

MOTIVASI MAHASISWA UNIVERSITAS PGRI PALEMBANG DALAM MENGIKUTI LATIHAN PANJAT DINDING

Oleh: **Alek Hendra¹, Bayu Iswana², Endie Riyoko³**
Program Studi Pendidikan Jasmani, FKIP, Universitas PGRI Palembang
Email : alekhendra@gmail.com

Abstrak

Masalah dalam penelitian ini belum diketahui motivasi mahasiswa Universitas PGRI Palembang dalam mengikuti latihan panjat dinding. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui motivasi mahasiswa Universitas PGRI Palembang dalam mengikuti latihan panjat dinding. Metode penelitian merupakan metode deskriptif kuantitatif dengan cara teknik survei. Populasi dan sampel penelitian berjumlah 15 orang atlet panjat dinding. Pengumpulan data menggunakan kuisioner motivasi latihan panjat dinding dengan indikator internal dan eksternal. Analisis data menggunakan analisis persentase. Hasil penelitian motivasi mahasiswa Universitas PGRI Palembang dalam latihan panjat dinding muncul karena faktor intrinsik dan ekstrinsik. Faktor instrinsik adalah 78,5 dengan kategori tinggi. Faktor ekstrinsik yaitu 64,3 dengan kategori sangat cukup tinggi.

Kata Kunci: Motivasi Panjat Dinding

MOTIVATION OF STUDENTS OF PGRI PALEMBANG UNIVERSITY IN FOLLOWING WALL CLICKING EXERCISE

Abstract

The problem in this study is not yet known the motivation of PGRI Palembang University students in participating in wall climbing exercises. The purpose of this study was to determine the motivation of PGRI Palembang University students in participating in wall climbing exercises. The research method is a quantitative descriptive method with survey techniques. The population and sample of the study were 15 wall-climbing athletes. Collecting data using a motivational questionnaire for wall climbing exercises with internal and external indicators. Data analysis using percentage analysis. The results of the research on the motivation of PGRI Palembang University students in wall climbing exercises arise due to intrinsic and extrinsic factors. Intrinsic factor is 78.5 with high category. The extrinsic factor is 64.3 with a fairly high category.

Keywords: Wall Climbing Motivation

A. PENDAHULUAN

Olahraga adalah suatu kegiatan yang tidak dapat serta dipisahkan dari suatu kehidupan manusia. Olahraga selain membangun kebugaran fisik, juga dapat membangun aspek mental dan sosial manusia. Melalui UU SKN tahun 2005 jenis-

jenis olahraga terbagi dalam olahraga pendidikan, olahraga rekreasi dan olahraga prestasi. Masing-masing jenis olahraga tersebut memiliki tujuan berbeda-beda. Misalnya olahraga prestasi adalah memanusiaikan manusia melalui kegiatan prestasi olahraga. Olahraga prestasi adalah olahraga yang akan mengembangkan suatu potensi jasmani, rohani, dan sosial atlet untuk mencapai target kinerja yang tinggi (prestasi) tingkat daerah, regional, nasional, maupun internasional dan juga dengan demikian akan dapat selalu mengangkat harkat, martabat dan kehormatan individu, keluarga, masyarakat, bangsa dan negara

Ada banyak cabang olahraga yang dibina di Indonesia dalam rangka membina prestasi olahraga manusia, termasuk salah satunya olahraga panjat dinding. Olahraga ini berdasarkan filosofinya sangat dekat dengan kehidupan alam, hal ini senada dengan pendapat (Hardiyono, 2018, hal. 51) panjat dinding merupakan salah satu olahraga tantangan dalam kehidupan dialam bebas. Dalam suatu perkembangannya, olahraga forclimbing panjat dinding dimodifikasi atau desain menjadi forclimbing panjat dinding yang membedakan panjat dinding dengan panjat dinding adalah suatu medianya dimana salah satu tujuannya adalah melestarikan lingkungan, melatih ketangkasan, membina mental dan membangun karakter manusia melalui kedekatan alam. Dewasa ini olahraga panjat dinding begitu banyak digemari oleh masyarakat terutama kalangan pelajar dan mahasiswa.

