

**HUBUNGAN PARTISIPASI OLAHRAGA DENGAN AKTIVITAS FISIK
DI KABUPATEN PANDEGLANG**

SKRIPSI

Disusun untuk memperoleh gelar Sarjana Olahraga pada Program Studi Ilmu Keolahragaan,
Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia



Oleh

M. Adam Mustika

NIM 1606986

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN UNIVERSITAS
PENDIDIKAN INDONESIA
BANDUNG
2020**

M.Adam Mustika, 2020

HUBUNGAN PARTISIPASI OLAHRAGA DENGAN AKTIVITAS FISIK DI KABUPATEN PANDEGLANG
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

M.Adam Mustika, 2020

HUBUNGAN PARTISIPASI OLAHRAGA DENGAN AKTIVITAS FISIK DI KABUPATEN PANDEGLANG

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

**HUBUNGAN PARTISIPASI OLAHRAGA DENGAN AKTIVITAS FISIK
DI KABUPATEN PANDEGLANG**

Oleh:

M. Adam Mustika

Diajukan untuk memenuhi sebagian dari syarat
memperoleh Gelar Sarjana Olahraga
Program Studi Ilmu Keolahragaan

© M. Adam Mustika 2020
Universitas Pendidikan Indonesia
2020

Hak cipta dilindungi undang-undang,
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruh atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difotokopi cara lainnya tanpa izin dari penulis.

M.Adam Mustika, 2020

HUBUNGAN PARTISIPASI OLAHRAGA DENGAN AKTIVITAS FISIK DI KABUPATEN PANDEGLANG

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

LEMBAR PENGESAHAN

M. ADAM MUSTIKA

**HUBUNGAN PARTISIPASI OLAHRAGA DENGAN AKTIVITAS FISIK DI
KABUPATEN PANDEGLANG**

Diajukan dan disahkan pembimbing :

Pembimbing I



Prof. Dr. H. Yudha M. Saputra

NIP. 196303121 98901 1 002

Pembimbing II



Dr. Sandey Tantra Paramitha, S.Si., M.pd.

NIP.19820418 200912 1 004

Mengetahui

Departemen Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi



Mustika Fitri, M.Pd., Ph.D

NIP. 19681220 199802 2 001

ABSTRAK

HUBUNGAN PARTISIPASI OLAHRAGA DENGAN AKTIVITAS FISIK DI KABUPATEN PANDEGLANG

M. Adam Mustika

1606986

Dosen Pembimbing I : Prof. Dr. H. Yudha M.Saputra

Dosen Pembimbing II : Dr. Sandey Tantra Paramitha,S.Si., M.pd.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan partisipasi olahraga dengan aktivitas fisik di wilayah kabupaten Pandeglang. Metode yang digunakan pendekatan kuantitatif yaitu pendekatan yang menggunakan data berbentuk skor, adapun teknik pengambilan sampel yang digunakan ialah random sampling, yakni teknik penentuan sampel berdasarkan dengan teknik pengambilan sampel dari anggota populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan umur, pekerjaan, pangkat, gender yang ada dalam populasi itu. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 348 orang di wilayah kabupaten Pandeglang, Prosedur penelitian ini dengan menyebarkan angket kepada responden. Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) yaitu merupakan instrumen dalam bentuk kuesioner yang diadopsi dari World Health Organization (WHO) yang digunakan untuk mengukur tingkat aktivitas fisik masyarakat di seluruh dunia yang berjumlah 16 butir soal, dengan Participation Motivation Questionnaire yang di buat oleh Gill dan kawan-kawan pada tahun 1983 terdiri dari 30 pertanyaan yang bertujuan untuk mengetahui tingkat partisipasi olahrag seseorang. Melalui penelitian ini dapat diketahui tidak terdapat hubungan antara partisipasi olahraga dengan aktivitas fisik. Adapun untuk penelitian ini diperoleh data partisipasi olahraga dan aktivitas fisik dimana laki-laki dengan hasil tidak normal dengan nilai signifikansi 0.00 dimana nilai tersebut kurang dari 0.05 sedangkan data perempuan dengan hasil tidak normal dengan nilai 0.00 dimana nilai tersebut kurang dari 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa analisis data menggunakan uji normalitas dengan hasil tidak normal

M.Adam Mustika, 2020

HUBUNGAN PARTISIPASI OLAHRAGA DENGAN AKTIVITAS FISIK DI KABUPATEN PANDEGLANG

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

Kata Kunci: aktivitas fisik, partisipasi olahraga.

