



ANALISIS MOTIVASI BERLATIH ATLET FUTSAL GLORY PADANG

Ryan Muharri¹, Ridho Bahtra², Gusril³, Ahmad Chaeroni⁴

¹Universitas Negeri Padang.Kesehatan dan Rekreasi, Padang,Indonesia.

²Universitas Negeri Padang.Kesehatan dan Rekreasi, Padang,Indonesia.

³Universitas Negeri Padang.Kesehatan dan Rekreasi, Padang,Indonesia.

⁴Universitas Negeri Padang.Kesehatan dan Rekreasi, Padang,Indonesia.

Email : ryanmuharri1601@gmail.com

Received: 11 Mei ; Revised: 10 Juni ; Accepted: 30 juni 2026

Ryan Muharri. 2026. Analysis Of The Training Motivation Of Glory Padang Futsal Athletes

Abstract: *The issue addressed in this study concerns the training motivation levels of Glory Padang futsal athletes. The study aims to determine these levels across three dimensions: intrinsic, extrinsic, and altruistic motivation.*

A descriptive quantitative research method was employed. The study population consisted of all 22 Glory Padang futsal athletes, and the entire group was selected as the sample using a total sampling technique. Data were collected via a questionnaire utilizing a Likert scale, and the analysis involved descriptive statistics using percentage calculations.

The results indicate that the athletes' intrinsic and extrinsic motivation fell into the "moderate" category, while their altruistic motivation fell into the "good" category. Overall, it can be concluded that the training motivation of Glory Padang futsal athletes ranges from moderate to good. Consequently, sustained efforts by coaches, the club, and the athletes themselves are required to enhance training motivation, thereby enabling optimal development of the athletes' skills and performance.

Keywords—training motivation, futsal, intrinsic motivation, extrinsic motivation, self-actualization

59

Abstrak: Masalah dalam penelitian ini adalah pada tingkat motivasi berlatih atlet futsal Glory Padang. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat motivasi berlatih atlet futsal Glory Padang yang terdiri dari motivasi intrinsik, ekstrinsik dan altruistik.

Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Subjek penelitian yang digunakan adalah seluruh atlet futsal Glory Padang yang berjumlah 22 orang, sedangkan sampel penelitian berjumlah 22 atlet futsal Glory Padang yang ditentukan menggunakan teknik *total sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa angket yang disusun menggunakan skala Likert. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistic deskriptif dengan teknik persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi intrinsik atlet berada pada kategori cukup, motivasi ekstrinsik berada pada kategori cukup, sedangkan motivasi altruistik berada pada kategori baik. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa motivasi berlatih atlet futsal Glory Padang secara umum berada pada kategori cukup hingga baik. Oleh karena itu, diperlukan upaya yang berkelanjutan dari pelatih, klub, dan atlet untuk meningkatkan motivasi berlatih sehingga kemampuan dan prestasi atlet dapat berkembang secara optimal.

Kata kunci—motivasi berlatih, futsal, motivasi intrinsik, motivasi ekstrinsik, altruistik.

How to Cite Ryan Muharri, Ridho Bahtra, Gusril, Ahmad Chaeroni (2026). Analisis Motivasi Berlatih Atlet Futsal Glory Padang. Jurnal Ilmu Keolahragaan, 3(4), 1-3.

doi:<https://doi.org/10.21831/jk.vXiY>.



PENDAHULUAN

Olahraga merupakan aktivitas yang berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup, baik dari aspek kesehatan fisik maupun pembentukan karakter, seperti disiplin, tanggung jawab, kerja sama, dan sportivitas. Salah satu cabang olahraga yang berkembang pesat dan banyak diminati masyarakat adalah futsal. Futsal merupakan olahraga beregu yang dimainkan oleh dua tim dengan masing-masing lima pemain pada lapangan berukuran lebih kecil dibandingkan sepak bola. Permainan ini memiliki tempo yang cepat sehingga menuntut pemain memiliki kemampuan teknik, kondisi fisik, dan kerja sama tim yang baik (Arrasyid & Wibowo, 2025).

