

Analisis Minat Masyarakat Jember Dalam Melakukan Olahraga

Dyanisyaf Ramadhani ¹⁾, Ahmad Sulaiman ²⁾, Ahmad Bahriyanto³⁾

^{1) 2) 3)} Pendidikan Olahraga, Universitas Muhammadiyah Jember

Email : ¹⁾ dyanisyaf297@gmail.com, ²⁾ ahmadsulaiman@unmuhjember.ac.id,
³⁾ ahmadbahriyanto@unmuhjember.ac.id

Abstrak:

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana minat masyarakat Jember dalam melakukan olahraga. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Melakukan kegiatan olahraga ataupun aktivitas fisik menjadikan salah satu bagian pendukung untuk meningkatkan sistem imunitas pada tubuh. Namun perlu diingat lagi apabila melakukan olahraga secara berlebihan ataupun tidak melakukan olahraga sama sekali memiliki resiko yang cukup besar bagi kesehatan. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif deskriptif. Pendekatan yang digunakan peneliti adalah kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang digunakan untuk menjawab permasalahan melalui teknik pengukuran cermat terhadap variabel-variabel tertentu. Dapat kita ketahui bersama, penelitian kuantitatif adalah sebuah metode penelitian dimana penelitian tersebut menggunakan metode survei dan menggunakan cara pengumpulan informasi atau data-data dengan menggunakan kuisioner. Sampel dalam penelitian ini menggunakan responden dengan jumlah 30 responden yang diambil secara acak tanpa adanya kesepakatan responden. Metode pengambilan sampel pada penelitian ini merupakan random sampling, yakni metode pengambilan sebuah sampel dimana orang dalam satu populasi, baik secara individual ataupun berkelompok diberi peluang yang sama untuk dipilih sebagai anggota sampel ataupun biasa disebut dengan pengambilan sampel secara acak ataupun tanpa pilih-pilih. Dalam penelitian ini, menggunakan perhitungan persen (%). Dari jumlah jawaban total sebanyak 810, dengan presentase 100%. Jawaban Sangat Setuju (SS) 42,9%, Setuju (S) 37,2%, Kurang Setuju (KS) 14,1%, Tidak Setuju (TS) 3,95%, dan Sangat Tidak Setuju 1,6%. Kesimpulan dari penelitian ini adalah banyak masyarakat yang sangat setuju melakukan olahraga baik dari faktor intrinsik (dalam) maupun faktor ekstrinsik (luar).

Kata Kunci: minat, masyarakat, olahraga

1. Pendahuluan

Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan (Slameto, 2015). Minat adalah merupakan suatu kesukaan, kegemaran, kesenangan akan sesuatu (Suprayogi et al., 2019). Minat merupakan pemuasan tenaga psikis yang tertuju pada suatu objek yang terlihat pada sedikit banyaknya kekuatan yang menyertai aktivitas yang dilakukan (Sembiring, 2010). Minat sebagai subyek yang menetap untuk selalu dan merasa tertarik pada bidang tertentu sehingga menimbulkan perasaan senang (Kambuaya, 2015). Indikator yang menunjukkan adanya minat seseorang terhadap suatu objek adalah perhatian dan kesenangan, berarti bila seseorang berminat pada sesuatu, maka dia akan memberikan perhatian dan menyenangkan objek yang dimaksud (Kurniawati & Arief, 2016). Seseorang yang memiliki minat terhadap kegiatan tertentu cenderung memberikan perhatian yang besar terhadap kegiatan tersebut. Pengaruh minat mempunyai dampak yang sangat besar terhadap perilaku dan sikap hidup individu dalam kehidupan sehari-hari (Murtiningsih, 2017).

