

**MOTIVASI SISWA DALAM MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER  
SEPAK TAKRAW DI SMP NEGERI SE- KABUPATEN BANTUL**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan



Oleh:  
Mahesaputri Citra Utami  
NIM. 15601241048

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2020**

**PERSETUJUAN**

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**MOTIVASI SISWA DALAM MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER  
SEPAK TAKRAW DI SMP NEGERI SE- KABUPATEN BANTUL.**

Disusun Oleh:

Mahesaputri Citra Utami  
NIM. 15601241048

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk  
dilaksanakan Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang  
bersangkutan.

Yogyakarta, September 2020

Mengetahui,  
Koordinator Ketua Program Studi



Dr. Jaka Sunardi, M.Kes.  
NIP. 19610731199001 1 001

Disetujui,  
Dosen Pembimbing,



Amat Komari, M.Si.  
NIP. 19620422 199001 1 001

## **SURAT PERNYATAAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mahesaputri Citra Utami  
NIM : 15601241048  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Judul TAS : Motivasi Siswa dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Sepak Takraw di SMP Negeri se- Kabupaten Bantul

menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, September 2020  
Yang Menyatakan,



Mahesaputri Citra Utami  
NIM. 15601241048

**HALAMAN PENGESAHAN**

Tugas Akhir Skripsi

**MOTIVASI SISWA DALAM MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER  
SEPAK TAKRAW DI SMP NEGERI SE- KABUPATEN BANTUL**

Disusun Oleh:

Mahesaputri Citra Utami  
NIM. 15601241048

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi Program

Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

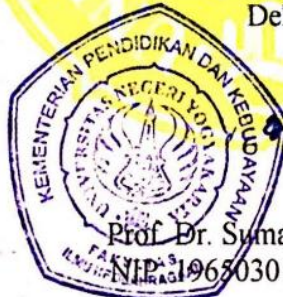
Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 21 September 2020

**TIM PENGUJI**

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Amat Komari, M.Si. Ketua Penguji		6/OKT/2020
R. Sunardiyanta, M.Kes. Sekretaris Penguji		5/10 - 2020
Dr. Komarudin, M.A. Penguji Utama		2/10 - 2020

Yogyakarta, Oktober 2020  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,



Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes.  
NIP. 19650301 199001 1 0010

## **MOTTO**

1. Ubah pikiranmu dan kau dapat mengubah duniamu. (Norman Vincent Peale)
2. Waktumu terbatas, jangan habiskan dengan mengurus hidup orang lain.  
(Steve Jobs)
3. Kesempatan bukanlah hal yang kebetulan. Kamu harus menciptakan. (Chris Grosser)

## **PERSEMBAHAN**

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan limpahan rahmat karunia-Nya, karya ini saya persembahkan untuk.

1. Buat Bapaku dan Ibuku terkasih tersayang, terimakasih atas segala doa, kasih sayang, perhatian, semangat serta dukungannya. Semoga Allah selalu melindungi beliau.
2. Buat kakak, yang tiada hentinya memberi semangat dan dukungan nya baik dalam keadaan suka maupun duka.

# **MOTIVASI SISWA DALAM MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER SEPAK TAKRAW DI SMP NEGERI SE- KABUPATEN BANTUL**

**Oleh:**

Mahesaputri Citra Utami  
NIM. 15601241048

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul.

Jenis penelitian ini yaitu deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul berjumlah 82 siswa, yang diambil menggunakan *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu angket. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif persentase.

Berdasarkan hasil analisis data, dapat diketahui bahwa motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 siswa), “rendah” sebesar 2,44% (2 siswa), “cukup” sebesar 20,73% (17 siswa), “tinggi” sebesar 31,71% (26 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 45,12% (37 siswa).

Kata kunci: motivasi, ekstrakurikuler, sepak takraw

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Motivasi Siswa dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Sepak Takraw di SMP Negeri se- Kabupaten Bantul“ dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Amat Komari, M.Si., Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi dan Ketua Penguji yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Sekretaris dan Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Bapak Dr. Jaka Sunardi, M.Kes., Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi
5. Kepala Sekolah SMP Negeri se- Kabupaten Bantul, yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.

6. Pelatih dan siswa peserta ekstrakurukuler sepak takraw SMP Negeri se-Kabupaten Bantul yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
7. Untuk sahabat saya yang selalu memberi semangat kepada saya dan selalu menjadi pendengar yang baik dalam keadaan suka maupun duka.
8. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT/Tuhan Yang Maha Esa dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, September 2020  
Yang Menyatakan,



Mahesaputri Citra Utami  
NIM. 15601241048

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
HALAMAN MOTTO .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
ABSTRAK .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Batasan Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah .....	4
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Hasil Penelitian .....	5
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Deskripsi Teori .....	6
1. Hakikat Motivasi .....	6
2. Hakikat Ekstrakurikuler.....	22
3. Hakikat Sepak Takraw .....	26
4. Karakteristik Siswa SMP.....	40
B. Penelitian yang Relevan .....	43
C. Kerangka Berpikir .....	46
<b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	48
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	48
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	48
D. Definisi Operasional Variabel.....	49
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data .....	50
F. Validitas dan Reliabilitas .....	52
G. Teknik Analisis Data .....	54
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	56
1. Faktor Instrinsik.....	58

2. Faktor Ekstrinsik .....	61
B. Pembahasan .....	64
C. Keterbatasan Hasil Penelitian .....	70
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	71
B. Implikasi.....	71
C. Saran.....	72
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>73</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>77</b>

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Piramida Kebutuhan Maslow.....	10
Gambar 2. Ukuran Lapangan Sepak Takraw.....	31
Gambar 3. Ukuran Tinggi Net Sepak Takraw .....	32
Gambar 4. Posisi Pemain Permainan Sepak Takraw .....	33
Gambar 5. Gerakan Sepak Sila.....	35
Gambar 6. Gerakan Sepak Kuda .....	36
Gambar 7. Gerakan Sepak Cukil .....	37
Gambar 8. Gerakan Menapak.....	38
Gambar 9. Gerakan <i>Heading</i> .....	38
Gambar 10. Gerakan Mendada.....	39
Gambar 11. Gerakan Memaha.....	40
Gambar 12. Diagram Batang Motivasi Siswa dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Sepak Takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul.....	57
Gambar 13. Diagram Batang Motivasi berdasarkan Faktor Instrinsik .....	59
Gambar 14. Diagram Batang Persentase Motivasi berdasarkan Indikator pada Faktor Instrinsik .....	60
Gambar 15. Diagram Batang Motivasi berdasarkan Faktor Ekstrinsik.....	62
Gambar 16. Diagram Batang Persentase Motivasi berdasarkan Indikator pada Faktor Ekstrinsik .....	63

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Data Sampel Penelitian .....	49
Tabel 2. Alternatif Jawaban Angket.....	50
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen.....	51
Tabel 4. Hasil Uji Validitas Instrumen.....	53
Tabel 5. Hasil Uji Reliabilitas .....	54
Tabel 6. Norma Penilaian.....	54
Tabel 7. Deskriptif Statistik Motivasi Siswa dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Sepak Takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul .....	56
Tabel 8. Norma Penilaian Motivasi Siswa dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Sepak Takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul .....	57
Tabel 9. Deskriptif Statistik Motivasi berdasarkan Faktor Instrinsik .....	58
Tabel 10. Norma Penilaian Motivasi berdasarkan Faktor Instrinsik.....	58
Tabel 11. Persentase Motivasi berdasarkan Indikator pada Faktor Instrinsik.....	60
Tabel 12. Deskriptif Statistik Motivasi berdasarkan Faktor Ekstrinsik .....	61
Tabel 13. Norma Penilaian Motivasi berdasarkan Faktor Ekstrinsik.....	61
Tabel 14. Persentase Motivasi berdasarkan Indikator pada Faktor Ekstrinsik.....	63

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Fakultas .....	78
Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian .....	79
Lampiran 3. Instrumen Penelitian .....	80
Lampiran 4. Data Penelitian.....	83
Lampiran 5. Hasil Uji Validitas dan Relibilitas .....	85
Lampiran 6. Tabel r.....	87
Lampiran 7. Deskriptif Statistik.....	88
Lampiran 8. Deskriptif Statistik berdasarkan Indikator .....	92
Lampiran 9. Menghitung PAN Ideal.....	96
Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian.....	100

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Pendidikan merupakan salah satu penentu keberhasilan seseorang dalam hidup, tanpa pendidikan seseorang tidak akan bisa hidup secara seimbang dan selaras. Salah satu upaya untuk meningkatkan mutu pendidikan di sekolah adalah dengan cara perbaikan proses belajar mengajar. Upaya untuk meningkatkan mutu proses belajar mengajar tersebut, baik kegiatan intrakurikuler maupun kegiatan ekstrakurikuler harus berjalan dengan seimbang. Kegiatan intrakurikuler yang dimaksud adalah kegiatan belajar mengajar yang dilaksanakan pada jam sekolah, sedangkan kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilaksanakan di luar jam sekolah. Hastuti (2008: 63), menyatakan bahwa “ekstrakurikuler adalah suatu kegiatan yang diselenggarakan untuk memenuhi tuntutan penguasaan bahan kajian dan pelajaran dengan lokasi waktu yang diatur secara tersendiri berdasarkan pada kebutuhan”. Kegiatan ekstrakurikuler dapat berupa kegiatan pengayaan dan kegiatan perbaikan yang berkaitan dengan program kurikuler atau kunjungan studi ke tempat-tempat tertentu.

Kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan di beberapa Sekolah Menengah Pertama di Kabupaten Bantul yaitu sepak takraw. Ekstrakurikuler sepak takraw cukup diminati oleh siswa. Berdasarkan hasil observasi di beberapa sekolah, tercatat lebih dari 10 siswa mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di masing-masing sekolah. Peserta ekstrakurikuler sepak takraw juga tidak hanya diikuti oleh siswa putra, namun siswa putri juga ikut serta dalam kegiatan

ekstrakurikuler sepak takraw. Namun hal tersebut berbanding terbalik dengan keadaan sarana dan prasarana ekstrakurikuler sepak takraw yang ada. Lapangan yang digunakan untuk latihan yaitu di halaman sekolah, bola yang digunakan juga kondisinya sudah ada yang rusak dan jumlahnya sangat berbanding terbalik dengan jumlah siswa yang mengikuti, sehingga satu bola digunakan oleh beberapa siswa.

Di awal kegiatan ekstrakurikuler semua peserta didik hadir akan tetapi semakin kesini banyak peserta didik yang absen dengan semua alasannya masing-masing. Saat kegiatan berlangsung banyak peserta didik yang berbicara sendiri. Selain itu, peran guru atau pelatih ekstrakurikuler juga sangatlah penting, karena semua kegiatan tersebut dipegang oleh pelatih. Banyak faktor yang menyebabkan turunnya peserta didik, bisa dari dalam maupun luar diri peserta didik itu sendiri. Dari dalam yaitu tingkat motivasi yang dimiliki, dan faktor dari luar yaitu jadwal kegiatan ekstrakurikuler, sarana dan prasarana, pelatih, program latihan. Motivasi adalah kekuatan, baik dari dalam maupun luar yang mendorong seseorang untuk mencapai tujuan tertentu yang telah ditetapkan sebelumnya (Uno, 2011: 34).

Aspek motivasi ini memegang peran penting dalam kejiwaan seseorang, sebab motivasi adalah salah satu faktor penentu sebagai pendorong tingkah laku manusia, sehingga dengan adanya motivasi dapat mendorong dirinya untuk giat untuk datang latihan dan giat berlatih sehingga tercapai hasil yang maksimal. Menurut Sugihartono (2007: 20) motivasi diartikan sebagai suatu kondisi yang menyebabkan atau menumbuhkan perilaku tertentu dan yang memberi arah dan ketahanan pada tingkah laku tersebut. Dengan adanya motivasi tersebut dapat

mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu seperti bekerja keras, berlatih, dan dapat bertahan lebih lama saat dalam mengikuti kegiatan atau disaat latihan.

Jika dilihat dari faktor luar diri peserta didik, bisa dikatakan sudah sangat baik. Jadwal kegiatan ekstrakurikuler sudah sesuai karena pihak sekolah sudah menyesuaikan antara jadwal satu dengan yang lain, program latihan dan pelatih pun sudah cukup baik. Seharusnya jika jadwal, sarana prasaranan, pelatih dan program latihan baik, maka para peserta didik akan menjadi baik pula. Akan tetapi kenyataan di lapangan berbeda, para peserta didik semakin lama semakin berkurang, saat latihan tidak kondusif, banyak peserta didik yang tidak berangkat. Dari kasus ini bisa saja disebabkan oleh tingkat motivasi para peserta didik dikarenakan belum terukur, dan setiap peserta didik memiliki motivasi yang berbeda-beda antara satu dan lainnya, ada peserta didik yang memilih ekstrakurikuler sepak takraw karena ingin mengisi waktu luang, ada yang memilih karena diwajibkan oleh sekolah memilih minimal satu ekstrakurikuler, karena ajakan teman, ada juga yang ingin berprestasi dan masih banyak lagi.

Berdasarkan hasil pemaparan di atas menunjukkan bahwa keberhasilan program ekstrakurikuler ditentukan oleh berbagai faktor, diantaranya sarana dan prasarana, pelatih, program latihan, serta motivasi para peserta didik. Dari sekian faktor yang ada peneliti ingin melakukan penelitian mengenai motivasi peserta didik barang kali menjadi salah satu penyebab kurang optimalnya kegiatan ekstrakurikuler. Sehubungan dengan hal tersebut di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Motivasi Siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul".

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Lapangan yang digunakan untuk latihan yaitu di halaman sekolah.
2. Bola yang digunakan juga kondisinya sudah ada yang rusak dan jumlahnya sangat berbanding terbalik dengan jumlah siswa yang mengikuti.
3. Belum diketahui seberapa tinggi motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul.

## **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah yang begitu banyak dan luas, dikarenakan keterbatasan biaya dan waktu dalam penelitian ini, maka permasalahan dalam penelitian ini dibatasi pada motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se- Kabupaten Bantul.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan rumusan masalah maka dapat dirumuskan masalah yaitu: “Seberapa tinggi motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se- Kabupaten Bantul?”

## **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui seberapa tinggi motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul.

## **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan memiliki manfaat sebagai berikut:

1. Secara Teoretis
  - a. Bagi guru pendidikan jasmani, untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw.
  - b. Bagi siswa, memberi masukan bahwa motivasi merupakan salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi prestasi.
2. Secara Praktis
  - a. Bagi guru pendidikan jasmani, penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk memperbaiki proses belajar mengajar terutama dalam menumbuhkan motivasi siswa dalam pembelajaran sepak takraw.
  - b. Bagi siswa, setelah diketahui seberapa motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se- Kabupaten Bantul, diharapkan akan dapat meningkatkan motivasi dan meningkatkan perkembangan sepak takraw di SMP Negeri se- Kabupaten Bantul.
  - c. Bagi peneliti selanjutnya dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian sejenis.
  - d. Bagi masyarakat dengan adanya penelitian ini akan lebih mengenalkan permainan kasti kepada masyarakat, sehingga masyarakat mengetahui olahraga sepak takraw.

## **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

### **A. Deskripsi Teori**

#### **1. Hakikat Motivasi**

##### **a. Pengertian Motivasi**

Aspek motivasi memegang peranan dalam kejiwaan seseorang, sebab motivasi merupakan salah satu faktor penentu sebagai pendorong tingkah laku manusia, sehingga dengan adanya motivasi seseorang lebih giat dalam berlatih untuk mencapai hasil yang lebih maksimal. Motivasi berasal dari bahasa latin yaitu “*movore*” yang mengandung arti “*to more*” yang mengartikan menggerakkan atau mendorong untuk bergerak (Komaruddin, 2015). Menurut Hanrahan & Andersen (2010: 490) “*motivational processes can be defined by the psychological constructs that energize, direct and regulate achievement behavior*”. Seperti yang dikemukakan bahwa motivasi adalah energi psikologis yang bersifat abstrak (Husdarta, 2014). Setyobroto dalam Mylsidayu (2015: 22) juga menjelaskan bahwa “motivasi adalah proses aktualisasi dari sumber penggerak dan pendorong perbuatan manusia”.

Pendapat lain dari menurut Komarudin (2015: 24) menyatakan bahwa “motivasi dapat didefinisikan sebagai dorongan yang berasal dari dalam atau dari luar diri individu untuk melakukan suatu aktivitas yang bisa menjamin kelangsungan aktivitas tersebut, serta dapat menentukan arah, haluan, dan besaran upaya yang dikerahkan untuk melakukan aktifitas, sehingga dapat mencapai tujuan yang telah ditetapkan”.

Slameto (2010: 170) menyatakan “motivasi adalah sebuah proses untuk menentukan tingkat kegiatan, intensitas, konsistensi, serta tingkah laku manusia”. Pendapat lain dari Walgito (2013: 220), menyatakan bahwa “motivasi adalah sebuah keadaan individu atau organisme yang mempengaruhi perilaku ke arah tujuan”. Motivasi jelas merupakan komponen penting dalam penampilan, tanpa adanya motivasi seorang atlet tidak akan pernah siap untuk bersaing (Karageorghis & Terry, 2011: 27). Demikian juga, menurut Mysidayu (2015: 23) bahwa “motivasi adalah kekuatan yang mendorong seseorang untuk bereaksi/tidak bereaksi untuk menentukan arah aktivitas terhadap pencapaian tujuan”. Jadi, jelas bahwa motivasi untuk menampilkan suatu perilaku tertentu yang dilandasi oleh adanya keinginan untuk mencapai atau memuaskan suatu kebutuhan. Karakteristik keterampilan psikologis atlet yang baik adalah salah satunya memiliki motivasi yang tinggi. Motivasi yang tinggi memungkinkan seorang atlet menjadi lebih maksimal dalam meraih sebuah tujuan yang telah ditetapkan dapat tercapai.

Motivasi dapat didefinisikan secara sederhana sebagai arah dan intensitas upaya seseorang (Weinberg & Gould, 2011: 52). Maksudnya motivasi sebagai arah adalah apakah seseorang itu bergerak karena mencari, kemudian mendekati atau karena tertarik pada situasi tertentu, sehingga seseorang tersebut termotivasi untuk melakukannya. Kemudian yang dimaksud dengan intensitas upaya seseorang adalah seberapa besar usaha yang dilakukan untuk mendapatkan apa yang diinginkan, sejauh mana motivasi yang dikeluarkan untuk menjadikan sesuatu itu tercapai (Weinberg & Gould, 2011: 54).

Menurut Uno (2014: 1) motivasi adalah dorongan yang menggerakkan seseorang bertingkah laku, dorongan ini berada pada diri seseorang yang menggerakkan untuk melakukan sesuatu yang sesuai dengan dorongan dalam dirinya. Priyanto (2013: 3) mengatakan bahwa motivasi berpangkal dari kata motif yang dapat diartikan sebagai daya penggerak yang ada di dalam diri seseorang untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi tercapainya suatu tujuan. Bahkan motif dapat diartikan sebagai suatu kondisi intern (kesiapsiagaan). Dalam kegiatan belajar, motivasi dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan, menjamin kelangsungan dan memberikan arah kegiatan belajar, sehingga diharapkan tujuan dapat tercapai.

Ali (2011: 63) menyatakan dalam kegiatan olahraga, motivasi mempunyai peranan dalam terselenggaranya suatu bentuk kegiatan baik itu dalam periode latihan maupun dalam pertandingan lainnya. Motivasi dalam berolahraga akan sangat menentukan seseorang untuk mencapai kesegaran jasmani. Karena dari motivasi itu akan timbul disiplin berolahraga. Motivasi dalam berolahraga juga merupakan aspek psikologis yang banyak dibicarakan dan sangat menarik perhatian para ahli psikologi. Kebutuhan psikologis seseorang menimbulkan dorongan intrinsik dan ekstrinsik untuk bertingkah laku dalam mencapai tujuan tersebut. Kuatnya dorongan ini ditentukan oleh kadar kebutuhan yang melekat pada seseorang, jika tujuannya tercapai, ia merasa puas. Jika tidak tercapai ia bisa mengalami frustrasi. Semua itu tidak terlepas dari motivasi dan dorongan dari dalam.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa motivasi adalah seluruh proses gerakan termasuk situasi yang mendorong berupa dorongan, pendorong atau alasan yang timbul dan terdapat dalam diri seseorang untuk bereaksi/tidak bereaksi untuk menentukan arah aktivitas terhadap pencapaian tujuan. Selain itu, dapat disimpulkan bahwa motivasi sangat penting dalam proses belajar, penampilan olahraga, dan pencapaian prestasi belajar/pertandingan.

