

Motivasi Prestasi Di Bidang Olahraga Pada Siswa Siswi SD Ngampal 1

Motivation for Achievement in the Field of Sports in SD Ngampal 1 Students

Heru Iswanto¹, Tinta Adelia Agustin², Rohmad Apriyanto³, Hilmy Aliriad³

^{1 2 3} Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri

¹heruiswanto211@gmail.com, ²adeliatinta@gmail.com,
³rohmadapriyanto87@unugiri.ac.id, ⁴hilmy@unugiri.ac.id

Abstrak: Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di SDN Ngampal 1 yang berlokasi di Jl.Ramudimejo Rt.10 Rw. 03 Desa Ngampal Kecamatan Sumberrejo Kabupaten Bojonegoro berjalan dengan baik, karena ada dukungan dari kepala sekolah dan seluruh guru di sekolahan tersebut dalam memberikan motivasi prestasi dibidang olahraga. Hal ini dilakukan agar siswa-siswi mendapatkan motivasi prestasi dan agar memiliki minat dalam meraih prestasi di bidang olahraga. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan motivasi/dorongan agar siswa di SDN Ngampal 1 minat dalam meraih prestasi dibidang olahraga.

Kata kunci : Motivasi, Prestasi, Olahraga

Abstract: This community service activity was carried out at SDN Ngampal 1 which is located on Jl.Ramudimejo Rt.10 Rw. 03 Ngampal Village, Sumberrejo District, Bojonegoro Regency is going well, because there is support from the school principal and all teachers in the school in providing motivation for achievements in sports. This is done so that students get achievement motivation and so that they have an interest in achieving achievements in the field of sports. The purpose of this community service is to provide motivation/encouragement so that students at SDN Ngampal 1 are interested in achieving achievements in sports.

Keywords: Motivation, Achievement, Sports

A. Pendahuluan

Karakter anak-anak usia 7 tahun sampai 12 tahun dapat sangat beragam dan berkembang seiring dengan pertumbuhan mereka. Dalam rentang usia ini, anak-anak mengalami perubahan fisik, emosional, kognitif, dan sosial yang signifikan. Peningkatan

kemampuan kognitif mengalami perkembangan kognitif yang pesat. Mereka mulai berpikir lebih abstrak, memecahkan masalah yang lebih kompleks, dan mengembangkan kemampuan berpikir logis. Rasa ingin tahu anak di rentan usia ini sangat tinggi, mereka ingin mengetahui tentang tantangan yang ada dunia disekitar. Keterlibatan dalam aktivitas fisik dan bermain sangat penting untuk anak dengan rentan usia ini[1][2]. Mereka memiliki energi yang besar yang perlu mereka salurkan untuk bermain dan bergerak. Untuk mendukung itu perlunya pengarahan minat dan bakat dari lingkungan internal dan eksternal. Dengan memberikan pengarahan yang sesuai dengan minat dan bakat dapat menjadikan hal yang positif dilingkungan masyarakat. Dapat dicontohkan dengan mengarahkan bakat ke cabang prestasi olahraga dan pengetahuan mengenai kompetisi olahraga[3].

Menurut muhamad motivasi dapat diraikan perubahan energi dalam diri manusia yang dikenali dengan dorongan internal untuk mencapai tujuan. Menurut [4] Motivasi merupakan keinginan seseorang untuk mencapai tujuan yang diinginkan dari kekuatan dalam diri seseorang. Motivasi adalah dorongan, yang dimaksud adalah upaya seseorang untuk mempengaruhi perbuatannya supaya bergerak hatinya untuk berbuat melakukan sesuatu agar mencapai hasil yang diinginkan [5][6].

Para atlet banyak yang mengalami rasa cemas Ketika akan menghadapi suatu pertandingan atau pada saat pertandingan, perasaan cemas tersebut mudah timbul apabila atlet tidak di persiapkan dengan baik untuk menghadapi tekanan yang datang beruntun, di landa cemas karena akan gagal,cemas karena kondisi fisik yang belum cukup baik, cemas yang di hadapi adalah atlet yang juara,atlet yang tangguh, bahkan cemas karena perasaan yang menekan sebagai seorang juara apakah mampu mempertahankan gelar juara yang pernah di sandang [7]. Kecemasan seorang atlet dialami sebelum dan setelah pertandingan. Proses latihan yang monoton membuat atlet merasa bosan dan kurang nyaman sehingga mempengaruhi performa dan prestasi atlet [8].

