

**IDENTIFIKASI FAKTOR PENDUKUNG DAN PENGHAMBAT PRESTASI  
ATLET KEMPO DOJO SMP N 2 PIYUNGAN DAN DOJO SD KANISIUS  
BONOHARJO**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**



Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar  
Sarjana Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

**Oleh:**  
**ANINDIA NUR LAILY**  
**NIM 19602241019**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2024**

# **IDENTIFIKASI FAKTOR PENDUKUNG DAN PENGHAMBAT PRESTASI ATLET KEMPO DOJO SMP N 2 PIYUNGAN DAN DOJO SD KANISIUS BONOHARJO**

Anindia Nur Laily  
19602241019

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan mengetahui identifikasi faktor pendukung dan penghambat prestasi atlet kempo Dojo SMP N 2 Piyungan dan Dojo SD Kanisius Bonoharjo.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan metode survei. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling dengan jumlah sampel 20 orang atlet. Teknik pengumpulan data penelitian ini dengan kuesioner/angket. Data dianalisis melalui statistik deskriptif dengan persentase.

Hasil penelitian faktor endogen prestasi atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan mayoritas termasuk kategori sedang yang memiliki persentase sebesar 40 %, dengan indikator persentase yang tertinggi adalah taktik 27,06 % dan persentase terendah adalah indikator fisik 22,35 %. Hasil penelitian diketahui faktor eksogen prestasi atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan mayoritas termasuk kategori tinggi dan mempunyai persentase sebesar 50 %, dengan persentase tertinggi pada indikator kompetisi sebesar 29,02 % dan persentase terendah adalah indikator sarana dan prasarana sebesar 18,75 %. Hasil penelitian diketahui faktor endogen prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo mayoritas termasuk kategori sedang dan memiliki persentase 50 %, dengan persentase terbesar pada indikator taktik sebesar 27,01 % dan terendah adalah indikator fisik sebesar 21,98 %,.. Hasil penelitian diketahui faktor eksogen prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo sebagian besar berkategori tinggi dengan persentase sebesar 40 %, dengan persentase terbesar adalah indikator kompetisi sebesar 26,57 % dan persentase terendah adalah sarpras sebesar 22,67 %.

***Kata kunci : pendukung, penghambat, kempo***

# **IDENTIFIKASI FAKTOR PENDUKUNG DAN PENGHAMBAT PRESTASI ATLET KEMPO DOJO SMP N 2 PIYUNGAN DAN DOJO SD KANISIUS BONOHARJO**

Anindia Nur Laily  
19602241019

## **ABSTRACT**

This study aims to identify supporting and inhibiting factors for achieving kempo athletes in the dojo of SMP N 2 Piyungan and Dojo SD Kanisius Bonoharjo.

This is a descriptive study that utilizes the survey method. This study uses subjects consisting of kempo dojo athletes of SMP N 2 Piyungan totaling 10 children and Kempo Dojo athletes of SD Kanisius Bonoharjo totaling 10 children with instruments using a questionnaire. Data were analyzed through descriptive statistics with percentages.

The results of research on endogenous factors for the achievements of kempo athletes from the dojo of SMP N 2 Piyungan are mostly in the medium level with a percentage of 40%, with the highest percentage indicator is tactics at 27.06% and the lowest percentage is physical indicators at 22.35%. The results of the research show that most exogenous factors in the achievements of kempo athletes from the dojo of SMP N 2 Piyungan athletes are in the high level at 50%, with the highest percentage is the competition indicator at 29.02% and the lowest percentage is the facilities and infrastructure indicator at 18.75%. The results of the research show that most endogenous factors in the performance of kempo athletes from the dojo of SD Kanisius Bonoharjo athletes are in the medium level at 50%, with the largest percentage is the tactical indicator at 27.01% and the lowest is the physical indicator at 21.98%. The research results show that the exogenous factors for the achievements of the kempo athletes from the dojo of SD Kanisius Bonoharjo are mostly in the high level with a percentage of 40%, with the largest percentage is competition indicators at 26.57% and the lowest percentage is infrastructure at 22.67%.

***Keywords: supporting, inhibiting, kempo***



## **SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anindia Nur Laily  
NIM : 19602241019  
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Judul Skripsi : Identifikasi Faktor Pendukung dan Penghambat  
Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan dan  
SD Kanisius Bonoharjo

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, 31 Mei  
2024

Yang menyatakan,



Anindia Nur Laily  
NIM.19602241019



**LEMBAR PERSETUJUAN**

**IDENTIFIKASI FAKTOR PENDUKUNG DAN PENGHAMBAT PRESTASI  
ATLET KEMPO DOJO SMP N 2 PIYUNGAN DAN DOJO SD KANISIUS  
BONOHARJO**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Anindia Nur Laily  
NIM 19602241019

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal.....

Mengetahui,  
Ketua Program Studi



Dr. Fauzi, M.Si.,  
NIP 196312281990021002

Disetujui,  
Dosen Pembimbing



Dr. Drs. Agung Nugroho AM., M.Si.  
NIP 196109081988111001

**LEMBAR PENGESAHAN**

**IDENTIFIKASI FAKTOR PENDUKUNG DAN PENGHAMBAT PRESTASI  
ATLET KEMPO DOJO SMP N 2 PIYUNGAN DAN DOJO SD KANISIUS  
BONOHARJO**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

**ANINDIA NUR LAILY  
NIM 19602241019**

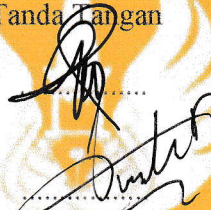
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi  
Fakultas Ilmu Keolahragaa dan Kesehatan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal 09.07.2024

Nama/Jabatan

**TIM PENGUJI**  
Tanda Tangan

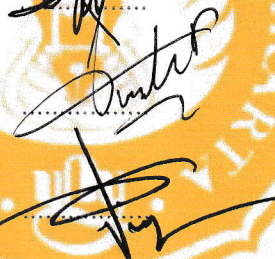
Tanggal

Dr. Drs Agung Nugroho A.M.,M.Si  
(Ketua Tim Penguji)



16/7/2024

Nur Indah Pangastuti S.Pd., M.Or  
(Sekretaris Tim Penguji)



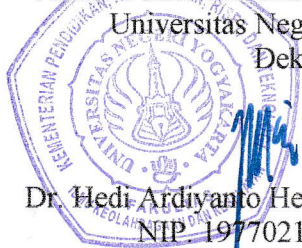
16/7/2024

Prof. Djoko Pekik Irianto M.Kes  
(Penguji Utama)



16/7/2024

Yogyakarta, 22. Juli 2024  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,



Dr. Hedi Ardiyanto/Hermawan, S.Pd., M.Or.  
NIP. 19770218200801002

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT tuhan semesta alam yang telah memberikan kehidupan di dunia dengan kebahagiaan dan penuh berkah sehingga atas rahmatnya mampu memberikan diri ini kemampuan sehingga bisa menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini. Karya ini di persembahkan kepada:

1. Allah SWT., Tuhan kami Yang Maha Esa atas semua karunianya
2. Kedua orang tua saya alm. Bapak Sargimo dan Ibu Welas yang sangat saya cintai, sosok yang selalu memberikan dukungan dan doa. Seluruh kasih yang diberikan tidak ada yang mampu menganti semua yang telah diberikan
3. Kakak saya Annisa Panca Rahayu di Seoul, Korea Selatan yang saya rindukan. Terima kasih atas semua *support* dan motivasinya. Selalu mendukung segala sesuatu yang saya lakukan, merawat tanpa pamrih. Terima kasih atas kesempatan dan kepercayaannya kepada saya sehingga bisa menyelesaikan kuliah dengan cukup baik. Penulis berharap semua pengorbanan yang telah dilakukan kakak mendapatkan balasan yang terbaik.
4. Keluarga kedua saya Kempo Bantul, Kempo Kulon Progo dan Tim Atlet Jogja yang selalu memberikan semangat bantuan walaupun kesibukan latihan tetap mendukung penulis.
5. Semua pihak yang telah membantu dalam segala hal. Semoga selalu diberikan kesehatan dan kebahagiaan.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas kasih dan karunia-Nya sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi yang berjudul “IDENTIFIKASI FAKTOR PENDUKUNG DAN PENGAMBAT PRESTASI KEMPO DOJO SMP N 2 PIYUNGAN DAN SD KANISIUS BONO HARJO “ ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar sarjana Pendidikan.

Terselesaikan Tugas Akhir Skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan peran berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
2. Dr. Fauzi, M.Si., selaku Koorprodi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Dr. Drs. Agung Nugroho AM., M.Si., Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang selalu sabar membimbing dan memberikan semangat, dukungan serta arahan dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
4. Lilik Apriyanto selaku pimpinan Dojo SMP N 2 Piyungan dan Aan Fertalangga S.Pd pimpinan Dojo SD Kanisius Bonoharjo yang telah memberikan izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi
5. Dr. Lismadiana, M.Pd. selaku validator instrumen penelitian Tugas Akhir Skripsi ini yang memberikan bantuan dan kerja sama dalam pelaksanaan penelitian.
6. Rekan-rekan atlet Shorinji Kempo DIY yang telah bersedia menjadi sampel penelitian.



7. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Semoga segala bantuan yang telah diberikan semua pihak diatas 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, 31 Mei 2024



Anindia Nur Laily

NIM 19602241019

## DAFTAR ISI

### Halaman

TUGAS AKHIR SKRIPSI.....	i
ABSTRAK .....	ii
ABSTRACT .....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA .....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN .....	v
LEMBAR PENGESAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A.Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah .....	5
D. Rumusan Masalah .....	6
E. Tujuan penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6

BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	8
A.    Deskripsi Teori .....	8
1.    Sejarah Shorinji Kempo Indonesia .....	8
2.    Pengertian Faktor Pendukung .....	17
3.    Pengertian Faktor Penghambat .....	18
4.    Prestasi Olahraga .....	19
B.    Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi Shorinji Kempo .....	20
1.    Faktor Endogen .....	20
2.    Faktor Eksogen .....	25
C.    Penelitian Relevan .....	29
D.    Kerangka Berpikir .....	32
E.    Pertanyaan Penelitian .....	34
BAB III METODE PENELITIAN .....	35
A.    Jenis Penelitian .....	35
B.    Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	36
C.    Tempat dan Waktu Penelitian .....	37
D.    Populasi dan Sampel Penelitian .....	37
E.    Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data .....	38
G.    Menyusun Butir-Butir Pernyataan .....	41



H.	Validasi dan Reliabilitas Instrumen .....	45
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....		48
A.	Hasil Penelitian.....	48
1.	Identifikasi Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan .....	48
2.	Identifikasi Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo .....	55
B.	Pembahasan .....	61
1.	Identifikasi Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan .....	62
2.	Identifikasi Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo .....	66
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		70
A.	Kesimpulan.....	70
B.	Implikasi .....	70
C.	Keterbatasan Penelitian .....	71
D.	Saran .....	71
DAFTAR PUSTAKA .....		72
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....		74

## DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1. Daftar Jumlah Peserta Dojo SMP N 2 Piyungan Yang Mengikuti PORDA DIY .....	3
Tabel 2. Daftar Jumlah Peserta Dojo SDK Bonoharjo Yang Mengikuti PORDA DIY 4	
Tabel 3. Skala Likert .....	39
Tabel 4. Norma Penilaian.....	40
Tabel 5. Kisi-kisi angket penelitian .....	41
Tabel 6. Ringkasan Hasil Uji Validitas .....	42
Tabel 7. Kisi-kisi angket penelitian .....	44
Tabel 8. Statistik Data Penelitian Identifikasi Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan.....	48
Tabel 9. Deskripsi Hasil Penelitian Identifikasi Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan.....	49
Tabel 10. Statistik Data Penelitian Faktor Endogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan.....	50
Tabel 11. Deskripsi Hasil Penelitian Faktor Endogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan.....	50
Tabel 12. Hasil Persentase Tiap Indikator dari Faktor Endogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan.....	51
Tabel 13. Statistik Data Penelitian Faktor Eksogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N	

2 Piyungan.....	52
Tabel 14. Deskripsi Hasil Penelitian Faktor Eksogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan.....	53
Tabel 15. Hasil Persentase Tiap Indikator dari Faktor Eksogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan.....	54
Tabel 16. Statistik Data Penelitian Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo.....	55
Tabel 17. Deskripsi Hasil Penelitian Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo.....	55
Tabel 18. Statistik Data Penelitian Faktor Endogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo.....	57
Tabel 19. Deskripsi Hasil Penelitian Faktor Endogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo.....	57
Tabel 20. Hasil Persentase Tiap-tiap Indikator Pada Faktor Endogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo.....	58
Tabel 21. Statistik Data Penelitian Faktor Eksogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo.....	59
Tabel 22. Deskripsi Hasil Penelitian Faktor Eksogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo.....	60
Tabel 23. Hasil Persentase Tiap-tiap Indikator Pada Faktor Eksogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo.....	61



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Lambang Shorinji Kempo .....	14
Gambar 2. Lambang Tate Manji .....	19
Gambar 3. Lambang Tate ken .....	19
Gambar 4. Diagram Hasil Penelitian Identifikasi Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan.....	49
Gambar 5. Diagram Hasil Penelitian Faktor Endogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SMPN 2 Piyungan.....	51
Gambar 6. Diagram Hasil Penelitian Tiap Indikator dari Faktor Endogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan.....	52
Gambar 7. Diagram Hasil Penelitian Faktor Eksogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan.....	53
Gambar 8. Diagram Hasil Penelitian Tiap Indikator pada Faktor Eksogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan.....	54
Gambar 9. Diagram Hasil Penelitian Faktor Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo.....	56
Gambar 10. Diagram Hasil Penelitian Faktor Endogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo.....	57
Gambar 11. Diagram Hasil Penelitian Persentase Tiap-tiap Indikator Pada Faktor Endogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo.....	59



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	74
Lampiran 2. Surat Keterangan Validasi .....	76
Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian .....	77
Lampiran 4. Instrumen Uji Coba .....	79
Lampiran 5. Data Uji Coba .....	83
Lampiran 6. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	84
lampiran 7. Instrumen Penelitian .....	87
Lampiran 8. Data Penelitian SMP N 2 Piyungan.....	90
Lampiran 9. Data Penelitian SD KAnisius Bonoharjo .....	90
Lampiran 10. Statistik Data Penelitian .....	91
Lampiran 11. Foto Dokumentasi .....	96



## **MOTTO**

**MAJU DAN TERUS BERKEMBANG!**

Kebahagiaan, Kesejahteraan capaian utama kehidupan  
(Penulis)

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Olahraga adalah aktivitas yang mampu mengasah, mengembangkan potensi diri secara jasmani dan mampu menjaga aspek kerohanian pada manusia. Olahraga salah satu kegiatan yang sudah dikenal oleh banyak orang sehingga eksistensinya berpengaruh pada kehidupan manusia. Dalam perkembangan olahraga banyak aspek yang diperlukan untuk membantu menjaga eksistensi perkembangan olahraga agar terus digemari dan menjadi suatu kebutuhan wajib bagi masyarakat. Olahraga sudah mempunyai payung undang-undang khusus, menjadi bagian penting untuk membantu menumbuhkan karakter dan ikut memberdayakan kualitas manusia yang lebih baik lagi. Pengembangan olahraga pada prinsipnya mengacu kepada orientasi berupa olahraga untuk prestasi, olahraga sebagai kesehatan, dan olahraga sebagai rekreasi.

Olahraga prestasi tercantum pada aturan tentang Keolahragaan Bab 1 Pasal 1 dalam Undang-undang nomor 11 tahun 2022 yang secara ringkas menerangkan bahwasanya olahraga prestasi yaitu suatu olahraga yang mengembangkan dan membina olahragawan secara sistematis, terpadu, berkelanjutan dan berjenjang lewat suatu kompetisi dalam rangka mencapai suatu prestasi dengan dukungan teknologi dan ilmu pengetahuan keolahragaan. Seharusnya pelaksanaan pembinaan prestasi olahraga dilakukan dengan berkelanjutan, sistematis, dan berjenjang. Seperti yang termuat pada aturan tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 20 ayat (3) dalam Undang-Undang No. 3 tahun 2005 yang secara ringkas memberikan

penjelasan bahwasanya pelaksanaan olahraga prestasi yaitu lewat proses pengembangan dan pembinaan dengan berkelanjutan, terencana, dan berjenjang dengan adanya dukungan teknologi dan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Shorinji Kempo yaitu bela diri tertua di Jepang serta masuk Indonesia sejak tahun 1964 dibawa dan dibentuk oleh Sensei Utin Syahraz, Ginanjar Kartasasmita, dan Sensei Indra Kartasasmita. Persaudaraan Bela Diri Kempo Indonesia (PERKEMI) adalah Induk Organisasi olahraga Shorinji Kempo yang dimulai pada 2 Februari 1966 serta hingga saat ini berganti menjadi Persaudaraan Shorinji Kempo Indonesia. PERKEMI dinaungi oleh KONI Pusat dan sekaligus menjadi anggota penuh *WSKO (World Shorinji Kempo Organization)* atau Organisasi Federasi Shorinji Kempo se-Dunia dengan pusatnya berada di kota Tadotsu, Jepang. sebagai anak bangsa yang mengembangkan keterampilan beladiri Shorinji Kempo sangat disayangkan jika beladiri ini belum bisa familiar dengan cabang beladiri lainnya.

Dojo SDK Bonoharjo adalah klub kempo yang berlokasi di daerah Sentolo, Kulon Progo. Dojo tersebut mempunyai jumlah atlet aktif sebanyak 60 orang dengan berbagai tingkatan sabuk mulai dari kyu 5, kyu 4, kyu 3, kyu 1 dan yudhansa atau sabuk hitam. Dojo SDK Bonoharjo telah mengikuti perlombaan dari jenjang daerah hingga tingkat nasional.

Dojo SMP N 2 Piyungan adalah salah satu klub bela diri kempo yang sudah berdiri sejak tahun 1990 di bawah naungan PERKEMI kabupaten Bantul. Terdapat 7 dojo yang ada di daerah Bantul yang tercatat dalam simperkemi atau bisa di sebut dengan sistem pengelola data seluruh dojo terdaftar dikelola oleh PB PERKEMI

INDONESIA. Dojo SMP 2 Piyungan adalah dojo aktif di Bantul yang tertua dan menjadi dojo sentral pelatihan kempo di Bantul yang menghasilkan calon atlet-atlet untuk menghadapi pertandingan. Jumlah atlet yang aktif di dojo sebanyak 35 orang.

Jumlah atlet aktif yang ada di dojo menunjukkan jumlah yang relatif banyak. Atlet aktif tersebut rata-rata berusia remaja dan dewasa. Jika di lihat dari jumlah atlet di Dojo SMP N 2 Piyungan yang berjumlah 35 kenshi aktif ada kemungkinan untuk dojo tersebut bisa menurunkan setengah atletnya untuk mengikuti *event* kejuaraan yang ada di PORDA.

Dari hasil pengamatan yang dilakukan peneliti menemukan beberapa catatan hasil *track record* peserta pada pertandingan yang *multievent* seperti kejuaraan PORDA DIY (Pekan Olahraga Daerah DIY) pada Dojo SMP N 2 Piyungan yang menunjukkan pada penurunan prestasi dan jumlah atlet yang bertanding jika dibandingkan dengan Dojo SD Kanisius Bonoharjo. Dari hasil observasi yang bersumber dari pengurus dan pelatih bahwa pendapatan medali bisa dirincikan sebagai berikut:

*Tabel 1. Daftar Jumlah Peserta Dojo SMP N 2 Piyungan Yang Mengikuti PORDA DIY*

DOJO	JUMLAH PESERTA	TAHUN	TEMPAT PELAKSANAAN	Perolehan Medali
SMP N 2 Piyungan	10 Orang	2015	Kulon Progo	2 emas, 3 perak 2 perunggu
SMP N 2 Piyungan	2 Orang	2017	Bantul	2 perunggu
SMP N 2 Piyungan	3 Orang	2019	Kota Yogyakarta	1 emas 2 perunggu
SMP N 2 Piyungan	7 Orang	2022	Sleman	2 emas 1 perak 3 perunggu

*Tabel 2. Daftar Jumlah Peserta Dojo SDK Bonoharjo Yang Mengikuti PORDA DIY*

<b>DOJO</b>	<b>JUMLAH PESERTA</b>	<b>TAHUN</b>	<b>TEMPAT PELAKSANAAN</b>	<b>Perolehan Medali</b>
SD Kanisius Bonoharjo	9	2015	Kulon Progo	2 perak 2 perunggu
SD Kanisius Bonoharjo	12 orang	2017	Bantul	6 emas 3 perak 2 perunggu
SD Kanisius Bonoharjo	14 orang	2019	Kota Yogyakarta	5 emas 2 perak 5 perunggu
SD Kanisius Bonoharjo	16 orang	2022	Sleman	4 emas 6 perak 2 perunggu

Pada jumlah atlet menunjukkan penurunan cukup banyak dan mengalami kenaikan yang hanya sedikit pada Dojo SMP 2 Piyungan di tiap tahun pelaksanaan pertandingan.