Salah satu pecinta olahraga panjat dinding yang telah lama mengikuti pembinaan prestasi diantaranya adalah sejumlah mahasiswa Universitas PGRI Palembang. Sebagian besar dari jumlah anggota tersebut tergabung dalam mahasiswa pecinta alam Universitas PGRI Palembang. Berdasarkan data yang dihimpun melalui Humas PALASPA Universitas PGRI Palembang, tercatat dari 120 anggota PALASPA hampir 20 orang mahasiswa yang tergabung dalam pembinaan olahraga panjat dinding. Hal ini menandakan bahwa pembinaan olahraga prestasi panjat dinding berjalan terencana.

Motivasi menjadi dorongan yang kuat bagi atlet panjat dinding PALASPA Universitas PGRI Palembang dalam mengikuti latihan. Kendala pandemi covid-19 dimulai dari tahun 2019 yang lalu membuat kegiatan latihan terkendala, aturan

work from home membuat mahasiswa menjadi sedikit tidak leluasa dalam berlatih. Sekarang aturan tersebut sedikit longgar setelah surat edara Walikota Palembang Nomor 2/SE/Dinkes/2021 mengingat era new normal telah dimulai, mahasiswa sebagai objek latihan telah memulai kembali kegiatan latihan panjat dinding.

Berdasarkan observasi yang peneliti temukan dilapangan pada kegiatan latihan panjat dinding dalam beberapa kali latihan bulan Oktober yang lalu, peneliti melihat beberapa masalah yang dihadapi oleh mahasiswa atau peserta latihan, diantaranya adalah 1) latihan terlihat tidak bebas sebagaimana biasanya, 2) peserta belum menemui kejelasan mengenai target latihan mengingat pembatasan kejuaraan era new normal, 3) latihan masih tergolong biasa-biasa saja. Oleh karena peneliti ingin mengetahui seberapa besar tingkat motivasi yang dimiliki oleh mahasiswa pencinta alam Universitas PGRI Palembang dalam latihan panjat dinding pada era new normal, dimana semua bentuk latihan baru dimulai sekarang ini.

Menurut Selameto dalam (Hamsa & Hartoto, 2015, hal. 787) menjelaskan bahwa motivasi adalah kecenderungan tetap untuk memperhatikan dan menengang beberapa kegiatan yang dimotivasi seseorang dengan secara terus-menerus disertai dengan rasa senang dan dari situlah diperoleh kepuasan. Dengan kata lain motivasi dapat dikatakan menjadi penyebab kegiatan dan penyebab partisipasi dalam suatu kegiatan. Hal ini menunjukkan bahwa motivasi mengandung unsur-unsur kejiwaan yang menjadi penyebab timbulnya motivasi seseorang terhadap sesuatu kegiatan.

Menurut (Abadi, 2016) awal dari suatu adanya olahraga panjat dinding tidaklah suatu lepas dari yang namanya olahraga panjat dinding. Olahraga ini bisa dikatakan sebagai olahraga ekstrim karena sangat mengacu adrenalin. Tidak hanya *skill*, tetapi juga diperlukan mental yang kuat dalam olahraga ini. Memang di awal tujuan dari olahraga ini adalah hanya merupakan olahraga prestasi, namun seiring berkembangnya jaman olahraga ini telah menjadi olahraga prestasi. Perkembangan panjat dinding di Indonesia mulai pada sekitar tahun 1960, dimana dinding di Citatah Bandung mulai dipakai sebagai ajang latihan oleh pasukan

