

C10

LAPORAN PENELITIAN
KELOMPOK PENELITIAN BERBASIS KEAHLIAN .

TINGKAT PEMAHAMAN PELATIH RENANG DIY
MENGENAI LATIHAN MENTAL



OLEH:

Agus Supriyanto, M.Si
Nur Indah Pangastuti, M.Or

0018018002
0022048303

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2015

Penelitian ini dibiayai DIPA FIK Universitas Negeri Yogyakarta Tahun Anggaran 2015
Sesuai Dengan Surat SK Dekan No. 121 Tahun 2015 tanggal 6 Maret 2015
Nomor Kontrak : 233.nn/UN34.16/PL/2015

TINGKAT PEMAHAMAN PELATIH RENANG DIY MENGENAI LATIHAN MENTAL

Oleh :
Agus Supriyanto
Nur Indah Pangastuti

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman pelatih renang DIY mengenai latihan mental. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Pengukuran mengenai tingkat pemahaman pelatih renang DIY menggunakan tes objektif yang berupa soal multiple choice. Subjek dalam penelitian ini adalah pelatih renang yang terdaftar di pengprov PRSI Daerah Istimewa Yogyakarta. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *insidental sampel*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 16 pelatih dari 9 perkumpulan renang di Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian dilakukan pada saat pelaksanaan perlombaan PORDA DIY pada tanggal 20-21 Oktober 2015 di kolam renang UNY Wates. Dari populasi yang berjumlah 16, pelatih yang hadir pada saat perlombaan tersebut sebanyak 12 orang pelatih. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan uji validitas, reliabilitas, daya pembeda, teknik analisis tingkat kesukaran butir soal dan teknik perhitungan menggunakan persentase. Keseluruhan analisis data menggunakan program Anates ver 4.0.9.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data tingkat pemahaman pelatih renang DIY mengenai latihan mental dibedakan ke dalam 4 kategori sebagai berikut: pemahaman pelatih renang kategori tinggi sebesar 50% yaitu 6 pelatih yang terdiri dari 1 pelatih berlisensi A, 1 orang berlisensi daerah B, 1 orang berlisensi nasional B, 1 orang berlisensi C dan 2 pelatih tidak memiliki lisensi pelatih. Pemahaman pelatih renang kategori sedang sebesar 33,33% yaitu 4 pelatih yang terdiri dari 2 pelatih berlisensi nasional B dan 2 pelatih tidak memiliki lisensi pelatih, pemahaman pelatih renang kategori rendah sebesar 8,33% yaitu 1 pelatih dimana pelatih tersebut memiliki lisensi C, dan pemahaman pelatih renang kategori sangat rendah sebesar 8,33% yaitu 1 pelatih dimana pelatih tersebut tidak memiliki lisensi pelatih. Sehingga kesimpulan dari penelitian identifikasi pelatih renang DIY mengenai latihan mental adalah 6 pelatih memiliki pemahaman yang tinggi, 4 pelatih memiliki pemahaman yang sedang, masing-masing 1 pelatih memiliki pemahaman yang rendah dan sangat rendah. Bisa dikatakan pemahaman pelatih renang DIY mengenai latihan mental termasuk tinggi.

Kata kunci: *Pengetahuan, Pelatih, Renang, Program Latihan.*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
ABSTRAK	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	v
BAB I	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	2
C. Pembatasan Masalah	3
D. Perumusan Masalah	3
E. Tujuan Penelitian	3
F. Manfaat Penelitian	3
BAB II	
A. Renang.....	4
B. Pelatih	5
C. Mental	6
D. Penelitian yang Relevan	9
E. Kerangka Berfikir	10
BAB III	
A. Desain Penelitian	12
B. Definisi Operasional	12
C. Populasi dan Sampel	12
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	13
E. Teknik Analisis Data	14
BAB IV	
A. Analisis Instrumen Penelitian	17
B. Deskripsi Subjek Penelitian	19
C. Hasil Analisis Data Penelitian	20
D. Pembahasan Hasil Penelitian	24
BAB V	
A. Kesimpulan	27
B. Implikasi	27
C. Saran	28
DAFTAR PUSTAKA	29
LAMPIRAN	30