Keberhasilan membina klub secara baik untuk mencapai prestasi optimal erat kaitannya dengan dukungan dari banyak pihak, dimana pelatih berkualitas dalam hal ini sangat mempengaruhi peningkatan prestasi yang ada (Utomo, 2021). Kualitas atlet ditunjang pula berdasarkan sisi fasilitas yang dipergunakan. Fasilitas yang berkualitas adalah syarat yang perlu untuk dipenuhi dalam rangka mencapai kenyamanan dalam berlatih, sehingga bisa maksimal dalam mencapai prestasi yang diharapkan.

Atas temuan permasalahan terkait dengan penurunan prestasi di Dojo SMP 2 Piyungan ini peneliti ingin melakukan penelitian yang menitik beratkan pada dojo SMP N 2 Piyungan tentang bagaimana dojo melaksanakan pembinaan atlet berprestasi kempo yang berada di dojo. Untuk menggali lebih dalam faktor penghambat yang mempengaruhi penurunan jumlah dan prestasi atlet pada cabang olahraga Shorinji Kempo di SMP N 2 Piyungan dengan Dojo SD Kanisius yang

selalu bisa mempertahankan, menambah prestasi atletnya yang nantinya akan dibahas lebih jelas lagi dengan judul “Identifikasi Faktor-Faktor Pendukung dan Penghambat Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan Bantul dengan Dojo SD Kanisius Bonoharjo Kulonprogo”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Mengacu pada latar belakang dan data awal yang peneliti temukan, dapat di identifikasikan permasalahan penelitian ini, antara lain:

1. Pertumbuhan jumlah atlet dojo SMP 2 Piyungan yang relatif lambat menyebabkan prestasi tidak maksimal
2. Sedikitnya atlet Dojo SMP 2 Piyungan yang diturunkan untuk bertanding dalam ajang perlombaan di bandingkan dengan Dojo SD Kanisius yang bisa meningkatkan jumlah atlet pada setiap pertandingan.
3. Fasilitas di dojo SMP 2 Piyungan belum memadai, alat untuk latihan tidak lengkap
4. Belum diketahui secara jelas faktor-faktor yang menghambat prestasi dojo SMP N 2 Piyungan
5. Jumlah pemegang sabuk hitam atau yudhansa di dojo SMP 2 Piyungan masih sedikit.

## **C. Batasan Masalah**

Mengacu kepada masalah yang di angkat, peneliti membatasi dan sebatas menekankan terhadap pembahasan terkait dengan identifikasi faktor penghambat dan pendukung prestasi atlet berprestasi yang dilakukan di Dojo SMP 2 Piyungan dan Dojo SD Kanisius. Semua penggalan data dilakukan sebagaimana kebutuhan



dan rancangan yang sudah dibuat oleh peneliti. Guna mendapatkan data yang valid dari kondisi dojo, peneliti hanya akan melibatkan atlet pada masing-masing dojo.

#### **D. Rumusan Masalah**

Masalah yang bisa dirumuskan untuk penelitian ini, yaitu:

1. Seberapa besar faktor penghambat prestasi atlet di Dojo SMP N 2 Piyungan?
2. Seberapa besar faktor pendukung prestasi atlet di Dojo SDK Bonoharjo?
3. Bagaimana identifikasi faktor pendukung dan penghambat prestasi atlet pada Dojo SMP N 2 Piyungan dan SDK Bonoharjo?

#### **E. Tujuan penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui seberapa besar faktor penghambat prestasi atlet di Dojo SMP N 2 Piyungan;
2. Untuk mengetahui seberapa besar faktor pendukung prestasi atlet di Dojo SDK Bonoharjo;
3. Untuk mengetahui bagaimana identifikasi faktor pendukung dan penghambat prestasi atlet di Dojo SMP N 2 Piyungan dan SDK Bonoharjo

#### **F. Manfaat Penelitian**

Penjabaran manfaat dari penelitian ini, yaitu:

1. Manfaat Teoretis

Penelitian yang dilakukan bisa membantu pelatih dan pengurus sebagai referensi pengembangan cabor Shorinji Kempo melalui manajemen pengelolaan dojo.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Peneliti

Memperluas pengalaman dan juga wawasan untuk peneliti dan bisa dijadikan landasan ilmu pengetahuan tentang pelaksanaan pengembangan prestasi dalam dojo. Sebagai praktisi akademisi, Olahraga diharapkan mampu mengembangkan dan memajukan cabang olahraga salah satunya pada cabang olahraga Kempo.

### b. Bagi Dojo

Dapat dijadikan bahan masukan untuk proses pengelolaan pelaksanaan latihan dojo dalam meningkatkan kualitas dojo dan atletnya untuk menuju prestasi lebih tinggi.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Deskripsi Teori

##### 1. Sejarah Shorinji Kempo Indonesia

Secara ringkas Shorinji Kempo (少林寺拳法) yaitu beladiri asal Jepang. Ini umum disebut Kempo saja apabila di Indonesia. Doshin So (宗道臣) adalah tokoh yang menciptakan Kempo, yaitu tepatnya tahun 1947 untuk menjadi sistem pelatihan dan pengembangan diri (行: *gyo* atau disiplin). Istilah Shorinji Kempo memiliki asal kata dari, “*sho*” yang memiliki arti hutan, “*rin*” yang memiliki arti bambu, “*ji*” yang memiliki arti kuil, “*ken*” yang memiliki arti aturan, serta “*kempo*” yang memiliki arti jalan hidup. Dasar untuk metode latihannya yaitu dengan filosofi berupa “melatih tubuh dan jiwa (*ken zen ichinyo*: 拳禅一如)” dan “jiwa dan tubuh adalah sebuah kesatuan yang tak terpisahkan” (*shinshin ichinyo*: 心身一如). Sehingga, ada tiga manfaat dari Shorinji Kempo yakni: “meningkatkan kesehatan” (*kenko zoshin*: 健康増進:), “pelatihan mental” (*seishin shuyo*: 精神修養), dan “pelatihan dan pertahanan diri” (*goshin rentan*: 護身鍊鍛).

Pemerintah Jepang semenjak tahun 1959 akhir sudah menerima pemuda dan mahasiswa Indonesia untuk berlatih dan belajar sebagai bentuk pembayaran pampasan perang. Secara bergelombang semenjak itu sepanjang tahunnya hingga 1965, ratusan dari pemuda dan mahasiswa Indonesia berkesempatan belajar di negara Jepang. Banyak dari mahasiswa tersebut

memanfaatkan liburan dan waktu senggangnya untuk memperdalam dan belajar seni beladiri, misalnya Kempo, Jujitsu, Judo, dan Karate. Para mahasiswa tersebut sepulang ke Indonesia tidak sebatas mendapatkan ijazah sebagaimana bidang studinya saja, namun pula mendapatkan tambahan penguasaan seni beladiri.

Utin Syahraz mendemonstrasikan Shorinji Kempo dalam rangka menyambut tamu-tamu dari Indonesia sebagai bentuk pertunjukan acara kesenian pada tahun 1964. Demonstrasi tersebut menarik mahasiswa dan juga pemuda Indonesia yang lain, di antaranya Ginanjar Kartasasmita dan Indra Kartasasmita beserta orang-orang yang lain. Beberapa dari mahasiswa kemudian mendatangi Kota Tadotsu tepatnya di pusat Shorinji Kempo untuk menimba seni beladiri tersebut. Ketiga pemuda tersebut, yakni Ginanjar Kartasasmita, Utin Syahraz (almarhum), dan Indra Kartasasmita dalam rangka meneruskan seni beladiri tersebut di Indonesia tepatnya tanggal 2 Februari 1966 pada akhirnya menciptakan olahraga Shorinji Kempo bernama Persaudaraan Beladiri Kempo Indonesia (PERKEMI).

Perkemi di Indonesia dinaungi oleh KONI Pusat. Ini adakah anggota penuh WSKO (World Shorinji Kempo Organization) atau Organisasi Federasi Shorinji Kempo sedunia dengan pusat yang ada di Kuil Shorinji Kempo di Kota Tadotsu. Kempo bukan sebatas ilmu seni beladiri saja, akan tetapi ini juga cabang olahraga yang dipertandingkan. Pelaksanaan olahraga ini dapat secara beregu, berpasangan, ataupun secara individu. Ada dua macam pertandingan di dalam beladiri Shorinji Kempo, yakni Randori dan Embu. Kemudian

terdapat kategori Embu Berpasangan dan Beregu di dalam embu. Secara umum ada 4, 6, hingga 8 anggota pada embu beregu. Selanjutnya adalah kategori *Fight* atau Randori satu lawan satu, tidak berbeda dari beladiri lainnya di kategori Randori yang untuk pertandingan menendang dan memukul mengenai sasaran dengan menggunakan acuan berat badan. Ketika berlangsungnya pertandingan, atlet atau *kenshi* mempergunakan pelindung kepala dan dada, juga pelindung di tangan. Sehingga, di dalam pertandingannya sebatas diperbolehkan menendang dan memukul saja dengan sasaran menendang yaitu dilarang menendang belakang badan, wajah atau arah kepala, dan kemaluan, sementara untuk sasaran memukul yaitu wajah.

a. Teknik-Teknik Kempo

Ada teknik-teknik pada *kenshi* untuk mengembangkan diri dalam cabang olahraga kempo, yakni:

- 1) *Taisabaki*: ini adalah teknik yang ditujukan dalam rangka menghindar dari pukulan atau tendangan dengan cara merubah arah tubuh.
- 2) *Juho*: ini adalah teknik dengan fokus untuk mengunci, mengelak, serta membanting dalam rangka membuat lawan tidak seimbang.
- 3) *Zazen*: ini adalah teknik yang berfokus terhadap pengaturan napas dan pikiran serta kekuatan mental.
- 4) *Goho*: ini adalah sebuah teknik keras dengan maksud menghindar, menangkis, dan memutar serangan.

b. Gerakan Dasar Kempo

Ini adalah gerakan yang harus *kenshi* kuasai untuk mendukung para *kenshi* melakukan gabungan teknik (*waza*). Ada tiga bagian dalam gerakan dasar kempo,

yakni tangkisan (*uke*), pukulan (*zuki*), dan tendangan (*geri*). Gerakan dasar pada Kempo, antara lain:

1) *Zuki* (Pukulan)

- a) *Torite zuki*: ini adalah pukulan yang ditujukan ke arah mata.
- b) *Shuto kiri*: ini adalah pukulan yang ditujukan ke arah leher.
- c) *Hiji ate zuki*: ini adalah pukulan menggunakan siku.
- d) *Kumade zuki*: ini adalah pukulan yang ditujukan ke dagu.
- e) *Uraken zuki*: ini adalah pukulan yang ditujukan ke pelipis.
- f) *Jodan zuki*: ini adalah pukulan yang ditujukan ke kepala.

2) *Geri* (Tendangan)

- a) *Kinteki geri*: ini adalah sebuah teknik tendangan yang ditujukan menuju arah kemaluan
- b) *Mawashi geri*: ini adalah sebuah teknik tendangan melingkar.
- c) *Ushiro geri*: ini adalah teknik tendangan yang ditujukan ke arah belakang.
- d) *Geri age*: ini adalah sebuah teknik tendangan yang ditujukan ke arah kepala.

3) *Uke* (Tangkisan)

- a) *Shoto uke*: ini adalah tangkisan ke luar dengan mempergunakan lengan bagian luar.
- b) *Shita uke*: ini adalah tangkisan menuju arah bawah.
- c) *Uwa uke*: ini adalah tangkisan menuju arah atas.



Dalam pertandingan di kempo berdasarkan peraturan WSKO pertandingan dalam kempo dikelompokkan ke dalam katagori di bawah ini:

1) Randori (*fight*)

- a) Dilakukan beregu atau perorangan
- b) Satu regu meliputi pemain sebanyak 6 orang dengan yang bertanding ada 5 orang dan cadangan sebanyak 1 orang.
- c) Pertandingannya menggunakan siswa 1 lawan 1 dari regu berbeda
- d) Menang yaitu pada saat melakukan kontak keras dengan 5 syarat serangan kepada lawan.

Dalam pertandingan Randori peserta harus menggunakan *do* (pelindung badan), mengenakan *glove* (sarung tangan) dan pelindung kepala. Selama pertandingan randori peserta wajib menggunakan *dogi* (seragam *kenshi*). Pemenang Randori yaitu peserta yang mempergunakan teknik dalam Kempo baik teknik *juho* ataupun *goho*. Setiap serangan yang digunakan wajib memenuhi lima syarat serangan, yang disebut dengan “*atemi no go yo ho*”. Penilaian tertinggi dengan perolehan jumlah nilai 10 ( Nilai *Ippon*) dan dua kali nilai *Waza Ari* (Nilai 5).

2) Embu (Rangkaian dari beberapa waza atau jurus dengan kerapian teknik)

- a) Dilakukan beregu dan berpasangan

- b) Dilakukan *kenshi* yang memenuhi persyaratan pada tingkatan Kempo
  - c) Pertandingan membutuhkan waktu 1,5-2 menit, jika batasan waktu dilewati maka setiap 10 detiknya juri akan mengurangi 1,5 nilai. diskualifikasi akan dilakukan apabila melebihi 3 menit.
  - d) Penilaian yang paling tinggi yaitu 100 dimana ini adalah kumulatif dari lima wasit atau penilai.
  - e) Nomor pertandingan Embu, peserta diperbolehkan memilih *waza* atau jurus yang ditawarkan sebagaimana level sabuk peserta.
- c. Lambang Shorinji Kempo

Dalam perjalanan awal mula Shorinji Kempo didirikan di Jepang hingga tersebar di beberapa negara Asia dan Eropa, Shorinji Kempo mengalami pergantian lambang/symbol. Hal ini karena seiring berkembangnya pemikiran dan menyebarluasnya para *kenshi* yang berlatih Shorinji Kempo juga budaya maupun politik di berbagai negara. Untuk menyatukan simbol atau lambang Shorinji Kempo sedunia maka, simbol atau lambang di bawah ini ditetapkan semenjak Shorinji Kempo ulang tahun ke-60:

Gambar 1. Lambang Shorinji Kempo



Selama ini ada perbedaan lambang untuk organisasi Shorinji Kempo di Asia dan di Eropa maupun di Amerika. Lambang kempo Asia menggunakan “*Tate Manji*” sedangkan lambang kempo Eropa dan Amerika menggunakan lambang “*Tate Ken*”. Salah satu penyebab digantinya lambang Shorinji Kempo karena Shorinji Kempo mulai berkembang di negara Eropa tetapi karna awal mula Shorinji Kempo menggunakan lambang *Tate Manji* “*Zen*” yang, pada faktanya lambang “*Tate Manji*” tidak mudah diterima masyarakat setempat, sebab kerap dianggap sama bukan hanya dari segi bentuk tapi juga maknanya sebab kerap diasosiasikan dengan lambang *Nazi Jerman* atau *Haken Kreuz*. Oleh karena itu dibuatlah lambang yang baru yang berbentuk dua lingkaran menyakut dan masih dilandasi filosofi Shorinji Kempo yaitu keberanian, keadilan, kasih, dan sayang yang kita kenal dan di pakai Kenshi Shorinji Kempo di dunia. Lambang “*ZEN*” bila diputar dapat menjadi lingkaran yang disatukan seperti hukum alam semesta.

Dua lingkaran yang dipakai yaitu gambaran atau perlambangan bumi dan langit, *yin* dan *yang*, kekuatan dan kasih sayang, diri dan orang lain,

*ken* dan *zen*, serta jiwa dan raga. Dengan ditetapkannya “satu” lambang kesatuan maka proteksi kekayaan intelektual dan ajaran Shorinji Kempo di seluruh dunia bisa terselenggara. Lambang Shorinji Kempo yang baru merupakan Lambang internasional *kenshi* sedunia dan sebagai lambang Organisasi Shorinji Kempo internasional atau sedunia yang diberlakukan WSKO. Lambang ini harus dipergunakan seluruh *kenshi* di dada kiri *dogi* (seragam *kenshi*) yang dikenakannya. Melalui pemberlakuan atas lambang tersebut, maka masing-masing *kenshi* di dunia menggunakan lambang yang seragam, tidak membedakan tingkatan DAN (*Yudansha*) dan KYU (*Kyukenshi*) maupun negara. *Manji* sudah dipakai untuk menjadi tanda Shorinji Kempo selama berabad-abad sebagaimana dalam Buddhisme. Ada dia arti dari *Manji* yakni kekuatan (menghadap-kanan) dan kasih sayang (menghadap-kiri).

WSKO tepatnya tanggal 1 April 2005 menetapkan lambang Shorinji Kempo baru yang dinamakan lingkaran ganda atau *so-en* serta dinyatakan bahwa ini merupakan bentuk ekstrim sepasang *Manji*. Pengelolaan dan hak dari tanda *so-en* dilindungi oleh Shorinji Kempo Grup.

Lambang Shorinji Kempo memiliki arti, yaitu: **Dua lingkaran** yang ada di tengah menunjukkan atau melambangkan positif dan negatif, surga dan neraka, jiwa dan raga, kekuatan dan kasih sayang, yin dan yang, serta diri sendiri dan orang lain. **Empat perisai** mengelilingi lingkaran memiliki lambang berupa keyakinan dimana keadilan dan kebenaran harus dibela dan dilindungi. **Empat titik** yang ada pada perisai melambangkan *yin*,

*yang*, surga, dan neraka.

Melalui adanya pelambangan baru ini, maka Shorinji Kempo secara internasional mempergunakan satu lambang di dada kiri, sementara lambang organisasi Shorinji Kempo negaranya terpasang di lengan kanan. Lambang penguji atau pelatih atau *badge* dojanya atau wilayah yang diwakili dipasang di lengan kiri. Tidak sedikit negara lain yang mempergunakan kepalan perisai (*tateken*). Bendera panjang “*manji dharma*” di atasnya dipakai pula pada Shorinji Kempo. Apabila melakukan *gassho rei* dan berhadapan dengan lambang-lambang tersebut, maka ini adalah wujud sikap saling hormat sebab menyatukan hati kita, serta berkonsentrasi terhadap kebenaran dan keselarasan prinsip kedharmaan sebagaimana dimaksud *manji* dan berupaya dalam rangka mencapai tujuan. Berikut adalah Lambang/Simbol Shorinji Kempo sebelum diganti dengan lambang yang ada sekarang:

Lambang/Simbol *tate manji* yang sebelumnya dipakai pada Shorinji Kempo di negara Jepang dan negara Asia.

d. Lambang *Tate Manji*

*Gambar 2. Lambang Tate Manji*



e. Lambang *Tate ken* yang digunakan Shorinji Kempo di negara-negara Eropa

*Gambar 3. Lambang Tate ken*



## 2. Pengertian Faktor Pendukung

Faktor pendukung yaitu berbagai hal yang bisa mempengaruhi perkembangan sesuatu, menjadi lebih dari sebelumnya, dan memajukan. Faktor pendukung dalam tercapainya prestasi akan dipengaruhi dari kualitas latihan itu sendiri. Beberapa tahapan yang dilakukan dalam pelaksanaan kegiatan untuk mencapai prestasi olahraga dengan mengaplikasikan dari keilmuan ke pelatihan. Selain itu ada juga faktor pendukung pencapaian prestasi secara optimal, yakni faktor eksogen dan endogen. Prestasi olahraga dipengaruhi kedua faktor ini. Ada empat aspek faktor penentu, yakni: (1) aspek penunjang; (2) aspek lingkungan; (3) aspek psikologis yang meliputi koordinasi saraf dan kerja otot, kepribadian, motivasi, dan kecerdasan atau



intelektual; (4) aspek biologis yang meliputi kemampuan atau potensi dasar tubuh, gizi, struktur tubuh, postur tubuh, dan fungsi organ tubuh (Sajoto 1988: 3). Secara umum faktor endogen mencakup kesehatan mental dan fisik, aspek kepribadian dan kejiwaan yang baik, serta sikap mental yang baik di antaranya mempunyai rasa penasaran yang besar dalam pengetahuan, bertanggung jawab, kreatif, tekun, disiplin, dan memiliki sikap sosial. Sementara faktor eksogen terdiri dari partisipasi pemerintah, lingkungan, organisasi, perlengkapan, tempat, alat, keuangan, dan pelatih (Utami, 2019). Dari faktor yang mempengaruhi prestasi di atas diperjelas lagi dengan faktor yang mempengaruhi prestasi shorinji Kempo bisa ditunjukkan dari faktor endogen yaitu mencakup penguasaan taktik dan teknik, mental yang baik, dan kesehatan fisik. Sedangkan faktor eksogen meliputi lingkungan, kompetisi, fasilitas, dan pelatih. Seluruh dari faktor ini saling terkait, sehingga jika terganggu salah satunya maka dapat menjadikan prestasi atlet juga terganggu.

