

**SKRIPSI**

Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Mencapai

Derajat Sarjana S1 Psikologi



Diajukan oleh :

I Putu Amertha Yoga

151810014

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS BINA DARMA**

**PALEMBANG**

**2019**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN ANTARA KONFORMITAS KELOMPOK DENGAN  
MOTIVASI BEROLAHRAGA PADA REMAJA AKHIR DI  
KAMBANG IWAK PARK PALEMBANG**

**SKRIPSI**

Sebagai Persyaratan Guna Mencapai Derajat

Sarjana (S1) Psikologi

Diajukan oleh

I Putu Amertha Yoga

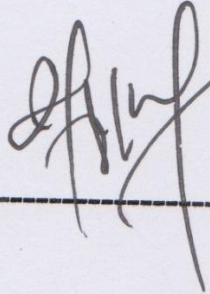
151810014

Telah disetujui oleh dosen pembimbing

Pada tanggal Juli 2019

**Pembimbing Utama**

Rina Oktaviana. S. Psi., M.M  
Nip. 03.030.2177



---

**Pembimbing Pendamping**



# MOTIVASI BEROLAHRAGA PADA REMAJA AKHIR DI

## KAMBANG IWAK PARK PALEMBANG

Yang disusun dan dipersiapkan oleh :

**I Putu Amertha Yoga**

**151810014**

Telah dipertahankan didepan dewan penguji  
Pada tanggal, 5 September 2019

Susunan Dewan Penguji

Rina Oktaviana., S.Psi., M.M

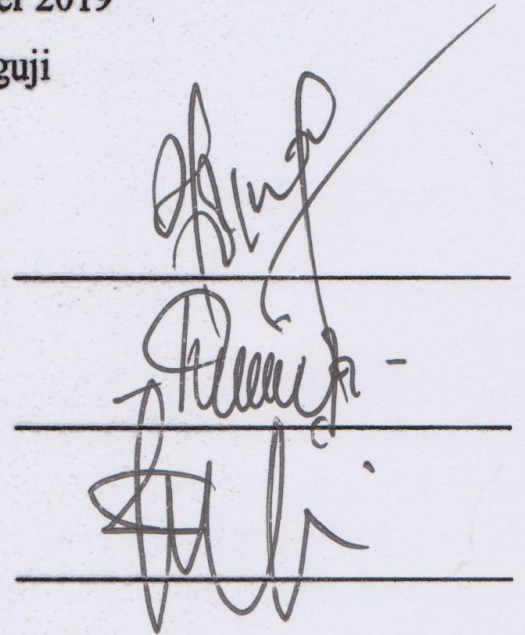
NIP. 03.030.2177

Desy Arisandy, S.Psi., M.Si., Psikolog

NIP. 03.030.2207

Sawi Sujarwo., S.Psi., M.A

NIP. 05.010.2213



Skripsi telah diterima sebagai salah satu persyaratan

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana

Palembang, 5 September 2019

Fakultas Psikologi

Universitas Bina Darma Palembang

Dekan  
  
Universitas Bina Darma Palembang  
Fakultas Psikologi

Desy Arisandy, S.Psi., M.Si., Psikolog

NIP. 03.030.2207



## PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : I Putu Amertha Yoga

No. Mahasiswa : 151810014

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Antara Konformitas Kelompok Dengan  
Motivasi Berolahraga Pada Remaja Akhir DI Kambang  
Iwak Park Palembang.

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa :

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi saya tidak melakukan tindak pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang di junjung tinggi Universitas Bina Darma. Karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Bina Darma.
3. Apabila dikemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Psikologi, Universitas Bina Darma ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademik yang ditetapkan Universitas Bina Darma.

Palembang, 2019

Yang menyatakan



I Putu Amertha Yoga

NIM 151810014

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Ya Tuhan.... Engkau Yang Maha Esa

Terimakasih atas segala kemudahan dan anugrahan yang telah engkau berikan kepada hamba selama ini. Hamba sangat bersyukur dengan jalan yang begitu panjang karya sederhana ini akhirnya terselesaikan dengan baik, karya ini saya persembahkan untuk

Ayahanda I Ketut Raka & Ibunda Ni Made Budiasih Tercinta

Yang selalu setia mendoakan tanpa henti, telah mendukung dengan sepenuh hati, memberi perhatian, pengorbanan, kepercayaan, ketulusan, semangat serta kesabaran dalam mendidik dan membesarkanku sampai saat ini.

