

HUBUNGAN ANTARA MOTIVASI BERPRESTASI, FREKUENSI BANTINGAN, DAN POWER LENGAN DENGAN PRESTASI GULAT GAYA BEBAS

Bambang Erawan

=====

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui : (1) hubungan motivasi berprestasi dengan prestasi gulat bebas, (2) hubungan frekuensi bantingan dengan prestasi gulat gaya bebas, (3) hubungan power lengan dengan prestasi gulat bebas, dan (4) hubungan antara motivasi berprestasi, frekuensi bantingan, dan power lengan dengan prestasi gulat gaya bebas secara bersama-sama. Sampel penelitian adalah atlet-atlet gulat Jawa Barat yang berada di Kabupaten Bandung berjumlah 40 orang dan diambil melalui teknik random. Instrumen motivasi berprestasi digunakan untuk memperoleh data motivasi berprestasi. Untuk memperoleh data frekuensi bantingan menggunakan tes observasi. Untuk memperoleh data power lengan menggunakan tes *two hand medicine ball-putt*. Sedangkan untuk memperoleh data prestasi gulat gaya bebas menggunakan tes *Fronske wrestling*.

Temuan penelitian adalah sebagai berikut : (1) tidak terdapat hubungan yang positif antara motivasi berprestasi dengan prestasi gulat gaya bebas; (2) terdapat hubungan yang positif antara frekuensi bantingan dengan prestasi gulat gaya bebas; (3) terdapat hubungan yang positif antara power lengan dengan prestasi gulat gaya bebas; (4) tidak terdapat hubungan yang positif antara motivasi berprestasi, frekuensi bantingan, dan power lengan dengan prestasi gulat gaya bebas secara bersama-sama. Dari hasil temuan penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa frekuensi bantingan dan power lengan berkorelasi positif secara signifikan dengan prestasi gulat gaya bebas, sedangkan motivasi berprestasi berkorelasi positif namun tidak signifikan dengan prestasi gulat gaya bebas.

Kata Kunci: *Motivasi, frekuensi bantingan, power lengan, dan prestasi gulat*

PENDAHULUAN

Pencapaian hasil atau prestasi yang diharapkan di tengah ketatnya persaingan olahraga gulat tidaklah mudah banyak faktor yang menentukan majunya suatu prestasi, misalnya faktor: panjang lengan, tinggi badan, panjang tungkai (anatomi), kemampuan menghirup oksigen, kelincahan, keseimbangan, koordinasi, kekuatan, power, fleksibilitas (fisiologi), kecepatan gerak, dan frekuensi bantingan (biomekanika), kepribadian, atribusi, motivasi, agresi, arausal, kecemasan, stress, aktivasi, kepemimpinan, komunikasi, *imagery*, konsentrasi, dan rasa percaya diri (psikologi).

Olahraga gulat terdiri dari empat gaya yang diperlombakan, yaitu: gaya kupu-kupu, gaya punggung, gaya dada, dan gaya bebas. Dari beberapa unsur penunjang tersebut dan nomor-nomor perlombaan dalam olahraga gulat, khususnya nomor perlombaan gaya bebas diperlukan sekali motivasi berprestasi, frekuensi bantingan, dan power (terutama sekali dalam gulat gaya bebas).

Motivasi berprestasi menurut Lindgren (1973:105) merupakan dorongan yang terdapat dalam diri seseorang untuk selalu berusaha meningkatkan kemampuannya dengan menggunakan standar keunggulan. Motivasi berprestasi yang dimiliki atlet cenderung akan mempengaruhi kinerjanya terhadap prestasi gulat dalam perlombaan. Dimensi lain yang berkaitan dengan prestasi gulat adalah frekuensi bantingan. Dalam gulat peranan banyaknya frekuensi bantingan akan berpengaruh sekali pada kecepatan waktu tempuh.

Disamping motivasi berprestasi dan frekuensi bantingan, salah satu upaya penting yang harus dilakukan untuk mencapai prestasi gulat adalah seberapa besar power atlet dikerahkan. Power atlet yang dikerahkan selama melakukan gulatan akan menghasilkan prestasi yang baik, karena dengan pengerahan power yang maksimal akan mempersingkat waktu tempuh dalam gulatannya. Di dalam setiap perlombaan gulat di Indonesia, khususnya nomor perlombaan gulat gaya bebas jarang sekali atlet mengetahui apa yang telah dilakukannya selama melakukan gulat. Yang diketahui hanya catatan waktu dan urutan pemenang, sedangkan proses yang dilaluinya tidak diketahui. Hal inilah yang menjadi kelemahan atlet Indonesia untuk berprestasi di tingkat internasional. Dari uraian di atas untuk meningkatkan prestasi gulat, khususnya gulat gaya bebas maka yang perlu mendapat perhatian adalah motivasi berprestasi, frekuensi bantingan, dan power lengan.

Dalam penelitian ini masalah pokok yang hendak diungkapkan adalah keterkaitan antara prestasi gulat gaya bebas dengan motivasi berprestasi, frekuensi bantingan, dan power lengan. Secara lebih fokus masalah penelitian ini telah dirumuskan dalam butir-butir pertanyaan sebagai berikut: (1) Apakah terdapat hubungan antara motivasi berprestasi dan prestasi gulat gaya bebas?, (2) Apakah terdapat hubungan antara frekuensi bantingan dan prestasi gulat gaya bebas?, (3) Apakah terdapat hubungan antara power lengan dan prestasi gulat gaya bebas?, dan (4) Apakah terdapat hubungan antara motivasi berprestasi, frekuensi bantingan, dan power lengan secara bersama-sama dengan prestasi gulat gaya bebas?

