

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan kebutuhan bagi setiap manusia untuk menjaga kelangsungan hidupnya. dengan olahraga secara teratur dapat meningkatkan derajat kesehatan yang dimilikinya. “Derajat sehat selalu meningkat bila dibina, dan sebaliknya menurun bila diterlantarkan.” (Giriwijoyo 2005, hlm. 1). Cukup gerak dengan berolahraga dapat membuat badan lebih bugar dan dampak lebih jauh nya dapat meminimalkan kemungkinan terjangkit nya penyakit-penyakit non infksi seperti jantung koloner, kencing manis atau diabetes ataupun penyakit-penyakit lainnya yang di akibatkan gaya hidup yang kurang sehat, dengan berolahraga ataupun memberikan tubuh kecukupan akan kebutuhan gerak nya dapat membuat fungsi organ-organ tubuh dapat bekerja lebih maksimal yang akhirnya dapat memberikan rasa nyaman bagi tubuh untuk melakukan aktifitas sehari-hari yang di harapkan akan menunjang tingkat produktifitas kerja. Selain manfaat secara fisiologis olahraga juga memberikan dampak sosial kepada pelakunya karena dengan berolahraga interaksi sosial antar manusia akan lebih mudah terjalin dalam susasana yang santai dan menyenangkan, sehingga terjauh dari stres tekanan pekerjaan yang biasanya selalu menuntut dan mendesak, biasanya dalam aktifitas olahraga manusia cenderung untuk membentuk komunitas bersama yang mewadahi olahraga dan aktifitas yang digemarinya. Selain mudahnya membangun interaksi sosial, olahraga juga dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang karena dengan rutin nya berolahraga secara otomatis tubuh akan tampil menjadi lebih baik dan prima. Dengan budaya perkotaan saat ini yang cenderung sangat menyita waktu untuk bergerak karena kecenderungan kehidupan perkotaan menuntut seseorang untuk duduk di suatu tempat berjam-jam, dan budaya perkotaan seakan mengisyaratkan warga nya untuk semakin sedikit bergerak dalam menunjang aktifitas keseharian nya dalam kehidupan.

Banyak orang untuk lebih memilih transportasi bermesin untuk berpergian. Seperti di ungkapkan Ivaerina (<http://LbhUnpar.ac.id/2014/02/04/06.22>) “..... *Car Free Day* di Kota Bandung karena kegiatan ini sebenarnya bertujuan untuk mengurangi ketergantungan masyarakat penggunaan kendaraan bermotor atau dengan kata lain mengurangi ketergantungan akan alat transportasi”. Kondisi di perkantoran dan pusat perbelanjaan pun menyediakan fasilitas *lift* ataupun tangga berjalan untuk menunjang mobilitas aktifitas seseorang. Hal ini tentu menjadikan tubuh sangat kekurangan gerak dan malas bergerak. Giriwijoyo (2005, hlm. 37) menyatakan:

Penderita penyakit jantung pada usia 40 tahun ke atas cenderung meningkat. Hasil survei terhadap 800 kepala keluarga menunjukkan pada tahun 1981 penderitanya sebanyak 1,9% dan pada tahun 1986 meningkat menjadi 5,23%. Penyebabnya bukan bawaan, melainkan faktor lain nya seperti merokok, gangguan metabolisme (kolesterol tinggi), tekanan darah tinggi, dan kurangnya latihan jasmani (olahraga).

Padahal dengan berbagai pekerjaan yang menyibukan harus di barengi dengan kondisi fisik yang prima, agar tidak mengganggu produktifitas kerjanya. Meskipun saat ini kesadaran akan kesehatan dan kemampuan tubuh yang prima sudah mulai muncul dari sebagian masyarakat, khususnya masyarakat menengah ke atas, yang sebelumnya lebih memilih mengkonsumsi vitamin atau obat penambah stamina untuk menunjang aktifitas kerjanya, kini mulai beralih dengan memaksimalkan waktu libur nya untuk menyempatkan diri berolahraga.

