

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Partisipasi dalam olahraga dapat memberikan manfaat secara psikologis dan fisiologis. Ahmed et al., (2017, hlm. 2) *“Sport participation and physical activity protect against and reduce symptoms of depression and anxiety, delay cognitive decline, increase self-esteem and feelings of energy, and contribute to the overall quality of life”*. Melalui partisipasi olahraga dan aktivitas fisik dapat melindungi, mengurangi gejala depresi, kegelisahan, menunda penurunan kognitif, meningkatkan harga diri, perasaan energi, dan berkontribusi dalam kualitas hidup. Manfaat fisik dan psikososial dari partisipasi olahraga ini tergambarkan melalui penegasan bahwa olahraga memainkan peran penting dalam mempromosikan kesehatan dan kesejahteraan di antara anak-anak dan orang dewasa (Hoffman, 2005, hlm. 149). Ada beberapa bukti yang menunjukkan bahwa kesehatan fisik dan kesejahteraan dapat ditingkatkan melalui partisipasi dalam olahraga, yang sifatnya tidak perlu kompetitif, agresif, atau sifatnya hanya 'berkeringat'. Banyak orang berpartisipasi dalam olahraga dengan berbagai alasan dan pilihan, dan memungkinkan juga untuk berkompetisi, relaksasi, untuk melepaskan diri dari kesibukan keseharian, mungkin juga untuk alasan sosial. Orang berpartisipasi dalam olahraga yaitu untuk membedakan diri dan untuk mencerminkan status dan prestise mereka (Booth & Loy, 1999, hlm. 1).

Bersepeda merupakan kegiatan yang melibatkan fisik dan psikososial. Bersepeda adalah salah satu olahraga terpopuler di kalangan pria dan wanita (Leslie et al., 2004, hlm. 379). Hal ini disebabkan karena bersepeda merupakan kegiatan yang dapat dilakukan di luar ruangan, merileksasikan diri, merasakan suasana alam, dan rekreasi. Turner, et.al (2006, hlm. 20) *“Bicycling and walking are clearly popular activities, whether for sport, recreation, exercise, or simply for relaxation and enjoyment of the outdoors”*. Oleh karena itu banyak orang berpartisipasi dalam bersepeda karena dirasakan memiliki efek dalam pengembangan diri, seperti partisipasi olahraga yang dilakukan oleh kaum muda maka akan membentuk karakter kesehatan secara sosial cara yang diinginkannya,

sementara olahraga memberi kesempatan bimbingan bagi orang dewasa sebagai teladan dalam perkembangan positif. *“Sport participation, physical activity and social capital have been at the center of academic and policy interest for their positive effects on mental health”* (Coakley, Donnelly, Darnell, Wells, & Coakley, 2007; Hartmann, 2003; Hartmann & Depro, 2006, 2015, hlm. 2). Melalui partisipasi olahraga, aktivitas fisik dan modal sosial telah menjadi pusat minat akademis dan kebijakan dalam memberikan efek positif terhadap kesehatan mental. *“Active participation in physical activity promotes the development of positive habits, enhances healthy lifestyles, have implications for health and provide psychological health benefits”* (Haskell, Lee, Pate, Powell, & Blair, 2007, hlm. 6).

Pada masyarakat modern telah terjadi penurunan yang tajam kebiasaan seseorang beraktifitas fisik. Berdasarkan pengamatan awal pada observasi lapangan, bahwa di Kota Bandung dengan keberagaman masyarakat menjadikan setiap kegiatan penuh dengan kesibukan, oleh karena itu terjadi kesenjangan dalam hal interaksi sosial antar individu dengan individu, ataupun kelompok dengan kelompok pada saat kegiatan bersepeda, dan di dasari oleh rasa ingin di akui dalam sebuah komunitas menjadikan seseorang untuk menunjukkan kemampuannya dalam menyelesaikan tantangan, dibarengi dengan kemunculan dan penggunaan teknologi yang berlebihan, orang menjadi terlalu asik terlibat dalam pekerjaannya, sehingga aktivitas fisik dan partisipasi dalam berolahraga menjadi jarang dilakukan. Ini merupakan salah satu penyebab utama seseorang menjadi anti sosial, kurangnya aktifitas gerak, hingga mudahnya terserang penyakit. Sekarang ini banyak orang yang mengalami kekurangan aktifitas gerak berolahraga, sehingga meningkatnya penyakit obesitas di masyarakat (Coakley, 2015). Orang yang bekerja berjam-jam dan dibatasi oleh waktu yang intens, hampir tidak mungkin berolahraga yang intensif seperti bersepeda, tapi mungkin lebih memilih kebugaran, mereka berasumsi bahwa partisipasi dalam bersepeda, berenang, dan berlari merupakan kegiatan yang tidak terorganisir. Kegiatan bersepeda paling banyak disukai dan paling sering dipraktikkan karena memungkinkan seseorang untuk berpartisipasi, berlatih, dan rekreasi. Olahraga ini, hampir terlepas dari waktu dan tempat tertentu, oleh karena itu olahraga ini

bisa dilakukan hampir di mana saja dan kapan saja (Breuer et al., 2011, hlm. 269-286).

