

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar belakang

Aktivitas olahraga sering dilakukan oleh masyarakat meskipun jenis olahraga yang dilakukan berbeda – beda, setiap akhir pekan banyak masyarakat yang mengisi kegiatannya dengan berolahraga, olahraga yang dilakukan beragam sesuai motivasi berdasarkan keinginannya masing – masing seperti yang dikatakan (Hancock, Hary, & Müller, 2012) Motivasi adalah kekuatan pendorong dalam desain dan penciptaan alat, Manusia tidak membuat artefak tanpa tujuannya, dan manusia menggunakan alat untuk kegiatan yang bermakna bagi mereka. Ada bukti meyakinkan yang menunjukkan pentingnya aktivitas fisik dalam promosi kesehatan (Jaakkola, Liukkonen, Laakso, & Ommundsen, 2008) Meski studi sudah menyarankan bahwa aktivitas fisik di masa kecil dikaitkan dengan aktivitas fisik di usia dewasa (Jaakkola et al., 2008), peran intrapersonal, sosial dan faktor lingkungan yang mendasari stabilitas gaya hidup aktif secara fisik sebagian besar tidak jelas (Hausenblas, Nigg, Downs, Fleming, & Connaughton, 2002)

Menurut teori penentuan nasib sendiri (Deci & Ryan, 2000) individu memiliki kebutuhan bawaan untuk menjadi kompeten, otonom, dan terkait secara sosial. Kebutuhan ini memimpin orang untuk mencari perilaku yang menumbuhkan kompetensi mereka, otonomi dan keterkaitan sosial, pada gilirannya mempengaruhi motivasi dan perilaku mereka, Motivasi dianggap mencerminkan yang berbeda tingkat penentuan nasib sendiri, mulai dari sebuah kontinum dari amotivas, hingga empat berbagai jenis motivasi ekstrinsik, motivasi intrinsik yang sebenarnya. Jenis motivasi ekstrinsik adalah motivasi ekstrinsikasi, regulasi introject, regulasi yang teridentifikasi, dan regulasi terintegrasi (Deci & Ryan, 2000) penjelasan dari ke empat jenis motivasi tersebut ada di halaman 11. Motivasi intrinsik mengacu pada perilaku terlibat untuk dirinya sendiri, dan kesenangan dan kepuasan yang berasal dari partisipasi (Deci & Ryan, 2000) Pendekatan yang agak baru untuk memahami intrinsik, ekstrinsik dan amotivasi makna dari motivasi yang menjadi acuan untuk sebuah penelitian

Model hierarkis motivasi intrinsik-ekstrinsik (Guay, Boggiano, & Vallerand, 2001) Model ini menunjukkan bahwa motivasi muncul pada tiga tingkatan terstruktur hierarkis tingkat motivasi situasional, kontekstual, dan global. Motivasi situasional muncul dari pengaruh langsung dari variabel situasional, kontekstual motivasi mencerminkan determinan dan hasil dari tingkat yang lebih umum intrinsik, ekstrinsik dan amotivasi terhadap konteks kehidupan tertentu seperti pendidikan olahraga. Akhirnya, motivasi global berarti kecenderungan pribadi motivasi secara umum terhadap kehidupan (Guay et al., 2001) Menurut model ada efek top-down dari tingkat motivasi yang lebih tinggi ke tingkat motivasi yang lebih rendah berikutnya dalam hierarki.

Tidak hanya akhir pekan banyak juga masyarakat yang membuat jadwal tertentu untuk berkumpul melakukan aktivitas olahraga dalam sepekan ada 3 sampai 4 kali di luar rutinitas sehari – hari yang dilakukan masyarakat , namun pada hakikatnya tujuan berolahraga yaitu untuk mencapai tujuan yang sama yaitu mencapai kebugaran Hal tersebut sejalan dengan pendapat (Mutohir.C, 2005) bahwa hakekat olahraga adalah sebagai refleksi kehidupan masyarakat suatu bangsa.

Masyarakat perlu melakukan olahraga selain untuk menjaga kebugaran tubuh olahraga juga dapat kembali menyegarkan badan setelah banyak aktivitas pasif yang dilakukan sehari – hari , Banyak manfaat melakukan aktivitas olahraga diantaranya adalah akan membuat pikiran lebih bisa berkonsentrasi lagi dibandingkan orang yang jarang berolahraga sesuai dengan pepatah, didalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat.