angkatan darat kita. Pertama kali panjat dinding modern di Indonesia adalah tahun 1976, dimana Harry Suliztiarto mulai berlatih memanjat di Citatah. Diteruskan tiga orang rekannya, Heri Hermanu, Dedy Hikmat, dan Agus R, yang pada tahun 1977 mendirikan SKYGERS *Amateur Rock Climbing Group*. SKYGERS sendiri yaitu komunitas yang bergerak di bidang panjat dinding, Heri Hermanu, Dedy Hikmat, dan Agus R, yang pada tahun 1977 mendirikan SKYGERS *Amateur RockClimbing Group*. SKYGERS sendiri yaitu komunitas yang bergerak di bidang panjat dinding. Hinggaakhirnya diadakan rapat paripurna Nasional FPTI yang pertama kali diselenggarakan di Jawa Barat tahun 1991. Kejurnas panjat dinding I, diselenggarakan di Padang tahun 1992 dengan juara adalah kontingen asal Jakarta. Olahraga panjat dinding merupakan salah satu cabang olahraga yang saat ini mulai digemari masyarakat Indonesia khususnya para pemuda dan orang yang berjiwa muda. Hal ini terlihat dari bertambah banyaknya perkumpulan olahraga panjat dinding baik di kota maupun di daerah yang tergabung dalam suatu perkumpulan Federasi Panjat Dinding Indonesia yang biasa disingkat dengan FPTI.

Menurut (Ilham, 2020) Berbagai tipe olahraga panjat dinding yang telah ada dan terus dikembangkan hingga sekarang adalah sebagai berikut:

- a. Mounteenering merupakan salah satu disiplin olahraga panjat dinding menggunakan gunung sebagai media pemanjatan serta menggunakan peralatan khusus untuk pemanjatan gunung.
- b. International Olympic Committee (IOC) telah menetapkan Sport Climbing menjadi salah satu disiplin panjat dinding yang masuk ke dalam jadwal Olimpiade 2020 yang akan diselenggarakan di Tokyo, Jepang. Seperti disiplin panjat dinding lainnya sport climbing faktor yang mempengaruhi performa sport climbing yakni faktor fisik, strategi, teknik, dan psikologis.
- c. Lead climbing merupakan kategori dari sport climbing yang merupakan pemanjatan yang paling umum dilakukan. Lead climbing dapat dilakukan di dinding, dan dinding buatan

- d. Speed climbing pada dasarnya dilatih untuk setingan untuk mengikuti kompetisi. Pada kompetisi youth, atlet akan menghadapi pada jalur dengan ketinggian 10 meter dan 50 meter.
- e. Bouldering dapat dikatakan sebagai bentuk paling murni dari olahraga panjat dinding, karena dalam melakukan tipe pemanjatan ini tidak menggunakan pengaman apapun.
- f. Indoor climbing merupakan suatu pengembangan prasarana olahraga panjat dinding dari yang sebelumnya outdoor menjadi indoor (dalam ruangan).

B. METODE PENELITIAN

Secara umum metode penelitian diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Metode penelitian ini akan menggunakan metode survei dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Menurut Arikunto (2017:27) penelitian deskriptif kuantitatif sesuai dengan namanya, banyak dituntut menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan hasilnya. Menurut Sugiyono (2017:207), teknik analisis deskriptif kuantitatif merupakan analisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum.

Menurut Suliyanto (2016:131), sumber data dibagi menjadi 2 yaitu data primer dan data sekunder.

1. Data Primer

Data yang diperoleh dari responden melalui kuisioner, kelompok fokus dan panel, atau hasil wawancara dengan nara sumber.

2. Data Sekunder

Data yang didapat dari catatan, buku, majalah atau berupa laporan, publikasi perusahaan dan lain sebagainya.

C. HASIL PENELITIAN

Penelitian yang bertujuan untuk mengetahui motivasi mahasiswa Universitas PGRI Palembang dalam mengikuti latihan panjat dinding dilaksanakan pada tanggal 15 s.d 20 Maret 2022 di Lapangan latihan panjat

dinding Palaspa Universitas PGRI Palembang dengan bukti surat keterangan penelitian (terlampir). Selama penelitian berlangsung tidak ada kendala yang dihadapi peneliti. Peneliti akan menerapkan suatu protokol kesehatan ketat, menyuruh mencuci tangan, menggunakan pelindung muka sejenis masker dan menjaga jarak. Penelitian ini dilangsungkan pada proses latihan untuk mahasiswa mengisi lembar kuisisioner. Adapun rincian hasil dalam penelitian ini dapat dijabarkan mengenai deksripsi hasil penelitian dan analisis data penelitian.

