

## LAMPIRAN

P-ISSN --- ---

E-ISSN --- ---

**Jurnal Ilmiah Mahasiswa**

Volume 2, Nomor 2, Oktober 2021



### **MOTIVASI ATLET PEMBERS VC DALAM MENGIKUTI LATIHAN BOLA VOLI PADA MASA PANDEMI COVID-19**

Ichsan Syah<sup>1</sup>, Tuti Sarwita<sup>2</sup>, M.Pd, Zulheri Is, M.Pd<sup>3</sup>

Program Studi Pendidikan Jasmani

<sup>1,2,3</sup>Universitas Bina Bangsa Getsempena

E-mail: [ichsansyah1997@gmail.com](mailto:ichsansyah1997@gmail.com)

#### **Abstrak**

Skripsi ini mendeskripsikan tentang motivasi atlet Pembers VC dalam mengikuti latihan bola voli pada masa pandemi Covid-19. Pendekatan dan metode yang digunakan dalam skripsi ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Sumber data dalam penelitian ini adalah pendiri klub Pembers VC bapak H. Azuar Budiman, S.H. dan juga atlet Pembers VC yang mengikuti latihan yang berjumlah 30 anggota. Data dari penelitian ini adalah hasil observasi peneliti dengan pendiri klub dan juga hasil jawaban angket penelitian yang peneliti bagikan pada 30 anggota atlet Pembers VC. Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti dapatkan, dapat dilihat bahwa motivasi ekstrinsik memiliki nilai persentase lebih tinggi dari motivasi intrinsic. Nilai persentase motivasi intrinsic sebesar 86,1% yang dapat dikategorikan

tinggi, sedangkan nilai persentase motivasi ekstrinsik mencapai 93,3% yang dapat dikategorikan sangat tinggi. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa motivasi atlet Pembers VC dapat dikategorikan tinggi, ada kemauan baik dari dalam maupun dari luar diri dari atlet Pembers VC untuk mengikuti latihan guna memperbaiki diri lebih baik lagi. Hal ini menjadi pengaruh positif baik bagi atlet maupun bagi klub itu sendiri. Saran yang bisa peneliti sampaikan adalah diharapkan bagi pelatih dan juga atlet untuk terus bersama-membangkitkan motivasi dalam mengikuti latihan bola voli sehingga klub semakin baik dan semakin banyak mendapatkan juara disetiap perlombaan.

Kata kunci: Motivasi atlet Pembers VC, latihan bola voli, pandemic Covid-19

## **Pendahuluan**

Olahraga merupakan salah satu alat yang digunakan untuk meningkatkan kualitas manusia, sehingga dapat terciptanya masyarakat yang sehat jasmani dan rohani. Disamping itu kegiatan olahraga diharapkan menjadi wadah peningkatan prestasi, watak dan kepribadian yang baik dengan terciptanya manusia seutuhnya dalam mengisi pembangunan nasional. Hal ini sesuai dengan bunyi yang tercantum dalam Undang-Undang Republik Indonesia (UURI) No.III Tahun 2005 tentang sistem keolahragaan Nasional pasal I ayat 13 yang menjelaskan bahwa: "Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahraga secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu keolahragaan", (Thanza, 2014). Haniffahrudin (2016) menyebutkan bahwa olahraga adalah sebuah aktifitas yang bermanfaat bagi kehidupan masyarakat. Salah satu cabang olahraga yang digemari kalangan masyarakat saat ini adalah cabang olahraga bola voli.

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang paling banyak digemari oleh sebagian masyarakat Indonesia bahkan dunia saat ini. Olahraga ini sudah banyak

mengalami perkembangan yang cukup pesat baik di Indonesia maupun di dunia. Bola Voli bisa dimainkan di dalam atau di luar ruangan dan olahraga ini bisa dijadikan sebagai rekreasi semata maupun sebagai ajang pertandingan.

Seperti cabang olahraga lainnya, bola voli dalam perkembangannya memiliki sejarah tersendiri. Di dalam perkembangannya, bola voli banyak mengalami perubahan sesuai dengan perkembangan zaman, ilmu pengetahuan dan teknologi, baik perubahan fasilitas dan perlengkapan maupun peraturan permainan atau perwasitan sejak lahirnya sampai sekarang.

Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan bola besar yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari 6 orang pemain. Jadi, dalam satu permainan bola voli itu dapat diikuti oleh 12 orang (Dedy Bagos Ardiyanto, 2011:1). Perkembangan permainan bola voli di Indonesia cukup maju sampai ke pelosok desa yang terpencil. Pertandingan dan kejuaraan bola voli juga selalu diadakan pada setiap hari besar nasional dari tingkat yang terendah seperti antar RT sampai tingkat yang berprestasi lebih tinggi misalnya antar kabupaten dan provinsi.

Semua cabang olahraga mempunyai induk organisasi sendiri, baik itu tingkat nasional maupun internasional, begitu juga dengan olahraga bola voli. Induk organisasi olahraga bola voli di dunia adalah FIVB (*Federation Internationale Volleyball*), sedangkan induk organisasi olahraga bola voli di Indonesia adalah PBVSI (Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia) yang diresmikan pada tanggal 22 januari 1955 di Jakarta.

Olahraga bola voli tidak hanya dikenal sebagai olahraga rekreasi, akan tetapi juga dalam olahraga prestasi. Merujuk kepada Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005, pembinaan olahraga dilakukan melalui tiga domain, yakni olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, dan olahraga prestasi (Toho Cholik dkk, 2007: 29). Sudah banyak pembinaan prestasi dalam cabang olahraga bola voli yang tersebar di daerah seluruh Indonesia dengan berbagai macam variasi pembinaan yang dilakukan oleh klub-klub bola voli yang tersebar di daerah dengan tujuan pencapain prestasi. Seperti yang

dikemukakan oleh Toho Cholik dkk (2007: 28) bahwa dikenal dua sistem pembinaan olahraga yang umumnya dianut negara-negara maju, yaitu pembinaan olahraga dengan menonjolkan pada olahraga elit (*elite sport*) dan pembinaan olahraga yang memfokuskan pada budaya gerak (*sport and movement culture*).