Namun kesadaran masyarakat akan manfaat gerak olahraga tidak dibarengi dengan pemberian ruang untuk berolahraga, sehingga dapat kembali mengecilkan semangat yang sudah muncul. Tempat yang sulit di jangkau, biaya yang terlalu tinggi, bahkan kondisi ruang terbuka yang banyak terkontaminasi gas buang kendaraan bermotor sehingga mengurangi kenyamanan untuk beraktifitas gerak. Banyak masyarakat yang lebih berasumsi untuk menghindari bahaya paparan gas karbondioksida dari kendaraan bermotor dan memilih diam dirumah tanpa aktifitas olahraga di akhir pekan nya.

Sangat disayangkan jika alasan-alasan sulit tersedianya ruang terbuka, dan pembuangan gas karbon kendaraan bermotor menjadi soal, padahal manfaat yang

dapat dituai dari kegiatan berolahraga lebih banyak. Untuk menghindari polusi udara bahkan banyak masyarakat yang memilih berolahraga ke daerah pinggir perkotaan, seperti lembang dan sekitarnya yang banyak menyediakan fasilitas-fasilitas olahraga rekreasi, namun hal ini kembali bersinggungan dengan besaran kantong yang dimiliki, karena harga yang ditawarkan untuk menebus kesempatan beraktifitas olahraga sembari berekreasi cukup mahal untuk kalangan ekonomi menengah.

Untuk menyiasati masalah kurangnya ruang terbuka, di samping untuk mengurangi tingkat kepadatan lalu lintas dan tingginya tingkat polusi udara, kota-kota besar seperti Jakarta, Surabaya, dan Bandung menyelenggarakan hari bebas kendaraan yang banyak di kenal sebagai *Car Free Day*. Bahkan perogram ini sudah banyak di adopsi oleh kota-kota lain nya di Indonesia. Di kota Bandung sendiri *car free day* dilaksanakan di tiga ruas jalan utama di kota Bandung, yaitu Jl. Ir. H. Juanda (jl. Dago), Jl. Merdeka, dan Jl. Buahbatu.

Car free day cukup diminati masyarakat di kota Bandung, contoh nya di Jl. Ir. H. Juanda (Dago), hampir setiap hari minggu banyak masyarakat yang memadati kawasan Jl. Dago. Banyak kegiatan olahraga yang dilakukan seperti Senam bersama, *jogging*, bersepeda, skateboard, hingga bersepaturoda. Dan juga banyak kegiatan non olahraga yang berjalan, seperti panggung musik, kuis, hingga transaksi jual beli. Tak pelak kegiatan-kegiatan ini banyak menyedot animo masyarakat untuk tidak hanya diam di rumah pada hari minggu pagi nya. Sehingga sangat banyak faktor yang dapat mempengaruhi masyarakat untuk mendatangi kawasan *car free day*, atau bahkan banyak faktor juga yang mempegaruhi masyarakat untuk ikut berolahraga di kawasan *car free day* selain karena kawasan *car free day* terdapat di jalanan utama kota Bandung yang mudah di jangkau, tersedia tempat senam aerobik yang nyaman dan gratis, ataupun bagi komunitas skateboard dan sepatu roda karena kondisi jalanan yang mulus dapat menunjang aktivitas nya.

Keinginan masyarakat untuk mendatangi *car free day* tentu didasari oleh motif, “motif merupakan dorongan, hasrat, keinginan, dan tenaga penggerak lainnya, yang berasal dari dalam diri nya untuk melakukan sesuatu” (Sobur, 267,

hlm. 2009). Adapun salah satu contoh motif adalah lapar, yang akan mendorong orang untuk makan. Sedangkan motivasi merupakan hal yang lebih luas dari motif, setelah seseorang memiliki motif untuk melakukan sesuatu, kemudian di kuatkan oleh motivasi yang dimilikinya untuk melaksanakan hal tersebut.