Melihat fenomena di Indonesia baru-baru ini mencatat, bahwa kegiatan yang sifatnya aktifitas fisik dihadirkan pada nuansa ‘ramah lingkungan’ menjadi diprioritaskan., sekarang ini banyaknya aktifitas fisik yang dilakukan melalui olahraga bersepeda, karena bersepeda mampu berperan dalam hal sosial, kesehatan, pengurangan polusi lingkungan (Cochoy, Hagberg, & Canu, 2015, hlm. 2268). Pada praktik bersepeda sudah tentu mempunyai beragam tujuan, memiliki rentang waktu yang bervariasi, mempunyai ritme, mengekspresikan gaya dan mode tertentu, serta memanfaatkan teknologi, dan melewati berbagai jenis ruang (Cook & Edensor, 2014, hlm. 3). Namun pada kenyataannya angka partisipasi olahraga di Indonesia masih sangat rendah. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa pada tahun 2015, jumlah masyarakat yang rutin berolahraga belum mencapai sepertiga dari total penduduk, hanya 27,61 persen penduduk Indonesia yang melakukan olahraga minimal sekali dalam seminggu. Hal ini berarti dari 100 penduduk Indonesia berumur 10 tahun ke atas, hanya sekitar 28 orang yang aktif berpartisipasi dalam kegiatan olahraga, sedangkan 72 orang lainnya tidak rutin berolahraga. Fenomena ini menunjukkan bahwa partisipasi masyarakat Indonesia dalam berolahraga secara umum relatif masih rendah.

Belakangan ini aktifitas bersepeda menjadi kegiatan yang banyak dilakukan oleh masyarakat di Kota Bandung, dengan adanya beberapa komunitas di Kota Bandung diantaranya yaitu Salasa Kahiji, BHHH, Bandung MTB, Komunitas Seli, Bandung BMX, Fixie Gear, Jarambah, dan lain-lain. Beragamnya komunitas sepeda, terdiri dari pesepeda yang bertujuan untuk *cycle messengers*, penikmat tanjakan, rekreasi di pedesaan, perkotaan, dan *commuter* (Cook & Edensor, 2014, hlm. 3). Setiap komunitas mempunyai jadwal masing-masing dalam kegiatannya serta komunitas tersebut mempertimbangkan untuk merekrut anggotanya, dalam hal ini seperti kesamaan pada tipe sepeda, kelas sosial, latar belakang ras. maka dari itu kesempatan untuk berpartisipasi dengan komunitas terbatas. Pertimbangan tersebut berasal dari rasa pengakuan baik dari diri sendiri ataupun individu yang lain, hal ini berasal dari *self esteem* seseorang, Adapun

kondisi di dalam komunitas itu sendiri, seringkali anggota dalam komunitas itu menunjukkan dirinya untuk di akui, mendominasi pembicaraan pada saat kumpul bersama komunitasnya. menjadikan hal yang sifatnya pemisahan diri terhadap beberapa orang yang dianggap berbeda dengan tipe atau jenis sepeda yang digunakannya. Berger, et.al, (2008, hlm, 272) "*Individuals with a higher income are more likely to participate in sports.* Individu dengan penghasilan tinggi lebih cenderung untuk berpartisipasi dalam kegiatan olahraga, hal ini untuk menunjukkan ketidaksetaraan dalam partisipasi olahraga antara berbagai kelompok di masyarakat (Humphreys & Ruseski, 2007). Seperti pada penelitian sebelumnya, menemukan bahwa usia, jenis kelamin, kelas sosial, dan latar belakang ras mempengaruhi partisipasi olahraga dan juga kecacatan (Sport England, 2002, hlm. 1).