Masyarakat adalah suatu kelompok manusia yang dibawah tekanan serangkaian kebutuhan dan dibawah pengaruh seperangkat kepercayaan, ideal dan tujuan tersatukan dan terlebur dalam suatu

rangkaian kesatuan kehidupan bersama (Anwas, 2013). Masyarakat adalah wadah segenap antar hubungan sosial terdiri atas banyak sekali kelompok, dan tiap-tiap kelompok terdiri atas sub-kelompok (Mardikanto & Soebiato, 2017). Masyarakat adalah suatu kebulatan dari pada segala perkembangan dalam hidup bersama antara manusia dengan manusia (Edi, 2005). Masyarakat merupakan sekumpulan manusia yang berdampingan yang saling berinteraksi satu sama lain, sehingga menghasilkan tatanan kehidupan yang berkesinambungan. Masyarakat bisa terbentuk bila adanya sekumpulan manusia yang banyak dan juga menggali daerah atau tempat tertentu dalam jangka waktu lama (Ife & Tesoriero, 2008).

Olahraga kata majemuk berasal dari kata olah dan raga. Olah artinya upaya untuk mengubah atau mematangkan, seperti olah tanah yang berarti menyiapkan tanah agar dapat ditanami. Interpretasi lain bahwa kata olah merupakan perubahan dari ulah, jadi olahraga. Ulah artinya perbuatan, Tindakan atau tingkah (laku) hingga olahraga dapat disamakan dengan aktivitas fisik (Harsuki, 2003). Olahraga meliputi segala kegiatan atau usaha untuk mendorong, membangkitkan, mengembangkan, dan membina kekuatan-kekuatan jasmani maupun rohani pada tiap manusia. (Giriwijoyo, 2007). Olahraga (Sport) adalah aktivitas jasmani yang dilembagakan yang peraturannya ditetapkan buka oleh pelakunya atau secara eksternal dan sebelum melakukan aktivitas tersebut. Hampir semua aktivitas jasmani dapat digolongkan dalam olahraga, kecuali bila aktivitas jasmani itu dilakukan dengan motif mencari nafkah (Harsuki, 2003). Jadi aktivitas jasmani yang dilakukan di sekolah atau disebut Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan sama dengan olahraga pada umumnya. Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial (Indonesia, 2007).

Pada saat ini olahraga telah menjadi salah satu gaya hidup sehat yang sering dilakukan. Olahraga juga menjadi kebutuhan bagi masyarakat luas, hal ini dapat dilihat dari banyaknya pengguna fasilitas-fasilitas olahraga yang telah dibangun di tengah lingkungan masyarakat. Sering dijumpai aktivitas olahraga ditengah masyarakat pada pagi hari ataupun sore hari dan akhir pekan. Banyak jenis olahraga dikalangan masyarakat seperti bola voli, sepak bola, bersepeda, badminton, dan juga jenis olahraga lainnya. Olahraga adalah serangkaian gerak yang teratur dan terencana untuk mempertahankan hidup dan meningkatkan kualitas hidup. Pengertian ini memiliki filosofis dan jika dikaji bersama akan memberikan sedikit bayangan tentang hal-hal apa yang dilakukan untuk membangun dan mengedepankan olahraga itu sendiri. Olahraga merupakan suatu aktivitas fisik yang dikenal sebagai kegiatan terbuka bagi semua orang sesuai dengan kemampuan, kesenangan, dan kesempatan, tanpa membedakan hak, status, sosial, budaya, atau derajat di masyarakat (Harsono, 2015).

2. Metode Penelitian

Penelitian menggunakan teknik deskriptif kuantitatif. Deskriptif kuantitatif adalah jenis penelitian yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul. Dijelaskan bahwa deskriptif disini adalah gambaran mengenai minat masyarakat Jember dalam melakukan olahraga. Adapun teknik pengambilan data menggunakan angket, kemudian dianalisis secara deskriptif dan dikemukakan dalam bentuk persen (%). Adapun tempat dan lokasi pelaksanaan yang dilakukan adalah di Alun-alun Jember, dan waktu pelaksanaan dilakukan pada bulan Juli 2022. Populasi yakni 30 responden masyarakat yang sedang berolahraga di Alun-alun Jember. Sampel dalam penelitian ini menggunakan responden dengan jumlah 30 responden yang diambil secara acak tanpa adanya kesepakatan responden dan peneliti. Metode pengambilan sampel pada penelitian ini merupakan random sampling.

