

**ANALISIS POTENSI OLAHRAGA REKREASI MASYARAKAT PADA  
AIR TERJUN TOLANG DI KECAMATAN MUNGKA  
KABUPATEN LIMA PULUH KOTA**

**SKRIPSI**

*“Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Sebagai  
Salah Satu Syarat meraih Gelar S.Or”*



OLEH :

**SULISTIO ZULHIKMAH S  
17089039/2017**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
DEPARTEMEN KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2023**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**SKRIPSI**

**Judul** : Analisis Potensi Olahraga Rekreasi Masyarakat Pada Air Terjun Tolang di Kecamatan Mungka Kabupaten Lima Puluh Kota

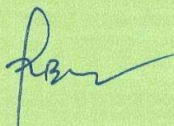
**Nama** : Sulistio Zulhikmah  
**Nim/BP** : 17089039/2017  
**Program Studi** : Ilmu Keolahragaan  
**Departemen** : Kesehatan dan Rekreasi  
**Fakultas** : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, Oktober 2023

Disetujui Oleh:

Ketua Departemen

Pembimbing



**Dr. Ridho Bahtra, S.Si, M.Pd**  
NIP. 19870502 201404 1 001



**Endang Sepdanius, S.Si, M.Or**  
NIP. 19890926 201504 1 002




**PENGESAHAN TIM PENGUJI**

Nama : Sulistio Zulhikmah  
NIM : 17089039/2017

**Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji  
Skripsi Program Studi Ilmu Keolahragaan  
Departemen Kesehatan dan Rekreasi  
Universitas Negeri Padang  
dengan judul**

**Analisis Potensi Olahraga Rekreasi Masyarakat Pada Air Terjun Tolang di  
Kecamatan Mungka Kabupaten Lima Puluh Kota**

Padang, Oktober 2023

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Endang Sepdanius, S.Si, M.Or	1. 
2. Anggota : Dr. Hastria Effendi, S. Farm., M.Farm., APt. AIFO	2. 
3. Anggota : Alimuddin, M.Or	3. 



#### HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulisan saya, skripsi dengan judul “Analisis Potensi Olahraga Rekreasi/ Masyarakat Pada Air Terjun Tolang Di Kecamatan Mungka Kabupaten Lima Puluh Kota” adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Negeri Padang, maupun di Perguruan Tinggi Lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan dari tim pembimbing dan penguji.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila ada dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik, berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Oktober 2023

Saya yang menyatakan,



Sulistio Zulhikmah S  
NIM. 17089039

## ABSTRAK

### **Sulistio Zulhikmah S (2023), “Analisis Potensi Olahraga Rekreasi Masyarakat Pada Air Terjun Tolang Di Kecamatan Mungka Kabupaten Lima Puluh Kota”**

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya potensi olahraga rekreasi masyarakat di air terjun tolang di Kecamatan Mungka. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar potensi olahraga rekreasi masyarakat di air terjun tolang di Kecamatan Mungka .

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif pendekatan sistematis dan subjektif dalam menjelaskan segala sesuatu yang ada di lapangan. Populasi dari penelitian ini adalah masyarakat setempat serta wisatawan yang berkunjung ke kawasan air terjun tolang. dalam penelitian ini adalah sebanyak 23 orang masyarakat secara acak. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner dan wawancara yang digunakan dalam melakukan penelitian ini yaitu menggunakan skala likert yang mana mempunyai gradasi dari sangat positif sampai negative dengan setiap pernyataan memiliki 5 alternatif jawaban dengan penilaian menggunakan angka 5-1, analisis yang digunakan yaitu deskriptif dengan indikator pernyataan Potensi, Promosi, Sumber daya Manusia, sarana dan Prasarana, Kegiatan Olahraga Rekreasi, Berkunjung Ulang.

Hasil penelitian bahwasannya di air terjun tolang ini sangat memiliki potensi wisata untuk di kembangkan namun hanya olahraga (*hiking*) yang bisa dilakukan untuk kegiatan olahraga rekreasi dan masih banyak masyarakat yang belum mengetahui bahwasannya *hiking* tersebut sebagai olahraga rekreasi hal ini yang membuat kurangnya penilaian terkait olahraga rekreasi tersebut yang hanya 3 orang yang setuju 17 lainnya cukup setuju.

