan memberi tanda silang (X) pada tempat yang telah disediakan

**SS** : Sangat Setuju

**S** : Setuju

**TS** : Tidak Setuju

**STS** : Sangat Tidak Setuju

### CONTOH

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Pelatih sering menambah jam latihan		X		

**PERNYATAAN**

NO	PERNYATAAN	Jawaban			
	Faktor Diri Sendiri				
	<b>Fisik</b>	SS	S	TS	STS
1.	Karena saya sehat, maka mendorong saya dalam mengikuti UKM karate di UNY				
2.	Saya tidak hanya menjaga kebugaran tubuh dengan berlatih karate di UKM.				
3.	Cidera pada saat berlatih menghambat saya berlatih UKM karate				
4.	Keterbatasan fisik menghambat saya berlatih UKM karate.				
	<b>Psikologis</b>	SS	S	TS	STS
5.	Menguasai teknik dasar karate merupakan kebutuhan saya				
6.	Gerakan <i>Kata</i> pada karate yang sulit dihafal membuat saya malas berlatih UKM karate				
7.	Saya mengikuti UKM karate karena saya ingin mendapat prestasi dibidang olahraga				
8.	Saya mengikuti UKM karate karena pelatih mempunyai ketrampilan yang baik dalam melatih karate				
9.	Saya mengikuti UKM karate karena mudah dipahami.				
10.	Saya sangat suka olahraga beladiri, oleh sebab itu saya ikut UKM karate				
11.	Saya malas mengikuti UKM karate di UNY karena kurang menyenangkan				
12.	Saya kurang giat berlatih UKM karate disekolah karena tidak sesuai dengan bakat yang saya miliki				
13.	Saya mengikuti UKM karate di UNY karena bakat di bidang olahraga lebih menonjol dibandingkan dengan yang lain.				
14.	Saya mengikuti UKM karate karena pelatih menarik dalam hal penampilan				
15.	Saya mengikuti UKM karate di UNY hanya sekedar iseng-iseng				
	<b>Kelelahan</b>	SS	S	TS	STS
16.	Sekalipun mengikuti UKM karate di UNY, waktu istirahat terasa cukup.				
17.	Untuk meningkatkan daya tahan tubuh saya, saya giat berlatih UKM karate				
18.	Saya tidak mengikuti UKM karate karena banyak bergerak dan membuat tubuh saya cepat lelah				
19.	UKM karate menghambat saya untuk mengikuti kegiatan yang lain karena membutuhkan tenaga yang cukup besar				
20.	Meskipun mengikuti UKM karate, tidak membuat tubuh				

	cepat lelah sehingga tidak mengganggu konsentrasi belajar pada malam hari.				
	<b>Faktor ekstern</b>				
	<b>Keluarga</b>	SS	S	TS	STS
21.	Saya mengikuti UKM karate karena kaka saya juga mengikuti UKM karate				
22.	Selain orang tua, keluarga saya kurang menyukai olahraga karate				
23.	Orang tua tidak memberikan izin untuk mengikuti UKM karate, karena bannyak menyita banyak waktu				
24.	Keluarga mendorong saya untuk mengikuti UKM karate agar bisa masuk tim Forkot DIY diluar kampus				
25.	Orang tua memberikan fasilitas kendaran guna memperlancar latihan UKM karate di UNY				
	<b>Pelatih</b>				
26.	Saya mengikuti UKM karate karena pelatih mempunyai ketrampilan yang baik dalam melatih karate				
27.	Saya mengikuti UKM karate karena pelatih menarik dalam hal penampilan				
28.	Pelatih selalu ada yang datang setiap latihan				
29.	Kehadiran pelatih di lapangan sering mengalami keterlambatan				
30.	Pelatih sering merubah jadwal latihan yang telah ditetapkan				
31.	Pelatih menguasai teknik dan teori tentang peraturan karate				
32.	Metode atau cara latihan yang digunakan pelatih sangat bervariasi				
33.	Pelatih dapat membuat situasi latihan yang menyenangkan				
	<b>Masyarakat</b>	SS	S	TS	STS
34.	Saya tidak mengikuti UKM karate dikampus karena saya mengikuti kegiatan masyarakat				
35.	Adanya pertandingan karate dalam kegiatan 17 Agustus, saya ditunjuk sebagai panitia pertandingan tersebut				
36.	Olahraga karate kurang begitu disukai dilingkungan tempat tinggal saya				
37.	Saya sering mengikuti pertandingan tingkat kabupaten sehingga saya giat berlatih UKM karate di UNY				
38.	Karena saya mengikuti UKM karate di UNY, saya jadi sering ikut pertandingan di tingkat daerah saya.				