### 3. Pengertian Faktor Penghambat

Penghambat merupakan berbagai hal yang sedikit berpengaruh atau menghentikan suatu hal menjadi lebih dibandingkan yang sebelumnya. Hambatan juga dinamakan rintangan atau halangan cenderung bersifat negatif yang bisa memperlambat laju suatu hal yang dikerjakan oleh seseorang. Dalam beberapa usaha sadar untuk mendapatkan suatu prestasi olahraga erat kaitannya dengan hambatan. Hambatan itu bisa berupa pelaksanaan program atau bahkan dalam suatu pengembangan. Setiap pekerjaan atau tugas tidak terlaksana jika pekerjaan tersebut terhambat. Faktor tersebut di bagi ke dalam

faktor eksternal dan internal yang mempengaruhi sebuah prestasi. Irianto (2002: 9) memberikan pemaparan bahwa faktor internal yakni faktor penunjang utama dari ketercapaian prestasi olahraga. Ini dikarenakan faktor ini mampu memberi dorongan lebih kuat dan stabil dalam diri olahragawan. Sementara faktor eksternal adalah penguat yang mempengaruhi kualitas latihan berikutnya. Entang (1985: 13) memaparkan bahwa kesulitan belajar disebabkan faktor seperti kelemahan akibat sikap yang salah, kelemahan emosional, kelemahan mental, dan kelemahan fisik. Ini selaras akan pemaparan dari Dakir (1994: 164) yang menerangkan bahwa keterlambatan atau hambatan studi seorang individu disebabkan oleh individu itu sendiri, tujuan, lingkungan, sarana dan prasarana, kurikulum, dan pembimbing.

#### 4. Prestasi Olahraga

Pengertian prestasi olahraga berdasarkan penjelasan dari UNESCO yaitu segala bentuk dari kegiatan fisik yang terorganisir dengan tujuan meningkatkan atau mengekspresikan kesejahteraan mental dan kebugaran fisik, mendapatkan hasil di semua tingkatan dalam kompetisi, serta membentuk hubungan sosial. Prestasi yang meningkat pada dunia olahraga bukan sebatas terhadap kemampuan pelatih yang berpengalaman menjadi atlet saja. Kini, pelatih diharuskan untuk mampu mengembangkan dirinya agar kualitas kemampuannya meningkat, misalnya dengan memiliki lisensi atau mengikuti penataran pelatihan supaya memperoleh ilmu baru yang bisa diterapkan pada atlet yang dibimbingnya (Martindale & Nash, 2012). Hal ini adalah pertanda bahwa ilmu pengetahuan baru dibutuhkan dalam dunia

olahraga prestasi dan harapannya bisa memacu peningkatan prestasi atlet (Williams, 2005).

Dalam mencapai suatu tujuan prestasi olahraga diperlukan suatu pembinaan yang teratur dan berjalan secara sistematis. Pelatihan yang berjenjang dan berkelanjutan dalam Latihan merupakan salah satu cara dalam pembentukan pembinaan prestasi. Upaya ini dilakukan untuk membentuk atlet yang berpotensi dalam setiap kegiatan kejuaraan. Seperti yang diungkapkan oleh Irianto (2018: 15) bahwa untuk mencapai prestasi merupakan usaha yang multikomplek, yang melibatkan banyak faktor, baik faktor internal maupun eksternal. Kualitas Latihan yang baik merupakan pondasi dalam membentuk atlet berpotensi untuk mencapai sebuah tujuan berprestasi.

## **B. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Prestasi Shorinji Kempo**

### **1. Faktor Endogen**

#### **a. Fisik**

Secara kumulatif perkembangan dari kondisi fisik sangatlah penting. Jika kondisi fisik atlet tidak baik, maka mereka tidak akan bisa mengikuti latihan secara sempurna. Latihan sendiri adalah proses sistematis untuk menyiapkan olahragawan pada tingkat penampilan tertingginya dengan dilakukan berulang dan beban yang terus bertambah (Nossek 1982: 15). Nossek dalam Suharjana (2004:13) memberikan penjelasan bahwa latihan yaitu sebuah proses mengembangkan penampilan olahraga dengan menggunakan tindakan organisasional, metode latihan, dan isi latihan sesuai tujuan.

#### b. Penguasaan Teknik

Keterampilan gerak diartikan sebagai gerak mengikuti suatu bentuk atau pola yang membutuhkan kontrol dan koordinasi seluruh atau sebagian tubuh lewat proses belajar (Depdikbud, 2000: 8). Sedangkan untuk pendekatan teknis yakni bentuk pendekatan yang bisa pelatih terapkan untuk suatu kebutuhan, contohnya ketepatan, ketangkasan, kebiasaan tertentu, serta sebagainya. Pendekatan ini bertujuan dalam rangka mendapatkan keterampilan dan ketangkasan mengenai suatu hal yang dipelajari dengan secara praktis melakukannya berdasarkan pengetahuan yang dipelajari dan siap dipakai jika dibutuhkan sewaktu-waktu. Dalam pelaksanaan prosesnya, model pendekatan teknik lebih berfokus terhadap penguasaan unsur teknik dasar secara terpisah.

Secara ringkas pendekatan teknis ini adalah pendekatan *training* atau latihan sebagai langkah mengajar yang baik dalam rangka menanamkan suatu kebiasaan-kebiasan. Ini adalah sarana mendapatkan keterampilan, kesempatan, ketepatan, dan ketangkasan (Supriyanto, 2017). Shorinji Kempo bisa dikatakan sebagai seni beladiri dengan mempergunakan bantingan, tangkisan kuncian, pukulan, dan tendangan. Penguasaan Teknik dalam kempo sangat diperlukan karna pada setiap pertandingan penilaian utama yaitu penggunaan aturan teknik dalam gerakan kempo.

#### c. Mental

Proses latihan memiliki tujuan utama yaitu dalam rangka membantu atlet mencapai prestasi yang optimal. Agar tujuan ini bisa dicapai, Harsono

(1988, hlm. 100) menerangkan bahwa atlet perlu memperhatikan dan melatih empat aspek latihan yang terdiri dari latihan mental, latihan fisik, latihan taktik, dan latihan teknik. Perkembangan mental seorang atlet sangat berkaitan dengan faktor tersebut, sebab jika perkembangan taktik, fisik, dan teknik atlet sempurna sementara mentalnya tidak ikut berkembang, maka tidak akan bisa mencapai prestasi atlet tersebut. Mental yang ada dalam diri berupa motivasi berprestasi. Motivasi memiliki asal kata dari “Motif” atau memiliki arti daya upaya yang memacu seorang individu bertindak. Motif ini daya penggerak di dalam diri subyek untuk bertindak sesuatu untuk proses pencapaian suatu tujuan. Uno (2012: 8) memberikan pemaparan bahwa motivasi motivasi yaitu kekuatan dan dorongan untuk melakukan suatu tujuan. Sopiah (2008: 70) memberikan pemaparan bahwa secara intinya definisi dari motivasi mencakup 3 dasar pokok karakteristik, yakni adanya arah dan tujuan, kemauan yang kuat, dan usaha. Setiap karakteristik ini diuraikan sebagaimana berikut:

- 1) Usaha: Ini merujuk pada kekuatan perilaku kerja dari seorang individu atau banyaknya kuantitas yang seseorang tunjukkan dalam pekerjaannya.
- 2) Kemauan Keras: ini merujuk kepada kemauan keras dari seorang individu pada saat berusaha melakukan tugasnya.
- 3) Arah dan Tujuan: ini merujuk kepada kemauan dan usaha keras dari seorang individu.

Sunyoto (2012: 11) menerangkan bahwa motivasi adalah hal yang penting sebab harapannya dengan adanya motivasi maka seluruh atlet antusias dan mau bekerja keras mencapai kinerja yang tinggi. Perilaku seorang individu dirangsang dan dipengaruhi oleh adanya keinginan, pemenuhan kepuasan, tujuan, dan kebutuhannya. Rangsangan tersebut dapat mendorong seorang individu melakukan suatu kegiatan. Motivasi dibagi menjadi dua bagian yaitu motivasi ekstrinsik dan intrinsik. Motivasi intrinsik yaitu suatu dorongan dari dalam yang bisa menjadikan seseorang terlibat.

Seorang atlet dengan motivasi intrinsik akan mengikuti pertandingan bukan dikarenakan oleh adanya dorongan dari luar atau situasi buatan, akan tetapi sebab adanya kepuasan dalam diri. Kepuasan dalam diri bagi atlet tersebut didapatkan melalui prestasi tinggi dan tidak didapatkan melalui pujian, pemberian hadiah, maupun pemberian penghargaan yang lain. Atlet ini disiplin, tekun, teratur, dan bekerja keras untuk latihan dan tidak bergantung kepada orang lain. Atlet ini secara umum memiliki kepribadian matang, kreatif, disiplin, percaya diri, tekun, sportif, dan jujur. Kegiatan yang didasari motivasi intrinsik akan cenderung lebih lama bertahan daripada motivasi yang lain, sedangkan motivasi ekstrinsik yaitu suatu dorongan dari luar diri yang menjadikan seseorang terlibat olahraga. Sumber dorongan tersebut dari guru, pelatih, orang tua, pembina, uang, penghargaan, sertifikat, atau hadiah. Motivasi ekstrinsik dalam konteks olahraga terdiri dari motivasi kompetitif. Sebab peran dari motif bersaing



sangat krusial dibandingkan kepuasan. Kemenangan adalah tujuan satu-satunya, oleh karena itu muncul kecenderungan licik, kurang jujur, kurang sportif, dan berbuat curang. Atlet dengan motivasi ekstrinsik kerap kali tidak menghargai aturan pertandingan, lawannya, maupun orang lain.

#### d. Taktik

Taktik adalah pola pikir atau siasat tentang bagaimana mengaplikasikan suatu teknik yang di dalam permainan yang ditujukan guna menyerang lawan guna mencapai kemenangan. Arti dari taktik juga adalah siasat menembus pertahanan lawan sesuai kemampuannya dan dilakukan secara sportif. Beberapa ciri-cirinya adalah sebagai berikut:

- 1) mengembangkan kreatifitas, daya nalar, serta pengambilan keputusan yang tepat.
- 2) memantapkan mental juara
- 3) mencapai kemenangan dengan cara efisien dan efektif

Pendekatan taktik menurut penjelasan dari Soni & Saryono (2011) yakni pendekatan pengajaran yang mampu mendorong perkembangan keterampilan dan perkembangan pemahaman taktik secara bersamaan guna memfasilitasi permainan, kesenangan dan pemahaman pemain secara lebih baik terhadap permainan. Ini bisa pula disebut pendekatan yang berfokus terhadap pembelajaran berbentuk permainan. Model pendekatan taktik pada prosesnya cenderung mengarah pada langkah memberikan rangsangan pada orang lain dalam hal pemahaman bermain dalam permainan, penampilan bermain secara kritis, dan kesadaran taktik.

## 2. Faktor Eksogen

### a. Pelatih

Pelatih yaitu seorang yang bertanggung jawab meningkatkan dan mengoptimalkan derajat atlet dalam rangka mencapai suatu prestasi. Pelatih sebagai figur yang di segani oleh atletnya. Pelatih mempunyai kedekatan yang intens dengan atlet. Untuk itu pelatih olahraga harus memiliki kemampuan untuk memahami dan merespons kebutuhan unik setiap atlet, serta mengembangkan program pelatihan yang terstruktur dan efektif (Martens, 2012). Oleh karena itu, pelatih memiliki peran penting untuk atlet sebagai pencapaian kesuksesan prestasi. Menurut Chrila dan Chrila (2015), peningkatan performansi atlet bisa dengan manajemen performansi oleh pelatih. Seorang pelatih dengan kapabilitas dan pengalaman yang sesuai sangat mempengaruhi profesionalisme dan peningkatan kesiapan dalam pelatihan atlet. Pelatih yang ideal mempunyai beberapa ciri salah satunya yaitu berpengetahuan luas dan ilmiah, mempunyai kepribadian yang baik untuk dicontoh para atletnya, mempunyai *skill* baik dalam cabang olahraganya, cukup berpengalaman sebagai atlet, organisator sebagai pendidik yang mengedukasi, mempunyai sifat interaksi yang baik terhadap sesama, jujur serta bertanggung jawab, dapat bekerja sama dengan atletnya, berlisensi pelatih sesuai dengan cabang olahraganya, kreatif, mudah menerima kritik masukan dan kerja keras serta disiplin (Hasyim dan Saharullah 2019). Seberapa besar prestasi atlet erat kaitannya dengan dukungan dari banyak pihak. Pelatih berkualitas dalam konteks ini berperan

krusial dalam upaya meningkatkan prestasi atlet. Pelatih diharuskan untuk bisa mengaplikasikan program latihan sesuai kondisi, membina dan memantau latihan dengan kontinyu dan teratur hal ini selaras dengan pernyataan oleh Utomo, 2021 bahwa keberhasilan pembinaan klub untuk mencapai prestasi optimal erat kaitannya dengan dukungan banyak pihak, dimana peningkatan prestasi sangat dipengaruhi pelatih yang berkualitas.

#### b. Fasilitas Sarana Prasarana

Fasilitas memadai juga memiliki peranan krusial untuk mempertahankan kualitas seorang atlet. Ini adalah sesuatu yang perlu untuk diperhatikan guna mendukung semangat latihan untuk mencapai prestasi optimal. Selain itu, sarana prasarana juga berperan vital, dimana jika hal ini tidak terpenuhi maka jalannya latihan akan terhambat dan mempengaruhi pencapaian prestasi. Prestasi ditunjang pula dengan faktor lingkungan dan kompetisi, dimana kompetisi yang ada bisa melatih atlet siap bertanding, bisa membentuk kepercayaan diri atlet, serta membentuk strategi (Kurniawan et al., 2020). Aclubra (dalam Al Asad, Mulyadi, dan Sugiharto 2020: 12) memberikan pemaparan, sarana prasarana olahraga adalah berbagai fasilitas dalam olahraga yang terdiri dari seluruh bangunan dan lapangan olahraga dan juga pelengkapanya untuk menunjang pelaksanaan olahraga. Guna meningkatkan fasilitas olahraga yang memadai dan juga baik, maka perlu menyesuaikan dengan standar kebutuhan perorangan, mengingat fasilitas merupakan pendukung dalam terselenggaranya pembelajaran dalam pelaksanaan latihan di klub. Dari

beberapa pengertian di atas bisa didapatkan kesimpulan bahwa sarana yakni alat olahraga untuk kelancaran latihan dan pembelajaran olahraga, bisa dimodifikasi sesuai kemampuan dan kebutuhan atlet, serta mudah dipindah-pindahkan untuk membantu pencapaian tujuan. Sementara yang dimaksud dengan prasarana yaitu berbagai hal penunjang proses bisa terselenggara.

### c. Kompetisi

Tugas dari atlet pelajar sangat krusial dalam kompetisi cabang akademik dan olahraga. Atlet pelajar akan berupaya meraih prestasi optimal dengan cara mengikuti kompetisi. Kompetisi berdasarkan penjelasan dari Rosalina & Nugroho (2020) yaitu indikator pencapaian prestasi atlet bela diri dimana latihan yang dilakukan ditujukan supaya memperoleh kekuatan, kelenturan, keseimbangan, kelincahan, kecepatan, daya tahan, dan kekuatan badan untuk menyiapkan diri sebelum dimulainya pertandingan (Ardini dan Jannah 2017). Perlu adanya latihan dalam rangka meningkatkan dan mengasah kemampuan, baik mental, teknik, maupun fisik. Definisi dari kompetisi adalah situasi di mana orang berkompetisi dalam melawan orang lain dalam kegiatan fisik yang sifatnya terorganisasi (Mylsidayu, 2014:60). Selain itu, ini juga adalah ajang mengadu beberapa kompetitor atau peserta untuk mendapatkan juara menurut peraturan permainan yang ada (Ricky Aditya, 2013:18). Mengacu pada pengertian tersebut, disimpulkan bahwa kompetisi adalah sarana penilaian terhadap kemajuan klub atau individual lewat persaingan yang

bertujuan untuk mengasah atau mengandalkan kemampuan hasil latihan dari masing-masing individu.

d. Lingkungan

Coni Semiawan memberikan penjelasan bahwa lingkungan keluarga yaitu media utama dan pertama yang mempengaruhi perilaku perkembangan anak. Faktor sosial dan fisik yang ada di dalam keluarga sangat mempengaruhi perkembangan anak. Faktor fisik ini di antaranya adalah suasana lingkungan di sekitar rumah, sarana dan prasarana belajar yang ada, dan keadaan rumah yang bisa mengganggu belajar anak. Maka dari hal tersebut, lingkungan keluarga ini adalah sebuah faktor utama untuk perkembangan seorang anak. Kepribadian dan sikap anak akan terbentuk lewat lingkungan keluarga ini.

e. Pendekatan ilmiah IPTEKOR

Ilmu pengetahuan adalah sebuah dasar penguasaan penalaran manusia. Pemahaman baru didapatkan dari pemikiran, penelitian dan proses penalaran, sehingga didapatkan data empiris yang secara akademis dapat dipertanggungjawabkan. Penguasaan teknologi juga menjadi tolak ukur kesuksesan seluruh aspek, baik aspek kesehatan, pertanian, industri hingga olahraga. Hal ini dikarenakan pembinaan olahraga adalah proses terpadu dan berkesinambungan yang membutuhkan dukungan IPTEK yang tepat dan pengelolaan yang profesional supaya hasil yang optimal bisa tercapai. *Sport science* adalah suatu aplikasi ilmiah dari sebuah prinsip pengetahuan yang ditujukan dalam rangka membantu meningkatkan performa atlet.

Informasi-informasi dari studi sistematis, mencakup kualifikasi pelatih dan materi pelatihan. Akan tetapi, tidak sedikit pelatih dan atlet yang mempunyai masalah beragam. Ilmuwan berkualitas bisa dijadikan sebagai landasan yang potensial untuk pelatih dan atlet dalam membantu mengatasi permasalahan dalam olahraga. Konsep *sport science* didasari oleh hal spesifik berupa diskusi secara mendalam terkait kebutuhan individual atlet. Perolehan informasi oleh atlet dan pelatih karna pengukuran secara berkala mengikuti Latihan yang sudah di buat. Informasi terkait pengukuran yang berlandasan *sport science* dapat digunakan untuk di antaranya:

- 1) Melakukan evaluasi terhadap kelemahan dan kekuatan atlet terkait cabangnya.
- 2) Menilai seberapa efektifnya program latihan
- 3) Penyediaan tujuan yang sifatnya jangka pendek
- 4) Melakukan evaluasi terhadap status kesehatan seorang atlet
- 5) Melakukan identifikasi terhadap kesiapan atlet baik dalam pertandingan ataupun latihan.

Secara umum bidang yang ada dalam *sport science* mencakup cabang *sport medicine*, nutrisi, biomekanika, psikologi, dan fisiologi.

### **C. Penelitian Relevan**

Penggunaan penelitian relevan adalah landasan sebuah penelitian agar lebih terarah dan jelas. Berberapa hasil penelitian yang relevan, di antaranya:

1. Penelitian dari Pratama Endra Tuwianto pada tahun 2018 berjudul “Faktor-Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Klub Bola Voli Yuso Yogyakarta” hasilnya (1) faktor pendukung prestasi termasuk ke dalam kategori sangat mendukung, termasuk kategori sangat mendukung untuk indikator lingkungan, termasuk kategori mendukung untuk indikator sarana dan prasarana, termasuk kategori mendukung pada indikator atlet, organisasi, dan kompetisi, termasuk kategori sangat mendukung untuk indikator pelatih; (2) faktor penghambat prestasi termasuk kategori tidak menghambat, dimana termasuk kategori tidak menghambat untuk indikator lingkungan, termasuk kategori sangat tidak menghambat untuk indikator kompetisi, termasuk kategori tidak menghambat untuk indikator sarana dan prasarana, termasuk kategori tidak menghambat untuk indikator organisasi, termasuk kategori tidak menghambat untuk indikator atlet, dan termasuk kategori tidak menghambat untuk indikator pelatih.
2. Penelitian yang berjudul “Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Klub Polo Air Daerah Istimewa Yogyakarta” yang diteliti oleh Guntur Anugrah Samudra pada tahun 2019. Hasilnya yaitu faktor pendukung prestasi Klub Polo Air DI Yogyakarta tinggi dan memiliki pertimbangan rata-rata sebesar 166,9. Sedangkan faktor penghambat prestasi Klub Polo Air DI Yogyakarta adalah sedang dengan pertimbangan rerata sebesar 143,20.
3. Penelitian berjudul “Identifikasi Faktor Penunjang Dan Penghambat Prestasi Bola Basket Putri Di Smkn 1 Boyolangu Kabupaten Tulungagung Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya” yang diteliti oleh Umi Yasiroh dan Siantoro pada tahun 2019 dengan hasil penelitian yaitu faktor

pendukung kualitas latihan tim bola basket putri di SMK Negeri 1 Boyolangu terdiri dari: 1) sumbangan dari ilmu pengetahuan, 2) jadwal latihan yang rutin, 3) dukungan dari orang tua, 4) motivasi internal maupun eksternal atlet untuk mengikuti latihan, 5) kompetisi, 6) pelatih yang profesional, dan 7) fasilitas sarana dan prasarana yang memadai. Sementara faktor yang menghambat, yaitu: 1) tidak terdapat forum evaluasi bagi orang tua atlet, pelatih, pembina, dan kepala sekolah untuk berkomunikasi, dan 2) Jadwal sekolah yang *full day*.