Dalam permainan futsal, penguasaan teknik dasar seperti *passing*, *controlling*, *dribbling*, dan *shooting* menjadi faktor penting yang menentukan kualitas permainan. Latihan teknik yang dilakukan secara teratur terbukti mampu meningkatkan kemampuan bermain atlet, khususnya dalam ketepatan melakukan *shooting* (Anam & Azizah, 2025). Namun demikian, keberhasilan atlet tidak hanya ditentukan oleh kemampuan teknik, tetapi juga dipengaruhi oleh aspek psikologis, salah satunya adalah motivasi berlatih.

Motivasi merupakan dorongan yang berasal dari dalam maupun luar diri individu untuk mencapai tujuan tertentu (Uno, 2021). Dalam konteks olahraga, motivasi menjadi faktor yang mendorong atlet untuk berlatih secara disiplin, meningkatkan kemampuan, serta mempertahankan semangat dalam menghadapi berbagai tantangan. Atlet yang memiliki motivasi tinggi cenderung lebih aktif mengikuti latihan, memiliki rasa percaya diri yang lebih baik, serta berusaha mencapai prestasi yang optimal (Sugiyono, 2019).

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa motivasi memiliki peran penting terhadap peningkatan kemampuan atlet. Hidayat dan Irawan (2026) menyatakan bahwa motivasi berpengaruh positif terhadap keterampilan bermain futsal.

Priyambada et al. (2023) juga menunjukkan adanya hubungan positif antara motivasi berprestasi dengan keterampilan motorik dalam permainan futsal. Selain itu, Solehudin, Adiman, dan Wahyuni (2023) menjelaskan bahwa motivasi berlatih dipengaruhi oleh faktor intrinsik dan ekstrinsik, sedangkan Hadiansah et al. (2025) menyatakan bahwa komunikasi dan dukungan pelatih mampu meningkatkan motivasi atlet selama mengikuti latihan.

Berdasarkan hasil observasi di Klub Futsal Glory Padang, masih ditemukan perbedaan tingkat motivasi berlatih antar atlet. Sebagian atlet menunjukkan semangat, kedisiplinan, dan antusiasme yang tinggi selama latihan, sedangkan sebagian lainnya masih kurang aktif, kurang disiplin, dan belum menunjukkan kesungguhan dalam mengikuti program latihan. Kondisi tersebut berpotensi memengaruhi perkembangan kemampuan maupun pencapaian prestasi atlet apabila tidak mendapatkan perhatian yang serius.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat motivasi berlatih atlet futsal Glory Padang yang ditinjau dari aspek motivasi intrinsik, motivasi ekstrinsik, dan motivasi aktualisasi diri. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi bagi pelatih dan pengelola klub dalam menyusun program pembinaan yang lebih efektif untuk meningkatkan motivasi serta prestasi atlet.

1. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif untuk menggambarkan tingkat motivasi berlatih atlet futsal Glory Padang. Penelitian dilaksanakan di Klub Futsal Glory Padang pada tahun 2026 dengan populasi sebanyak 22 atlet aktif. Teknik pengambilan sampel menggunakan **total sampling**, sehingga seluruh populasi dijadikan sampel penelitian.

Instrumen penelitian berupa angket motivasi berlatih yang disusun menggunakan skala Likert dengan empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Setuju (4), Setuju (3), Tidak Setuju (2), dan Sangat Tidak Setuju (1). kemudian dianalisis secara deskriptif menggunakan persentase dengan rumus untuk masing-masing instrumen

