

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Kemajuan globalisasi di era modern seperti ini sudah menjadi tuntutan manusia untuk lebih maju agar dapat memenuhi kebutuhan hidupnya, salah satunya adalah kemajuan ekonomi yang dimana manusia itu sendiri sibuk untuk mencari pekerjaan, namun jam kerja yang semakin bertambah dan tidak diiringi dengan kenaikan upah yang tinggi maka ini menjadi suatu persoalan dalam sumberdaya manusia (SDM). Kewajiban manusia untuk bekerja secara maksimal menjadi tuntutan untuk kebutuhan hidupnya, bekerja keras tanpa mengenal waktu untuk mendapatkan hasil yang maksimal. Era Globalisasi pekerjaan dalam arti luas adalah aktivitas utama yang dilakukan oleh manusia, pekerjaan secara umum didefinisikan sebagai sebuah kegiatan aktif yang dilakukan oleh manusia. Dalam arti sempit, istilah pekerjaan digunakan untuk suatu tugas atau kerja yang menghasilkan sebuah karya bernilai imbalan dalam bentuk uang bagi seseorang. Dalam pembicaraan sehari-hari istilah pekerjaan dianggap sama dengan profesi.

Indonesia khususnya ibu kota Jakarta adalah sebagai pusat Pemerintahan serta perekonomian Negara. Oleh karena itu, tergolong sebagai masyarakat urban, jam kerja di Jakarta tergolong cukup padat. Kepadatan jam kerja memang masih bisa dibagi ke beberapa golongan seperti jam kerja para buruh, pedagang, serta para pegawai. Kepadatan jam kerja para pegawai yang diklaim sebagai jam kerja paling padat diantara jenis pekerjaan lainnya.

Sebagai contoh adalah jam kerja para Pegawai Negeri Sipil di sektor-sektor departemen dan pemerintahan, jam masuk dan mulai kerja mereka adalah jam 8 pagi, serta mereka dapat pulang pada jam 5 sore. Ini berarti jam kerja mereka sehari adalah 9 jam. Tetapi Sembilan jam tersebut tetap dipotong waktu istirahat selama 1 jam yang berarti durasi para PNS bekerja adalah 8 jam.

Di Indonesia sistem pergeseran jam kerja yang banyak digunakan menurut Dedy Londong dalam (Blogger.com, 2014, *Kepuasan Pelanggan*, <http://dedylondong.blogspot.co.id/2012/04/kepuasan-pelanggan-customer.html#>, diakses Tanggal 25 Mei 2016) adalah penjadwalan kerja yang biasa digunakan antara lain empat (4) grup tiga (3) Shift.

“Penjadwalan model ini digunakan untuk aktivitas manufacture selama 24 jam sehari dan beroperasi penuh selama sepanjang tahun, terhenti pada hari besar Idul fitri dan tahun baru”.

Besarnya output produksi yang ditetapkan yang menuntut aktivitas ini berlangsung terus. Karyawan terbagi ke dalam 4 Grup, bekerja selama 5 hari kerja dengan working hours 7 + 1. Pergantian Shift dari 3 ke 1, karyawan mendapat libur 2 hari. Model ini menyebabkan Hari Libur karyawan tidak menentu.

Aspek positifnya adalah memberikan lingkungan kerja yang sepi khususnya pergeseran kerja malam dan memberikan waktu libur yang banyak. Sedangkan aspek negatifnya adalah penurunan kinerja, keselamatan kerja dan masalah kesehatan. Kinerja menurun selama pergeseran jam kerja malam yang diakibatkan oleh efek fisiologis dan efek psikososial. Menurunnya kinerja dapat mengakibatkan kemampuan mental menurun yang berpengaruh terhadap perilaku kewaspadaan pekerjaan seperti kualitas kendali dan pemantauan.

Tidak semua orang dapat menyesuaikan diri dengan sistem pergeseran jam kerja. Pergeseran jam kerja membutuhkan banyak sekali penyesuaian waktu, seperti waktu tidur, waktu makan dan waktu berkumpul bersama keluarga. Secara umum, semua fungsi tubuh berada dalam keadaan siap digunakan pada siang hari. Sedangkan pada malam hari adalah waktu untuk istirahat dan pemulihan sumber daya (energi). Individu dengan tipe siang adalah individu yang bangun tidur lebih pagi dan tidur malam lebih awal dari rata-rata populasi. Jika seorang karyawan tidak dapat menyesuaikan diri dengan sistem pergeseran kerja seperti ini, dapat menimbulkan ketidakefektifan dalam bekerja yang akan mempengaruhi sikapnya terhadap pekerjaan mereka. Namun tidak semua karyawan yang mendapatkan jadwal sistem pergeseran jam kerja dalam bekerja merasakan hal tersebut.