#### **b. Teori Piramida Motivasi**

Setiap manusia mempunyai kebutuhan sendiri-sendiri. Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi menurut teori kebutuhan yang diungkap oleh Abraham Maslow dalam Gunarsa (2008: 188) adalah bahwa manusia termotivasi untuk bertindak karena ingin memenuhi bermacam-macam kebutuhan. Sucipto, dkk (2019: 81) menyatakan *enjoyment* berkorelasi juga secara signifikan dengan motivasi dan keduanya mempengaruhi tingkat partisipasi aktivitas jasmani siswa dalam kelas pendidikan jasmani. Rujukan teoretisnya dapat ditelusuri dari *self-determination theory* (SDT) yang menjelaskan tentang *motivational basis of regulatory processes* yang disajikan dalam sebuah continuum of self-determination dari yang paling eksternal sampai otonom. Dalam gamitan teori ini, salah satu sumber penting dari enjoyment adalah sejauh mana partisipasi dalam aktivitas jasmani mampu menghasilkan kepuasan kebutuhan-kebutuhan dasar psikologis individu pada aspek kompetensi, keterkaitan, dan otonomi. Gambar teori kebutuhan Maslow digambarkan sebagai berikut:



**Gambar 1. Piramida Kebutuhan *Maslow***  
(Sumber: <https://www.google.co.id/q=teori+piramida+motivasi>)

Teori yang diungkapkan oleh Maslow (dalam Gunarsa, 2008: 188) tersebut lebih dikenal dengan teori kebutuhan bertingkat, yaitu terdiri atas:

1) Kebutuhan-Kebutuhan Dasar Fisiologis (*Physiologis Needs*)

Kebutuhan-kebutuhan fisiologis adalah sekumpulan kebutuhan dasar yang mendesak pemuasannya karena berkaitan langsung dengan pemeliharaan biologis dan keberlangsungan hidup. Kebutuhan-kebutuhan fisiologis itu antara lain kebutuhan makan, air, oksigen, aktif, istirahat, keseimbangan temperatur, seks, dan sebagainya. Menurut Maslow sebelum kebutuhan ini terpenuhi individu tidak akan bergerak untuk bertindak memenuhi kebutuhan-kebutuhan lain.

2) Kebutuhan Akan Rasa Aman (*Need For Self-Security*)

Kebutuhan akan rasa aman adalah suatu kebutuhan yang mendorong individu untuk memperoleh rasa ketentraman, kepastian, dan keteraturan dari keadaan lingkungan.

### 3) Kebutuhan Akan Cinta dan Rasa Memiliki (*Need For Love and Belongingness*)

Kebutuhan akan cinta dan rasa memiliki ini merupakan suatu kebutuhan yang mendorong individu untuk mengadakan hubungan efektif atau ikatan emosional dengan individu lain, baik dengan sesama jenis maupun dengan yang berlainan jenis, di lingkungan kerja, maupun di lingkungan kelompok di masyarakat.

### 4) Kebutuhan Akan Rasa Harga Diri (*Need for Self-Esteem*)

Kebutuhan ini oleh Maslow dibagi ke dalam dua bagian, bagian pertama adalah penghormatan atau penghargaan diri sendiri mencakup hasrat untuk memperoleh kompetensi, rasa percaya diri, kekuatan pribadi, kemandirian, dan kebebasan. Bagian kedua adalah penghargaan dari orang lain di antaranya adalah prestasi. Terpuaskannya kebutuhan akan rasa harga diri pada individu akan menghasilkan sikap percaya diri, rasa berharga, rasa kuat, rasa mampu, dan perasaan berguna.

### 5) Kebutuhan Aktualisasi Diri (*Need for Self-Actualication*)

Kebutuhan ini muncul apabila keempat kebutuhan lain telah terpuaskan dengan baik. Maslow menandai kebutuhan akan aktualisasi diri sebagai hasrat individu untuk menjadi orang yang sesuai dengan keinginan dan potensi yang dimilikinya. Contoh dari aktualisasi diri ini adalah seseorang yang berbakat musik, seseorang yang mempunyai potensi intelektual menjadi ilmuwan.

Mylsidayu (2015: 24) menyatakan bahwa ada beberapa teori yang cukup menarik untuk dibicarakan, yakni:

- 1) Teori hedonisme, yakni manusia akan memilih aktivitas yang menyebabkan perasaan gembira dan senang.

- 2) Teori naluri, menghubungkan perilaku/semua aktivitas dengan berbagai naluri, seperti naluri untuk mempertahankan diri.
- 3) Teori kebudayaan, menghubungkan tingkah laku berdasarkan pola kebudayaan tempat berada.
- 4) Teori partisipasi, yang mendorong individu untuk berlomba dengan ukuran keunggulan.
- 5) Teori kebutuhan, yang menyatakan bahwa tingkah laku, pada hakikatnya bertujuan untuk memenuhi kebutuhan.

Fungsi motivasi menurut Hamalik (2010: 5) meliputi sebagai berikut:

- 1) Mendorong timbulnya kelakuan atau sesuatu perbuatan. Tanpa motivasi maka tidak akan timbul sesuatu perbuatan seperti belajar.
- 2) Motivasi berfungsi sebagai pengarah, artinya mengarahkan perbuatan pencapaian tujuan yang diinginkan.
- 3) Motivasi sebagai penggerak. Besar kecilnya motivasi akan menentukan cepat atau lambatnya suatu pekerjaan.

Berdasarkan pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa sebenarnya orang memilih aktivitas yang membuat dirinya merasa gembira dan senang, sesuai dengan naluri dan kebiasaan, sesuai dengan kebudayaan tempat dia berada, dan pada hakikatnya bertujuan untuk memenuhi kebutuhan.

### **c. Macam-macam Motivasi**

Secara umum motivasi dapat dibedakan menjadi dua motivasi, yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Mahardika, dkk (2018: 65) menyatakan bahwa motivasi dapat timbul karena faktor intrinsik, berupa keinginan berhasil, kebutuhan, cita-cita masa depan, sedangkan faktor ekstrinsik adalah adanya penghargaan dalam belajar.

#### **1) Motivasi Intrinsik**

Motivasi intrinsik sangat menentukan atlet dalam memutuskan dirinya untuk terus berpartisipasi dalam olahraga yang digelutinya. Bagi atlet yang memiliki motivasi intrinsik aktivitasnya dilakukan secara sukarela, penuh

kesenangan, dan kepuasan, sehingga atlet merasa kompeten dengan apa yang dilakukannya (Komarudin, 2015: 25). Selanjutnya Komarudin (2015: 26) menjelaskan bahwa “motivasi intrinsik berfungsi karena adanya dorongan-dorongan yang berasal dari dalam diri individu sendiri. Atlet berusaha untuk semakin meningkatkan kepintarannya, kemampuannya, dan keterampilannya karena hal tersebut akan memberikan kepuasan kepada dirinya”. Semakin kuat motivasi intrinsik yang dimiliki oleh seseorang, semakin besar kemungkinan atlet memperlihatkan tingkah laku yang kuat untuk mencapai tujuan. Motivasi intrinsik juga dapat diperoleh melalui proses belajar. Dengan proses belajar seseorang akan meniru terhadap tingkah laku orang lain yang menghasilkan kepuasan yang menyenangkan.

Menurut Mylsidayu (2015: 27-28) motivasi intrinsik bersumber dari dalam diri individu itu sendiri untuk melakukan aktivitas olahraga. Motivasi intrinsik bersifat permanen, mandiri, dan stabil karena dorongan berasal dari dalam, kondisi kejiwaan orang tersebut, yang akan menentukan kuat atau tidaknya motivasi dan berlangsung lama atau tidaknya motivasi tersebut. Motivasi intrinsik terbagi menjadi dua, yaitu (1) motivasi intrinsik positif keinginan untuk tumbuh dan berkembang, mengekspresikan diri, seperti ingin karier dalam berolahraga lebih baik, dan aktualisasi diri. (2) motivasi intrinsik negatif, karena tekanan, ancaman, ketakutan, dan kekhawatiran seperti takut tertinggal dengan teman-teman yang lain dalam tim. Ketika anak didik/atlet merasa senang dan puas atas keterlibatan dalam aktivitas olahraga maka anak didik/atlet tersebut termotivasi secara intrinsik. Ciri-ciri atlet yang memiliki motivasi intrinsik, antara lain: (1)

berorientasi pada kepuasan dalam dirinya (2) biasanya tekun, rajin, kerja keras, teratur, disiplin dalam latihan (3) tidak suka bergantung pada orang lain (4) aktivitas lebih permanen; dan (5) memiliki karakteristik kepribadian yang positif, matang, jujur, dan lain-lain.

Menurut Suyono & Hariyanto (2015: 185) disebut sebagai motivasi intrinsik jika yang mendorong untuk bertindak atau berbuat sesuatu adalah nilai-nilai yang terkandung di dalam individu itu sendiri. Contohnya adalah bakat, hobi, sikap hidup, kepercayaan hidup, keyakinan diri, rasa ingin tahu/kuriositas, dan sebagainya. Menurut Hanafiah & Suhana (2012: 26) motivasi intrinsik adalah motivasi yang datangnya secara alamiah atau murni dari diri peserta didik itu sendiri sebagai wujud adanya kesadaran diri (*self awareness*) dari lubuk hati yang paling dalam.

Berdasarkan uraian di atas dapat diambil intisari bahwa motivasi intrinsik merupakan sebuah dorongan yang kuat berasal dari diri seorang atlet itu sendiri dalam hal yang ditekuninya, sehingga atlet yang memiliki motivasi intrinsik dapat memperlihatkan kesungguhan pantang menyerah dan bersungguh-sungguh dalam latihan tanpa memperdulikan hal-hal yang bersifat ekstrinsik seperti pujian dan penghargaan.

## 2) Motivasi Ekstrinsik

Menurut Gunarsa (2008: 51) motivasi ekstrinsik adalah segala sesuatu yang diperoleh melalui pengamatan sendiri, ataupun melalui saran, anjuran atau dorongan dari orang lain. Faktor internal dapat mempengaruhi penampilan atau tingkah laku seseorang akan menampilkan penampilan dan tidak cepat putus asa

dalam mencapai tujuannya. Menurut Mylsidayu (2015: 28) motivasi ekstrinsik bersumber dari luar individu untuk melakukan aktivitas olahraga. Sifatnya sementara, tergantung dan tidak stabil. Motivasi ekstrinsik terbagi menjadi dua, yakni (1) motivasi ekstrinsik positif, yakni berupa hadiah, iming-iming yang membangkitkan, niat untuk berbuat sesuatu, seperti bonus jika menang pertandingan, dan (2) motivasi ekstrinsik negatif, yakni sesuatu yang dipaksakan dari luar agar orang menghindari dari sesuatu yang tidak diinginkan, seperti kena sanksi atau hukuman ketika terlambat masuk kelas /latihan.

Menurut Hanafiah & Suhana (2012: 27) Motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang datangnya disebabkan faktor-faktor di luar diri peserta didik, seperti adanya pemberian nasihat dari gurunya, hadiah (*reward*), kompetisi sehat antar peserta didik, hukuman (*punishment*), dan sebagainya. Menurut Suyono & Hariyanto (2015: 185) motivasi ekstrinsik adalah hal-hal di luar individu yang mendorong individu untuk melakukan sesuatu. Misalnya pengaruh orangtua, lingkungan social, kondisi geografis, keadaan ekonomi keluarga, adanya hadiah dan penghargaan, dan sebagainya.

Motivasi ekstrinsik adalah dorongan yang berasal dari luar individu yang menyebabkan individu berpartisipasi dalam olahraga. Dorongan ini berasal dari pelatih, orang tua, pembina, hadiah, sertifikat, penghargaan atau uang. “Motivasi ekstrinsik merupakan motivasi yang timbul karena adanya faktor luar yang mempengaruhi dirinya” (Komarudin, 2015: 27). Atlet berpartisipasi dalam aktivitas olahraga tidak didasari dengan kesenangan dan kepuasan, tetapi keterlibatan atlet dalam aktivitas itu didasari oleh keinginan untuk memperoleh

sesuatu. Motivasi ekstrinsik merupakan keinginan untuk menampilkan suatu aktivitas karena adanya penghargaan dari luar dirinya. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang dapat ditimbulkan dari luar diri atlet itu sendiri yang biasanya bentuk dari motivasi ekstrinsik seperti pujian, bonus dan penghargaan dari orang lain.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa motivasi ada dua yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik berasal dari dalam individu sedangkan motivasi ekstrinsik dorongan berasal dari luar individu. Motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik harus saling berhubungan agar tindakan seseorang lebih berarti. Motivasi ada yang bisa dipelajari dan ada yang tidak bisa dipelajari, masing-masing mempunyai kekurangan dan kelebihan dalam olahraga. Oleh sebab itu bagi para guru pendidikan jasmani hendaknya memperhatikan hal ini sehingga proses pembelajaran dapat berlangsung dengan baik dan tercapai tujuan suatu pembelajaran.

#### **d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Motivasi**

Ada beberapa hal yang mempengaruhi motivasi seseorang. Menurut Ali dalam & Hartini (2010: 53-54) faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi dalam pembelajaran adalah sebagai berikut:

- 1) Cita-cita/aspirasi pembelajaran, hal ini dapat diamati dari banyaknya kenyataan, bahwa motivasi seorang pembelajar menjadi begitu tinggi ketika ia sebelumnya sudah memiliki cita-cita.
- 2) Kemampuan pembelajaran, Setiap individu memiliki kemampuan yang berbeda-beda .
- 3) Kondisi pembelajar, dapat dilihat dari kondisi fisik dan psikis pembelajar. Hubungan dengan motivasi dapat dilihat dari keadaan kondisi fisik seseorang. Jika kondisi fisik dalam keadaan lelah maka memiliki motivasi rendah sementara kondisi fisik sehat dan bugar cenderung memiliki motivasi tinggi.

- 4) Kondisi lingkungan pembelajar, dapat diamati dari lingkungan fisik dan lingkungan social yang mengitari pembelajar.
- 5) Unsur-unsur dinamis belajar/pembelajaran, upaya memmotivasi dilakukan bagaimana dengan bahan pelajaran, alat bantu belajar, suasana belajar dan sebagainya yang dapat mendinamisasi prose pembelajaran.
- 6) Upaya guru dalam membelajarkan pembelajar.

Menurut Slameto (2013: 54-68) Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar yaitu, sebagai berikut:

1) Faktor Intrinsik

a) Kesehatan

Sehat dalam keadaan baik segenap badan serta bagian-bagiannya atau bebas dari penyakit. Kesehatan adalah keadaan atau hal sehat. Kesehatan seseorang berpengaruh terhadap belajarnya. Agar seseorang dapat belajar dengan baik haruslah mengusahakan kesehatan badanya tetap terjamin dengan cara selalu mengindahkan ketentuan-ketentuan tentang bekerja, belajar, istirahat, tidur makan, olahraga, rekreasi dan ibadah.

b) Perhatian

Perhatian adalah keaktifan jiwa yang dipertinggi, jiwa itupun semata-mata tertuju kepada suatu objek (benda atau hal) atau sekumpulan objek. Untuk dapat menjamin hasil yang lebih baik, maka siswa harus mempunyai perhatian terhadap bahan yang dipelajarinya, jika bahan pelajaran tidak menjadi perhatian siswa, maka timbulah kebosanan, sehingga siswa tidak lagi suka belajar. Agar siswa dapat belajar dengan baik, usahakanlah bahan pelajaran itu seseuai dengan hobi dan bakatnya.

#### c) Minat

Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan. Kegiatan yang diminati seseorang, diperhatikan terus-menerus yang disertai dengan rasa senang. Jadi berbeda dengan perhatian, karena perhatian sifatnya sementara (tidak dalam waktu yang lama) dan belum tentu diikuti dengan perasaan senang dan dari situ diperoleh kepuasan.

#### d) Bakat

Bakat adalah kemampuan untuk belajar. Kemampuan itu baru terealisasi menjadi kecakapan yang nyata sesudah belajar atau berlatih. Bakat itu mempengaruhi belajar. Jika bahan pelajaran yang dipelajari sesuai dengan bakatnya, maka hasil belajarnya lebih baik karena siswa akan merasa senang dalam belajar.

Hubungan yang erat dengan penelitian motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se- Kabupaten Bantul, maka yang akan dijadikan indikator tentang motivasi intrinsik antara lain: (1) Kesehatan, (2) Perhatian, (3) Minat, (4) Bakat

### 2) Faktor Ekstrinsik

#### a) Metode Melatih

Metode melatih adalah suatu cara atau jalan yang harus dilalui dalam melatih. Metode melatih yang kurang baik akan mempengaruhi belajar siswa yang tidak baik pula. Akibatnya siswa malas untuk belajar. Pelatih yang progresifnya berani mencoba metode-metode yang baru, yang dapat membantu meningkatkan kegiatan belajar melatih, dan meningkatkan motivasi siswa untuk belajar. Agar

siswa dapat belajar dengan baik, maka metode melatih harus diusahakan yang tepat, efisien dan efektif mungkin.

#### b) Alat Latihan

Alat latihan erat hubungannya dengan cara belajar siswa, karena alat pelajaran yang dipakai oleh pelatih pada waktu melatih dipakai pula oleh siswa untuk menerima bahan yang diajarkan itu. Alat pelajaran yang lengkap dan tepat akan memperlancar penerimaan bahan pelajaran yang diberikan kepada siswa.

#### c) Lingkungan

Lingkungan sangat mempengaruhi minat latihan seorang peserta didik, karena jika peserta didik merasa cocok dan nyaman di lingkungannya, maka keberhasilan dalam proses latihan akan mudah tercapai. Begitupun sebaliknya, jika tidak ada kecocokan dan tidak ada rasa nyaman, maka akan sulit peserta didik untuk menerima apa yang diberikan oleh pelatih.

#### d) Waktu

Waktu sekolah ialah waktu terjadinya proses belajar mengajar di sekolah. Waktu sekolah juga mempengaruhi belajar peserta didik. Jika peserta didik bersekolah pada waktu kondisi badannya sudah lelah atau lemas, misalnya pada siang hari, akan mengalami kesulitan didalam menerima pelajaran. Kesulitan itu disebabkan karena peserta didik sukar berkonsentrasi dan berpikir pada kondisi badan yang lemah tadi.

#### **e. Strategi Meningkatkan Motivasi**

Menurut Purwanto (2014: 73) tujuan motivasi adalah untuk menggerakkan atau menggugah seseorang agar timbul keinginan dan

kemauannya untuk melakukan sesuatu sehingga dapat memperoleh hasil atau tujuan tertentu. Karena itu seorang guru khususnya guru pendidikan jasmani harus dapat menggerakkan atau memacu para siswanya agar timbul keinginan dan kemauannya untuk meningkatkan motivasi belajarnya sehingga tercapai tujuan pendidikan jasmani sesuai dengan yang diharapkan dan ditetapkan di dalam kurikulum sekolah. Menurut Mylsidayu (2015: 28-33) teknik meningkatkan motivasi yaitu: (1) Verbal, (2) Behavioral/prilaku, (3) Intensif, (4) Visualisasi (imajinasi), (5) Intimidasi, (6) Berbicara Sendiri, (7) Supertisi, (8) Ritual/ berupa prilaku. Lebih lanjut dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Motivasi Verbal, yaitu motivasi dengan kata-kata atau ucapan, bicara, atau berdiskusi. Contoh memberikan pujian, memberikan koreksi dan sugesti, menjelaskan peranan dalam tim agar anak didik/atlet lebih bangga dan bertanggung jawab, dan memebri petunjuk.
- 2) Motivasi Behavioral/perilaku, yaitu setiap perilaku guru penjas/pelatih akan diteladani oleh siswa/atletnya dan nilai oleh masyarakat. Guru penjas/pelatih memegang peranan penting dalam memberikan contoh perilaku yang positif.
- 3) Motivasi Insentif (Bonus) dan Ganjaran, yaitu dengan cara memberikan bonus, yang bertujuan menambah semangat belajar /berlatih untuk berprestasi.
- 4) Motivasi Visualisasi, yaitu bertujuan untuk mempercepat proses belajar/latihan dengan membangkitkan semangat anak didik/atlet.
- 5) Motivasi Intimidasi, yaitu teknik motivasi berupa ditekan/ditakut-takuti.
- 6) Motivasi Berbicara Sendiri, yaitu motivasi yang diberikan sebelum pertandingan dimulai, *pep talks* khusus diberikan ketika istirahat.

- 7) Motivasi Supertisi, yaitu suatu motivasi yang dipercaya pada peralatan/symbol yang dianggap memiliki kekuatan/daya dorong mental.
- 8) Motivasi Ritual, yaitu suatu motivasi yang berupa perilaku sebelum bertanding yang menjadi sebuah kebiasaan.