Pada penelitian ini akan menggunakan sistem kuisisioner atau angket. Kuisisioner yang digunakan oleh peneliti adalah kuisisioner tertutup, yakni dalam kuisisioner tersebut sudah terdapat pertanyaan dan jawaban. Responden hanya memberikan tanda centang atau silang pada pilihan yang sudah disediakan oleh peneliti, karena penelitian tersebut menggunakan skala likkert. Untuk menganalisis

data, digunakan teknik statistik. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan presentase. Setelah data diperoleh langkah selanjutnya adalah menganalisis data untuk menyimpulkan hasil penelitian. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik rumus persentase (Anas, 2012).

$$P = \left(\frac{F}{N} \right) \times 100\%$$

P : Percentage

F : Frequency

N : Total Number of Respondents

3. Hasil

Setelah diadakan penyebaran angket dengan banyaknya butir angket adalah 27 item pertanyaan, semua dapat kembali sehingga didapatkan 100% dari jumlah responden. Untuk mengetahui seberapa besar minat masyarakat dalam melakukan olahraga dapat dilihat dari hasil survei tentang minat intrinsik yang terdiri dari usia, ketertarikan, perhatian, manfaat berolahraga, pola hidup sehat, dan minat dari individu itu sendiri. Untuk minat ekstrinsik yang terdiri dari lingkungan, keluarga, teman, lokasi, dan media. Distribusi responden pada tiap-tiap sub variabel dapat diuraikan sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Jawaban Faktor Intrinsik

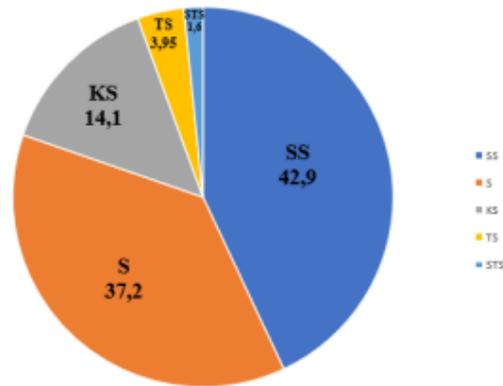
No	Aspek	Frekuensi					Jumlah
		SS	S	KS	TS	STS	
1	Pribadi	69	40	31	7	3	150
	Presentase	46%	2%	20,6%	4,6%	2%	100%
2	Usia	53	31	5	0	1	90
	Presentase	58,8%	34,4%	5,5%	0	1,1%	100%
3	Menjaga Kesehatan	37	19	4	0	0	60
	Presentase	61,6%	31,6%	6,6%	0	0	100%
4	Olahraga	46	36	8	0	0	90
	Presentase	51,1%	40%	8,8%	0	0	100%
5	Ketertarikan	10	18	1	1	0	30
	Presentase	33,3%	60%	3,3%	3,3%	0	100%
6	Perhatian	18	11	1	0	0	30
	Presentase	60%	36,6%	3,3%	0	0	100%
Jumlah		233	155	50	8	4	450

Tabel 2. Distribusi Jawaban Faktor Ekstrinsik

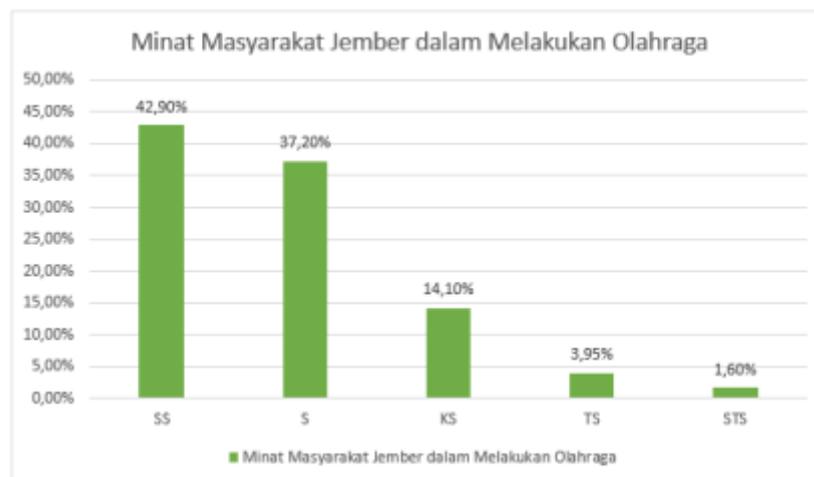
No	Aspek	Frekuensi					Jumlah
		SS	S	KS	TS	STS	
1	Lingkungan	13	27	12	7	1	60
	Presentase	21,6%	45%	20%	11,6%	1,6%	100%
2	Keluarga	54	53	11	2	0	120
	Presentase	45%	44,1%	9,1%	1,6%	0	100%
3	Teman	21	32	24	10	3	90
	Presentase	23,3%	35,5%	26,6%	11,1%	3,33%	100%
4	Lokasi	25	25	8	1	1	60
	Presentase	41,6%	41,6%	13,3%	1,6%	1,6%	100%
5	Internet	2	10	10	4	4	30
	Presentase	6,6%	33,3%	33,3%	13,3%	13,3%	100%
Jumlah		115	147	65	24	9	360

