
ANALISIS TINGKAT KONDISI FISIK DAN MOTIVASI BERPRESTASI ATLET UNIT KEGIATAN MAHASISWA (UKM) FUTSAL UNIVERSITAS SILIWANGI

Defri Mulyana¹, Deni Setiawan²

¹ Universitas Siliwangi

² Universitas Siliwangi

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kondisi fisik dan motivasi berprestasi atlet UKM Futsal Universitas Siliwangi tahun 2022. Adapun kondisi fisik yang akan diteliti adalah daya tahan, kekuatan, kecepatan, daya ledak, kelincahan, dan fleksibilitas. Sedangkan aspek motivasi berprestasi yang digunakan adalah kebutuhan berprestasi, kegiatan berprestasi, antisipasi tujuan, hambatan, bantuan, suasana perasaan, dan tema berprestasi. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan metode survey. Populasi pada penelitian ini yaitu seluruh atlet UKM Futsal Universitas Siliwangi tahun 2022 yang berjumlah 20 orang. Jumlah sampel 20 orang diperoleh dengan teknik *total sampling*. Data yang terkumpul akan dianalisis menggunakan metode kuantitatif melalui nilai tes kondisi fisik yang kemudian dikonversikan berdasarkan kategori dalam norma yang telah ditetapkan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kondisi fisik atlet UKM Futsal Universitas Siliwangi tahun 2022 secara keseluruhan berada pada kategori cukup, hal ini perlu penanganan yang serius dari pelatih dan pengurus UKM Futsal Universitas Siliwangi agar memberikan bentuk-bentuk latihan kondisi fisik sehingga kemampuan tersebut bisa meningkat dan dapat mencapai tujuan/berprestasi maksimal. Hasil penelitian tingkat motivasi berprestasi atlet UKM Futsal Universitas Siliwangi tahun 2022 secara keseluruhan berada pada kategori tinggi, meskipun demikian, tingkat motivasi berprestasi atlet tersebut harus tetap diperhatikan pemeliharaannya dan peningkatannya agar tingkat motivasi berprestasi atlet tetap tinggi ataupun semakin meningkat.

Kata Kunci: Kondisi fisik, Motivasi Berprestasi, Futsal

PENDAHULUAN

Perkembangan permainan futsal tidak hanya sekedar dilakukan untuk tujuan rekreasi dan pengisi waktu luang akan tetapi dituntut suatu prestasi yang optimal. Untuk pencapaian prestasi yang tinggi hanya dapat dicapai dengan latihan-latihan yang direncanakan dengan sistematis dan dilakukan secara terus-menerus. Pencapaian prestasi puncak dapat diraih bila pembinaan atlet melalui tahapan tingkat pemula sampai atlet berprestasi atau dari tahap usia dini sampai tahap usia dewasa.

Correspondence author: Defri Mulyana, Universitas Siliwangi, Indonesia.

Email: defrimulyana@unsil.ac.id



Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training) is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Pembinaan futsal usia dini atau usia muda mengharuskan para pelatih, guru penjas atau pembina olahraga futsal memperhatikan secara cermat dan teliti dalam memberikan bimbingan kepada para siswa atau atlitnya. Oleh karena itu, pelatih, guru penjas atau pembina olahraga futsal harus memahami karakteristik siswa atau atlitnya sesuai tingkat usianya.

Berkaitan dengan prestasi cabang olahraga futsal maka akan banyak sekali hal yang harus dibicarakan dan diteliti yang sulit sekali sekarang ini menentukan provinsi mana yang terkuat dan yang terbaik dalam futsal. Oleh karena itu untuk mencapai suatu prestasi yang optimal maka perlu adanya pembinaan atlit yang dimulai sejak dini dan terprogram. Unsur-unsur kondisi fisik yang perlu dilatih dan ditingkatkan sesuai dengan cabang olahraga masing-masing atau sesuai dengan kebutuhannya dalam permainan maupun pertandingan. Dalam peningkatan kondisi fisik maka perlu dilatih dengan beberapa unsur latihan fisik.