**Kata Kunci : Potensi Olahraga Rekreasi Masyarakat, Air Terjun Tolang.**

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur peneliti ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya, Sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul **“Analisis Potensi Olahraga Rekreasi/ Masyarakat Pada Air Terjun Tolang Di Kecamatan Mungka Kabupaten Lima Puluh Kota”**. Shalawat besertakan salam di sampaikan buat Nabi Besar Muhammad SAW yang telah membawa umatnya dari zaman jahiliah kezaman yang kita rasakan pada saat sekarang ini.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana olahraga pada Departemen Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam pembuatan ini peneliti menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini peneliti dengan segala kerendahan hati menyampaikan terima kasih kepada :

1. Prof. Ganefri Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang telah menerima penulis untuk kuliah di Universitas Negeri Padang di Fakultas Ilmu Keolahragaan, Jurusan Kesehatan Rekreasi.

2. Prof Dr. Nurul Ihsan, S.Pd M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan kesempatan untuk kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Dr. Ridho Bahtra, S.Si, M.Pd, selaku Ketua Departemen Kesehatan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan pelayanan dalam proses pembelajaran.
4. Endang Sepdanius, S.Si., M.Or, selaku Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.
5. Bapak dan ibu dosen penguji, Bapak Alimuddin., M.Or dan Ibu Hastria Effendi, M.Fram., Apt., AIFO yang telah memberikan sumbang saran yang sifatnya untuk memperbaiki skripsi penulis.
6. Seluruh bapak ibu dosen dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmu dan layanan kepada penulis selama mengikuti perkuliahan.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Oktober 2023

Sulistio Zulhikmah S

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
ABSTRAK .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	ixx
DAFTAR GAMBAR .....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Fokus Penelitian .....	6
C. Identifikasi Masalah .....	6
D. Rumusan Masalah .....	6
E. Batasan Masalah.....	7
F. Tujuan Penelitian.....	7
G. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	9
A. KAJIAN TEORI.....	9
1. Analisis .....	9
2. Potensi.....	11
3. Macam-macam Olahraga .....	12
4. Olahraga Rekreasi .....	15
5. Potensi Wisata Olahraga Rekreasi .....	21
6. Mengembangkan Potensi Wisata Olahraga .....	24
8. Deskripsi Wisata Air Terjun Tolang.....	27
B. Kerangka Konseptual .....	29
C. Penelitian Yang Relevan .....	31



BAB III METODE PENELITIAN.....	32
A. Jenis Penelitian.....	32
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	33
C. Partisipan.....	33
D. Jenis Data dan Sumber Data.....	34
E. Instrumen Penelitian.....	36
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	40
A. Profil Nagari Tolang.....	40
B. Hasil Wawancara.....	51
C. Analisis Deskriptif.....	42
D. Pembahasan .....	55
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>62</b>
A. Kesimpulan.....	62
B. Saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA .....	64
LAMPIRAN.....	66

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1. Kisi-kisi angket Penelitian .....	41
Tabel 2. Skala Likert .....	42
Tabel 3 Uji Validitas .....	50
Tabel 4 Uji Reliabelitas .....	50
Tabel 5 Distribusi hasil penelitian .....	51
Tabel 6 Distribusi indikator Potensi .....	52
Tabel 7 Distribusi indikator Promosi .....	53
Tabel 8 Distribusi indikator Sumber Daya Manusia.....	55
Tabel 9 Distribusi indikator Kegiatan Olahraga Rekreasi .....	56
Tabel 10 Distribusi indikator Berkunjung Ulang .....	57

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Tata Letak Objek Wisata Air Terjun Tolang .....	32
Gambar 2 Krangka Konseptual.....	34
Gambar 3 Diagram Distribusi Frekuensi .....	52
Gambar 4 Distribusi frekuensi indikator potensi .....	53
Gambar 5 Distribusi frekuensi indikator potensi .....	54
Gambar 6 Distribusi frekuensi indikator Sumber daya manusai.....	55
Gambar 7 Distribusi frekuensi indikator Olahraga Rekreasi .....	57
Gambar 8 Distribusi frekuensi indikator Olahraga Rekreasi .....	58
Gambar 9 Dokumentasi Penelitian .....	77

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Olahraga telah memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan masyarakat. Selain itu olahraga juga turut berperan dalam peningkatan kemampuan bangsa dalam melaksanakan sistem pembangunan dan berkelanjutan. Seiring dengan perkembangan zaman yang semakin maju baik ilmu pengetahuan maupun teknologi, olahraga menjadi kebutuhan bagi masyarakat untuk menjaga dan meningkatkan kondisi fisik agar sehat dan bersemangat dalam melaksanakan kegiatan sehari-hari serta memiliki kemampuan untuk mencapai prestasi maksimal. Salah satu olahraga yang harus dibina dan dikembangkan adalah olahraga rekreasi pada masyarakat

