

## MOTIVASI MASYARAKAT BEROLAHRAGA DI JAKABARING SPORT CITY PALEMBANG

Oleh : Rury Rizhardi<sup>1</sup>, Endie Riyoko<sup>2</sup>  
(Dosen Universitas PGRI Palembang)

Email : [ruryrizhardi@univpgri-palembang.ac.id](mailto:ruryrizhardi@univpgri-palembang.ac.id)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana motivasi Masyarakat berolahraga di Jakabaring Sport City Palembang. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif, sedangkan instrumen penelitian menggunakan angket kuisioner dengan skala likert. Sampel dalam penelitian ini yaitu Masyarakat yang berolahraga di Jakabaring Sport City sebanyak 199 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik sampel Non-Probability dengan sampling insidental. Adapun prosedur penelitian dimulai dengan membuat angket yang di konsultasikan terlebih dahulu oleh para ahli yang bersangkutan kemudian angket di uji cobakan terlebih dahulu dan dihitung untuk mengetahui apakah soal tersebut valid atau tidak valid, kemudian dari butir pernyataan angket yang valid baru dapat digunakan untuk penelitian sebenarnya. Dari hasil penelitian diketahui persentase Masyarakat berolahraga di Jakabaring Sport City adalah sub variabel intrinsik sebesar 81% (Kategori Tinggi), sub variabel ekstrinsik sebesar 82% (Kategori Tinggi). Dari hasil di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi Masyarakat berolahraga di Jakabaring Sport City berada dalam kategori yang tinggi.

**Kata Kunci :** Motivasi, Masyarakat dan Olahraga.

## MOTIVATION SOCIETY TO PHYSICAL ACTIVITY AT JAKABARING SPORT CITY OF PALEMBANG

### *Abstract*

*This research aims to find out how the society is motivated to exercise at Jakabaring Sport City Palembang. The methods in this study used quantitative descriptive methods, while research instruments using questionnaire poll with Likert scale. The sample in this study is a community that exercises in Jakabaring Sport City as much as 199 people. Sampling techniques using Non-Probability sample techniques with incidental sampling. The research procedure starts by making a poll in advance by the experts in question and then in the first Test and calculated to find out if the problem is valid or invalid, then from the new valid poll item can be used for actual research. From the results of the research known percentage of society exercising in Jakabaring Sport City is an intrinsic sub variable of 81% (High category), extrinsic sub variables of 82% (high category).*

*From the above results can be concluded that the motivation of the community exercising in Jakabaring Sport City is in a high category.*

**Keywords:** *Motivation, Society and Sports.*

## **A. PENDAHULUAN**

Manusia bergerak dan berolahraga untuk hidup, karena gerak pada hakekatnya merupakan keniscayaan hidup. Gerak itu sendiri sejatinya merupakan ciri hidup. Manusia bergerak dengan berbagai motifnya melakukan olahraga untuk mempertahankan dan meningkatkan mutu kehidupannya. Oleh karena itu sudah menjadi kelaziman bahwa olahraga telah menjadi hak setiap orang yang mendasar dan pembangunan olahraga merupakan kegiatan yang berkesinambungan yang dilaksanakan secara terprogram, konsekuen dan menuntut kerja keras agar tercapainya budaya olahraga guna meningkatkan kualitas manusia Indonesia (Riyoko, E., & Soegiyanto, K. S. (2014). Semua orang membutuhkan olahraga sebagai alat untuk memelihara dan membina kesehatan yang tidak dapat ditinggalkan. Manusia yang sehat adalah sumber daya yang dibutuhkan dalam melaksanakan pekerjaan atau rutinitas sehari-hari dengan kondisi fisik yang fit, tanpa mengalami kelelahan yang berarti setelah melaksanakan aktifitas tersebut serta memiliki kemampuan fisik yang baik untuk melakukan pekerjaan tambahan lainnya (Rizhardi, R. (2019).

Di Palembang sendiri dunia olahraga semakin maju karena banyak sarana dan prasarana olahraga yang mendukung dan berkualitas baik, seperti di kawasan Jakabaring Sport City yang banyak mempunyai *venue* olahraga pasca penyelenggaraan Asean Games di Palembang pada tahun 2018 yang lalu. Sehingga Jakabaring Sport City saat ini menjadi tempat favorit bagi masyarakat.