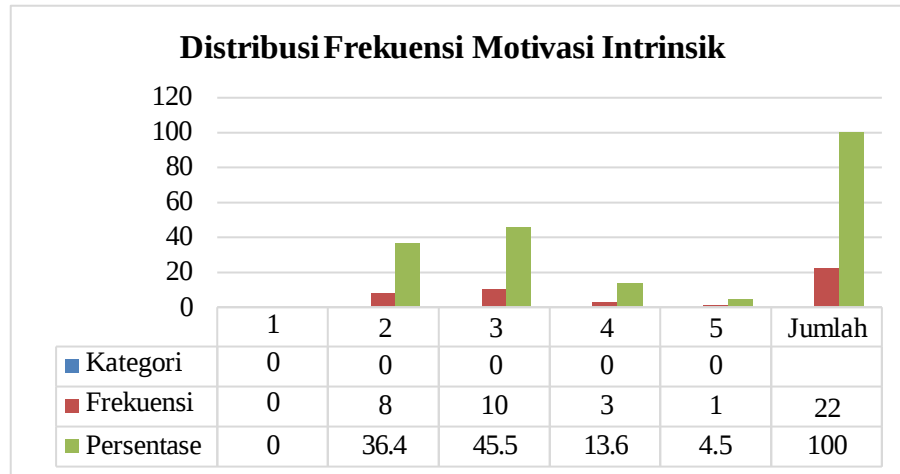
Analisis data dilakukan menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan teknik persentase. Data hasil tes dihitung menggunakan rumus persentase kemudian disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase.

2. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian Motivasi Intrinsik

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Motivasi Intrinsik

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Setuju	0	0
2	Setuju	8	36,4
3	Cukup	10	45,5
4	Tidak Setuju	3	13,6
5	Sangat Tidak Setuju	1	4,5
Jumlah		22	100



Gambar 1. Distribusi Frekuensi Motivasi Intrinsik

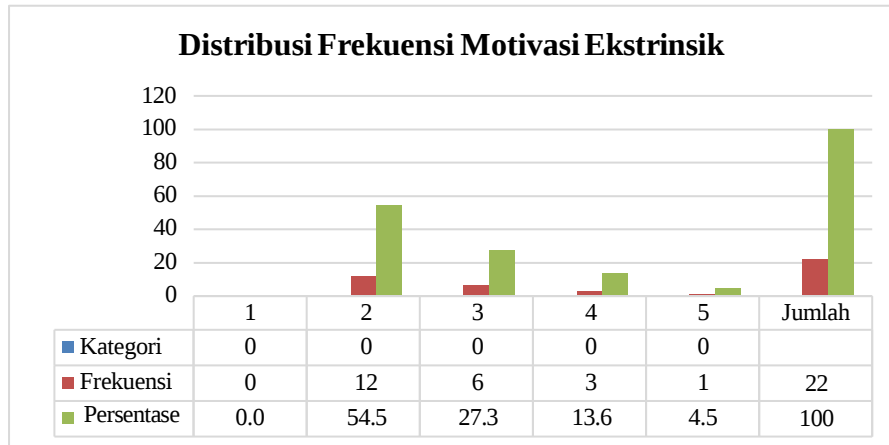
Berdasarkan Tabel diatas dapat diketahui bahwa motivasi intrinsik atlet futsal Glory Padang didominasi oleh kategori **Cukup** sebanyak **10 atlet (45,5%)**. Selanjutnya pada kategori **Sangat Setuju** berada pada kisaran **(0%)** , kategori **Setuju** sebanyak **8 atlet (36,4%)**, kategori **Tidak Setuju** sebanyak **3 atlet (13,6%)**, dan kategori **Sangat Tidak Setuju** sebanyak **1 atlet (4,5%)**. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa motivasi intrinsik atlet futsal Glory Padang berada pada kategori **Setuju**, yang menunjukkan bahwa sebagian besar atlet telah memiliki dorongan dari dalam diri untuk mengikuti latihan, meningkatkan kemampuan, dan mencapai prestasi.

2. Hasil Penelitian Motivasi Ekstrinsik

Berdasarkan hasil pengolahan data angket motivasi ekstrinsik terhadap 22 responden diperoleh nilai **mean sebesar 56,45** dan **standar deviasi sebesar 3,86**. Selanjutnya data dikategorikan berdasarkan pedoman kategorisasi menggunakan nilai mean dan standar deviasi.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Motivasi Ekstrinsik

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Setuju	0	0,0
2	Setuju	12	54,5
3	Cukup	6	27,3
4	Tidak Setuju	3	13,6
5	Sangat Tidak Setuju	1	4,5
Jumlah		22	100