1. Hakikat Motivasi Berprestasi

Motivasi berprestasi menurut Murray (1989:178) adalah keinginan untuk menyelesaikan suatu tugas yang sulit atau dorongan untuk mengatasi rintangan dan memelihara kualitas kerja yang tinggi serta bersaing melalui usaha untuk melebihi perbuatan yang lampau atau mengungguli orang lain.

Winkel (1991:166) mengartikan "*achievement motivation*" sebagai salah satu motivasi intrinsik yang merupakan daya penggerak dalam diri seseorang untuk mencapai prestasi. Menurut Lindgren (1973:105) motivasi berprestasi adalah dorongan yang ada pada seseorang berkaitan dengan prestasi, yang memiliki ciri-ciri; menguasai, memanipulasi, mengatur lingkungan sosial maupun fisik, mengatasi rintangan-rintangan, dan memelihara kualitas kerja yang tinggi, bersaing melalui usaha-usaha untuk melebihi perbuatannya yang lampau serta mengungguli perbuatan orang lain.

McClelland (1992:245) mendefinisikan motivasi berprestasi sebagai motivasi yang mendorong individu untuk mencapai sukses, dan bertujuan untuk berhasil dalam kompetisi atau persaingan dengan beberapa ukuran keunggulan (*standard of excellence*). Ukuran keunggulan itu dapat berupa prestasi sendiri sebelumnya atau prestasi orang lain.

Atkinson yang dikutip Koswara (1989:161) meneliti tentang motivasi berprestasi, yang dianggap sebagai suatu disposisi usaha untuk berhasil atau gagal.

Bagi Atkinson, motivasi berprestasi pada hakikatnya kecenderungan seseorang untuk melibatkan diri dalam suatu kegiatan dan prestasi, erat hubungannya dengan daya/kekuatan pengharapan yang kognitif sifatnya, misalnya: keyakinan atau kepercayaan, dimana kegiatan itu akan menuju pencapaian tujuan atau hasil tertentu (Schaie, 1991:321).

Heckhausen mengemukakan konsep motivasi berprestasi ke arah aspek kognitif. Menurutnya motivasi berprestasi adalah suatu usaha untuk meningkatkan dan mempertahankan kecakapan pribadi setinggi mungkin dalam segala aktivitas dengan ukuran keunggulan sebagai pembandingan.

Heckhausen membedakan tiga jenis ukuran keunggulan, yaitu: (1) *task related standard of excellence*; suatu patokan yang berhubungan dengan tugas, yaitu menilai berdasarkan pencapaian hasil, (2) *self related standard of excellence*, patokan keunggulan yang berhubungan dengan prestasi yang pernah dicapai sendiri pada masa lalu, dan (3) *other related standard of excellence*, patokan prestasi keunggulan yang pernah dicapai oleh orang lain yaitu membandingkan antara hasil sendiri dengan hasil orang lain. (Sperling, 1982:190)

Berdasarkan beberapa kajian teori di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi berprestasi adalah dorongan yang ada pada diri seseorang untuk mencapai sukses dan menghindari kegagalan, yang menimbulkan kecenderungan perilaku untuk mempertahankan dan meningkatkan suatu keberhasilan yang telah dicapai dengan berpedoman pada patokan prestasi terbaik yang pernah dicapai baik oleh dirinya maupun orang lain.

Motivasi berprestasi sangat menentukan tingkah laku seorang siswa/atlet dalam belajar atau berlatih. Belajar atau berlatih akan berhasil dengan baik bila seseorang memiliki motivasi berprestasi yang tinggi. Menurut Mitchel yang dikutip Woolfolk (1984:280) mengatakan bahwa motivasi berprestasi berhubungan dengan pola tindakan dan perasaan yang terkait dengan kerja keras dan perjuangan tidak kenal menyerah dalam belajar/berlatih, untuk dapat mencapai prestasi belajar/berlatih yang tinggi.

Karakter atlet yang motivasi berprestasinya tinggi biasanya; (1) atlet mengerjakan tugas tepat waktu dan berusaha menyelesaikan tugas yang direncanakan sendiri, pelatih, atau kelompok, dan (2) atlet merasa bertanggung jawab terhadap keberhasilan dalam berlatih. Atlet yang menganggap motivasi berprestasi sebagai suatu kebutuhan mempunyai harapan untuk sukses dan bersikap positif terhadap tujuan yang akan dicapainya, serta tidak banyak memikirkan kegagalan.

Berdasarkan kajian teori, motivasi berprestasi pada atlet dapat diidentifikasi melalui indikator sebagai berikut: (1) mempunyai kemauan keras/suka bekerja keras dan tidak kenal menyerah dalam berlatih, (2) mempunyai harapan untuk sukses, (3) bertanggung jawab terhadap keberhasilan dalam berlatih dan selalu berorientasi kedepan dan diwujudkan dalam bentuk tingkah laku.