Terkait dengan strategi motivasi tersebut Brewer dalam Komaruddin (2015: 33-36) berpendapat ada beberapa strategi yang dapat diterapkan oleh seorang pelatih untuk meningkatkan motivasi atletnya, sebagai berikut:

- 1) Berikan Penguatan atau Umpan Balik

Teori *operant conditioning* menjelaskan bahwa perilaku bisa dipengaruhi dan dikendalikan dengan serangkaian manipulasi. Pelatih dapat memberikan penguatan umpan balik ketika atlet melakukan perilaku yang positif maupun negatif. Melalui prinsip umpan balik diharapkan atlet akan sungguh-sungguh menerima materi latihan yang disampaikan oleh pelatih. Hasil terbaik yang diperoleh atlet akan menjadi penguat positif, sedangkan atlet yang memperoleh hasil yang kurang baik akan merasa cemas dan takut.

- 2) Ciptakan Suasana yang Menyenangkan

Segala kegiatan yang dilakukan oleh atlet harus didasari oleh kesenangan, atlet harus senang melakukan aktivitas rutin yang menjadi tanggung jawabnya. Ketika melakukan latihan yang dijalani tidak jarang akan dijumpai atlet yang merasa jenuh dalam melakukan latihan tersebut. Untuk mengatasi hal tersebut pelatih dituntut untuk kreatif dalam menciptakan suasana yang menyenangkan dalam latihan seperti memberikan permainan saat latihan.

### 3) Melibatkan partisipasi pemain dalam membuat keputusan

Melibatkan atlet dalam membuat keputusan merupakan cara meningkatkan tanggung jawab atlet dalam memutuskan sesuatu terkait dengan peraturan dan strategi yang harus diterapkan oleh atlet. Ketika atlet diizinkan untuk terlibat dalam memutuskan strategi yang akan diterapkan maka atlet akan termotivasi agar dapat menjadi lebih baik karena atlet merasa kemampuan yang dimilikinya mendapat pengakuan dari pelatih.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi mengandung makna sebagai kekuatan yang muncul dari dalam diri maupun luar diri seseorang untuk memberikan arah dalam melakukan sesuatu. Dengan timbulnya motivasi, maka individu akan mempunyai dorongan untuk melaksanakan segala aktivitas dalam mencapai kebutuhannya baik dari diri sendiri maupun luar individu. Motivasi merupakan kekuatan internal yang menyebabkan seseorang mengambil langkah yang ditentukan, suka maupun tidak suka dengan menghilangkan perasaan tidak suka itu. Motivasi ini akan menentukan seseorang dalam mengikuti ekstrakurikuler untuk mencapai prestasi.

## **2. Hakikat Ekstrakurikuler**

### **a. Pengertian Ekstrakurikuler**

Sebuah pendidikan kegiatan sekolah terdiri dari intrakurikuler, kokurikuler, dan ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler adalah bagian dari sekolah yang dijadikan tempat untuk peserta didik mengembangkan bakat dan minatnya. Hernawan (2013: 4) menyatakan bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilaksanakan di luar jam pelajaran. Kegiatan ini bertujuan untuk

membentuk manusia yang seutuhnya sesuai dengan pendidikan nasional. Ekstrakurikuler digunakan untuk memperluas pengetahuan peserta didik. Peserta didik membutuhkan keterlibatan langsung dalam cara, kondisi, dan peristiwa pendidikan di luar jam tatap muka di kelas. Pengalaman ini yang akan membantu proses pendidikan nilai-nilai sosial melalui kegiatan yang sering disebut ekstrakurikuler (Mulyana, 2011: 214).

Ekstrakurikuler adalah program kurikuler yang alokasinya tidak dicantumkan dikurikulum. Kegiatan ekstrakurikuler menjembatani kebutuhan perkembangan peserta didik yang berbeda; seperti perbedaan sense akan nilai moral dan sikap, kemampuan, dan kreativitas. Melalui partisipasi peserta didik dalam kegiatan ekstrakurikuler peserta didik dapat belajar dan mengembangkan kemampuan berkomunikasi, bekerja sama dengan orang lain, serta menemukan dan mengembangkan potensi dalam diri setiap individu. Kegiatan ekstrakurikuler juga memberikan manfaat sosial yang besar (Depdikbud, 2013: 10).

Usman (2013: 22) menyatakan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah dengan maksud untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimilikinya dari berbagai bidang studi. Hastuti (2008: 63), menyatakan bahwa ekstrakurikuler adalah suatu kegiatan yang diselenggarakan untuk memenuhi tuntutan penguasaan bahan kajian dan pelajaran dengan lokasi waktu yang diatur secara tersendiri berdasarkan pada kebutuhan. Kegiatan ekstrakurikuler dapat berupa kegiatan

pengayaan dan kegiatan perbaikan yang berkaitan dengan program kurikuler atau kunjungan studi ke tempat-tempat tertentu.

Penjelasan para ahli di atas dapat diambil kesimpulan bahwa ekstrakurikuler adalah tempat belajarnya peserta didik di luar jam belajar sekolah dengan minat dan bakat yang dimiliki masing-masing. Selain itu, juga alat untuk menambah nilai dalam rapor dan nilai yang akan menjadi bekal dalam kehidupan di masyarakat nanti. Selain itu, ekstrakurikuler dapat dijadikan tempat untuk bersosialisasi dan berinteraksi secara langsung dan rutin karena ada beberapa ekstrakurikuler yang terprogram.

#### **b. Tujuan Ekstrakurikuler**

Setiap sekolah memiliki tujuan dan target dari kegiatan ekstrakurikuler yang berbeda antara sekolah satu dengan yang lainnya. Beberapa sekolah mengunggulkan ekstrakurikuler olahraga saja, dan disisi yang lain terdapat beberapa sekolah yang hendak mencapai prestasi pada semua kegiatan ekstrakurikuler. Suatu kegiatan yang dilakukan tanpa jelas tujuannya, kegiatan tersebut akan sia-sia. Begitu pula dengan kegiatan ekstrakurikuler pasti memiliki tujuan tertentu. Adapun tujuan kegiatan ekstrakurikuler berdasarkan pendapat Suryosubroto (2009: 288) yaitu:

- 1) Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat meningkatkan kemampuan peserta didik ber aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.
- 2) Mengembangkan bakat dan minat peserta didik dalam upaya pengembangan manusia seutuhnya menuju yang positif.
- 3) Dapat mengetahui, mengenal serta membedakan antara hubungan satu pelajaran dengan mata pelajaran lain.

Kegiatan ekstrakurikuler mempunyai fungsi: (1) pengembangan, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan kemampuan dan

kreatifitas peserta didik sesuai dengan potensi, bakat dan minat peserta didik, (2) sosial, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan kemampuan dan rasa tanggung jawab sosial peserta didik, (3) rekreatif, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan suasana rileks, menggembarakan dan menyenangkan bagi peserta didik yang menunjang proses perkembangan, (4) persiapan karier, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikuler untuk kesiapan karier peserta didik (Muhaimin, 2009: 75).

Wahyudi (2009: 40) menyatakan bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga bertujuan untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, menyalurkan minat dan bakat serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya. Di dalam kegiatannya para siswa dapat memilih cabang olahraga yang diminatinya seperti bola voli, bola basket, sepak bola, pencak silat, bulu tangkis, atletik dan lain-lain. Melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga di samping siswa memperdalam dan memperluas pengetahuan, juga dapat dimanfaatkan sebagai upaya untuk melakukan pembinaan, pemantapan, dan pembentukan nilai-nilai kepribadian siswa, yang meliputi: kerjasama, saling menghargai, sportivitas, semangat dan percaya diri (Nurchahyo, 2013: 102). Depdikbud (2013: 7), menyatakan bahwa tujuan ekstrakurikuler adalah (1) meningkatkan dan memantapkan pengetahuan peserta didik, (2) mengembangkan bakat, (3) mengenal hubungan antara mata pelajaran dengan kehidupan bermasyarakat.

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga adalah kegiatan olahraga yang dilaksanakan di luar jam pelajaran dan kegiatan ini merupakan kegiatan yang sifatnya pilihan. Dalam kegiatan yang bersifat pilihan dijelaskan bahwa kegiatan

ekstrakurikuler diperuntukkan bagi peserta didik yang ingin mengembangkan bakat dan kegemarannya dalam cabang olahraga serta lebih membiasakan hidup sehat (Subekti, 2015: 111).

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa tujuan ekstrakurikuler yang diadakan setiap sekolah adalah sama pada umumnya. Untuk mencapai kemandirian, kepribadian, dan kerjasama dapat dikembangkan melalui ekstrakurikuler kepramukaan, sedangkan untuk mengembangkan potensi, bakat, minat, maupun kerjasama, maka dapat melalui ekstrakurikuler pilihan yang isinya bermacam-macam.

### **3. Hakikat Sepak Takraw**

#### **a. Pengertian Sepak Takraw**

Permainan sepak takraw dikenal masyarakat Indonesia di beberapa daerah yang ada di Indonesia seperti Kalimantan, Sumatra dan Sulawesi dengan sebutan sepak raga, yaitu permainan anak negeri yang dimana dalam memainkan sepak raga masih menggunakan bola yang terbuat dari rotan. Thamrin (2006: 53) menyakan bahwa permainan sepak takraw mulai berkembang di Indonesia setelah adanya kunjungan muhibah tim sepak takraw dari negara Malaysia dan Singapore ke Jakarta, Bandung dan Medan pada bulan September 1970 dan bulan April 1971. Pada tanggal 29 September 1971 di Bogor Dirjen Olahraga dan Pemuda menginstruksikan agar permainan sepak takraw segera dikembangkan di daerah-daerah termasuk di lingkungan sekolah di seluruh tanah air. Sejak abad XV bangsa Indonesia sudah mengenal permainan sepak takraw atau sepakraga. Permainan tradisional peninggalan nenek moyang bangsa Indonesia semula hanya

bersifat demonstratif, sekarang sudah beralih menjadi permainan yang bersifat kompetitif serta dipertandingkan dalam PON, Sea Games dan Asian Games.

Prawirasaputra (2000: 5), menyatakan permainan sepak takraw dilakukan oleh dua regu yang berhadapan di lapangan yang dipisahkan oleh jaring (net) yang terbentang membelah lapangan menjadi dua bagian. Setiap regu yang berhadapan terdiri dari 3 orang pemain yang bertugas sebagai tekong yang berdiri paling belakang, dua orang lainnya menjadi pemain depan yang berada di sebelah kiri dan kanan yang disebut apit kiri dan kanan.

Permainan sepak takraw merupakan cabang olahraga beregu yang pelaksanaannya seperti pada bentuk permainan-permainan dengan menggunakan net, bola, serta lapangan dan juga peraturan-peraturan lainnya. Permainan sepak takraw menggunakan bagianbagian tubuh seperti: kepala, bahu, punggung, dada, paha, kaki, kecuali tangan. Sepak takraw merupakan suatu permainan yang mempergunakan bola dari rotan atau plastik (*synthetic fibre*) dilakukan di atas lapangan empat persegi panjang dan rata, baik terbuka maupun tertutup dan lapangan dibatasi oleh net. Permainan sepak takraw diselenggarakan di lapangan tertutup asalkan memenuhi syarat. Ukuran lapangan adalah 13,40 m x 6,10 m bebas dari segala rintangan ke atas 8 m diukur dari permukaan lantai dengan tinggi net 1,55 m (Semarayasa, 2016: 66).

Iyakrus (2012: 1) menyatakan bahwa “sepak takraw merupakan suatu permainan yang menggunakan bola (takraw) yang terbuat dari rotan dimainkan di atas lapangan yang berukuran 13,42 m, dan lebar 6,1 m”. Sepak takraw merupakan cabang permainan asli dari melayu dan tumbuh berkembang di

Indonesia serta meluas ke Semenanjung Indo-Cina dan Philipina. Setiap negara mempunyai mempunyai sebutan masing-masing mengenai nama sepak takraw, sebagai contoh di Cina/Tiongkok dikenal dengan nama "*Teng chew*", di Philipina disebut "*Sipa*", sedangkan di Malaysia dan Singapura disebut dengan "*Sepak raga*".

Pemahaman dasar bermain sepak takraw merupakan sebuah permainan yang dilakukan di atas lapangan berbentuk persegi panjang. Lapangan tersebut dibatasi dengan net yang berada tepat melintang di tengah-tengah lapangan. Permainan ini dilakukan oleh dua regu atau kelompok dengan tujuan untuk memainkan bola, untuk saling mengembalikan bola rotan tersebut. Regu yang dapat memasukkan bola ke regu lain dan tidak bisa mengembalikan bola tersebut maka regu yang memasukkan bola mendapatkan poin.

Bermain sepak takraw menggunakan seluruh bagian tubuh kecuali bagian lengan. Permainan diawali dengan servis yang berada pada lingkaran servis, selanjutnya seorang pemukul bertugas melakukan servis menggunakan kakinya, pemain ini saat disebut dengan tekong. Servis dikatakan berhasil dilakukan apabila melewati net kemudian pihak lawan dapat mengembalikan bola tersebut maksimal tiga kali sentuhan baik seorang maupun rekan satu tim untuk memngembalikan bola tersebut diseberangkan di atas net agar jatuh diwilayah lapangan lawan.

Yusup (2004: 10), menyatakan "sepak takraw merupakan sebuah permainan yang dilakukan di lapangan berukuran 13,4 m x 6,10 m yang dibagi dua garis dan net (jarring) setinggi 1,55 m sengan lebar 72 cm dan lubang jarring

ser 4-5 cm”. Bola yang dimainkan terbuat dari rotan atau *fiber glass* yang dianyam dengan lingkaran antara 42-44 cm. permainan ini dilakukan oleh dua regu yang berhadapan di lapangan yang dipisahkan oleh jarring (net) yang terbentang membelah lapangan menjadi dua bagian. Setiap regu yang berhadapan terdiri atas tiga orang pemain yang bertugas sebagai *tekong* yang berdiri paling belakang dan dua orang lainnya menjadi pemain depan yang berada di sebelah kiri dan kanan yang disebut *apit kiri* dan *kanan*.

Permainan ini dimainkan oleh dua regu, masing-masing regu terdiri dari 3 orang dan setiap regu dilengkapi 1 orang cadangan dan satu tim terdiri dari 3 regu dan satu regu cadangan dan jumlah 1 tim tidak boleh lebih dari 12 orang. Menurut Sulaiman (2008) tujuan bermain sepak takraw dari setiap pihak adalah mengembalikan bola sedemikian rupa sehingga bola dapat jatuh di lapangan lawan atau menyebabkan lawan membuat pelanggaran atau pemain lawan membuat kesalahan. Sepak takraw berasal dari dua kata yaitu sepak dan takraw. “Sepak” berarti gerakan menyepak sesuatu dengan kaki, dengan cara mengayunkan kaki di depan atau ke sisi, sedangkan “Takraw” berarti bola atau barang bulat yang terbuat dari anyaman rotan. Dalam permainan sepak takraw peranan antropometrik dan profil fisiologis sangat menentukan dalam belajar sepak takraw.

Depdikbud (1999: 141), menyatakan “sepak takraw ialah bentuk permainan yang dimainkan dua regu masing-masing terdiri dari tiga pemain di atas lapangan seluas lapangan bulutangkis, menggunakan net dan bola yang terbuat dari rotan atau bahan sintesis dengan gerakan menyepak atau

menggunakan seluruh anggota badan kecuali dengan tangan”. Berdasarkan pernyataan-pernyataan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa olahraga sepak takraw merupakan sebuah permainan yang dimainkan di atas lapangan empat persegi panjang dengan permukaan yang rata baik di tempat terbuka (*outdoor*) maupun di ruang tertutup (*indoor*) yang bebas rintangan dan dimainkan oleh dua regu yang dibatasi dengan jarring (net).

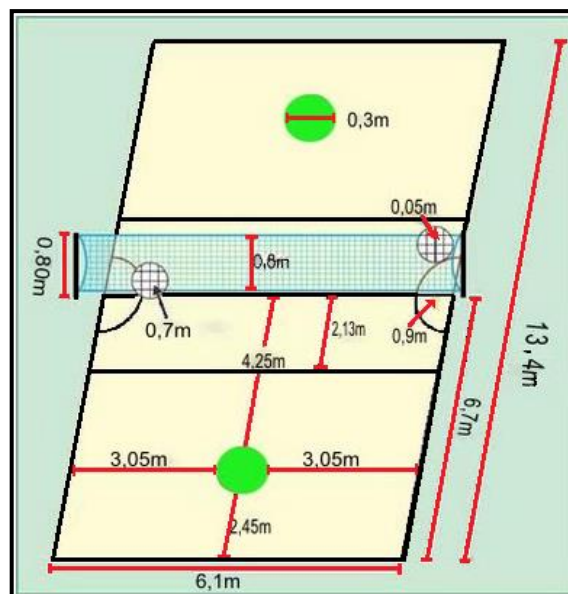
#### **b. Peraturan Sepak Takraw**

Permainan sepak takraw mempunyai peraturan-peraturan tersendiri, sehingga akan membedakan permainan dengan olahraga yang lainnya. Thamrin (2008: 5) menyatakan bahwa “untuk melatih penguasaan teknik dan taktik permainan sepak takraw terutama bagi pemula harus berpedoman pada gerakan-gerakan dari yang mudah ke sukar, dari yang dikuasai ke yang belum dikuasai”. Thamrin (2008: 6), menyatakan “unsur-unsur teknik dasar memainkan bola takraw adalah teknik menyepak, memainkan dengan kepala, memainkan dengan dada, memaha dan membahu”.

Peraturan bermain sepak takraw seperti yang diungkapkan Iyakrus (2012: 6-7) meliputi: “lapangan bermain, bola, pemain, macam-macam sepakan, ana’ sempa’, permainan kombinasi dan cara penilaian”. Selain peraturan dasar tersebut, terdapat peraturan lainnya yang harus diperhatikan untuk melakukan permainan sepak takraw, berikut ini peraturan permainan sepak takraw:

- 1) Lapangan
  - a) Lapangan sepak takraw seukuran lapangan badminton yaitu 13,4 m x 6,1 m.
  - b) Permainan dalam dilakukan di dalam maupun di luar gedung.

- c) Garis lapangan dapat menggunakan cat
- d) Terdapat area bebas minimal 3 m dari garis luar lapangan bebas
- e) Garis tengah dengan lebar 2 cm
- f) Garis seperempat lingkaran dipojok garis tengah radius 90 cm diukur dari garis sebelah dalam
- g) Lingkaran servis dengan radius 30 cm berada ditengah lapangan, jarak dari garis belakang 2,45 m dan jarak dari titik tengah garis lingkaran kegaris tengah (*Centre Line*) 4,25m, jarak titik tengah lingkaran adalah 3,05m dari kiri dan kanan garis pinggir lapangan. Lebih jelasnya dapat di lihat gambar berikut ini:



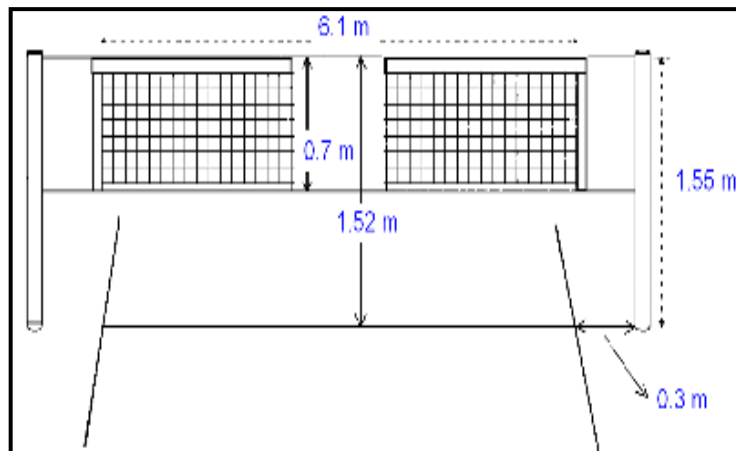
**Gambar 2. Ukuran Lapangan Sepak Takraw  
(Sumber: Sudarno, 2016: 15)**

## 2) Ukuran tiang net

Ukuran tinggi net untuk pria dan putri dibedakan, akan tetapi kedudukan tiang 30 cm di luar garis pinggir. Berikut ini adalah ukuran net dalam bermain sepak takraw:

- a) Putri: Tinggi net 1,45m dipinggir dan minimal 1,42 di bagian tengah.

b) Putra: Tinggi net 1,55m dipinggir dan minimal 1,52 di bagian tengah.