Terimakasih Ibu, Ayah.....

Adik kandung tersayang Ni Made Ayu Intan Ratih, pacar saya Dian Marlisah Teman satu angkatan harapan ayah bunda kawan desa serta semua teman yang selalu memberikan keceriaan, semangat, dukungan, perhatian, dan bantuan terimakasih telah menemani diperjalanan panjang ini

.....  
I Putu Amertha Yoga

## **HALAMAN MOTO**

Orang yang sukses tidak selalu orang yang pintar, tapi orang sukses adalah mereka yang gigih dan pantang menyerah.

( I Putu Amertha Yoga)

## PRAKATA

Salam Sejahtera untuk kita semua

Segala puji dan syukur tak henti-hentinya peneliti panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas kesahatan , anugrah serta pertolongan-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan proposal yang berjudul “Hubungan Antara Konformitas Kelompok Dengan Motivasi Berolahraga Pada Remaja Akhir Di Kambang Iwak Palembang” ini dengan baik.

Penelitian ini bukanlah apa-apa tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terima kasih banyak kepada :

1. Dr. Sunda Ariana, M.Pd., M.M selaku rector Universitas Bina Darama Palembang.
2. Ibu Desy Arisandy, S.Psi., Psi., M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bina Darma Palembang.
3. Ibu Mutia Mawardah, S.Psi., M.A selaku Kaprodi Fakultas Psikologi Universitas Bina Darma Palembang.
4. Ibu Rina Otaviana, S.Psi., M.A selaku Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bina Darma, sekaligus dosen pembimbing peneliti. Terima kasih atas arahan dan masukan yang telah diberikan kepada peneliti.
5. Dosen-dosen Fakultas Psikologi Universitas Bina Darma Palembang Atas segala ilmu yang telah didapat oleh peneliti.
6. Kedua orangtua dan adik saya Ni made Ayu Intan Rati yang tercinta yang selalu memberi semangat, mendoakan, serta nasehat dan pengertiannya demi keberhasilan peneliti.
7. Dian Marlisah yang selalu mendoakan, mendukung, menasehati dan selalu memberikan semangat.
8. Harapan ayah bunda yang selalu memberikan dukungan.

9. Saudara dan saudari peneliti yang senantiasa selalu mendoakan dan member dukungan.

Peneliti berharap semoga proosan ini dapat bermanfaat bagi kita semua dan semoga Tuhan Yang Maha Esa melimpahkan anugrah dan hidayah-Nya bagi kita semua. Amin

Palembang, 2019

Peneliti

I Putu Amertha Yoga



## DAFTAR ISI

|   |              |
|---|--------------|
| <b>HALAMAN JUDUL .....</b>                  | <b>i</b>     |
| <b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>            | <b>ii</b>    |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>              | <b>iii</b>   |
| <b>HALAMAN PERNYATAAN.....</b>              | <b>iv</b>    |
| <b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>            | <b>v</b>     |
| <b>HALAMAN MOTTO .....</b>                  | <b>vi</b>    |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                  | <b>vii</b>   |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                      | <b>ix</b>    |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                   | <b>xiii</b>  |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                   | <b>xv</b>    |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                | <b>xvi</b>   |
| <b>ABSTRAK .....</b>                        | <b>xvii</b>  |
| <b>ABSTRAK .....</b>                        | <b>xviii</b> |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>               | <b>1</b>     |
| A. Latar Belakang Masalah .....             | 1            |
| B. Tujuan Penelitian.....                   | 12           |
| C. Manfaat Penelitian .....                 | 12           |
| D. Keaslian Penelitian .....                | 13           |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>        | <b>18</b>    |
| A. Konformitas Kelompok .....               | 18           |
| 1. Definisi Konformitas Kelompok.....       | 18           |
| 2. Aspek-aspek Konformitas Kelompok .....   | 18           |
| 3. Faktor-faktor Konformitas Kelompok ..... | 20           |
| A. Olahraga.....                            | 22           |
| 1. Definisi Olahraga.....                   | 22           |