Keadaan pada setiap pergantian jadwal jam kerja berbeda-beda tidak semua individu merasakan kepuasan kerja pada peralihan kerja yang dijalani. Individu merasakan kepuasan terhadap pekerjaannya apabila dirinya melakukan pekerjaan dengan baik dengan tingkat kesalahan yang kecil, selain itu kerjasama kelompok dalam menyelesaikan pekerjaannya dapat mempengaruhi individu dalam merasakan kepuasan terhadap pekerjaannya. Kelompok yang dapat bekerjasama dengan baik dan memiliki hubungan yang harmonis antar karyawan lainnya cenderung dapat melakukan pekerjaan dengan baik sehingga hasil dari pekerjaannya tersebut dapat memberikan kepuasan terhadap diri karyawan. Biasanya kepuasan

Achmad Munawar, 2017

**MINAT DAN MOTIF PARA PEKERJA TERHADAP OLAHRAGA DI KOTA BANDUNG**  
(Study Deskriptif pada para Pekerja PT. Pos Indonesia MPC di Kota Bandung)  
universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

kerja yang dialami karyawan, apabila mereka mendapatkan jadwal dengan shift pagi atau siang. Ketika menjalani shift pagi atau siang, individu dan kelompoknya masih memiliki konsentrasi dan tingkat kefokusannya yang baik sehingga ketelitian dalam menyelesaikan pekerjaannya dapat mengurangi kesalahan atau kelalaian.

Sebaliknya seorang karyawan yang merasakan ketidakpuasan terhadap pekerjaannya sebagian besar ketika dihadapkan pada jadwal shift malam. Rasa kantuk yang sering dialami dirinya dan rekan kelompoknya dapat membuat tingkat konsentrasi menurun dan kurang fokus dalam melakukan pekerjaannya. Menurunnya konsentrasi dan kurang fokusnya pada diri individu seringkali membuat individu tidak teliti dalam melakukan pekerjaannya yang mengakibatkan tingkat kesalahan atau kelalaian semakin besar. Sehingga hasil dari pekerjaan yang mereka lakukan tidak memberikan kepuasan pada diri mereka terhadap pekerjaannya.

Kesehatan merupakan sesuatu yang sangat berharga yang harus dijaga agar kita dapat terus bertahan hidup di dunia ini. Di tengah sibuknya aktifitas yang selalu menuntut untuk terus bekerja secara fokus hingga 8 jam/hari terkadang membuat stress. Kejadian seperti ini menjadi problematika yang di alami oleh sebagian besar penduduk Indonesia yang bekerja, mereka tidak sempat memikirkan kesehatannya. Pola kehidupan yang semakin tidak teratur tentu sangat berbahaya dalam jangka panjang. Karena kesehatan itu tidak dapat dibeli dengan uang. Oleh karena itu, kita harus selalu menjaga kesehatan. Salah satu cara menjaga kesehatan ialah dengan berolahraga secara teratur. Selain olahraga, pola hidup juga dapat mempengaruhi kesehatan. Olahraga merupakan kegiatan yang menyehatkan dilakukan sedemikian rupa sehingga jantung cukup terbebani. Walaupun olahraga itu penting, tetapi masih banyak orang yang belum menyadarinya.

Banyak penyakit yang bersumber dari pola hidup yang salah, seperti kurang bergerak dan berolahraga, serta kurang istirahat dan lupa makan. Orang-orang beralasan, mereka terlalu sibuk untuk berolahraga. Padahal olahraga sangat dibutuhkan bagi tubuh manusia. Olahraga juga dapat menghilangkan stres, yoga misalnya, olahraga ini dapat menimbulkan ketenangan batin. Oleh karena itulah, dalam penelitian ini akan dituliskan betapa pentingnya berolahraga, agar masyarakat sadar dan merubah pola hidupnya. Banyak orang yang tidak sadar akan pentingnya olahraga. Namun banyak juga yang sadar, tapi ada saja alasan mereka untuk tidak berolahraga. Alasannya beragam, ada yang sibuk, malas, dan ada juga yang bilang olahraga itu hanya membuang-buang tenaga dan waktu saja.

Achmad Munawar, 2017

**MINAT DAN MOTIF PARA PEKERJA TERHADAP OLAHRAGA DI KOTA BANDUNG**  
(*Study Deskriptif pada para Pekerja PT. Pos Indonesia MPC di Kota Bandung*)  
universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Kemajuan jaman seperti ini orang terlalu sibuk dengan pekerjaannya dan lupa atau terlalu lelah untuk berolahraga. Padahal olahraga itu sangat penting sekali bagi kesehatan tubuh manusia. Di saat sehat, hal ini memang tidak terasa, tetapi jika sudah terserang penyakit barulah kita menyadari pentingnya olahraga. Jarang berolahraga membuat distribusi oksigen ke seluruh tubuh terganggu. Dampaknya, otot tubuh akan kekurangan oksigen sehingga membuat badan terasa pegal-gegal dan kaku. Kekurangan oksigen juga membuat kerja otak tidak maksimal sehingga mudah pusing dan susah konsentrasi. Sebagai mana yang dijelaskan menurut Giriwijoyo (2010, hlm. 41) bahwa: Olahraga adalah “Serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana yang dilakukan orang dengan sadar untuk meningkatkan kemampuan fungsionalnya”.