Gambar 2. Distribusi Frekuensi Motivasi Ekstrinsik

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa motivasi ekstrinsik responden didominasi oleh kategori **Setuju** dan **Cukup**, masing-masing sebanyak **8 responden (36,4%)**. Selanjutnya kategori **Tidak Setuju** sebanyak **4 responden (18,2%)**, kategori **Sangat Tidak Setuju** sebanyak **2 responden (9,1%)**, sedangkan kategori **Sangat Setuju** tidak ditemukan.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa motivasi ekstrinsik atlet tergolong **cukup baik**, yang berarti dorongan dari luar, seperti dukungan pelatih, orang tua, teman, maupun lingkungan latihan telah mampu memengaruhi semangat atlet dalam mengikuti latihan. Namun demikian, masih diperlukan peningkatan dukungan eksternal agar motivasi atlet menjadi lebih optimal.

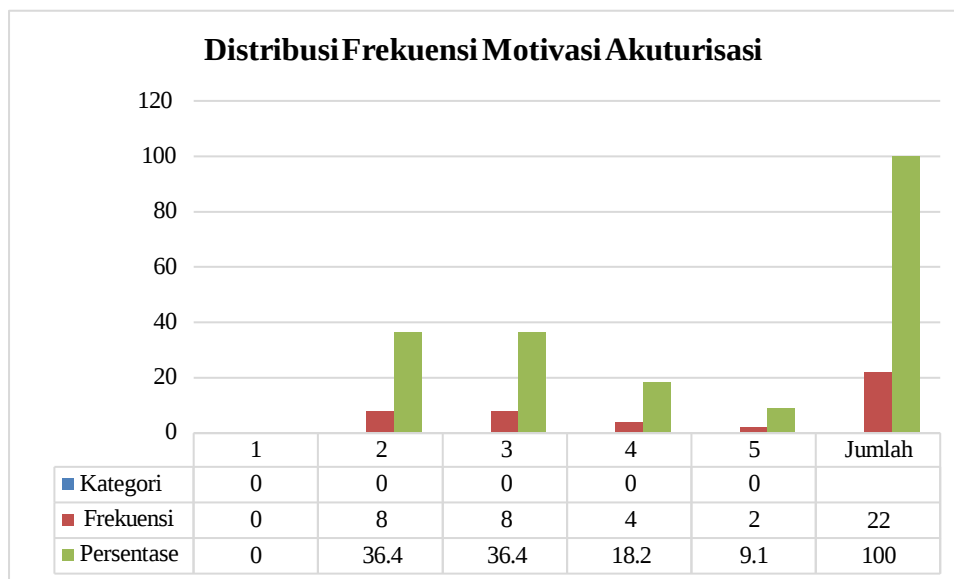
3. Hasil Penelitian Motivasi Aktualisasi Diri

Berdasarkan hasil pengolahan data angket motivasi aktualisasi diri terhadap 22 responden diperoleh nilai :

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Motivasi Aktualisasi Diri

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Setuju	0	0
2	Setuju	12	54,5
3	Cukup	6	27,3
4	Tidak Setuju	3	13,6
5	Sangat Tidak Setuju	1	4,5
Jumlah		22	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada kategori **Setuju**, yaitu sebanyak **12 responden (54,5%)**. Selanjutnya kategori **Cukup** sebanyak **6 responden (27,3%)**, kategori **Tidak Setuju** sebanyak **3 responden (13,6%)**, dan kategori **Sangat Tidak Setuju** sebanyak **1 responden (4,5%)**. Tidak terdapat responden yang berada pada kategori **Sangat Setuju**.



Gambar 3. Distribusi Frekuensi Motivasi Aktualisasi

Hasil tersebut menunjukkan bahwa motivasi aktualisasi diri atlet tergolong **baik**, yang mengindikasikan bahwa sebagian besar atlet memiliki keinginan untuk mengembangkan kemampuan, meningkatkan prestasi, dan mencapai potensi terbaiknya melalui kegiatan latihan.