Pencapaian puncak prestasi atlet bola voli harus dilakukan dengan melalui tahapan latihan. Tanpa adanya latihan atlet tidak akan mampu mengembangkan keterampilan untuk mendapatkan puncak prestasi yang sudah ditargetkan. Sasaran dan tujuan latihan secara garis besar dijelaskan oleh Sukadiyanto (2005: 9) antara lain: (a) meningkatkan kualitas fisik dasar secara umum dan menyeluruh, (b) mengembangkan dan meningkatkan potensi fisik yang khusus, (c) menambah dan menyempurnakan teknik, (d) mengembangkan dan menyempurnakan strategi, teknik, dan pola bermain dan meningkatkan kualitas dan kemampuan psikis olahragawan yang bertanding. Serangkaian latihan yang sudah disusun dan ditetapkan oleh pelatih harus dilakukan secara kontinyu sesuai dengan program latihan, karena dengan melakukan latihan secara kontinyu akan membuat tubuh sehat dan keterampilan atlet dalam menguasai teknik permainan bola voli akan semakin lebih baik. Salah satu klub yang melakukan pembinaan dan pelatihan secara kontinyu adalah klub bola voli Pembers VC yang ada di Beurawe, Banda Aceh.

Klub bola voli Pembers VC berdiri pada tahun 1980 di Beurawe, Banda Aceh dengan nama JVC. Klub ini didirikan oleh H. Azuar Budiman, S.H. Berdasarkan observasi awal peneliti dengan Bapak Azuar (selaku pendiri klub), beliau mengatakan bahwa nama klub ini mengalami tiga kali pergantian. Nama klub JVC hanya mampu bertahan selama 2 tahun. Pada tahun 1983, klub berganti nama menjadi Power. Akan tetapi, nama Power juga mengalami nasib serupa dengan nama sebelumnya, hanya bertahan selama satu tahun saja. Pada tahun 1985, klub kembali berganti nama menjadi Pembers VC dan bertahan sampai sekarang. Atlet klub Pembers VC yang aktif mengikuti latihan pada masa sebelum covid bisa mencapai 40-50 anggota, akan tetapi selama pandemi melanda Indonesia jumlah peserta yang ikut latihan hanya 30 anggota saja. Hal ini tidak membuat klub Pembers VC menjadi

patah semangat, mereka tetap aktif melakukan latihan demi nama baik klub yang sudah berdiri selama ± 33 tahun ini.

Pembers VC memiliki lapangan bola voli sendiri untuk melakukan kegiatan program latihan, sehingga membuat para atlet lebih nyaman dalam mengikuti latihan. Sebelum covid, atlet Pembers VC selalu rutin melakukan latihan setiap 3 minggu sekali, dan jadwal latihan ini tidak berubah sampai sekarang walaupun jumlah anggotanya yang sedikit berkurang. Hal ini sesuai dengan hasil observasi awal peneliti dengan bapak Azuar (selaku pendiri klub). Pembers VC memiliki dua tim, mereka sudah banyak mengikuti perlombaan di tingkat daerah se-Aceh. Tidak jarang Pembers VC juga meraih juara I dalam perlombaan yang diikutinya. Berikut adalah beberapa piala dan penghargaan yang pernah diraih oleh Pembers VC, antara lain:

- 1) Piagam Penghargaan sebagai Penghargaan Khusus Memperingati Hari Olahraga Nasional XIX tahun 2002.
- 2) Juara I Turnamen Bola Voli Antar Klub Kota Banda Aceh Tahun 2017.
- 3) Juara I Open Turnamen Volly Ball PJVC Punge Jurong Tahun 2015.
- 4) Juara I Turnameb Volly HUT “VOKER” Ke-17 Tahun 2016.
- 5) Juara I Turnameb Volly HUT “VOKER” Ke-17 Tahun 2016.
- 6) Juara I Bola Volly PORDA I KORPRI Aceh Tahun 2013.
- 7) Juara I Turnamen Bola Voli HUT Elang Putih ke- 20 Tahun 2013.
- 8) Juara IV Turnamen Bola Voli Piala KNPI Aceh Besar, HUT RI Ke- 63 tahun 2008.
- 9) Juara I Volly Ball HUT GENESVOLD Ke- 1 Kota Banda Aceh Tahun 2008.
- 10) Juara I Open Tournament HUT VOLTAS – VC ke- IV Tahun 2011.
- 11) Juara I Turnamen Bola Voli FIFA CUP- I Banda Aceh Tahun 2011.
- 12) Juara I Kejuaraan Bola Volly Ramadhan CUP II.

Corona virus atau biasa dikenal dengan nama Covid-19 merupakan wabah yang sedang melanda dunia sejak akhir tahun 2019 yang lalu hingga sekarang. Kasus meninggal akibat covid sudah mencapai ribuan orang, sehingga setiap Negara

memberikan ultimatum kepada masyarakatnya untuk tidak keluar rumah. Semua kegiatan dilakukan dari rumah, baik itu bekerja, sekolah, belanja, bahkan olahraga dilakukan di rumah. Hal ini juga diterapkan oleh pemerintah Indonesia sejak covid masuk ke Indonesia. Covid berpengaruh sangat signifikan pada semua bidang termasuk bidang olahraga, berbagai kompetisi diundur dan para atlet terkendala dalam melakukan latihan karena harus menghindari kontak fisik. Hal ini juga dialami oleh klub Pembers VC yang sempat memberhentikan kegiatan latihan akibat covid. Seiring berjalannya waktu, kegiatan latihan sekarang sudah kembali normal. Hal ini tidak lepas dari peran motivasi yang ada pada diri masing-masing atlet Pembers VC.

Dalam pembinaan prestasi dari klub-klub bola voli di Aceh khususnya klub bola voli Pembers VC, masih banyak menekankan pada latihan secara umum yang meliputi fisik dan keterampilan saja tanpa memperhatikan tingkat motivasi atlet dalam mengikuti latihan. Sehingga atlet-atlet yang mengikuti latihan hanya memahami bagaimana cara untuk dapat berprestasi atau mendapatkan juara saja tanpa tahu kegunaan dari prestasi tersebut selain menjadi kebanggaan bagi diri sendiri dan juga bagi klub.