Sebagai pemanfaatan ruang terbuka di hari libur program *car free day* ini cukup efektif digunakan untuk berolahraga, namun perlu di telisik lebih dalam motivasi yang mendasari masyarakat untuk mengikuti program *car free day*. Karena dalam pelaksanaan *car free day* banyak golongan masyarakat yang ikut bergabung seperti golongan masyarakat usia remaja, dewasa bahkan manula sekalipun banyak turun ke jalanan yang di sediakan pemerintah kota Bandung sebagai wahana untuk beraktifitas pada minggu pagi. Sehingga penulis menyusun penelitian yang berjudul **“Motivasi Masyarakat dalam mengikuti program Car Free Day di Kota Bandung”**

B. Identifikasi Masalah

Kegiatan *Car Free Day* merupakan sebuah wahana ruang terbuka yang sejatinya digunakan masyarakat untuk menikmati udara segar dan terbebas dari gas buang kendaraan di samping untuk mengurangi tingkat kepadatan lalu lintas dan mengurangi paparan gas buang kendaraan bermotor, yang akhirnya mendapatkan efek lanjutan digunakan sebagai ruang terbuka untuk berolahraga bagi masyarakat, yang memang saat ini ketersediaan ruang terbuka sebagai penunjang aktifitas fisik yang murah, meriah dan nyaman sangat sulit untuk di temui. Maka dari itu banyak diselenggarakan aktifitas jasmani di *car free day* seperti senam bersama, sepatu roda, skate board, bersepeda dan kegiatan lain nya. Namun minat masyarakat untuk beraktivitas gerak di kawasan *car free day* tentu sangat perlu untuk di akomodir sehingga akan memberikan daya tarik yang lebih besar bagi masyarakat untuk beraktivitas jasmani di kawasan *car free day*, salah satu cara untuk meningkatkan minat masyarakat mengikuti *car free day* adalah dengan meningkatkan dan memberikan pemaksimalan akan hal-hal yang benar-benar di perlukan oleh masyarakat dalam pelaksanaan *car free day*.

Sehingga perlu kiranya untuk mengetahui motivasi masyarakat dalam mengikuti program *car free day* agar dalam pelaksanaannya pemerintah kota Bandung selaku pemberi kebijakan dapat memberikan layanan yang lebih maksimal dan mampu mengakomodir kebutuhan masyarakat dalam pelaksanaan *car free day*. Sehingga penelitian perlu di laksanakan untuk melihat sejauh mana motivasi masyarakat di Kota Bandung untuk mengikuti program *car free day*, apakah masyarakat mengikuti program *car free day* di dasarkan untuk berolahraga menurut faktor apa yang menjadi motivasi terbesarnya mendatangi kawasan *car free day*. Sehingga apabila motivasi masyarakat yang mengikuti program *car free day* dapat di ketahui, pemerintah kota Bandung dapat memberikan keutamaan dalam hal perbaikan penyelenggaraan *car free day* menyangkut hal-hal utama yang memotivasi masyarakat tersebut. Diharapkan program *car free day* ini benar-benar mampu menjadi motivasi masyarakat untuk beraktifitas jamani dan olahraga, sehingga pemanfaatan ruang terbuka setiap minggu pagi benar-benar tepat sasaran dan dimanfaatkan dengan maksimal oleh masyarakat.

C. Batasan Masalah

Agar penelitian dapat dilakukan lebih mendalam, dan juga karena keterbatasan waktu, tenaga, serta dana yang dimiliki. Maka penelitian akan dilaksanakan di kawasan *car free day* Dago (jl. Ir. H Juanda) karena *car free day* Dago merupakan kawasan *car free day* yang pertama kali di buka di wilayah kota Bandung, yang akhirnya menginspirasi bagi tempat lain nya untuk di selenggarakan *car free day* baik di dalam kota Bandung maupun di luar kota Bandung khusus nya di wilayah Jawa Barat. Sehingga akan lebih banyak masyarakat yang mengenal kawasan *car free day* Dago ketimbang kawasan *car free day* lain nya. Selain itu *car free day* Dago berada di pusat kota Bandung dan memiliki kawasan terpanjang di bandingkan kawasan *car free day* lain nya yang memungkinkan terdapat lebih banyak komunitas, ataupun pengunjung yang mengunjungi kawasan *car free day* Dago. Akses menuju *car free day* dago pun termasuk mudah karena banyak jalan yang mengarah ke *car free day* Dago,

karena tempat nya yang setrategis yakni di wilayah sekitar empat universitas di kota Bandung yakni Unpad, ITB, Unikom, dan ITHB. Sehingga memungkinkan banyak mahasiswa yang bermukim di sekitar Jl. Dago selain masyarakat lain nya yang sengaja mendatangi kawasan *car free day* Dago.