Menurut Suharno (2015: 24), komponen fisik secara umum meliputi kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelincahan, dan kelentukan, sedangkan komponen fisik secara khusus antara lain stamina, *power*, reaksi, koordinasi, dan keseimbangan. Persiapan fisik merupakan suatu hal yang penting dalam masa persiapan sebuah tim untuk mencapai prestasi yang optimal. Seperti yang telah diapaparkan oleh beberapa pakar bahwa kondisi fisik sangat mempengaruhi seorang pemain di dalam lapangan. Melalui latihan fisik, kondisi pemain yang kurang baik akan meningkat setelah melakukan latihan fisik yang terprogram dengan baik, hasil dari meningkatnya penampilan seorang pemain yang akhirnya berdampak positif pada penampilan tim.

Sedangkan dari segi nonfisik mencakup hal-hal diantaranya, Motivasi, yaitu dorongan yang kuat untuk menjadi pemain yang baik harus ada dalam diri pemain tersebut. Kemudian daya juang yaitu merupakan sifat yang paling penting dalam permainan futsal. Ada kalanya teknik yang tinggi dapat dikalahkan oleh daya juang pemain yang tekniknya lebih rendah. Terakhir kerjasama futsal adalah permainan tim. Setiap pemain harus mampu memupuk kerjasama dengan pemain lain.

Universitas Siliwangi merupakan salah satu Universitas yang berprestasi didalam bidang olahraga, salah satunya adalah futsal. Bernama Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Futsal Universitas Siliwangi, latihan seminggu tiga kali yakni pada hari Senin, Rabu, dan Jum'at di gor Universitas Siliwangi dimulai pukul 15.30. Pembina dari Perkumpulan Futsal Universitas Siliwangi ini adalah Bapak Defri Mulyana, MP.d. dan dilatih oleh Hendro, dan Eri.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif melalui survey tes kondisi fisik dan tes angket motivasi berprestasi, karena menurut Suharsimi Arikunto (2010:90) bahwa survey merupakan bagian dari studi deskriptif yang bertujuan untuk mencari kedudukan atau status, fenomena (gejala) dan menemukan kesamaan status dengan cara membandingkannya dengan standar yang sudah ditentukan.

Data yang terkumpul akan dianalisis menggunakan metode kuantitatif melalui nilai tes kondisi fisik yang kemudian dikonversikan berdasarkan kategori dalam norma yang telah ditetapkan. Metode penelitian tersebut menjadi dasar penetapan desain penelitian dalam penelitian ini yaitu menggunakan pendekatan "One-shot method" model, artinya model pendekatan yang menggunakan satu kali pengumpulan data pada "suatu saat" (Suharsimi Arikunto, 2010:122).

HASIL

Hasil penelitian Analisis tingkat kondisi fisik dan motivasi berprestasi atlet UKM Futsal Universitas Siliwang berdasarkan pengolahan dan analisis data secara statistik serta pengujian hipotesis yang telah dilakukan menggunakan pengujian statistik parametrik t-test untuk kondisi fisik serta pengujian statistik non-parametrik untuk motivasi berprestasi, hasilnya berbeda dengan hipotesis awal yang diajukan dalam penelitian ini yaitu "Tingkat kondisi fisik atlet UKM Futsal Universitas Siliwang berada pada

klasifikasi Baik” serta “Tingkat motivasi berprestasi atlet UKM Futsal Universitas Siliwang berada pada klasifikasi Sangat Tinggi” ternyata hipotesis awal yang diajukan ini tidak diterima.

1. Kondisi Fisik

Hasil penelitian kondisi fisik UKM Futsal Universitas Siliwang tahun 2022 secara keseluruhan berada pada kategori cukup. Ditemukan kondisi fisik atlet UKM Futsal Universitas Siliwang yang berada pada kategori cukup sebanyak 15 dari 20 (75%) atlet serta 5 dari 20 (25%) atlet berada pada kategori baik dan tidak ada atlet yang berada pada kategori sempurna, baik sekali maupun kurang. Analisis dilakukan dengan persentase dalam pendekatan statistik terhadap perolehan hasil komponen tes kondisi fisik diantaranya sebagai berikut:

a. Komponen Daya Tahan

Daya tahan di tinjau dari kerja otot adalah kemampuan sekelompok otot dalam jangka waktu yang tertentu, ketahanan dalam system energi adalah kemampuan kerja organ-organ tubuh dalam jangka waktu tertentu (Sukadiyanto, 2011, hlm.61). Dari pendapat di atas dapat di simpulkan bahwa daya tahan adalah keadaan atau kondisi tubuh yang dilatih dalam waktu yang lama, tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan selesai melakukan latihan tersebut. Daya tahan otot dibedakan menjadi dua golongan yaitu daya tahan otot (local) dan daya tahan kardiovaskular (general). Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebanyak 7 (35%) atlet memiliki daya tahan otot pada kategori sempurna, 10 (50%) atlet pada kategori baik sekali, 3 (15%) atlet pada kategori baik sedangkan tidak ada atlet pada kategori cukup maupun kurang.