Tentunya peran serta masyarakat dalam melakukan berbagai macam aktivitas olahraga tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor yang bisa datang dari dalam diri masyarakat maupun datang dari luar diri masyarakat. Faktor-faktor yang mendorong baik dari dalam maupun dari luar disebut motivasi. Motivasi merupakan suatu daya penggerak untuk melakukan sesuatu, orang tentu akan semakin bersemangat dan bersungguh-sungguh dalam melakukan kegiatan atau

aktivitas apabila ia memiliki motivasi. Seperti yang di ungkapkan oleh Sardiman (Sukirno, 2011:48) Orang yang termotivasi akan terjadi perubahan energi dalam dirinya yang ditandai dengan munculnya feeling dan didahului dengan tanggapan terhadap tujuan.). Motivasi intrinsik adalah motivasi yang hidup dalam diri siswa dan berguna dalam situasi belajar yang fungsional. Dari beberapa penjelasan definisi motivasi intrinsik diatas dapat kita simpulkan bahwa motivasi intrinsik merupakan motivasi yang timbulnya tidak perlu adanya rangsangan dari luar dan memang timbul dari dalam diri individu itu sendiri Hamalik (2013:162).

## B. METODE PENELITIAN

Sugiyono (2014:11) menjelaskan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variable mandiri, baik satu variable atau lebih (*independent*) tanpa membuat pertandingan, atau menghubungkan antara variable yang satu dengan variable yang lain.

Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel *Non-Probability Sampling* yang merupakan teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang atau kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Teknik sampel ini meliputi: *sampling sistematis, kuota, insidental, purposive, jenuh, dan snowball*.

**Tabel 1.** Masyarakat Beraktifitas Olahraga

NO	Banyak Masyarakat		Jumlah
	Putra	Putri	
1	394	356	750

Populasi di atas diambil pada saat peneliti melakukan observasi

Untuk mengumpulkan data dari sampel penelitian di perlukan alat yang disebut instrument. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah.

### 1. Kuesioner (Angket)

Berdasarkan uraian tentang alternatif jawaban dalam angket, penulis menetapkan kategori penyodoran, kategori untuk butir pernyataan positif, yaitu Sangat Setuju = 5, Setuju = 4, Ragu-ragu = 3, Tidak Setuju = 2, Sangat Tidak

Setuju = 1. Kategori untuk setiap pernyataan negatif, yaitu Sangat Setuju = 1, Setuju = 2, Ragu-ragu = 3, Tidak Setuju = 4, Sangat Tidak Setuju = 5.

## 2. Dokumentasi

Teknik dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang (Sugiyono, 2014:329). Hasil penelitian juga akan semakin kredibel apabila didukung oleh fot-foto atau karya tulis akademik dan seni yang telah ada. *Photographs provide strikingly descriptive data, are often used to understand the subjective and is product are frequently analyzed inductive.*

Menurut Arikunto (2010:211) Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan dan kesalihan sesuatu instrument. Suatu instrument yang valid atau sah mempunyai validitas tinggi. Sebaliknya, instrument yang kurang valid mempunyai validitas rendah. Dalam penghitungan uji validitas ini dibantu aplikasi *Microsoft Excel*.

Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisa data, sehingga data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. Adapun tahapan pengolahan data hasil penelitian adalah sebagai berikut :

- a) Pemeriksaan kelengkapan jawaban
- b) Menghitung jumlah frekuensi dari masing-masing jawaban dalam kuisisioner
- c) Menghitung persentase jawaban responden dalam bentuk tabel tunggal melalui distribusi frekuensi dan persentase dengan menggunakan rumus :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = persentase

F = frekuensi data

N = jumlah responden

Setelah diperoleh persentase motivasi Masyarakat berolahraga di Jakabaring Sport City, selanjutnya dipersentasikan dengan menggunakan tabel interpretasi nilai r.

**Tabel 2.** Interpretasi nilai r

Besarnya nilai r	Interprestasi
Angka 0% - 20%	Sangat Lemah
Angka 20% - 40%	Lemah
Angka 41% - 60%	Cukup
Angka 61% - 80%	Kuat
Angka 81% - 100%	Sangat Kuat

### C. HASIL PENELITIAN

#### a) Motivasi intrinsik

Berdasarkan penyebaran angket kuisisioner penelitian mengenai motivasi masyarakat dalam berolahraga di Jakabaring Sport City, dari 199 masyarakat yang berolahraga di Jakabaring Sport City diketahui data pada sub variabel motivasi intrinsik yang terdiri dari 19 pernyataan menghasilkan nilai rata-rata (*mean*) sebesar 76,71, nilai tengah (*median*) sebesar 77, nilai sering muncul (*modus*) 73, standar deviasi 4,243, sedangkan skor tertinggi sebesar 89 dan skor terendah sebesar 32. Jika dilihat dari jawaban penelitian tersebut maka didapat frekuensi kategori jawaban pada sub variabel intrinsik dengan jumlah frekuensi 1606 (42%) pada kategori jawaban Sangat Setuju, frekuensi 1465 (39%) pada kategori Setuju, frekuensi 415 (11%) pada kategori Ragu-Ragu, frekuensi 245 (6%) pada kategori Tidak Setuju dan fekuensi 50 (1%) pada kategori sangat tidak setuju.