Uraian-uraian penjelasan di atas memunculkan rasa ketertarikan penulis untuk melakukan suatu kajian ilmiah melalui penelitian yang berjudul **”MINAT DAN MOTIF PARA TERHADAP OLAHRAGA DI KOTA BANDUNG ”**.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan di atas, dapat di rumuskan permasalahan secara umum yaitu :

1. Bagaimana minat para pekerja terhadap olahraga di Kota Bandung?
2. Bagaimana motif para pekerja terhadap olahraga di Kota Bandung?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan judul penelitian yang penulis ajukan, maka masalah yang teridentifikasi dalam penelitian ini adalah untuk:

1. Untuk mengetahui seberapa besar minat para pekerja pada kegiatan olahraga.
2. Untuk mengetahui seberapa besar motif para pekerja pada kegiatan olahraga.

## **D. Manfaat Penelitian**

Kegunaan penelitian ini dibagi menjadi kegunaan secara teoretis dan secara praktis. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Secara teoretis Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai masukan bagi pihak berkepentingan, antara lain :

Achmad Munawar, 2017

**MINAT DAN MOTIF PARA PEKERJA TERHADAP OLAHRAGA DI KOTA BANDUNG**  
*(Study Deskriptif pada para Pekerja PT. Pos Indonesia MPC di Kota Bandung)*  
 universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai pentingnya olahraga bagi para pekerja.
  - b. Penelitian ini dapat dijadikan sumbangan informasi dan keilmuan yang berarti bagi lembaga atau organisasi yang terkait.
2. Secara praktis

Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai masukan bagi pihak berkepentingan, antara lain :

- a. Diharapkan penelitian ini dapat mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kurangnya minat dan motif para pekerja terhadap olahraga di kota Bandung.
- b. Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi lembaga-lembaga terkait untuk dapat memperhatikan lagi masalah pemahaman tentang pentingnya berolahraga.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi serta sumbangan ilmu pengetahuan dan wawasan bagi para pekerja tentang pentingnya berolahraga bagi kesehatan.

### **E. Batasan Penelitian**

Berdasarkan pada rumusan masalah diperoleh gambaran dimensi yang begitu luas. Namun menyadari adanya keterbatasan waktu dan kemampuan, maka penulis memandang perlu memberi batasan masalah secara jelas dan terfokus. Nazir (1988, hlm. 73) menjelaskan bahwa batasan penelitian adalah:

Memberikan imitasi dari area atau scope atau sejauh mana penelitian deskriptif tersebut akan dilaksanakan. Termasuk didalamnya daerah geografis dimana penelitian akan dilakukan, batasan-batasan kronologis, ukuran tentang dalam dangkal serta seberapa utuh penelitian itu akan dijangkau.

Berdasarkan pendapat di atas, maka penulis membatasi beberapa masalah yang akan diteliti sebagai berikut:

1. x1 = minat
2. x2 = motif
3. Para pekerja PT. Pos Indonesia terhadap olahraga

Achmad Munawar, 2017

**MINAT DAN MOTIF PARA PEKERJA TERHADAP OLAHRAGA DI KOTA BANDUNG**  
*(Study Deskriptif pada para Pekerja PT. Pos Indonesia MPC di Kota Bandung)*  
 universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Objek penelitian dibatasi hanya pada para pekerja PT. Pos Indonesia di Kota Bandung.

## F. Struktur Organisasi Penulisan

Sistematika penulisan yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. **BAB I**, bab ini menjelaskan mengenai latar belakang masalah, rumusan masalah tujuan penelitian, manfaat penelitian, batasan masalah penelitian, definisi operasional, struktur organisasi penulisan. Pada bagian ini peneliti membuat kerangka mulai dari permasalahan yang akan diteliti hingga maksud tujuan dilakukannya penelitian.
2. **BAB II**, bab ini berisi uraian landasan teori dari para ahli yang mendasari minat dan motif para pekerja terhadap olahraga di Kota Bandung.
3. **BAB III**, bab ini berisi uraian tentang metode penelitian yang digunakan, populasi dan sampel penelitian, desain penelitian, instrumen penelitian, teknik pengumpulan data, prosedur dan analisis data.
4. **BAB IV**, bab ini menjelaskan mengenai deskripsi obyek penelitian serta analisis data dan pembahasan yang dilakukan, sesuai dengan instrumen penelitian yang digunakan.
5. **BAB V**, bab terakhir ini berisi kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan dan saran-saran yang berhubungan dengan penelitian bagi pihak instansi yang berkaitan dengan permasalahan yang diteliti.