2. Hakikat Frekuensi bantingan

Menurut Hay (1978:337) frekuensi bantingan adalah banyaknya putaran tangan dibagi waktu tempuh yang dilakukan saat begulat. Sedangkan menurut Kirby dan Roberts (1985:393) frekuensi bantingan adalah jumlah bantingan tangan dalam jangka waktu tertentu. Berdasarkan kedua pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa frekuensi bantingan adalah banyaknya putaran tangan yang dilakukan saat melakukan gulatan terhadap waktu yang dicapai. Dalam hal ini pegulat melakukan putaran tangan sebanyak mungkin dalam jarak gaya bebas.

3. Hakikat Power Lengan

Menggerakkan tubuh sendiri atau benda lain dalam aktivitas olahraga tidaklah hanya sekedar memindahkan atau menggerakannya, akan tetapi unsur waktu dalam proses pemindahan atau pergerakan tersebut ikut menentukan keberhasilan gerak yang dilakukan. Bila usaha yang dikeluarkan untuk mengatasi beban dikaitkan dengan rentang waktu pelaksanaan aktivitas, hal tersebut diistilahkan sebagai power.

Bowers dan Fox (1992:16) menyatakan bahwa power adalah besarnya usaha yang dilakukan dalam satuan waktu. Kirkendal, Gruber, dan Johnson (1980:242) mengemukakan bahwa power adalah hasil usaha dalam satuan unit waktu, yang dilakukan ketika kontraksi otot memindahkan benda pada ruang atau jarak tertentu. Menurut Costill (1992:16) power dapat diartikan sebagai kecepatan penerapan kekuatan. Sedangkan menurut Harsono (1988:101) power adalah hasil dari kekuatan dan kecepatan.

Dari beberapa pendapat di atas menyebutkan dua unsur penting dalam power, yaitu: (1) kekuatan otot, dan (2) kecepatan otot dalam mengerahkan tenaga maksimal untuk mengatasi hambatan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa power adalah perpaduan atau kombinasi antara unsur kekuatan dan kecepatan dalam mengatasi hambatan. Kekuatan menggambarkan kemampuan otot untuk mengatasi beban atau tahanan, sedangkan kecepatan menunjukkan kemampuan kontraksi otot di dalam mengatasi beban dengan cepat.

Oleh karena itu, pengupayaan power yang baik tidak boleh hanya menekankan pada kekuatan, akan tetapi juga pada kecepatan. Kombinasi antara kekuatan dan kecepatan diperlihatkan pada setiap melakukan gerakan gulatan di atas matras khususnya gerakan lengan dalam gaya bebas

4. Hakikat Prestasi gulat Gaya Bebas

Menurut Badudu dan Zain (1994:896) Prestasi adalah hasil yang dicapai dari apa yang dikerjakan atau yang sudah diusahakan. Dalam Kamus Istilah Olahraga (1982:117) prestasi adalah kesanggupan yang tertinggi atas hasil kerja seseorang atau tim. Sedangkan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (1988:700) prestasi adalah hasil yang telah dicapai (dari yang telah dilakukan atau dikerjakan).

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa prestasi adalah hasil yang diperoleh dari usaha/kerja/kemampuan yang dilakukan seseorang.

Gulat gaya bebas adalah salah satu nomor cabang olahraga gulat yang dilatih pada pegulat. Menurut FILA (*Federation Internationale de Luthe Amateur*) yang dimaksud dengan gaya bebas ditetapkan bahwa pegulat dapat begulat suatu gaya apa saja, kecuali dalam nomor gaya grego perorangan dan gaya lainnya. Yang dimaksud gaya bebas adalah suatu gaya yang berbeda dari gaya drego. Dalam hal ini apabila dikaitkan dengan kegiatan gulat gaya gaya bebas, dapat dideskripsikan sebagai hasil yang diperoleh dari kecepatan gulat gaya gaya bebas.

Motivasi berprestasi pada pegulat berhubungan dengan pola tindakan dan perasaan yang berkaitan dengan kerja keras dan perjuangan tidak kenal menyerah dalam berlatih, yang bertujuan untuk dapat mencapai prestasi gulatnya yang tinggi melalui persaingan dengan dirinya sendiri atau pegulat lainnya.

Karakteristik atlet yang mempunyai motivasi berprestasi tinggi adalah mempunyai

kemauan keras/suka bekerja keras, mempunyai harapan untuk sukses, bertanggungjawab, dan selalu berorientasi kedepan dan diwujudkan dalam bentuk tingkah laku.

Atlet yang memiliki motivasi berprestasi tinggi, dalam berlatih menampakkan minat yang besar dan penuh perhatian terhadap tugas berlatih.

Atlet yang memiliki motivasi berprestasi tinggi selalu berpikir tentang prestasi di dalam melaksanakan tugas latihannya, karena keberhasilan dalam berlatih secara intrinsik menyenangkan dirinya. Atlet tidak akan berhenti berlatih bila tugasnya belum selesai, belum puas apabila hasilnya tidak maksimum, dan mampu bekerja mandiri. Dengan demikian diduga terdapat hubungan positif antara motivasi berprestasi dengan prestasi gulat gaya bebas.