**Gambar 3. Ukuran Tinggi Net Sepak Takraw  
(sumber: Sudarno, 2016: 17)**

3) Jaring atau net

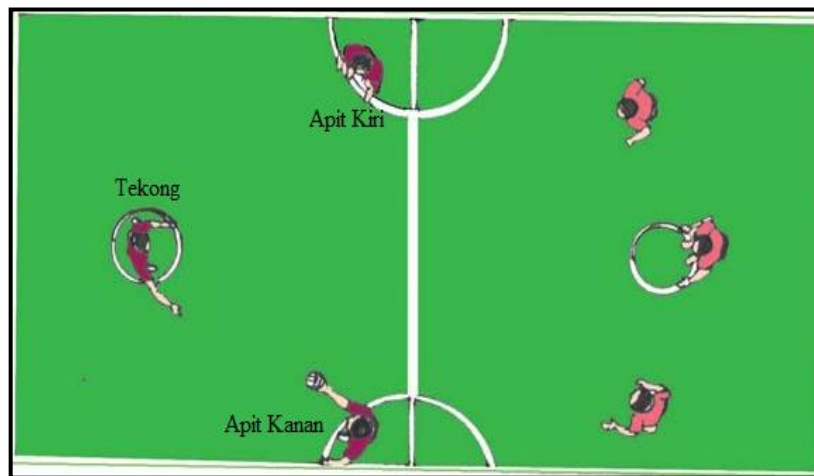
Net terbuat dari tali atau benang kuat atau nilon, dimana tiap lubangnya lebar 6 – 8 cm, dan lebar net 70 cm dengan panjang 6,10 m. Lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar.

4) Bola takraw

Bola takraw dapat terbuat dari plastik maupun rotan dengan ukuran: lingkaran 42-44 cm untuk putra dan 43-45 cm untuk putri, serta berat adalah 170-180 gr untuk putra dan 150-160 untuk putri.

5) Pemain

Permainan ini dimainkan oleh 2 (dua) regu masing-masing regu terdiri dari 3 (tiga) orang pemain dan disetiap regu dilengkapi oleh 1 (satu) orang pemain cadangan. 1 (satu) dari tiga pemain di posisi belakang/tekong sebagai penyepak mula untuk memulai permainan. Dua orang berada didepan yang berada pada sebelah kiri tekong disebut apit kiri dan yang berada pada sebelah kanan tekong disebut apit kanan.



**Gambar 4. Posisi Pemain Permainan Sepak Takraw**  
(sumber: Sudarno, 2016: 21)

### c. Teknik Dasar Permainan Sepak Takraw

Teknik dasar bermain sepak takraw merupakan kemampuan yang sangat penting dan sangat perlu bagi setiap pemain. Tanpa menguasai kemampuan dasar atau teknik dasar, maka permainan sepak takraw tidak dapat dimainkan dengan baik. Agar dapat melatih penguasaan teknik dan taktik permainan sepak takraw harus berpedoman pada gerakan-gerakan dari yang mudah sampai ke yang sulit. Oleh karena itu, dalam usaha menguasai dan meningkatkan keterampilan teknik sepak takraw harus dilakukan latihan secara kontinyu, sistematis, dan metedis. Faktor teknik dalam permainan sepak takraw merupakan faktor penting yang harus diperhatikan, karena dengan memiliki teknik yang baik dan benar akan berdampak pada produktivitas dan efektivitas baik penyerangan maupun pertahanan dalam bermain sepak takraw. Adapun Keterampilan teknik dasar dalam permainan sepak takraw, adalah; 1) *servis*, 2) *passing*, 3) *heading*, 4) *smash*, 5) *block* (Semayarasa, 2016: 35).

Upaya untuk dapat bermain sepak takraw yang baik haruslah mengenal dan mampu menguasai ketrampilan yang baik tentang dasar bermain sepak takraw. Untuk itu atlet harus menguasai teknik-teknik dasar dalam permainan sepak takraw. Thamrin, (2008: 5), menyatakan bahwa “untuk melatih penguasaan teknik dan taktik permainan sepak takraw terutama bagi pemula harus berpedoman pada gerakan-gerakan dari yang mudah ke yang sukar, dari yang dikuasai ke yang belum dikuasai”. Prawirasaputra (2000: 24) menyatakan “teknik sepak takraw meliputi sepakan, yaitu: sepak sila, sepak kuda, sepak badek, sepak cungkil, *heading* (sundulan kepala), memaha, menghentikan dengan dada , menapak, sepak mula (*service*), *smash*, dan *blocking*”. Darwis & Basa (1992: 15) menyatakan bahwa ”teknik dasar sepak takraw terdiri dari: sepak sila, sepak kuda, sepak cungkil, menapak, sepak badek, *heading*, menghentikan dengan dada , menahan, membahu”.

Thamrin (2008: 4-17), bahwa “teknik dasar bermain sepak takraw dibagi menjadi empat, yaitu sepakan (menyepak), main kepala (*heading*), menghentikan dengan dada , dan memaha”. Ke empat teknik dasar tersebut akan dijelaskan lebih rinci sebagai berikut:

#### 1) Sepakan

Sepakan merupakan kemampuan seorang pemain untuk menyepak. Setiap pemain sepak takraw harus dapat menguasai sepakan, karena setiap aspek dalam permainan sepak takraw sebagian besar menggunakan teknik sepakan. Sepakan mempunyai beberapa jenis, berikut ini adalah beberapa jenis dari sepakan:

a) Sepak sila

Sepak sila adalah menimang bola takraw menggunakan kaki bagian dalam. Sepaksila digunakan untuk menerima dan menguasai bola untuk serangan *smash*, untuk menyelamatkan serangan lawan. Teknik melakukan sepak sila menurut Thamrin, (2008: 4), sebagai berikut:

- a) Berdiri dengan kaki dua kaki terbuka
- b) Kaki sepak digerakan melipat setinggi lutut kaki tumpu.
- c) Bola disentuh dengan kaki bagian dalam.
- d) Kaki tumpu agak ditekuk sedikit, badan dibungkukkan sedikit.
- e) Mata melihat tertuju kepada bola.
- f) Kedua tangan dibuka dan dibengkokkan pada siku untuk menjaga keseimbangan.
- g) Pergelangan kaki sepak pada pada waktu menyepak dikencangkan.
- h) Bola disepak ke atas lurus melewati tinggi kepala.



**Gambar 5. Gerakan Sepak Sila  
(Sumber: Dokumentasi Pribadi)**

b) Sepak kuda

Sulaiman (2004: 19), menyatakan “sepak kuda atau sepak kura adalah sepakan dengan menggunakan kura kaki atau dengan punggung kaki”. Sepak kura digunakan untuk memainkan bola yang datangnya rendah dan kencang (keras) atau menyelamatkan bola dari serangan lawan, untuk bertahan atau menguasai

dalam usaha menyelamatkan bola dari serangan lawan supaya tidak jatuh. Teknik melakukan sepak kura atau sepak kuda adalah sebagai berikut:

- 1) Berdiri dengan kedua kaki terbuka selebar bahu.
- 2) Jarak badan terhadap bola kurang lebih sejauh panjang lengan, karena kaki pemukul pada posisi punggung kaki, sehingga cenderung kaki agak lurus.
- 3) Lutut kaki sepak dibengkokkan sedikit sambil ujung jari kaki mengarah kelantai, kaki tendang diangkat kearah bola yang datang.
- 4) Bola disentuh pada bagian bawahnya, dengan bagian atas kaki (punggung kaki).
- 5) Badan dibungkukan sedikit, kaki tumpu agak ditebuk.
- 6) Kedua tangan dibukak dan dibengkokkan pada siku untuk menjaga keseimbangan.
- 7) Bola disepak ke atas setinggi lutut.



**Gambar 6. Gerakan Sepak Kuda  
(Sumber: Dokumentasi Pribadi)**

c) Sepak cangkil

Darwis & Basa (1992: 66), menyatakan “sepak cangkil adalah menyepak bola dengan menggunakan kaki (jari kaki)”. Digunakan untuk mengambil bola yang jauh, rendah dan bola-bola yang liar pantulan dari *bloking*. Berikut ini adalah teknik melakukan sepak cangkil:

- 1) Pemain berdiri pada kedua kaki menghadap kedatangan bola.

- 2) Kedatangan bola yang cepat sehingga pemain tidak sempat melangkahkan kaki untuk berdiri dengan tempat bola akan jatuh. Oleh karena itu upaya terakhir dari pemain adalah dengan cara menjangkau dengan melangkahkan kaki kanan jauh ke depan untuk menyambut kedatangan bola yang hampir menyentuh lantai.
- 3) Ujung kaki khususnya jari kaki sangat berperan untuk mengangkat bola dengan “cungkilan”.
- 4) Fungsi sepak cungkil adalah sebagai upaya mengangkat bola yang hampir menyentuh tanah dan jatuh dari jangkauan kaki.



**Gambar 7. Gerakan Sepak Cukil  
(Sumber: Dokumentasi Pribadi)**

#### d) Menapak

Darwis & Basa (1992: 67), menyatakan “menapak adalah menyepak bola dengan menggunakan telapak kaki. Digunakan untuk: *smash* ke pihak lawan, menahan atau membloking *smash* dari pihak lawan dan menyelamatkan bola dekat net (jaring)”. Berikut ini adalah teknik melakukan menapak:

- 1) Pemain berdiri pada kedua kaki menghadap kedatangan bola.
- 2) Pemain melakukan lompatan dan ayunan kaki untuk menjangkau bola yang melambung di atas bibir net kemudian ditekan oleh telapak kaki sehingga bola akan jatuh di daerah lawan.
- 3) Fungsi menapak bola ini adalah sebagai alat serangan dengan cara menekan bola (umpan) yang berada di bibir net.



**Gambar 8. Gerakan Menapak  
(Sumber: Dokumentasi Pribadi)**

## 2) Main kepala

Main kepala merupakan memainkan bola menggunakan kepala, dengan tujuan untuk memberi umpan, smash ke lapangan lawan, atau menyerang balik. Teknik main kepala dapat menggunakan dahi maupun samping kanan kepala.



**Gambar 9. Gerakan *Heading*  
(Sumber: Dokumentasi Pribadi)**

### 3) Menghentikan dengan dada

Menghentikan dengan dada merupakan memainkan bola menggunakan dada. Menghentikan dengan dada digunakan untuk menerima serangan lawan dan heading menggunakan dada dan ditujukan untuk melakukan permainan selanjutnya. Thamrin (2008: 16), menyatakan teknik menghentikan dengan dada adalah sebagai berikut:

- a) Berdiri dengan kedua kaki, dan salah satu kaki agak kebelakang
- b) Badan dilentikkan sedikit kebelakang
- c) Mata melihat tertuju pada bola yang datang
- d) Bola disentuh dengan bagian dada
- e) Untuk menjaga kesinmbangan kedua tangan dibuka
- f) Bola yang datang diterima dengan dada diarahkan ke atas.



**Gambar 10. Gerakan Menghentikan dengan Dada  
(Sumber: Dokumentasi Pribadi)**

### 4) Memaha

Memaha merupakan teknik memainkan bola menggunakan paha dalam usaha mengontrol bola yang akan diterima. Memaha juga dapat digunakan untuk menahan, menerima, menyelamatkan dari serangan lawan serta membentuk dan menyusun serangan.



**Gambar 11. Gerakan Memaha  
(Sumber: Dokumentasi Pribadi)**

#### **4. Karakteristik Siswa SMP**

Anak SMP rata-rata berusia antara 12-15 tahun, dalam usia ini anak akan memasuki masa remaja. Untuk merumuskan sebuah definisi yang memadai tentang remaja tidaklah mudah, sebab kapan masa remaja berakhir dan kapan anak remaja tumbuh menjadi seorang dewasa tidak dapat ditetapkan secara pasti. Masa remaja merupakan peralihan dari fase anak-anak ke fase dewasa. Dewi (2012: 4) menyatakan bahwa fase masa remaja (pubertas) yaitu antara umur 12-19 tahun untuk putra dan 10-19 tahun untuk putri. Pembagian usia untuk putra 12-14 tahun termasuk masa remaja awal, 14-16 tahun termasuk masa remaja pertengahan, dan 17-19 tahun termasuk masa remaja akhir. Pembagian untuk putri 10-13 tahun termasuk remaja awal, 13-15 tahun termasuk remaja pertengahan, dan 16-19 tahun termasuk remaja akhir. Desmita (2009: 190)

menyatakan bahwa fase masa remaja (pubertas) yaitu antara umur 12-21 tahun, dengan pembagian 12-15 tahun termasuk masa remaja awal, 15-18 tahun termasuk masa remaja pertengahan, 18-21 tahun termasuk masa remaja akhir. Dengan demikian usia remaja dalam penelitian ini digolongkan sebagai fase remaja awal, karena memiliki rentang usia 12-15 tahun.

Desmita (2009: 36) mengungkapkan beberapa karakteristik siswa sekolah menengah pertama (SMP) antara lain: (1) terjadi ketidak seimbangan antara proporsi tinggi dan berat badan; (2) mulai timbul ciri-ciri seks sekunder; (3) kecenderungan ambivalensi, serta keinginan menyendiri dengan keinginan bergaul dan keinginan untuk bebas dari dominasi dengan kebutuhan bimbingan dan bantuan orang tua; (4) senang membandingkan kaedah-kaedah, nilai-nilai etika atau norma dengan kenyataan yang terjadi dalam kehidupan orang dewasa; (5) mulai mempertanyakan secara *skeptic* mengenai eksistensi dan sifat kemurahan dan keadilan Tuhan; (6) reaksi dan ekspresi emosi masih labil; (7) mulai mengembangkan standar dan harapan terhadap perilaku diri sendiri yang sesuai dengan dunia sosial; dan (8) kecenderungan minat dan pilihan karier relatif sudah lebih jelas.

Masa remaja ditinjau dari rentang kehidupan manusia merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Sifat-sifat remaja sebagian sudah tidak menunjukkan sifat-sifat masa kanak-kanaknya, tetapi juga belum menunjukkan sifat-sifat sebagai orang dewasa. Izzaty (2013), menyatakan awal masa remaja berlangsung kira-kira dari 13 tahun sampai 16 tahun atau 17 tahun, dan akhir masa remaja bermula dari usia 16 tahun 17 tahun sampai 18 tahun, yaitu

usia matang secara hukum. Dengan demikian akhir masa remaja merupakan periode yang sangat singkat. Periodisasi remaja ini sifatnya relatif karena masing-masing ahli maupun Negara menggunakan pendekatan yang berbeda-beda.

Lebih lanjut Izzaty, (2013) menjelaskan ciri-ciri masa remaja sebagai berikut:

- a. Masa remaja sebagai periode penting, karena akibatnya yang langsung terhadap sikap dan perilaku dan akibat jangka panjangnya, juga akibat fisik dan akibat psikologis.
- b. Masa remaja sebagai periode peralihan, masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, sehingga mereka harus meninggalkan segala sesuatu yang bersifat kenak-kanakan serta mempelajari pola perilaku dan sikap baru untuk menggantikan perilaku dan sikap yang sudah ditinggalkan.
- c. Masa remaja sebagai periode perubahan, selama masa remaja terjadi perubahan fisik yang sangat pesat, juga perubahan perilaku dan sikap yang berlangsung pesat.
- d. Masa remaja sebagai masa mencari identitas, pada masa ini mereka mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas lagi dengan menjadi sama dengan teman-teman dalam segala hal, seperti pada masa sebelumnya.
- e. Usia bermasalah, Karena pada masa remaja pemecahan masalah sudah tidak seperti pada masa sebelumnya yang dibantu oleh orang tua dan gurunya.
- f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan/kesulitan, karena pada masa remaja sering timbul pandangan yang kurang baik atau bersifat negatif.
- g. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistis, pada masa ini remaja cenderung memandang dirinya dan orang lain sebagaimana adanya, lebih-lebih cita-citanya.
- h. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa, menjelang menginjak masa dewasa, mereka merasa gelisah untuk meninggalkan masa belasan tahunnya.

Siswa SMP biasanya berumur 13-15 tahun. Menurut Sukintaka (2004: 45), anak SMP mempunyai ciri-ciri tertentu diantaranya:

- a. Jasmani
  - 1) Laki-laki ataupun perempuan ada pertumbuhan memanjang.
  - 2) Membutuhkan pengaturan istirahat yang baik.

- 3) Sering menampilkan kecanggungan dan koordinasi yang kurang baik sering diperlihatkan.
  - 4) Merasa mempunyai ketahanan dan sumber energi.
  - 5) Mudah lelah, tetapi tidak dihiraukan.
  - 6) Kesiapan dan kematangan untuk keterampilan bermain menjadi baik
- b. Psikis atau mental
- 1) Banyak mengeluarkan energi dan fantasinya.
  - 2) Ingin menentukan pandangan hidupnya.
- c. Sosial
- 1) Ingin tetap diakui oleh kelompoknya.
  - 2) Persekawanan yang tetap makin berkembang.

Siswa SMP sebagai peserta didik dinyatakan sebagai individu yang berada pada tahap yang tidak jelas dalam proses perkembangannya. Ternyata dari hasil ketidakjelasan tersebut diakibatkan karena sedang ada pada periode transisi yakni dari periode anak-anak menuju remaja. Berdasarkan pendapat di atas dapat diketahui bahwa anak usia Sekolah Menengah Pertama (SMP) termasuk dalam taraf masa perkembangan atau berada pada masa remaja usia 12-15 tahun. Masa remaja ini merupakan perubahan menuju masa dewasa yang pada usia ini terjadi perubahan yang menonjol pada diri anak baik perubahan fisik maupun pola berpikir.

## **B. Penelitian yang Relevan**

Penelitian yang relevan adalah suatu penelitian terdahulu yang hampir sama dengan penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang relevan digunakan untuk mendukung dan memperkuat teori yang sudah ada, di samping itu dapat digunakan sebagai pedoman/pendukung dari kelancaran penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Purnama (2016) dengan judul “Motivasi Mengikuti Permainan Bola Basket dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Olahraga dan Kesehatan Peserta Didik Putri Kelas XI SMA Negeri 2 Wonogiri Jawa Tengah”. Metode yang digunakan adalah metode survei. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah metode survei. Populasi penelitian ini adalah seluruh peserta didik putri kelas XI SMA Negeri 2 Wonogiri yang berjumlah 252 peserta didik. Sampel penelitian adalah peserta didik putri kelas XI SMA Negeri 2 Wonogiri, Jawa tengah. Teknik sampling yang digunakan adalah random sampling. Dari teknik tersebut diperoleh sebanyak 68 peserta didik putri. Instrumen yang digunakan adalah angket. Teknik analisis yang dilakukan adalah menuangkan frekuensi ke dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi mengikuti permainan bola basket adalah rendah. Hal tersebut berdasarkan frekuensi terbanyak pada kategori rendah sebanyak 23 peserta didik atau 33,82%. Motivasi mengikuti permainan bola basket yang berkategori sangat tinggi sebanyak 6 orang atau 5,88%, tinggi sebanyak 22 orang atau 32,35%, sedang sebanyak 16 orang atau 23,53%, rendah sebanyak 23 orang atau 33,82%, dan sangat rendah sebanyak 3 orang atau 4,41%.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Murti (2013) yang berjudul “Motivasi Siswa Kelas VII SMP 1 Sentolo dalam Mengikuti Pembelajaran Renang Tahun Ajaran 2012/2013”: Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa siswi kelas VII Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Sentolo yang terdiri dari empat kelas, dengan jumlah 127 siswa. Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah kuesioner/angket. Teknik analisis

data menggunakan analisis deskriptif yang dijabarkan dalam bentuk persentase Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi siswa kelas VII Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Sentolo berkategori tinggi, diketahui sebanyak 3 siswa (2,36%) mempunyai motivasi dengan kategori sangat tinggi, sebanyak 45 siswa (35,43%) mempunyai motivasi dengan kategori tinggi. Sebanyak 45 siswa (35,43%) mempunyai motivasi dengan kategori sedang, dan 23 siswa (18,11%) mempunyai motivasi dengan kategori rendah dan 11 siswa (8,67%) dengan kategori sangat rendah. Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran renang tahun ajaran 2012/2013 dengan kategori tinggi.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Suntono (2015) yang berjudul “Motivasi Siswa SMK Diponegoro Depok dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Sepak Takraw Tahun 2015/2016”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat motivasi siswa SMK Diponegoro Depok dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif menggunakan metode survei. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMK Diponegoro Depok yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw berjumlah 42 siswa. Instrumen yang digunakan skala *likert*, dengan uji reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dan memperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0.959. Uji validitas menggunakan rumus *product moment* dari *Karl Pearson* dengan butir pernyataan semula 45 butir dan gugur 6 butir pernyataan, sehingga butir pernyataan yang sah adalah 39 butir. Analisis data digunakan analisis statistik deskriptif dengan

persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi siswa SMK Diponegoro Depok dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw terdiri atas faktor motivasi intrinsik dan faktor motivasi ekstrinsik. Diketahui motivasi intrinsik siswa berada pada kategori sedang sebesar (40,48%), dan motivasi ekstrinsik siswa berada pada kategori sedang sebesar (38,10%). Sedangkan motivasi keseluruhan siswa pada kategori sangat tinggi sebesar (7,14%), pada kategori tinggi sebesar (19,05%), pada kategori sedang sebesar (45,24%), pada kategori rendah sebesar (23,8%), dan pada kategori sangat rendah sebesar (4,76%). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat motivasi siswa SMK Diponegoro Depok dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw secara keseluruhan berada pada kategori sedang (45,24%)

### **C. Kerangka Berpikir**

Motivasi merupakan faktor yang sangat mempengaruhi seseorang dalam melakukan suatu kegiatan terhadap tujuan yang ingin dicapainya. Siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw dipengaruhi oleh unsur intrinsik dan ekstrinsik yang sangat berpengaruh pada individu tersebut. Setiap individu memiliki motivasi yang berbeda-beda dalam memilih kegiatan atau aktivitas tertentu. Timbulnya motivasi menyebabkan individu akan mempunyai semangat untuk melaksanakan segala aktivitas dalam mencapai tujuan baik motivasi murni yang berasal dari diri sendiri, misalnya keinginan untuk mendapatkan keterampilan tertentu, mengembangkan sikap untuk berhasil dan keinginan untuk diterima di kelompok lain maupun motivasi ekstrinsik yang berasal dari luar

individu itu sendiri yang disebabkan oleh beberapa faktor-faktor dari luar situasi belajar, seperti: hadiah, medali, persaingan, ejekan, dan hukuman.