Dalam penelitian ini akan di bahas mengenai motivasi masyarakat untuk mendatangi kawasan *car free day* dan juga mencari faktor-faktor yang dapat menumbuhkan motivasi masyarakat untuk berolahraga di *car free day*. Variabel pada penelitian ini adalah *Car Free Day* sebagai variabel independen dan motivasi masyarakat sebagai variabel dependen.

Pada penelitian ini penelitian akan di fokuskan pada 3 golongan masyarakat yakni remaja, dewasa dan manula, karena penulis berpendapat bahwa ketiga golongan masyarakat ini memiliki kebutuhan yang berbeda dalam dirinya, baik dalam faktor fisiologis, sosial, ataupun faktor-faktor lain nya yang mempengaruhi keberadaan mereka di kawasan *car free day* Dago. Penelitian ini tidak dibatasi oleh jenis kelamin responden. sehingga diharapkan dapat di perhatikan perbedaan motivasi yang mendasari masyarakat berdasarkan golongan umur.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah:

1. Apa yang menjadi motivasi masyarakat remaja untuk mengikuti program *car free day* di Kota Bandung?
2. Apa yang menjadi motivasi masyarakat dewasa untuk mengikuti program *car free day* di Kota Bandung?
3. Apa yang menjadi motivasi masyarakat manula untuk mengikuti program *car free day* di Kota Bandung?

E. Tujuan Penelitian

Secara khusus tujuan penelitian ini adalah:

1. Mengetahui hal-hal apa saja yang menjadi motivasi masyarakat untuk mengikuti program *car free day* di kota Bandung.

2. Mengetahui faktor yang mempengaruhi motivasi masyarakat untuk berolahraga pada program *car free day*.

F. Kegunaan Hasil Penelitian

1. Secara teoritis kegunaan dari penelitian ini adalah untuk menambah wawasan peneliti tentang motivasi yang mendasari masyarakat di Kota Bandung untuk mengikuti program *car free day*, sehingga kelangsungan kegiatan ini dapat di perbaiki untuk meningkatkan efektifitas pelaksanaan *car free day*.
2. Secara praktis kegunaan hasil penelitian ini adalah :
 - a. Bagi Peneliti
Manfaat penelitian ini untuk peneliti adalah penambah pengetahuan tentang bagaimana sebuah Program dapat mempengaruhi tingkat kesadaran masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga. Untuk memanfaatkan waktu luangnya.
 - b. Bagi Pemerintah
Manfaat penelitian ini untuk pemerintah kota Bandung adalah sebagai bahan evaluasi untuk melakukan hal yang lebih baik pada perkembangan *car free day* di kota Bandung. Sehingga dapat menjadi wahana yang lebih baik dan lebih bermanfaat khususnya bagi warga masyarakat kota Bandung itu sendiri.
 - c. Bagi Masyarakat
Melalui penelitian ini diharapkan akan di lakukan evaluasi dan perbaikan oleh pemerintah yang akhirnya akan dirasakan oleh masyarakat umum sebagai dampaknya.
 - d. Bagi Dunia Pendidikan
Di harapkan penelitian ini menjadi sumbangan pemikiran bagi dunia pendidikan agar mampu menciptakan program yang dapat membangkitkan motivasi siswa untuk berolahraga dan mempelajari olahraga. Sehingga dapat merangsang minat siswa untuk mencintai budaya hidup sehat dan budaya bergerak dan mencintai gerak.