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan penyebaran kuisisioner pada sebanyak 15 orang mahasiswa Universitas PGRI Palembang yang mengikuti latihan panjat dinding yang terdiri dari 9 mahasiswa putra dan 6 mahasiswa putri. Jumlah kuisisioner yang sebar sebanyak 18 soal dengan rincian 10 soal terdiri dari soal-soal berdasarkan faktor intrinsik dan 8 soal terdiri dari soal-soal berdasarkan faktor ekstrinsik. Setelah data semua terkumpul selanjutnya data dilakukan sebuah analisis yang menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase serta bantuan komputer program *Excel 2010 for windows*. Pada tabel di bawah ini dapat dipaparkan hasil deskriptif kuantitatif nilai mean, median, modus dan standar deviasi dari analisis data hasil jawaban kuisisioner motivasi mahasiswa Universitas PGRI Palembang dalam mengikuti latihan panjat dinding:

Tabel 1. Deskriptif Kuantitatif

Stastistik	Skors	Keterangan
<i>Means</i>	72,2	
<i>Median</i>	72,2	
<i>Modus</i>	72,2	Tinggi
<i>S. Deviasi</i>	4,01	

Berdasarkan tabel yang ada di atas, dapat diinterpretasikan bahwa suatu analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif motivasi mahasiswa Universitas PGRI Palembang dalam mengikuti latihan panjat dinding dengan capaian yaitu nilai (*means*) 72,2. Nilai *median* 72,2, nilai *modus* 72,2 dan standar deviasi 4,01. Dengan demikian rata-rata (*mean*) motivasi mahasiswa Universitas PGRI Palembang dalam mengikuti latihan panjat dinding adalah 72,2% dengan kategori tinggi.

Terdapat dua faktor yang mempengaruhi motivasi mahasiswa dalam mengikuti latihan panjat dinding, dimana adanya faktor tersebut adalah faktor

intinsik dan faktor ekstrinsik. berikut dapat juga dipaparkan melalui distribusi frekuensi kedua faktor di atas:

a. Faktor Intrinsik

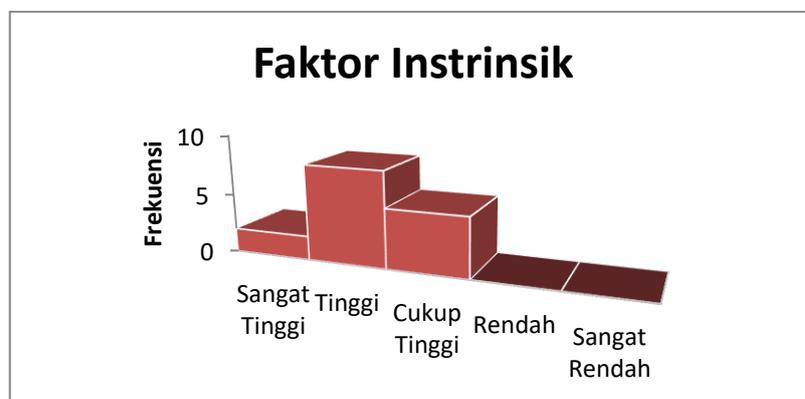
Faktor intrinsik merupakan faktor motivasi yang muncul dalam mahasiswa dalam latihan, misalnya karena suatu faktor kemauan dan kesadaran bahwa olahraga adalah hal yang sangat penting untuk buat dilakukan akan mengingat peranan latihan dalam membangun prestasi bagi mahasiswa.