4. Penelitian Nurul Kamilah, Supriatna, dan Rubiyanto pada tahun 2023 berjudul “Faktor-Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak” dengan hasilnya yaitu Faktor Pendukung Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak yaitu sebesar 75% atau dominan termasuk ke dalam kategori mendukung. Ini ditunjang faktor-faktor di antaranya: faktor kompetisi masuk atau memiliki persentase 63% yang berkategori mendukung, faktor organisasi dan sarana prasarana yang memiliki persentase 81% atau berkategori mendukung, faktor atlet dan pelatih yang memiliki persentase 69% yang berkategori mendukung. Sementara faktor penghambat secara keseluruhan yaitu 44% termasuk kategori menghambat. Ini ditunjang faktor-faktor di antaranya, faktor kompetisi dan sarana prasarana yang memiliki persentase 50%, faktor organisasi dan atlet yang memiliki persentase 37,5% atau berkategori menghambat, serta faktor pelatih yang memiliki persentase 31% atau berkategori menghambat.



5. Penelitian yang dilakukan oleh Irpan, Supriatna, dan Rubiyanto pada tahun 2022 menunjukkan hasil penelitian bahwa dari 5 faktor yaitu atlet, pelatih, sarana/prasarana dan organisasi serta kompetisi. Dari faktor kelima itu menunjukkan bahwa sarana prasarana lebih banyak dominan dengan tingkat penghambat 60%, organisasi tingkat penghambat 60%. Untuk atlet tingkat penghambatnya adalah 50%, pembinaan sebesar 57%, kompetisi sebesar 57%. Dengan begitu penelitian ini dapat disimpulkan bahwa hambatan dominan terhadap perkembangan bola tangan di Kalimantan Barat adalah faktor sarana/prasarana dan organisasi.

Kelebihan dari penelitian peneliti ini yaitu ada pada objek, variable, serta subjek yang diteliti. Pada penelitian yang hendak dilakukan menggunakan dua variabel sehingga jika ada kekurangan dari hasil penelitian dari salah satu variabel bisa dijadikan bahan acuan yang nyata untuk ditingkatkan.

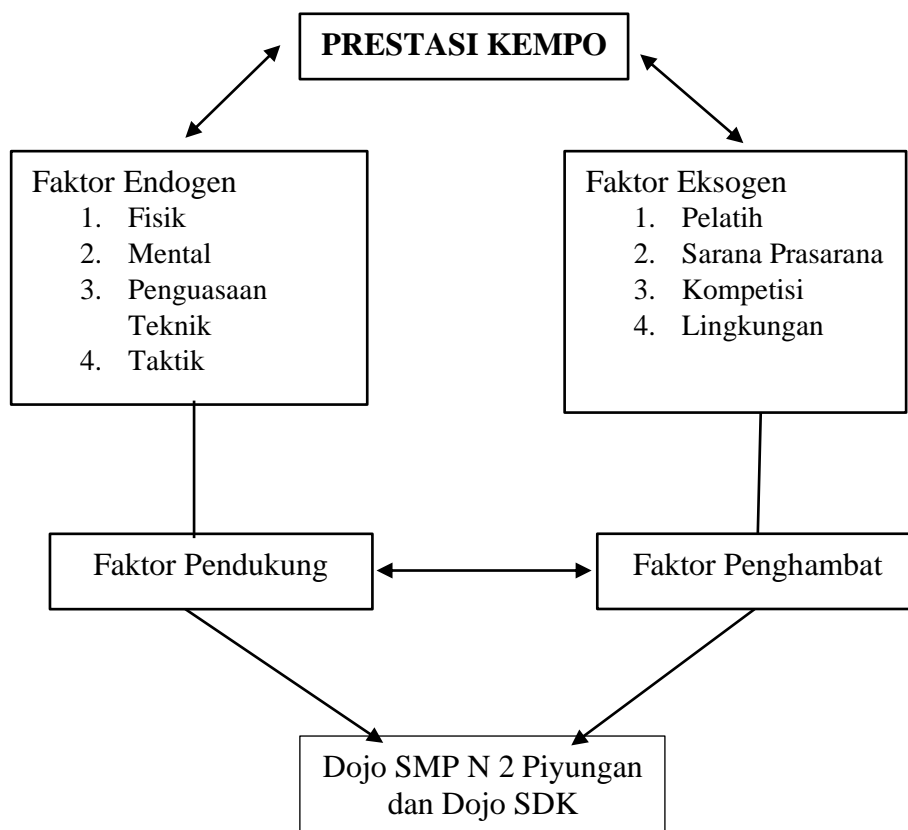
#### **D. Kerangka Berpikir**

Menurut ahli Bisri (2003:44) menyatakan bahwa, kerangka berpikir bisa berbentuk kerangka penalaran logis dan kerangka teori. Sedangkan menurut Sugiyono (2006:66) mengemukakan, bahwa Paradigma berpikir memperlihatkan hubungan antar variabel penelitian yang juga merefleksikan jumlah dan jenis rumusan masalah, teori untuk perumusan hipotesis, jumlah dan jenis hipotesis, serta analisis data. Kerangka berpikir adalah sebuah gambaran dari seorang peneliti yang di gunakan sebagai acuan supaya usulan penelitiannya bisa untuk di terima dan di pahami. Berikut disajikan sebuah

susunan kerangka berpikir dengan keterkaitan antar variabel dalam permasalahan yang diangkat oleh peneliti.

Peneliti memfokuskan dasar-dasar dari penjabaran kajian teori penelitian yang sudah di susun menjadi sebuah kerangka berpikir yang sistematis dan menjadi pembahasan penelitian. Berikut susunan kerangka berpikir dari rancangan penelitian identifikasi faktor pendukung dan penghambat prestasi atlet kempo di Dojo SMP N 2 Piyungan dan SDK Bonoharjo.

*Bagan 1. Kerangka Berpikir*



#### **E. Pertanyaan Penelitian**

1. Bagaimana identifikasi faktor penghambat prestasi atlet di Dojo SMP N 2 Piyungan?
2. Bagaimana identifikasi faktor pendukung prestasi atlet di Dojo SDK Bonoharjo?
3. Bagaimana identifikasi faktor pendukung dan penghambat prestasi atlet pada Dojo SMP N 2 Piyungan dan SDK Bonoharjo?

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Jenis Penelitian**

Penelitian yang dilakukan ini merupakan penelitian deskriptif. Penelitian ini dilakukan untuk membantu menjawab permasalahan saat dilakukan penelitian. Budiwanto (2017: 147), menyatakan bahwa “Rancangan penelitian deskriptif adalah rancangan penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan atau memaparkan secara sistematis, faktual dan akurat secara objektif tentang suatu objek amatan yang terjadi pada masa kini”. Sedangkan, Arikunto (2006:139) menerangkan bahwa ini merupakan penelitian yang sebatas memberi gambaran terkait status atau keadaan suatu fenomena. Penelitian deskriptif ditujukan guna mendeskripsikan atau memberikan gambaran tentang faktor pendukung dan penghambat Dojo SMP N 2 Piyungan dalam melakukan pembinaan atlet berprestasi dengan pembandingan Dojo SDK Bonoharjo. Tujuan penelitian ini menggali mengenai faktor-faktor penghambat dan pendukung dalam pelaksanaan latihan yang dialami dojo dengan lebih dalam, sehingga penelitian ini memberikan hasil dalam bentuk angka atau persentase dari kedua cabor dan akan di deskripsikan. Metode *survey* dipergunakan pada penelitian ini.

Beberapa ahli mendefinisikan terkait dengan *survey* salah satunya Damayanti (2013) yang memberikan penjelasan sebagai suatu cara atau prosedur guna mendapatkan pengetahuan ilmiah. Metode *survey* aabskan digunakan peneliti untuk melakukan pengumpulan berbagai data terkait faktor sebagai kelemahan yang ada pada dojo SMP 2 N Piyungan dan pendukung dari Dojo SDK Bonoharjo sehingga

selanjutnya bisa dilakukan analisis dan mendapatkan jawaban terkait dengan masalah dojo SMP N 2 Piyungan.

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

Variabel penelitian ini yaitu faktor pendukung dan penghambat Dojo SMP N 2 Piyungan dan Dojo SDK Bonoharjo. Definisi operasional variabel tersebut yaitu upaya yang dilakukan secara sistematis untuk mencapai tujuan berprestasi dengan melakukan pengidentifikasian faktor pendukung dan penghambat dojo. Sumber daya dan komponen dalam mendukung prestasi atlet dojo meliputi faktor endogen dan eksogen.

Faktor pendukung penelitian ini yaitu segala kondisi atau pelatihan yang menyebabkan tugas tersebut menjadi lancar dan menghasilkan prestasi unggul selama menghadapi kompetisi. Sedangkan untuk faktor penghambat yaitu sesuatu yang berkaitan dengan segala keadaan yang mempunyai fungsi tidak maksimal dalam pelaksanaannya.

Faktor pendukung bisa dinyatakan sebagai berbagai hal yang mempengaruhi perkembangan sesuatu, menjadi lebih baik dibandingkan kondisi sebelumnya. Faktor pendukung untuk tercapainya prestasi akan dipengaruhi dari kualitas latihan itu sendiri. Beberapa tahapan yang dilakukan dalam pelaksanaan kegiatan untuk mencapai prestasi olahraga dengan mengaplikasikan dari keilmuan ke pelatihan

Faktor penghambat yaitu berbagai hal yang sedikit mempengaruhi atau menghentikan suatu hal lebih dari kondisi awalnya. Hambatan juga dinamakan rintangan atau halangan. Arti dari hambatan ini sangat krusial dalam menjalankan pekerjaan atau tugas. Setiap pekerjaan atau tugas tidak terlaksana jika pekerjaan

tersebut terhambat.

Pengukuran dalam penelitian ini dilakukan dengan angket yaitu terkait Faktor-faktor pendukung dan penghambat prestasi Dojo SMP N 2 Piyungan dan Dojo SDK Bonoharjo yang meliputi Faktor endogen yang mempengaruhi di antaranya: mental, fisik, taktik, teknik sementara faktor eksogen yaitu lingkungan, kompetisi, sarana prasarana, dan pelatih. Berdasarkan seluruh dari indikator tersebut akan diukur menggunakan angket berbentuk skor. Penggunaan angket ini ditujukan guna mengetahui identifikasi faktor pendukung dan penghambat prestasi Dojo SMP N 2 Piyungan dan Dojo SDK Bonoharjo.

### **C. Tempat dan Waktu Penelitian**

Pelaksanaan penelitian ini di Dojo SMP N 2 Piyungan dan Dojo SDK Bonoharjo pada bulan Desember 2023. Penelitian ini melibatkan atlet kempo dari kedua dojo tersebut.

### **D. Populasi dan Sampel Penelitian**

Populasi bisa dikatakan sebagai wilayah generalisasi dengan cakupan subjek atau objek dengan ciri dan jumlah khusus yang peneliti tetapkan dengan tujuan dipelajari dan disimpulkan (Riduwan and Akdon 2007: 237). Sedangkan Sugiyono (2010) memberikan penjelasan bahwa pengertian purposive sampling adalah sebuah metode yang ditujukan dalam rangka memastikan ilustrasi penelitian dengan pertimbangan khusus agar informasi yang nantinya didapatkan lebih representatif. Teknik pengambilan sampel dengan purposive sampling adalah metode sampling *nonrandom sampling* di mana periset dalam hal ini memastikan pengutipan ilustrasi lewat metode tepat untuk tujuan riset atau pengambilan sampel

berdasarkan kriteria tertentu. Pada penelitian ini menggunakan sejumlah 20 orang atlet Dojo SMP N 2 Piyungan dan Dojo SDK Bonoharjo yang dijadikan sampel.

Kriteria yang dimaksud meliputi:

1. Atlet terdaftar di SIMPERKEMI Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan dan SDK Bonoharjo.
2. Atlet bayangan PORDA 2025

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

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

Alat ukur atau instrumen untuk pengukuran variabel dengan memanfaatkan angket. Damayanti (2013: 27) memberikan penjelasan bahwa angket yaitu suatu daftar pernyataan atau pertanyaan pada responden dalam rangka menggali data sesuai masalah yang diteliti. Upaya yang penting untuk dipertimbangkan supaya instrumen tepat sasaran yaitu menentukan variabel, faktor-faktor atau dimensi-dimensi, serta penyusunan item pernyataan atau pertanyaan. Angket ini dapat diberikan secara online atau secara langsung kepada responden.

##### **2. Teknik Pengumpulan data**

Angket yang bersifat tertutup dipergunakan untuk menjadi teknik pengumpulan data penelitian ini. Pengumpulan data yang diperlukan oleh peneliti menggunakan angket untuk memperoleh informasi dari responden. Penyajian angket bisa berbentuk pernyataan yang terdiri dari faktor eksogen dan endogen. Faktor endogen meliputi indikator mental, fisik, taktik, dan teknik. Sedangkan untuk faktor eksogen yaitu terdiri dari indikator lingkungan, sarana prasarana, kompetisi, pelatih. Angket setiap item tes mencakup empat alternatif

jawaban yang dimodifikasi dengan skala Likert. Hal ini digunakan untuk mempermudah responden untuk memilih satu di antara empat alternatif jawaban yang dirasa sesuai dengan fakta yang pelatih dan atlet alami. Jawabannya meliputi setuju, sangat setuju, sangat tidak setuju dan tidak setuju. Kategori jawaban ini dimaksudkan dalam rangka mengetahui kecenderungan pendapat responden, apakah ke arah tidak setuju atau sebaliknya (Hadi, 1991: 20). Alternatif pernyataan jawaban pada angket ini mempunyai skor tidak sama. Skor setiap alternatif jawaban bisa dilihat di bawah ini:

*Tabel 3. Skala Likert*

<b>Pernyataan Positif</b>	
Alternatif Jawaban	Skor Jawaban
Sangat Setuju (SS)	4
Setuju (S)	3
Tidak Setuju (TS)	2
Sangat Tidak Setuju (STS)	1

Data penelitian ini dikumpulkan melalui mekanisme sebagaimana berikut:

- a. Peneliti melakukan pencarian data responden yakni kenshi Dojo SMP N 2 Piyungan dan Dojo SDK Bonoharjo
- b. Penyebaran angket, dengan memberikan penjelasan terkait langkah mengisi angket serta responden dipersilahkan memilih jawaban pada angket tersebut.
- c. Pengumpulan angket serta transkrip dari hasil angket yang sudah diisi.



- d. Kemudian, data dianalisis dan diolah peneliti mempergunakan SPSS seri 23.
- e. Sesudah data didapatkan, peneliti menyimpulkan dan memaparkan saran saran.

#### **F. Teknik Analisis Data**

Teknik statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase digunakan untuk analisis data penelitian ini. Guna melihat identifikasi faktor penghambat dan pendukung proses pembinaan atlet berprestasi Dojo SMP N 2 Piyungan dan SDK Bonoharjo. Data penelitian dianalisis melalui statistik deskriptif berbentuk persentase. Sudijono (2009: 4) memberikan penjelasan bahwa statistik deskriptif yaitu suatu statistik yang mengorganisasikan dan menganalisis data dalam bentuk kuantitatif supaya bisa memberi gambaran jelas terkait gejala, keadaan, atau peristiwa tertentu. Oleh karena itu, akan bisa didapatkan suatu makna atau pengertian. Kategori data penelitian ini, bisa dilihat berikut:

*Tabel 4. Norma Penilaian*

No.	Rentang	Kategori
1	$X \geq M + 1,5 SD$	Sangat Tinggi
2	$M \leq X < M + 1,5 SD$	Tinggi
3	$M - 1,5 SD \leq X < M$	Rendah
4	$M - 1,5 SD \geq X$	Sangat Rendah

Sumber : Syarifudin(2010:113)

Keterangan

X = Skor

M = Mean

SD = Standar deviasi

Rumusan yang digunakan untuk mencari besaran persentase adalah :

Frekuensi (f) adalah jumlah kemunculan suatu nilai.

Perhitungan persentase (p) bisa melalui rumus di bawah ini:

$$p = \frac{f}{n} \times 100$$

Di mana:

$n$  adalah jumlah data.

Di mana:

$p$  = Pesentase

$n$  = Banyaknya data /responden

$f$  = Frekuensi dalam Katagori

#### **G. Menyusun Butir-Butir Pernyataan**

Kaitannya dengan menyusun item pernyataan, maka faktor yang dipaparkan kemudian akan diuraikan ke dalam beberapa indikator sesuai faktor. Berikutnya indikator tersebut disusun menjadi item soal yang bisa menggambarkan faktor pendukung dan penghambat prestasi atlet Shorinji Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan dan Dojo SDK Bonoharjo. Penyusunan item pernyataan ini perlu berlandaskan kepada kisi-kisi penyusunan instrumen dengan mempergunakan kalimat jelas dan juga sederhana supaya bisa dimengerti dan dijawab responden. Angket uji coba penelitian ini memiliki kisi-kisi sebagaimana di bawah ini:

*Tabel 5. Kisi-kisi angket penelitian*

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor Butir	Jumlah
----------	--------	-----------	-------------	--------

Identifikasi Faktor pendukung dan penghambat prestasi atlet Dojo SMP N 2 Piyungan dan SDK Bonoharjo	Endogen	Fisik	1-8	8
		Mental	9-16	8
		Teknik	17-21	5
		Taktik	22-26	5
	Eksogen	Pelatih	27-36	10
		Sarana Prasarana	37-41	5
		Kompetisi	42-46	5
		Lingkungan	47-51	5
Jumlah pertanyaan				51

Penyusunan instrumen penelitian ini mempergunakan modifikasi dari skala Likert dengan Setuju (S), Sangat Seuju (SS), Sangat Tidak Setuju (STS) atau Tidak Setuju (TS).

#### 1. Uji validitas instrumen

Secara ringkas analisis korelasi yaitu suatu teknik statistika untuk menilai seberapa erat korelasi atau hubungan dua variabel. Aplikasi SPSS 23 akan dipergunakan peneliti pada penelitian ini. Hasil yang didapatkan nantinya akan didapatkan  $r$  hitung untuk kemudian dibandingkan dengan  $r$  tabel.

Koefisien korelasi produk *moment person* dengan angka kasar digunakan untuk rumus uji validitas tersebut. Valid sebuah soal jika  $r$  hitung memiliki nilai  $> r$  tabel dengan mengacu taraf signifikansi 0,05, sementara bila hitung memiliki nilai  $< r$  tabel, maka tidak valid. Tahapan uji koefisien korelasi *product moment pearson* melalui software SPSS bisa dengan langkah-langkah di bawah ini:

- a. Masukan data hasil uji instrumen.
- b. Isikan data hasil uji instrumen pada *variabel view* dan pada tabel akhir.

- c. Pilih menu *Analyze, scale, reliability analysis*.
- d. Seluruh variabel dimasukkan dalam kotak *variables* dengan klik tanda panah, selanjutnya klik *statistics*, klik *Scale if item deleted*.
- e. Klik *OK*, sehingga *output* data uji validitas akan muncul.

Secara lengkap hasil uji validitas bisa dilihat sebagaimana berikut:

*Tabel 6. Ringkasan Hasil Uji Validitas*

<b>Pernyataan</b>	<b>r hitung</b>	<b>r tabel</b>	<b>Keterangan</b>
1	0,726	0,323	Valid
2	0,479	0,323	Valid
3	<b>0,183</b>	0,323	Gugur
4	0,445	0,323	Valid
5	0,724	0,323	Valid
6	<b>0,257</b>	0,323	Gugur
7	0,708	0,323	Valid
8	0,479	0,323	Valid
9	0,386	0,323	Valid
10	0,480	0,323	Valid
11	0,499	0,323	Valid
12	0,386	0,323	Valid
13	0,535	0,323	Valid
14	0,622	0,323	Valid
15	0,619	0,323	Valid
16	<b>0,075</b>	0,323	Gugur
17	<b>0,286</b>	0,323	Gugur
18	0,589	0,323	Valid
19	0,687	0,323	Valid
20	0,450	0,323	Valid
21	0,386	0,323	Valid
22	0,834	0,323	Valid
23	0,425	0,323	Valid
24	0,562	0,323	Valid
25	0,705	0,323	Valid
26	<b>0,242</b>	0,323	Gugur
27	0,551	0,323	Valid
28	<b>0,071</b>	0,323	Gugur
29	0,646	0,323	Valid
30	0,671	0,323	Valid
31	0,732	0,323	Valid

32	0,571	0,323	Valid
33	<b>0,076</b>	0,323	Gugur
34	0,834	0,323	Valid
35	0,734	0,323	Valid
36	0,718	0,323	Valid
37	0,460	0,323	Valid
38	0,709	0,323	Valid
39	0,578	0,323	Valid
40	0,386	0,323	Valid
41	0,588	0,323	Valid
42	0,386	0,323	Valid
43	0,391	0,323	Valid
44	0,340	0,323	Valid
45	0,696	0,323	Valid
46	<b>0,302</b>	0,323	Gugur
47	0,651	0,323	Valid
48	0,412	0,323	Valid
49	0,365	0,323	Valid
50	0,479	0,323	Valid
51	<b>0,045</b>	0,323	Gugur

Sumber: Data diolah, 2024.