**Lambran 6. Data Hasil Analisis Penelitian**

No	Nama	Faktor Internal																			Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
1	ask	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	63
2	WH	4	4	4	3	4	4	4	3	2	4	4	3	2	2	4	3	3	3	3	66
3	Cd	3	3	2	2	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	66
4	NH	3	3	2	2	4	3	2	4	2	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	59
5	FN	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	4	67
6	GI W	3	3	2	4	4	3	2	3	2	2	3	2	3	1	3	4	3	2	3	54
7	BNM	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	3	2	4	2	3	2	3	3	64
8	NUF	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	2	1	4	3	4	4	4	67
9	NNK	3	3	2	2	3	2	3	4	4	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	60
10	UPS	3	4	2	2	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	58
11	PSK	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	4	67
12	LTN	3	2	2	3	3	2	3	3	3	4	4	4	2	2	2	2	3	3	3	56
13	LWD	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	65
14	TS	2	3	3	3	4	4	4	3	2	4	4	3	2	2	4	4	3	4	3	64
15	TRF	3	3	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	68
16	SA	4	4	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	59
17	NRF	3	3	1	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	55
18	Asw	3	3	3	4	4	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	61
19	UN	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	4	66
20	HIP	4	4	4	3	3	2	3	3	3	4	4	4	3	3	2	2	3	3	3	63
21	WW	2	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	67
22	HM	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	72
23	EW	3	3	2	2	4	3	2	4	2	2	3	4	3	4	4	3	3	3	3	60
24	ANS	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	4	66

Jumlah	1513
Persentase	78,80%

No	Nama	Faktor Eksternal																		Jumlah
		21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	
1	ask	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	49
2	WH	4	3	2	2	2	3	3	3	3	4	4	3	3	2	2	3	2	2	50
3	Cd	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	52
4	NH	2	3	3	2	3	2	3	2	4	3	4	3	2	3	2	3	3	3	50
5	FN	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	4	3	2	1	2	3	2	3	51
6	GI W	3	3	3	2	2	3	1	2	1	1	2	3	2	3	3	2	4	4	44
7	BNM	2	3	3	4	2	4	2	2	3	2	4	3	2	2	2	3	4	4	51
8	NUF	1	4	4	4	3	3	3	2	3	4	4	1	4	4	2	4	4	2	56
9	NNK	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	2	49
10	UPS	2	4	3	2	3	3	4	4	4	3	4	3	2	3	2	3	3	3	55
11	PSK	3	3	4	3	4	3	2	3	4	3	4	3	2	3	3	3	2	2	54
12	LTN	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	48
13	LWD	2	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	48
14	TS	4	3	2	2	2	3	3	3	3	4	4	2	3	3	2	3	2	2	50
15	TRF	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	52
16	SA	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	1	2	43
17	NRF	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	45
18	Asw	1	4	4	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	47
19	UN	3	2	2	2	4	3	2	3	4	3	4	3	2	3	3	2	2	4	51
20	HIP	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	50
21	WW	2	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	51

22	HM	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	4	54
23	EW	2	3	3	2	3	2	3	2	4	3	4	3	2	3	2	2	4	3	50
24	ANS	3	3	2	3	4	3	4	4	3	3	4	3	2	3	3	3	2	4	56
Jumlah																			1206	
Persentase																			69,79%	

No	Nama	Fisik				Jumlah	Psikologis										Jumlah	Kelelahan					Jumlah	
		1	2	3	4		5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		15	16	17	18	19		20
1	ask	3	3	3	3	12	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	36	3	3	3	3	3	15
2	WH	4	4	4	3	15	4	4	4	3	2	4	4	3	2	2	4	36	3	3	3	3	3	15
3	Cd	3	3	2	2	10	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	41	3	3	3	3	3	15
4	NH	3	3	2	2	10	4	3	2	4	2	2	3	4	3	3	4	34	3	3	3	3	3	15
5	FN	4	3	3	3	13	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	36	3	3	4	4	4	18
6	GI W	3	3	2	4	12	4	3	2	3	2	2	3	2	3	1	3	28	4	3	2	3	2	14
7	BNM	4	4	4	4	16	4	4	4	4	3	2	3	3	2	4	2	35	3	2	3	3	2	13
8	NUF	4	3	3	3	13	4	4	4	3	3	3	4	3	2	1	4	35	3	4	4	4	4	19
9	NNK	3	3	2	2	10	3	2	3	4	4	4	2	3	3	3	4	35	3	3	3	3	3	15
10	UPS	3	4	2	2	11	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	4	32	3	3	3	3	3	15
11	PSK	4	3	3	3	13	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	36	3	3	4	4	4	18
12	LTN	3	2	2	3	10	3	2	3	3	3	4	4	4	2	2	2	32	2	3	3	3	3	14
13	LWD	3	4	4	3	14	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	36	3	3	3	3	3	15
14	TS	2	3	3	3	11	4	4	4	3	2	4	4	3	2	2	4	36	4	3	4	3	3	17
15	TRF	3	3	4	2	12	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	41	3	3	3	3	3	15
16	SA	4	4	2	2	12	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	33	3	3	3	2	3	14
17	NRF	3	3	1	3	10	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	30	3	3	3	3	3	15
18	Asw	3	3	3	4	13	4	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	35	2	3	3	3	2	13
19	UN	3	3	3	3	12	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	36	3	3	4	4	4	18

