

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang Penelitian

Di masa modern ini masyarakat perlu melakukan aktivitas yang baik (teratur) untuk menyehatkan dan melatih tubuhnya dengan berbagai macam cara, salah satunya adalah dengan berolahraga, karena olahraga sangat bermanfaat bagi kesehatan tubuh. Orang yang rutin melakukan olahraga tentu tubuhnya akan sehat sehingga dapat melakukan aktivitas sehari-hari tanpa kelelahan yang berarti. Menurut Kuntarar (2010) :

Olahraga pada masa muda pada umumnya diketahui mempunyai dua keuntungan besar, yaitu dapat membina bakat olahraga untuk menjadi juara, serta memanfaatkan waktu dengan baik dari pada menganggur yang dapat menimbulkan hal yang negatif bagi dirinya maupun masyarakat.

Olahraga kini sudah menjadi kebutuhan masyarakat secara luas, terbukti dari bertumbuhnya pusat-pusat olahraga serta dipenuhinya ruang-ruang publik pada hari libur oleh masyarakat yang berolahraga. Hal ini menunjukkan bahwa olahraga bukan hanya sekedar kebutuhan, namun sudah menjadi gaya hidup. Menurut Giriwijoyo (2007, hlm. 31) Olahraga adalah “serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana yang dilakukan orang dengan sadar untuk meningkatkan kemampuan fungsionalnya”. Dalam berolahraga tiap-tiap individu mempunyai tujuan yang berbeda-beda, ada yang bertujuan untuk prestasi, rekreasi, maupun pendidikan. Hal ini sesuai dengan UU Republik Indonesia bab VI pasal 17 Nomer 3 Tahun 2005 tentang system keolahragaan nasional yang menjelaskan bahwa “ruang lingkup olahraga meliputi kegiatan olahraga pendidikan, olahraga rekreasi dan olahraga prestasi”.

Olahraga dewasa ini begitu banyak digemari oleh seluruh lapisan masyarakat baik itu anak-anak, remaja maupun orang dewasa bahkan orang yang lanjut usia. Salah satu jenis olahraga yang digemari masyarakat adalah olahraga rekreasi. Menurut Aip Syarifuddin dalam jurnal rekreasi olahraga Benjamin menyatakan bahwa olahraga rekreasi adalah “jenis kegiatan olahraga yang dilakukan pada waktu senggang atau waktu luang.” (<http://www.wordpress.com/2017/07/27/20.10>).

Lebih lanjut haryono yang dikutip oleh Subroto *et al.*(2008, hlm.108) menjelaskan bahwa olahraga rekreasi adalah “kegiatan fisik yang dilakukan pada waktu senggang berdasarkan keinginan atau kehendak yang timbul karena memberikan kepuasan dan kesenangan”.

Olahraga rekreasi pun tumbuh dan berkembang di kalangan remaja, remaja merupakan suatu tahap perkembangan dari masa anak-anak menuju masa dewasa akan terjadi perubahan fase kehidupan dalam hal fisik, fisiologis dan sosial (WHO, 2010). Seseorang akan dikatakan sebagai remaja diawali pada usia 11-12 tahun dan berakhir pada usia 18 – 21 tahun (Kaplan, 2008). Usia remaja menurut WHO adalah umur 10-19 tahun (WHO, 2012). Masa remaja ditandai dengan perubahan-perubahan fisik yang berdampak terhadap perubahan psikologis. Tanda-tanda perubahan fisik pada masa remaja terjadi dalam konteks pubertas yakni kematangan organ-organ seks dan kemampuan reproduktif yang bertumbuh dengan cepat (Mar’at, 2008).

Pada dasarnya baik remaja awal, remaja pertengahan ataupun remaja akhir ikut dalam berolahraga rekreasi, akan tetapi itu semua tergantung dari motif yang timbul di setiap individunya. Tindakan atau perilaku manusia selalu ditentukan oleh dua faktor yaitu faktor dari luar dan faktor yang datang dari dalam dirinya sendiri, perilaku yang didorong oleh kekuatan yang ada dalam dirinya sendiri disebut motif. “motif diartikan sebagai pendorong atau penggerak dalam diri manusia yang diarahkan pada tujuan tertentu” (Gunarsa, 1989, hlm.90).