ABSTRACT

RELATIONSHIP OF SPORT PARTICIPATION WITH PHYSICAL ACTIVITY IN DISTRICT PANDEGLANG

M. Adam Mustika

1606986

Dosen Pembimbing I : Prof. Dr. H. Yudha M.Saputra

Dosen Pembimbing II : Dr. Sandey Tantra Paramitha,S.Si., M.pd.

This study aims to determine how the relationship between sports participation and physical activity in the district Pandeglang. The method used is a quantitative approach, namely an approach that uses data in the form of scores, while the sampling technique used is random sampling, which is a sampling technique based on sampling techniques from members of the population which are carried out randomly without paying attention to age, occupation, pangakat, existing gender. in that population. The sample in this study amounted to 348 people in the district Pandeglang, the procedure for this research is by distributing questionnaires to respondents. In this study the instrument used was the Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ), which is an instrument in the form of a questionnaire adopted from the World Health Organization (WHO) which is used to measure the level of physical activity of people around the world, totaling 16 items, with a Participation Motivation Questionnaire. which was made by Gill and his friends in 1983 consists of 30 questions that aim to determine the level of someone's sports participation. Through this research, it can be seen that there is no relationship between sports participation and physical activity. As for this study, data on the participation of sports and physical activity were obtained where men with abnormal results with a significance value of 0.00 where the value is less than 0.05, while data for

M.Adam Mustika, 2020

HUBUNGAN PARTISIPASI OLAHRAGA DENGAN AKTIVITAS FISIK DI KABUPATEN PANDEGLANG

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

women with abnormal results with a value of 0.00 where the value is less than 0.05, it can be concluded that data analysis using normality test with abnormal results.

Keywords: physical activity, sports participation.

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
UCAPAN TERIMA KASIH.....	ii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
1.2 Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.4 Manfaat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.5 Struktur Organisasi Skripsi.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
2.1 Partisipasi Olahraga.....	Error! Bookmark not defined.
2.2 Aktivitas Fisik.....	Error! Bookmark not defined.
2.3 Manfaat Aktivitas fisik.....	Error! Bookmark not defined.
2.4 Jenis Kegiatan dalam Aktivitas Fisik	Error! Bookmark not defined.
2.5 Hubungan partisipasi olahraga dengan Aktivitas fisik dan kesehatan	Error! Bookmark not defined.
2.6 Hasil Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	Error! Bookmark not defined.
2.7 Kerangka Berfikir	Error! Bookmark not defined.
2.8 Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.
3.1 Desain Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.2 Partisipan	Error! Bookmark not defined.
3.3 Populasi dan Sampel.....	Error! Bookmark not defined.
3.4 Instrumen Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.5 Prosedur Penelitian	Error! Bookmark not defined.

3.6 Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
3.7 Prosedur Pengolahan Data.....	Error! Bookmark not defined.
3.7.1 Deskriptif Data.....	Error! Bookmark not defined.
3.7.2 Uji Normalitas Data.....	Error! Bookmark not defined.
3.7.3 Uji Homogenitas	Error! Bookmark not defined.
3.8 Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
4.1 Temuan penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
4.1.1 Deskripsi Data Temuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
4.1.2 Uji Normalitas Data.....	Error! Bookmark not defined.
4.1.3 Uji Homogenitas Data	Error! Bookmark not defined.
4.1.4 Uji Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
4.2 Pembahasan Temuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
4.2.1 Partisipasi Olahraga Dengan Aktivitas Fisik	Error! Bookmark not defined.
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI	Error! Bookmark not defined.
5.1 Simpulan	Error! Bookmark not defined.
5.2 Implikasi Dan Rekomendasi	Error! Bookmark not defined.
5.3 Rekomendasi	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Pembagian Usia Warga Belajar Paket C Kelas Cikahuripan	42
Table 2.1 Jenis kegiatan dalam aktivitas fisik.....	11
Table 3.1 Tabel Issac dan Michael.....	18
Table 4.1 Deskriptif Data Statistik (Partisipasi Olahraga dan Aktifitas dengan Gender).....	24
Table 4.2 Uji Normalitas Data (Aktifitas Fisik Berdasarkan Gender)	24
Table 4.3 Uji Normalitas Data (Partisipasi Olahraga Berdasarkan Gender)	24
Table 4.4 Uji Homogenitas (Partisipasi Olahraga dan Aktifitas Fisik)	25
Table 4.5 Uji Homogenitas (Partisipasi Olahraga dan Aktifitas dengan Gender).....	25
Tabel 4.6 Uji Non-Parametrik <i>Spearman Rho</i>	26