Salah satu aktivitas olahraga yang sering dilakukan masyarakat adalah olahraga rekreasi. Olahraga rekreasi biasanya tidak dituntut untuk berprestasi. Olahraga rekreasi dilakukan hanya untuk mengisi waktu luang saja, hal ini diperkuat oleh pernyataan (Syarifuddin & Muhadi, 2002), yang menyatakan bahwa olahraga rekreasi adalah “jenis kegiatan olahraga yang dilakukan pada waktu senggang atau waktu-waktu luang”. Olahraga rekreasi dapat dilakukan oleh semua jenis usia, jenis kelamin, dan jenis pekerjaannya. (Sudiby, 1989, p. 108) menjelaskan bahwa olahraga rekreasi adalah “kegiatan fisik yang dilakukan pada waktu senggang berdasarkan keinginan atau kehendak yang timbul karena memberikan kepuasan dan kesenangan”.

Senam adalah latihan tubuh yang dipilih dan diciptakan dengan berencana, disusun secara sistematis dengan tujuan membentuk dan mengembangkan pribadi secara harmonis (Margono, 2009) Senam dapat diartikan sebagai setiap bentuk latihan fisik yang disusun secara sistematis dengan melibatkan gerakan-gerakan yang terpilih dan terencana untuk mencapai tujuan tertentu (Sutrisno & Khadafi, 2014, p. 60) semua senam dan aktivitas olahraga ringan tersebut sangat bermanfaat untuk menghambat proses degeneratif/penuaan. Orang melakukan senam secara teratur akan mendapatkan kesegaran jasmani yang baik yang terdiri dari unsur kekuatan otot, kelenturan persendian, kelincahan gerak, keluwesan, *cardiovascular fitness* dan *neuromuscular fitness*. Manfaat senam yaitu seseorang dapat memiliki bentuk tubuh yang ideal, diantaranya indah, bugar, dan kuat (Sutrisno & Khadafi, 2014) Sedangkan menurut (Mahendra, 2000, p. 104) manfaat senam meliputi manfaat fisik dan mental serta sosial.

Motif seringkali diistilahkan sebagai dorongan atau kekuatan yang ada di dalam dirinya sendiri. Dorongan atau tenaga tersebut merupakan gerak jiwa dan jasmani untuk berbuat. Motivasi merupakan salah satu hal yang sangat penting diperhatikan dalam berolahraga, karena hal ini sangat mempengaruhi kinerja seseorang yang melakukan olahraga tersebut Motivasi penting karena dengan motivasi ini diharapkan setiap seseorang yang berolahraga mau bekerja keras dan antusias untuk mencapai kebugaran jasmani yang memadai Menurut (Ibrahim, 2008) bahwa “Motivation is the desire within an individual that stimulate him or her to action”. Motivasi adalah “hasrat di dalam diri seseorang yang mendorong untuk bertindak”.

Seperti di kota Bandung setiap akhir pekan banyak masyarakat melakukan aktivitas olahraga seperti di Sagarua di Gasibu ataupun di Sabuga dari usia anak-anak Remaja sampai dewasa maupun Lansia semua berkumpul di tempat sarana olahraga untuk melakukan aktivitas olahraga Contoh nya seperti di Sagarua terdapat sarana track jogging dan ada juga track sepeda kemudian dilengkapi alat fitness gerak fasilitas umum yang bisa digunakan oleh masyarakat, tidak hanya disetiap pekan di hari – hari biasapun banyak masyarakat yang melakukan aktivitas olahraga yang sudah terjadwal seperti lansia mengadakan senam di hari kamis dan para anak-anak melakukan aktivitas permainan bola kecil dan para remaja banyak yang aktif melakukan olahraga sepeda, kemudian di Gasibu terdapat fasilitas sarana

olahraga yang bisa di manfaatkan oleh masyarakat kota Bandung adanya track Jogging lapangan hijau maupun tempat untuk sekedar bersantai menikmati udara segar dan melakukan olahraga ringan, begitupun di sabuga terdapat fasilitas olahraga yang bisa digunakan oleh masrakat umum disana ada bermacam jenis olahraga yang bisa dilakukan oleh masyarakat kemudian dari gambaran tersebut penulis bertujuan ingin mengetahui gambaran motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga berdasarkan gaya hidup mereka dan status ekonomi mereka, seperti gaya hidup masyarakat itu berbeda, Menurut (Ibrahim & Subandi. I, 1997) ada beberapa bentuk gaya hidup, seperti , Gaya Hidup hedonis,Gaya hidup metropolis , Gaya hidup Global, kemudian ada status ekonomi berdasarkan status ekonomi tinggi dan rendah pada masyarakat.