Dari hasil perhitungan, penulis menggunakan 51 pernyataan, terdapat 9 pernyataan yang tidak valid dan 42 pernyataan valid. Dengan berbagai pertimbangan maka penulis memangkas total pernyataan menjadi 42 pernyataan yang dinyatakan valid semuanya sebab  $r$  hitung memiliki nilai melebihi  $r$  tabel. Hasil perhitungan uji validitas dapat dilihat secara lengkap sebagaimana berikut:

*Tabel 7. Kisi-kisi angket penelitian*

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor Butir	Jumlah
Identifikasi Faktor pendukung dan penghambat	Endogen	Fisik	1-6	6
		Mental	7-13	7
		Teknik	14-17	4
		Taktik	18-21	4
		Pelatih	22-29	7

prestasi atlet Dojo SMP N 2 Piyungan dan SDK Bonoharjo	Eksogen	Sarana Prasarana	30-34	5
		Kompetisi	35-38	4
		Lingkungan	39-42	4
Jumlah pertanyaan				42

Penyusunan instrumen penelitian ini mempergunakan modifikasi dari skala Likert dengan Setuju (S), Sangat Setuju (SS), Sangat Tidak Setuju (STS), atau Tidak Setuju (TS).

## 2. Uji Realibilitas Instrumen

Kegunaan dari uji reliabilitas ditujukan dalam rangka melihat apakah instrumen berkemampuan mengukur dengan hasil sama atau konsisten dan tanpa kesalahan ataukah sebaliknya (Soehardi Sigit, 1999: 94). Aplikasi SPSS 23 dipergunakan peneliti untuk uji reliabilitas penelitian ini. Nilai realibilitas yang didapatkan yaitu 0,946. Signifikansi koefisien reliabilitas instrumen bisa dilihat dari mengkonsultasikan dengan kriteria di bawah ini:

### *Reliability statistic*

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>	<b>Keterangan</b>
0,946	51	Realibilitas Sangat Tinggi

*Data Diolah, 2024*

## H. Validasi dan Reliabilitas Instrumen

Sebelum melakukan uji validitas dan uji reliabilitas instrumen diadakan konsultasi terlebih dahulu dengan para ahli. Tujuan dari konsultasi ini adalah agar memiliki masukan terkait kebenaran dan perbaikan instrumen yang telah di konsultasikan. Kemudian dilakukan uji instrumen berguna sebagai ukuran validitas

dan reliabilitas instrumen pada angket penelitian. Sugiyono (2017:125) menerangkan bahwa tingkat ketepatan data yang sebetulnya ada pada objek atau data yang peneliti kumpulkan. Pelaksanaan uji validitas ditujukan dalam rangka melihat apakah data yang diperoleh valid ataukah sebaliknya, dengan angket sebagai alat ukurnya.

Sugiyono (2017: 130) memberikan penjelasan bahwa uji reliabilitas yakni seberapa jauhnya hasil ukur dengan satu objek bisa didapatkan hasil data yang tidak berbeda. Sebelum digunakan, instrumen penelitian ini perlu lebih dulu diuji guna mengukur validitas dan juga reliabilitasnya. Untuk menguji validitas, dapat dilakukan uji validitas konten di mana metode ini dapat digunakan untuk memastikan bahwa pertanyaan dalam instrumen penelitian mencakup semua aspek yang relevan dalam domain ke pelatihan yang di terapkan pada dojo kempo.

Validitas konten dapat dievaluasi melalui tinjauan ahli yang memiliki pengetahuan dan pengalaman dalam bidang kempo. Ahli dapat menilai apakah pertanyaan-pertanyaan tersebut mencerminkan dengan baik konsep dan aspek yang ingin diukur. Kemudian dengan validitas konstruk dimana metode ini dapat digunakan untuk memvalidasi bahwa instrumen penelitian secara efektif mengukur konstruk yang dimaksudkan. Sedangkan untuk menguji reliabilitas, dapat dilakukan uji reliabilitas dengan menggunakan alat statistik seperti Cronbach's alpha. Uji reliabilitas internal, seperti Cronbach's alpha, dapat digunakan untuk mengukur sejauh mana item dalam instrumen penelitian saling berkorelasi dan konsisten. Dalam hal ini, item-item pertanyaan dalam instrumen yang mengukur faktor-faktor penghambat dan pendukung selama pelaksanaan latihan di Dojo SMP N 2 Piyungan

kemudian dianalisis. Setelah instrumen penelitian diuji, hasil uji dapat digunakan untuk mengevaluasi kembali instrumen dan melakukan perbaikan jika diperlukan.



## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian identifikasi faktor pendukung dan penghambat prestasi atlet kempo Dojo SMP N 2 Piyungan dan Dojo SD Kanisius Bonoharjo dalam penelitian ini di ukur dengan 42 butir pernyataan.

##### 1. Identifikasi Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Atlet Kempo

###### Dojo SMP N 2 Piyungan

Hasil analisis statistik data penelitian faktor yang mempengaruhi prestasi atlet kempo Dojo SMP N 2 Piyungan secara keseluruhan dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

*Tabel 8. Statistik Data Penelitian Identifikasi Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan*

Keterangan	Nilai
<i>Mean</i>	133,70
<i>Median</i>	130,50
<i>Mode</i>	119,00 <sup>a</sup>
<i>Std. Deviation</i>	12,35
<i>Minimum</i>	119,00
<i>Maximum</i>	158,00

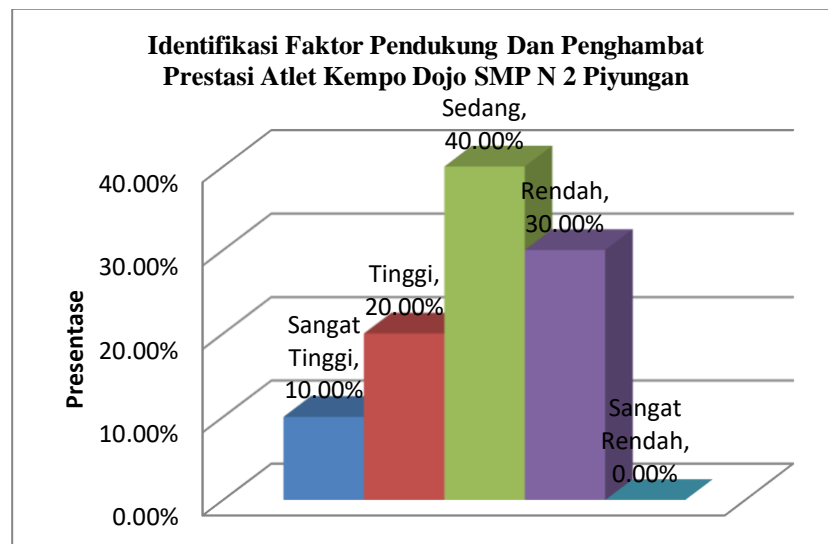
Distribusi hasil penelitian identifikasi faktor pendukung dan penghambat prestasi atlet kempo Dojo SMP N 2 Piyungan dapat dikategorikan sebagai berikut:

*Tabel 9. Deskripsi Hasil Penelitian Identifikasi Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan*

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$X > 152,21$	Sangat Tinggi	1	10
139,87 s/d 152,21	Tinggi	2	20
127,53 s/d 139,87	Sedang	4	40
115,19 s/d 127,53	Rendah	3	30
$X < 115,19$	Sangat Rendah	0	0
<b>Jumlah</b>		<b>10</b>	<b>100</b>

Hasil penelitian tersebut apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :

*Gambar 2. Diagram Hasil Penelitian Identifikasi Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan*



Berdasarkan tabel dan gambar penelitian diketahui identifikasi faktor pendukung dan penghambat prestasi atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan sebagian besar berkategori sedang dengan persentase sebesar 40%, kategori rendah sebesar 30 %, kategori tinggi sebesar 20 %, kategori sangat tinggi

sebesar 10 % dan sangat rendah sebesar 0 %. Identifikasi faktor pendukung dan penghambat prestasi atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan dalam penelitian ini di dasarkan pada faktor endogen dan eksogen.

a. Faktor Endogen

Hasil analisis statistik data penelitian identifikasi faktor pendukung dan penghambat prestasi atlet kempo Dojo SMP N 2 Piyungan berdasarkan faktor endogen dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

*Tabel 10. Statistik Data Penelitian Faktor Endogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan*

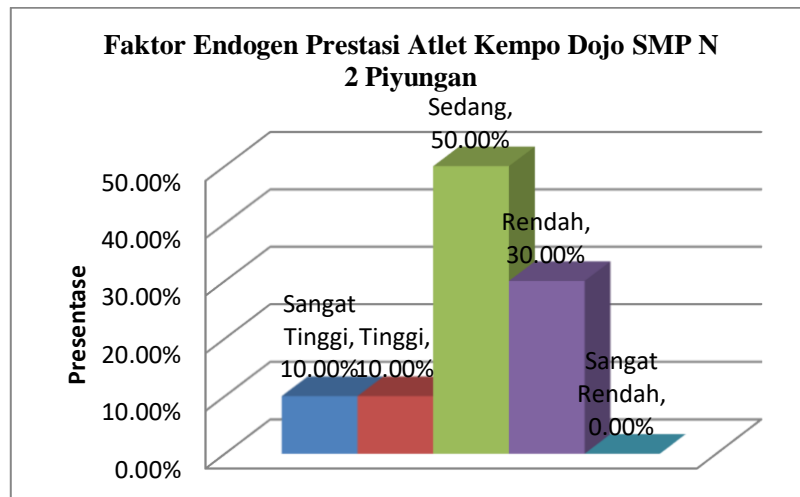
<b>Keterangan</b>	<b>Nilai</b>
<i>Mean</i>	66,30
<i>Median</i>	64,50
<i>Mode</i>	58,00
<i>Std. Deviation</i>	7,48
<i>Minimum</i>	58,00
<i>Maximum</i>	82,00

Distribusi hasil penelitian identifikasi faktor pendukung dan penghambat prestasi atlet kempo Dojo SMP N 2 Piyungan berdasarkan faktor endogen dapat dikategorikan sebagai berikut :

*Tabel 11. Deskripsi Hasil Penelitian Faktor Endogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan*

<b>Interval</b>	<b>Kategori</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persen (%)</b>
$X > 79,76$	Sangat Tinggi	1	10
70,78 s/d 79,76	Tinggi	1	10
61,81 s/d 70,78	Sedang	5	50
52,83 s/d 61,81	Rendah	3	30
$X < 52,83$	Sangat Rendah	0	0
<b>Jumlah</b>		<b>10</b>	<b>100</b>

Hasil penelitian tersebut apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



Gambar 3. Diagram Hasil Penelitian Faktor Endogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SMPN 2 Piyungan

Berdasarkan tabel dan gambar penelitian diketahui faktor endogen prestasi atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan sebagian besar berkategori sedang dengan persentase sebesar 50 %, kategori tinggi sebesar 10%, kategori rendah sebesar 30 %, kategori sangat tinggi sebesar 10% dan sangat rendah sebesar 0%. Hasil penelitian untuk besarnya persentase tiap indikator dari faktor endogen prestasi atlet kempo Dojo SMP N 2 Piyungan secara kumulatif sebagai berikut:

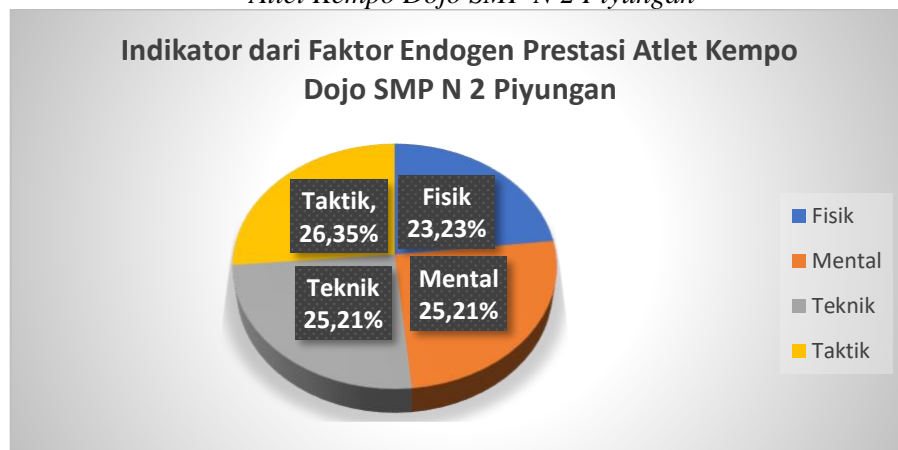
Tabel 12. Hasil Persentase Tiap Indikator dari Faktor Endogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan

Keterangan	Fisik	Mental	Teknik	Taktik
Jumlah Butir	6	7	4	4
Mean Ideal	24	28	16	16
Jumlah Rerata	7,12	8	8,12	8,63

Persentase (%)	22,35	25,09	25,49	27,05
----------------	-------	-------	-------	-------

Hasil penelitian tersebut apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :

*Gambar 4. Diagram Hasil Penelitian Tiap Indikator dari Faktor Endogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan*



Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukkan jika secara akumulatif persentase pada setiap indikator diketahui bahwa indikator taktik sebesar 27,05%, indikator teknik 25,49%, indikator mental 25,09%, sedangkan faktor terkecil di peroleh pada indikator fisik sebesar 22,35 %

#### b. Faktor Eksogen

Hasil analisis statistik data penelitian identifikasi faktor pendukung dan penghambat prestasi atlet kempo Dojo SMP N 2 Piyungan berdasarkan faktor eksogen dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

*Tabel 13. Statistik Data Penelitian Faktor Eksogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan*

Keterangan	Nilai
------------	-------

<i>Mean</i>	67,40
<i>Median</i>	68,00
<i>Mode</i>	72,00
<i>Std. Deviation</i>	6,77
<i>Minimum</i>	59,00
<i>Maximum</i>	76,00

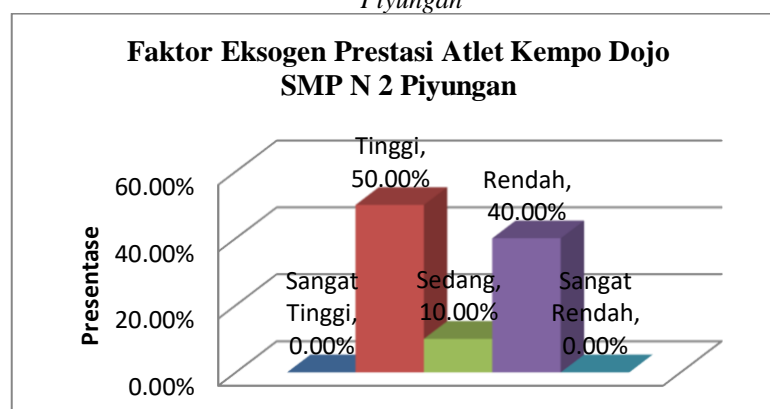
Distribusi hasil penelitian identifikasi prestasi atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan berdasarkan faktor eksogen dapat dikategorikan sebagai berikut:

*Tabel 14. Deskripsi Hasil Penelitian Faktor Eksogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan*

<b>Interval</b>	<b>Kategori</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persen (%)</b>
$X > 79,57$	Sangat Tinggi	0	0
71,46 s/d 79,57	Tinggi	5	50
63,44 s/d 71,46	Sedang	1	10
55,23 s/d 63,44	Rendah	4	40
$X < 55,23$	Sangat Rendah	0	0
<b>Jumlah</b>		<b>10</b>	<b>100</b>

Hasil penelitian tersebut apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :

*Gambar 5. Diagram Hasil Penelitian Faktor Eksogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan*



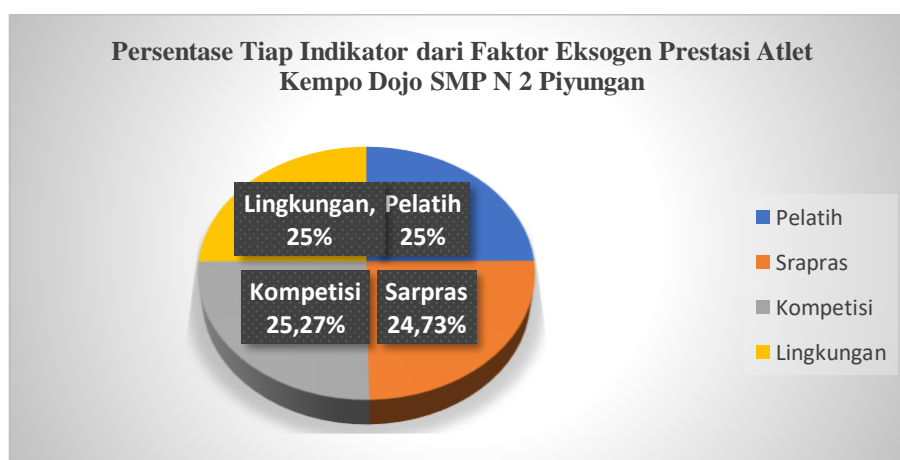
Berdasarkan tabel dan gambar penelitian diketahui faktor eksogen prestasi atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan sebagian besar berkategori tinggi dengan persentase sebesar 50%, kategori rendah sebesar 40%, kategori sedang sebesar 10%, kategori sangat tinggi sebesar 0% dan sangat rendah sebesar 0%. Hasil penelitian untuk besarnya persentase tiap indikator dari faktor eksogen prestasi atlet kempo Dojo SMP N 2 Piyungan secara akumulatif dapat dilihat sebagai berikut :

*Tabel 15. Hasil Persentase Tiap Indikator dari Faktor Eksogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan*

<b>Keterangan</b>	<b>Pelatih</b>	<b>Sarana Prasarana</b>	<b>Kompetisi</b>	<b>Lingkungan</b>
Jumlah Butir	8	5	4	4
Mean Ideal	32	20	16	16
Jumlah Rerata	7,78	5,53	8,56	7,62
Persentase (%)	26,37	18,75	29,02	25,84

Hasil penelitian tersebut apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :

*Gambar 6. Diagram Hasil Penelitian Tiap Indikator pada Faktor Eksogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan*



Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukkan jika secara akumulatif persentase pada setiap indikator diketahui bahwa indikator pelatih sebesar 26,37%, indikator sarpras sebesar 18,75%, indikator kompetisi sebesar 29,02%, indikator lingkungan sebesar 25,84%

## 2. Identifikasi Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Atlet Kempo

### Dojo SD Kanisius Bonoharjo

Hasil analisis statistik data penelitian faktor pendukung dan penghambat prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo secara keseluruhan dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

*Tabel 16. Statistik Data Penelitian Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo*

<b>Keterangan</b>	<b>Nilai</b>
<i>Mean</i>	147,60
<i>Median</i>	151,50
<i>Mode</i>	125.00
<i>Std. Deviation</i>	12,09
<i>Minimum</i>	125,00
<i>Maximum</i>	163,00

Distribusi hasil penelitian faktor pendukung dan penghambat prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo dapat dikategorikan sebagai berikut:

*Tabel 17. Deskripsi Hasil Penelitian Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo*

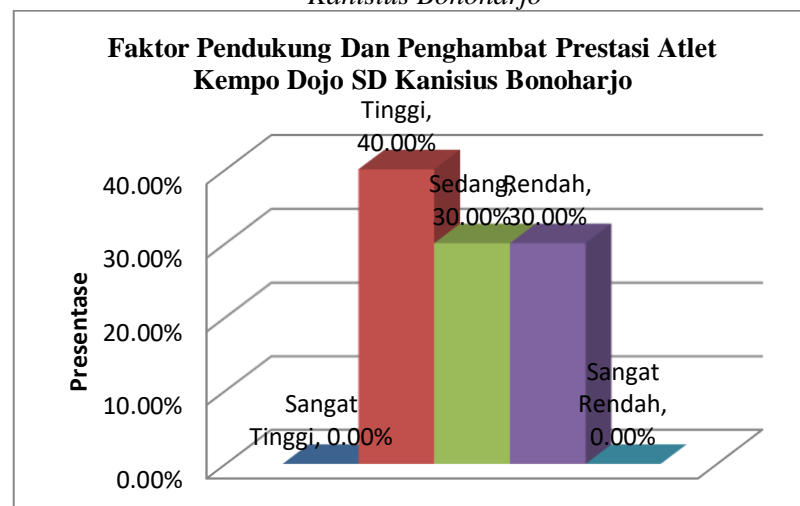
<b>Interval</b>	<b>Kategori</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persen (%)</b>
$X > 165,74$	Sangat Tinggi	0	0
153,64 s/d 165,74	Tinggi	4	40
141,56 s/d 153,64	Sedang	3	30
129,47 s/d 141,56	Rendah	3	30
$X < 129,47$	Sangat Rendah	0	0



<b>Jumlah</b>	<b>10</b>	<b>100</b>
---------------	-----------	------------

Hasil penelitian tersebut apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :

*Gambar 7. Diagram Hasil Penelitian Faktor Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo*



Berdasarkan tabel dan gambar penelitian diketahui identifikasi faktor pendukung dan penghambat prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo sebagian besar berkategori tinggi dengan persentase sebesar 40%, kategori sedang sebesar 30%, kategori rendah sebesar 30%, kategori sangat tinggi sebesar 0% dan sangat rendah sebesar 00%. Identifikasi faktor pendukung dan penghambat prestasi atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo dalam penelitian ini di dasarkan pada faktor endogen dan eksogen.

a. Faktor Endogen

Hasil analisis statistik data penelitian faktor endogen prestasi atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

*Tabel 18. Statistik Data Penelitian Faktor Endogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo*