#### b) Motivasi Ekstrinsik

Berdasarkan penyebaran angket kuisisioner penelitian mengenai motivasi Masyarakat berolahraga di Jakabaring Sport City sebanyak 199 Masyarakat/responden., diketahui data dari sub variabel motivasi ekstrinsik yang berjumlah 17 pernyataan mendapatkan hasil rata-rata (*mean*) sebesar 67,77, nilai tengah (*median*) sebesar 67, nilai yang sering muncul (*modus*) 67, standar deviasi sebesar 4,315. Sedangkan skor tertinggi sebesar 80 dan skor terendah sebesar 56. Jika dilihat dari jawaban hasil dari penyebaran angket kepada 199 Masyarakat yang berolahraga di Jakabaring Sport City, dari 17 pernyataan untuk kategori motivasi ekstrinsik didapat frekuensi 1450 (43%) pada kategori jawaban Sangat

Setuju, frekuensi 1316 (39%) pada kategori Setuju, frekuensi 365 (11%) pada kategori Ragu-Ragu, frekuensi 210 (6%) pada kategori Tidak Setuju dan fekuensi 42 18%) pada kategori sangat tidak setuju. Dengan demikian didapat kategori pencapaian dari motivasi Masyarakat berolahraga di Jakabaring Sport City yakni motivasi ekstrinsiknya berada pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 82%.

#### **D. KESIMPULAN**

##### a) Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai motivasi masyarakat berolahraga di Jakabaring Sport City, yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 25 Oktober 2015 pada saat kegiatan olahraga di jakabaring Sport City, pada pukul 06.00 Wib – 09.00 Wib dan pengolahan data yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan :

1. Berdasarkan hasil pengolahan data penelitian, diketahui bahwa motivasi Masyarakat berolahraga di Jakabaring Sport City termasuk ke dalam kategori tinggi dengan persentase mencapai 81 %.
2. Berdasarkan hasil pengolahan data penelitian, diketahui bahwa motivasi ekstrinsik masyarakat berolahraga di Jakabaring Sport City termasuk dalam kategori tinggi dengan persentase mencapai 82%.

Dari kedua hasil penelitian di atas dapat disimpulkan, bahwa motivasi masyarakat berolahraga di Jakabaring Sport City termasuk dalam kategori tinggi, hal ini ditunjukkan dari persentase ketiga sub variabel diatas yang semuanya termasuk dalam kategori tinggi. Maka dapat disimpulkan bahwa masyarakat yang berolahraga di Jakabaring Sport City memiliki motivasi yang tinggi.

##### b). Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka peneliti menyarankan beberapa hal diantaranya :

1. Bagi pengelola Jakabaring Sport City meningkatkan sarana dan prasarana untuk menunjang kegiatan olahraga agar para masyarakat dapat meningkatkan bakatnya dalam bidang olahraga sehingga dapat membangakan provinsi Sumatera Selatan.

2. Bagi Masyarakat agar selalu serius dalam melakukan aktivitas olahraga sehingga dapat memicu pada kesehatan jasmani dan rohani bahkan prestasi dalam bidang olahraga.
3. Bagi peneliti peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan penelitian ini dengan jumlah sampel yang lebih banyak dan variabel-variabel lain yang belum diteliti.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hamalik, O. (2013). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara
- Riyoko, E., & Soegiyanto, K. S. (2014). *Kebijakan Pemerintah Kabupaten Musi Banyuasin Dalam Mengembangkan Minat Masyarakat Untuk Berolahraga*. *Journal of Physical Education and Sports*, 3(2).
- Rizhardi, R. (2019). *Perbandingan Kebugaran Jasmani Antara Sekolah Di Perkotaan Dan Di Pedesaan Studi Kasus Di Sma Negeri 5 Palembang Dan Sma Negeri 2 Banyuasin 2*. *Wahana Didaktika*, 17(3), 50-57.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sukirno. 2011. *Psikologi Olahraga dan Kepelatihan*. Palembang: CV Dramata Kreasi Media.