Frekuensi bantingan yang dicapai oleh pegulat bergantung pada waktu tempuh selama begulat. Semakin banyak jumlah bantingan dan seminim waktu tempuh yang dicapai, maka semakin besar frekuensi bantingannya. Dengan demikian diduga terdapat hubungan positif antara frekuensi bantingan dengan prestasi gulat gaya bebas.

Power merupakan aspek yang sangat dominan dalam gulat gaya bebas, terutama nomor-nomor pertandingan jarak pendek. Untuk bisa begulat gaya bebas dalam waktu yang seminimal mungkin dibutuhkan power lengan yang kuat. Jika power lengan pegulat meningkat maka waktu tempuh yang dicapai pegulat semakin minim, sehingga pegulat dapat menyelesaikan gulatannya dengan cepat. Dengan demikian diduga terdapat hubungan positif antara power lengan dengan prestasi gulat gaya bebas.

Motivasi berprestasi dalam diri pegulat ditampakkan melalui kerja keras yang tak kenal menyerah dalam berlatih, bertanggung jawab terhadap keberhasilan latihan, percaya diri, dan berorientasi masa depan melalui dimensi keunggulan dalam bentuk prestasi gulat yang terbaik bagi dirinya, dan lebih baik dari pegulat lain. Hal ini berarti bahwa pegulat yang memiliki motivasi berprestasi akan mempunyai hubungan positif terhadap prestasi gulat gaya bebas.

Frekuensi bantingan yang dicapai pegulat bergantung pada waktu yang ditempuh selama begulat. Semakin banyak jumlah bantingan dan seminim mungkin waktu tempuh yang dicapai maka semakin besar frekuensi bantingan. Hal ini berarti bahwa pegulat yang memiliki frekuensi bantingan yang besar akan mempunyai hubungan positif terhadap prestasi gulat gaya bebas.

Untuk bisa begulat jarak pendek dalam waktu yang seminimal mungkin dibutuhkan power yang kuat. Hal ini berarti bahwa pegulat yang memiliki power lengan yang kuat akan mempunyai hubungan positif terhadap prestasi gulat gaya bebas.

Pegulat yang memiliki motivasi berprestasi tinggi, frekuensi bantingan yang besar, dan power lengan yang kuat diduga pada diri pegulat akan memiliki hubungan yang positif terhadap prestasi gulat gaya bebas. Dengan demikian motivasi berprestasi, frekuensi bantingan, dan power secara bersama-sama diduga memiliki hubungan positif dengan prestasi gulat gaya bebas.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk ke dalam metode survai dengan bentuk penelitian korelasional. Metode survai dipilih karena di dalam pengumpulan data tidak dibuat perlakuan atau pengkondisian terhadap variabel, tetapi mengungkap fakta berdasarkan gejala yang telah ada pada atlet. Hal ini sesuai dengan pendapat Ary (1979:297) bahwa metode survai dirancang untuk memperoleh informasi tentang status gejala pada saat penelitian dilakukan, tujuannya untuk melukiskan variabel atau kondisi apa yang terjadi pada suatu situasi. Sedangkan bentuk penelitian

korelasional dipilih karena mengkaji dan mengungkapkan hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikatnya.

Pelitian ini melibatkan tiga variabel bebas, terdiri dari; motivasi berprestasi frekuensi bantingan, dan power lengan, serta prestasi gulat gaya bebas sebagai variabel terikatnya.

Pengumpulan data dalam pelaksanaan penelitian ini adalah menggunakan instrumen Motivasi Berprestasi, Instrumen Frekuensi bantingan, Instrumen Power Lengan, dan Tes Prestasi gulat gaya Gaya Bebas. Prestasi gulat diukur berdasarkan hasil *wrestling freestyle Test*. Hasil yang dicatat adalah waktu yang ditempuh oleh atlet gulat melakukan bantingan, dengan menggunakan stop watch (alat pencatat waktu). Dalam penelitian ini tidak mengembangkan tes prestasi gulat yang baru karena tes ini sudah baku. Teknik Pengambilan data penelitian dilakukan secara bertahap, artinya tidak semua instrumen penelitian diberikan kepada sampel dalam jangka waktu satu hari, namun dilakukan dua hari pengambilan data, dan dilaksanakan pada sore hari.

HASIL PENELITIAN

Data penelitian yang dideskripsikan adalah berkenaan dengan hasil pengukuran variabel-variabel penelitian yang terdiri dari data prestasi gulat gaya bebas, motivasi berprestasi, frekuensi bantingan, dan power lengan. Adapun data mentah penelitian memiliki satuan pengukuran yang berbeda, sehingga perlu diubah menjadi standar skor (*T-skor*).

A. Pengujian Hipotesis Penelitian

Terdapat empat hipotesis yang akan diuji dengan menggunakan teknik analisis regresi dan korelasi sederhana dan regresi dan korelasi jamak. Adapun analisis variabel bebas dengan variabel terikat menggunakan koefisien korelasi *product moment* dari Pearson, sedangkan pengujian yang menyatakan hubungan secara bersama-sama X_1 , X_2 , dan X_3 dilakukan dengan menggunakan teknik analisis regresi dan korelasi jamak.