Pembahasan

Penelitian ini melibatkan 22 atlet futsal Glory Padang sebagai responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi intrinsik didominasi kategori **cukup** sebanyak 10 atlet (45,5%), diikuti kategori **setuju** sebanyak 8 atlet (36,4%), **tidak**

setuju sebanyak 3 atlet (13,6%), dan **sangat tidak setuju** sebanyak 1 atlet (4,5%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar atlet telah memiliki dorongan dari dalam diri untuk mengikuti latihan, meskipun masih perlu ditingkatkan agar lebih optimal. Temuan ini sejalan dengan penelitian Priyambada et al. (2023) yang menyatakan bahwa motivasi berprestasi memiliki hubungan positif dengan keterampilan bermain futsal. Selain itu, Sumantra et al. (2021) juga menjelaskan bahwa motivasi yang tinggi berpengaruh terhadap peningkatan hasil belajar dan kemampuan bermain futsal.

Pada aspek motivasi ekstrinsik, kategori **setuju** dan **cukup** masing-masing diperoleh oleh 8 atlet (36,4%), sedangkan kategori **tidak setuju** sebanyak 4 atlet (18,2%) dan **sangat tidak setuju** sebanyak 2 atlet (9,1%). Hasil ini menunjukkan bahwa dukungan dari pelatih, keluarga, teman, dan lingkungan latihan telah memberikan pengaruh yang cukup baik terhadap semangat atlet dalam berlatih. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Hadiansah et al. (2025) yang menyatakan bahwa komunikasi yang baik antara pelatih dan atlet mampu meningkatkan motivasi latihan. Temuan ini juga didukung oleh Wattimena dan Khaeroni (2022) yang menyebutkan bahwa motivasi berprestasi berperan dalam meningkatkan semangat dan kedisiplinan atlet selama mengikuti latihan.

Motivasi altruistik didominasi kategori setuju sebanyak 12 atlet (54,5%), diikuti kategori cukup sebanyak 6 atlet (27,3%), tidak setuju sebanyak 3 atlet (13,6%), dan sangat tidak setuju sebanyak 1 atlet (4,5%). Hasil ini sejalan dengan penelitian Priyambada et al. (2023) yang menyatakan bahwa motivasi berhubungan positif dengan kemampuan atlet, Hadiansah et al. (2025) yang menunjukkan bahwa komunikasi yang baik dapat meningkatkan motivasi latihan, serta Wattimena dan Khaeroni (2022) yang menyimpulkan bahwa motivasi berprestasi atlet berada

kategori baik dan mendukung semangat mengikuti latihan. Dengan demikian, motivasi altruistik merupakan salah satu aspek psikologis yang perlu terus dikembangkan untuk mendukung kerja sama tim dan peningkatan prestasi atlet. Hal ini menunjukkan bahwa atlet telah memiliki motivasi yang cukup baik dari aspek intrinsik, ekstrinsik, maupun altruistik. Oleh karena itu, pelatih dan klub perlu terus meningkatkan kualitas program latihan, komunikasi, serta dukungan terhadap pengembangan potensi atlet agar motivasi berlatih dan prestasi olahraga semakin meningkat.

3. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa motivasi berlatih atlet futsal Glory Padang secara umum berada pada kategori **baik (setuju–cukup)**. Motivasi intrinsik didominasi kategori cukup sebesar 45,5%, motivasi ekstrinsik didominasi kategori setuju dan cukup masing-masing sebesar 36,4%, sedangkan motivasi altruistik didominasi kategori setuju sebesar 54,5%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar atlet telah memiliki dorongan dari dalam diri, dukungan dari lingkungan, serta keinginan untuk mengembangkan kemampuan dan mencapai prestasi. Meskipun demikian, peningkatan motivasi melalui dukungan pelatih, lingkungan latihan yang kondusif, dan program latihan yang lebih bervariasi tetap diperlukan agar motivasi berlatih dan prestasi atlet dapat terus berkembang.