Siswa memiliki peran sebagai penerus bangsa dan tentunya berpengaruh secara nyata pada kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan di dalam maupun di luar sekolah. Banyak sekolah yang mengadakan banyak kegiatan ekstrakurikuler sebagai bentuk nyata untuk mendukung kegiatan positif. Dengan diadakannya ekstrakurikuler diharapkan dapat mewartakan minat dan bakat siswa untuk memperoleh pengalaman dan pengetahuan yang bermanfaat bagi kehidupannya.

Para siswa yang menentukan pilihan kegiatan ekstrakurikuler ini disebabkan oleh motivasi dan motivasi ini dipengaruhi oleh banyak faktor. Motivasi yang timbul ini dapat disebabkan oleh motivasi intrinsik atau motivasi ekstrinsik. Kedua motivasi ini memiliki peran dalam pembentukan motivasi siswa. Keikutsertaan siswa dalam memilih kegiatan ekstrakurikuler khususnya ekstrakurikuler sangat besar dipengaruhi oleh adanya motivasi, baik dari dalam atau luar siswa itu. Untuk itu diharapkan para siswa memiliki tingkat motivasi yang tinggi dari dalam (intrinsik) maupun dari luar (ekstrinsik), sehingga minat para siswa untuk memilih dan menjalani kegiatan ekstrakurikuler akan tinggi juga. Motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se- Kabupaten Bantul akan diukur menggunakan angket, berdasarkan faktor intrinsik dan ekstrinsik.

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Jenis Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Sugiyono (2013: 147), menyatakan bahwa penelitian deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen yang berupa angket tertutup. Sesuai dengan tujuan penelitian yang telah ditetapkan, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul.

### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri se- Kabupaten Bantul yang terdiri atas 7 sekolah. Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret 2020.

### **C. Populasi dan Sampel Penelitian**

#### **1. Populasi**

Siyoto & Sodik (2015: 64) menyatakan bahwa populasi adalah merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari objek/subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian adalah peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul yang berjumlah 47 sekolah. Rincian SMP Negeri se-Kabupaten Bantul dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 1. Data Populasi Penelitian**

No	Nama Sekolah	No	Nama Sekolah
1	Smp 2 Pundong	25	Smp Negeri 2 Jetis
2	Smp N 4 Pandak	26	Smp Negeri 2 Kasihan
3	Smp Negeri 1 Bambanglipuro	27	Smp Negeri 2 Kretek
4	Smp Negeri 1 Banguntapan	28	Smp Negeri 2 Pajangan
5	Smp Negeri 1 Bantul	29	Smp Negeri 2 Pandak
6	Smp Negeri 1 Dlingo	30	Smp Negeri 2 Piyungan
7	Smp Negeri 1 Imogiri	31	Smp Negeri 2 Pleret
8	Smp Negeri 1 Jetis	32	Smp Negeri 2 Sanden
9	Smp Negeri 1 Kasihan	33	Smp Negeri 2 Sedayu
10	Smp Negeri 1 Kretek	34	Smp Negeri 2 Sewon
11	Smp Negeri 1 Pajangan	35	Smp Negeri 2 Srandakan
12	Smp Negeri 1 Pandak	36	Smp Negeri 3 Banguntapan
13	Smp Negeri 1 Piyungan	37	Smp Negeri 3 Bantul
14	Smp Negeri 1 Pleret	38	Smp Negeri 3 Imogiri
15	Smp Negeri 1 Pundong	39	Smp Negeri 3 Jetis
16	Smp Negeri 1 Sanden	40	Smp Negeri 3 Kasihan
17	Smp Negeri 1 Sedayu	41	Smp Negeri 3 Pajangan
18	Smp Negeri 1 Sewon	42	Smp Negeri 3 Pandak
19	Smp Negeri 1 Srandakan	43	Smp Negeri 3 Pleret
20	Smp Negeri 2 Bambanglipuro	44	Smp Negeri 3 Sewon
21	Smp Negeri 2 Banguntapan	45	Smp Negeri 4 Banguntapan
22	Smp Negeri 2 Bantul	46	Smp Negeri 4 Sewon
23	Smp Negeri 2 Dlingo	47	Smp Negeri 5 Banguntapan
24	Smp Negeri 2 Imogiri		

## 2. Sampel Penelitian

Siyoto & Sodik (2015: 64) menyatakan bahwa sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, ataupun bagian kecil dari anggota populasi yang diambil menurut prosedur tertentu, sehingga dapat mewakili populasinya. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling*. Sugiyono (2011: 85) menyatakan *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Kriteria dalam penentuan sampel ini meliputi: (1) sekolah yang mengadakan ekstrakurikuler sepak takraw, (2) siswa yang masih aktif mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw. Berdasarkan

hal tersebut, maka sampel penelitian ini yaitu peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul yang berjumlah 82 siswa dari 7 sekolah. Daftar sekolah dasar yang akan dilakukan penelitian yaitu:

**Tabel 2. Data Sampel Penelitian**

No	Nama Sekolah	Siswa		Jumlah
		Putra	Putri	
1	SMP Negeri 1 Jetis	11	0	11
2	SMP Negeri 2 Jetis	13	4	17
3	SMP Negeri 2 Imogiri	8	6	14
4	SMP Negeri 3 Imogiri	8	4	12
5	SMP Negeri 1 Bantul	9	0	9
6	SMP Negeri 3 Banguntapan	8	0	8
7	SMP Negeri 1 Kretek	9	2	11
<b>Jumlah</b>		<b>65</b>	<b>16</b>	<b>82</b>

#### **D. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se- Kabupaten Bantul. Definisi operasionalnya yaitu dorongan yang muncul baik dari dalam atau dari luar diri siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se- Kabupaten Bantul yang tercermin dengan angket 39 butir pernyataan.

#### **E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data**

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

Instrumen atau alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket tertutup. Arikunto (2010: 168), menyatakan bahwa 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 empat pilihan jawaban yaitu:

**Tabel 3. Alternatif Jawaban Angket**

Pernyataan	Alternatif Pilihan			
	SS	S	TS	STS
Positif	4	3	2	1
Negatif	1	2	3	4

Penyusunan instrumen diungkapkan Hadi (1991: 9), digunakan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Mendefinisikan konstruk. Konstruk dalam penelitian ini adalah motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se- Kabupaten Bantul.
- b. Menyidik faktor. Menyidik faktor adalah tahap yang bertujuan menandai faktor-faktor yang akan diteliti. Faktor motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se- Kabupaten Bantul yaitu faktor intrinsik dan ekstrinsik.
- c. Menyusun butir-butir instrumen. Menyusun butir-butir pertanyaan, maka faktor-faktor tersebut di atas dijabarkan menjadi kisi-kisi angket. Setelah itu dikembangkan dalam butir-butir pertanyaan. Butir pertanyaan dalam angket tersebut yang akan digunakan untuk memperoleh data mengenai motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se- Kabupaten Bantul.
- d. Instrumen ini selanjutnya dikonsultasikan kepada ahli atau dosen pembimbing guna memperoleh masukan dari dosen pembimbing atau ahli. Selanjutnya mengadakan perbaikan instrumen sesuai masukan dari dosen pembimbing atau ahli. Sesudah melakukan serangkaian konsultasi dan diskusi mengenai instrumen penelitian yang digunakan (angket penelitian), maka instrumen

tersebut dinyatakan layak dan siap untuk digunakan dalam mengambil data-data penelitian. Instrumen dalam penelitian ini diadopsi dari penelitian Sunto (2015) dengan validitas sebesar 0,842 dan reliabilitas sebesar 0,952. Kisi-kisi instrumen sebagai berikut:

**Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen**

Variabel	Faktor	Indikator	Butir Soal		Σ
			+	-	
<b>Motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul</b>	Intrinsik	Kesehatan	1, 2, 3,	4	4
		Bakat	5, 6, 7	8	4
		Perhatian	9, 10	11, 12	4
		Minat	15, 17, 18, 19	13, 14, 16	7
	Ekstrinsik	Metode Melatih	20, 21	22	3
		Lingkungan	23, 24, 25, 26, 27, 29, 30, 31	28, 32, 33	11
		Alat Latihan	34, 35	36	3
		Waktu	37, 38	39	3
<b>Jumlah</b>			<b>39</b>		

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah dengan pemberian angket kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian. Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut: (1) Peneliti meminta surat izin penelitian dan koordinasi, (2) Peneliti mencari data peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul, (3) Peneliti menyebarkan angket kepada responden, (4) Selanjutnya peneliti mengumpulkan angket dan melakukan transkrip atas hasil pengisian angket, (5) Setelah memperoleh data penelitian data diolah menggunakan analisis statistik kemudian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

## F. Validitas dan Reliabilitas

Penelitian ini tidak menggunakan uji coba instrumen, karena dalam penelitian ini teknik yang digunakan adalah teknik *one shoot*. Pendapat Ghazali (2011: 48), “*One shoot* atau pengukuran sekali saja, pengukurannya hanya sekali dan kemudian hasilnya dibandingkan dengan pernyataan lain atau mengukur jawaban antar pernyataan.” Hasil analisis sebagai berikut.

### 1. Uji Validitas

Arikunto (2010: 96) bahwa “validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen”. Nilai  $r_{xy}$  yang diperoleh akan dikonsultasikan dengan harga *product moment* ( $df = n-1$ ) pada pada taraf signifikansi 0,05 (Ananda & Fadli, 2018: 122). Jika  $r_{xy} > r_{tab}$  maka item tersebut dinyatakan valid. Perhitungannya menggunakan SPSS 20. Hasil uji validitas instrumen pada tabel 4 sebagai berikut.

**Tabel 4. Hasil Uji Validitas Instrumen**

<b>Butir</b>	<b>r hitung</b>	<b>r tabel (df 81;5%)</b>	<b>Keterangan</b>
<b>01</b>	0,747	0,216	Valid
<b>02</b>	0,611	0,216	Valid
<b>03</b>	0,468	0,216	Valid
<b>04</b>	0,809	0,216	Valid
<b>05</b>	0,541	0,216	Valid
<b>06</b>	0,796	0,216	Valid
<b>07</b>	0,848	0,216	Valid
<b>08</b>	0,834	0,216	Valid
<b>09</b>	0,821	0,216	Valid
<b>10</b>	0,520	0,216	Valid
<b>11</b>	0,809	0,216	Valid
<b>12</b>	0,825	0,216	Valid
<b>13</b>	0,793	0,216	Valid
<b>14</b>	0,827	0,216	Valid
<b>15</b>	0,533	0,216	Valid
<b>16</b>	0,792	0,216	Valid
<b>17</b>	0,647	0,216	Valid

Lanjutan Tabel 4.			
18	0,749	0,216	Valid
19	0,652	0,216	Valid
20	0,607	0,216	Valid
21	0,694	0,216	Valid
22	0,714	0,216	Valid
23	0,734	0,216	Valid
24	0,572	0,216	Valid
25	0,568	0,216	Valid
26	0,546	0,216	Valid
27	0,643	0,216	Valid
28	0,679	0,216	Valid
29	0,629	0,216	Valid
30	0,707	0,216	Valid
31	0,640	0,216	Valid
32	0,574	0,216	Valid
33	0,610	0,216	Valid
34	0,778	0,216	Valid
35	0,807	0,216	Valid
36	0,705	0,216	Valid
37	0,778	0,216	Valid
38	0,785	0,216	Valid
39	0,797	0,216	Valid

Berdasarkan hasil analisis, menunjukkan bahwa dari 39 butir semua butir valid. Hal tersebut dikarenakan  $r_{hitung} > r_{tabel}$ .

## 2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas instrumen mengacu pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2010: 41). Analisis keterandalan butir hanya dilakukan pada butir yang dinyatakan sah saja dan bukan semua butir yang belum diuji. Untuk memperoleh reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* (Arikunto, 2010: 47). Berdasarkan hasil analisis, hasil uji reliabilitas instrumen pada tabel 6 sebagai berikut:

**Tabel 6. Hasil Uji Reliabilitas**

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,973	39

### G. Teknik Analisis Data

Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data sehingga data-data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. Widoyoko (2014: 238) menyatakan bahwa untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) ideal pada tabel 7 sebagai berikut:

**Tabel 7. Norma Penilaian**

No	Interval	Kategori
1	$Mi + 1,8 Sbi < X$	Sangat Tinggi
2	$Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$	Tinggi
3	$Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$	Cukup
4	$Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$	Rendah
5	$X \leq Mi - 1,8 Sbi$	Sangat Rendah

(Sumber: Widoyoko, 2014: 238)

Keterangan:

$M$  : nilai rata-rata (*mean*)

$X$  : skor

$S$  : *standar deviasi*

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase. Rumus sebagai berikut (Sudijono, 2015: 40):

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

Keterangan:

P = persentase yang dicari (frekuensi relatif)

F = frekuensi

N = jumlah responden

(Sumber: Sudijono, 2015: 40)

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menggambarkan data yaitu motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul, yang diungkapkan dengan angket yang berjumlah 39 butir, dan terbagi dalam dua faktor, yaitu faktor instrinsik dan ekstrinsik. Hasil analisis motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul disajikan sebagai berikut:

Deskriptif statistik data hasil penelitian motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul didapat skor terendah (*minimum*) 78,00, skor tertinggi (*maksimum*) 166,00, rerata (*mean*) 126,15, nilai tengah (*median*) 130,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 150,00, *standar deviasi* (SD) 19,56. Hasil selengkapnya pada tabel 8 sebagai berikut:

**Tabel 8. Deskriptif Statistik Motivasi Siswa dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Sepak Takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul**

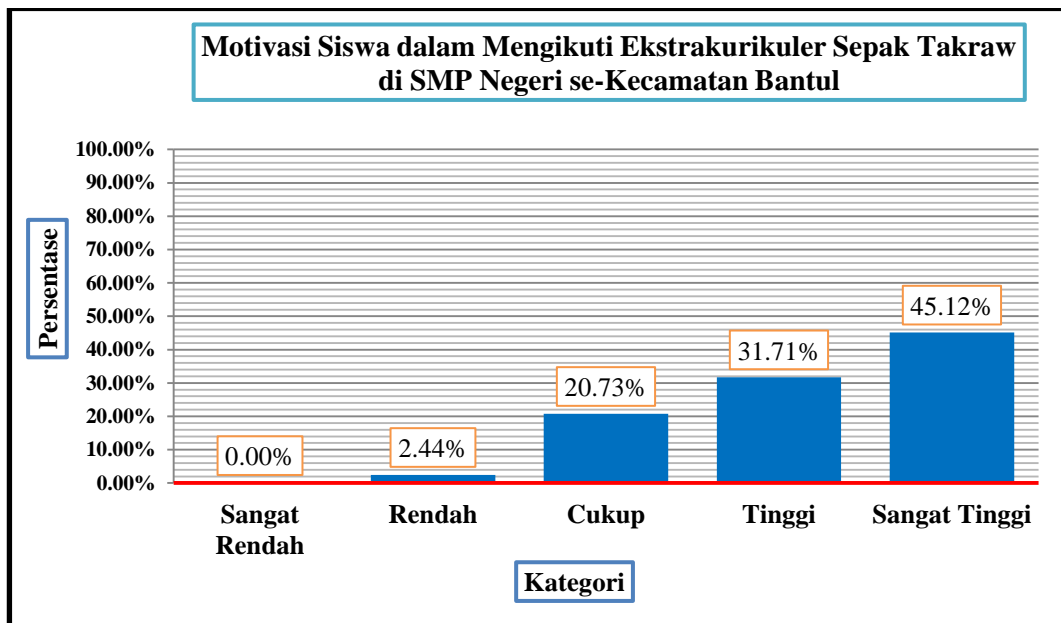
Statistik	
<i>N</i>	82
<i>Mean</i>	126.15
<i>Median</i>	130.00
<i>Mode</i>	150.00
<i>Std, Deviation</i>	19.56
<i>Minimum</i>	78.00
<i>Maximum</i>	166.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul disajikan pada tabel 9 sebagai berikut:

**Tabel 9. Norma Penilaian Motivasi Siswa dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Sepak Takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$133 < X$	Sangat Tinggi	37	45.12%
2	$109 < X \leq 133$	Tinggi	26	31.71%
3	$85 < X \leq 109$	Cukup	17	20.73%
4	$61 < X \leq 85$	Rendah	2	2.44%
5	$X \leq 61$	Sangat Rendah	0	0.00%
<b>Jumlah</b>			<b>82</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 9 tersebut di atas, motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul dapat disajikan pada gambar 12 sebagai berikut:



**Gambar 12. Diagram Batang Motivasi Siswa dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Sepak Takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul**

Berdasarkan tabel 9 dan gambar 12 di atas menunjukkan bahwa motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 siswa), “rendah” sebesar 2,44% (2 siswa), “cukup” sebesar 20,73% (17 siswa), “tinggi” sebesar 31,71% (26 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 45,12% (37 siswa).