1. Hubungan Motivasi Berprestasi (X_1) dengan Prestasi gulat Gaya

Bebas (Y)

Hasil perhitungan diperoleh koefisien regresi b sebesar $-1,99$ dan nilai konstanta a sebesar $65,72$ sehingga hubungan antara motivasi berprestasi dengan prestasi gulat gaya bebas dinyatakan dengan persamaan garis regresi $\hat{Y} = 65,72 - 1,99X_1$. Uji signifikansi dan linearitas persamaan regresi $\hat{Y} = 65,72 - 1,99X_1$ digunakan analisis varians (anava)-uji F, kriteria uji signifikansi, jika F_{hit} lebih besar dari pada F_{tab} maka persamaan regresi tersebut dinyatakan signifikan, sedangkan kriteria uji linearitas, jika F_{hit} lebih kecil daripada F_{tab} , maka persamaan garis regresi tersebut dinyatakan linear. Dari uji keberartian regresi diperoleh $F_{hit} = 0,38 < F_{tab} = 4,10$. Hal ini berarti bahwa regresi prestasi gulat gaya bebas atas motivasi berprestasi tidak signifikan dan hubungan antara kedua variabel tersebut bersifat tidak linear, sehingga dapat disimpulkan bahwa motivasi berprestasi bukan merupakan salah satu faktor penentu prestasi gulat gaya bebas.

Setelah pengujian signifikansi dan linearitas persamaan regresi kemudian dilanjutkan dengan perhitungan koefisien korelasi sederhana X_1 dengan $Y(r_{y1})$ diperoleh r_{y1} sebesar $0,10$.

signifikansi koefisien korelasi r_{y1} melalui uji-t dengan hasil yang diperoleh seperti terdapat dalam tabel 1.

Tabel 1. Hasil Perhitungan Korelasi X_1 dengan Y

Korelasi					ttabel	
					0,05	0,01
X_1 dengan Y	40	0,10	0,01	0,62	1,68	2,40

Pada tabel 1 di atas ditunjukkan t_{hitung} sebesar $0,62 < t_{tabel}$ 1,68, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima yang berarti tidak terdapat hubungan positif antara motivasi berprestasi dengan prestasi gulat gaya bebas.

Berdasarkan koefisien r_{y1} tersebut di atas diperoleh koefisien determinasi (r^2) = 0,01. Hal ini berarti bahwa 1% variasi prestasi gulat gaya bebas dapat dijelaskan oleh variasi motivasi berprestasi.

2. Hubungan Frekuensi bantingan (X_2) dengan Prestasi gulat gaya Gaya Bebas (Y)

Hasil perhitungan diperoleh koefisien regresi b sebesar 0,84 dan nilai konstanta a sebesar 12,33, sehingga hubungan antara frekuensi bantingan dengan prestasi gulat gaya bebas dinyatakan dengan persamaan garis regresi $\hat{Y} = 12,34 + 0,84X_2$. Uji signifikansi dan linearitas persamaan regresi $\hat{Y} = 12,34 + 0,84X_2$ digunakan analisis varians (anova)-uji F, kriteria uji signifikansi, jika F_{hit} lebih besar dari pada F_{tab} maka persamaan regresi tersebut dinyatakan signifikan, sedangkan kriteria uji linearitas, jika F_{hit} lebih kecil daripada F_{tab} , maka persamaan garis regresi tersebut dinyatakan linear. Dari uji keberartian regresi diperoleh $F_{hit} = 5,46 > F_{tab} = 1,68$. Hal ini berarti bahwa regresi prestasi gulat gaya bebas atas frekuensi bantingan signifikan dan hubungan antara kedua variabel tersebut bersifat linier, sehingga dapat disimpulkan bahwa frekuensi bantingan merupakan salah satu faktor penentu prestasi gulat gaya bebas.

Setelah pengujian signifikansi dan linearitas persamaan regresi dilanjutkan dengan perhitungan koefisien korelasi sederhana X_2 dengan Y (r_{y2}), diperoleh r_{y2} sebesar 0,36. Signifikansi koefisien korelasi r_{y2} melalui uji-t dengan hasil yang diperoleh seperti terdapat dalam tabel 2.

Tabel 2. Hasil Perhitungan Korelasi X_2 dengan Y

Korelasi					ttabel	
					0,05	0,01
X_2 dengan Y	40	0,36	0,13	2,34	1,68	2,40

Pada tabel 2 di atas ditunjukkan t_{hitung} sebesar $2,34 > t_{tabel}$ 1,68, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan positif antara frekuensi bantingan dengan

prestasi gulat gaya bebas.

Berdasarkan koefisien r_{y2} tersebut di atas diperoleh koefisien determinasi (r^2) = 0,13. Hal ini berarti bahwa 13% variasi prestasi gulat 50 gaya bebas dapat dijelaskan oleh variasi frekuensi bantingan.

3. Hubungan Power Lengan (X_3) dengan Prestasi gulat Gaya Bebas (Y)

Hasil perhitungan diperoleh koefisien regresi b sebesar 0,59 dan nilai konstanta a sebesar 18,76, sehingga hubungan antara power lengan dengan prestasi gulat gaya bebas dinyatakan dengan persamaan garis regresi $\hat{Y} = 18,76 + 0,59X_3$. Uji signifikansi dan linearitas persamaan regresi $\hat{Y} = 18,76 + 0,59X_3$ digunakan analisis varians (anava)-uji F, kriteria uji signifikansi, jika F_{hit} lebih besar dari pada F_{tabel} maka persamaan regresi tersebut dinyatakan signifikan, sedangkan kriteria uji linearitas, jika F_{hit} lebih kecil daripada F_{tabel} , maka persamaan garis regresi tersebut dinyatakan linear. Dari uji keberartian regresi diperoleh $F_{hit} = 5,23 > F_{tabel} = 4,10$. Hal ini berarti bahwa regresi prestasi gulat gaya bebas atas power lengan signifikan dan hubungan antara kedua variabel tersebut bersifat linear, sehingga dapat disimpulkan bahwa power lengan merupakan salah satu faktor penentu prestasi gulat gaya bebas.