Selanjutnya pada daya tahan kardiovaskular sebanyak 2 (10%) atlet pada kategori baik sekali, 1 (5%) atlet pada kategori baik, 17 (85%) atlet pada kategori kurang, sedangkan tidak ada atlet pada kategori cukup maupun sempurna. Berdasarkan norma kriteria daya tahan yang telah ditetapkan bahwa daya tahan kardiovaskular atlet futsal termasuk dalam kategori kurang. Daya tahan merupakan kemampuan seseorang untuk

mengatasi beban dalam jangka waktu lebih dari 3 menit secara terus menerus (Sukadianto, 2011, hlm. 60).

Daya tahan sangat diperlukan dalam pertandingan futsal karena pertandingan berlangsung selama 3 x 2 menit bersih yang membutuhkan daya tahan yang baik untuk dapat melakukan serangan dan belaun secara maksimal dari seluruh babak tanpa adanya kelelahan yang berarti. Karena Daya tahan kardiovaskular atlet UKM Futsal Universitas Siliwang termasuk dalam kategori kurang, maka perlu dilakukan peningkatan dengan menerapkan program latihan yang lebih efektif atau melakukan circuit training.

b. Komponen Kekuatan

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebanyak 3 (15%) atlet memiliki kekuatan menarik/pull pada kategori baik sekali, 2 (10%) atlet pada kategori baik, 12 (60%) atlet pada kategori cukup, 3 (15%) atlet pada kategori kurang, dan tidak ada pada kategori sempurna. Sedangkan untuk kekuatan mendorong/push sebanyak 12 (60%) atlet pada kategori baik, 6 (30%) atlet pada kategori cukup, 2 (10%) atlet pada kategori kurang dan tidak ada atlet pada kategori sempurna maupun baik sekali.

Berdasarkan norma kriteria yang telah ditetapkan bahwa kekuatan atlet UKM Futsal Universitas Siliwang tahun 2022 termasuk dalam kategori cukup. Hal ini membuktikan bahwa program latihan yang sudah ada selama ini belum efektif untuk melatih kondisi fisik komponen kekuatan atlet. Maka perlu adanya peningkatan dalam bentuk latihan yang nantinya dapat meningkatkan kualitas atlet dalam bertanding.

c. Komponen Kecepatan

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebanyak 2 (10%) atlet memiliki kecepatan pada kategori baik sekali, 14 (70%) atlet pada kategori baik, 4 (20%) atlet pada kategori cukup, dan tidak ada atlet pada kategori sempurna maupun kurang. Berdasarkan norma kriteria yang telah ditetapkan, kecepatan atlet UKM Futsal Universitas Siliwang termasuk dalam kategori baik. Kecepatan yang dimiliki oleh futsal secara keseluruhan sudah baik artinya program latihan yang ada selama ini sudah efektif untuk

melatih kecepatan atlet. Namun sekiranya kecepatan harus tetap dilatih dan ditingkatkan lagi agar semakin meningkat dan atlet memiliki kemampuan kecepatan yang melebihi lawan.

d. Komponen Daya Ledak

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebanyak 8 (40%) atlet memiliki daya ledak otot tungkai pada kategori sempurna, 2 (10%) atlet pada kategori baik sekali, 8 (40%) atlet pada kategori baik, 2 (10%) atlet pada kategori cukup dan tidak ada atlet pada kategori kurang. Berdasarkan norma kriteria daya ledak otot tungkai yang telah ditetapkan daya ledak otot tungkai atlet UKM Futsal Universitas Siliwang termasuk dalam kategori sempurna. Dalam pertandingan futsal daya ledak otot tungkai dibutuhkan dalam melakukan tendangan dan lompatan dalam menyerang ataupun bertahan.