## 1. Faktor Intrinsik

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor instrinsik didapat skor terendah (*minimum*) 38,00, skor tertinggi (*maksimum*) 79,00, rerata (*mean*) 61,76, nilai tengah (*median*) 63,50, nilai yang sering muncul (*mode*) 71,00, *standar deviasi* (SD) 9,37. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 10 sebagai berikut:

**Tabel 10. Deskriptif Statistik Motivasi berdasarkan Faktor Instrinsik**

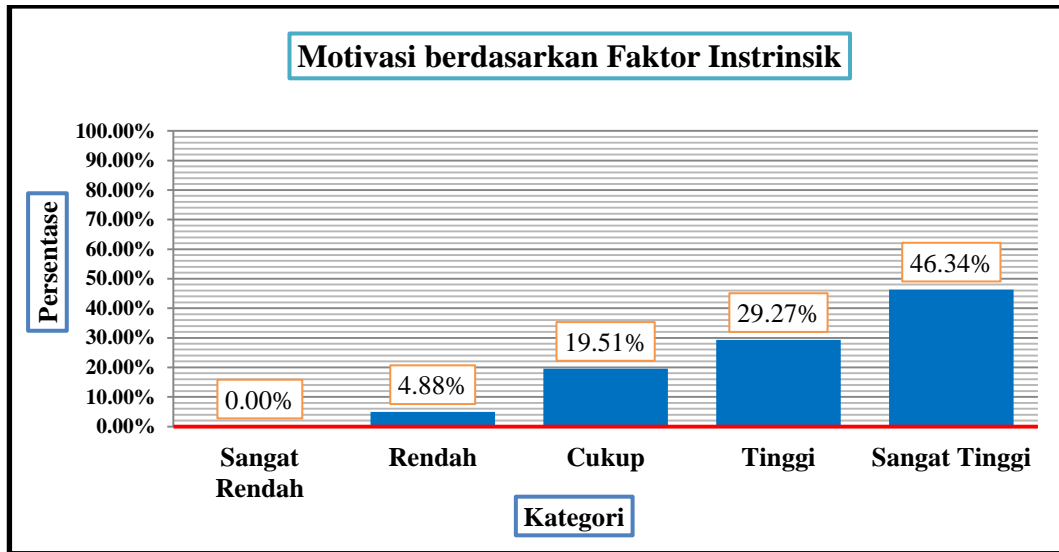
Statistik	
<i>N</i>	82
<i>Mean</i>	61.76
<i>Median</i>	63.50
<i>Mode</i>	71.00
<i>Std, Deviation</i>	9.37
<i>Minimum</i>	38.00
<i>Maximum</i>	79.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor instrinsik disajikan pada tabel 11 sebagai berikut:

**Tabel 11. Norma Penilaian Motivasi berdasarkan Faktor Instrinsik**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$65 < X$	Sangat Tinggi	38	46.34%
2	$53 < X \leq 65$	Tinggi	24	29.27%
3	$41 < X \leq 53$	Cukup	16	19.51%
4	$29 < X \leq 41$	Rendah	4	4.88%
5	$X \leq 29$	Sangat Rendah	0	0.00%
Jumlah			82	100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 11 tersebut di atas, motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor instrinsik dapat disajikan pada gambar 13 sebagai berikut:



**Gambar 13. Diagram Batang Motivasi berdasarkan Faktor Instrinsik**

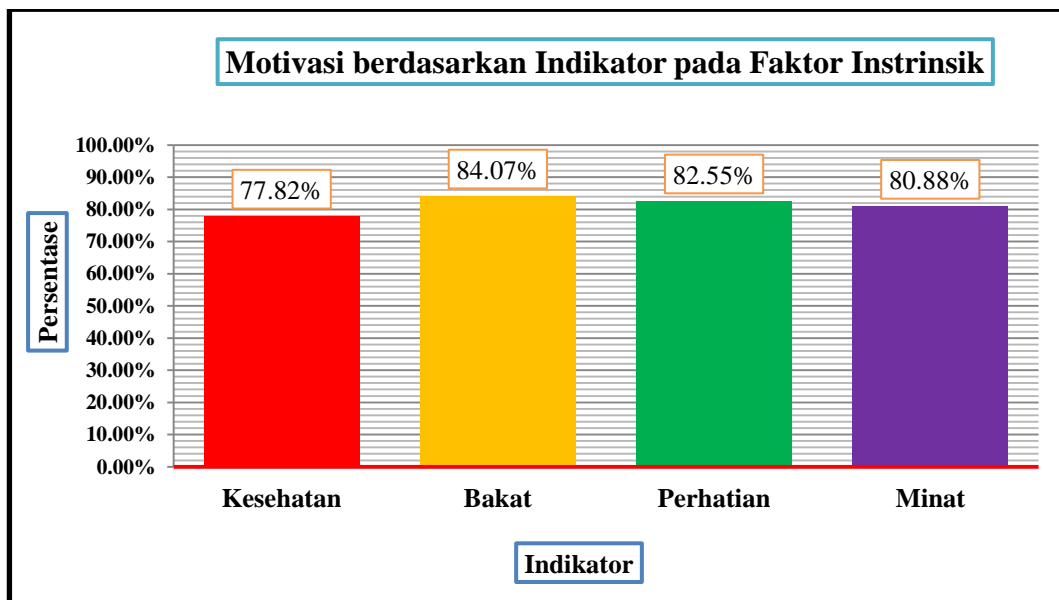
Berdasarkan tabel 11 dan gambar 13 di atas menunjukkan bahwa motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor instrinsik berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 siswa), “rendah” sebesar 4,88% (4 siswa), “cukup” sebesar 19,51% (16 siswa), “tinggi” sebesar 29,27% (24 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 46,34% (38 siswa).

Rincian mengenai motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul berdasarkan indikator pada faktor instrinsik dapat dilihat pada tabel 12 sebagai berikut:

**Tabel 12. Persentase Motivasi berdasarkan Indikator pada Faktor Instrinsik**

Indikator	Skor Riil	Skor Maks	%	Kategori
Kesehatan	1021	1312	77.82%	Tinggi
Bakat	1103	1312	84.07%	Sangat Tinggi
Perhatian	1083	1312	82.55%	Sangat Tinggi
Minat	1857	2296	80.88%	Tinggi

Motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul berdasarkan indikator pada faktor instrinsik dapat disajikan pada gambar 14 sebagai berikut:



**Gambar 14. Diagram Batang Persentase Motivasi berdasarkan Indikator pada Faktor Instrinsik**

Berdasarkan tabel 12 dan gambar 14 di atas menunjukkan bahwa persentase motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul berdasarkan indikator kesehatan dengan persentase sebesar 77,82% masuk kategori tinggi, bakat sebesar 84,07% masuk kategori sangat tinggi, perhatian sebesar 82,55% masuk kategori sangat tinggi, dan minat sebesar 80,88% masuk kategori tinggi.

## 2. Faktor Ekstrinsik

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor ekstrinsik didapat skor terendah (*minimum*) 40,00, skor tertinggi (*maksimum*) 87,00, rerata (*mean*) 64,39, nilai tengah (*median*) 67,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 54,00, *standar deviasi* (SD) 10,52. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 13 sebagai berikut:

**Tabel 13. Deskriptif Statistik Motivasi berdasarkan Faktor Ekstrinsik**

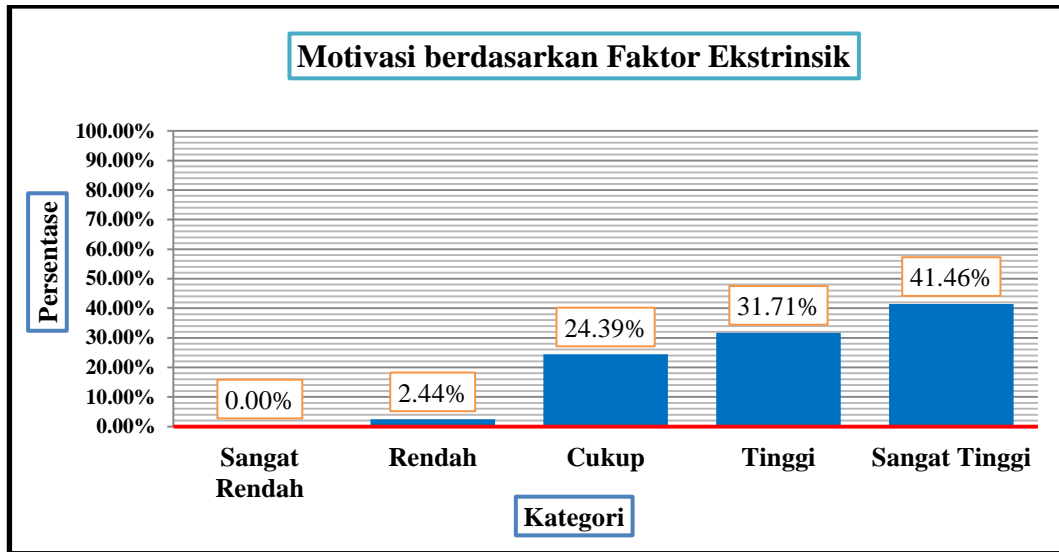
Statistik	
<i>N</i>	82
<i>Mean</i>	64.39
<i>Median</i>	67.00
<i>Mode</i>	54.00 <sup>a</sup>
<i>Std, Deviation</i>	10.52
<i>Minimum</i>	40.00
<i>Maximum</i>	87.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor ekstrinsik disajikan pada tabel 14 sebagai berikut:

**Tabel 14. Norma Penilaian Motivasi berdasarkan Faktor Ekstrinsik**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$68 < X$	Sangat Tinggi	34	41.46%
2	$56 < X \leq 68$	Tinggi	26	31.71%
3	$44 < X \leq 56$	Cukup	20	24.39%
4	$32 < X \leq 44$	Rendah	2	2.44%
5	$X \leq 32$	Sangat Rendah	0	0.00%
<b>Jumlah</b>			<b>82</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 14 tersebut di atas, motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor ekstrinsik dapat disajikan pada gambar 15 sebagai berikut:



**Gambar 15. Diagram Batang Motivasi berdasarkan Faktor Ekstrinsik**

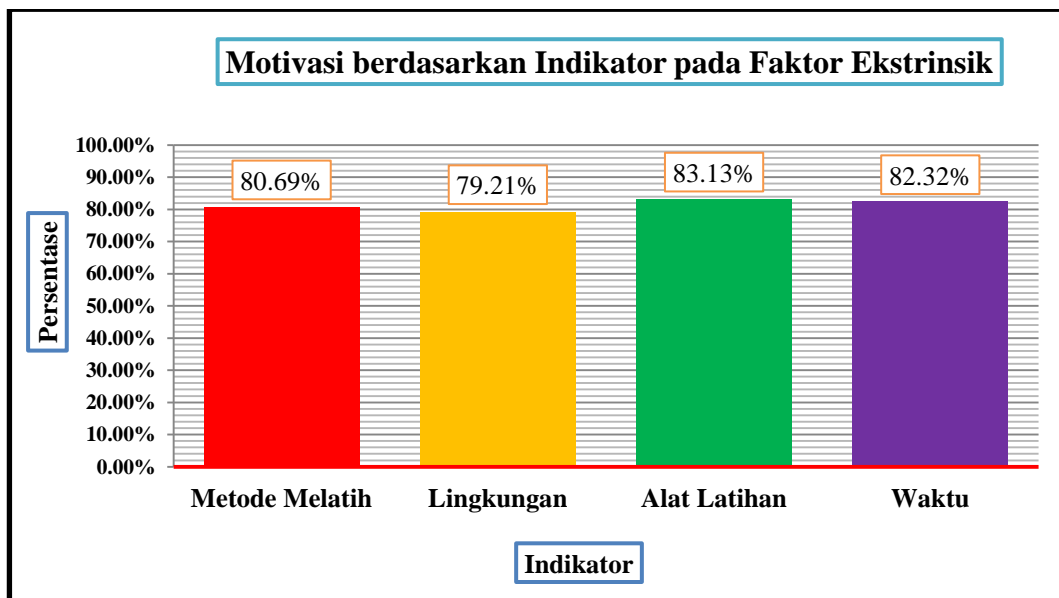
Berdasarkan tabel 14 dan gambar 15 di atas menunjukkan bahwa motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor ekstrinsik berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 siswa), “rendah” sebesar 2,44% (2 siswa), “cukup” sebesar 24,39% (20 siswa), “tinggi” sebesar 31,71% (26 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 41,46% (34 siswa).

Rincian mengenai motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul berdasarkan indikator pada faktor ekstrinsik dapat dilihat pada tabel 15 sebagai berikut:

**Tabel 15. Persentase Motivasi berdasarkan Indikator pada Faktor Ekstrinsik**

Indikator	Skor Riil	Skor Maks	%	Kategori
Metode Melatih	794	984	80.69%	Tinggi
Lingkungan	2858	3608	79.21%	Tinggi
Alat Latihan	818	984	83.13%	Sangat Tinggi
Waktu	810	984	82.32%	Sangat Tinggi

Motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul berdasarkan indikator pada faktor ekstrinsik dapat disajikan pada gambar 16 sebagai berikut:



**Gambar 16. Diagram Batang Persentase Motivasi berdasarkan Indikator pada Faktor Ekstrinsik**

Berdasarkan tabel 15 dan gambar 16 di atas menunjukkan bahwa persentase motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul berdasarkan indikator metode melatih dengan persentase sebesar 80,69% masuk kategori tinggi, lingkungan sebesar 79,21% masuk kategori tinggi, alat latihan sebesar 83,13% masuk kategori sangat tinggi, dan waktu sebesar 82,32% masuk kategori sangat tinggi.

## **B. Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul dalam kategori cukup. Secara rinci yaitu paling banyak pada kategori sangat tinggi ada 37 siswa atau 45,12%, selanjutnya kategori tinggi ada 31,71% atau 26 siswa, dan cukup ada 7 siswa atau 20,73%. Berdasarkan hal tersebut menunjukkan bahwa motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul cenderung tinggi.

Adanya motivasi berprestasi yang tinggi, atlet akan menjalankan program latihan yang diberikan dengan sungguh-sungguh dan disiplin tinggi. Atlet juga memiliki rasa percaya diri terlihat dari keyakinan untuk memenangkan pertandingan. Ini terkait dengan upaya mempertahankan kendali emosi, konsentrasi dan membuat keputusan yang tepat, mampu untuk membagi konsentrasi kepada beberapa keadaan sekaligus. Dengan adanya kematangan dalam persiapan, mereka lebih memiliki harapan untuk sukses. Selain itu atlet juga mampu mengatasi tekanan yang dihadapi, baik saat latihan maupun pertandingan, serta mampu mengendalikan diri saat gagal (Satiadarma, 2000: 67).

Tingginya motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul tentunya dipengaruhi oleh beberapa hal. Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi menurut teori kebutuhan yang diungkap oleh Abraham Maslow dalam Gunarsa (2008: 188) adalah bahwa

manusia termotivasi untuk bertingkah laku karena ingin memenuhi bermacam-macam kebutuhan, salah satunya prestasi dalam olahraga. Ali (2011: 63) menyatakan dalam kegiatan olahraga, motivasi mempunyai peranan dalam terselenggaranya suatu bentuk kegiatan baik itu dalam periode latihan maupun dalam pertandingan lainnya. Motivasi dalam berolahraga akan sangat menentukan seseorang untuk mencapai kesegaran jasmani. Karena dari motivasi itu akan timbul disiplin berolahraga. Motivasi dalam berolahraga juga merupakan aspek psikologis yang banyak dibicarakan dan sangat menarik perhatian para ahli psikologi. Kebutuhan psikologis seseorang menimbulkan dorongan intrinsik dan ekstrinsik untuk bertingkah laku dalam mencapai tujuan tersebut. Kuatnya dorongan ini ditentukan oleh kadar kebutuhan yang melekat pada seseorang, jika tujuannya tercapai, ia merasa puas. Jika tidak tercapai ia bisa mengalami frustrasi. Semua itu tidak terlepas dari motivasi dan dorongan dari dalam.

#### 1. Motivasi Intrinsik

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor intrinsik berada pada kategori tinggi. Motivasi intrinsik sangat menentukan atlet dalam memutuskan dirinya untuk terus berpartisipasi dalam olahraga yang digelutinya. Bagi atlet yang memiliki motivasi intrinsik aktivitasnya dilakukan secara sukarela, penuh kesenangan, dan kepuasan, sehingga atlet merasa kompeten dengan apa yang dilakukannya (Komarudin, 2015: 25). Selanjutnya Komarudin (2015: 26) menjelaskan bahwa “motivasi intrinsik berfungsi karena adanya dorongan-dorongan yang berasal dari dalam diri

individu sendiri. Atlet berusaha untuk semakin meningkatkan kepintarannya, kemampuannya, dan keterampilannya karena hal tersebut akan memberikan kepuasan kepada dirinya”. Semakin kuat motivasi intrinsik yang dimiliki oleh seseorang, semakin besar kemungkinan atlet memperlihatkan tingkah laku yang kuat untuk mencapai tujuan. Motivasi intrinsik juga dapat diperoleh melalui proses belajar. Dengan proses belajar seseorang akan meniru terhadap tingkah laku orang lain yang menghasilkan kepuasan yang menyenangkan.

Menurut Mylsidayu (2015: 27-28) motivasi intrinsik bersumber dari dalam diri individu itu sendiri untuk melakukan aktivitas olahraga. Motivasi intrinsik bersifat permanen, mandiri, dan stabil karena dorongan berasal dari dalam, kondisi kejiwaan orang tersebut, yang akan menentukan kuat atau tidaknya motivasi dan berlangsung lama atau tidaknya motivasi tersebut. Motivasi intrinsik terbagi menjadi dua, yaitu (1) motivasi intrinsik positif keinginan untuk tumbuh dan berkembang, mengekspresikan diri, seperti ingin karier dalam berolahraga lebih baik, dan aktualisasi diri. (2) motivasi intrinsik negatif, karena tekanan, ancaman, ketakutan, dan kekhawatiran seperti takut tertinggal dengan teman-teman yang lain dalam tim. Ketika anak didik/atlet merasa senang dan puas atas keterlibatan dalam aktivitas olahraga maka anak didik/atlet tersebut termotivasi secara intrinsik. Ciri-ciri atlet yang memiliki motivasi intrinsik, antara lain: (1) berorientasi pada kepuasan dalam dirinya (2) biasanya tekun, rajin, kerja keras, teratur, disiplin dalam latihan (3) tidak suka bergantung pada orang lain (4) aktivitas lebih permanen; dan (5) memiliki karakteristik kepribadian yang positif, matang, jujur, dan lain-lain.

Menurut Suyono & Hariyanto (2015: 185) disebut sebagai motivasi intrinsik jika yang mendorong untuk bertindak atau berbuat sesuatu adalah nilai-nilai yang terkandung di dalam individu itu sendiri. Contohnya adalah bakat, hobi, sikap hidup, kepercayaan hidup, keyakinan diri, rasa ingin tahu/kuriositas, dan sebagainya. Menurut Hanafiah & Suhana (2012: 26) motivasi intrinsik adalah motivasi yang datangnya secara alamiah atau murni dari diri peserta didik itu sendiri sebagai wujud adanya kesadaran diri (*self awareness*) dari lubuk hati yang paling dalam.

## 2. Motivasi Ekstrinsik

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul berdasarkan faktor ekstrinsik berada pada kategori tinggi. Menurut Gunarsa (2008: 51) motivasi ekstrinsik adalah segala sesuatu yang diperoleh melalui pengamatan sendiri, ataupun melalui saran, anjuran atau dorongan dari orang lain. Faktor internal dapat mempengaruhi penampilan atau tingkah laku seseorang akan menampilkan penampilan dan tidak cepat putus asa dalam mencapai tujuannya. Menurut Mylsidayu (2015: 28) motivasi ekstrinsik bersumber dari luar individu untuk melakukan aktivitas olahraga. Sifatnya sementara, tergantung dan tidak stabil. Motivasi ekstrinsik terbagi menjadi dua, yakni (1) motivasi ekstrinsik positif, yakni berupa hadiah, iming-iming yang membangkitkan, niat untuk berbuat sesuatu, seperti bonus jika menang pertandingan, dan (2) motivasi ekstrinsik negatif, yakni sesuatu yang dipaksakan dari luar agar orang menghindar dari

sesuatu yang tidak diinginkan, seperti kena sanksi atau hukuman ketika terlambat masuk kelas /latihan.

Menurut Hanafiah & Suhana (2012: 27) Motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang datangnya disebabkan faktor-faktor di luar diri peserta didik, seperti adanya pemberian nasihat dari gurunya, hadiah (*reward*), kompetisi sehat antar peserta didik, hukuman (*punishment*), dan sebagainya. Menurut Suyono & Hariyanto (2015: 185) motivasi ekstrinsik adalah hal-hal di luar individu yang mendorong individu untuk melakukan sesuatu. Misalnya pengaruh orangtua, lingkungan social, kondisi geografis, keadaan ekonomi keluarga, adanya hadiah dan penghargaan, dan sebagainya.

Motivasi ekstrinsik adalah dorongan yang berasal dari luar individu yang menyebabkan individu berpartisipasi dalam olahraga. Dorongan ini berasal dari pelatih, orang tua, pembina, hadiah, sertifikat, penghargaan atau uang. “Motivasi ekstrinsik merupakan motivasi yang timbul karena adanya faktor luar yang mempengaruhi dirinya” (Komarudin, 2015: 27). Atlet berpartisipasi dalam aktivitas olahraga tidak didasari dengan kesenangan dan kepuasan, tetapi keterlibatan atlet dalam aktivitas itu didasari oleh keinginan untuk memperoleh sesuatu. Motivasi ekstrinsik merupakan keinginan untuk menampilkan suatu aktivitas karena adanya penghargaan dari luar dirinya.

Berdasarkan hasil temuan tersebut, masih ditemukan siswa yang kurang termotivasi dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul. Tentunya pelatih harus mempunyai strategi dalam meningkatkan motivasi siswa. Terkait dengan strategi motivasi tersebut Brewer

dalam Komaruddin (2015: 33-36) berpendapat ada beberapa strategi yang dapat diterapkan oleh seorang pelatih untuk meningkatkan motivasi atletnya, sebagai berikut:

a. Berikan Penguatan atau Umpan Balik

Teori *operant conditioning* menjelaskan bahwa perilaku bisa dipengaruhi dan dikendalikan dengan serangkaian manipulasi. Pelatih dapat memberikan penguatan umpan balik ketika atlet melakukan perilaku yang positif maupun negatif. Melalui prinsip umpan balik diharapkan atlet akan sungguh-sungguh menerima materi latihan yang disampaikan oleh pelatih. Hasil terbaik yang diperoleh atlet akan menjadi penguat positif, sedangkan atlet yang memperoleh hasil yang kurang baik akan merasa cemas dan takut.

b. Ciptakan Suasana yang Menyenangkan

Segala kegiatan yang dilakukan oleh atlet harus didasari oleh kesenangan, atlet harus senang melakukan aktivitas rutin yang menjadi tanggung jawabnya. Ketika melakukan latihan yang dijalani tidak jarang akan dijumpai atlet yang merasa jenuh dalam melakukan latihan tersebut. Untuk mengatasi hal tersebut pelatih dituntut untuk kreatif dalam menciptakan suasana yang menyenangkan dalam latihan seperti memberikan permainan saat latihan.

c. Melibatkan partisipasi pemain dalam membuat keputusan

Melibatkan atlet dalam membuat keputusan merupakan cara meningkatkan tanggung jawab atlet dalam memutuskan sesuatu terkait dengan peraturan dan strategi yang harus diterapkan oleh atlet. Ketika atlet diizinkan untuk terlibat dalam memutuskan strategi yang akan diterapkan maka atlet akan termotivasi

agar dapat menjadi lebih baik karena atlet merasa kemampuan yang dimilikinya mendapat pengakuan dari pelatih.