Setelah pengujian signifikansi dan lineritas persamaan regresi dilanjutkan dengan perhitungan koefisien korelasi sederhana X_3 dengan $Y(r_{y3})$, diperoleh r_{y3} sebesar 0,35. Signifikansi koefisien korelasi r_{y3} melalui uji-t dengan hasil yang diperoleh seperti terdapat dalam tabel 3.

Tabel 3. Hasil Perhitungan Korelasi X_3 dengan Y

Korelasi					ttabel	
					0,05	0,01
X_1 dengan Y	40	0,35	0,12	2,29	1,68	2,40

Pada tabel 3 di atas ditunjukkan t_{hitung} sebesar $2,29 < t_{tabel} 1,68$, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima yang berarti tidak terdapat hubungan positif antara power lengan dengan prestasi gulat gaya bebas. Berdasarkan koefisien r_{y3} tersebut di atas diperoleh koefisien determinasi (r^2) = 0,12. Hal ini berarti bahwa 12% variasi prestasi gulat 50 gaya bebas dapat dijelaskan oleh variasi power lengan.

4. Hubungan Motivasi Berprestasi (X_1), Frekuensi bantingan (X_2), dan Power Lengan (X_3) dengan Prestasi gulat gaya Gaya Bebas (Y)

Hasil perhitungan diperoleh koefisien regresi $b_1 = -0,21$, $b_2 = 0,47$, dan $b_3 = 0,36$ dan

nilai konstanta a sebesar 21,52, sehingga hubungan antara motivasi berprestasi (X_1), frekuensi bantingan (X_2), dan power lengan (X_3) dengan prestasi gulat gaya bebas dinyatakan dengan persamaan garis regresi $\hat{Y} = 21,52 - 0,21X_1 + 0,47 X_2 + 0,36 X_3$.

Pengujian signifikansi persamaan regresi ganda $\hat{Y} = 21,52 - 0,21X_1 + 0,47X_2 + 0,36X_3$ digunakan analisis varians (anava)-uji F dengan kriteria uji signifikansi, jika F_{hit} lebih besar dari pada F_{tab} maka persamaan regresi ganda tersebut dinyatakan signifikan.

Pada tabel 4 ditunjukkan $F_{hit} = 2,19 < F_{tab} = 2,80$ maka persamaan regresi ganda $\hat{Y} = 21,52 - 0,21X_1 + 0,47 X_2 + 0,36 X_3$ tersebut dinyatakan tidak signifikan.

Setelah pengujian signifikansi dan lineritas persamaan regresi ganda kemudian dilanjutkan dengan perhitungan koefisien korelasi ganda, diperoleh $r_{y,123} = 0,39$. untuk lebih jelasnya hasil perhitungan korelasi ganda dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Hasil Perhitungan Koefisien Korelasi Ganda

Korelasi					ttabel	
					0,05	0,01
$R_{,123}$	40	0,39	0,15	2,19	2,80	4,38

Pada tabel 4 di atas ditunjukkan t_{hitung} sebesar $2,19 < t_{tabel} 2,80$, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima yang berarti tidak terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara hubungan motivasi berprestasi (X_1), frekuensi bantingan (X_2), dan power lengan (X_3) dengan prestasi gulat gaya bebas.

Berdasarkan koefisien korelasi ganda $r_{y,123}$ tersebut di atas diperoleh koefisien determinasi (R^2) = 0,15. Hal ini berarti bahwa 15% variasi prestasi gulat gaya bebas dapat dijelaskan oleh variasi motivasi berprestasi (X_1), frekuensi bantingan (X_2), dan power lengan (X_3) secara bersama.

PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis ternyata keempat hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini ada yang terbukti dan juga ada yang tidak terbukti.

1. Hubungan Motivasi Berprestasi dengan Prestasi gulat gaya Gaya Bebas

Hasil penelitian tentang hipotesis yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan positif antara motivasi berprestasi (X_1) dengan prestasi gulat gaya bebas (Y) menunjukkan model persamaan regresi sederhana $\hat{Y} = 65,72 - 1,99X_1$. Melalui analisis varians untuk signifikansi regresi diperoleh $F_{hit} = 0,38 < F_{tab} = 4,10$. dinyatakan tidak signifikan dan linear.

Selanjutnya koefisien korelasi antara motivasi berprestasi (X_1) dengan prestasi gulat gaya bebas (Y) diperoleh $r_{y1} = 0,10$. melalui uji-t diperoleh $t_{hitung} = 0,62$ lebih kecil dari pada t_{tabel}

= 1,68, sehingga koefisien korelasi (r_{y1}) dinyatakan tidak signifikan pada taraf 0,05 yang berarti bahwa makin rendah motivasi berprestasi maka makin rendah prestasi gulat gaya bebas.