<b>Keterangan</b>	<b>Nilai</b>
<i>Mean</i>	73,90
<i>Median</i>	76,00
<i>Mode</i>	71.00 <sup>a</sup>
<i>Std. Deviation</i>	6,40
<i>Minimum</i>	63,00
<i>Maximum</i>	84,00

Distribusi hasil penelitian faktor endogen prestasi atlet Kempo Dojo SD

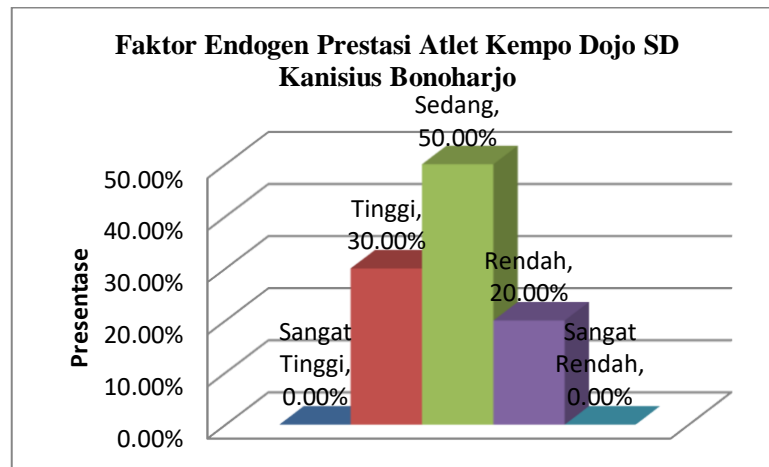
Kanisius Bonoharjo dapat dikategorikan sebagai berikut:

*Tabel 19. Deskripsi Hasil Penelitian Faktor Endogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo*

<b>Interval</b>	<b>Kategori</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persen (%)</b>
$X > 85,42$	Sangat Tinggi	0	0
77,74 s/d 85,42	Tinggi	3	30
70,06 s/d 77,74	Sedang	5	50
62,38 s/d 70,06	Rendah	2	20
$X < 62,38$	Sangat Rendah	0	0
<b>Jumlah</b>		<b>10</b>	<b>100</b>

Hasil penelitian tersebut apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :

*Gambar 8. Diagram Hasil Penelitian Faktor Endogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo*



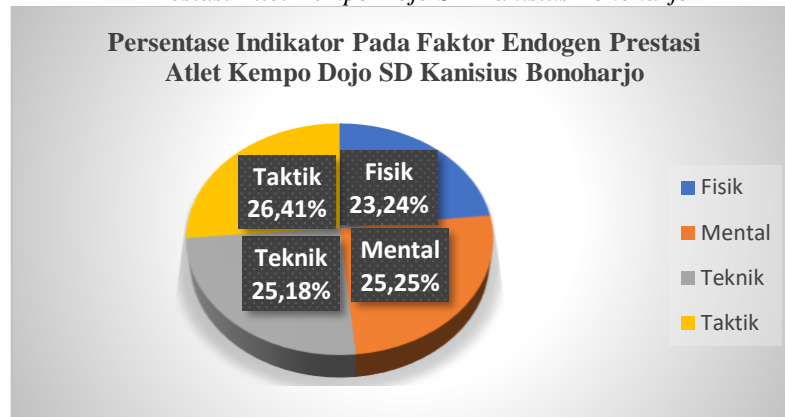
Berdasarkan tabel dan gambar penelitian diketahui faktor endogen prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo sebagian besar berkategori sedang dengan persentase sebesar 50%, kategori rendah sebesar 20%, kategori tinggi sebesar 30%, kategori sangat tinggi sebesar 0% dan sangat rendah sebesar 0%. Hasil penelitian untuk besarnya persentase tiap indikator dari faktor endogen prestasi atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo secara kumulatif dapat dilihat sebagai berikut:

*Tabel 20. Hasil Persentase Tiap-tiap Indikator Pada Faktor Endogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo*

Keterangan	Fisik	Mental	Teknik	Taktik
Jumlah Butir	6	7	4	4
Mean Ideal	24	28	16	16
Jumlah Rerata	7,83	8,86	9,31	9,62
Persentase (%)	21,99	24,86	26,14	27,01

Hasil penelitian tersebut apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :

Gambar 9. Diagram Hasil Penelitian Persentase Tiap-tiap Indikator Pada Faktor Endogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo



Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukkan jika secara akumulatif persentase pada tiap-tiap indikator pada faktor endogen prestasi atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo diketahui bahwa indikator fisik sebesar 21,98%, indikator mental sebesar 24,86%, indikator teknik sebesar 26,14%, indikator taktik sebesar 27,01%.

b. Faktor Eksogen

Hasil analisis statistik data penelitian faktor eksogen prestasi atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 21. Statistik Data Penelitian Faktor Eksogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo

Keterangan	Nilai
Mean	73,70
Median	75,00
Mode	62.00 <sup>a</sup>
Std. Deviation	7,39
Minimum	62,00
Maximum	84,00

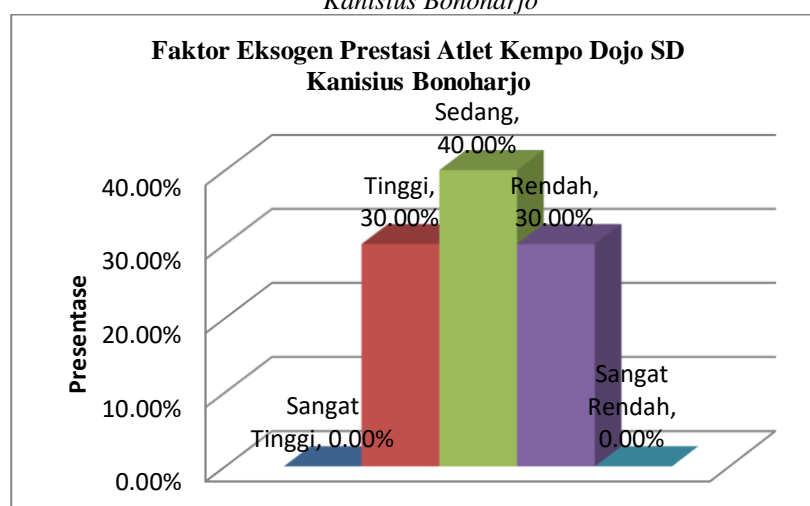
Distribusi hasil penelitian faktor eksogen prestasi atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo dapat dikategorikan sebagai berikut:

Tabel 22. Deskripsi Hasil Penelitian Faktor Eksogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$X > 87,01$	Sangat Tinggi	0	0
78,13 s/d 87,01	Tinggi	3	30
69,27 s/d 78,13	Sedang	4	40
60,39 s/d 69,27	Rendah	3	30
$X < 60,39$	Sangat Rendah	0	0
<b>Jumlah</b>		<b>10</b>	<b>100</b>

Hasil penelitian tersebut apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :

Gambar 10. Diagram Hasil Penelitian Faktor Eksogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo



Berdasarkan tabel dan gambar penelitian diketahui faktor eksogen prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo sebagian besar berkategori tinggi dengan persentase sebesar 40%, kategori rendah sebesar 30%, kategori sedang sebesar 30%, kategori sangat tinggi sebesar 0% dan sangat rendah sebesar 0%.

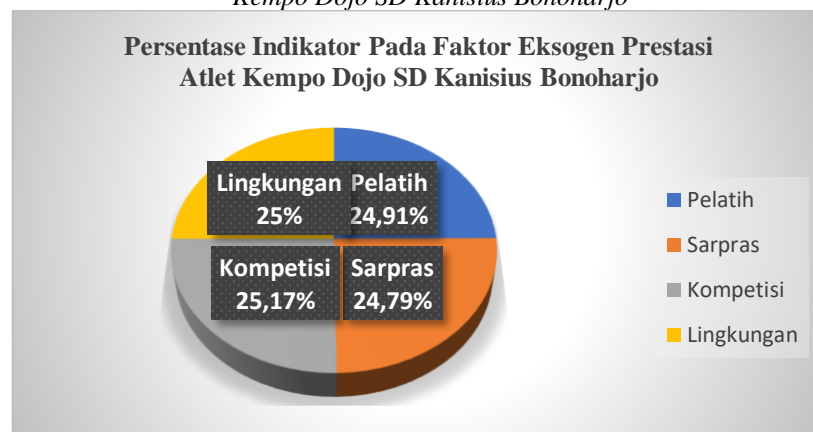
Hasil penelitian untuk besarnya persentase tiap indikator pada faktor eksogen prestasi atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo secara kumulatif dapat dilihat sebagai berikut:

*Tabel 23. Hasil Persentase Tiap-tiap Indikator Pada Faktor Eksogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo*

Keterangan	Pelatih	Sarana Prasarana	Kompetisi	Lingkungan
Jumlah Butir	8	5	4	4
Mean Ideal	32	20	16	16
Rerata	8,78	8	9,36	9,12
Persentase (%)	24,89	22,67	26,57	25,86

Hasil penelitian tersebut apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :

*Gambar 11. Diagram Hasil Penelitian Tiap Indikator Pada Faktor Eksogen Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo*



Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukkan jika secara akumulatif persentase pada setiap indikator diketahui bahwa indikator pelatih sebesar 24,89%, indikator sarpras sebesar 22,67%, indikator kompetisi sebesar 26,57%, indikator lingkungan sebesar 25,86%.

## **B. Pembahasan**

Shorinji Kempo merupakan seni beladiri yang menggunakan tendangan, pukulan, tangkisan, kuncian, dan bantingan. Dalam hal ini tujuan berlatih kempo

merupakan modal dasar pembangunan moral dalam lingkungan, masyarakat, berbangsa bertanah air. Berlatih kempo tidak mengenal usia siapa pun mampu atau bisa berlatih kempo baik usia anak –anak, remaja, dewasa. Ajaran bushido filosofi yang mengajarkan tentang kehidupan berlatih shorinji kempo, segala aktivitas olahraga shorinji kempo di tanah air masih sangat memerlukan perhatian dan pembinaan khusus, baik dalam usaha pencarian bibit–bibit yang baru maupun dalam usaha meningkatkan prestasi atlet agar pelaksanaan kempo dapat berjalan dengan baik. Oleh karena itu tentu saja ada faktor pendukung dan faktor penghambat yang mempengaruhi jalannya pelaksanaan pembinaan Kempo dalam penelitian ini faktor penghambat dan pendukung dapat disebabkan oleh faktor endogen dan eksogen, termasuk dalam kegiatan pada atlet-atlet Kempo Dojo di SMP N 2 Piyungan dan SD Kanisius Bonoharjo.

Hasil penelitian faktor endogen dan eksogen, termasuk dalam kegiatan pada atlet Atlet Kempo Dojo di SMP N 2 Piyungan dan SD Kanisius Bonoharjo di uraikan sebagai berikut:

1. Identifikasi Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan

Hasil penelitian diketahui identifikasi faktor pendukung dan penghambat prestasi atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan sebagian besar berkategori sedang dengan persentase sebesar 40 %, kategori rendah sebesar 30 %, kategori tinggi sebesar 20 %, kategori sangat tinggi sebesar 10 % dan sangat rendah sebesar 0 %. Hasil penelitian tersebut menunjukkan jika dukungan pada prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan sebagian

besar menyatakan sedang. Hal tersebut tentu saja disebabkan oleh berbagai faktor yang mempengaruhi yaitu di dasarkan pada faktor endogen dan faktor eksogen.

a. Faktor Endogen

Faktor endogen merupakan faktor yang berasal dari dalam diri atlet, seperti fisik, mental, taktik dan teknik. Hasil penelitian faktor endogen prestasi atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan sebagian besar berkategori sedang dengan persentase sebesar 50 %, kategori tinggi sebesar 10 %, kategori rendah sebesar 30 %, kategori sangat tinggi sebesar 10 % dan sangat rendah sebesar 0 %. Hasil penelitian tersebut menunjukkan jika faktor endogen mempunyai persentase sedang dalam mendukung prestasi atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan.

Hasil penelitian secara akumulatif persentase pada setiap indikator taktik sebesar 27,05 %, indikator teknik 25,49 %, indikator mental 25,09 %, sedangkan faktor terkecil di peroleh pada indikator fisik sebesar 22,35 %. Berdasarkan hasil persentase kumulatif tiap indikator yang mempengaruhi faktor endogen diketahui persentase tertinggi adalah indikator taktik, sedangkan persentase terendah adalah indikator fisik. Hasil tersebut menunjukkan untuk berprestasi hal yang penting untuk dikuasai adalah taktik, sedangkan yang menjadi kendala adalah fisik.

Taktik merupakan suatu siasat atau pola pikir tentang bagaimana menerapkan teknik-teknik yang telah di kuasai di dalam bermain untuk



menyerang lawan secara sportif guna mencapai kemenangan. Taktik dapat juga diartikan suatu siasat yang dipakai untuk menembus pertahanan lawan secara sportif sesuai dengan kemampuan yang telah dimilikinya. Untuk bisa memperoleh prestasi yang baik taktik ini menjadi sebuah indikator yang sangat penting.

Sedangkan faktor penghambat di sini adalah fisik, kondisi fisik yang menyeluruh sangatlah penting. Indikator fisik merupakan suatu kepercayaan diri yang di bentuk dan di pacu pada kemampuan kondisi fisik atlet itu sendiri. Fisik menjadi indikator penting dalam sebuah pertandingan sebab kondisi fisik yang baik merupakan salah satu upaya untuk menguasai berbagai komponen penunjang lainnya sesuai dengan kecaboran. Menurut Mochamad Sajoto (1988: 57), kondisi fisik adalah salah satu persyaratan yang sangat diperlukan dalam usaha peningkatan prestasi seorang atlet, bahkan sebagai landasan titik tolak suatu awalan olahraga prestasi. Sedangkan Menurut Sugiyanto (1996: 221), kemampuan fisik adalah kemampuan memfungsikan organ-organ tubuh dalam melakukan aktivitas fisik. Kemampuan fisik sangat penting untuk mendukung mengembangkan aktifitas psikomotor. Gerakan yang terampil dapat dilakukan apabila kemampuan fisiknya memadai. Maka dari itu pembentukan fisik melalui program-program yang sesuai dengan prinsip latihan sangat di butuhkan oleh atlet. Pembentukan fisik yang dilakukan selain harus sesuai dengan prinsip-prinsip latihan juga

harus memperhatikan recovery pada atlet binaanya agar tujuan dari Latihan tercapai.

Kondisi fisik yang baik pada atlet memudahkan atlet untuk mengikuti latihan-latihan dengan sempurna untuk itu maka indikator fisik harus di asah dan dilatih agar bisa meningkat.

b. Faktor Eksogen

Faktor eksogen merupakan faktor yang berasal dari luar, seperti peran pelatih, lingkungan, kompetisi dan sarana prasarana. Hasil penelitian faktor eksogen prestasi atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan sebagian besar berkategori tinggi dengan persentase sebesar 50 %, kategori rendah sebesar 40 %, kategori sedang sebesar 10 %, kategori sangat tinggi sebesar 0 % dan sangat rendah sebesar 0 %. Hasil penelitian tersebut menunjukkan jika faktor eksogen memberikan pengaruh yang tinggi pada prestasi atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan.

Hasil penelitian tiap indikator diketahui bahwa indikator pelatih sebesar 26,37%, indikator sarpras sebesar 18,75%, indikator kompetisi sebesar 29,02%, indikator lingkungan sebesar 25,84%. Hasil tersebut menunjukkan jika persentase tertinggi pada indikator kompetisi, sedangkan persentase terendah adalah pada indikator sarana dan prasarana. Hasil tersebut menunjukkan jika kompetisi menjadi salah satu indikator yang sangat pendukung dalam meningkatkan prestasi atlet kempo Dojo SMP N 2 Piyungan, hal ini dikarenakan dengan adanya

kompetisi akan meningkatkan pengalaman, kematangan dan juga mental atlet ketika bertanding, sehingga secara tidak langsung akan mencetak atlet yang berprestasi.

Sedangkan sarana dan prasarana menjadi indikator yang cukup menghambat, hal ini dikarenakan kondisi Dojo SMP N 2 Piyungan masih belum mempunyai fasilitas yang memadai, oleh karena itu dengan fasilitas yang belum memadai ini menjadi salah satu penghambat agar latihan berjalan lancar dan atlet berprestasi. Perlu diketahui bahwa kualitas atlet harus didukung prasarana dan sarana yang baik karena sarana prasarana merupakan sebuah tuntutan yang wajib dipenuhi oleh klub guna menunjang Latihan sehingga hasil yang baik akan tercapai. Depdikbud (1994: 3) menjelaskan bahwa fasilitas olahraga memegang peranan sangat penting dalam usaha-usaha meningkatkan kemampuan berolahraga. Dalam pembinaan prestasi fasilitas mempunyai nilai penting terutama pada alat-alat Latihan. Sarana prasarana yang mempunyai kualifikasi standar sangat diperlukan sebagai alat untuk melakukan simulasi-simulasi dan adaptasi dengan mudah pada saat kompetisi berlangsung. Alat-alat memenuhi kualifikasi standar yang perlu dilengkapi yaitu seperti alat tanding untuk kelengkapan pada kelas Randori.

## 2. Identifikasi Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Atlet Kempo

Dojo SD Kanisius Bonoharjo

Hasil penelitian diketahui identifikasi faktor pendukung dan penghambat prestasi atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo sebagian

besar berkategori tinggi dengan persentase sebesar 40 %, kategori sedang sebesar 20 %, kategori rendah sebesar 30 %, kategori sangat tinggi sebesar 0 % dan sangat rendah sebesar 10 %. Hasil penelitian tersebut menunjukkan jika faktor yang mempengaruhi prestasi atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo sebagian besar menyatakan sangat tinggi. Faktor yang mempengaruhi di dasarkan pada pada faktor endogen dan eksogen.

a. Faktor Endogen

Hasil penelitian faktor endogen prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo sebagian besar berkategori sedang dengan persentase sebesar 40%, kategori rendah sebesar 30%, kategori tinggi sebesar 30%, kategori sangat tinggi sebesar 0% dan sangat rendah sebesar 0%. Hasil penelitian tersebut menunjukkan jika faktor endogen dalam mempengaruhi prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo berkategori sedang.

Hasil penelitian tiap indikator pada faktor endogen prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo jika secara kumulatif diketahui bahwa indikator pada faktor endogen prestasi atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo diketahui bahwa indikator fisik sebesar 21,98%, indikator mental sebesar 24,86%, indikator teknik sebesar 26,14%, indikator taktik sebesar 27,01%.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator terbesar adalah taktik. Taktik merupakan suatu siasat atau pola pikir tentang bagaimana menerapkan teknik-teknik yang telah di kuasai di dalam bermain untuk menyerang lawan secara sportif guna mencapai suatu kemenangan. Taktik

yang diajarkan oleh pelatih pada saat latihan seminimal mungkin mampu mencakup kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi pada saat bertanding sehingga capaian target latihan mampu mendapatkan hasil yang maksimal.

b. Faktor eksogen

Hasil penelitian diketahui faktor eksogen prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo sebagian besar berkategori tinggi dengan persentase sebesar 50%, kategori rendah sebesar 30%, kategori sedang sebesar 20%, kategori sangat tinggi sebesar 0% dan sangat rendah sebesar 0%. Hasil penelitian tersebut diartikan jika faktor eksogen mempunyai pengaruh Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo yang tinggi.

Hasil penelitian menunjukkan jika secara akumulatif indikator diketahui bahwa indikator pelatih sebesar 24,89%, indikator sarpras sebesar 22,67%, indikator kompetisi sebesar 26,57%, indikator lingkungan sebesar 25,86%. Hasil tersebut menunjukkan indikator pendukung adalah kompetisi dan indikator penghambat adalah sarana dan prasarana. Hasil tersebut menunjukkan juga SD Kanisius Bonoharjo masih mempunyai keterbatasan dalam sarana dan prasarana yang digunakan dalam meningkatkan prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo.

Permasalahan sarana dan prasarana menjadi permasalahan yang cukup umum di alami oleh beberapa dojo, sehingga hal ini harus menjadi perhatian dojo agar dojo menyediakan sarana dan prasarana yang lengkap dan

memadai. Dengan dukungan sarana dan prasarana yang lengkap maka akan sangat mendukung prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Bedasarkan analisis data dan pembahasan dalam penelitian ini maka dapat diketahui bahwa hasil penelitian pada faktor endogen prestasi atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan sebagian besar berkategori sedang dengan persentase terendah adalah indikator fisik. Hasil pada faktor eksogen prestasi atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan mayoritas berkategori tinggi dengan persentase terendah adalah indikator sarana dan prasarana. Sedangkan diketahui faktor endogen prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo mayoritas berkategori sedang dengan persentase terbesar pada indikator taktik. Hasil pada faktor eksogen prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo mayoritas berkategori tinggi dengan persentase terbesar adalah indikator kompetisi.