Dengan tujuan seseorang akan dapat mengarahkan minatnya dengan sebaikbaiknya. Selain karena tujuan tertentu, minat berolahraga dapat muncul karena bertambah luasnya lingkungan seseorang dan semakin banyak dia berhubungan dengan orang-orang di luar lingkungan untuk menambah wawasan dari minat. Jika seseorang menaruh minat terhadap sesuatu, minatnya tersebut menjadi motif yang kuat baginya untuk berhubungan sevara lebih aktif dengan sesuatu yang diminatnya. Dalam penelitian ini, minat diungkap melalui dua faktor yaitu minat intrinsik dan minat ekstrinsik. Minat intrinsik adalah minat yang berasal dari dalam diri seseorang. Minat intrinsik berolahraga meliputi aspek pribadi, usia, menjaga kesehatan, olahraga, keterkaitan, dan perhatian. Minat ekstrinsik yaitu faktor pendorong yang muncul dari luar individu. Minat ekstrinsik olahraga meliputi aspek lingkungan, keluarga, teman, lokasi, dan internet.

Berdasarkan total seluruh angket diatas bahwa minat intrinsik dan minat ekstrinsik masyarakat Jember dalam melakukan olahraga di Alun-alun Jember dari jumlah jawaban total sebanyak 810, dengan presentase 100%. Jawaban SS (sangat setuju) dengan tingkat presentase 42,9%. Jawaban S (setuju) dengan tingkat presentase 37,2%. Jawaban KS (kurang setuju) dengan tingkat presentase 14,1%. Jawaban TS (tidak setuju) dengan tingkat presentase 3,95%. Jawaban STS (sangat tidak setuju) dengan tingkat presentase 1,6%. Distribusi total seluruh jawaban responden pada minat intrinsik dan minat ekstrinsik diperoleh dari hasil seperti pada lampiran dan dirangkum pada tabel berikut ini:



Gambar 1. Diagram Lingkaran Total minat intrinsik dan ekstrinsik masyarakat Jember dalam melakukan olahraga



Gambar 2. Diagram Batang Total minat intrinsik dan ekstrinsik masyarakat Jember dalam melakukan olahraga

4. Pembahasan

Minat merupakan salah satu aspek psikis yang membantu mendorong seseorang untuk memenuhi kebutuhannya, maka minat harus ada dalam diri seseorang, sebab minat merupakan modal dasar untuk mencapai tujuan. Dengan tujuan seseorang akan dapat mengarahkan minatnya dengan sebaik-baiknya. Selain karena tujuan tertentu, minat berolahraga dapat muncul karena bertambah luasnya lingkungan seseorang dan semakin banyak dia berhubungan dengan orang-orang di luar lingkungan untuk menambah wawasan dari minat. Jika seseorang menaruh minat terhadap sesuatu, minatnya tersebut menjadi motif yang kuat baginya untuk berhubungan sevara lebih aktif dengan sesuatu yang diminatinya. Minat adalah suatu rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang menyuruh. Minat pada dasarnya adalah penerimaan akan suatu hubungan antara diri sendiri dengan sesuatu diluar diri. Semakin kuat atau dekat hubungan tersebut, semakin besar minat. Fasilitas sarana dan prasarana juga mempengaruhi minat dalam olahraga. Oleh sebab itu pemerintah terkait juga perlu mempertimbangkan ruang terbuka atau fasilitas umum

yang bisa diakses oleh semua kalangan. Fasilitas untuk berolahraga yang menunjang seperti lapangan yang bersih dan bagus juga perlu menjadi perhatian khusus.