Adapun distribusi frekuensi dari faktor tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Faktor Instrinsik

Interval	Kategori	Frekuensi	
		Fr	Fa
86-100	Sangat Tinggi	2	13,33
76-85	Tinggi	8	53,33
60-75	Cukup Tinggi	5	33,34
55-59	Rendah	0	0
54	Sangat Rendah	0	0
Jumlah		15	100

Selanjutnya tabel di atas dapat digambarkan melalui histogram di bawah ini:



Gambar 1. Faktor Instinsik

Berdasarkan tabel dan histogram di atas dapat diinterprestasikan bahwa dari suatu aspek yang instrinsik dapat dinyatakan bahwa 2 mahasiswa atau 13,3% memiliki suatu motivasi mengikuti latihan panjat dinding dengan suatu kategori yang sangat tinggi, 8 orang atau 53,3% mahasiswa memiliki motivasi mengikuti latihan panjat dinding tinggi, 5 orang atau 33,4% mahasiswa memiliki motivasi mengikuti latihan panjat dinding cukup tinggi, tidak ada mahasiswa memiliki

motivasi mengikuti latihan panjat dinding rendah dan sangat rendah.. Rata-Rata motivasi mengikuti latihan panjat dinding faktor intinsik mahasiswa mahasiswa adalah 78,5 kategori tinggi.

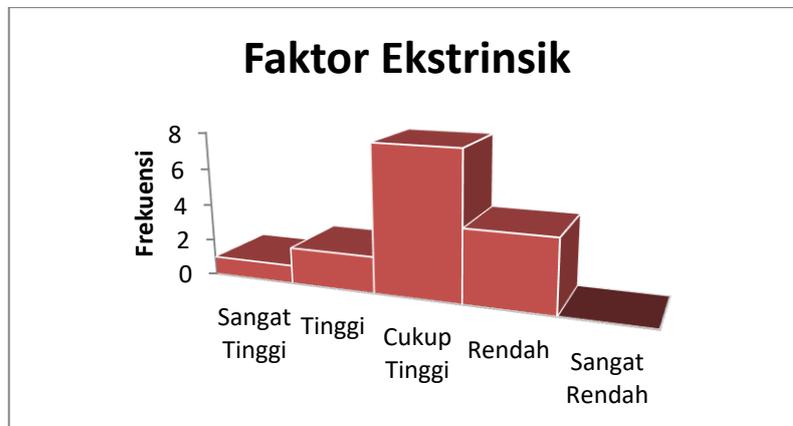
b. Faktor Ekstrinsik

Faktor ekstrinsik merupakan suatu faktor motivasi yang akan muncul dari luar diri mahasiswa dapat mengikuti latihan panjat dinding, misalnya karena faktor lingkungan, penghargaan dan pujian. Adapun distribusi frekuensi dari faktor tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Faktor Ekstrinsik

Interval	Kategori	Frekuensi	
		Fr	Fa %
86-100	Sangat Tinggi	1	6,67
76-85	Tinggi	2	13,3
60-75	Cukup Tinggi	8	53,3
55-59	Rendah	4	26,7
54	Sangat Rendah	0	0
Jumlah		15	100

Selanjutnya tabel di atas dapat digambarkan melalui histogram di bawah ini:



Gambar 2. Faktor Ekstinsik

Berdasarkan tabel dan histogram di atas dapat diinterpretasikan dari suatu aspek ekstrinsik dinyatakan bahwa 1 mahasiswa atau 6,67% memiliki suatu motivasi mengikuti latihan panjat dinding dengan kategori yang sangat tinggi, 2 orang atau 13,3% mahasiswa memiliki yang memotivasi mengikuti latihan panjat dinding tinggi, 8 orang atau 53,3% mahasiswa memiliki motivasi mengikuti latihan panjat dinding cukup tinggi, 4 orang atau 26,7% mahasiswa memiliki motivasi mengikuti latihan panjat dinding rendah dan tidak ada mahasiswa

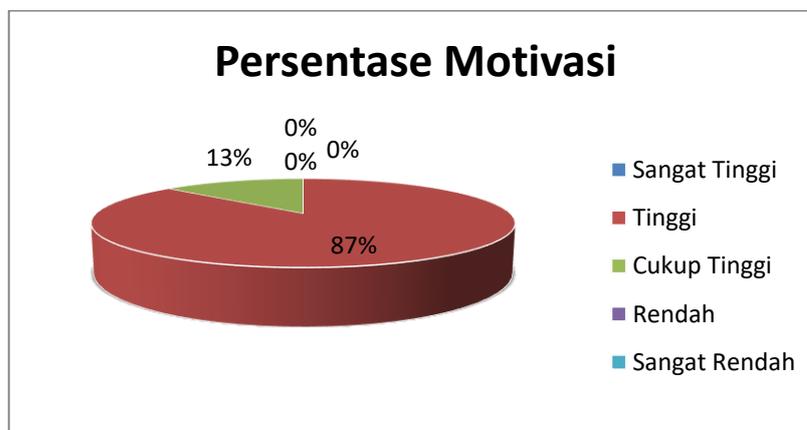
memiliki motivasi mengikuti latihan panjat dinding sangat rendah. Rata-rata motivasi mengikuti latihan panjat dinding faktor ekstrinsik 64,3 kategori cukup tinggi.