4. DAFTAR PUSTAKA

- Arrasyid, Muhammad Nabil, and Sapto Wibowo. 2025. “Analisis Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Pada Ekstrakurikuler Futsal SMA Negeri Di Surabaya.” *Jurnal Pendidikan Tambusai* 9(2):13147–54.
- Asmara, Mirza, Yudik Prasetyo, and Cerika Rismayanthi. 2023. “ANALYSIS OF THE COMPONENTS OF PHYSICAL CONDITION TOWARDS THE IMPROVEMENT OF FUTSAL PLAYER.” *MEDIKORA* 22(1):54–61.
- Aulia, Dany, Habibi Hadi Wijaya, Muhammad Arief Setiawan, and Astri Ayu Irawan. 2023. “ANALISIS TEKNIK DASAR SEPAKBOLA PADA ANAK USIA DINI DI SEKOLAH SEPAKBOLA (SSB) KABUPATEN KARAWANG.” *JSKK (Jurnal Sains Keolahragaan Dan Kesehatan)* 8(1):76–89.
- Efendi, Daniel Oktariza, Juriana, and Bambang Sujiono. 2019. “PENERAPAN LATIHAN GOAL SETTING DAN VISUALISASI TERHADAP PENINGKATAN MOTIVASI PEMAIN DAKSINA FUTSAL ACADEMY.” *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education* 3:133–39.
- Hadiansah, Mochammad Ramadhan, Mochammad Yamin Saputra, Mona Fiametta, and Febrianty. 2025. “The Relationship between Interpersonal Communication and Futsal Athletes’ Competitive Motivation.” *Journal of Physical Education , Sport , Health and Recreations* 14(3):950–55. doi:<https://doi.org/10.15294/active.v14i3.34132>.
- Hidayat, Dimas Wahyu, and Yogi Ferdy Irawan. 2026. “Pengaruh Motivasi Terhadap Keterampilan Bermain Futsal Pada Pemain Singayasa Futsal Academy U-15.” *Jurnal Pendidikan Tambusai* 10:8823–30.

- Mailani, Anbar. 2016. "THE SKILL LEVEL OF PLAY FUTSAL FOR MALE STUDENTS IN JOINING EXTRACURRICULAR AT SMA NEGERI 1 IMOIRI BANTUL Oleh:" *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi* 5(4):1–8.
- Priyambada, Galih, Indrawan Darussalam, and Kata Kunci. 2023. "Hubungan Keterampilan Motorik , Teknik Dasar Futsal Dengan Motivasi Beprestasi." *Jurnal Pendidikan Ekonomi* 13(2):27–31. doi:<https://doi.org/10.37630/jpo.v13i2.1136>.
- Radito, I. Made, Putera Fernanda, Anung Priambodo, Pendidikan Jasmani, Kesehatan Rekreasi, and Universitas Negeri. 2024. "Hubungan Jarak Tempat Tinggal Terhadap Motivasi Siswa Mengikuti Ekstrakurikuler Futsal Di SMP Negeri 15 Surabaya." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 8(2):29123–31.
- Ramadhani, Dhea, and Raffly Henjilito. 2024. "Tingkat Motivasi Atlet Futsal Putri Independen Pekanbaru Dalam Bermain Futsal." *Journal of Creative and Innovative Research* 1(3):1–9.
- Royyan, Moh, and Mokhammad Nur Bawono. 2025. "Motivasi Siswa Peserta Dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Futsal Di SMP Negeri Sukodono." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 9(2015):10486–92.
- Sardiman. 2018. *Interaksi Dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Soleh, Badrus, and Abdul Aziz Hakim. 2019. "ANALISIS TINGKAT KECEMASAN, KEPERCAYAAN DIRI DAN MOTIVASI ATLET FUTSAL CHILDROOM DI BANGKALAN SAAT MENJELANG PERTANDINGAN." *Jurnal Kesehatan Olahraga* 07(02):496–501.
- Solehudin, Muh Wahyu, Adiman, and Dewi Wahyuni. 2023. "Student Motivation in Participating in Futsal Extracurricular Activities." *Indonesian Journal of Physical Education and Sport Science* 3(2):271–77.
- Sumantra, Kadek Arya, I. Putu Panca Adi, and I. Gede Suwiwa. 2021. "Korelasi Motivasi Belajar Dengan Hasil Belajar Pada Mata Kuliah TP . Pembelajaran Futsal Pada Masa Pandemi Covid-19." 9(3):157–64.
- Wattimena, Ferry Yohannes, and Khaeroni. 2022. "Motivation to Excel In Training At Futsal Club Sman 11 Bekasi." *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education* 6:23–30.