|   |           |
|---|-----------|
| 2. Klasifikasi Olahraga .....   | 23        |
| 3. Bentuk Tujuan Dalam Olahraga .....   | 24        |
| 4. Manfaat Olahraga .....   | 25        |
| B. Motivasi .....   | 27        |
| 1. Definisi Motivasi .....  | 27        |
| 2. Aspek-aspek motivasi .....   | 28        |
| 3. Jenis-jenis Motivasi .....   | 29        |
| 4. Fakto-faktor Motivasi .....  | 30        |
| C. Dinamika Hubungan Antara Konformitas Kelompok Dengan<br>Motivasi Berolahraga Pada Remaja Akhir Di Kambang Iwak<br>Park Palembang ..... | 32        |
| D. Kerangka Berpikir .....  | 35        |
| E. Hipotesis .....  | 36        |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>  | <b>37</b> |
| A. Identifikasi Variabel Penelitian .....   | 37        |
| B. Definisi Personal Variabel .....   | 37        |
| 1. Motivasi Berolahraga .....   | 37        |
| 2. Konformitas Kelompok .....   | 38        |
| C. Subjek Penelitan .....   | 38        |
| D. Metode Pengumpulan Data .....  | 40        |
| 1. Skala Konformitas Kelompok .....   | 41        |
| 2. Skala Motivasi Berolahraga .....   | 43        |
| E. Metode Analisis Data .....   | 44        |
| 1. Uji Validitas dan Reliabilitas .....   | 44        |
| a. Validitas .....  | 44        |
| b. Reliabilitas .....   | 46        |

|   |           |
|---|-----------|
| 2. Uji Asumsi/Prasyarat.....                        | 47        |
| a. Uji Normalitas .....                             | 47        |
| b. Uji Linieritas .....                             | 47        |
| c. Uji Hipotesis .....                              | 48        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b> | <b>49</b> |
| A. Orientasi Kanchah dan Persiapan .....            | 49        |
| 1. Orientasi Kanchah Penelitian .....               | 49        |
| a. Sejarah Kambang Iwak <i>Park</i> Palembang ..... | 49        |
| 2. Persiapan Penelitian.....                        | 51        |
| a. Persiapan Alat Ukur Penelitian.....              | 51        |
| 3. Laporan Pelaksanaan Penelitian.....              | 52        |
| a. Uji Coba Alat Ukur Penelitian.....               | 52        |
| 4. Pelaksanaan Penelitian .....                     | 52        |
| B. Hasil Penelitian.....                            | 53        |
| 1. Hasil Uji Coba Alat Ukur .....                   | 53        |
| a. Analisis Uji Coba Alat Ukur.....                 | 54        |
| 1). Validasi Skala Uji Coba .....                   | 54        |
| 2). Realibilitas Skala Uji Coba .....               | 58        |
| b. Analisi Data Penelitian .....                    | 59        |
| 1) Deskripsi Data Penelitian.....                   | 59        |
| a). Kategori Variabel Konformitas Kelompok .....    | 60        |
| b). Kategori Variabel motivasi berolahraga .....    | 61        |
| 2. Uji Asumsi.....                                  | 62        |



|   |           |
|---|-----------|
| a. Uji Normalitas .....   | 62        |
| b. Uji Linieritas .....   | 63        |
| c. Uji Hipotesis .....  | 64        |
| C. Pembahasan .....   | 64        |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>                         | <b>70</b> |
| A. Kesimpulan.....  | 70        |
| B. Saran .....  | 70        |
| 1. Bagi Pengelola Taman Kambang Iwak <i>Park</i> Palembang..... | 70        |
| 2. Bagi Masyarakat (remaja akhir) .....                         | 70        |
| 3. Bagi Peneliti Selanjutnya.....                               | 70        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                                     | <b>72</b> |
| <b>LAMPIRAN .....</b>   | <b>75</b> |

## DAFTAR TABEL

|  |    |
|--|----|
| Tabel 1. Skor Penelitian Aitem .....   | 40 |
| Tabel 2. <i>Blue Print</i> Skala Konformitas Kelompok Sebelum di Uji Coba .....  | 42 |
| Tabel 3. <i>Blue Print</i> Skala motivasi berolahraga Sebelum di Uji Coba.....   | 44 |
| Tabel 4. Deskripsi Subjek Penelitian .....                                       | 53 |
| Tabel 5. Distribusi Aitem Hasil <i>Try Out</i> Skala konformitas kelompok .....  | 55 |
| Tabel 6. Distribusi Skala konformitas kelompok penelitian.....                   | 56 |
| Tabel 7. Distribusi Aitem Hasil <i>Try Out</i> Skala Motivasi berolahraga.....   | 57 |
| Tabel 8. Distribusi Skala motivasi berolahraga untuk Penelitian .....            | 58 |
| Tabel 9. Deskripsi Data Penelitian.....  | 59 |
| Tabel 10. Kategorisasi Sampel Penelitian Alat Ukur konformitas kelompok<br>..... | 61 |
| Tabel 11. Kategorisasi Sampel Penelitian Alat Ukur motivasi berolahraga...       | 62 |
| Tabel 12. Hasil Uji Normalitas .....   | 63 |
| Tabel 13. Hasil Uji Linieritas.....  | 63 |
| Tabel 14. Hasil Uji Regresi Sederhana .....                                      | 64 |