Berdasarkan koefisien korelasi (r_{y1}) tersebut juga diperoleh nilai determinasi sebesar 0,01. Hal ini berarti bahwa variasi prestasi gulat gaya bebas dapat dijelaskan oleh variasi motivasi berprestasi sebesar 1%.

Temuan dalam penelitian ini tidak sejalan dengan kajian teoretis yang dikemukakan terdahulu, bahwa atlet/pegulat yang memiliki motivasi berprestasi yang baik akan mampu menunjukkan prestasi gulat gaya bebas. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa prestasi gulat gaya bebas tidak terkait dengan motivasi berprestasi yang dimiliki oleh atlet/pegulat yang bersangkutan.

2. Hubungan Frekuensi bantingan dengan Prestasi gulat gaya Gaya Bebas

Hasil penelitian tentang hipotesis yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan positif antara frekuensi bantingan (X_2) dengan prestasi gulat gaya bebas (Y) menunjukkan model persamaan regresi sederhana $\hat{Y} = 12,34 + 0,84X_2$. Melalui analisis varians untuk signifikansi regresi diperoleh $F_{hit} = 5,46 > F_{tab} = 1,68$. dinyatakan signifikan dan linear.

Selanjutnya koefisien korelasi antara frekuensi bantingan (X_2) dengan prestasi gulat gaya bebas (Y) diperoleh $r_{y2} = 0,36$. melalui uji-t diperoleh $t_{hitung} = 2,34$ lebih besar dari pada $t_{tabel} = 1,68$, sehingga koefisien korelasi (r_{y2}) dinyatakan signifikan pada taraf 0,05 yang berarti bahwa makin tinggi frekuensi bantingan maka makin tinggi prestasi gulat gaya bebas.

Berdasarkan koefisien korelasi (r_{y2}) tersebut juga diperoleh nilai determinasi sebesar 0,13. Hal ini berarti bahwa variasi prestasi gulat gaya bebas dapat dijelaskan oleh variasi frekuensi bantingan sebesar 13%.

Temuan dalam penelitian ini sejalan dengan kajian teoretis yang dikemukakan terdahulu, bahwa atlet/pegulat yang memiliki frekuensi bantingan tinggi akan mampu menunjukkan prestasi gulat gaya bebas. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa prestasi gulat gaya bebas terkait dengan frekuensi bantingan yang dimiliki oleh atlet/pegulat yang bersangkutan.

3. Hubungan Power Lengan dengan Prestasi gulat Gaya Bebas

Hasil penelitian tentang hipotesis yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan positif antara power lengan (X_3) dengan prestasi gulat gaya bebas (Y) menunjukkan model persamaan regresi sederhana $\hat{Y} = 18,76 + 0,59X_3$. Melalui analisis varians untuk signifikansi regresi diperoleh $F_{hit} = 5,23 > F_{tab} = 4,10$ dinyatakan signifikan dan linear.

Selanjutnya koefisien korelasi antara power lengan (X_3) dengan prestasi gulat gaya bebas (Y) diperoleh $r_{y3} = 0,35$ melalui uji-t diperoleh $t_{hitung} = 0,62$ lebih kecil dari pada $t_{tabel} = 1,68$, sehingga koefisien korelasi (r_{y3}) dinyatakan tidak signifikan pada taraf 0,05 yang berarti bahwa makin rendah frekuensi bantingan maka makin rendah prestasi gulat gaya bebas.

Berdasarkan koefisien korelasi (r_{y3}) tersebut juga diperoleh nilai determinasi sebesar 0,12. Hal ini berarti bahwa variasi prestasi gulat gaya bebas dapat dijelaskan oleh variasi power

lengan sebesar 12%.

Temuan dalam penelitian ini tidak sejalan dengan kajian teoretis yang dikemukakan terdahulu, bahwa atlet/pegulat yang memiliki power lengan tinggi akan mampu menunjukkan prestasi gulat gaya bebas. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa prestasi gulat gaya bebas tidak terkait dengan power lengan yang dimiliki oleh atlet/pegulat yang bersangkutan.

4. Hubungan Secara Bersama-sama Antara Motivasi Berprestasi, Frekuensi bantingan, dan Power Lengan dengan Prestasi gulat gaya Gaya Bebas

Hasil penelitian tentang hipotesis yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan positif antara motivasi berprestasi, frekuensi bantingan, dan power lengan dengan prestasi gulat gaya bebas (Y) menunjukkan model persamaan regresi sederhana $\hat{Y} = 21,52 - 0,21X_1 + 0,47 X_2 + 0,36 X_3$. Melalui analisis varians untuk signifikansi regresi diperoleh $F_{hit} = 2,19 < F_{tab} = 2,80$ dinyatakan tidak signifikan dan linear.