Kegiatan bersepeda yang dilakukan oleh komunitas sepeda di Kota Bandung, sudah menjadi gaya hidup bagi masyarakatnya, dalam satu minggu komunitas sepeda itu sudah mempunyai aktifitas rutin, seperti agenda yang rutin dilakukan oleh komunitas Selasa Khiji, Bandung MTB, dan Bike to Work. Dari kegiatan rutin tersebut mereka mempunyai tujuan masing-masing, baik itu dengan tujuan olahraga, pergi bekerja, dan rekreasi. Fincham, (2006, hlm. 209) "Bersepeda itu bukan sekadar gaya hidup tetapi menjadi bagian dari hidup karena bersepeda akan membuat tubuh sehat, memiliki aspek sosial dan menjaga lingkungan,"

Dalam hasil penelitian lain menemukan, bahwa partisipasi dalam olahraga membantu mengembangkan harga diri dan meningkatkan orientasi tujuan (Sonstroem, 1984, hlm. 123). Bersepeda juga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis secara signifikan dalam hal mengurangi stress. Hal ini juga memberikan kesempatan bagus untuk bersosialisasi dengan orang-orang seperti bertukar pikiran, informasi dan *social networking*. Dengan mempunyai jaringan sosial, maka hal ini mengacu pada hubungan antara individu atau kelompok dan dapat dianggap sebagai elemen struktur sosial. Jaringan sosial formal termasuk yang dikembangkan melalui organisasi formal seperti organisasi sukarela dan asosiasi, dan jenis jaringan ini khususnya pusat konsepsi tentang modal social

(Baum & Ziersch, 2003, hlm. 321). Bergabung dengan klub sepeda lokal adalah cara yang baik untuk bertemu orang dan teman baru.

Penelitian ini bertujuan untuk melengkapi dalam penelitian-penelitian sebelumnya, yaitu bagaimana hubungan tingkat partisipasi olahraga bersepeda interaksi sosial dan *self esteem* saling terkait.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang penelitian dan identifikasi masalah di atas maka dapat dirumuskan pertanyaan penelitian yaitu:

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat partisipasi dengan kualitas interaksi sosial pada komunitas sepeda?
2. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat partisipasi dengan *self esteem* pada komunitas sepeda?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas interaksi sosial dengan dengan *self esteem* pada komunitas sepeda?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan dari variable penelitian diantaranya:

1. Untuk melihat hubungan antara tingkat partisipasi komunitas sepeda terhadap kualitas interaksi sosial.
2. Untuk melihat hubungan antara tingkat partisipasi komunitas sepeda terhadap *Self Esteem*.
3. Untuk melihat hubungan antara kualitas interaksi sosial dengan dengan *self esteem* pada komunitas sepeda.

D. Manfaat Penelitian

Penulis berharap penelitian ini dapat berguna dan bermanfaat baik secara teori maupun praktis.

1. Secara Teoritis
 - a. Dapat memberikan kontribusi terhadap pemahaman ilmiah mengenai tingkat partisipasi bersepeda, kualitas iteraksi social, dan *self esteem*. Hasil penelitian ini dapat memberikan dukungan positif bagi teori-teori sebelumnya yang menyatakan tingkat partisipasi komunitas sepeda berpengaruh terhadap interaksi sosial dan *self esteem*.

- b. Sebagai pustaka bagi penelitian selanjutnya, sehingga adanya pengembangan dari hasil penelitian ini.
 - c. Sebagai sumber bacaan baik bagi kalangan akademisi.
2. Secara Praktis
- a. Dengan adanya penelitian ini, maka dapat dijadikan sebagai sumber data untuk pengembangan penelitian selanjutnya.
 - b. Penelitian ini memberikan pengalaman nyata pada komunitas sepeda kota Bandung sehingga memberikan pemahaman kepada mereka akan pentingnya partisipasi bersepeda, sehingga tercapai interaksi sosial dan *self esteem*.

E. Struktur Organisasi Tesis

Struktur organisasi penulisan dalam tesis ini berdasarkan pedoman penulisan karya ilmiah UPI. BAB I Pendahuluan akan menjelaskan mengenai latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi tesis. BAB II kajian pustaka akan menjelaskan konsep-konsep atau teori-teori partisipasi, interaksi sosial, dan *self esteem*. Serta akan dijelaskan mengenai penelitian terdahulu yang relevan, kerangka berfikir, dan hipotesis. BAB III metode penelitian akan menjelaskan mengenai desain penelitian, partisipan, populasi, sampel, instrument penelitian, prosedur penelitian, dan analisis data. BAB IV temuan dan pembahasan akan menjelaskan mengenai pengolahan dan analisis data, serta hasil penelitian dan pembahasan yang berisikan tentang analisis temuan. BAB V simpulan, implikasi dan rekomendasi akan menyajikan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis temuan penelitian sekaligus mengajukan hal-hal penting yang dapat dimanfaatkan dari hasil penelitian tersebut.