Salah satu hal yang mempengaruhi prestasi yaitu motivasi, baik dari dalam diri atlet itu sendiri maupun dari luar diri. Namun motivasi juga harus seimbang antara motivasi intrinsik dan juga motivasi ekstrinsik, jangan berat sebelah karena itu juga akan mempengaruhi kinerja dari atlet itu sendiri. Komarudin (2014:24) menjelaskan bahwa motivasi adalah energi yang membuat segala sesuatu bekerja atau berfungsi. Dengan adanya motivasi baik dari dalam diri maupun dari luar diri atlet akan meningkatkan semangat atlet dalam mengikuti latihan apalagi dalam kondisi covid seperti sekarang ini.

Motivasi sangat penting bagi seorang atlet. Keikutsertaan atlet dalam olahraga bola voli sangat dipengaruhi oleh motivasi dari atlet itu sendiri. Semakin tinggi motivasi yang dimiliki oleh seorang atlet maka sebuah klub akan menciptakan bibit-bibit pemain bola voli yang semakin unggul. Beni Apriansyah, Sulaiman, dan Siti

Baitul Mukarromah (2017) menyatakan bahwa memiliki motivasi yang baik bisa menampilkan suatu keberhasilan baik secara individu maupun kelompok. Motivasi dibagi menjadi dua yaitu motivasi intrinsik (dari dalam) dan motivasi ekstrinsik (dari luar). Motivasi intrinsik bisa ditingkatkan dengan menunjukkan kepuasan-kepuasan yang diraih dari usahanya memenangkan suatu pertandingan dan tidak mendasar pada hadiah, meskipun sebaliknya sesuatu yang berasal dari luar (ekstrinsik) bisa menjadi perangsang (intensif) yang efektif untuk memacu suatu motivasi. Motivasi itu sangat berperan penting dalam segala hal, baik motivasi dari dalam (intrinsik) maupun motivasi dari luar (ekstrinsik), termasuk dalam dunia olahraga. Atlet harus mampu mengolah motivasi tersebut demi mendapatkan hasil yang diinginkan.

Rangkaian program latihan disusun dan diterapkan oleh pelatih harus dilakukan secara kontinyu demi mencapai hasil yang maksimal. Kondisi covid yang kita alami saat ini membuat program latihan agak sedikit terhambat, ada yang tidak mengikuti latihan karena takut dengan virus yang sedang mewabah walaupun masih ada atlet Pembers VC yang masih tetap setia mengikuti latihan demi meningkatkan kemampuan menjadi lebih baik lagi.

Mengikuti latihan dimasa pandemi memang bukanlah hal yang mudah dilakukan, akan tetapi atlet Pembers VC tetap melakukan latihan. Hal ini tidak lepas dari motivasi yang dimiliki oleh sebagian atlet yang tetap menjadi yang terbaik dan menjadi lebih baik lagi. Tingkat motivasi ini yang harusnya digali lebih lanjut oleh pelatih untuk mempersiapkan langkah atau strategi latihan yang membangkitkan semangat para atlet untuk mengikuti latihan dimasa pandemi covid-19 sehingga keterampilan permainan bola voli atlet Pembers VC semakin meningkat walaupun dalam kondisi seperti sekarang ini. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Eko Purnomo dan Nina Jermaina (2018) yang menyatakan bahwa rendahnya tingkat motivasi atlet untuk melakukan latihan mandiri berdampak besar pada keterampilan atlet yang juga kurang baik.

Permasalahan yang muncul berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan adalah belum diketahuinya data tentang seberapa besar tingkat motivasi yang dimiliki

para atlet dalam mengikuti latihan olahraga bola voli di masa pandemi covid-19 sehingga pelatih belum memilih strategi latihan yang sesuai dengan kondisi atlet Pembers VC saat ini. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengangkat permasalahan tentang tingkat motivasi (intrinsik dan ekstrinsik) atlet Pembers VC dengan judul penelitian **“Motivasi Atlet Pembers Voli Club Dalam Mengikuti Latihan Bola Voli Pada Masa Pandemi Covid-19”**.

## **Landasan Teori**

### **1. Motivasi**

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

Motivasi berasal dari bahasa latin *”movere”* yang mengandung arti *to move*, jadi motivasi berarti menggerakkan atau mendorong untuk bergerak, Komarudin (2014:23). Rubin McNeil (Gross, 2012:168) juga mengatakan bahwa motivasi (*movere*) memiliki arti sebagai penyebab khusus yang memberi energi, mengarahkan dan mempertahankan perilaku seseorang. Hamzah B Uno (2012:6) berpendapat bahwa motivasi adalah daya penggerak yang terdapat dalam diri seseorang untuk melakukan aktivitas tertentu, demi mencapai tujuan tertentu”. Sedangkan Sardiman (2012:75) berpendapat bahwa motivasi dapat juga dikatakan serangkaian usaha untuk menyediakan kondisi-kondisi tertentu, sehingga seseorang mau dan ingin melakukan sesuatu.

Pendapat ahli psikolog dari Greenberg (Djaali, 2008:101) menyebutkan bahwa motivasi adalah proses membangkitkan, mengarahkan dan memantapkan perilaku arah suatu tujuan. Sementara itu Gates dkk (Djaali, 2008:101) mengemukakan bahwa motivasi adalah suatu kondisi fisiologis dan psikologis yang terdapat dalam diri seseorang yang mengatur tindakannya dengan cara tertentu.

Sardiman (2016:73) mengemukakan motivasi adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya *“feling”* dan didahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan. Motivasi mengandung tiga elemen penting, yaitu:



- 1) Motivasi itu mengawali terjadinya perubahan energy pada diri setiap individu manusia. Perkembangan motivasi akan membawa beberapa perubahan energy di dalam system “*neurophysiological*” yang ada pada organisme manusia.
- 2) Motivasi ditandai dengan munculnya rasa (*feeling*), afeksi seseorang dalam hal ini motivasi relevan dengan persoalan-persoalan kejiwaan, afeksi dan emosi yang dapat menentukan tingkah laku manusia.
- 3) Motivasi akan dirangsang karena adanya tujuan. Motivasi memang muncul dari dalam diri manusia, tetapi kemunculannya teransang/terdorong oleh adanya unsur lain dalam hal ini adalah tujuan. Tujuan ini akan menyangkut soal kebutuhan.