Zeigarnik effect sangat dipengaruhi oleh situasi dan kondisi setempat, dalam olahraga, situasi yang di maksudkan adalah Ketika atlet mengalami kelelahan, situasi penonton yang mencemoohkan, juga situasi kejiwaan atlet itu sendiri yang merasa harus menang tapi ternyata di luar dugaan harus menelan kekalahan yang menyakitkan. [9] Penelitian *zeigarnik effect* ditemukan bahwa daya ingat memori yang paling baik adalah pada saat seseorang mengalami kejadian tak terduga. Untuk mencegah terjadinya hal tersebut, pelatih perlu membuat program latihan yang terkait dengan psikologi olahraga yang bertujuan untuk mempersiapkan para atlet untuk menghadapi segala resiko yang mungkin terjadi dalam menghadapi suatu pertandingan maupun perlombaan.

Peran psikologi olahraga bagi atlet sangat penting dalam upaya mempertahankan dan meningkatkan prestasi baik dalam proses Latihan,menjelang dan sesudah menghadapi pertandingan. Peran psikologis olahraga dikaitkan dengan ilmu pengetahuan menurut [10] *eksplanatif*, Prediksi, dan mengontrol. *Eksplanatif* yaitu menjelaskan dan memahami gejala tingkah laku dan pengalaman sikap manusia berolahraga karena tindakan dan perbuatan yang tampak (*attitude*). Prediksi yaitu meramalkan kemungkinan

yang dapat terjadi dalam berolahraga sehingga lebih siap menghadapi hal-hal yang mungkin terjadi. Mengontrol yaitu mengendalikan gejala-gejala tingkah laku dalam berolahraga yang menuju pada hal-hal yang tidak menguntungkan atlet. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan motivasi dorongan agar siswa di SDN Ngampal 1 minat dalam meraih prestasi dibidang olahraga.

B. Metode

Metode pengabdian masyarakat adalah pendekatan yang digunakan oleh para akademisi, peneliti, dan praktisi untuk berkolaborasi dengan masyarakat atau kelompok tertentu dengan tujuan mengidentifikasi, merancang, dan melaksanakan proyek atau program yang bermanfaat bagi masyarakat tersebut. Metode ini bertujuan untuk mengintegrasikan pengetahuan, keterampilan, dan sumber daya dari pihak akademis dengan kebutuhan dan aspirasi masyarakat secara bersama-sama.

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah Penelitian Partisipatif: Dalam metode ini, para peneliti bekerja sama dengan anggota masyarakat untuk mengidentifikasi masalah-masalah yang perlu dipecahkan dan merencanakan solusi bersama. Partisipasi aktif dari masyarakat sangat ditekankan dalam proses ini. Pengabdian ini dilakukan di SDN Ngampal 1 yang berlokasi di Jl.Ramudimejo Rt.10 Rw. 03 Desa Ngampal Kecamatan Sumberrjo Kabupaten Bojonegoro. Sempel yang diambil berjumlah 20 anak dan subjek yang di ambil adalah murid dari SDN Ngampal 1.

Pendekatan metode yang dilaksanakan dalam kegiatan ini adalah metode ceramah, diskusi dan metode demonstrasi. Ceramah adalah metode komunikasi lisan yang digunakan untuk menyampaikan informasi, pengetahuan, atau pesan kepada sekelompok orang. Ini adalah salah satu cara yang umum digunakan untuk mengajar, memotivasi, atau mempengaruhi pendengar. Diskusi adalah salah satu metode pembelajaran yang melibatkan pertukaran gagasan, pendapat, dan ide di antara peserta diskusi. Tujuannya adalah untuk mempromosikan pemahaman yang lebih mendalam tentang topik tertentu, mengembangkan keterampilan berpikir kritis, dan meningkatkan interaksi sosial. Metode demonstrasi adalah pendekatan pembelajaran yang melibatkan penyajian praktik atau contoh konkret dari suatu konsep atau keterampilan kepada peserta didik. Dalam metode ini, instruktur atau guru secara langsung menunjukkan cara melakukan sesuatu atau mengilustrasikan suatu konsep, biasanya dengan tujuan untuk memahami materi atau keterampilan kepada peserta didik. Metode demonstrasi sering digunakan dalam berbagai konteks pembelajaran, seperti pendidikan formal di sekolah, pelatihan kerja, atau presentasi dalam berbagai disiplin ilmu.

C. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan berjalan dengan baik, dengan dukungan dari kepala sekolah dan seluruh guru di sekolah tersebut dalam memberikan motivasi prestasi dibidang olahraga. Hal ini dilakukan agar siswa-siswi mendapatkan motivasi prestasi dan agar memiliki minat dalam meraih prestasi di bidang olahraga.

Berikut adalah gambaran kegiatan selama pengabdian:

| DATA PENGETAHUAN MOTIVASI PRESTASI SISWA SISWI SD NEGEFRI NGAMPAL 1 | |
|--|---|
| Sebelum kegiatan pengabdian | Sesudah kegiatan pengabdian |
| Belum memahami tentang arti Motivasi. | Memahami arti apa itu Motivasi |
| Belum memahami betul tentang prestasi bidang olahraga. | Dapat lebih memahami tentang prestasi bidang olahraga. |
| Belum mengetahui faktor psikologis yang mempengaruhi motivasi prestasi khususnya di bidang olahraga. | Mendapatkan pengetahuan tentang faktor pendukung, manfaat berprestasi sehingga siswa-siswi lebih semangat di bidang cabang olahraganya. |
| Belum begitu memahami perlombaan, kejuaraan dan kompetisi nasional dan internasional hanya terbatas yang mereka dapat dilingkungan tempat tinggal. | Dapat lebih memahami arti perlombaan, pertandingan maupun kompetisi secara luas, tahapan menjadi atlet profesional. |
| Belum mengetahui kompetisi olahraga di beberapa tingkatan | Dapat mengetahui tentang PORSENI, POPDA, O2SN, PORPROV, SEA GAMES, ASIAN GAMES, OLIMPIADE |



Gambar 1 Penyampaian Informasi (Ceramah) Tahapan Kompetisi Olahraga



Gambar 2 penyampaian informasi (Demonstrasi) pemanduan bakat prestasi olahraga



Gambar 3 Foto bersama Kegiatan Pengabdian Masyarakat

D. Simpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di SDN Ngampal 1 berjalan dengan baik dan lancar. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di SDN Ngampal 1 ini disambut baik oleh Kepala sekolah dan seluruh jajaran dewan guru. Kegiatan sosialisasi ini dapat menumbuhkan keinginan untuk meraih bakat dibidang olahraga. Kegiatan sosialisasi ini dapat menumbuhkan minat untuk meraih bakat di bidang olahraga. Dari tabel di atas peserta didik mendapatkan pengetahuan yang lebih luas sehingga lebih dapat memahami tentang motivasi prestasi di bidang olahraga, dan juga peserta didik dapat mengetahui tentang kompetisi di beberapa tingkatan mulai dari PORSENI, POPDA, O2SN, PORPROV, SEA GAMES, ASIAN GAMES dan OLIMPIADE.

Referensi

- [1] E. Supriatna, "Pemanduan Bakat Olahraga," *J. Performa Olahraga*, vol. 2, no. 01, pp. 55–68, 2017.
- [2] D. Cahyono, M. R. Buhari, and J. Jupri, "Pelatihan pemanduan bakat dan minat olahraga berbasis teknologi sport search pada guru penjas di daerah penajam paser utara," *J. Pengabd. Masy. Indones.*, vol. 1, no. 5, pp. 195–202, 2021.
- [3] M. S. Harsono and M. S. Drs, "Coaching dan aspek-aspek psikologis dalam coaching," *Direktorat Jendral Pendidik. Tinggi Jakarta*, 1988.
- [4] W. Prihartanta, "Teori-Teori Motivasi Prestasi," *Univ. Islam Negeri Ar-raniry*, vol. 1, no. 83, pp. 1–11, 2015.
- [5] T. Rumhadi, "Urgensi motivasi dalam proses pembelajaran," *J. diklat keagamaan*, vol. 11, no. 1, pp. 33–41, 2017.
- [6] M. Muhammad, "Pengaruh motivasi dalam pembelajaran," *Lantanida J.*, vol. 4, no. 2, pp. 87–97, 2017.
- [7] A. Fenanlampir, *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Jakad Media Publishing, 2020.
- [8] D. A. Selpamira and J. Roepajadi, "Analisis Kecemasan Pada Atlet Dalam Olahraga Renang," *J. Kesehat. Olahraga*, vol. 10, no. 03, pp. 21–30, 2022.
- [9] C. M. MacLeod, "Zeigarnik and von Restorff: The memory effects and the stories behind them," *Mem. Cognit.*, vol. 48, pp. 1073–1088, 2020.
- [10] A. Mylsidayu, *Psikologi olahraga*. Bumi Aksara, 2022.