Maka dari itu perlu di teliti lebih lanjut tentang motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga, dalam hal ini masyarakat yang ada di kota Bandung dalam hubungan nya dengan berbagai macam tujuan melakukan aktivitas olahraga di kota Bandung, kemudian peneliti tertarik melihat aktivitas olahraga apakah ini berdasarkan dengan Gaya Hidup atau ada kaitan nya dengan status Ekonomi ini akan membuka wawasan ataupun persoalan baru yang mungkin difaktakan kembali. Tidak semua masyarakat memiliki motivasi yang sama untuk berolahraga namun ada juga sebagian masyarakat yang berolahraga jogging dan senam dengan senang hati karena merupakan hobi yang dapat tersalurkan dan bukan merupakan suatu paksaan. Dengan memperhatikan dan menganalisa hal-hal atau kepentingan-kepentingan diatas,maka penulis ingin menga dakan penelitian dan memutuskan masalah penelitian dengan judul : **Model Motivasi kontekstual olahraga di Masyarakat Kota Bandung berdasarkan Gaya hidup dan Status Ekonomi**

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan sebelumnya, permasalahan penelitian ini adalah :

1. Bagaimana gambaran Motivasi masyarakat kota bandung dalam berolahraga ?
2. Bagaimana gambaran Motivasi olahraga dengan berdasarkan Gaya hidup masyarakat di kota Bandung ?
3. Bagaimana gambaran Motivasi olahraga dengan berdasarkan status ekonomi masyarakat di kota Bandung?

### **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui gambaran motivasi masyarakat kota Bandung dalam berolahraga
2. Untuk mengetahui gambaran motivasi olahraga berdasarkan Gaya hidup di Masyarakat kota Bandung
3. Untuk mengetahui gambaran motivasi olahraga berdasarkan status ekonomi masyarakat di kota Bandung

### **D. Manfaat Penelitian**

Berkaitan dengan permasalahan dan tujuan penelitian, di harapkan hasil penelitian ini dapat memberi manfaat antara lain :

1. Masyarakat ,sebagai pedoman ilmiah agar mengkaji bahwa penelitian ini bisa mengubah motivasi masyarakat dalam melakukan aktivitas olahraga
2. Lembaga pemerintahan, yaitu pemerintahan kota Bandung sebagai informasi mengenai motivasi masyarakat dalam melakukan aktivitas olahraga
3. Lembaga pendidikan, Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi gambaran awal untuk penelitian selanjutnya tentang motivasi masyarakat dalam melakukan aktivitas olahraga
4. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dalam ranah Psikologi olahraga
5. UPI, hasil penelitian ini diharapkan memberikan referensi kepada mahasiswa jurusan pendidikan olahraga yang akan meneliti tentang motivasi berolahraga
6. Penulis, dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan mengenai motivasi masyarakat dalam melakukan aktivitas olahraga

### **E. SISTEMATIKA PENULISAN**

Sistematika penulisan dalam Tesis ini, disusun sebagai berikut:

#### **BAB I**

##### **PENDAHULUAN**

Bab ini berisi latar belakang masalah, permasalahan, pembatasan masalah, tujuan dan manfaat penulisan, serta sistematika penulisan.

#### **BAB II**

##### **KAJIAN PUSTAKA**

Bab ini menjelaskan tentang teori – teori yang berhubungan dengan motivasi dan teori – teori yang menjelaskan tentang masyarakat , gaya hidup dan status ekonomi

### BAB III

#### METODOLOGI PENELITIAN

Bab ini menjelaskan variabel penelitian, metode pengumpulan data, waktu dan tempat penelitian, dan prosedur analisis data.

### BAB IV

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian ini berisi analisis dari hasil pengolahan data dan pembahasan mengenai model kontekstual motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga berdasarkan gaya hidup dan status ekonomi

### BAB V

#### KESIMPULAN

Pada bab ini berisikan beberapa kesimpulan dari hasil penelitian