e. Komponen Kelincahan

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebanyak 2 (10%) atlet memiliki kelincahan pada kategori baik sekali, 12 (60%) atlet pada kategori baik, 6 (30%) atlet pada kategori kurang, sedangkan tidak ada atlet pada kategori cukup maupun sempurna. Berdasarkan norma kriteria yang telah ditetapkan kelincahan atlet futsal termasuk dalam kategori baik artinya program latihan guna melatih kelincahan yang ada selama ini sudah efektif diterapkan. Namun guna mencapai prestasi tentunya tidak hanya pada kondisi baik saja tetapi harus tetap perlu dilatih agar meningkat.

Kelincahan adalah persepsi untuk mengambil sebuah keputusan, yang berhubungan reaksi atau pemindaian visual dan pengetahuan tentang situasi yang ada (Bompa, 2009, hlm. 156). Kelincahan merupakan presepsi untuk mengambil keputusan, dan penjelasan tersebut diperkuat dengan pernyataan Hariono (2005, hlm. 349) bahwa gerakan *counter attack* dapat dilakukan dengan sempurna diperlukan kecepatan dalam memberikan reaksi yng menghasilkan kelincahan dalam melakukan Serangan dan bertahan saat bertanding.

f. Komponen Kelentukan/Fleksibilitas

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebanyak 11 (55%) atlet memiliki kelentukan/fleksibilitas pada kategori cukup, 9 (45%) atlet pada kategori kurang sedangkan tidak ada atlet pada kategori sempurna, baik sekali, maupun baik. Berdasarkan norma kriteria yang telah ditetapkan, fleksibilitas/kelentukan atlet UKM Futsal Universitas Siliwang termasuk dalam kategori cukup. Hal ini menunjukkan bahwa program latihan guna melatih kelentukan atlet selama ini belum sepenuhnya efektif.

2. Motivasi Berprestasi

Pada pembahasan hasil penelitian di lapangan penulis menemukan atau mengungkap sebuah fenomena terkait mengenai tingkat motivasi berprestasi atlet UKM Futsal Universitas Siliwang tahun 2022 secara keseluruhan bahwa terdapat 70% dengan jumlah 20 atlet termasuk dalam kategori tinggi,

Pada aspek motivasi berprestasi yang pertama yaitu kebutuhan berprestasi yang di dalamnya terdapat dua indikator ialah keinginan untuk mencapai suatu hasil dan harapan atau penetapan tujuan. Pada indikator yang pertama yaitu keinginan untuk mencapai suatu hasil termasuk ke dalam kategori tinggi dengan persentase sebesar 70%.

Sedangkan pada indikator yang kedua yaitu harapan atau penetapan tujuan termasuk ke dalam kategori sangat tinggi dengan persentase sebesar 80%. Hal ini berkaitan dengan pendapat dari Arif Setiyo (2020) yang menyatakan bahwa "Kebutuhan berprestasi merupakan motivasi yang akan memicu seseorang untuk terlibat dengan penuh rasa tanggung jawab, membutuhkan usaha dan keterampilan individu, terlibat dalam risiko yang terukur, dan memberikan masukan yang jelas" (hlm. 9).

Maka menanggapi hal tersebut UKM Futsal Universitas Siliwang, selaku pelatih, pembina dan pengurus khususnya atlet itu sendiri harus mampu mempertahankan bahkan meningkatkan kebutuhan berprestasi ini, karena kebutuhan berprestasi sangat menentukan tingkat motivasi berprestasi tersebut semakin tinggi kebutuhan berprestasi seseorang menandakan bahwa motivasi berprestasi mereka termasuk tinggi.

Pada aspek motivasi berprestasi yang kedua yaitu kegiatan berprestasi yang di dalamnya terdapat satu indikator ialah usaha-usaha atau cara-cara yang dilakukan, indikator ini termasuk ke dalam kategori tinggi dengan persentase sebesar 50%. Hal ini sejalan dengan pendapat menurut Mc.Clelland yang menyatakan bahwa motivasi berprestasi merupakan daya penggerak yang memotivasi semangat bekerja seseorang, yang mendorong seseorang untuk mengembangkan kreativitas dan menggerakkan semua kemampuan serta energi yang dimilikinya demi mencapai prestasi kerja yang maksimal.

Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa motivasi berprestasi sangat erat kaitannya dengan usaha-usaha atau cara-cara yang dilakukan untuk berprestasi. Karena motivasi berprestasi sangat berperan penting sebagai daya penggerak atlet untuk berusaha mengembangkan kreativitas dan menggerakkan seluruh kemampuan serta energi demi mencapai prestasi. Atlet yang termotivasi, akan dengan giat melibatkan diri dalam latihan karena minat, ketertarikan, atau agar mencapai tujuan, memiliki potensi yang luar biasa serta menentukan pribadi mereka sendiri sebagai atlet dalam meraih kesuksesan maka dibutuhkan kerja keras dan berusaha semaksimal mungkin menghindari kegagalan.

Dalam aspek kegiatan berprestasi ini tingkat motivasi berprestasi atlet UKM Futsal Universitas Siliwang berada dalam kategori tinggi. Maka menanggapi hal tersebut dalam usaha-usaha berprestasi secara khusus pelatih harus memberikan wadah yang baik ataupun bekal bagi atlet untuk dapat meraih prestasi yang diinginkan. Upaya pelatih untuk meningkatkan kualitas maupun performa atlet, sangat diharapkan seperti memberikan pelatihan secara rutin dan terprogram, bukan hanya menggiatkan atlet di saat sudah dekat pada kejuaraan. Namun selalu kebersamai atlet dalam berusaha mencapai prestasinya. Mewadahi usaha atau cara atlet agar berprestasi ini, sebagai bentuk tanggung jawab pelatih terhadap atlet agar berhasil dan sukses mencapai tujuannya akan berprestasi.

Pada aspek motivasi berprestasi yang ketiga yaitu antisipasi tujuan yang di dalamnya terdapat dua indikator ialah pemikiran dalam mencapai

tujuan agar berhasil dan rasa khawatir atau cemas terhadap kegagalan. Pada indikator yang pertama yaitu pemikiran dalam mencapai tujuan agar berhasil termasuk ke dalam kategori tinggi dengan persentase sebesar 80%.

Sedangkan pada indikator yang kedua yaitu rasa khawatir dan cemas terhadap kegagalan termasuk ke dalam kategori rendah dengan persentase sebesar 40%.

Meskipun demikian hal ini harus tetap dilakukan pengawasan oleh pelatih sebagai agar atlet UKM Futsal Universitas Siliwang tahun 2022 tidak terlalu optimis atau *over* percaya diri. Karena didalam ranah olahraga kompetisi, tidak baik jika atlet memiliki tingkat percaya diri yang terlalu tinggi. Hal ini bisa saja menyebabkan atlet memandang rendah atau sepele dan meremehkan kemampuan lawan, sehingga dapat berdampak buruk bagi prestasi atlet itu sendiri. Maka pelatih harus selalu memberikan bimbingan, arahan, dan masukan-masukan yang baik agar atlet selalu rendah hati namun tetap percaya diri.

Pada aspek motivasi berprestasi yang keempat yaitu aspek hambatan yang di dalamnya terdapat dua indikator ialah hambatan dalam diri dan hambatan luar diri. Pada indikator yang pertama dan kedua dalam aspek ini yaitu hambatan dalam diri dan hambatan luar diri sama-sama berada pada kategori tinggi dengan persentase hambatan dalam diri sebesar 55% dan hambatan luar diri 45%.

Dalam hasil penelitian menunjukkan bahwa aspek kebutuhan berprestasi atlet UKM Futsal Universitas Siliwang tahun 2022 termasuk dalam kategori tinggi. Dari pernyataan tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa aspek hambatan motivasi berprestasi yang termasuk dalam kategori tinggi, mampu diatasi oleh atlet UKM Futsal Universitas Siliwang karena adanya aspek kebutuhan berprestasi yang juga tinggi. Hal ini tentunya bukan suatu perkara yang mudah karena sangat sulit bagi manusia untuk mengatasi hambatan dalam dirinya. Artinya aspek hambatan ini dapat ditutupi oleh aspek lainnya. Menurut Murray motivasi berprestasi adalah kebutuhan atau hasrat untuk mengatasi kendala-kendala, menggunakan

kekuatan, berusaha melakukan sesuatu yang sukar, sebaik dan secepat mungkin. Hal ini menunjukkan bahwa pentingnya motivasi berprestasi sebagai kebutuhan untuk mengatasi kendala-kendala yang ada dalam berprestasi.