Sub bahasan ini menganalisis motivasi mengikuti latihan panjat dinding mahasiswa secara keseluruhan tanpa melihat faktor yang mempengaruhi motivasi mengikuti latihan panjat dinding. Adapun persentase motivasi mahasiswa Universitas PGRI Palembang dalam mengikuti latihan panjat dinding dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4. Persentase Motivasi Mahasiswa

Interval	Kategori	Frekuensi	
		Fr	Fa
86-100	Sangat Tinggi	0	0
76-85	Tinggi	13	86,67
60-75	Cukup Tinggi	2	13,13
55-59	Rendah	0	0
54	Sangat Rendah	0	0
Jumlah		15	100

Berdasarkan tabel di atas dapat diinterpretasikan bahwa tidak ada motivasi mengikuti latihan panjat dinding mahasiswa dengan kategori sangat tinggi, kategori tinggi sebanyak 13 orang atau 86,67%, kategori cukup tinggi sebanyak 2 orang atau 13,67%, dan tidak ada mahasiswa yang memiliki kategori rendah dan sangat rendah. Untuk lebih jelasnya perbedaan tersebut dapat dilihat pada histogram di bawah ini:



Gambar 3. Persentase Motivasi mengikuti latihan panjat dinding Mahasiswa

Berdasarkan diagram di atas dapat dipaparkan bahwa bahwa tidak ada motivasi mengikuti latihan panjat dinding mahasiswa dengan kategori sangat tinggi, kategori tinggi sebanyak 13 orang atau 86,67%, kategori cukup tinggi sebanyak 2 orang atau 13,67%, dan tidak ada mahasiswa yang memiliki kategori rendah dan sangat rendah.

Berdasarkan temuan penelitian dan analisis data diketahui bahwa rata-rata mean motivasi mahasiswa Universitas PGRI Palembang mengikuti latihan panjat diketahui bahwa memiliki kategori cukup tinggi dimana hasil analisis data mencapai skor 72,2%. Sementara rincian hasil kategorisasi motivasi dalam latihan yang terbagi dalam kelompok kelas adalah tidak ada motivasi mengikuti latihan panjat dinding mahasiswa dengan kategori sangat tinggi, kategori tinggi sebanyak 13 orang atau 86,67%, kategori cukup tinggi sebanyak 2 orang atau 13,67%, dan tidak ada mahasiswa yang memiliki kategori rendah dan sangat rendah.

Ditinjau berdasarkan faktor baik faktor instrinsik maupun faktor ekstrinsik responden memiliki kategori motivasi berolahraga yang berbeda dan beragam. Misalnya dari faktor instrinsik diperoleh keterangan bahwa 2 mahasiswa atau 13,3% dengan kategori sangat tinggi, 8 orang atau 53,3% mahasiswa dengan kategori tinggi, 5 orang atau 33,4% mahasiswa dengan kategori cukup tinggi, tidak ada mahasiswa dengan kategori rendah dan sangat rendah.. Rata-Rata motivasi mengikuti latihan panjat dinding faktor intinsik mahasiswa mahasiswa adalah 78,5 kategori tinggi. Sementara untuk faktor ekstrinsik memperoleh keterangan bahwa 1 mahasiswa atau 6,67% dengan kategori sangat tinggi, 2 orang atau 13,3% mahasiswa dengan kategori tinggi, 8 orang atau 53,3% mahasiswa dengan kategori cukup tinggi, 4 orang atau 26,7% mahasiswa dengan kategori rendah dan tidak ada mahasiswa memiliki motivasi mengikuti latihan panjat dinding sangat rendah. Rata-rata motivasi mengikuti latihan panjat dinding faktor ekstrinsik 64,3 kategori cukup tinggi.