Motivasi merupakan faktor yang penting dalam pencapaian karier setiap orang. Makin besar motivasi yang diberikan, maka akan semakin besar pula karier seseorang untuk lebih maju. Motivasi adalah kondisi fisiologis dan psikologis yang terdapat dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan aktifitas tertentu guna mencapai suatu tujuan (Djaali, 2008:101). Sedangkan pendapat ahli psikologi lain (suryabrata), motivasi adalah keadaan dalam pribadi orang yang mendorong individu untuk melakukan aktifitas-aktifitas tertentu guna mencapai suatu tujuan (Djaali, 2008:101).

Hamzah B. Uno (2012:6) mengatakan bahwa motivasi memiliki tiga komponen pokok yaitu:

- 1) Menggerakkan: dalam hal ini motivasi menimbulkan kekuatan pada individu, membawa seseorang untuk bertindak dengan cara tertentu.
- 2) Mengarahkan: berarti motivasi dapat mengarahkan tingkah laku seseorang. Dengan demikian ia menyediakan suatu orientasi tujuan guna mencapai tujuan yang ingin dicapainya.
- 3) Menopang: artinya motivasi digunakan untuk menjaga dan menopang tingkah laku seseorang, menjaga tingkah laku tetap pada tujuan yang akan dicapai sebelumnya.

Karel Muskanan (2015) dalam penelitiannya mengatakan bahwa motivator instrinsik termasuk prestasi, pengakuan, tantangan, dan kemajuan. Faktor-faktor ini berhubungan dengan pemenuhan kebutuhan tingkat tinggi dan lebih baik dalam memberikan motivasi ketimbang faktor-faktor ekstrinsik. Jika seorang pekerja melakukan pekerjaan secara benar bahkan lebih dari yang diharapkan, maka penghargaan yang akan diperoleh adalah pengumuman dari atasan atas prestasinya yang dicapai. Pendapat ahli yang lain yaitu Martini Jamaris (Bima Andhika Putra, 2018) mengatakan bahwa motivasi merupakan suatu kekuatan atau tenaga yang membuat individu bergerak dan memilih untuk melakukan suatu kegiatan dan mengarahkan kegiatan tersebut kearah tujuan yang akan dicapainya.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dijelaskan bahwa motivasi adalah dorongan, penggerak atau alasan orang untuk berperilaku, bertindak, dan berkelakuan yang merupakan kekuatan yang bersumber pada keinginan individu dalam mencapai kebutuhan atau tujuan-tujuan. Seseorang yang tidak mau bertindak sering kali disebut tidak memiliki motivasi. Motivasi merupakan salah satu faktor psikologi manusia yang sangat penting untuk kemajuan serta keberhasilan seseorang dalam meraih tujuan yang ingin dicapai. Motivasi juga dapat disimpulkan sebagai kondisi fisiologis dan psikologis dalam diri seseorang yang membangkitkan, mengarahkan dan memantapkan perilaku aktifitas guna mencapai suatu tujuan.

#### **b. Ciri-ciri Motivasi**

Orang yang termotivasi memiliki ciri-ciri antara lain tidak mudah putus asa dalam menyelesaikan suatu pekerjaan, selalu merasa ingin membuat prestasinya semakin meningkat. Sardiman (2016:83) mengemukakan motivasi yang ada pada setiap orang itu memiliki ciri- ciri sebagai berikut:

- 1) Tekun menghadapi tugas (dapat bekerja terus menerus dalam jangka waktu lama, tidak pernah berhenti sebelum selesai)
- 2) Ulet menghadapi kesulitan (tidak lekas putus asa). Tidak memerlukan dorongan dari luar untuk berprestasi sebaik mungkin (tidak cepat puas dengan prestasi yang diraih).
- 3) Menunjukkan minat terhadap macam-macam masalah untuk orang dewasa (masalah-masalah pembangunan agama, politik, ekonomi, keadilan, pemberantasan korupsi, penentangan terhadap setiap tindakan kriminal, amoral, dan sebagainya).
- 4) Lebih senang bekerja mandiri
- 5) Cepat bosan pada tugas-tugas yang rutin (hal-hal yang bersifat berulang-ulang begitu saja sehingga tidak bersifat kreatif).
- 6) Dapat mempertahankan pendapatnya (kalau yakin akan sesuatu).
- 7) Tidak mudah melepaskan hal yang diyakini itu.
- 8) Senang mencari dan memecahkan masalah soal-soal.

Berdasarkan ciri-ciri diatas maka dapat disimpulkan bahwa seseorang yang termotivasi adalah orang yang tekun dan ulet dalam menyelesaikan tugas, menunjukkan minat, selalu memperhatikan, semangat dan adanya hasrat untuk berhasil.

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

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

Motivasi intrinsik adalah motivasi yang berasal dari dalam diri individu. Motivasi intrinsik adalah motivasi untuk melakukan aktifitas tanpa perlu rangsangan dari luar, karena dari dalam setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan

sesuatu. Kalau dilihat dari segi tujuan kegiatan yang dilakukan, maka yang dimaksud dengan motivasi intrinsik adalah ingin mencapai tujuan yang terkandung di dalam perbuatan itu sendiri, jadi motivasi itu muncul dari kesadaran diri sendiri dengan tujuan secara esensial, bukan sekedar symbol dan seremonial (Sardiman, 2012:89).

Motivasi intrinsik merupakan motivasi yang berasal dari diri seseorang itu sendiri tanpa dirangsang dari luar. Misalnya, orang yang pada dasarnya suka olahraga tidak perlu ada dorongan untuk berolahraga, ia akan berolahraga dengan kesadaran dan keinginan sendiri tanpa ada unsur apapun. Hal ini juga dijelaskan oleh Komarudin (2014:26) bahwa dengan adanya motivasi instrinsik atlet semakin meningkatkan kepiatarannya, kemampuannya, dan keterampilannya.