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Health and Wellness Benefit of Physical Activity and Fitness.....	9
Gambar 2.2 Kerangka Berpikir	16
Gambar 3.1 Desain Korelasi	17
Gambar 3.2 <i>Cluster Random Sampling</i>	19
Gambar 3.3 Prosedur Penelitian.....	20
Gambar 4.1 Data Sampel	23

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuisioner Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ)	42
Lampiran 2 Angket Tingkat Partisipasi Olahraga	45
Lampiran 3 Hasil Analisis Menggunakan SPSS	46
Lampiran 4 Surat Keputusan	50
Lampiran 5 Kartu Bimbingan Skripsi	54
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian	56

M.Adam Mustika, 2020

HUBUNGAN PARTISIPASI OLAHRAGA DENGAN AKTIVITAS FISIK DI KABUPATEN PANDEGLANG

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

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, J., Samavat, F., Sayyad, M., & Ghanizadeh, A. (2002). (2002). *THE BECK DEPRESSION INVENTORY* '. 821–822.
- APK-APM. (n.d.). 1, 835.
- Armstrong, T., & Bull, F. (2006). *Development of the World Health Organization Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ)*. 66–70.
<https://doi.org/10.1007/s10389-006-0024-x>
- Bridge, M. W., & Toms, M. R. (2013). The specialising or sampling debate: A retrospective analysis of adolescent sports participation in the UK. *Journal of Sports Sciences*, 31(1), 87–96.
<https://doi.org/10.1080/02640414.2012.721560>
- Buszard, T., Oppici, L., Westerbeek, H., & Farrow, D. (2020). Implementation of a modified sport programme to increase participation: Key stakeholder perspectives. *Journal of Sports Sciences*, 38(8), 945–952.
<https://doi.org/10.1080/02640414.2020.1737370>
- Corbin, C. B., Corbin, W. R., Welk, G. J., Welk, K. A., Corbin, C. B., Welk, G. J., & Corbin, W. R. (2008). *Concepts of Physical Fourteenth Edition* (Emily Barrosse (Ed.); 40th ed.). William Glass.
- D, L, G., J, G, G., & S, H. (1983). Participation motivation in youth sports. *International Journal of Sport Psychology*, 14, 1–14.
- Dallmeyer, S., Wicker, P., & Breuer, C. (2018). The relationship between sportrelated government spending and sport and exercise participation: the role of funding size, period, and consistency. *International Journal of Health Promotion and Education*, 56(4–5), 237–247.
<https://doi.org/10.1080/14635240.2018.1452623>
- Douglas, D., Hons, B. K., & Ed, B. (2014). Developing Physical Activity Habits in Schools for Active Lifestyle among Children and Adolescents. *Revue PhénEPS / PHEnex Journal*, 6(2).
- Downward, P., Lera-López, F., & Rasciute, S. (2014). The correlates of sports participation in Europe. *European Journal of Sport Science*, 14(6), 592–602.
<https://doi.org/10.1080/17461391.2014.880191>

- Downward, P., & Rasciute, S. (2015). Exploring the covariates of sport participation for health: an analysis of males and females in England. *Journal of Sports Sciences*, 33(1), 67–76.
<https://doi.org/10.1080/02640414.2014.924056>
- Dunn, A. L., Trivedi, M. H., Kampert, J. B., Clark, C. G., & Chambliss, H. O. (2005). (2005). *Dunn, A. L., Trivedi, M. H., Kampert, J. B., Clark, C. G., & Chambliss, H. O. (2005). Exercise Treatment for Depression Efficacy and Dose Response.* 28(1), 1–8.
<https://doi.org/10.1016/j.amepre.2004.09.003>
- Freankel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to Design and Evaluate Research in Education*. The McGraw-Hill Companies.
- Haapala, E. A., Väistö, J., Lintu, N., Tompuri, T., Brage, S., Westgate, K., Ekelund, U., Lampinen, E. K., Sääkslahti, A., Lindi, V., & Lakka, T. A. (2016). Adiposity, physical activity and neuromuscular performance in children. *Journal of Sports Sciences*, 34(18), 1699–1706.
<https://doi.org/10.1080/02640414.2015.1134805>
- Hallmann, K., Wicker, P., Breuer, C., & Schönherr, L. (2012). Understanding the importance of sport infrastructure for participation in different sports - findings from multi-level modeling. *European Sport Management Quarterly*, 12(5), 525–544.
<https://doi.org/10.1080/16184742.2012.687756>
- Kokolakakis, T., Castellanos-García, P., & Lera-López, F. (2017). Differences in formal and informal sports participation at regional level in England. *International Journal of Sport Policy*, 9(3), 491–504.
<https://doi.org/10.1080/19406940.2017.1287757>
- Kokolakakis, T., Lera-López, F., & Ramchandani, G. (2019). Did London 2012 deliver a sports participation legacy? *Sport Management Review*, 22(2), 276–287. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2018.04.004>
- Kondric, M., & Sindik, J. (2013). *Participation Motivation and Student ' s Physical Activity among Sport Students in Three Countries Participation Motivation and Student ' s Physical Activity among Sport Students in Three Countries.* October.
- Lera-López, F., & Marco, R. (2018). Sports participation, physical activity, and health in the European regions. *Journal of Sports Sciences*, 36(15), 1784–1791. <https://doi.org/10.1080/02640414.2017.1418810>