20	HIP	4	4	4	3	15	3	2	3	3	3	4	4	4	3	3	2	34	2	3	3	3	3	14
21	WW	2	3	4	4	13	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	37	4	3	4	3	3	17
22	HM	4	4	2	4	14	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	42	3	4	3	3	3	16
23	EW	3	3	2	2	10	4	3	2	4	2	2	3	4	3	4	4	35	3	3	3	3	3	15
24	ANS	3	3	3	3	12	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	36	3	3	4	4	4	18
Jumlah						293											847						373	
Persentase						89,33%											82,76%						76,28%	

No	Nama	Keluarga					Jumlah	UKM							Jumlah	Masyarakat					Jumlah	
		21	22	23	24	25		26	27	28	29	30	31	32		33	34	35	36	37		38
1	ask	2	3	3	2	3	13	3	3	3	3	3	3	3	3	24	2	3	3	2	2	12
2	WH	4	3	2	2	2	13	3	3	3	3	4	4	3	3	26	2	2	3	2	2	11
3	Cd	2	3	3	3	3	14	3	3	3	3	3	3	2	3	23	3	3	3	3	3	15
4	NH	2	3	3	2	3	13	2	3	2	4	3	4	3	2	23	3	2	3	3	3	14
5	FN	3	3	4	3	4	17	3	2	3	3	3	4	3	2	23	1	2	3	2	3	11
6	GI W	3	3	3	2	2	13	3	1	2	1	1	2	3	2	15	3	3	2	4	4	16
7	BNM	2	3	3	4	2	14	4	2	2	3	2	4	3	2	22	2	2	3	4	4	15
8	NUF	1	4	4	4	3	16	3	3	2	3	4	4	1	4	24	4	2	4	4	2	16
9	NNK	2	3	3	3	3	14	3	3	3	3	3	3	2	3	23	3	3	1	3	2	12
10	UPS	2	4	3	2	3	14	3	4	4	4	3	4	3	2	27	3	2	3	3	3	14
11	PSK	3	3	4	3	4	17	3	2	3	4	3	4	3	2	24	3	3	3	2	2	13
12	LTN	2	3	3	3	3	14	3	3	3	3	3	3	2	3	23	2	3	2	2	2	11
13	LWD	2	3	4	2	3	14	4	3	3	3	3	3	2	3	24	2	2	2	2	2	10
14	TS	4	3	2	2	2	13	3	3	3	3	4	4	2	3	25	3	2	3	2	2	12
15	TRF	2	3	3	3	3	14	4	3	3	3	3	3	2	3	24	3	3	2	3	3	14
16	SA	3	3	2	2	2	12	2	3	3	2	3	3	2	3	21	2	3	2	1	2	10
17	NRF	3	3	2	2	2	12	3	3	2	3	2	3	3	2	21	3	2	3	2	2	12

18	Asw	1	4	4	3	3	15	3	2	3	3	2	3	2	2	20	3	2	3	2	2	12
19	UN	3	2	2	2	4	13	3	2	3	4	3	4	3	2	24	3	3	2	2	4	14
20	HIP	2	3	3	3	3	14	3	3	3	3	3	3	2	3	23	2	3	3	3	2	13
21	WW	2	3	4	2	3	14	4	3	3	3	3	3	2	3	24	2	2	3	3	3	13
22	HM	4	3	3	3	4	17	3	3	3	3	3	3	2	3	23	3	3	2	2	4	14
23	EW	2	3	3	2	3	13	2	3	2	4	3	4	3	2	23	3	2	2	4	3	14
24	ANS	3	3	2	3	4	15	3	4	4	3	3	4	3	2	26	3	3	3	2	4	15
Jumlah							338	Jumlah							555	Jumlah					313	
Persentase							70,42%	Persentase							72,27%	Persentase					65,21%	

**Lampiran 7. Dokumentasi Diambil Saat Musyawarah Anggota Karate INKAI UNY 2016**

**GAMBAR I**



**GAMBAR II**



GAMBAR III



GAMBAR IV