Selain motif Perlu adanya faktor lain untuk penunjang masyarakat untuk bisa berolahraga di waktu luang, menurut Torkildesen Gorge (1992, hlm. 25) waktu luang dapat didefinisikan sebagai terlepas dari segala tekanan (*Freedom from Constraint*), adanya kesempatan untuk memilih (*Opportunity to Choose*), waktu yang tersisa usai kerja (*time left over after more*) atau waktu luang setelah mengerjakan segala tugas yang telah menjadi kewajiban (*free time after obligatory social duties have been met*). Tidak hanya waktu luang, sarana dan prasarana perlu ada untuk mendukung kegiatan masyarakat di waktu luang agar bermanfaat baik untuk diri sendiri maupun orang lain dan berguna untuk masyarakat yang jenuh akan polusi udara kota di saat aktivitas padat, salah

satunya adalah ruas jalan yang dijadikan ruang publik yaitu *Car Free Day*, yang dilaksanakan di Kota Bogor (Jl. Jendral Sudirman) dan Kota Bandung (Jl. Dago). Tidak sedikit masyarakat yang ikut andil dalam kegiatan ini dengan tujuan menurunkan polusi udara, kejenuhan kemacetan kendaraan dan kehijauan Kota.

*Car Free Day* Kota Bogor, dilaksanakan pada hari minggu pukul 06.00-09.00 WIB, 3 jam waktu masyarakat Kota Bogor merasakan udara segar bebas dari polusi kendaraan dan sejenak melupakan kesibukannya, setiap hari minggu pagi masyarakat tumpah ruah di sepanjang jalan Jendral Sudirman, Lapangan Sempur, Museum PETA, Lapangan Basket, Lapangan Voly, dan Lapangan Sepak Bola di lingkungan PUSDIKZI. Selain itu tidak hanya sekedar jogging saja, melainkan banyak sekali masyarakat yang menggunakan waktu ini dengan berbagai aktivitas msialnya : Senam, bersepeda, Sepatu Roda, Skateboard, Jogging dan Jalan Santai. (<http://helloworld.com/2017/08/18/17.33>).

Sedangkan di *Car Free Day* Kota Bandung, masyarakat pun sangat antusias dan beramai-ramai memenuhi sepanjang jalan dago dan lapangan gasibu tepat di depan Gedung Sate. Dilihat dari durasi waktu, *Car Free Day* Kota Bandung di mulai dari pukul 06.00-10.00 WIB, 4 jam waktu untuk masyarakat Kota Bandung merasakan udara segar bebas polusi. Selain jogging, masyarakat memiliki ide-ide yang sangat baik untuk mengundang daya tarik masyarakat lain yang ada di *Car Free Day* Kota Bandung yakni : Senam, Sepatu Roda, Skateboard, Bersepeda, Jogging, *Performance* (Band, break dance, modern dance, Solo Gitar, Paduan Suara, Games).(<http://bandung.panduanwisata.id/2017/08/18/17.35>.)

*Car Free Day* sangat baik di lakukan oleh kalangan usia baik Anak-anak, Remaja, Dewasa, ataupun Usia Lanjut, karena olahraga tidak mengenal batasan usia, akan tetapi pada penelitian ini tertuju khusus pada usia Remaja Akhir. Karna pada dasarnya remaja akhir (18-21 tahun) adalah masa peralihan dimana perubahan secara fisik dan psikologis dari masa kanak-kanak ke masa dewasa (Hurlock, 2003). Dan beragam permasalahan yang ada pada remaja adalah penggunaan alkohol dan obat-obatan terlarang, akhir- akhir ini sudah sangat memperhatikan sudah digalakkan tetapi kasus-kasus penggunaan narkoba ini sepertinya tidak berkurang. Ada kekhasan mengapa remaja menggunakan

narkoba/napza yang kemungkinan alasan remaja menggunakan napza berbeda dengan alasan yang terjadi pada orang dewasa. Santrock (2003) mengemukakan beberapa alasan mengapa remaja akhir mengkonsumsi narkoba yaitu karena ingin tahu, untuk meningkatkan rasa percaya diri, solidaritas, adaptasi dengan lingkungan yang baru. Menurut Monks (2009), masa remaja akhir (18-21 tahun) dengan ciri, pengungkapan identitas diri (mampu beradaptasi cepat dengan lingkungan yang baru), lebih selektif dalam mencari teman sebaya (mampu beradaptasi cepat dengan teman sebaya yang baru dikenalnya), mempunyai citra jasmani dirinya, dapat mewujudkan rasa cinta (cinta dan peduli dalam kebersihan atau kenyamanan lingkungan tersebut) dan mampu berpikir abstrak, oleh karena itu perlunya *Car Free Day* untuk para remaja akhir.