#### **B. Implikasi**

Implikasi dari penelitian ini, di antaranya:

1. Diketuinya faktor penghambat dan pendukung yang dialami oleh dojo menjadi masukan untuk Dojo SMP N 2 Piyungan dan SD Kanisius Bonoharjo, dalam rangka mengetahui faktor pendukung dan penghambat prestasi Atlet Kempo untuk bisa menambah wawasan dalam melakukan pelatihan selanjutnya.
2. Dari beberapa indikator yang memiliki kelemahan dalam pelaksanaan pelatihan di dojo perlu untuk di perhatikan dan untuk bisa di cari pemecahan

terbaik pada faktor yang kekurangan sehingga pada kejuaraan selanjutnya dojo mampu mempersembahkan hasil yang lebih baik lagi.

3. Untuk pelatih dan atlet bisa menjadikan hasil ini sebagai suatu masukan dan pertimbangan untuk menambah, memperbaiki hal-hal yang berhubungan dengan peningkatan prestasi untuk diri sendiri dan dojo.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Peneliti telah melakukan penelitian ini dengan maksimal dengan berpedoman kepada ketentuan kampus namun peneliti sadar bahwa masih banyak kekurangan dalam penulisan penelitian ini. Salah satu kekurangan yaitu jumlah atlet yang sesuai dengan persyaratan untuk mengisi kuesioner dikarenakan memang jumlah atlet yang ada hanya terbatas di salah satu dojo sehingga jumlah pengisian kuesioner terbatas.

### **D. Saran**

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

1. Bagi pelatih agar memperhatikan faktor-faktor pendukung dan penghambat pelaksanaan prestasi atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan dan SD Kanisius Bonoharjo.
2. Bagi peneliti berikutnya agar mempergunakan lebih banyak sampel peneliti, sehingga diharapkan faktor pendukung pelaksanaan dan penghambat prestasi atlet kempo bisa teridentifikasi secara lebih luas.



## DAFTAR PUSTAKA



- Ardini, Fitria, and Miftakhul Jannah. 2017. "Pengaruh Pelatihan Teknik Relaksasi Pernafasan Dalam Terhadap Competitive State Anxiety Pada Atlet Ukm Bulu Tangkis Universitas Negeri Surabaya." *Jurnal Penelitian Psikologi* 4(2). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/42578>.
- Asad, Hafiez Al, Mulyadi Mulyadi, and Wachid Sugiharto. 2020. "Survei Sarana Dan Prasarana Olahraga Di SMP Negeri Sekecamatan Prabumulih Timur." *Jurnal Muara Olahraga* 3(1). <https://doi.org/10.52060/jmo.v3i1.335>.
- Hasyim, and Saharullah. 2019. *Dasar- Dasar Ilmu Kepelatihan*. Makasar: Universitas Negeri Makassar.
- Irpan, Eka Supriatna, and Rubiyanto. 2022. "Faktor-Faktor Hambatan Dalam Perkembangan Bola Tangan Di Kalimantan Barat." *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa* 11(9): 1730–37.
- Kamilah, Nurul, Eka Supriatna, and Rubiyanto. 2023. "Faktor-Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak." *Jurnal Ilmu Keolahragaan* 22(2).
- Samudra, Guntur Anugrah. 2019. "Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Klub Polo Air Daerah Istimewa Yogyakarta." *Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tuwianto, P. E. 2018. "Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Klub Polo Air Daerah Istimewa Yogyakarta." *Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas*

*Negeri Yogyakarta.*



Yasiroh, Umi, and Gigih Siantoro. 2019. "Identifikasi Faktor Penunjang Dan Penghambat Prestasi Bola Basket Putri Di Smkn 1 Boyolangu Kabupaten Tulungagung Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya." *Jurnal Prestasi Olahraga* (2): 1–13.

## LAMPIRAN-LAMPIRAN

### Lampiran 1. Surat Izin Penelitian

	<p>KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI <b>UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b> <b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN</b> <small>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</small></p>
<hr/>	
Nomor : B/1080/UN34.16/PT.01.04/2023	22 Desember 2023
Lamp. : 1 Bendel Proposal	
Hal : Izin Penelitian	
Yth .	<b>SMP N 2 Piyungan</b> <b>Jl. Wonosari Km. 10, Sitimulyo, Piyungan, Btl., Sitimulyo, Kec. Piyungan, Kab. Bantul</b>
Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:	
Nama	: Anindia Nur Laily
NIM	: 19602241019
Program Studi	: Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1
Tujuan	: Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	: IDENTIFIKASI FAKTOR PENDUKUNG DAN PENGHAMBAT PRESTASI ATLET KEMPO DOJO SMP N 2 PIYUNGAN DAN DOJO SD KANISIUS BONOHARJO
Waktu Penelitian	: Senin, 25 Desember 2023 s.d. Sabtu, 30 Maret 2024
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.	
<div style="text-align: right;"> Dekan, Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or. NIP 19830626 200812 1 002</div>	
Tembusan :	
1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan;	
2. Mahasiswa yang bersangkutan.	

## Lanjutan Lampiran 1

	<b>KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN DAN KESEHATAN</b> <small>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</small>
<hr/>	
Nomor : B/1081/UN34.16/PT.01.04/2023	22 Desember 2023
Lamp. : 1 Bendel Proposal	
Hal : Izin Penelitian	
Yth .	<b>SD Kanisius Bonoharjo Jl. Raya Brosot Km 1 No. 18 Demangrejo, Sentolo, Kulon Progo</b>
Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:	
Nama	: Anindia Nur Laily
NIM	: 19602241019
Program Studi	: Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1
Tujuan	: Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	: IDENTIFIKASI FAKTOR PENDUKUNG DAN PENGHAMBAT PRESTASI ATLET DOJO SMPN 2 PIYUNGAN DAN SD KANISIUS BONO HARJO
Waktu Penelitian	: Senin, 25 Desember 2023 s.d. Sabtu, 30 Maret 2024
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.	
	
Tembusan :	
1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahrahaan dan Kesehatan;	
2. Mahasiswa yang bersangkutan.	
Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or. NIP 19830626 200812 1 002	

## Lampiran 2. Surat Keterangan Validasi

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dr. Lismadiana, M.Pd.  
NIP : 197912072005012002  
Jurusan : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Menerangkan bahwa saudara:

Nama : Anindia Nur Laily  
NIM : 19602241019  
Prodi : PKO  
Judul : Identifikasi Faktor Pendukung dan Penghambat Prestasi Atlet  
Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan dan Dojo SD Kanisius  
Bonoharjo

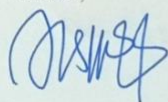
Setelah dilakukan kajian atas instrumen penelitian Tuga Akhir tersebut dapat dinyatakan:

☐ Layak digunakan untuk penelitian  
☒ Layak digunakan dengan perbaikan  
☐ Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

Beberapa saran sebagai berikut:

1. Indikator mental lebih spesifik
2. Indikator fisik lebih spesifik ke teknik kempo
3. ketahanan dan sikap indikator

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 23 Januari 2024  
Validator,  
  
Dr. Lismadiana, M.Pd.  
NIP 197912072005012002

☐ Beri tanda ✓



### Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian



PERKEMI

**PERSAUDARAAN BELADIRI KEMPO INDONESIA**  
**(PERKEMI)**  
PENGURUS KABUPATEN BANTUL  
Alamat Surat: d/a. - Latif Muhammad Faizal, Payak Tengah RT 05  
Srimulyo, Piyungan, Bantul 55792  
E Mail : kempo.bantul02@gmail.com Telp. 08813824584



#### SURAT KETERANGAN

Nomor : 06/KU-BTL/XII/2023

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Drs H Suhirman, M.Pd  
Jabatan : Ketua Umum Pengurus PERKEMI Kabupaten Bantul  
Dengan ini menerangkan bahwa :  
Nama : Anindia Nur Laily  
NIM : 19602241019  
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah mengadakan penelitian untuk menyusun skripsi dengan judul "IDENTIFIKASI FAKTOR PENDUKUNG DAN PENGHAMBAT PRESTASI ATLET KEMPO DOJO SMP N 2 PIYUNGAN DAN DOJO SD KANISIUS BONO HARJO ", bertempat di SMP Negeri 2 Piyungan sejak 25 Desember hingga 30 Mei 2023.

Demikian surat keterangan ini kami buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bantul, 30 Mei 2023

Ketua Umum

PengKab PERKEMI Bantul

  
Drs. H Suhirman, M.Pd

Lanjutan Lampiran 3.



**PERSAUDARAAN SHORINJI KEMPO INDONESIA**

**PERKEMI**

**PENGURUS DOJO SD KANISIUS BONO HARJO**

Alamat Sekertariat: Jln Kenteng-Brosot Km 1 Kenteng, Demangrejo, Sentolo, Kulon Progo

No. Telepon: 082138344172 e-mail: [dojosdkb.kulonprogo@gmail.com](mailto:dojosdkb.kulonprogo@gmail.com)



**PERKEMI**

**SURAT KETERANGAN**

No: 018/SDK/VI/2024

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Aan Fertalangga S.Pd

Jabatan : Pelatih Kepala dojo SD Kanisius Bonoharjo

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Anindia Nur Laily

NIM : 19602241019

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah mengadakan penelitian untuk menyusun skripsi dengan judul "IDENTIFIKASI FAKTOR PENDUKUNG DAN PENGHAMBAT PRESTASI ATLET KEMPO DOJO SMP N 2 PIYUNGAN DAN DOJO SD KANISIUS BONO HARJO", bertempat di SD Kanisius Milir Kulon Progo sejak 25 Desember hingga 30 Maret 2023.

Demikian surat keterangan ini kami buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kulon Progo, 02 Juni 2024

Pelatih Kepala

  
Aan Fertalangga

Lampiran 4. Instrumen Uji Coba

NO	Butir Pernyataan Kuisisioner Penelitian	SS	S	TS	STS
<b>Fisik</b>					
1.	Pada awal,pertengahan dan akhir masa pemusatan Latihan diadakan tes fisik untuk mengetahui tingkat performa atlet				
2.	Pelatih memberikan materi berdasarkan dengan rencana program Latihan yang di buat				
3.	Latihan fisik selalu dilakukan dalam kurun waktu satu minggu Latihan				
4.	Latihan dilaksanakan secara berjenjang dan berkelanjutan, tidak monoton sehingga menyebabkan kejenuhan				
5.	Beban latihan selalu meningkat pada setiap Latihan yang dilakukan				
6.	Durasi Latihan sesuai dengan rencana program Latihan sehingga atlet tidak mengalami kelelahan berlebih				
7.	Atlet mendapatkan recovery latihan yang cukup				
8.	Atlet tidak mengalami cidera karna efek Latihan				
<b>Mental</b>					
9.	Pelatih memberikan kesempatan atlet untuk melakukan Teknik sesuai keunggulan atlet sehingga atlet merasa lebih percaya diri dengan kemampuanya				
10.	Memberikan dukungan dan motivasi secara verbal maupun non verbal				
11.	Melakukan uji tanding dengan teman se dojo atau luar dojo untuk menumbuhkan rasa juang atlet				
12.	Latihan bervariasi seperti Latihan di luar ruangan, Latihan modifikasi, game membuat atlet semakin termotivasi dan bersemangat untuk Latihan sehingga membantu menumbuhkan mental juara				
13.	Pelatih Memberikan Sesi untuk melakukan Zazen kepada atlet setiap sesi latihan sehingga atlet memfokuskan pikiran dan konsentrasinya pada satu tujuan yaitu latihan				
14.	adanya sistem hukuman tegas bagi atlet yang tidak disiplin dan kurang memenuhi tugasnya sebagai atlet sehingga menciptakan jiwa bushido dan kesatria pada diri kenshi				
15.	Untuk menghilangkan kecemasan saat pertandingan atlet di latih dengan goal setting, self-talk, imagery dan Latihan relaksasi.				
16.	Atlet mampu mengontrol keseimbangan emosi seperti stress dan rasa gugub saat bertanding				
<b>Teknik</b>					



17.	Pelatih melakukan pengulangan gerakan di setiap materi yang di ajarkan sesuai dengan kurikulum yang terupdate				
18.	Pelatih kolektif dalam memantau perkembangan penguasaan Gerakan yang di ajarkan				
19.	Dojo melakukan pemusatan Latihan untuk meningkatkan kemampuan pemahaman materi yang diberikan sesuai dengan tingkatannya setidaknya sekali setiap minggu atau bulan				
20.	Pelatih memberikan penjelasan dan gambaran di setiap sesi Latihan tentang tujuan Latihan sehingga atlet memaknai dengan serius Gerakan teknik yang diajarkan				
21.	Pembelajaran dari setiap Teknik yang diberikan dijelaskan secara jelas dan sistematis				
<b>Taktik</b>					
22.	Saat Pertandingan/ uji coba pertandingan pelatih mengamati jalannya kegiatan dan memberikan intruksi melalui komunikasi non-verbal sehingga atlet terbantu dan bisa mengatur gaya permainannya sendiri terutama pada nomor Randori				
23.	Pelatih memberikan tips dan trik sebagai senjata unggulan untuk di kembangkan sebelum melakukan pertandingan				
24.	Di awal atau akhir sesi latihan pelatih memberikan arahan terkait dengan strategi bertanding yang tepat, efektif dan efisien sesuai nomor pertandingan masing-masing atlet				
25.	Adanya sesi latihan untuk mengamati dan menganalisis pertandingan				
26.	Sudah dilakukan pemberian stimulus dalam pemahaman bermain kepada atlet sesuai dengan nomor pertandingan masing-masing atlet.				
<b>Pelatih</b>					
27.	Pelatih mempunyai program Latihan jangka panjang,program latihan jangka menengah, program Latihan jangka pendek.				
28.	Pelatih selalu hadir dan tepat waktu pada setiap sesi Latihan sehingga target Latihan tercapai				
29.	Pelatih mempunyai program Latihan yang jelas sehingga waktu Latihan berjalan dengan efisien dan berkualitas				
30.	Pelatih disiplin saat Latihan dan bersikap tegas				
31.	Pelatih memberikan punishment kepada atlet yang tidak disiplin				
32.	Komunikasi yang di gunakan pelatih saat Latihan mudah di pahami				
33.	Durasi Latihan sesuai dengan jam Latihan sehingga atlet tidak mengalami kelelahan dan recovery atlet tercukupi				
34.	Pelatih mampu bertindak sebagai teman sekaligus pemimpin sehingga jalinan antara atlet dan pelatih terjalin tidak hanya sebatas tim saja namun juga secara emosional.				
35.	Latihan yang di berikan pelatih bervariasi dan terukur				

36.	Pelatih selalu menggunakan metode Latihan sesuai dengan perkembangan IPTEKOR				
<b>Sarana Prasarana</b>					
37.	Jumlah peralatan penunjang latihan mencukupi seperti box target,samsak, pemberat dll				
38.	Mempunyai gedung atau tempat Latihan yang menetap,kondisi tempat layak,bersih dan kondusif sehingga Latihan tidak terhambat oleh faktor cuaca				
39.	Latihan selalu di damping oleh pelatih ,sehingga atlet lebih serius dalam melaksanakan latihan				
40.	Mempunyai alat tanding lengkap dan sesuai dengan standar yang disarankan oleh PB PERKEMI				
41.	Perawatan dan pemeliharaan alat-alat Latihan terjaga sehingga kualitas alat masih bagus tidak cacat				
<b>Kompetisi</b>					
42.	Mengikuti event pertandingan tingkat kabupaten hingga nasional pada setiap tahunnya				
43.	Persiapan pertandingan selalu matang/tidak mendadak pada setiap event pertandingan, sehingga atlet ada pada performa yang baik.				
44.	Ada pembagain kelas reguler dan kelas atlet dengan nomor pertandingan yang spesifik untuk memfokuskan anak didik/kenshi agar hasil Latihan lebih fokus dan maksimal				
45.	Ada dukungan kelengkapan administrasi berupa pendanaan untuk mengikuti kejuaraan dari dojo bagi atlet yang berbakat				
46.	Informasi terkait dengan adanya kompetisi shorinji kempo dilakukan secara terbuka sehingga semua atlet berhak untuk mengetahuinya				
<b>Lingkungan</b>					
47.	Adanya dukungan dari orang tua untuk mengikuti Latihan kempo				
48.	Orang tua mendorong anaknya agar berprestasi di kempo				
49.	Dikelilingi oleh orang-orang yang rajin dan disiplin sehingga memacu atlet untuk tetap semangat dan tertib di tempat Latihan				
50.	Jarak antara tempat Latihan dengan tempat tinggal tidak jauh sehingga Latihan selalu tepat waktu				
51.	Orang tua mengizinkan untuk mengikuti rangkaian kegiatan kempo				

**Keterangan**

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

## Lampiran 5. Data Uji Coba

NO	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	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51			
1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	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	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4			
2	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3				
3	2	4	3	3	4	4	1	4	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	4	2	2	2	2	4	3	4	2	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4			
4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4			
5	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4			
6	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4		
7	4	3	3	4	4	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4		
8	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	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	3			
9	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4			
10	2	4	3	4	3	4	3	4	3	2	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	1	3	2	2	1	4	2	2	3	4	3	2	4	2	2	4	4	3	3			
11	3	4	3	4	4	4	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	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3			
12	4	4	2	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	2	4	3	2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3		
13	3	3	4	2	3	4	2	3	4	3	4	1	3	3	4	3	3	2	3	4	2	4	3	3	2	3	4	4	4	2	4	4	2	2	2	2	2	2	3	4	4	4	3	4	3	4	2	4	4	3	4			
14	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3		
15	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2			
16	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3		
17	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4		
18	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	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	4	4			
19	4	4	2	4	4	4	3	4	2	4	3	4	2	4	4	3	4	4	4	3	3	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4		
20	2	2	3	2	2	2	2	2	3	4	2	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	4	3	2	4	4	3	3	4	3	3	2	4	2	2	3	3	3	1	2	3	2	3	3	2	4	4	1	3	2	2	4		
21	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
22	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2		
23	3	3	3	3	4	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	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	
24	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	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	
25	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	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
26	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	
27	4	4	3	1	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	1	2	4	4	1	4	4

## Lampiran 6. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

### Reliability

[DataSet0]

### Scale: ALL VARIABLES

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	27	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	0,0
	Total	27	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,946	51

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	170,9259	260,840	,726	,943
VAR00002	170,7037	268,140	,479	,945
<b>VAR00003</b>	<b>171,1852</b>	<b>273,618</b>	<b>,183</b>	<b>,946</b>
VAR00004	170,8519	265,208	,445	,945
VAR00005	170,5926	264,405	,724	,944
<b>VAR00006</b>	<b>170,4815</b>	<b>273,105</b>	<b>,257</b>	<b>,946</b>
VAR00007	171,0370	259,422	,708	,943
VAR00008	170,7037	268,140	,479	,945
VAR00009	171,0741	270,764	,386	,945
VAR00010	170,8889	266,103	,480	,945

VAR00011	170,7778	267,641	,499	,945
VAR00012	171,0741	270,764	,386	,945
VAR00013	171,1111	265,103	,535	,945
VAR00014	170,8148	266,849	,622	,944
VAR00015	170,9630	264,575	,619	,944
<b>VAR00016</b>	<b>171,1481</b>	<b>275,593</b>	<b>,075</b>	<b>,947</b>
<b>VAR00017</b>	<b>170,8148</b>	<b>272,387</b>	<b>,286</b>	<b>,946</b>
VAR00018	170,8148	267,387	,589	,944
VAR00019	170,8889	264,333	,687	,944
VAR00020	170,8519	268,593	,450	,945
VAR00021	171,0741	270,764	,386	,945
VAR00022	170,9259	258,533	,834	,943
VAR00023	170,7407	270,123	,425	,945
VAR00024	170,7037	267,986	,562	,945
VAR00025	170,9259	261,302	,705	,944
<b>VAR00026</b>	<b>171,2963</b>	<b>271,063</b>	<b>,242</b>	<b>,947</b>
VAR00027	170,7778	265,487	,551	,945
<b>VAR00028</b>	<b>170,8519</b>	<b>275,746</b>	<b>,071</b>	<b>,947</b>
VAR00029	170,8148	264,926	,646	,944
VAR00030	170,8519	264,516	,671	,944
VAR00031	171,0370	261,499	,732	,943
VAR00032	170,8148	262,926	,571	,944
<b>VAR00033</b>	<b>170,8889</b>	<b>274,795</b>	<b>,076</b>	<b>,948</b>
VAR00034	170,9259	258,533	,834	,943
VAR00035	170,8519	261,823	,734	,943
VAR00036	171,0000	258,923	,718	,943

VAR00037	170,8889	268,487	,460	,945
VAR00038	170,8889	258,641	,709	,943
VAR00039	170,8519	264,977	,578	,944
VAR00040	171,0741	270,764	,386	,945
VAR00041	170,7407	266,046	,588	,944
VAR00042	171,0741	270,764	,386	,945
VAR00043	170,8519	267,285	,391	,946
VAR00044	170,8148	269,849	,340	,946
VAR00045	170,8519	262,593	,696	,944
<b>VAR00046</b>	<b>170,5556</b>	<b>272,795</b>	<b>,302</b>	<b>,946</b>
VAR00047	170,9630	260,345	,651	,944
VAR00048	170,8889	265,410	,412	,946
VAR00049	170,5185	271,105	,365	,946
VAR00050	170,7037	268,140	,479	,945
<b>VAR00051</b>	<b>170,9630</b>	<b>275,960</b>	<b>,045</b>	<b>,948</b>

lampiran 7. Instrumen Penelitian

NO	Butir Pernyataan Kuisisioner Penelitian	SS	S	TS	STS
<b>Fisik</b>					
1.	Pada awal,pertengahan dan akhir masa pemusatan Latihan diadakan tes fisik untuk mengetahui tingkat performa atlet				
2.	Pelatih memberikan materi berdasarkan dengan rencana program Latihan yang di buat				
3.	Latihan dilaksanakan secara berjenjang dan berkelanjutan, tidak monoton sehingga menyebabkan kejenuhan				
4.	Beban latihan selalu meningkat pada setiap Latihan yang dilakukan				
5.	Atlet mendapatkan recovery latihan yang cukup				
6.	Atlet tidak mengalami cidera karna efek Latihan				
<b>Mental</b>					
7.	Pelatih memberikan kesempatan atlet untuk melakukan Teknik sesuai keunggulan atlet sehingga atlet merasa lebih percaya diri dengan kemampuannya				
8.	Memberikan dukungan dan motivasi secara verbal maupun non verbal				
9.	Melakukan uji tanding dengan teman se dojo atau luar dojo untuk menumbuhkan rasa juang atlet				
10.	Latihan bervariasi seperti Latihan di luar ruangan, Latihan modifikasi, game membuat atlet semakin termotivasi dan bersemangat untuk Latihan sehingga membantu menumbuhkan mental juara				
11.	Pelatih Memberikan Sesi untuk melakukan Zazen kepada atlet setiap sesi latihan sehingga atlet memfokuskan pikiran dan konsentrasinya pada satu tujuan yaitu latihan				
12.	adanya sistem hukuman tegas bagi atlet yang tidak disiplin dan kurang memenuhi tugasnya sebagai atlet sehingga menciptakan jiwa bushido dan kesatria pada diri kenshi				
13.	Untuk menghilangkan kecemasan saat pertandingan atlet di latih dengan goal setting, self-talk, imagery dan Latihan relaksasi.				
<b>Teknik</b>					
14.	Pelatih kolektif dalam memantau perkembangan penguasaan Gerakan yang di ajarkan				
15.	Dojo melakukan pemusatan Latihan untuk meningkatkan kemampuan pemahaman materi yang diberikan sesuai dengan tingkatannya setidaknya sekali setiap minggu atau bulan				
16.	Pelatih memberikan penjelasan dan gambaran di setiap sesi Latihan tentang tujuan Latihan sehingga atlet memaknai dengan serius Gerakan teknik yang diajarkan				



17.	Pembelajaran dari setiap Teknik yang diberikan dijelaskan secara jelas dan sistematis				
<b>Taktik</b>					
18.	Saat Pertandingan/ uji coba pertandingan pelatih mengamati jalannya kegiatan dan memberikan intruksi melalui komunikasi non-verbal sehingga atlet terbantu dan bisa mengatur gaya permainannya sendiri terutama pada nomor Randori				
19.	Pelatih memberikan tips dan trik sebagai senjata unggulan untuk di kembangkan sebelum melakukan pertandingan				
20.	Di awal atau akhir sesi latihan pelatih memberikan arahan terkait dengan strategi bertanding yang tepat, efektif dan efisien sesuai nomor pertandingan masing-masing atlet				
21.	Adanya sesi latihan untuk mengamati dan menganalisis pertandingan				
<b>Pelatih</b>					
22.	Pelatih mempunyai program Latihan jangka panjang,program latihan jangka menengah, program Latihan jangka pendek.				
23.	Pelatih mempunyai program Latihan yang jelas sehingga waktu Latihan berjalan dengan efisien dan berkualitas				
24.	Pelatih disiplin saat Latihan dan bersikap tegas				
25.	Pelatih memberikan punishment kepada atlet yang tidak disiplin				
26.	Komunikasi yang di gunakan pelatih saat Latihan mudah di pahami				
27.	Pelatih mampu bertindak sebagai teman sekaligus pemimpin sehingga jalinan antara atlet dan pelatih terjalin tidak hanya sebatas tim saja namun juga secara emosional.				
28.	Latihan yang di berikan pelatih bervariasi dan terukur				
29.	Pelatih selalu menggunakan metode Latihan sesuai dengan perkembangan IPTEKOR				
<b>Sarana Prasarana</b>					
30.	Jumlah peralatan penunjang latihan mencukupi seperti box target,samsak, pemberat dll				
31.	Mempunyai gedung atau tempat Latihan yang menetap,kondisi tempat layak,bersih dan kondusif sehingga Latihan tidak terhambat oleh faktor cuaca				
32.	Latihan selalu di damping oleh pelatih ,sehingga atlet lebih serius dalam melaksanakan latihan				
33.	Mempunyai alat tanding lengkap dan sesuai dengan standar yang disarankan oleh PB PERKEMI				
34.	Perawatan dan pemeliharaan alat-alat Latihan terjaga sehingga kualitas alat masih bagus tidak cacat				
<b>Kompetisi</b>					

35.	Mengikuti event pertandingan tingkat kabupaten hingga nasional pada setiap tahunnya				
36.	Persiapan pertandingan selalu matang/tidak mendadak pada setiap event pertandingan, sehingga atlet ada pada performa yang baik.				
37.	Ada pembagian kelas reguler dan kelas atlet dengan nomor pertandingan yang spesifik untuk memfokuskan anak didik/kenshi agar hasil Latihan lebih fokus dan maksimal				
38.	Ada dukungan kelengkapan administrasi berupa pendanaan untuk mengikuti kejuaraan dari dojo bagi atlet yang berbakat				
<b>Lingkungan</b>					
39.	Adanya dukungan dari orang tua untuk mengikuti Latihan kempo				
40.	Orang tua mendorong anaknya agar berprestasi di kempo				
41.	Dikelilingi oleh orang-orang yang rajin dan disiplin sehingga memacu atlet untuk tetap semangat dan tertib di tempat Latihan				
42.	Jarak antara tempat Latihan dengan tempat tinggal tidak jauh sehingga Latihan selalu tepat waktu				

**Keterangan**

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

## Lampiran 8. Data Penelitian SMP N 2 Piyungan

Resp	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	40	41	42	JML	
1	2	4	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	2	119	
2	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	128	
3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	2	4	2	158
4	4	2	4	2	2	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	2	144
5	2	3	3	3	2	2	3	3	4	4	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	2	4	4	136	
6	4	4	2	4	4	2	4	4	4	3	3	3	4	4	4	2	4	3	4	4	3	4	2	4	2	4	2	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	145	
7	4	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	4	4	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	127		
8	4	3	3	2	2	2	3	4	3	2	4	2	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	2	2	2	3	4	3	3	2	4	3	3	4	3	2	4	3	3	3	2	128	
9	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	1	119	
10	4	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	133	

	F Endogen																					F Eksogen																						
Resp	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	JML	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	JML
1	2	4	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	59	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	2	60
2	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	64	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	64	
3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	82	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	2	76	
4	4	2	4	2	2	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	72	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	1	72
5	2	3	3	3	2	2	3	3	4	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	63	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	2	4	4	73
6	4	4	2	4	4	2	4	4	4	3	3	4	4	4	2	4	3	4	4	3	73	4	2	4	2	4	2	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	72
7	4	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	65	4	3	4	4	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	62
8	4	3	3	2	2	2	3	4	3	2	4	2	3	4	3	4	3	4	4	4	67	3	2	2	2	3	4	3	3	2	4	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	2	61	
9	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	60	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	1	59	
10	4	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	58	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	75	

Resp	Fisik						JML	Rerata	Mental						JML	Rerata	Teknik					JML	Rerata	Taktik					JML	Rerata	
	1	2	3	4	5	6			7	8	9	10	11	12			13	14	15	16	17			18	19	20	21				
1	2	4	2	2	2	2	14	0,5833	3	3	3	2	2	3	3	19	0,6786	3	3	4	3	13	0,8125	3	4	3	3	13	0,8125		
2	4	3	3	2	2	3	17	0,7083	3	3	3	3	3	3	3	21	0,75	3	3	4	3	13	0,8125	3	4	3	3	13	0,8125		
3	4	4	4	4	4	2	22	0,9167	4	4	4	4	4	4	4	28	1	4	4	4	4	16	1	4	4	4	4	16	1	J	
4	4	2	4	2	2	3	17	0,7083	4	4	4	4	4	3	4	27	0,9643	3	3	4	4	14	0,875	4	3	4	3	14	0,875	U	
5	2	3	3	3	2	2	15	0,625	3	3	4	4	3	4	3	24	0,8571	4	3	2	3	12	0,75	3	3	3	3	12	0,75	M	
6	4	4	2	4	4	2	20	0,8333	4	4	4	3	3	3	4	25	0,8929	4	4	2	4	14	0,875	3	4	4	3	14	0,875	L	
7	4	3	3	2	4	4	20	0,8333	3	3	3	3	3	3	3	21	0,75	3	3	3	2	11	0,6875	3	4	3	3	13	0,8125	A	
8	4	3	3	2	2	2	16	0,6667	3	4	3	2	4	2	3	21	0,75	4	3	4	3	14	0,875	4	4	4	4	16	1	H	
9	2	3	2	2	3	2	14	0,5833	3	3	3	2	2	3	3	19	0,6786	3	3	3	3	12	0,75	3	4	4	4	15	0,9375		
10	4	3	3	2	2	2	16	0,6667	2	3	3	3	3	2	3	19	0,6786	3	2	3	3	11	0,6875	3	3	3	3	12	0,75		
Jumlah Rerata							7,125	Jumlah Rerata								8	Jumlah Rerata					8,125	Jumlah Rerata					8,625	31,875		
Persentase							22,353	Persentase								25,098	Persentase					25,490	Persentase					27,059	100		

Resp	Pelatih									Rerata	Sarpras						Rerata	Kompetisi					Rerata	Lingkungan					Rerata		
	22	23	24	25	26	27	28	29	JML		30	31	32	33	34	JML		35	36	37	38	JML		39	40	41	42	JML			
	1	3	3	3	3	3	3	3	2	23	0,7188	3	3	3	3	2	14	0,4667	3	3	4	3	13	0,8125	3	3	2	2	10	0,625	
	2	3	3	3	3	3	3	3	3	24	0,75	3	3	3	3	3	15	0,5	3	3	4	3	13	0,8125	3	3	3	3	12	0,75	
	3	4	4	4	4	4	4	3	3	30	0,9375	4	4	4	4	4	20	0,6667	4	3	4	3	14	0,875	4	2	4	2	12	0,75	J
	4	3	3	3	3	4	4	3	3	26	0,8125	4	4	4	4	3	19	0,6333	4	4	4	4	16	1	4	2	4	1	11	0,6875	U
	5	3	3	3	4	3	4	3	3	26	0,8125	4	4	3	4	4	19	0,6333	3	4	3	4	14	0,875	4	2	4	4	14	0,875	M
	6	4	2	4	2	4	2	4	4	26	0,8125	3	3	3	4	4	17	0,5667	4	4	4	4	16	1	4	3	4	2	13	0,8125	L
	7	4	3	4	4	2	2	2	2	23	0,7188	3	3	2	3	2	13	0,4333	3	3	3	3	12	0,75	4	4	3	3	14	0,875	A
	8	3	2	2	2	3	4	3	3	22	0,6875	2	4	3	3	4	16	0,5333	3	2	4	3	12	0,75	3	3	3	2	11	0,6875	H
	9	3	3	3	3	3	3	3	2	23	0,7188	3	3	3	3	2	14	0,4667	3	3	4	3	13	0,8125	3	2	3	1	9	0,5625	
	10	3	3	3	4	3	4	3	3	26	0,8125	4	4	3	4	4	19	0,6333	3	4	3	4	14	0,875	4	4	4	4	16	1	
	Jumlah Rerata									7,781	Jumlah Rerata						5,533	Jumlah Rerata					8,563	Jumlah Rerata					7,625	29,502	
	Persentase									26,375	Persentase						18,756	Persentase					29,023	Persentase					25,846	100,000	

Resp	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	40	41	42	JML		
	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	163		
	2	2	4	2	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	3	3	3	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	150	
	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	136	
	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	142	
	5	4	3	3	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	159	
	6	1	1	1	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	155	
	7	4	3	3	2	2	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	125	
	8	4	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	137
	9	4	3	3	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	153	
	10	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	156	

Resp	F Endogen																					F Eksogen																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	JML	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	JML	
1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	84	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	79
2	2	4	2	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	77	4	4	4	2	2	3	3	3	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	73	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	71	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	65
4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	76	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	66	
5	4	3	3	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	78	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	81	
6	1	1	1	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	71	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	84
7	4	3	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	63	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	62		
8	4	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	4	4	65	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	4	4	3	4	4	72	
9	4	3	3	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	76	4	4	4	4	3	4	1	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	77	
10	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	78	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	78

Resp	Fisik						JML	Rerata	Mental						JML	Rerata	Teknik					JML	Rerata	Taktik					JML	Rerata	
	1	2	3	4	5	6			7	8	9	10	11	12			13	14	15	16	17			18	19	20	21				
1	4	4	4	4	4	4	24	1	4	4	4	4	4	4	28	1	4	4	4	4	16	1	4	4	4	4	16	1			
2	2	4	2	4	4	1	17	0,7083	4	4	4	4	4	4	28	1	4	4	4	4	16	1	4	4	4	4	16	1			
3	3	3	3	3	3	3	18	0,75	3	3	3	3	4	4	3	23	0,8214	3	4	4	4	15	0,9375	3	4	4	4	15	0,9375	J	
4	4	4	4	3	4	4	23	0,9583	4	4	4	2	3	3	3	23	0,8214	3	4	4	4	15	0,9375	3	4	4	4	15	0,9375	U	
5	4	3	3	2	4	4	20	0,8333	4	4	4	4	2	4	4	26	0,9286	4	4	4	4	16	1	4	4	4	4	16	1	M	
6	1	1	1	4	4	1	12	0,5	4	4	4	4	4	4	4	28	1	4	3	4	4	15	0,9375	4	4	4	4	16	1	L	
7	4	3	3	2	2	2	16	0,6667	2	4	3	3	3	4	3	22	0,7857	3	3	3	3	12	0,75	4	3	3	3	13	0,8125	A	
8	4	3	3	2	3	3	18	0,75	3	1	3	3	3	3	2	18	0,6429	3	4	4	3	14	0,875	3	4	4	4	15	0,9375	H	
9	4	3	3	1	1	4	16	0,6667	4	4	4	4	4	4	4	28	1	4	4	4	4	16	1	4	4	4	4	16	1		
10	4	4	4	4	4	4	24	1	4	2	3	4	4	4	3	24	0,8571	4	3	4	3	14	0,875	4	4	4	4	16	1		
Jumlah Rerata							7,8333	Jumlah Rerata								8,8571	Jumlah Rerata						9,3125	Jumlah Rerata						9,625	35,628
Persentase							21,986	Persentase								24,860	Persentase						26,138	Persentase						27,015	100

Resp	Pelatih									Rerata	Sarpras						Rerata	Kompetisi					Rerata	Lingkungan					Rerata		
	22	23	24	25	26	27	28	29	JML		30	31	32	33	34	JML		35	36	37	38	JML		39	40	41	42	JML			
1	4	4	4	2	4	4	4	4	30	0,9375	4	2	3	4	4	17	0,85	4	4	4	4	16	1	4	4	4	4	16	1		
2	4	4	4	2	2	3	3	3	25	0,7813	4	2	3	3	4	16	0,8	4	4	4	4	16	1	4	4	4	4	16	1		
3	3	3	3	3	3	3	3	3	24	0,75	3	3	3	3	3	15	0,75	3	3	4	4	14	0,875	3	3	3	3	12	0,75	J	
4	3	3	3	3	3	3	4	4	27	0,8438	3	3	2	3	3	14	0,7	3	3	4	3	13	0,8125	3	3	3	3	12	0,75	U	
5	4	4	4	4	4	4	4	3	31	0,9688	4	4	2	4	4	18	0,9	4	4	4	4	16	1	4	4	4	4	16	1	M	
6	4	4	4	4	4	4	4	4	32	1	4	4	4	4	4	20	1	4	4	4	4	16	1	4	4	4	4	16	1	L	
7	3	3	3	4	3	3	3	3	25	0,7813	3	3	2	2	2	12	0,6	4	3	3	3	13	0,8125	3	3	3	3	12	0,75	A	
8	4	4	4	4	3	4	3	3	28	0,875	3	3	3	2	4	15	0,75	4	3	3	4	14	0,875	4	3	4	4	15	0,9375	H	
9	4	4	4	4	4	3	4	1	4	28	0,875	4	3	2	4	4	17	0,85	4	4	4	4	16	1	4	4	4	4	16	1	
10	3	4	4	4	4	4	4	4	31	0,9688	4	3	3	3	3	16	0,8	4	4	4	4	16	1	3	4	4	4	15	0,9375		
	Jumlah Rerata									8,781	Jumlah Rerata						8,000	Jumlah Rerata					9,375	Jumlah Rerata					9,125	35,281	
	Persentase									24.889	Persentase						22.675	Persentase					26.572	Persentase					25.864	100.000	

## Frequencies

[DataSet0]

### Statistics

		Analisis Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan	Faktor endogen	Faktor eksogen
N	Valid	10	10	10
	Missing	0	0	0
Mean		133,7000	66,3000	67,4000
Median		130,5000	64,5000	68,0000
Mode		119.00 <sup>a</sup>	58.00 <sup>a</sup>	72,00
Std. Deviation		12,34729	7,48406	6,76921
Minimum		119,00	58,00	59,00
Maximum		158,00	82,00	76,00
Sum		1337,00	663,00	674,00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

## Frequency Table

### Analisis Prestasi Atlet Kempo Dojo SMP N 2 Piyungan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	119.00	2	20,0	20,0	20,0
	127.00	1	10,0	10,0	30,0
	128.00	2	20,0	20,0	50,0
	133.00	1	10,0	10,0	60,0
	136.00	1	10,0	10,0	70,0
	144.00	1	10,0	10,0	80,0
	145.00	1	10,0	10,0	90,0
	158.00	1	10,0	10,0	100,0
	Total	10	100,0	100,0	

### Faktor endogen

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	58.00	1	10,0	10,0	10,0
	59.00	1	10,0	10,0	20,0
	60.00	1	10,0	10,0	30,0
	63.00	1	10,0	10,0	40,0

64.00	1	10,0	10,0	50,0
65.00	1	10,0	10,0	60,0
67.00	1	10,0	10,0	70,0
72.00	1	10,0	10,0	80,0
73.00	1	10,0	10,0	90,0
82.00	1	10,0	10,0	100,0
Total	10	100,0	100,0	

**Faktor eksogen**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 59.00	1	10,0	10,0	10,0
60.00	1	10,0	10,0	20,0
61.00	1	10,0	10,0	30,0
62.00	1	10,0	10,0	40,0
64.00	1	10,0	10,0	50,0
72.00	2	20,0	20,0	70,0
73.00	1	10,0	10,0	80,0
75.00	1	10,0	10,0	90,0
76.00	1	10,0	10,0	100,0
Total	10	100,0	100,0	

## SD N KAnisius Bonoharjo

### Frequencies

[DataSet0]

#### Statistics

		Analisis Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo	Faktor endogen	Faktor eksogen
N	Valid	10	10	10
	Missing	0	0	0
Mean		147,6000	73,9000	73,7000
Median		151,5000	76,0000	75,0000
Mode		125.00 <sup>a</sup>	71.00 <sup>a</sup>	62.00 <sup>a</sup>
Std. Deviation		12,09408	6,40226	7,39444
Minimum		125,00	63,00	62,00
Maximum		163,00	84,00	84,00
Sum		1476,00	739,00	737,00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

### Frequency Table

#### Analisis Prestasi Atlet Kempo Dojo SD Kanisius Bonoharjo

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	125.00	1	10,0	10,0	10,0
	136.00	1	10,0	10,0	20,0
	137.00	1	10,0	10,0	30,0
	142.00	1	10,0	10,0	40,0
	150.00	1	10,0	10,0	50,0
	153.00	1	10,0	10,0	60,0
	155.00	1	10,0	10,0	70,0
	156.00	1	10,0	10,0	80,0
	159.00	1	10,0	10,0	90,0
	163.00	1	10,0	10,0	100,0
Total		10	100,0	100,0	

#### Faktor endogen

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
--	-----------	---------	---------------	--------------------

Valid	63.00	1	10,0	10,0	10,0
	65.00	1	10,0	10,0	20,0
	71.00	2	20,0	20,0	40,0
	76.00	2	20,0	20,0	60,0
	77.00	1	10,0	10,0	70,0
	78.00	2	20,0	20,0	90,0
	84.00	1	10,0	10,0	100,0
Total		10	100,0	100,0	

**Faktor eksogen**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	62.00	1	10,0	10,0	10,0
	65.00	1	10,0	10,0	20,0
	66.00	1	10,0	10,0	30,0
	72.00	1	10,0	10,0	40,0
	73.00	1	10,0	10,0	50,0
	77.00	1	10,0	10,0	60,0
	78.00	1	10,0	10,0	70,0
	79.00	1	10,0	10,0	80,0
	81.00	1	10,0	10,0	90,0
	84.00	1	10,0	10,0	100,0
Total		10	100,0	100,0	



Lampiran 11. Foto Dokumentasi