Motivasi intrinsik berfungsi sebagai dorongan untuk melakukan sesuatu yang berasal dari dalam diri setiap individu. Atlet berusaha meningkatkan kemampuan berlatihnya dan kemampuan keterampilannya karena hal tersebut akan memberikan kepuasan tersendiri bagi diri seorang atlet, terlepas atlet itu akan memenangkan sebuah pertandingan dan mendapat hadiah, medali, uang, bahkan penghargaan sekalipun. Atlet melakukan latihan hanya untuk memenuhi rasa kepuasan diri saja. Atlet dengan motivasi intrinsik adalah mereka yang tekun bekerja keras, teratur dan disiplin dalam melaksanakan latihan serta tidak menggantungkan dirinya kepada orang lain, mempunyai kepribadian yang matang, percaya diri dan disiplin yang matang.

## 2) Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang timbul karena adanya faktor luar yang mempengaruhi dirinya, Komarudin (2014:27). Menurut Sardiman (2012:90), motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang terjadi karena adanya ransangan dari luar. Dari pengertian tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa motivasi ekstrinsik

adalah motivasi yang menyebabkan individu bertindak laku karena adanya rangsangan dari luar seperti adanya hadiah dan pujian dari seseorang. Motivasi ekstrinsik yaitu motivasi yang datang karena adanya rangsangan dari luar, seperti seorang atlet yang rajin ikut latihan karena ingin ikut lomba dan meraih juara. Motivasi ekstrinsik ini juga dapat diartikan sebagai motivasi yang pendorongnya tidak ada hubungannya dengan nilai yang terkandung dalam tujuan pekerjaannya.

Santrock (2009:204) juga mengemukakan bahwa motivasi ekstrinsik seringkali dipengaruhi oleh insentif eksternal seperti penghargaan dan hukuman. Komarudin (2014:27) menjelaskan secara khusus tentang motivasi ekstrinsik yang hubungannya dengan penghargaan yaitu keinginan untuk menampilkan suatu aktivitas karena adanya penghargaan dari luar dirinya yang meliputi menariknya hadiah-hadiah yang dijanjikan kepada atlet apabila memperoleh kemenangan, liburan ke luar negeri, mendapat pujian dari orang lain, dan akan menjadi bahan pemberitaan di media.

Menurut Robert dan Daniel (2007:141) menjelaskan bahwa apabila seorang atlet mendapatkan beasiswa prestasi maka atlet tersebut merasa memiliki kualitas diri di atas yang lainnya dan masyarakat mengakui kualitasnya, sekaligus menjadi dorongan untuk mendapatkan beasiswa tersebut. Jika seorang atlet melakukan sesuatu tindakan dia akan mendapatkan perhatian yang berupa respon positif dan negatif. Respon positif akan meningkatkan keinginan untuk berkompetisi, sedangkan respon negatif akan menurunkan keinginan untuk berkompetisi. Dalam proses pengembangan prestasi atlet memerlukan alat atau tempat yang mendukung jalannya latihan yang sesuai dengan standart yang dinamakan dengan sarana dan fasilitas.

Dari penjelasan mengenai motivasi ekstrinsik di atas dapat ditarik kesimpulan mengenai faktor yang terkandung dalam motivasi ekstrinsik yaitu penghargaan yang meliputi hadiah, pujian, dan respon, serta sarana prasarana meliputi sarana dan prasarana (tempat dan alat latihan), dan juga respon yang didapatkan oleh atlet itu sendiri. Faktor tersebut muncul dari luar diri seseorang agar terangsang untuk melakukan sesuatu hal termasuk motivasi latihan untuk pencapaian prestasi.

Pemberian hadiah dalam hal ini bisa berupa uang, piala atau penghargaan dari pencapaian yang dicapai oleh atlet, misalnya saat atlet memenangkan pertandingan ada piala yang diberikan kepada atlet sebagai pengakuan pencapaiannya. Selain hadiah, pujian juga merupakan motivasi yang positif juga sebagai pendorong seseorang dalam bertindak, seperti seseorang akan merasa apabila hasil kerja keras dipuji oleh orang lain dan dihargai. Respon di sini adalah sikap seseorang dalam memberikan timbal balik terhadap apa yang kita lakukan, apakah responnya positif atau tidak, hal ini juga bisa menjadi tolak ukur seseorang dalam melakukan sesuatu.

Sarana dan prasarana juga dapat menjadi motivasi yang tidak kalah penting bagi atlet dalam mengikuti latihan. Sarana dan prasaran dapat diartikan sebagai semua fasilitas yang secara langsung menunjang suatu proses. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) dijelaskan bahwa sarana adalah segala sesuatu yang dipakai sebagai alat dalam mencapai maksud dan tujuan. Sarana atau alat sangat penting dalam memberikan motivasi peserta didik dengan sungguh-sungguh sehingga tujuan aktivitas dapat tercapai. Dalam konteks pendidikan, sarana pendidikan misalnya buku, alat peraga, alat praktek, dan alat keterampilan, (Andri Tri Pratomo, 2013).

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

- 1) Sikap
- 2) Kebutuhan
- 3) Rangsangan
- 4) Afeksi
- 5) Kompetensi
- 6) Penguatan

#### **e. Fungsi Motivasi dalam Olahraga**

Motivasi dalam berolahraga antara individu satu dengan individu yang lain bervariasi, karena kebutuhan dan kepentingan yang berbeda disebabkan karena

perbedaan perkembangan umum, minat, pekerjaan, dan kebutuhan lainnya. Motivasi yang tidak disebabkan sejak dini untuk bertanding dari anak-anak sampai orang tua antara lain:

- 1) Untuk bersenang-senang
- 2) Untuk menghilangkan ketegangan psikis
- 3) Untuk mendapatkan pengalaman
- 4) Untuk mendapat hubungan baik dengan orang lain
- 5) Untuk kebanggaan kelompok
- 6) Untuk memelihara kesehatan (Setyobroto, 2002:122)

## **2. Permainan Bola Voli**

Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan besar yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari 6 orang. Permainan ini adalah permainan kontak tidak langsung, sebab masing-masing regu bermain dalam lapangan sendiri. Prinsip bermain bola voli adalah memainkan bola dengan memvoli (memukul dengan tangan) dan berusaha menjatuhkan bola ke dalam lapangan pemain lawan dengan menyeberangkan bola lewat atas net atau jarring, dan mempertahankan agar bola tidak jatuh di lapangan sendiri (Nuril Ahmadi, 2007:20).