## DAFTAR GAMBAR

|  |    |
|--|----|
| Gambar 1. <i>Outline</i> Kerangka berpikir ..... | 35 |
|--|----|



## DAFTAR LAMPIRAN

### LAMPIRAN A

|   |    |
|---|----|
| 1. Angket Motivasi Berolahraga .....      | 75 |
| 2. Angket Konformitas Kelompok.....       | 77 |
| 3. Hasil Angket Motivasi Berolahraga..... | 76 |
| 4. Hasil Anget Konformitas Kelompok ..... | 78 |

### LAMPIRAN B

|  |    |
|--|----|
| 1. Validitas dan Realibilitas Hasil Skala Try Out Motivasi Berolahraga ...     | 89 |
| 2. Validatas dan Realibilitas Hasil Skala Try Out Konformitas<br>Kelompok..... | 94 |

### LAMPIRAN C

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| 1. Skala Motivasi Berolahraga.....  | 79 |
| 2. Skala Konformitas Kelompok ..... | 83 |

### LAMPIRAN D

|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| 1. Tabel Frekuensi .....      | 100 |
| 2. Uji Normalitas .....       | 96  |
| 3. Uji Linieritas .....       | 97  |
| 4. Uji Hipotesis .....        | 97  |
| 5. Sebaran Aitem Linier ..... | 99  |

## **LAMPIRAN E**

|   |            |
|---|------------|
| 1. Lembar Konsultasi Pembimbing .....   | <b>106</b> |
| 2. Lampiran Surat SK Pembimbing Penelitian Mahasiswa Falkutas<br>Psikologi Universitas Bina Darma ..... | <b>107</b> |
| 3. Daftar Hadir Responden Uji Profosal.....   | <b>108</b> |
| 4. Lampiran Loog book .....   | <b>109</b> |
| 5. Turniti .....  | <b>110</b> |

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara konformitas kelompok dengan motivasi berolahraga pada remaja akhir di Kambang Iwak *Park* Palembang. Hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah bahwa ada hubungan antara konformitas kelompok dengan motivasi berolahraga pada remaja akhir di Kambang Iwak *Park* Palembang. Subjek penelitian sebanyak 183 masyarakat di Kambang Iwak *Park* Palembang. Teknik sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik *simple random sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skala konformitas kelompok dan motivasi berolahraga. Teknik analisis yang digunakan yaitu regresi sederhana dengan menggunakan bantuan SPSS versi 20.0. Hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi ( $R$ ) = 0,683 dengan skor yang di dapatkan yaitu ( $R$  square) = 0,466 dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). yang berarti hipotesis yang di ajukan di terima. Hubungan ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara konformitas kelompok dengan motivasi berolahraga pada ramaja akhir di Kambang Iwak *Park* Palembang.

**Kata kunci : Konformitas kelompok, Motivasi berolahraga**



## ABSTRACT

*This study aims to determine the relationship between group conformity with motivation to exercise in late adolescence at kambang iwak park Palembang. Hypothesis raised in the study this is that there is a relationship between group conformity and motivation exercising in late teens at the kambang iwak park Palembang. Research subjects were 183 people in the iwak park Palembang in Palembang. The sample technique used in this research is simple random sampling technique. The measuring instrument used was the scale of group conformity and motivation to exercise. The analysis technique used is simple regression using assistance SPSS version 20.0. the results of the analysis show the correlation coefficient (R)=0.683 with the score obtained is (R square)= 0.466 and  $p=0.000$  ( $p<0.01$ ). which means that the proposed hypothesis is accepted. This relationship show that there is a relationship between group conformity with motivation to exercise in late adolescents in the iwak park in Palembang.*

**Keywords:** *Group conformity, sports motivation*