

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kebugaran jasmani merupakan salah satu faktor penunjang dalam melakukan aktifitas sehari-hari, hal ini di dukung oleh salah satu penelitian di Negara Amerika yang mana orang nomor satu dinegara tersebut yakni Presiden Eisen Hower membentuk suatu dewan khusus untuk memantau aktifitas fisik/kebugaran jasmani pemuda Amerika dengan alasan karena kekhawatiran tentang kurangnya kebugaran jasmani pemuda disana (Wilkinson, 1963). Pencapaian kebugaran melibatkan pengawasan kesehatan, pengobatan pencegahan serta perawatan medis sesuai dengan kebutuhan (Shaffer, 1964).

Kebugaran fisik sendiri telah didefinisikan oleh beberapa orang dengan cara yang berbeda, beberapa penelitian telah menyelidiki satu aspek kebugaran, seperti halnya kekuatan (Liba, 1967) yang telah mempresentasikan analisis faktor studi tentang test kekuatan, selain itu juga terdapat (Harris, 1969) yang meneliti terkait aspek fleksibilitas kebugaran. Jackson, Andrew S dalam (Baumgartner & Zuidema, 1972) mengungkapkan “analisis faktor dalam hal kebugaran jasmani menggunakan tes kekuatan otot dan daya tahan serta di bedakan antara pria dan wanita.”. Oleh karena itu juga test kekuatan dalam bentuk Indeks Kebugaran fisik memberi tahu banyak tentang kebugaran umum individu untuk hidup dan bekerja (Function, n.d.)

Selain itu, dalam dunia kerja “Saat ini ada banyak sekali minat dalam program kebugaran fisik untuk karyawan” Martin J. Corporate 1978 dalam (Steven N. Blair et al., 1980) “tujuan kegiatan tersebut ialah untuk mengurangi biaya perawatan kesehatan, meningkatkan kesehatan umum, meningkatkan produktivitas serta meningkatkan sikap kerja karyawan dan kepuasan kerja” bjuratrom, Alexiou, 1978 dalam (Steven N. Blair et al., 1980) . Setelah seorang karyawan bergabung dengan program kesehatan dan kebugaran, masalah utama yang perlu diatasi adalah : Memotivasi karyawan untuk mematuhi program olahraga yang berjalan di perusahaan dan mengembangkan minat karyawan untuk mempertahankan kebiasaan berolahraga (Dishman & Ickes, 1981), selain itu literatur lainnya yang bermanfaat saat ini sedang mengembangkan sifat dan keefektifan pada program promosi kesehatan di tempat kerja dan evaluasi kebugaran bagi mereka

(Newman & Beehr, 1984) (Murphy, 1985) program kebugaran fisik pada karyawan adalah komponen yang relative umum digunakan dari promosi kesehatan di suatu institusi/perusahaan (R. M. Ryan & Deci, 2007).

Secara singkat penelitian ini juga mengungkapkan adanya berbagai kegiatan pada setiap karyawan dalam soal fasilitasi kebutuhan kebugaran jasmaninya dan hasil akhir dapat meningkatkan kebugaran karyawan tersebut dan berimbas terhadap peningkatan kinerja (Cox et al., 1988). Alhasil dapat diambil titik kesimpulan semakin tinggi tingkat kebugaran jasmani seseorang maka semakin tinggi pula tingkat kinerjanya. Berawal dari hal inilah yang membuat penulis ingin mencoba melakukan penelitian terkait hubungan kebugaran jasmani dengan tingkat kinerja pada Pegawai Kemenpora R.I karena, Lembaga pemerintahan tersebut memiliki upaya Visi pembangunan nasional di tahun 2005-2025 yaitu “Indonesia yang mandiri, maju, adil, dan makmur” dan melaksanakan Misi pembangunan nasional 2005-2025 yaitu “mewujudkan bangsa yang berdaya saing” sebagaimana tertuang dalam Rencana Pembangunan Jangka Panjang Nasional (RPJPN) 2005-2025 (www.kemenpora.go.id).

Dengan demikian merujuk pada penelitian-penelitian terdahulu yang telah dipaparkan diatas. Penulis meyakini adanya hubungan kebugaran jasmani dengan tingkat kinerja. Maka penelitian yang akan dilakukan ini lebih membuktikan bahwa kebugaran jasmani salah satu upaya untuk meningkatkan kinerja kerja yang optimal pada karyawan Kemenpora R.I Deputy IV.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah :

- 1) Apakah terdapat hubungan kebugaran jasmani dengan tingkat kinerja pada pegawai kemenpora RI deputy IV?

1.3 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah :

- 1) Untuk menguji apakah terdapat hubungan kebugaran jasmani dengan tingkat kinerja pada pegawai kemenpora RI deputy IV?

Muhammad Fikri Oktavian, 2020

HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI DENGAN TINGKAT KINERJA PADA PEGAWAI KEMENPORA R.I DEPUTI IV
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik dari segi teoritis maupun segi praktis untuk berbagai pihak. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah :

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bentuk bahan refleksi akan pentingnya berpartisipasi dalam olahraga dan melakukan aktifitas fisik demi menjaga kesehatan tubuh yang berimbang pada Kebugaran jasmani individu yang melakukan. Selain itu juga dapat dijadikan sebagai sumber literasi atau bacaan untuk seluruh elemen masyarakat dan tidak hanya untuk para pegawai saja, Serta diharapkan penelitian ini memberikan wawasan dan bisa dikembangkan sesuai kebutuhan masyarakat di masa yang akan datang.

1.4.2 Manfaat dari Segi Kebijakan

Dari segi kebijakan sendiri hasil penelitian ini nantinya diharapkan mampu dijadikan arahan dalam suatu kebijakan dalam melakukan aktifitas fisik yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani kita serta dapat mengenalkan kepada seluruh pekerja/pegawai khususnya yang ada di Deputi IV lingkungan Kemenpora RI untuk selalu melakukan aktifitas fisik yang nantinya bisa berimbang pada kebugaran jasmani diri pribadi dan mampu meningkatkan kualitas kinerja.

1.4.3 Manfaat Praktis

Untuk para pekerja khususnya dan seluruh elemen masyarakat mendapatkan suatu deskripsi, gambaran umum serta referensi tentang hubungan antara kebugaran jasmani dengan tingkat kinerja.

Manfaat bagi para pekerja untuk selalu memperhatikan aktivitas fisik dan kesehatan jasmaninya agar terhindar dari penyakit dengan cara berpartisipasi aktif melakukan olahraga.

1.4.4 Manfaat dari Segi Isu Serta Aksi Sosial

Dari hal ini, penelitian ini bermanfaat sebagai informasi bahwa pentingnya mengetahui dan meningkatkan aktivitas fisik serta Berperan aktif/bpartisipasi dalam berolahraga seminimalnya sebelum melakukan kegiatan sehari-hari Khususnya para pekerja kantoran yaitu berolahraga 30 menit untuk membugarkan badan dan untuk menghindari resiko penyakit.

Muhammad Fikri Oktavian, 2020

HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI DENGAN TINGKAT KINERJA PADA PEGAWAI KEMENPORA R.I DEPUTI IV

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu