

Motivasi Atlet Dalam Mengikuti Kegiatan Pencak Silat

Ulfa syukriah, Ishak Aziz

Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Padang

e-mail : ulfasyukriaahsy@gmail.com, 60ishakaziz@gmail.com

Abstrak : Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya motivasi dan kurangnya semangat untuk mengikuti latihan olahraga pencak silat di Unit Kegiatan Universitas Negeri Padang. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat penyebab rendahnya motivasi atlet dalam mengikuti kegiatan pencak silat yang berada di Unit Kegiatan Universitas Negeri Padang. Jenis penelitian ini adalah kualitatif. Tempat penelitian ini dilaksanakan di Unit Kegiatan Universitas Negeri Padang. Sampel dalam penelitian ini adalah atlet pencak silat UK UNP. Instrumen dalam penelitian ini dengan menggunakan wawancara kepada atlet. Hasil penelitian menunjukkan: 1) Dalam pelaksanaan latihan pencak silat di UK UNP masih kurangnya semangat atau kurangnya motivasi atlet pencak silat yang menjalankan dalam proses latihan, 2) Keadaan pesilat (atlet) yang tergabung dalam proses latihan pencak silat di UK UNP di nilai belum baik, 3) Sarana dan prasarana di dalam pemusatan latihan olahraga pencak silat di UK UNP yang masih jauh dari idealnya.

Kata kunci : Motivasi Atlet, Pencak Silat

A. PENDAHULUAN

Olahraga adalah salah satu aspek yang penting didalam kehidupan, karena olahraga merupakan kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial. Dalam rangka mencapai tujuan pembangunan nasional, pemerintah terus berusaha melaksanakan pembangunan disegala bidang. Salah satu tujuan pembangunan nasional pada dasarnya adalah untuk menciptakan manusia Indonesia seutuhnya.

Oleh karena itu dilakukannya pembinaan olahraga prestasi dalam olahraga secara ilmiah sudah seharusnya menjadi landasan dalam proses pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Dalam UU RI Nomor : 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 1 ayat: 13 mengatakan bahwa “Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”.

Dari kutipan diatas, pembinaan olahraga prestasi dalam olahraga secara berjenjang mempunyai implikasi terhadap pentingnya evaluasi yang harus dilaksanakan secara berkala

sejak tahap penjarangan atlet sampai dengan tahap akhir pelaksanaan program latihan dan prestasi tinggi yang dicapai. Disamping itu juga dibutuhkan kemampuan dan potensi untuk mencapai prestasi salah satunya cabang olahraga yang perlu ditingkatkan adalah olahraga bela diri pencak silat karena olahraga bela diri pencak silat adalah merupakan salah satu cabang olahraga yang harus mempunyai kemampuan pengembangan diri untuk mencapai suatu tujuan dalam cabang olahraga pencak silat.

Prestasi seorang atlet atau olahragawan tidak semata-mata kemahiran penguasaan teknik dan taktik saja. Akan tetapi juga ditentukan oleh kesiapan yang memenuhi secara maksimal baik dari dalam maupun dari luar dan faktor pendukung lainnya seperti fisik, psikis, pelatih, sarana dan prasarana latihan yang tersedia dan lingkungan disekitarnya, karena semua itu adalah bagian utama seseorang atlet dalam berlatih. Begitu juga dalam olahraga pencak silat, jika seseorang atlet itu sendiri tidak memiliki tujuan tersendiri yang akan di capai dan tidak memiliki motivasi dan kesiapan yang rendah baik dari luar maupun dari dalam tentu tidak dapat mendukung proses latihan tentu akan sangat berpengaruh besar terhadap atlet itu sendiri , karena terhambatnya proses latihan yang dilaksanakannya, seseorang atlet dikatakan bisa mencapai tujuan yang akan dicapai jika atlet tersebut memiliki target, motivasi dan kesiapan yang tinggi baik dari dalam maupun dari luar atlet itu sendiri, dan disinilah seorang pelatih harus berperan mengetahui setiap atletnya menjalankan proses latihan berlangsung apa penyebab seseorang atlet tersebut terhambat, baik dari internalnya ataupun seperti kesiapan seseorang atlet pada saat berlatih, tingkat kemampuan penguasaan yang dimiliki atlet saat berlatih dan mental atlet saat berlatih maupun bertanding, adapun faktor eksternal yang menghambat atlet tersebut seperti dukungan orang tua, sarana dan prasaran, sehingga seorang pelatih harus mengetahuinya bagaimana dukungan orang tua atletnya itu sendiri dalam mengikuti proses latihan pencak silat, bagaimanakah sarana dan prasarana yang tersedia dalam proses latihan layak atau tidaknya dalam proses berlatih, guna untuk mancapai tujuan yang harus dicapai dalam proses latihan, lalu dari pelatihnya jika ada atlet kita pada saat berlatih memiliki keterlambatan dalam penguasaan materi yang telah disampaikan oleh pelatih, kita sebagai seseorang pelatih harus mengetahuinya apa penyebabnya, ataukah dari atletnya itu sendiri, ataukah dari pelatihnya dalam metode pembelajaran yang disampaikan untuk atletnya, atau sarana dan prasarana yang kurang memadai dalam proses latihan atlet tersebut sehingga membuat terhambatnya proses latihan seseorang atlet pencak silat tersebut.

Sehingga seseorang pelatih harus mampu mengetahuinya faktor-faktor yang menghambat rendahnya motivasi atlet dalam proses latihan pencak silat.

Pencak silat itu pada dasarnya adalah pembemalalaan diri dari insan Indonesia untuk menghindarkan diri dari segala malapetaka. Istilah bagi seni pembelaan diri bangsa Indonesia dengan nama PENCAK SILAT. Dikukuhkan pada Seminar Pencak Silat tahun 1973 di Tugu Bogor. Dengan berkembangnya pencak silat diberbagai negara. ”Maka pada tanggal 11 Maret 1980 terbentuklah organisasi pencak silat internasional yang di beri nama Persekutuan Pencak Silat Antar Bangsa (PERSILAT)”. (Johor, 2004).

Pencak silat mengandung unsur-unsur olahraga, seni bela diri dan kebatinan. ”Pencak Silat adalah hasil budaya manusia untuk membela atsu mempertahankan eksistensi (kemandirian) dan integritasnya (menunggalnya)”. (Lubis dan Wardoyo, 2014), Terdapat empat aspek utama dalam pengembangan bela diri pencak silat, yaitu: 1) Aspek akhlak atau rohani (Mental Spiritual), 2) Aspek bela diri, 3) Aspek Seni Budaya, 4) Aspek Olahraga

Lubis dan Wardoyo (2014), Nomor pertandingan mengalami perubahan yang dulu kelas berdasarkan badan mulai dari kelas A s.d G dan bebas putra, kelas A:40-45 kg. Sedangkan untuk putri mulai kelas A s.d E. Menjadi bertambah s.d kelas A s.d I putra dan bebas putra mulai +65 kg. Tahun 1999 kelas bebas pada pertandingan resmi tidak ada, kelas A s.d J putra tetapi kelas A mulai 45-50 kg dan seterusnya. Untuk putri ditambah kelas A s.d F putri, perubahan ini berkaitan dengan desakan dari negara Eropa yang sulit mencari atlet dengan berat badan dibawah 50 kg.

Pencak silat adalah salah satu kegiatan yang menjadi perhatian penulis, berdasarkan pengalaman yang dilihat oleh penulis pada saat melakukan Praktek melatih atlet pencak silat di Unit Kegiatan Universitas Negeri Padang sepertinya rendahnya motivasi dan kurangnya semangat untuk mengikuti latihan olahraga pencak silat di Unit Kegiatan Universitas Negeri Padang. Ini bisa kita perhatikan dari tingkat kehadiran maupun dalam pelaksanaan kegiatan itu sendiri, atlet dalam proses latihan berlangsung dengan adanya permasalahan seperti itu tentu sangat menghambat dalam proses latihan yang berlangsung karena membuat terhambatnya target atau pencapaian yang akan dicapai antara pelatih dan atlet itu sendiri, disitulah penulis mengetahui rendahnya Motivasi Atlet Dalam Pencak Silat di Unit Kegiatan Universitas Negeri Padang.

Sedangkan kita ketahui bahwa Pencak silat adalah salah satu cabang olahraga beladiri yang cenderung keras dan memiliki keindahan gerak yang harus bisa dikuasai. Sehingga

seseorang atlet harus memiliki motivasi yang tinggi dalam mengikuti proses latihan pencak silat ini. Dari sejarahnya olahraga yang berasal dari Sumatera Barat ini terkenal dengan latihannya yang butuh kesiapan fisik dan mental. Oleh sebab itu penulis ingin mengetahui apa penyebab dari segi rendahnya motivasi atlet untuk mengikuti pencak silat di Unit Kegiatan Universitas Negeri Padang.

Istilah motivasi berasal dari kata motif yang dapat diartikan sebagai daya upaya yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Motif dapat dikatakan sebagai daya penggerak dari dalam dan didalam subjek untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi mencapai suatu tujuan. Bahkan motif dapat diartikan sebagai suatu kondisi intern (kesiapapun). Berawal dari kata “motif” itu, maka motivasi dapat diartikan sebagai daya penggerak yang telah menjadi aktif, (Sardiman, 2011). Motif menjadi aktif pada saat-saat tertentu, terutama bila kebutuhan untuk mencapai tujuan sangat dirasakan atau mendesak. Uno (2017), juga mengatakan “Motivasi dapat dikatakan sebagai kekuatan yang terdapat dalam diri individu, yang menyebabkan individu tersebut bertindak atau berbuat. Motif tidak dapat diamati secara langsung, tetapi dapat diinterpretasikan dalam tingkah lakunya, berupa rangsangan, dorongan, atau pembangkit tenaga munculnya suatu tingkah laku tertentu”. Motivasi juga merupakan proses yang ikut mengatur aktivitas manusia, motivasi juga merupakan proses aktualisasi dari sumber penggerak dan pendorong (motif) tersebut (Marheni, 2017). Motivasi merupakan kekuatan yang mendorong seseorang melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan. Kekuatan-kekuatan ini pada dasarnya dirangsang oleh adanya berbagai macam kebutuhan, seperti (1) keinginan yang hendak di penuhi, (2) tingkah laku, (3) tujuan, (4) umpan balik, (Uno, 2017).

Uno (2017), mengatakan “Motif dapat dibedakan menjadi tiga macam, yaitu (1) motif biogenetik, yaitu motif-motif yang berasal dari kebutuhan-kebutuhan organisme demi kelanjutan hidupnya, contohnya lapar, haus, kebutuhan akan kegiatan dan istirahat. (2) motif sosiogenetik, yaitu motif-motif yang berkembang berasal dari lingkungan kebudayaan tempat orang tersebut berada”. Jadi, motif ini tidak berkembang dengan sendirinya, tetapi dipengaruhi oleh lingkungan kebudayaan setempat, contohnya keinginan mendengarkan musik, makan yang di inginkan, pakaian yang diinginkan dan sebagainya. (3) motif teologis dalam motif ini manusia adalah sebagai makhluk yang berkebutuhan, sehingga ada interaksi antara manusia dengan Tuhan-Nya, seperti ibadahnya dalam kehidupan sehari-hari,

contohnya keinginan untuk mengabdikan kepada Tuhan Yang Maha Esa, untuk merelisasikan norma-norma sesuai agamanya.

Donald dalam Sardiman (2011), mengatakan “Motivasi adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya “feeling” dan di dahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan”.

Persoalan motivasi, dapat juga dikaitkan dengan persoalan minat. Minat diartikan sebagai suatu kondisi yang terjadi apabila seseorang melihat ciri-ciri atau arti sementara situasi yang dihubungkan dengan keinginan-keinginan atau kebutuhan-kebutuhannya sendiri, oleh karena itu, apa yang dilihatnya seseorang sudah tentu akan membangkitkan minatnya sejauh apa yang dilihat itu mempunyai hubungan dengan kepentingan sendiri. Hal ini menunjukkan bahwa minat merupakan kecendrungan jiwa seseorang kepada seseorang (biasanya disertai dengan perasaan senang) karena itu merasa ada kepentingan dengan sesuatu itu, menurut Bernard dalam Sardiman (2011), mengatakan “Minat timbul tidak secara tiba-tiba atau spontan, melainkan timbul akibat dari partisipasi, pengalaman, kebiasaan pada waktu belajar atau bekerja”. Jadi jelas bahwa soal minat akan selalu berkaitan dengan soal kebutuhan atau keinginan.

Seseorang akan berlatih dengan keras sekiranya dijanjikan imbalan yang besar jika ia juara, sebaliknya semangat berlatihnya atau bertanding akan berkurang kalau tidak ada *reward* yang akan diterimanya (Irawadi 2015).

Pelatih adalah sosok manusia yang terlibat secara langsung dan bertanggung jawab penuh terhadap pelaksanaan sebuah latihan olahraga yang dilakukan. Harsono (1988) mengemukakan bahwa “tugas utama seorang pelatih adalah membina dan mengembangkan bakat atlet ke mutu prestasi maksimal dalam jangka waktu yang sesingkat-singkatnya”. Syafruddin (2013) juga mengatakan “Seorang pelatih yang profesional dituntut harus mengetahui potensi calon atlet yang akan dibinanya agar latihan yang diberikan kepada calon atlet betul-betul terarah sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai”.

B. METODOLOGI

Williams dalam Moleong (2009) mengatakan “Penelitian kualitatif adalah pengumpulan data pada suatu latar alamiah, dengan menggunakan metode alamiah, dan dilakukan oleh orang atau peneliti yang tertarik secara alamiah”. Penelitian kualitatif mengutamakan latar alamiah, metode alamiah, dan dilakukan oleh orang yang mempunyai perhatian alamiah. Metode penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif: ucapan

atau tulisan dan perilaku yang dapat diamati dari orang-orang (subjek) itu sendiri, (Bogdan dan Taylor dalam Ahmadi (2014). Jane Richie dalam Moleong (2009). Mengatakan “ Penelitian kualitatif adalah upaya untuk menyajikan dunia sosial, dan prespektifnya didalam dunia, dari segi konsep, perilaku, persepsi dan persoalan tentang manusia yang diteliti. Sedangkan menurut Moleong (2009), mengatakan “ Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan dan lain-lain”. Secara holistic, dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah.

Tempat penelitian ini dilaksanakan di Unit Kegiatan Universitas Negeri Padang Labor lantai 3 Fakultas Ilmu Keolahragaan. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan April s.d Mei. Penelitian ini yang menjadi instrumen utama peneliti adalah peneliti itu sendiri dibantu dengan pedoman observasi, wawancara, dan pedoman dokumentasi atau foto terstruktur yang dibuat sendiri oleh peneliti. Bogdan dan Biklen dalam Moleong (2009), mengatakan “Analisis data kualitatif adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengkoordinasikan data, memilah – milahnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mensintesiskannya, mencara dan memasukkan pola, menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain”. Konsep yang digunakan untuk menganalisis data penelitian ini adalah bagaimana motivasi atlet dalam mengikuti kegiatan pencak silat yang berada di Unit Kegiatan Universitas Negeri Padang.

C. HASIL PENELITIAN

1. Temuan Umum

a. Struktur Pengurus Inti

Berikut struktur kepengurusan inti UK Pencak Silat di UNP :

NO	Nama Pengurus	Jabatan
1	Putra Reformasi Setiawan	Ketua
2	Ginanjari Haris Saputro	Wakil
3	Nurlen Hasanah	Sekretaris
4	Dzakiati Wirahmi	Bendahara

Untuk lebih jelasnya struktur kepengurusan UK pencak silat UNP dapat dilihat di lampiran.

b. Pelatih Pencak Silat di UK UNP

Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara yang peneliti lakukan, pelatih pencak silat di UK UNP berjumlah 1 orang yaitu Bapak Juanda yang selalu melatih disetiap latihan pencak silat di UK UNP di hari selasa dan kamis.

c. Atlet Pencak Silat UK UNP

Dari informasi dan pengamatan peneliti di lapangan, jumlah atlet yang aktif bergabung dalam kegiatan latihan pencak silat tidak pasti jumlahnya dikarenakan peneliti tidak menemukan jumlah yang pasti karena UK pencak silat UNP tidak memiliki data lengkap atau daftar absensi atlet yang terdaftar dalam mengikuti kegiatan latihan.

d. Sarana dan Prasarana

Dari pengamatan dan informasi yang peneliti peroleh, prasarana atau tempat penelitian yang menjadi pusat pelaksanaan cabang olahraga pencak silat di UK UNP yang berada di FIK labor lantai 3 kampus Universitas Negeri Padang (UNP) Air Tawar Barat kota Padang. yang dimana labor lantai 3 menjadi tempat latihan UK pencak silat di UNP. Untuk sarana latihan terdapat matras yang sudah tersedia dan sudah terpasang di labor lantai 3 untuk proses latihan pencak silat berlangsung, yang keadaan matras sendiri itu sudah kurang baik karena sudah terlalu lama matras tersebut sehingga sedikit licin, mempunyai 5 pecing untuk proses latihan, yang dimana 3 pecing dengan keadaan yang kurang baik, dan 2 pecing dengan keadaan cukup baik, memiliki 2 pasang *body protekor* yang dimana kondisinya pun kurang baik untuk digunakan. Dengan begitu bisa dikatakan sarana dan prasarana latihan kurang baik untuk selama proses latihan pencak silat UK UNP, dengan begitu berdasarkan peneliti lihat proses latihan pencak silat tetap berjalan seperti biasanya untuk mencapai tujuan yang akan dicapai antara pelatih dan atlet pencak silat UK UNP.

2. Temuan Khusus

Berdasarkan penelitian ditemukan hal sebagai berikut: pada tanggal 25 April 2019, pukul 20:00 WIB peneliti bertemu dengan pelatih pencak silat UK UNP. Dari hasil pertemuan dengan pelatih, pelatih mengizinkan untuk melakukan penelitian tentang motivasi Atlet dalam mengikuti kegiatan pencak silat di UK UNP dengan fokus penelitian penyebab rendahnya motivasi atlet pencak silat UK UNP. Berdasarkan hasil observasi, wawancara dan studi dokumentasi yang peneliti lakukan berkaitan dengan motivasi atlet pencak silat cabang olahraga pencak silat di UK UNP yang berkaitan dengan sarana dan prasarana, kendala yang terjadi yang dialami atlet, dan masalah waktu latihan yang dilaksanakan. Peneliti memperoleh informasi sebagai berikut :

a. Sarana dan Prasarana Pencak Silat di UK UNP

Temuan peneliti menunjukkan kurang memadainya sarana dan prasarana yang ada di UK UNP dan ini yang menyebabkan terhambatnya proses latihan sehingga membuat latihan tidak bisa berjalan secara maksimal karena berbagai faktor kendala sarana dan prasarana yang terjadi ditempat latihan pencak silat UK UNP sehingga kurangnya tercapai tujuan dalam latihan dan membuat rendahnya motivasi atlet pencak silat UK UNP dalam berlatih.

b. Kendala yang terjadi pada Atlet Pencak Silat UK UNP

Temuan peneliti menunjukkan bahwa atlet pencak silat UK UNP faktor kendala yang sering dialami yaitu pembagian waktu yang sulit yang dimana antara kuliah dan latihan yang dijalankannya, karna yang dimana waktu latihan dilaksanakan 1 minggu 2 kali di hari selasa dan kamis dimana waktu latihan dimulai jam 19:30 sampai 22:00 WIB, sehingga atlet terkadang suka merasakan kelelahan pada saat latihan, karna akibat aktivitas di kampus yang membuatnya sudah lelah tidak bisa latihan dengan maksimal sehingga menyebabkan kemalasan atau rendahnya motivasi untuk latihan pencak silat di UK UNP.

c. Waktu latihan yang Berlangsung

Temuan peneliti berdasarkan wawancara dengan atlet UK UNP menunjukkan bahwa waktu latihan yang diberikan sangatlah berperan penting untuk atlet UK UNP karena dimana waktu latihan yang dilaksanakan dimalam hari setelah atlet memiliki aktivitas diperkuliahan dari pagi sampai sore hari yang membuat kondisi atlet sudah kurang maksimal untuk melakukan latihan di UK UNP sehingga terkadang atlet sudah merasa kelelahan dalam berlatih yang membuat atlet itu sendiri terkadang malas untuk latihan di UK UNP, dan yang dimana waktu latihan pun dilaksanakan hanya 1 minggu 2 kali sehingga membuat atlet merasa kurang waktu latihan yang diberikan untuk mencapai target disetiap atlet itu sendiri, perlunya penambahan waktu latihan atlet pencak silat untuk memaksimalkan proses latihan atlet pencak silat UK UNP inilah salah satu faktor terhambatnya motivasi atlet pencak silat di UK UNP itu sendiri.

D. PEMBAHASAN

1. Sarana dan Prasarana Pencak Silat di UK UNP

Sarana dan prasarana sangatlah penting untuk proses jalannya latihan, kurang baiknya sarana dan prasarana yang tersedia dalam proses latihan tentunya akan menghambatnya proses latihan dan tujuan latihan yang akan dicapai antara pelatih dan atletnya, Pencapaian pembinaan yang baik dan prestasi maksimal harus didukung oleh sarana dan prasarana yang

baik pula. Fasilitas dalam melaksanakan proses latihan atau melatih yang meliputi peralatan dan peralatan tempat latihan. Sarana dan prasarana yang dipakai dalam kegiatan olahraga pada masing-masing dan sumber daya pendukung yang ditetapkan untuk melaksanakan program kegiatan olahraga (Harsuki, 2012).

Dalam undang-undang RI No. 3 tahun 2005 dalam Hidayat, (2015), tentang sistem keolahragaan nasional dalam mengatur sarana dan prasarana olahraga yakni pasal 67 (2010) yang berbunyi pemerintah, pemerintah daerah, dan masyarakat bertanggung jawab atas perencanaan, pengadaan, pemanfaatan, pemeliharaan, dan pengawasan prasarana olahraga. Dengan demikian jika sarana dan prasarana yang baik tentu akan memiliki atlet yang baik dan berkualitas karna terpenuhinya atau cukup baiknya sarana dan prasarana yang telah tersedia. karena dimana sarana dan prasarana sangatlah berperan penting untuk proses latihan yang tentunya akan membuat atlet tersebut termotivasi untuk menjalankan proses latihan karena terpenuhinya sarana yang digunakannya, berbagai macam program latihan yang akan terlaksana sehingga tidak akan membuat atlet itu sendiri menjadi bosan selama menjalankan proses latihan karena tentu berbagai macam variasi bentuk latihan yang akan diberikan, akan tercapainya tujuan latihan dengan baik dan tentu akan menghasilkan atlet yang berkualitas yang bagus, sehingga tidak akan terhambatnya proses latihan dan tujuan yang akan dicapai untuk meningkatkan prestasi atlet dalam proses latihan pencak silat di UK UNP karena mendukungnya sarana dan prasarana yang tersedia untuk melakukan proses latihan pencak silat.

2. Kendala yang terjadi pada Atlet Pencak Silat UK UNP

Faktor terbesar yang sering dialami oleh atlet pencak silat adalah salah satunya yang membuat terhambatnya motivasi atlet pencak silat menjadi rendah, ini disebabkan karena banyak kendala yang sering dialami oleh atlet itu sendiri selama menjalankan proses latihan di UK UNP yang akan membuat rendahnya motivasi atlet dalam menjalankan proses latihan, dapat kita ketahui Motivasi dapat terjadi karena adanya suatu rangsangan, dorongan atau keinginan untuk mendapatkan sesuatu yang diinginkannya, jika seseorang atlet sering mengalami kendala yang membuatnya menjadi tidak termotivasi tentu akan menghambatnya proses latihan yang dijalankannya. Maslow dalam Uno (2017), mengatakan "Aktualisasi diri adalah keinginan untuk pemenuhan diri". atau keinginan untuk menjadi apapun yang seseorang mampu untuk mencapainya. Aktualisasi diri ditandai dengan penerimaan diri dan orang lain, spontanitas, keterbukaan, hubungan dengan orang lain yang relatif dekat dan

demokratis, kreativitas, humoris, dan mandiri pada dasarnya, memiliki kesehatan mental yang bagus atau sehat secara psikologis. Tidak hanya itu motivasi dari luarpun sangat berpengaruh untuk seseorang atlet dalam menjalankan proses latihan yang dimana motivasi intrinsik, merupakan rangsangan, dorongan, atau kemauan, yang timbul berdasarkan pengaruh dari luar. Seperti yang dikemukakan Irwanto (2002), bahwa: “motivasi ekstrinsik mempunyai sumber dorongan dari luar”. Motivasi ekstrinsik timbul karena adanya rangsangan dari luar individu. Sehingga jika seseorang atlet sering mengalami kendala dalam proses latihan dan tidak adanya lagi motivasi dalam menjalankannya tentu sangat berpengaruh dalam proses latihan dan kualitas atlet itu sendiri dan akan terhambatnya tujuan latihan yang akan dicapai, jadi jika atlet mengalami kendala-kendala yang sering terjadi dan membuat terhambatnya proses latihan tentu atlet harus mengetahuinya dan mencari bagaimana solusinya, begitupun kepada pelatih yang melatih proses jalannya selama latihan sehingga permasalahan yang timbul dari atlet dalam proses latihan dapat teratasi sehingga tidak terganggunya proses latihan dan tujuan latihan pencak silat di UK UNP.

3. Waktu Latihan yang Berlangsung

Waktu latihan sangatlah bagian penting dan berpengaruh dalam proses latihan yang dilaksanakan karena semakin banyaknya waktu latihan yang dilaksanakan tentu akan semakin bagus kualitas atlet tersebut karena banyaknya materi latihan yang didapatkan dan akan berjalannya dengan baik program-program latihan yang akan diberikan karena dapat kita ketahui olahraga beladiri pencak silat adalah olahraga yang cenderung keras dan memiliki berbagai macam gerak yang tidak begitu mudah untuk dilakukan, terutama dalam kategori seni yang memiliki berbagai macam gerak dan keindahan gerak yang harus dikuasai sehingga perlu melakukan berulang kali gerakan tersebut dan tentunya perlu latihan yang sangat cukup, dengan begitu waktu latihan yang cukup maksimal sangatlah akan berpengaruh untuk proses latihan maupun kualitas atlet tersebut nantinya. Terampil dalam gerak efektif yang menjamin kesempatan atau kesiapan fisik dan mental, yang dilandasi sikap ksatria, tanggap dan mengendalikan diri. Hal ini berarti adanya kewajiban untuk: (Lubis dan Wardyo, 2014).

1. Berani menegakan kejujuran, kebenaran dan keadilan.
2. Tanggap, peka, cermat, cepat dan tepat dalam menelaah permasalahan yang di hadapi.
3. Menjauhkan diri dari sifat sombong atau takabur.
4. Menggunakan keterampilan gerak efektif.

Sehingga, jika seseorang atlet itu sendiri kurangnya waktu latihan untuk mencapai tujuan yang akan dicapai tentu akan menghambatnya proses latihan tersebut. Sehingga perlunya waktu tambahan supaya akan tercapainya tujuan yang akan dicapai, dan terbentuknya kualitas atlet yang bagus nantinya.

E. KESIMPULAN

Adapun kesimpulan keseluruhan mengenai penyebab rendahnya motivasi atlet pencak silat UK UNP belum baik. untuk lebih detailnya di lihat sebagai berikut :

1. Dalam pelaksanaan latihan pencak silat di UK UNP masih kurangnya semangat atau kurangnya motivasi atlet pencak silat yang menjalankan dalam proses latihan, didapatkan berdasarkan hasil wawancara kepada informan. Karena berbagai hambatan yang dirasakan oleh atlet itu sendiri, akibat aktivitas sebelum melakukan latihan pencak silat yang membuat atlet tersebut menjadi kurang semangat, akibatnya sudah terlalu cukup lelah menjalankan aktivitas sebelum latihan, yang dimana juga waktu latihan yang dilaksanakan pada malam hari sepulang atlet melakukan aktivitas perkuliahan di kampus.
2. Keadaan pesilat (atlet) yang tergabung dalam proses latihan pencak silat di UK UNP di nilai belum baik, dikarenakan ketidakstabilan kehadiran setiap proses latihan pencak silat yang berlangsung di UK UNP sehingga motivasi yang dimiliki atlet pencak silat UK UNP menjadi rendah dalam berlatih. Di karenakan waktu latihan yang dilaksanakan dan aktivitas lainnya yang dijalankan oleh atlet pencak silat tersebut, sehingga membuat atlet pencak silat tersebut menjadi kurang atau tertinggalnya proses latihan yang telah diberikan sesuai jadwal latihan pencak silat di UK UNP yang telah ditentukan. Sehingga belum ada terlihat kesungguhan dalam proses latihan untuk mencapai apa yang akan dicapainya dalam latihan pencak silat di UK UNP.
3. Sarana dan prasarana di dalam pemusatan latihan olahraga pencak silat di UK UNP yang masih jauh dari idealnya karena belum memenuhi kedua faktor, yakni kualitas dan kuantitas seperti tempat latihan, *peccing* ,*body protector* dan matras yang masih terbatas dan kualitasnya yang kurang baik untuk di gunakan selama proses latihan pencak silat yang berlangsung di UK UNP berdasarkan dari hasil apa yang telah dilihat dalam observasi penelitian.
4. Waktu latihan yang kurang tepat untuk atlet melakukan proses latihan dan membuat atlet tidak pernah konsisten untuk hadir latihan pencak silat di UK UNP sehingga akan terhambatnya prestasi atlet tersebut dikarenakan proses latihan yang tertinggal oleh atlet

pencak silat UK UNP tersebut, dan membuat menjadi salah satu faktor rendahnya motivasi atlet dalam menjalankan proses latihan pencak silat dikarenakan waktu latihan pencak silat yang telah ditentukan kurang tepat dilaksanakan.

F. DAFTAR RUJUKAN

- Ahmadi, Rulman. 2014. *Metodelogi Penelitian kualitatif*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- B,Uno, Hamzah, 2006. *Teori Motivasi & Pengukurannya*. Jakarta: PT Bumi Askara.
- Hasuki. 2012. *Pengantar Manajemen Olahraga*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Irawadi, Hendri. 2015. *Menuju Kematangan Mental Atlet*. Padang: Sukabina Press
- Irwanto, 2016. *Psikoogi Umum*. Jakarta: PT Prendhallindo.
- Johor, Zainul. 2004. *Pencak Silat*. Padang: Pendidikan Olahraga FIK UNP
- Lubis, Johansyah & Wardoyo, Hendro. 2014. *Pencak Silat*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Marheni, Eddy & Purnomo, Eko. 2017 *Psikologi Olahraga*. Padang
- Moleong. 2009. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Sardiman, 2011. *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajawali Press.
- Syafruddin. 2013. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: UNP Press
- Undang-undang RI Nomor : 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragan Nasional.