Pada aspek motivasi berprestasi yang kelima yaitu aspek bantuan yang memiliki dua indikator di dalamnya ialah dorongan dari luar dan simpati orang lain. Pada indikator pertama yaitu dorongan dari luar termasuk ke dalam kategori tinggi dengan persentase sebesar 100% sedangkan pada indikator kedua dalam aspek bantuan yaitu simpati orang lain termasuk ke dalam kategori sangat tinggi dengan persentase sebesar 60%.

Dari pernyataan terbut dapat ditarik kesimpulan bahwa adanya dorongan dalam motivasi berprestasi merupakan hal yang penting untuk memenuhi harapan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa aspek bantuan pada motivasi berprestasi atlet futsal Kabupaten Tasikmlaya termasuk dalam kategori tinggi, artinya ada dorongan dari luar yang menonjol. Namun diharapkan atlet UKM Futsal Universitas Siliwang tahun 2022 hendaknya tidak terlalu mengedepankan aspek bantuan tersebut agar ketika motivasi dorongan dari luar atau simpati dari orang lain rendah atau kurang, atlet dapat terus memiliki motivasi berprestasi yang tinggi terutama dari dalam diri sendiri atau motivasi intrinsik.

Pada aspek motivasi berprestasi yang keenam yaitu suasana perasaan yang di dalamnya terdapat dua indikator ialah perasaan positif dalam usaha mencapai tujuan dan perasaan negatif dalam usaha mencapai tujuan. Pada indikator yang pertama dalam aspek ini yaitu perasaan positif dalam usaha mencapai tujuan termasuk ke dalam kategori rendah dengan persentase sebesar 55%.

Dalam menanggapi hal tersebut UKM Futsal Universitas Siliwang, tentunya penting peran pelatih, pembina dan pengurus untuk memunculkan perasaan positif dalam diri atlet dengan memperhatikan keadaan perasaan atlet yang dapat dilihat dari sikap dan prilakunya.

Sedangkan pada indikator yang kedua dalam aspek ini yaitu perasaan negatif dalam usaha mencapai tujuan termasuk ke dalam kategori rendah dengan persentase sebesar 25%. Dalam hal ini rendahnya perasaan negatif atlet dalam usaha mencapai tujuan, hendaknya dapat dipertahankan dengan baik. Ini akan membuat atlet UKM Futsal Universitas Siliwang tahun 2022 yakin akan tujuannya serta perasaan negatif yang rendah ini kiranya dapat menumbuhkan sikap komitmen dalam diri atlet untuk gigih dalam mencapai prestasi. Salah satu pentingnya motivasi berprestasi ialah akan menumbuhkan perasaan yang kuat guna mencapai tujuan. Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa ukuran tinggi rendahnya motivasi berprestasi atlet dapat dilihat dari aspek suasana perasaan yang berakitan dengan pencapaian tujuan.

Pada aspek motivasi berprestasi yang ketujuh yaitu tema berprestasi yang di dalamnya terdapat satu indikator ialah gambaran keseluruhan usaha individu dalam mencapai prestasi sebagai tujuan. Pada aspek ini motivasi berprestasi atlet UKM Futsal Universitas Siliwang berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase sebesar 65%. Hal ini menunjukkan bahwa pada aspek ini motivasi berprestasi atlet UKM Futsal Universitas Siliwang tahun 2022 sudah sangat baik.

Maka menanggapi hal tersebut atlet harus mempertahankan motivasi berprestasi dalam aspek ini secara utuh dan menetap. Pelatih, pembina dan pengurus ikut serta memelihara aspek motivasi berprestasi tersebut sehingga tingkat motivasi berprestasi atlet UKM Futsal Universitas Siliwang tahun 2022 terus terpelihara peningkatannya. Kegiatan berprestasi akan berjalan dengan baik karena atlet memiliki gambaran keseluruhan usaha dalam mencapai tujuan yang termasuk dalam kategori sangat tinggi.