### **C. Keterbatasan Hasil Penelitian**

Kendatipun peneliti sudah berusaha keras memenuhi segala kebutuhan yang dipersyaratkan, bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kerendahan. Beberapa kelemahan dan kerendahan yang dapat dikemukakan di sini antara lain:

1. Pengumpulan data dalam penelitian ini hanya didasarkan pada hasil angket, sehingga dimungkinkan adanya unsur rendah objektif dalam pengisian angket. Selain itu dalam pengisian angket diperoleh adanya sifat responden sendiri seperti kejujuran dan ketakutan dalam menjawab responden tersebut dengan sebenarnya.
2. Saat pengambilan data penelitian yaitu saat penyebaran angket penelitian kepada responden, tidak dapat dipantau secara langsung dan cermat apakah jawaban yang diberikan oleh responden benar-benar sesuai dengan pendapatnya sendiri atau tidak.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diambil kesimpulan, bahwa motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 siswa), “rendah” sebesar 2,44% (2 siswa), “cukup” sebesar 20,73% (17 siswa), “tinggi” sebesar 31,71% (26 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 45,12% (37 siswa).

#### **B. Implikasi**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Menjadi referensi dan masukan yang bermanfaat bagi berbagai pihak, baik sekolah, pelatih, maupun siswa tentang motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul.
2. Faktor-faktor yang kurang dominan dalam motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul perlu diperhatikan dan dicari pemecahannya agar faktor tersebut lebih membantu dalam meningkatkan motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw.
3. Orang tua dapat menjadikan hasil ini sebagai bahan pertimbangan untuk lebih meningkatkan motivasi dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul dengan memperbaiki faktor-faktor yang kurang.

### **C. Saran**

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Agar mengembangkan penelitian lebih dalam lagi tentang motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul.
2. Agar melakukan penelitian tentang motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri se-Kabupaten Bantul dengan menggunakan metode lain.
3. Bagi pelatih, hendaknya selalu memberi motivasi, latihan yang baik dan penyampaian yang menarik agar siswa lebih terdorong untuk memilih dan bersemangat dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw.
4. Bagi para peneliti selanjutnya, hendaknya digunakan dengan sampel yang berbeda dan populasi yang lebih luas, sehingga diharapkan faktor-faktor yang memotivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw teridentifikasi secara luas
5. Lebih melakukan pengawasan pada saat pengambilan data agar data yang dihasilkan lebih objektif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. (2011). Kontribusi status gizi dan motivasi belajar terhadap kesehatan jasmani mahasiswa pendidikan olahraga dan kesehatan Universitas Jambi. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 8, Nomor 1.
- Ananda, R & Fadhli, M. (2018). *Statistik pendidikan teori dan praktik dalam pendidikan*. Medan: CV. Widya Puspita.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Darwis, R & Basa, P. (1992). *Olahraga pilihan sepaktakraw*. Jakarta: Depdikbud.
- Depdikbud. (1999). *Pendidikan jasmani*. Jakarta: Balai Pustaka.
- \_\_\_\_\_. (2013). *Petunjuk pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Desmita. (2009). *Psikologi perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Dewi, H.E. (2012). *Memahami perkembangan fisik remaja*. Yogyakarta: Kanisius.
- Gunarsa, S.D. (2008). *Psikologi olahraga*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia.
- Hadi, S. (1991). *Analisis butir untuk instrument angket, tes, dan skala nilai dengan BASICA*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hamalik, O. (2010). *Proses belajar mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hanafiah, N & Suhana, C. (2012). *Konsep strategi pembelajaran*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Hanrahan, S. J., & Andersen, M. B. (2010). *Routledge handbook of applied sport psychology a comprehensive guide for student and practitioners (first edit)*. New York: Routledge Taylor & Francis Group.
- Hastuti, T.A. (2008). Kontribusi ekstrakurikuler bolabasket terhadap pembibitan atlet dan peningkatan kesegaran jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, Nomor 1, Hlm. 63.
- Hernawan, A.H. (2013). *Pengembangan kurikulum dan pembelajaran*. Tangerang Selatan: Universitas Terbuka.

- Husdarta. (2014). *Sejarah dan filsafat olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Iyakrus. (2012). *Permainan Sepaktakraw*. Palembang: Unsri Press.
- Izzaty, R.E. (2013). *Perkembangan peserta didik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Karageorghis, C.I., & Terry, P.C. (2011). *Inside sport psychology*. USA: Human Kinetics.
- Komarudin. (2015). *Psikologi olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Mahardika, N.A, Jusuf, J.B, & Priyambada, G. (2018). Dukungan orangtua terhadap motivasi berprestasi siswa SKOI Kalimantan Timur dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 14 (2), 62-68.
- Muhaimin. (2009). *Strategi belajar mengajar (penerapan dalam pembelajaran)*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Mulyana, R. (2011). *Mengartikulasikan pendidikan nilai*. Bandung: Alfabeta.
- Murti, H.A. (2013). *Motivasi siswa kelas VII SMP 1 Sentolo dalam mengikuti pembelajaran renang tahun ajaran 2012/2013*. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Mylsidayu, A. (2015) *Psikologi olahraga*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Nurchahyo, F. (2013). Pengelolaan dan pengembangan kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMA/MAN/Sederajat se-Kabupaten Sleman. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 9, Nomor 2.
- Prawirasaputra, S. (1999). *Sepak takraw*. Jakarta: Depdikbud.
- Priyanto, A. (2013). Peningkatan motivasi belajar gerak dasar lari melalui pendekatan bermain dalam pembelajaran penjas siswa kelas V SD I Donotirto Kretek Bantul. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 9, Nomor 1.
- Purnama, R.G. (2016). *Motivasi mengikuti permainan bola basket dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan peserta didik putri kelas XI SMA Negeri 2 Wonogiri Jawah Tengah*. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Purwanto, N. (2014). *Psikologi pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

- Semayarasa, I.K. (2016). Pengaruh strategi pembelajaran dan tingkat motor ability terhadap keterampilan servis atas sepak takraw pada mahasiswa Penjaskesrek Fok Undiksha. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 12, Nomor 1.
- Siregar, E & Hartini, N. (2010). *Teori belajar dan pembelajaran*. Bogor: Ghalia.
- Siyoto, S & Sodik, A. (2015). *Dasar metodologi penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Slameto. (2010). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Subekti, T. (2015). Minat siswa SMA Negeri di Kabupaten Kulonprogo terhadap kegiatan ekstrakurikuler olahraga. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Edisi Khusus, 2015.
- Sucipto, Hidayat, Y, & Rustandi, E. (2019). Konstruksi enjoyment: dasar-dasar konseptual pengembangan skala psikologis. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15 (2), 81.
- Sudarno. (2016). *Tingkat keterampilan bermain sepaktakraw peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Kradenan Kabupaten Kebumen tahun 2015/2016*. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Sudijono, A. (2015). *Pengantar evaluasi pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sugihartono. (2007). *Psikologi pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukintaka. (2004). *Teori pendidikan jasmani*. Yogyakarta: Esa Grafika.
- Sulaiman. (2008). *Sepak takraw: pedoman bagi guru olahraga, pembina, pelatih, dan atlet*. Semarang: UNNES.
- Suntono. (2015). Motivasi siswa SMK diponegoro depok dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw tahun 2015/2016. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Suryosubroto, S. (2009). *Psikologi pendidikan*. Bandung: PT. Rajagrafindo Persada.

- Suyono & Hariyanto. (2015). *Implementasi belajar & pembelajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Thamrin, M.H. (2006). Identifikasi kesulitan pelaksanaan pengajaran sepaktakraw di SLTP Negeri Kota Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 5, Nomor 1.
- \_\_\_\_\_. (2008). *Bahan ajar mata kuliah: olahraga pilihan sepaktakraw*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Uno, H.B. (2011), *Teori motivasi dan pengukurannya analisis di bidang pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Usman, M.U. (2013). *Upaya optimalisasi kegiatan belajar mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Wahyudi, A. (2009). Upaya pembina dalam menangani kedisiplinan siswa peserta ekstrakurikuler olahraga di SMA se-Kota Bandung. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 6, Nomor 1.
- Walgito, B. (2013). *Pengantar psikologi umum*. Yogyakarta: ANDI.
- Weinberg, R. S. & Gould, D. (2011). *Foundations of sport and exercise psychology fifth edition*. USA: Human Kinetic.
- Widoyoko, E.P. (2014). *Penilaian hasil pembelajaran di sekolah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Yusup, U. (2004). *Paparan kuliah sepaktakraw*. Semarang: UPT percetakan dan penerbitan UNNES PRESS

# LAMPIRAN



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092  
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas\_fik@uny.ac.id

Nomor : 340/UN34.16/PT.01.04/2020

19 Agustus 2020

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth . Kepala Sekolah SMP N 3 Imogiri, Jalan Lateng Selopamioro Imogiri, Lateng 2  
Selopamioro, kecamatan Imogiri, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55782

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Mahesaputri Citra Utami  
NIM : 15601241048  
Program Studi : Pend. Jasmani Kesehatan & Rekreasi - S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  
Judul Tugas Akhir : Motivasi Siswa dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Sepak Takraw  
Waktu Penelitian : 23 Agustus - 5 Oktober 2020

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.  
NIP 19820815 200501 1 002

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092  
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas\_fik@uny.ac.id

Nomor : 340/UN34.16/PT.01.04/2020

19 Agustus 2020

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : **Izin Penelitian**

Yth . Kepala Sekolah SMP N 2 Jetis Bantul, Canden Jetis Bantul, Yogyakarta 55781

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Mahesaputri Citra Utami  
NIM : 15601241048  
Program Studi : Pend. Jasmani Kesehatan & Rekreasi - S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  
Judul Tugas Akhir : Motivasi Siswa dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Sepak Takraw  
Waktu Penelitian : 24 Agustus - 5 Oktober 2020

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.  
NIP 19820815 200501 1 002

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092  
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas\_fik@uny.ac.id

Nomor : 340/UN34.16/PT.01.04/2020

19 Agustus 2020

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

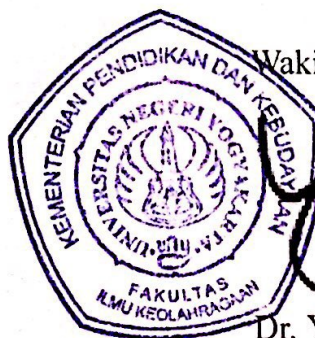
Yth . Kepala Sekolah SMP N 2 Imogiri, Jalan Imogiri-Dlingo Ngartosuro Sriharjo,  
Kecamatan Imogiri, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55782

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Mahesaputri Citra Utami  
NIM : 15601241048  
Program Studi : Pend. Jasmani Kesehatan & Rekreasi - S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  
Judul Tugas Akhir : Motivasi Siswa dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Sepak Takraw  
Waktu Penelitian : 23 Agustus - 5 Oktober 2020

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.

NIP 19820815 200501 1 002

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 3. Instrumen Penelitian

**MOTIVASI SISWA DALAM MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER SEPAK TAKRAW DI SMP NEGERI SE- KABUPATEN BANTUL**

**A. Identitas Responden**

Nama : .....

Asal Sekolah : .....

Kelas : .....

Lama Mengikuti Ekstrakurikuler Sepak Takraw : .....

**B. Petunjuk Pengisian Pernyataan**

Bacalah dengan seksama pernyataan-pernyataan di bawah ini, kemudian beri tanda *checklis* (v) pada salah satu jawaban pada kolom jawaban yang telah disediakan.

**C. Alternatif Jawaban**

Alternatif jawaban oleh peneliti telah disediakan empat alternatif jawaban yaitu:

- SS : SANGAT SETUJU
- S : SETUJU
- TS : TIDAK SETUJU
- STS : SANGAT TIDAK SETUJU

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
	Faktor Instrinsik				
1	Saya tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw supaya badan saya sehat				
2	Saya mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw untuk meningkatkan kebugaran badan				
3	Saya mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw sebagai salah satu terapi pengobatan sakit yang saya derita				
4	Saya kurang tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena takut cedera				
5	Saya tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena saya merasa mudah dalam permainan ini				
6	Saya tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw supaya bakat saya berkembang				
7	Saya tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw agar dapat menerapkan teknik yang telah saya kuasai				
8	Saya kurang tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena kurang menguasai teknik bermain sepak takraw				
9	Saya selalu memperhatikan kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena ingin belajar taktik dalam bermain sepak takraw				

10	Saya selalu mengulang-ulang gerakan teknik dasar sepak takraw walaupun telah saya kuasai				
11	Saya kurang tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena peraturan permainan sepak takraw rumit				
12	Saya kurang tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena strategi dalam bermain sepak takraw kurang bervariasi				
13	Saya jarang memperhatikan informasi yang diberikan oleh pelatih				
14	Saya jarang melakukan instruksi yang diberikan oleh pelatih				
15	Saya tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena perkembangannya kurang pesat				
16	Saya malas mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena kurang percaya diri bila bertanding dengan lawan yang lebih tangguh				
17	Saya tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena sepak takraw memiliki kesukaran sendiri dan tidak semua orang bisa memainkannya				
18	Saya tertarik mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw karena ingin mengembangkan sikap pantang menyerah				
19	Saya tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena ingin menumbuhkan sikap sebagai pemimpin				
	<b>Faktor Ekstrinsik</b>				
20	Saya tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena metode melatihnya tidak monoton				
21	Saya tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena pelatihnya mampu memotivasi saya				
22	Saya kurang tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena pelatih tidak jelas dalam memberikan instruksi				
23	Saya tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena pelatihnya seorang pemain sepak takraw				
24	Saya tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena pelatihnya guru olahraga saya				
25	Saya mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena ada teman yang selalu memberi semangat				
26	Saya mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena diajak teman akrab saya				
27	Saya tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena saya berasal dari keluarga pemain sepak takraw				
28	Saya kurang tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena pelatihnya kurang begitu bisa bermain sepak takraw				
29	Saya tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw agar menjadi terkenal di sekolah				
30	Saya tertarik mengikuti kegiatan				

	ekstrakurikuler sepak takraw karena ingin mendapat penghargaan dari sekolah				
31	Saya tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena ingin mendapat penghargaan dari sekolah				
32	Saya kurang tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena tempat tinggal saya jauh dari tempat latihan				
33	Saya kurang tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena dilarang oleh orang tua				
34	Saya tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena lapangan yang digunakan cukup baik				
35	Saya tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena bola yang digunakan cukup banyak				
36	Saya kurang tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena lapangannya tidak layak				
37	Saya tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena waktu pelaksanaannya tidak mengganggu kegiatan belajar di sekolah				
38	Saya tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena waktu pelaksanaannya tidak mengganggu kegiatan di rumah				
39	Saya kurang tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw karena dilakukan terlalu sore				

Lampiran 4. Data Penelitian

No	Faktor Intrinsik																	Faktor Ekstrinsik																	Σ						
	Kesehatan				Bakat				Perhatian				Minat					Metode Melatih			Lingkungan									Alat Latihan			Waktu								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34		35	36	37	38	39	
1	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	134	
2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	103		
3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	1	2	2	3	4	2	3	4	3	4	3	4	3	2	3	108		
4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	1	3	2	3	4	2	3	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3	111	
5	3	3	3	4	3	5	4	5	4	3	4	5	4	4	3	5	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	147	
6	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	137	
7	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	137	
8	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	150	
9	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	2	3	122	
10	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	5	4	4	150
11	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	2	110
12	4	4	4	4	4	3	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	155
13	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	123
14	4	4	3	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	3	4	3	4	5	5	3	4	4	3	4	4	4	4	5	4	4	5	5	4	160		
15	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	148	
16	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	4	4	4	5	3	4	4	152
17	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	136	
18	3	3	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	3	4	4	2	3	2	3	4	4	4	4	3	3	3	4	138	
19	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	117	
20	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	133	
21	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	120	
22	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	2	3	3	3	104	
23	3	4	4	4	3	3	3	5	4	3	4	5	3	3	4	4	1	2	4	4	1	5	3	5	1	5	5	1	4	5	5	5	2	4	3	3	4	3	5	139	
24	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	149	
25	3	3	4	3	3	5	3	3	2	3	3	5	3	3	3	4	2	3	3	4	2	5	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	122		
26	3	3	3	3	4	3	4	2	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	130
27	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	4	148
28	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	132	
29	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	110	
30	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	137
31	5	3	3	3	5	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	3	5	4	4	4	4	4	150	
32	3	4	4	4	3	4	5	5	5	3	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	5	4	5	5	5	3	4	5	3	4	3	4	5	4	5	4	5	5	5	5	166
33	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	139	
34	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	2	3	4	4	4	3	3	3	3	134	
35	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	121	
36	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	149	
37	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	127	
38	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	2	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	137	

39	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	5	2	3	5	3	5	3	2	3	3	3	2	3	112	
40	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	128
41	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	2	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	134
42	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	150	
43	4	3	3	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	129	
44	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	130
45	4	3	3	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	3	4	3	4	4	4	4	3	140	
46	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	141	
47	4	4	2	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	143	
48	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	107	
49	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	106	
50	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	104	
51	3	4	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	2	2	2	3	4	2	3	3	2	4	3	3	2	3	4	3	111	
52	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	105	
53	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	86
54	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	111
55	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	111
56	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	115
57	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	84
58	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	115
59	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	88
60	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	2	4	4	3	2	4	4	3	4	4	4	141
61	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	87
62	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	105
63	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	105
64	3	1	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	3	2	3	3	2	3	3	3	103
65	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	4	3	4	3	3	2	1	3	3	2	3	3	3	106	
66	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	1	3	3	2	3	2	3	101	
67	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	78
68	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	106
69	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	115
70	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	115
71	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	2	4	4	3	2	4	4	3	4	4	4	141	
72	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	2	4	4	3	4	4	4	143	
73	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	142	
74	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	2	4	4	3	2	4	4	3	4	3	4	139	
75	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	2	4	4	3	2	4	4	4	4	4	142	
76	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	150	
77	4	3	3	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	129
78	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	130
79	4	3	3	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	3	4	3	4	4	4	4	3	140	
80	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	141	
81	4	4	2	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	143
82	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	107

Lampiran 5. Hasil Uji Validitas dan Relibilitas

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
BUTIR 01	249.0366	1493.270	.747	.750
BUTIR 02	249.3780	1491.497	.611	.750
BUTIR 03	249.3902	1511.969	.468	.753
BUTIR 04	248.9146	1490.425	.809	.749
BUTIR 05	249.0976	1502.114	.541	.751
BUTIR 06	248.8293	1487.008	.796	.749
BUTIR 07	248.9146	1486.079	.848	.749
BUTIR 08	248.8780	1479.886	.834	.747
BUTIR 09	248.9512	1486.763	.821	.749
BUTIR 10	249.3293	1503.211	.520	.752
BUTIR 11	248.9146	1490.425	.809	.749
BUTIR 12	248.7683	1486.575	.825	.749
BUTIR 13	248.9390	1491.539	.793	.750
BUTIR 14	248.9390	1487.441	.827	.749
BUTIR 15	249.3415	1505.438	.533	.752
BUTIR 16	248.8049	1490.554	.792	.749
BUTIR 17	249.1341	1494.784	.647	.750
BUTIR 18	249.0122	1492.654	.749	.750
BUTIR 19	249.2317	1503.835	.652	.752
BUTIR 20	249.1951	1496.875	.607	.751
BUTIR 21	249.0488	1492.170	.694	.750
BUTIR 22	248.9512	1489.504	.714	.749
BUTIR 23	249.0244	1486.641	.734	.749
BUTIR 24	249.2439	1493.471	.572	.750
BUTIR 25	249.2561	1496.143	.568	.750
BUTIR 26	249.2195	1497.927	.546	.751
BUTIR 27	248.9024	1495.645	.643	.750

BUTIR 28	249.0610	1492.330	.679	.750
BUTIR 29	249.2439	1488.434	.629	.749
BUTIR 30	248.8902	1493.111	.707	.750
BUTIR 31	249.0244	1495.580	.640	.750
BUTIR 32	249.2317	1492.378	.574	.750
BUTIR 33	249.2683	1488.273	.610	.749
BUTIR 34	248.8415	1483.987	.778	.748
BUTIR 35	249.0122	1486.358	.807	.749
BUTIR 36	249.0488	1486.195	.705	.749
BUTIR 37	248.9756	1489.407	.778	.749
BUTIR 38	249.0122	1486.481	.785	.749
BUTIR 39	249.0122	1486.901	.797	.749
Total	126.1463	382.719	1.000	.973