Berdasarkan uraian diatas peneliti ingin membahas tentang: “Perbandingan Motif Berolahraga Remaja Akhir Di *Car Free Day* Kota Bogor Dan Kota Bandung”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis merumuskan permasalahan sebagai berikut:

Apakah terdapat perbedaan motif berolahraga remaja akhir di *Car Free Day* Kota Bogor dan Kota Bandung?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah :

Ingin mengetahui perbedaan motif berolahraga remaja akhir Kota Bogor dan Kota Bandung di *Car Free Day*.

## **D. Manfaat Penelitian**

Dari hasil penelitian ini, peneliti mengharapkan sesuatu yang dapat dimanfaatkan tidak hanya untuk satu pihak, namun juga beberapa pihak yang terkait.

1. Manfaat Teoritis.

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan literatur yang memperkaya khasanah ilmu pengetahuan, kajian pustaka serta penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan bidang keolahragaan.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi kalangan remaja

Manfaat dari hasil penelitian ini adalah sebagai informasi dan masukan mengenai motif berolahraga remaja akhir di *Car Free Day* Kota Bogor dan Kota Bandung.

### b. Mahasiswa

Diharapkan dapat menambah wawasan dan sebagai wahana untuk melatih kemampuan menulis karya tulis ilmiah, disamping itu diharapkan dapat membangkitkan minat mahasiswa lain untuk mengadakan penelitian lebih lanjut dalam bidang olahraga.

## E. Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi skripsi ini berisi tentang uraian penelitian dari setiap bab dan bagian dalam skripsi.

Bab I menjelaskan tentang latar belakang yang mendasari mengambil judul tentang perbandingan motif berolahraga remaja akhir di *Car Free Day*. yakni: Manfaat Olahraga, Kebutuhan Masyarakat, Olahraga Rekreasi, Remaja Akhir, Motif Berolahraga, Waktu Luang, *Car Free Day*, Permasalahan Remaja. Rumusan masalah membahas tentang apakah terdapat perbedaan motif berolahraga remaja akhir di *Car Free Day* Kota Bogor dan Kota Bandung. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan motif berolahraga remaja akhir di *Car Free Day* Kota Bogor dan Kota Bandung.

Bab II menjelaskan mengenai teori-teori yang berkaitan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, terutama variabel penelitian yaitu tentang, motif berolahraga, remaja akhir, *Car Free Day*.

Bab III menjelaskan tentang metode penelitian yang digunakan. Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan metode kausal komparatif. Selain itu pada bab ini juga membahas tentang populasi dan sampel dimana peneliti memakai teknik Kuota Sampling dengan jumlah sampel 100 orang, dengan

pembagian 50 orang di Kota Bogor dan 50 orang di Kota Bandung. Analisis data menggunakan uji statistik *Shapiro-Wilk* untuk menguji normalitas, karena dalam penelitian ini data berdistribusi normal, maka menggunakan uji hipotesis *Parametrik* yang digunakan adalah *Independent Simple Test*. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu angket mengenai motivasi berolahraga yang di adaptasi dari *Sport Motivation Scale (SMS-28)*, Menjelaskan prosedur penelitian yang dilakukan seperti mencari populasi, menentukan sampel, melakukan pengumpulan data dengan cara menyebar angket.

Bab IV ini bertujuan untuk menjawab rumusan permasalahan yang dibuat. Pada bab ini juga dipaparkan pembahasan atas temuan hasil yang didapatkan oleh peneliti. Hasilnya adalah Motif berolahraga remaja akhir memiliki peresentase rata-rata Kota Bogor (90.38) lebih besar dibandingkan Kota Bandung (90.08). dan setelah di uji menggunakan *Independent simple Test* dengan nilai sig. lebih dari  $(0.680) > 0.05$  , maka dari itu  $H_0$  diterima, artinya tidak terdapat perbedaan rata-rata motif berolahraga remaja akhir di *Car Free Day* Kota Bogor dan Kota Bandung.

Bab V, peneliti memaparkan simpulan ataupun rumusan masalah penelitian yang disebutkan di bab I. Hasilnya adalah tidak terdapat perbedaan rata-rata motif berolahraga remaja akhir di *Car Free Day* Kota Bogor dan Kota Bandung. berikut peneliti juga memberikan masukan, saran ataupun rekomendasi agar penelitian selanjutnya lebih baik lagi.