5. Kesimpulan

Dalam penelitian ini, minat diungkap melalui dua faktor yaitu minat intrinsik dan minat ekstrinsik. Minat intrinsik adalah minat yang berasal dari dalam diri seseorang. Minat intrinsik berolahraga meliputi aspek pribadi, usia, menjaga kesehatan, olahraga, keterkaitan, dan perhatian. Minat ekstrinsik yaitu faktor pendorong yang muncul dari luar individu. Minat ekstrinsik olahraga meliputi aspek lingkungan, keluarga, teman, lokasi, dan internet. Berdasarkan total seluruh angket diatas bahwa minat intrinsik dan minat ekstrinsik masyarakat Jember dalam melakukan olahraga di Alun-alun Jember dari jumlah jawaban total sebanyak 810, dengan presentase 100%. Jawaban SS (sangat setuju) dengan tingkat presentase 42,9%. Jawaban S (setuju) dengan tingkat presentase 37,2%. Jawaban KS (kurang setuju) dengan tingkat presentase 14,1%. Jawaban TS (tidak setuju) dengan tingkat presentase 3,95%. Jawaban STS (sangat tidak setuju) dengan tingkat presentase 1,6%. Artinya banyak masyarakat Jember yang minat dalam melakukan olahraga.

6. Refrensi

- Anas, S. (2012). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Anwas, O. M. (2013). *Pemberdayaan masyarakat di era global*. Alfabeta.
- Edi, S. (2005). Membangun masyarakat memberdayakan rakyat. *Kajian Strategis Pembangunan Kesejahteraan Sosial Dan Pekerja Sosial*. Bandung: Refika Aditama.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan Olahraga*. Remaja Rosdakarya.
- Harsuki, H. (2003). Perkembangan Olahraga Terkini Kajian Para Pakar. *PT. Raja Grafindo Persada: Jakarta*.
- Ife, J., & Tesoriero, F. (2008). Community development: Alternatif pengembangan masyarakat di era globalisasi. *Yogyakarta: Pustaka Pelajar*, 265.
- Indonesia, P. R. (2007). *Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahraagaan Nasional*.
- Kambuaya, C. (2015). Pengaruh motivasi, minat, kedisiplinan dan adaptasi diri terhadap prestasi belajar siswa peserta program afirmasi pendidikan menengah asal papua dan papua barat di kota bandung. *SHARE: Social Work Journal*, 5(2).
- Kurniawati, A., & Arief, S. (2016). Pengaruh efikasi diri, minat kerja, dan bimbingan karir terhadap kesiapan kerja siswa SMK program keahlian akuntansi. *Economic Education Analysis Journal*, 5(1).
- Mardikanto, T., & Soebiato, P. (2017). Pemberdayaan Masyarakat dalam Perspektif Kebijakan Publik (Cetakan ke-4). *Bandung: PT. Alfabeta*.
- Sembiring, R. K. (2010). Pendidikan matematika realistik Indonesia (PMRI): Perkembangan dan tantangannya. *Journal on Mathematics Education*, 1(1), 11–16.
- Slameto. (2015). *Belajar dan Faktor-Faktor yang mempengaruhi*. Rineka Cipta.
- Suprayogi, O. G. I., Noor, T. I., & Yusuf, M. N. (2019). Persepsi Dan Minat Mahasiswa Program Studi Agribisnis Universitas Galuh Ciamis Untuk Berkarir Di Bidang Pertanian (Suatu Kasus di Program Studi Agribisnis Fakultas Pertanian Universitas Galuh Ciamis). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Agroinfo Galuh*, 6(3), 517–531.