- Lippi, G., Mattiuzzi, C., & Sanchis-Gomar, F. (2020). Updated overview on interplay between physical exercise, neurotrophins, and cognitive function in humans. *Journal of Sport and Health Science*, 9(1), 74–81. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2019.07.012>
- Lopes, L., Silva Mota, J. A. P., Moreira, C., Abreu, S., Agostinis Sobrinho, C., Oliveira-Santos, J., Oliveira, A., Okely, A., & Santos, R. (2019). Longitudinal associations between motor competence and different physical activity intensities: LabMed physical activity study. *Journal of Sports Sciences*, 37(3), 285–290. <https://doi.org/10.1080/02640414.2018.1497424>
- Marsh, A. D., Muzigaba, M., Diaz, T., Requejo, J., Jackson, D., Chou, D., Cresswell, J. A., Guthold, R., Moran, A. C., Strong, K. L., Banerjee, A., & Soucat, A. (2020). Effective coverage measurement in maternal, newborn, child, and adolescent health and nutrition: progress, future prospects, and implications for quality health systems. *The Lancet Global Health*, 8(5), e730–e736. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(20\)30104-2](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(20)30104-2)
- Mulyatiningsih, E. 2011. (2011). *Terapan Riset*.
- Pallant, J. (2007a). *SPSS survival manual, 3rd. Edition. McGrath Hill*, 283.
- Pallant, J. (2007b). *SPSS survival manual, 3rd. Edition. McGrath Hill*, 283.
- Parker, K., Timperio, A., Salmon, J., Villanueva, K., Brown, H., Esteban-Cornejo, I., Cabanas-Sánchez, V., Castro-Piñero, J., Sánchez-Oliva, D., & Veiga, O. (2020). Hasil ini mendukung perlunya intervensi untuk mempromosikan aktivitas fisik dan mencegah peningkatan waktu menetap selama masa kanak-kanak dan remaja. Remaja yang dikarakteristikan sebagai “komuter aktif non-sporty” mungkin memerlukan intervensi khusus u. *Journal of Sport and Health Science*, 00, 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2020.02.004>
- Syahrum, & Salim 2012. (2012). *METODOLOGI PENELITIAN KUANTITATIF.pdf* (p. 184).
- Thomson, C. J., Power, R. J., Carlson, S. R., Rupert, J. L., & Michel, G. (2015). A comparison of genetic variants between proficient low- and high-risk sport participants. *Journal of Sports Sciences*, 33(18), 1861–1870. <https://doi.org/10.1080/02640414.2015.1020841>
- Toskovic, N. N. (2001). (2001). *Motor Skills, 2001*, 92, 1031–1038. 1031–1038.
- Tyson, P., Wilson, K., Crone, D., Brailsford, R., & Laws, K. (2010). Physical activity and mental health in a student population. *Journal of Mental Health*, 19(6), 492–499. <https://doi.org/10.3109/09638230902968308>

- Ware, J. E., & Sherbourne, C. D. (1992). *The MOS 36-Item Short-Form Health Survey (SF-36) I . Conceptual Framework and Item Selection*. 30(6), 473– 483.
- World Health Organization. (2012). *Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) Analysis Guide*. Geneva: World Health Organization, 1–22.
- World Health Organization 2012. (2012). *Global Physical Activity Questionnaire*.
- Yamakita, M., Kanamori, S., Kondo, N., Ashida, T., Fujiwara, T., Tsuji, T., & Kondo, K. (2020). Association between childhood Yamakita, M., Kanamori, S., Kondo, N., Ashida, T., Fujiwara, T., Tsuji, T., & Kondo, K. (2020). Association between childhood socioeconomic position and sports group participation among Japanese older adults: A cross-sectiona. *Preventive Medicine Reports*, 18(January), 101065. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2020.101065>
- Ristekdikti. (2019). (2019). *Ristekdikti. (2019). SRV4 PDDIKTI Pangkalan Data Pendidikan Tinggi*.