Berdasarkan hasil motivasi mahasiswa ditinjau dari faktor intrinsik dinyatakan bahwa mahasiswa memiliki tingkat motivasi dengan kategori tinggi yaitu 78,5% hal ini menunjukkan bahwa motivasi yang dimiliki mahasiswa berdasarkan faktor ini dominan, jika dibandingkan dengan faktor ekstrinsik yang

dimiliki oleh mahasiswa dengan kategori cukup tinggi atau 64,3%. Keadaan tersebut tentu sangat beralasan, mengingat mahasiswa dilingkungan Universitas PGRI Palembang cenderung berlatih panjat dinding karena dorongan yang muncul dalam dirinya jauh lebih tinggi dibandingkan faktor eksternal lainnya.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang relevan juga menerangkan hal yang sama misalnya penelitian (Prasetyo & Maksum, Ali, 2013), penelitian ini menggambarkan kualitas motivasi intrinsik mahasiswa lebih dominan jika dibandingkan dengan motivasi ekstrinsik, alasanya mahasiswa cenderung memiliki sifat berolahraga adalah karena didorong oleh kebutuhan dan kesadaran bahwa berolahraga itu penting. Olahraga itu menyehatkan, dan sudah menjadi kewajiban bagi mahasiswa dalam menjalankannya.

Penelitian lainnya dilakukan oleh (Hamsa & Hartoto, 2015), penelitian menunjukkan hasil dimana faktor yang sangat dominan bagi setiap pemain sepak bola adalah faktor motivasi intrinsik dimana capaian motivasi mahasiswa mencapai kategori tinggi sekali jika dibandingkan dengan motivasi ekstrinsik. Bagi mahasiswa dalam penelitian ini bahwa motivasi intrinsik akan memberikan dorongan yang sangat kuat jika setiap mahasiswa memilikinya, mengingat tidak ada yang mampu bangkit jika dorongan motivasi tersebut tidak diawali dengan tingkat kesadaran masing-masing pemain sepak bola.

Dikatakan (Effendi, 2016) faktor intrinsik yaitu sesuatu yang timbul dari dalam individu sendiri tanpa ada pengaruh dari luar. Faktor intrinsik tersebut meliputi: kemauan, kebutuhan dan motivasi. Kemauan adalah dorongan yang terarah pada tujuan yang dikehendaki oleh akal pikiran. Dorongan ini akan melahirkan timbulnya suatu perhatian terhadap suatu objek, sehingga dengan demikian akan memunculkan motivasi individu yang bersangkutan. Misanya, a) keinginan untuk tumbuh dan berkembang, b) mengekspresikan diri dan aktualisasi diri karena ingin berkarier dalam olahraga, c) karena pengaruh negatif misalnya karena ancaman, tekanan, dan khawatir merasa tertinggal dengan yang lain. Faktor ekstrinsik adalah faktor yang dipengaruhi dari luar individu. Faktor ekstrinsik tersebut diantaranya meliputi dukungan keluarga, lingkungan sekolah dan *mass media*. Dukungan adalah suatu sikap, pemberian bantuan atau perhatian.

Dalam hal ini, dukungan yang paling besar berasal dari orang tua diartikan sebagai sikap atau pemberian bantuan, perhatian dan rasa sayang yang diberikan orang tua kepada anaknya atau anggota keluarga. Faktor ekstrinsik tersebut diantaranya meliputi a) keinginan memperoleh hadiah, b) memperoleh bonus, c) ingin dipuji oleh orang lain, d) dan ingin mendapatkan penghargaan.