Berdasarkan persamaan regresi ganda di atas menunjukkan bahwa diantara ketiga variabel bebas tersebut yang paling tinggi memberikan peningkatan prestasi gulat gaya bebas, apabila ketiga variabel bebas dinaikan satu unit adalah variabel frekuensi bantingan sebesar 0,47, disusul variabel power lengan sebesar 0,36 dan kemudian motivasi berprestasi sebesar -0,21. Selanjutnya koefisien korelasi ganda secara bersama antara motivasi berprestasi, frekuensi bantingan, dan power lengan dengan prestasi gulat gaya bebas (Y) diperoleh $R_{y,123} = 0,39$ melalui uji-t diperoleh $t_{hitung} = 2,19$ lebih kecil dari pada $t_{tabel} = 2,80$, sehingga koefisien korelasi ($R_{y,123}$) dinyatakan tidak signifikan pada taraf 0,05 yang berarti bahwa makin rendah motivasi berprestasi, frekuensi bantingan, dan power lengan secara bersama-sama maka makin rendah prestasi gulat gaya bebas.

Berdasarkan koefisien korelasi ganda ($R_{y,123}$) tersebut juga akan diperoleh nilai koefisien determinasi sebesar 0,15. Hal ini berarti bahwa variasi motivasi berprestasi, frekuensi bantingan, dan power lengan untuk meningkatkan prestasi gulat gaya bebas dapat menjelaskan variasi prestasi gulat gaya bebas sebesar 15%.

Temuan dalam penelitian ini tidak sejalan dengan kajian teoretis yang dikemukakan terdahulu. Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan pengujian secara statistik terhadap data empirik yang telah diperoleh dari lapangan dapat dikatakan bahwa dua variabel bebas frekuensi bantingan dan power lengan berkorelasi positif secara signifikan dengan prestasi gulat gaya bebas, sedangkan motivasi berprestasi berkorelasi positif namun tidak signifikan dengan prestasi gulat gaya bebas.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kesimpulan penelitian adalah :

1. Tidak terdapat hubungan positif antara motivasi berprestasi dengan prestasi gulat gaya bebas. Ini berarti makin rendah motivasi berprestasi atlet/gulat, makin rendah pula prestasi gulat gaya bebasnya;
2. Frekuensi bantingan berkorelasi positif dengan prestasi gulat gaya bebas. Makin tinggi frekuensi bantingan yang dimiliki atlet/pegulat, makin positif pula prestasi gulat gaya bebasnya;

3. Power lengan mempunyai hubungan positif dengan prestasi gulat gaya bebas, hal ini menjelaskan jika power lengan ditingkatkan, maka prestasi gulat gaya bebasnya akan makin positif;
4. Tidak terdapat hubungan positif antara motivasi berprestasi, frekuensi bantingan, dan power lengan dengan prestasi gulat gaya bebas.

Saran

Berdasarkan berbagai penemuan empirik yang telah diperoleh dalam penemuan ini maka pada bagian terakhir ini akan disampaikan beberapa saran sehubungan keterkaitan motivasi berprestasi, frekuensi bantingan, dan power lengan dengan prestasi gulat gaya bebas adalah sebagai berikut :

1. Frekuensi bantingan dan power lengan merupakan salah satu/ aspek penentu keberhasilan dalam meningkatkan prestasi gulat gaya bebas.
2. Meskipun hipotesis pertama motivasi berprestasi tidak teruji dan hipotesis keempat juga tidak teruji yaitu hubungan motivasi berprestasi, frekuensi bantingan, dan power lengan dengan prestasi gulat gaya bebas. Disarankan kepada para peneliti yang lain agar meneliti ulang tentang hubungan ketiga variabel tersebut di atas dengan metodologi penelitian yang lebih sempurna. Penggunaan sample yang lebih banyak baik putra maupun putri serta instruktur yang berkualitas diharapkan menghasilkan data yang lebih akurat.

DAFTAR PUSTAKA

- Badudu, J.S., Zain Mohammad Sutan. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan, 1994.
- Bowers, Richard W., Fox, Edward L. *Sport Physiology*. New York USA: Wm. C. Brown Publishers, 1992.
- Costil, D.L. *wrestling*. London: Blackwell Scientific Publications, 1992.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. *Kamus Istilah Olahraga*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Luar Sekolah Pemuda dan Olahraga, 1982.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 1988.
- Hampton, D.R. *Management*. New York: Mc Graw-Hill Books, 1986
- Harsono. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: C.V. Tambak Kusuma, 1988.
- Hay, J. G. *The Biomechanics of Sports Technique*. Englewood Cliffs: Prentice Hall Inc, 1978.
- Hudgins, B. et al *Educational Psychology*. Illinois : F.E. Peacock Publisher, 1983
- Kirby, Ronald and Roberts, John A. *Introductory Biomechanics*. Ithaca: Movement Publications Inc, 1985.
- Koswara, E. *Motivasi: Teori dan Penelitiannya*. Bandung: Angkasa, 1989.
- Lindgren, C. Herry. *An Introduction to Social Psychology*. New Delhi: Wiley Eastern Limited, 1973.
- McClelland. *Elements of Psychology*. New York: McGraw-Hill Inc, 1992.
- Sudjana. *Teknik Analisis Regresi dan Korelasi*. Bandung: Tarsito, 1996.

Schaie, K.W dan Sherry L. Wilis, *Adult Development and Aqing*. New York
Harper Coilins, 1991.

Winkel, W.S. *Psikologi Pengajaran*. Jakarta: Gramedia, 1991.

Penulis:

Drs. Bambang Erawan. MPd adalah tenaga pengajar di Jurusan / Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga dengan bidang keahlian metodologi kepeleatihan dan gulat