

ABSTRACT

HUBUNGAN ANTARA MOTIVASI DENGAN JARAK TEMPUH LARI BERPARTNER DAN LARI INDIVIDUAL

Thesis Supervisor 1 : Drs. Rusli Ibrahim, M.A.

Thesis Supervisor 2 : Dr. Kardjono, M.Sc.

**Krisna Purbaya Putra
1205022**

Permasalahan dalam penelitian ini mengenai hubungan antara motivasi dengan jarak tempuh lari berpartner dan lari individual. Motivasi sangat berperan besar untuk menjaga konsistensi atau rutinitas berolahraga. Atlet atau para pelaku olahraga lari yang tidak mempunyai motivasi, strategi apapun yang dilakukan tidak akan menolong seseorang dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Pada akhirnya, jika motivasi atlet rendah, atlet tidak akan maksimal dalam segala proses untuk menggapai tujuan yang dicita-citakan. Bila tujuan tersebut adalah prestasi, maka prestasi atlet itu tidak akan maksimal. Lari umumnya dilakukan secara individu atau perorangan, namun saat ini lari berpartner banyak diminati para pelaku olahraga lari. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara motivasi dengan jarak tempuh lari berpartner dan lari individual. Kemudian untuk mengetahui adakah perbedaan jarak tempuh antara lari berpartner dan lari individual.

Metode yang penulis gunakan dalam proses penelitian ini adalah metode deskriptif. Sampel pada penelitian ini sebanyak 35 orang. Penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi dengan jarak tempuh lari berpartner dan lari individual. Kemudian temuan berikutnya dalam penelitian ini menunjukkan bahwa hasil jarak tempuh lari berpartner lebih besar dibandingkan dengan hasil jarak tempuh lari individual.

**Mahasiswa Departemen Pendidikan Keplatihan Olahraga angkatan 2012*

Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan.

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN MOTIVATION WITH PARTNER RUNNING DISTANCE AND INDIVIDUAL RUNNING

Thesis Supervisor 1 : Drs. Rusli Ibrahim, M.A.

Thesis Supervisor 2 : Dr. Kardjono, M.Sc.

**Krisna Purbaya Putra
1205022**

Problems in this study are relationship between motivation with partner running distance and individual running. Motivation is very important to maintain exercise routines. Athletes who do not have motivation, whatever the strategy will not help to get the goals set. If motivation is low, athletes will not be optimal in every process to achieve the goal. The purpose of this research is to know the relationship between motivation with partner running distance and individual running. Then to know, is there any difference in the distance between partner running and individual running .

The method I use in the process of this research is descriptive method. Samples in this study are 35 people. Research shows that, there is no significant relationship between motivation and partner running distance and individual running. But there is significant difference distance between partner running and individual running.

** Student Department Of Sports Coaching Education generation 2012
Faculty of Physical Education and Health*