Haikatnya motivasi berlatih dibutuhkan oleh mahasiswa dalam rangka menunjang prestasi yang dimilikinya. Tidak hanya prestasi, giat berlatih atau keharusan memiliki motivasi dalam berolahraga dapat membentuk kepribadian untuk berprestasi. Menurut (Iyakrus, 2011, hal. 55) menjelaskan bahwa olahraga juga membina manusia menuju kesempurnaan seperti tercermin dalam moto *cittius, altius dan fortius*, telah diakui dunia sebagai gerakan olimpiade. Dimana *cittius* menunjukkan kualitas mental seseorang yang cepat mengambil keputusan, *altius* merujuk pada moral yang lebih luhur, dan *fortius* merupakan pribadi yang unggul dan tangguh.

Pendapat di atas menggambarkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi seseorang dalam berlatih adalah karena dua faktor yaitu faktor intrinsik dan ekstrinsik. Hasil persentase motivasi berolahraga mahasiswa jika ditinjau dari kedua faktor baik faktor intrinsik maupun faktor ekstrinsik memiliki persentase yang berbeda. Dimana terpaut perbedaan faktor instriksi rata-rata motivasi berolahraga mahasiswa memiliki kategori tinggi, dan dari faktor ekstrinsik motivasi berolahraga mahasiswa memiliki kategori cukup tinggi. Perbedaan ini pada dasarnya sangatlah wajar, jika faktor instrinsik mencapai kategori lebih baik jika dibandingkan dengan faktor ekstrinsik. Hasil ini menandakan bahwa mahasiswa Universitas PGRI Palembang murni memiliki motivasi latihan panjang ditingkat karena kemauan, kesadaran dan keinginan yang muncul dalam dirinya, memahami bahwa olahraga adalah kegiatan yang harus dilakukan dalam mencapai derajat kesehatan. Mengetahui manfaat berolahraga bagi tubuh sangatlah luas, sehingga memutuskan untuk berolahraga karena didasari oleh niat yang tulus, keinginan yang dalam dan kesadaran yang muncul karena dongan batin bukan karena pengaruh lingkungan, pengaruh penghargaan atau hadiah dan pujian yang muncul dari faktor ekstrinsik.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan temuan penelitian dan analisis data, penelitian ini dapat disimpulkan bahwa motivasi mahasiswa Universitas PGRI Palembang dalam latihan panjat dinding muncul karena faktor intrinsik dan ekstrinsik. Faktor intrinsik adalah 78,5 dengan kategori tinggi. Faktor ekstrinsik adalah 64,3 dengan kategori cukup tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abadi, A. K. (2016). Pembinaan Cabang Olahraga Panjat Dinding Di Federasi Panjat Dinding Indonesia. *Jurnal Kesehatan Olahraga*.
- Arikunto, S. (2017). Pengembangan Instrumen Penelitian dan Penilaian Program. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Effendi, R. (2016). Pengaruh Metode Latihan Practice Session, Test Session dan Motivasi Berprestasi Terhadap Keterampilan Menendang Bola. *Jurnal Pendidikan Undiksa* , Vol 4 No 2. <https://journal.unsika.ac.id/>
- Hamsa, M., & Hartoto, S. (2015). Survey Minat Siswa Kelas VII dan VIII di SMPN 1 Bangil dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Renang. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan kesehatan (Unesa)* , VOL III, 783-788.
- Hardiyono, B. (2018). Efektifitas Model Latihan Kekuatan Badgan Terhadap Keberhasilan Pemanjatan pada Olahraga Panjat Dinding Untuk Pemanjatan Pemula. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*.
- Ilham. (2020). Pengaruh Latihan Visuaization, Relaxation, dan Self Efficaty Terhadap Performa Atlet Panjat Dinding. *Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Iyakrus. (2011). Membangun Kepribadian Atlet dalam Olahraga. *Altius* , Vol 1 No 1. <https://repository.unsri.ac.id/17527/>
- Prasetyo, Y., & Maksum, A. (2013). Faktor-Faktor Penyebab Rendahnya Minat Siswa Terhadap Ekstrakurikuler Olahraga. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (Unesa)* , VOL I, 174-179.

Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : Alfabeta, CV.

Suliyanto (2016). Metode Penelitian Bisnis untuk Skripsi, Tesis, & Disertasi. Yogyakarta: Andi Offset.