Bola harus benar-benar dipukul, tidak boleh ditangkap, dipegang atau dilemparkan. Pemain tidak boleh menyentuh bola dengan bagian badan dari pinggang ke bawah dan tidak boleh menyentuh bola dua kali berturut-turut. Setiap regu tidak diperkenankan memainkan atau menyentuh bola lebih dari tiga kali sebelum melewati net. Selama bola dalam permainan, semua pemain tidak diperbolehkan menyentuh net/jaring dan melewati garis tengah masuk ke daerah lawan.

Agar permainan berjalan atau berlangsung dengan baik, lancer, dan teratur maka pemain dituntut harus menguasai unsur-unsur dasar permainan, yaitu teknik dasar bermain bola voli. Teknik dasar itu merupakan bagian dari permainan bola voli, sebab bila tidak benar melakukannya maka pemain tersebut dinyatakan melakukan kesalahan. Setiap kesalahan ada sanksinya atau hukumannya.

Penguasaan teknik dasar bola voli merupakan salah satu unsur yang menentukan menang atau kalahnya suatu regu dalam pertandingan. Oleh karena itu, teknik dasar tersebut harus benar-benar dikuasai terlebih dahulu, agar dapat mengembangkan mutu permainan, lancer dan teratur. Tetapi keterampilan teknik saja belum tentu menjamin adanya permainan yang lancer dan kemenangan. Dalam permainan bola voli ada beberapa bentuk teknik dasar yang harus dikuasai. Teknik-teknik dalam permainan bola voli terdiri atas servis, passing atas, passing bawah, block, dan smash. Sedangkan pendapat ahli bola voli lain macam-macam taktik dalam permainan bola voli ada dua yaitu taktik individu dan taktik seregu (Dieter, 2008:24).

### **3. Klub Pembers VC**

Klub bola voli Pembers VC merupakan salah satu klub bola voli di daerah Aceh. Klub ini berdiri pada tahun 1980 di Beurawe, Banda Aceh dengan nama JVC dan mengalami tiga kali perubahan nama. Nama JVC hanya bertahan selama 2 tahun sebelum akhirnya pada tahun 1983 berubah menjadi Power. Namun Power juga mengalami nasib serupa, bertahan hanya 1 tahun yang pada tahun 1985 berganti kembali menjadi Pembers VC dan bertahan sampai sekarang. Klub ini didirikan oleh H. Azuar Budiman, S.H.. Pembers VC memiliki lapangan bola voli sendiri untuk melakukan kegiatan latihan. Sebelum covid mereka selalu rutin melakukan latihan setiap 3 minggu sekali, dan jadwal latihan ini tidak berubah sampai sekarang. Klub hanya mengalami pengurangan jumlah atlet yang aktif mengikuti kegiatan setelah covid terjadi yaitu sebelumnya bisa mencapai 40 – 50 anggota, namun sekarang hanya sisa 30 orang saja. Anggota klub berasal dari semua kalangan (umum). Pembers VC memiliki dua tim yang sering dikirimkan untuk mengikuti pertandingan bola voli. Mereka sudah banyak mengikuti pertandingan di tingkat daerah se-Aceh. Tidak jarang Pembers VC juga meraih juara I dalam pertandingan yang diikutinya. Hasil pertandingan dan penghargaan yang pernah diraih oleh Pembers VC antara lain:



- 1) Piagam Penghargaan sebagai Penghargaan Khusus Memperingati Hari Olahraga Nasional XIX tahun 2002.
- 2) Juara I Turnamen Bola Voli Antar Klub Kota Banda Aceh Tahun 2017.
- 3) Juara I Open Turnamen Volley Ball PJVC Punge Jurong Tahun 2015.
- 4) Juara I Turnamen Volley HUT “VOKER” Ke-17 Tahun 2016.
- 5) Juara I Turnamen Volley HUT “VOKER” Ke-17 Tahun 2016.
- 6) Juara I Bola Volley PORDA I KORPRI Aceh Tahun 2013.
- 7) Juara I Turnamen Bola Voli HUT Elang Putih ke- 20 Tahun 2013.
- 8) Juara IV Turnamen Bola Voli Piala KNPI Aceh Besar, HUT RI Ke- 63 tahun 2008.
- 9) Juara I Volley Ball HUT GENESVOLD Ke- 1 Kota Banda Aceh Tahun 2008.
- 10) Juara I Open Tournament HUT VOLTAS – VC ke- IV Tahun 2011.
- 11) Juara I Turnamen Bola Voli FIFA CUP- I Banda Aceh Tahun 2011.
- 12) Juara I Kejuaraan Bola Volley Ramadhan CUP II.
- 13) Juara I Turnamen Volley Ball HUT PEMBERS VC Ke- XXVII Beurawe Banda Aceh.

Berdasarkan hasil observasi awal peneliti dengan pendiri klub Pembers VC, hanya inilah data yang peneliti dapatkan tentang penghargaan dan piala yang dimiliki oleh Pembers VC. Karena tidak semua piala dipajang di kantor Klub. Sebenarnya masih banyak lagi penghargaan dan kejuaraan yang diraih oleh Pembers VC dari sejak tahun 1980 hingga sekarang.

#### **4. Pandemi Covid-19**

Virus corona atau biasa disebut dengan covid-19 merupakan wabah yang baru-baru ini terjangkit dan menyerang manusia. Virus ini tidak hanya terjangkit di satu daerah atau Negara saja, tetapi sudah menyebar ke seluruh dunia. Covid-19 pertama sekali muncul di Wuhan, China pada akhir tahun 2019 lalu. Virus corona

menyerang Indonesia pada awal tahun 2020. Sejak saat itu sampai sekarang sudah banyak kasus pasien yang terjangkit corona.

Kasus pasien yang terjangkit ada yang sembuh akan tetapi ada juga yang meninggal dunia. Kasus corona di Indonesia mencapai 543.975 kasus dengan jumlah pasien sembuh 454.879 kasus dan pasien meninggal mencapai 17.081 kasus. Di Aceh sendiri kasus corona mencapai 8.301 kasus dengan data pasien sembuh 6.631 kasus dan pasien meninggal mencapai 329 kasus.