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.973	39

Lampiran 6. Tabel r

<b>Tabel r Product Moment</b>											
<b>Pada Sig.0,05 (Two Tail)</b>											
N	r	N	r	N	r	N	r	N	r	N	r
1	0.997	41	0.301	<b>81</b>	<b>0.216</b>	121	0.177	161	0.154	201	0.138
2	0.95	42	0.297	82	0.215	122	0.176	162	0.153	202	0.137
3	0.878	43	0.294	83	0.213	123	0.176	163	0.153	203	0.137
4	0.811	44	0.291	84	0.212	124	0.175	164	0.152	204	0.137
5	0.754	45	0.288	85	0.211	125	0.174	165	0.152	205	0.136
6	0.707	46	0.285	86	0.21	126	0.174	166	0.151	206	0.136
7	0.666	47	0.282	87	0.208	127	0.173	167	0.151	207	0.136
8	0.632	48	0.279	88	0.207	128	0.172	168	0.151	208	0.135
9	0.602	49	0.276	89	0.206	129	0.172	169	0.15	209	0.135
10	0.576	50	0.273	90	0.205	130	0.171	170	0.15	210	0.135
11	0.553	51	0.271	91	0.204	131	0.17	171	0.149	211	0.134
12	0.532	52	0.268	92	0.203	132	0.17	172	0.149	212	0.134
13	0.514	53	0.266	93	0.202	133	0.169	173	0.148	213	0.134
14	0.497	54	0.263	94	0.201	134	0.168	174	0.148	214	0.134
15	0.482	55	0.261	95	0.2	135	0.168	175	0.148	215	0.133
16	0.468	56	0.259	96	0.199	136	0.167	176	0.147	216	0.133
17	0.456	57	0.256	97	0.198	137	0.167	177	0.147	217	0.133
18	0.444	58	0.254	98	0.197	138	0.166	178	0.146	218	0.132
19	0.433	59	0.252	99	0.196	139	0.165	179	0.146	219	0.132
20	0.423	60	0.25	100	0.195	140	0.165	180	0.146	220	0.132
21	0.413	61	0.248	101	0.194	141	0.164	181	0.145	221	0.131
22	0.404	62	0.246	102	0.193	142	0.164	182	0.145	222	0.131
23	0.396	63	0.244	103	0.192	143	0.163	183	0.144	223	0.131
24	0.388	64	0.242	104	0.191	144	0.163	184	0.144	224	0.131
25	0.381	65	0.24	105	0.19	145	0.162	185	0.144	225	0.13
26	0.374	66	0.239	106	0.189	146	0.161	186	0.143	226	0.13
27	0.367	67	0.237	107	0.188	147	0.161	187	0.143	227	0.13
28	0.361	68	0.235	108	0.187	148	0.16	188	0.142	228	0.129
29	0.355	69	0.234	109	0.187	149	0.16	189	0.142	229	0.129
30	0.349	70	0.232	110	0.186	150	0.159	190	0.142	230	0.129
31	0.344	71	0.23	111	0.185	151	0.159	191	0.141	231	0.129
32	0.339	72	0.229	112	0.184	152	0.158	192	0.141	232	0.128
33	0.334	73	0.227	113	0.183	153	0.158	193	0.141	233	0.128
34	0.329	74	0.226	114	0.182	154	0.157	194	0.14	234	0.128
35	0.325	75	0.224	115	0.182	155	0.157	195	0.14	235	0.127
36	0.32	76	0.223	116	0.181	156	0.156	196	0.139	236	0.127
37	0.316	77	0.221	117	0.18	157	0.156	197	0.139	237	0.127
38	0.312	78	0.22	118	0.179	158	0.155	198	0.139	238	0.127
39	0.308	79	0.219	119	0.179	159	0.155	199	0.138	239	0.126
40	0.304	80	0.217	120	0.178	160	0.154	200	0.138	240	0.126

Lampiran 7. Deskriptif Statistik

**Statistics**

		Motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw	Faktor Instrinsik	Faktor Ekstrinsik
N	Valid	82	82	82
	Missing	0	0	0
Mean		126.15	61.76	64.39
Median		130.00	63.50	67.00
Mode		150.00	71.00	54.00 <sup>a</sup>
Std. Deviation		19.56	9.37	10.52
Minimum		78.00	38.00	40.00
Maximum		166.00	79.00	87.00
Sum		10344.00	5064.00	5280.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

**Motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	78	1	1.2	1.2	1.2
	84	1	1.2	1.2	2.4
	86	1	1.2	1.2	3.7
	87	1	1.2	1.2	4.9
	88	1	1.2	1.2	6.1
	101	1	1.2	1.2	7.3
	103	2	2.4	2.4	9.8
	104	2	2.4	2.4	12.2
	105	3	3.7	3.7	15.9
	106	3	3.7	3.7	19.5
	107	2	2.4	2.4	22.0
	108	1	1.2	1.2	23.2
	110	2	2.4	2.4	25.6
	111	4	4.9	4.9	30.5
	112	1	1.2	1.2	31.7
	115	4	4.9	4.9	36.6
	117	1	1.2	1.2	37.8
	120	1	1.2	1.2	39.0
	121	1	1.2	1.2	40.2
	122	2	2.4	2.4	42.7
123	1	1.2	1.2	43.9	

127	1	1.2	1.2	45.1
128	1	1.2	1.2	46.3
129	2	2.4	2.4	48.8
130	3	3.7	3.7	52.4
132	1	1.2	1.2	53.7
133	1	1.2	1.2	54.9
134	3	3.7	3.7	58.5
136	1	1.2	1.2	59.8
137	4	4.9	4.9	64.6
138	1	1.2	1.2	65.9
139	3	3.7	3.7	69.5
140	2	2.4	2.4	72.0
141	4	4.9	4.9	76.8
142	2	2.4	2.4	79.3
143	3	3.7	3.7	82.9
147	1	1.2	1.2	84.1
148	2	2.4	2.4	86.6
149	2	2.4	2.4	89.0
150	5	6.1	6.1	95.1
152	1	1.2	1.2	96.3
155	1	1.2	1.2	97.6
160	1	1.2	1.2	98.8
166	1	1.2	1.2	100.0
Total	82	100.0	100.0	

#### Faktor Instrinsik

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 38	1	1.2	1.2	1.2
40	1	1.2	1.2	2.4
41	2	2.4	2.4	4.9
42	1	1.2	1.2	6.1
50	1	1.2	1.2	7.3
51	1	1.2	1.2	8.5
52	5	6.1	6.1	14.6
53	8	9.8	9.8	24.4
54	2	2.4	2.4	26.8
56	5	6.1	6.1	32.9
57	4	4.9	4.9	37.8
58	2	2.4	2.4	40.2
59	1	1.2	1.2	41.5

60	2	2.4	2.4	43.9
61	3	3.7	3.7	47.6
62	1	1.2	1.2	48.8
63	1	1.2	1.2	50.0
64	1	1.2	1.2	51.2
65	2	2.4	2.4	53.7
66	5	6.1	6.1	59.8
67	6	7.3	7.3	67.1
68	1	1.2	1.2	68.3
69	5	6.1	6.1	74.4
70	2	2.4	2.4	76.8
71	10	12.2	12.2	89.0
72	3	3.7	3.7	92.7
73	2	2.4	2.4	95.1
74	1	1.2	1.2	96.3
76	1	1.2	1.2	97.6
78	1	1.2	1.2	98.8
79	1	1.2	1.2	100.0
Total	82	100.0	100.0	

**Faktor Ekstrinsik**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 40	1	1.2	1.2	1.2
44	1	1.2	1.2	2.4
45	1	1.2	1.2	3.7
46	2	2.4	2.4	6.1
49	1	1.2	1.2	7.3
51	2	2.4	2.4	9.8
52	4	4.9	4.9	14.6
53	3	3.7	3.7	18.3
54	5	6.1	6.1	24.4
55	2	2.4	2.4	26.8
57	3	3.7	3.7	30.5
58	2	2.4	2.4	32.9
59	3	3.7	3.7	36.6
60	2	2.4	2.4	39.0
61	2	2.4	2.4	41.5
62	1	1.2	1.2	42.7
63	3	3.7	3.7	46.3
66	2	2.4	2.4	48.8

67	4	4.9	4.9	53.7
68	4	4.9	4.9	58.5
69	2	2.4	2.4	61.0
70	5	6.1	6.1	67.1
71	4	4.9	4.9	72.0
72	4	4.9	4.9	76.8
73	4	4.9	4.9	81.7
74	2	2.4	2.4	84.1
77	2	2.4	2.4	86.6
78	4	4.9	4.9	91.5
79	3	3.7	3.7	95.1
80	2	2.4	2.4	97.6
82	1	1.2	1.2	98.8
87	1	1.2	1.2	100.0
Total	82	100.0	100.0	

Lampiran 8. Deskriptif Statistik berdasarkan Indikator

**Statistics**

		Kesehatan	Bakat	Perhatian	Minat
N	Valid	82	82	82	82
	Missing	0	0	0	0
Mean		12.45	13.45	13.21	22.65
Median		13.00	14.00	14.00	22.00
Mode		14.00	12.00	15.00	20.00
Std. Deviation		1.93	2.33	2.12	3.50
Minimum		8.00	8.00	8.00	14.00
Maximum		16.00	18.00	16.00	31.00
Sum		1021.00	1103.00	1083.00	1857.00

**Kesehatan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	8	2	2.4	2.4	2.4
	9	5	6.1	6.1	8.5
	10	11	13.4	13.4	22.0
	11	3	3.7	3.7	25.6
	12	16	19.5	19.5	45.1
	13	17	20.7	20.7	65.9
	14	18	22.0	22.0	87.8
	15	8	9.8	9.8	97.6
	16	2	2.4	2.4	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

**Bakat**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	8	5	6.1	6.1	6.1
	10	1	1.2	1.2	7.3
	11	7	8.5	8.5	15.9
	12	21	25.6	25.6	41.5
	13	3	3.7	3.7	45.1
	14	15	18.3	18.3	63.4
	15	10	12.2	12.2	75.6
	16	16	19.5	19.5	95.1
	17	3	3.7	3.7	98.8
	18	1	1.2	1.2	100.0
Total	82	100.0	100.0		

**Perhatian**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	8	1	1.2	1.2	1.2
	9	4	4.9	4.9	6.1
	10	2	2.4	2.4	8.5
	11	15	18.3	18.3	26.8
	12	11	13.4	13.4	40.2
	13	5	6.1	6.1	46.3
	14	15	18.3	18.3	64.6
	15	17	20.7	20.7	85.4
	16	12	14.6	14.6	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

**Minat**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	14	1	1.2	1.2	1.2
	15	4	4.9	4.9	6.1
	18	2	2.4	2.4	8.5
	19	2	2.4	2.4	11.0
	20	16	19.5	19.5	30.5
	21	9	11.0	11.0	41.5
	22	8	9.8	9.8	51.2
	23	4	4.9	4.9	56.1
	24	9	11.0	11.0	67.1
	25	7	8.5	8.5	75.6
	26	7	8.5	8.5	84.1
	27	9	11.0	11.0	95.1
	28	2	2.4	2.4	97.6
	29	1	1.2	1.2	98.8
	31	1	1.2	1.2	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

**Statistics**

		Metode Melatih	Lingkungan	Alat Latihan	Waktu
N	Valid	82	82	82	82
	Missing	0	0	0	0
Mean		9.68	34.85	9.98	9.88
Median		10.00	36.00	10.00	10.00
Mode		11.00	38.00	11.00	9.00
Std. Deviation		1.69	5.72	1.92	1.87
Minimum		6.00	22.00	6.00	6.00
Maximum		13.00	46.00	14.00	15.00
Sum		794.00	2858.00	818.00	810.00

**Metode Melatih**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	6	2	2.4	2.4	2.4
	7	8	9.8	9.8	12.2
	8	12	14.6	14.6	26.8
	9	15	18.3	18.3	45.1
	10	13	15.9	15.9	61.0
	11	20	24.4	24.4	85.4
	12	11	13.4	13.4	98.8
	13	1	1.2	1.2	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

**Lingkungan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	22	1	1.2	1.2	1.2
	24	1	1.2	1.2	2.4
	25	1	1.2	1.2	3.7
	26	4	4.9	4.9	8.5
	27	4	4.9	4.9	13.4
	28	3	3.7	3.7	17.1
	29	5	6.1	6.1	23.2
	30	3	3.7	3.7	26.8
	31	5	6.1	6.1	32.9
	32	4	4.9	4.9	37.8
	33	2	2.4	2.4	40.2
	34	2	2.4	2.4	42.7
	35	2	2.4	2.4	45.1

36	7	8.5	8.5	53.7
37	6	7.3	7.3	61.0
38	9	11.0	11.0	72.0
39	5	6.1	6.1	78.0
40	4	4.9	4.9	82.9
41	4	4.9	4.9	87.8
42	3	3.7	3.7	91.5
43	2	2.4	2.4	93.9
44	4	4.9	4.9	98.8
46	1	1.2	1.2	100.0
Total	82	100.0	100.0	

#### Alat Latihan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 6	3	3.7	3.7	3.7
7	5	6.1	6.1	9.8
8	15	18.3	18.3	28.0
9	10	12.2	12.2	40.2
10	9	11.0	11.0	51.2
11	24	29.3	29.3	80.5
12	8	9.8	9.8	90.2
13	7	8.5	8.5	98.8
14	1	1.2	1.2	100.0
Total	82	100.0	100.0	

#### Waktu

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 6	5	6.1	6.1	6.1
8	11	13.4	13.4	19.5
9	24	29.3	29.3	48.8
10	14	17.1	17.1	65.9
11	8	9.8	9.8	75.6
12	15	18.3	18.3	93.9
13	3	3.7	3.7	97.6
14	1	1.2	1.2	98.8
15	1	1.2	1.2	100.0
Total	82	100.0	100.0	

Lampiran 9. Menghitung PAN Ideal

**Tabel. Norma Penilaian**

No	Interval	Kategori
1	$Mi + 1,8 Sbi < X$	Sangat Tinggi
2	$Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$	Tinggi
3	$Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$	Cukup
4	$Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$	Rendah
5	$X \leq Mi - 1,8 Sbi$	Sangat Rendah

(Sumber: Widoyoko, 2014: 238)

Keterangan:

$X$  = rata-rata

$Mi = \frac{1}{2}$  (skor maks ideal + skor min ideal)

$Sbi = \frac{1}{6}$  (skor maks ideal – skor min ideal)

Skor maks ideal = skor tertinggi

Skor min ideal = skor terendah

Skor maks ideal	= $39 \times 4 = 156$
Skor min ideal	= $39 \times 1 = 39$
Mi	= $\frac{1}{2} (156 + 39) = 97,5$
Sbi	= $\frac{1}{6} (156 - 39) = 19,5$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$ : $97,5 + (1,8 \times 19,5) < X$ : <b><math>133 &lt; X</math></b>
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$ : $97,5 + (0,6 \times 19,5) < X \leq 97,5 + (1,8 \times 19,5)$ : <b><math>109 &lt; X \leq 133</math></b>
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$ : $97,5 - (0,6 \times 19,5) < X \leq 97,5 + (0,6 \times 19,5)$ : <b><math>85 &lt; X \leq 109</math></b>
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$ : $97,5 - (1,8 \times 19,5) < X \leq 97,5 - (0,6 \times 19,5)$ : <b><math>61 &lt; X \leq 85</math></b>
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$ : $X \leq 97,5 - (1,8 \times 19,5)$ : <b><math>X \leq 61</math></b>

## FAKTOR INTRINSIK

Skor maks ideal	$= 19 \times 4 = 76$
Skor min ideal	$= 19 \times 1 = 19$
Mi	$= \frac{1}{2} (76 + 19) = 47,5$
Sbi	$= \frac{1}{6} (76 - 19) = 9,5$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$ : $47,5 + (1,8 \times 9,5) < X$ : <b><math>65 &lt; X</math></b>
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$ : $47,5 + (0,6 \times 9,5) < X \leq 47,5 + (1,8 \times 9,5)$ : <b><math>53 &lt; X \leq 65</math></b>
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$ : $47,5 - (0,6 \times 9,5) < X \leq 47,5 + (0,6 \times 9,5)$ : <b><math>41 &lt; X \leq 53</math></b>
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$ : $17,5 - (1,8 \times 9,5) < X \leq 47,5 - (0,6 \times 9,5)$ : <b><math>29 &lt; X \leq 41</math></b>
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$ : $X \leq 47,5 - (1,8 \times 9,5)$ : <b><math>X \leq 29</math></b>

## FAKTOR EKSTRINSIK

Skor maks ideal	$= 20 \times 4 = 80$
Skor min ideal	$= 20 \times 1 = 20$
Mi	$= \frac{1}{2} (80 + 20) = 50$
Sbi	$= \frac{1}{6} (80 - 20) = 10$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$ : $50 + (1,8 \times 10) < X$ : <b><math>68 &lt; X</math></b>
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$ : $50 + (0,6 \times 10) < X \leq 50 + (1,8 \times 10)$ : <b><math>56 &lt; X \leq 68</math></b>
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$ : $50 - (0,6 \times 10) < X \leq 50 + (0,6 \times 10)$ : <b><math>44 &lt; X \leq 56</math></b>
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$ : $50 - (1,8 \times 10) < X \leq 50 - (0,6 \times 10)$ : <b><math>32 &lt; X \leq 44</math></b>
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$ : $X \leq 50 - (1,8 \times 10)$ : <b><math>X \leq 32</math></b>

## FAKTOR DORONGAN

Skor maks ideal	$= 7 \times 4 = 28$
Skor min ideal	$= 7 \times 1 = 7$
Mi	$= \frac{1}{2} (28 + 7) = 17,5$
Sbi	$= \frac{1}{6} (28 - 7) = 3,5$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$ : $17,5 + (1,8 \times 3,5) < X$ : <b><math>24 &lt; X</math></b>
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$ : $17,5 + (0,6 \times 3,5) < X \leq 17,5 + (1,8 \times 3,5)$ : <b><math>20 &lt; X \leq 24</math></b>
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$ : $17,5 - (0,6 \times 3,5) < X \leq 17,5 + (0,6 \times 3,5)$ : <b><math>16 &lt; X \leq 20</math></b>
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$ : $17,5 - (1,8 \times 3,5) < X \leq 17,5 - (0,6 \times 3,5)$ : <b><math>12 &lt; X \leq 16</math></b>
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$ : $X \leq 17,5 - (1,8 \times 3,5)$ : <b><math>X \leq 12</math></b>

## FAKTOR KERJA SAMA

Skor maks ideal	$= 4 \times 4 = 16$
Skor min ideal	$= 4 \times 1 = 4$
Mi	$= \frac{1}{2} (16 + 4) = 10$
Sbi	$= \frac{1}{6} (16 - 4) = 2$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$ : $10 + (1,8 \times 2) < X$ : <b><math>14 &lt; X</math></b>
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$ : $10 + (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (1,8 \times 2)$ : <b><math>11 &lt; X \leq 14</math></b>
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$ : $10 - (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (0,6 \times 2)$ : <b><math>8 &lt; X \leq 11</math></b>
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$ : $10 - (1,8 \times 2) < X \leq 10 - (0,6 \times 2)$ : <b><math>5 &lt; X \leq 8</math></b>
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$ : $X \leq 10 - (1,8 \times 2)$ : <b><math>X \leq 5</math></b>

## FAKTOR KERJA SAMA

Skor maks ideal	$= 9 \times 4 = 36$
Skor min ideal	$= 9 \times 1 = 9$
Mi	$= \frac{1}{2} (36 + 9) = 22,5$
Sbi	$= \frac{1}{6} (36 - 9) = 4,5$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$ : $22,5 + (1,8 \times 4,5) < X$ : <b><math>31 &lt; X</math></b>
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$ : $22,5 + (0,6 \times 4,5) < X \leq 22,5 + (1,8 \times 4,5)$ : <b><math>25 &lt; X \leq 31</math></b>
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$ : $22,5 - (0,6 \times 4,5) < X \leq 22,5 + (0,6 \times 4,5)$ : <b><math>19 &lt; X \leq 25</math></b>
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$ : $22,5 - (1,8 \times 4,5) < X \leq 22,5 - (0,6 \times 4,5)$ : <b><math>13 &lt; X \leq 19</math></b>
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$ : $X \leq 22,5 - (1,8 \times 4,5)$ : <b><math>X \leq 13</math></b>

Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian



Siswa sedang mengisi angket dari peneliti



Siswa sedang mengisi angket dari peneliti