Dari pernyataan tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa motivasi berprestasi dalam aspek gambaran keseluruhan mencapai tujuan adalah keinginan untuk mencapai kesuksesan, mengatasi rintangan atau hambatan, menyelesaikan hal yang sulit dan mengungguli atau melebihi orang lain agar memiliki prestasi lebih tinggi dari sebelumnya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat motivasi berprestasi atlet UKM Futsal Universitas Siliwangi tahun 2022 termasuk dalam kategori tinggi. Karakteristik atlet yang memiliki motivasi berprestasi tinggi.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil deskripsi data penelitian diatas, maka secara keseluruhan rata-rata hasil tingkat kondisi fisik atlet UKM Futsal Universitas Siliwangi tahun 2022 berada pada kategori cukup, keadaan ini menunjukkan bahwa kondisi fisik atlet masih sedang sehingga akan sulit untuk mengharapkan juara dengan kondisi yang demikian. Dari komponen kondisi fisik diatas dapat diketahui bahwa komponen kondisi fisik paling rendah berada pada komponen daya tahan bagian kardiovaskular. Ini menandakan bahwa program latihan yang sudah dilaksanakan masih kurang mengarah pada daya tahan kardiovaskular melainkan lebih ke daya ledak otot tungkai, Selanjutnya dalam kegiatan pembinaan atlet UKM Futsal Universitas Siliwangi tahun 2022 untuk berprestasi, motivasi berprestasi hendaknya diperhatikan oleh pelatih sebagai upaya memperoleh hasil latihan yang optimal. Senada dengan hal tersebut, orang yang memiliki motivasi berprestasi tinggi cenderung mempunyai harapan untuk keberhasilan yang tinggi, terutama jika dihadapkan pada beban latihan dengan resiko dan kesulitan yang tingkatnya sedang dan sulit. Dengan demikian meskipun tingkat motivasi berprestasi atlet UKM Futsal Universitas Siliwangi Tahun 2022 termasuk dalam kategori tinggi, namun harus tetap didukung pemeliharaan dan peningkatannya agar motivasi berprestasi atlet tidak menurun tetapi bisa tetap bertahan maupun meningkat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis pengolahan data statistik dan pengujian hipotesis, dari hasil tes dan pengukuran yang telah dilakukan maka kesimpulan sebagai berikut: Tingkat kondisi fisik atlet Futsal UKM Universitas Tasikmalaya Tahun 2022 terdapat pada Kategori Cukup,

sedangkan motivasi berprestasi atlet Futsal UKM Universitas Siliwangi Tasikmalaya Tahun 2022 terdapat pada Kategori Tinggi

DAFTAR PUSTAKA

- Andri Irawan, 2015. *Teknik Dasar Futsal Modern*. Jakarta: Pena Pundi Aksara.
- Asmar Jaya, 2016. *Futsal Gaya Hidup Peraturan dan Tips-Tips Permainan*. Yogyakarta: Pustaka Timur.
- Dangsina Moeloek, Arjatma Tjokronegoro. 1984. *Kesehatan dan Olaharaga*. Jakarta: Pusat Kesegaran Jasmani.
- Depdiknas. 2017. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka
- Gunawan Sudharmanto, R. 2015. *Analisis Regresi Linear Ganda dengan SPSS*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Heyward, V. 1997. *Advanced Fitness Assessment & Excercise Prescription*(3rd Edition). Champaign: Human Kinetics.
- James and William. 1982. *Measurements for Evaluation in Physical Education, Fitness and Sports*. California: Prentice-Hall.
- M, Sajoto. 1988. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.
- Justinus Lhaksana. 2015. *Inspirasi dan Spirit Futsal*. Jakarta: Raih Asa Sukses. -----, 2015. *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be A Champion.
- Mackenzie, Brian. 2015. *101 Performance Evaluation Test*. London: Electric World plc.
- Nur Hasan. 2001. *Tes dan pengukuran dalam pendidikan jasmani*. Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga
- Murhananto. 2008. *Dasar-dasar Permainan Futsal*. Bandung: PT. Kawan Pustaka.
- Riduwan, et al. 2011. *Cara Mudah Belajar SPSS 17.0 dan Aplikasi Statistik Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Rubianto Hadi. 2007. *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Semarang: Rumah Indonesia.