Data kasus corona yang tinggi membuat pemerintah menerapkan *Physical distancing* atau pembatasan jarak fisik, memakai masker dan mencuci tangan kepada seluruh masyarakat. Karena kebijakan untuk menjaga jarak ini, menjadi salah satu kendala yang sangat besar khususnya bagi para atlet olahraga regu seperti olahraga bola voli untuk melakukan kegiatan latihan. Hal ini juga dialami oleh klub voli Aceh Pembers VC.

### **Metodologi Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan menghitung persentase motivasi intrinsik dan ekstrinsik atlet Pembers VC dalam mengikuti latihan pada masa covid dan kemudian disajikan secara deskriptif. penelitian deskriptif kuantitatif merupakan penelitian yang pada proses analisis data dilakukan dengan cara penghitungan statistik (mencari persentase), akan tetapi penyajian datanya banyak dilakukan secara deskriptif. Sehingga dalam penelitian ini banyak pemaparan dan pendeskripsian yang menggambarkan tentang motivasi atlet Pembers VC dalam melakukan latihan bola voli pada masa pandemic.

Penelitian ini dilakukan di klub bola voli Pembers VC yang berada di Beurawe Banda Aceh. Data dari penelitian ini adalah hasil observasi peneliti terkait klub Pembers VC dan juga hasil jawaban kuisioner yang telah peneliti bagikan kepada semua anggota klub bola voli Pembers VC. Sedangkan objek penelitian (sumber data)

adalah semua anggota Pembers VC berjumlah 30 anggota yang akan menjawab kuisioner dibagikan oleh peneliti.

Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data yang digunakan adalah teknik observasi dan angket. Peneliti menggunakan jenis observasi non partisipan, yaitu peneliti hanya mengamati secara langsung keadaan objek, tetapi peneliti tidak aktif dan ikut serta secara langsung. Teknik pengumpulan data ini dilakukan dengan cara mengamati suatu fenomena yang ada dan terjadi. Observasi yang dilakukan diharapkan dapat memperoleh data yang sesuai atau relevan dengan topik penelitian. Hal yang akan diamati yaitu klub Pembers VC itu sendiri, baik tentang sejarah klub, jumlah anggota, jumlah tim, penghargaan yang pernah didapatkan dan lain sebagainya, dan juga observasi langsung dengan bapak H. Azuar Budiman, S.H. selaku pendiri dari klub Pembers VC. Sedangkan angket yang digunakan dalam penelitian ini merupakan angket tertutup yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih jawabannya. Angket digunakan untuk mengungkap data motivasi atlet Pembers VC dalam mengikuti latihan pada masa pandemic menggunakan pengukuran skala Guttman dengan 2 alternatif jawaban Ya, bernilai 1 (satu) dan Tidak, bernilai 0 (nol) (Sugiyono, 2014: 142).

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan tentang motivasi atlet Pembers VC dalam mengikuti latihan bola voli pada masa pandemic. Data-data hasil penelitian ini adalah data primer, yang terdiri dari observasi dan angket. Berdasarkan tujuan penelitian tersebut, analisis data yang dilakukan menggunakan analisis statistik deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase. Menurut Sudjana (dalam Thanza, 2014) rumus statistik tersebut adalah:

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

Keterangan:

$p$  = Angket Persentase

$f$  = Frekuensi Jawaban Responden

$N$  = Jumlah Frekuensi / Banyaknya Responden

### Hasil Pembahasan

Berdasarkan temuan penelitian di atas, dapat kita lihat bahwa motivasi intrinsik atlet Pembers VC dalam mengikuti latihan pada masa pandemi dikategorikan tinggi dengan persentase 86,1% atau dibulatkan menjadi 86%, sedangkan motivasi ekstrinsik atlet Pembers VC dalam mengikuti latihan pada masa pandemi dikategorikan sangat tinggi dengan persentase 93,3%. Persentase tersebut akan peneliti paparkan dalam tabel berikut:

**Tabel 4.10. Persentase Motivasi Intrinsik**

**Atlet Pembers VC dalam Mengikuti Latihan pada Masa Pandemi**

No.	Motivasi Intrinsik		
	Sub Indikator	Ya	Tidak
1.	Pengetahuan	90%	10%
2.	Pencapaian	80%	20%
3.	Stimulasi	88,3%	11,7%
<b>Persentase Motivasi Intrinsik</b>		<b>86,1%</b>	<b>13,9%</b>

**Tabel 4.11. Persentase Motivasi Ekstrinsik**

**Atlet Pembers VC dalam Mengikuti Latihan pada Masa Pandemi**

No.	Motivasi Ekstrinsik		
	Sub Indikator	Ya	Tidak

1.	Metode Latihan	88,3%	11,7%
2.	Pelatih	100%	0
3.	Sarana dan Prasarana	87,5%	12,5%
4.	Lingkungan	95,8%	4,2%
5.	Penghargaan	98,3%	1,7%
6.	Perhatian/respon	90%	10%
<b>Persentase Motivasi Ekstrinsik</b>		<b>93,3%</b>	<b>6,7%</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa motivasi ekstrinsik memiliki nilai persentase lebih tinggi dari motivasi intrinsik. Seperti yang sudah peneliti jelaskan sebelumnya bahwa nilai persentase motivasi intrinsik sebesar 86% yang dapat dikategorikan tinggi, sedangkan nilai persentase motivasi ekstrinsik mencapai 93,3% yang dapat dikategorikan sangat tinggi. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa motivasi atlet Pembers VC dapat dikategorikan tinggi, ada kemauan baik dari dalam maupun dari luar diri dari atlet Pembers VC untuk mengikuti latihan guna memperbaiki diri lebih baik lagi. Hal ini menjadi pengaruh positif baik bagi atlet maupun bagi klub itu sendiri.

### **Kesimpulan dan Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti dapatkan, dapat peneliti dilihat bahwa motivasi ekstrinsik memiliki nilai persentase lebih tinggi dari motivasi intrinsik. Nilai persentase motivasi intrinsik sebesar 86,1% yang dapat dikategorikan tinggi, sedangkan nilai persentase motivasi ekstrinsik mencapai 93,3% yang dapat dikategorikan sangat tinggi. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa motivasi atlet Pembers VC dapat dikategorikan tinggi, ada kemauan baik dari dalam maupun dari luar diri dari atlet Pembers VC untuk mengikuti latihan guna memperbaiki diri

lebih baik lagi. Hal ini menjadi pengaruh positif baik bagi atlet maupun bagi klub itu sendiri.

Saran yang peneliti berikan adalah sebagai berikut:

- 1) Bagi atlet Pembers VC diharapkan agar semakin meningkatkan motivasi dan juga kemampuan diri, agar semakin baik dan menjadi lebih baik lagi.
- 2) Bagi pelatih, agar terus mempertahankan cara memberikan pelatihan dan lebih kreatif didalam mengembangkan pembinaan agar minat atlet dalam mengikuti latihan semakin meningkat sehingga semakin mengharumkan nama klub yang menaungi.
- 3) Bagi peneliti agar semua ilmu ini dapat dipraktekkan dalam dunia kerja kelak.

## **Daftar Pustaka**

- Ahmadi, Nuril. 2007. *Panduan Olahraga Bola Voli*. Solo: Era Pustaka Utama
- Apriansyah, B. dkk. 2017. Kontribusi Motivasi, Kerjasama, Kepercayaan Diri Terhadap Prestasi Atlet Sekolah Sepakbola Pati *Training Center* di Kabupaten Pati. *Journal of Physical Education and Sports: UNNES*
- Arikunto, S. 2003. *Prosedur Penelitian, Suatu Praktek*. Jakarta: Bina Aksara
- \_\_\_\_\_. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- \_\_\_\_\_. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rhineka Cipta
- Britton W.B. 2009. *Handbook of Sport Medicine and Scince: Sport Psychology*. Springfield USA: Blackwell Publishing.
- Bungi, Burhan. 2008. *Analisis Data Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rajagrafindo Persada

- Chatarina, T. Anni. 2007. *Psikologi Belajar*. Semarang: UPT. UNNES Pres
- Cholik, T. dan Maksum, A. 2007. *Sport Development Index*. Jakarta: PT Indeks
- Dedy Bagos Ardiyanto. 2011. Survei Motivasi Siswa Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Voli di SMP Negeri dan Sederajat Se-Kecamatan Karangawen Kabupaten Demak Tahun 2010/2011. Semarang: UNNES
- Dieter, Beutelstahl. 2008. *Belajar Bermain Bola Volley*. Bandung: Pioner Jaya
- Djaali. 2008. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT. Bumi Aksara
- Gillet, N. dkk. 2011. *Intrinsic and Extrinsic School Motivation as a Function of Age: The Mediating Role of Autonomy Support*. Soc Psychol Educ, 14, 529-546. Doi: 10. 1007/s11218-011-9170-2
- Gross, Richard (2012). *Psychology The Science of Mind and Behaviour*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Gulo, W. 2002. *Metode Penelitian*. Jakarta: PT Grasindo
- Helky Tharna. 2014. Pengaruh Motivasi Terhadap Prestasi Atlet Bola Voli Panorama Sarana Travel Kota Bengkulu. Bengkulu: Unib
- Hendra Haniffahrudin. 2016. Studi Tingkat Motivasi Siswa dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Voli pada SMK Negeri 1 dan SMK Negeri 2 Surakarta Tahun Pelajaran 2015/2016. Surakarta: UNS
- J. Moleong, Lexy. 2014. *Metode Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Komarudin. 2014. *Psikologi Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Kusmawati, M. 2015. *Penelitian Pendidikan Penjasorkes (Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan)*. Bandung: Alfabeta
- Muskanan, K. 2015. Analisis Motivasi Berprestasi Atlet Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP) Provinsi Nusa Tenggara Timur. *Jurnal*

*Kebijakan & Administrasi Publik*, (online). Vol. 19 No. 2  
(<http://journal.ugm.ac.id/jkap>, diakses 18 Desember 2020)

- Pratomo, A. T. 2013. Survei Sarana dan Prasarana Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Sekolah Menengah Pertama Negeri Se-Kota Purbalingga Tahun 2012. Semarang: UNNES
- Putra. B. A. 2018. Motivasi Mahasiswa Non Fik dalam Mengikuti Latihan Ukm Bola Voli Uny. Yogyakarta: UNY
- Purnomo, E. Jermaina, N. 2018. Independent Exercise Motivation Analysis (Studi Psikologi Olahraga). Indonesia Performance Journal: UM
- Robert, P. Daniel, L. R. 2007. *Mikroekonomi Edisi Keenam*. Jakarta: Indeks
- Sanapiah, F. (1981). *Dasar dan Teknik Menyusun Angket*. Surabaya: Usaha Karya
- Santrock, J. W. (2009). Psikologi Pendidikan. Edisi 3. Buku 2. Alih bahasa Diana Angelica. Jakarta: Salemba Humanika.
- Sardiman, A. M. 2007a. *Interaksi Motivasi & Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada
- Sardiman, A.M. 2007b. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajawali Press
- \_\_\_\_\_. 2012. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- \_\_\_\_\_. 2016. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Setyobroto, Sudibyo. (2002). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Remaja.
- Sudjana. 1996. *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito
- Sugiyono. 2006. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta



- \_\_\_\_\_. 2012. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta
- \_\_\_\_\_. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- \_\_\_\_\_. 2014. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- \_\_\_\_\_. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: PT. Alfabeta
- \_\_\_\_\_. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sukadiyanto. (2005). *Pengantar Teori Dan Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Uno, H. B. 2008. *Teori Motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta: Bumi Aksara
- \_\_\_\_\_. 2012. *Model Pembelajaran Menciptakan Proses Belajar Mengajar yang Kreatif dan Efektif*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Wijaya, N. 2016. Motivasi Atlet Mengikuti Latihan Bola Voli Yuso Sleman Putri Ditinjau dari Motif Berprestasi. Yogyakarta: UNY
- Yekti, Lian HS. 2016. Motivasi Siswa Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Voli Di SMK Negeri 1 Kendal. *Journa (Online)*. Universitas Negeri Yogyakarta.  
(<http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/pjkr/article/view/2219>, diakses 20 Juli2021)