Melihat minat masyarakat khususnya pada potensi olahraga rekreasi, sejalan dengan telah diaturnya Permenpora 4 tahun 2021 tentang Pedoman Pembinaan dan Pengembangan Olahraga Rekreasi :

- a. bahwa pembinaan dan pengembangan keolahragaan merupakan salah satu urusan pemerintahan konkuren di bidang kepemudaan dan olahraga yang dilaksanakan oleh Pemerintah Pusat dan Pemerintah Daerah;
- b. bahwa dalam rangka menyelenggarakan urusan pemerintahan konkuren di bidang kepemudaan dan olahraga sebagaimana dimaksud dalam huruf a khususnya sub bidang keolahragaan, Pemerintah Pusat menetapkan pedoman pembinaan dan pengembangan olahraga rekreasi;

- c. bahwa sebagai landasan hukum dalam penyelenggaraan pembinaan dan pengembangan olahraga rekreasi di daerah Kabupaten/Kota perlu adanya pedoman yang ditetapkan oleh Kementerian yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang keolahragaan;
- d. bahwa berdasarkan pertimbangan sebagaimana dimaksud dalam huruf a, huruf b, dan huruf c, perlu menetapkan Peraturan Menteri Pemuda dan Olahraga tentang Pedoman Pembinaan dan Pengembangan Olahraga Rekreasi;

Olahraga rekreasi merupakan salah satu solusi masyarakat zaman modern yang tepat untuk memulihkan keseimbangan fisik dan mental. seperti; gaya hidup, menyeimbangkan antara kebutuhan jasmani, rohani dan sosial. Serta, Meningkatkan kebugaran dan kesejahteraan fisik, mental, dan sosial.

Melalui olahraga rekreasi inilah olahraga yang sering dan akrab di kalangan masyarakat karena dapat dimanfaatkan oleh siapa saja. hal ini menjadi dasar bahwa olahraga rekreasi juga dapat berkembang bersama dengan pembangunan kepariwisataan. Sektor wisata, bila memanfaatkan olahraga rekreasi akan menambah daya tarik pengunjung sebagai tujuan untuk wisatanya. Misalnya, wisata pantai yang dipadukan dengan berbagai olahraga air (*Diving, Surfing*, dan berbagai destinasi olahraga rekreasi air) atau wisata buatan dengan pemanfaatan alam (*Waterpark/waterboom, Zone Hiking and Outbound*, serta lainnya.) hingga untuk menikmati dan menyaksikan suatu pesta olahraga atau ikut berpartisipasi dalam kegiatan itu sendiri. Dengan berbagai dinamika tersebut tentunya menjadikan hal ini harus

dibina dan dikembangkan, mengingat bahwa perkembangan menjadikan juga olahraga sebagai salah satu aspek penunjang pembangunan perekonomian melalui tujuannya untuk berwisata yakni wisata olahraga yang memiliki potensi.

Menurut Majdi (2007) Potensi adalah serangkaian kemampuan, kesanggupan, kekuatan, ataupun daya yang memunyai kemungkinan untuk bisa dikembangkan lagi menjadi bentuk yang lebih besar. Bentuk ini biasanya diperoleh melalui pembangunan untuk kesejahteraan dalam kehidupan masyarakat umumnya di Sumatera barat yang dikenal dengan berbagai keanekaragaman wisatanya, banyak spot wisata yang bisa di kembangkan melalui berbagai kekayaan alamnya seperti pegunungan, bukit, lembah, pantai, air terjun, dan lainnya. Sebagai salah satu contoh wisata yang ada ialah kawasan wisata lembah harau, wisata mandeh, puncak lawang dan lainnya. Beragam kegiatan olahraga dan rekreasi dapat dirasakan dengan memanfaatkan area wisata tersebut sehingga menarik berbagai wisatawan untuk datang selain berwisata juga dapat berolahraga dan rekreasi. Wisata lembah harau contohnya, kurun 2 tahun terakhir (2019-2020) wisatawan yang berkunjung di kawasan lembah harau setiap tahunnya mencapai rata-rata 350 ribu orang. (BPS Lima Puluh Kota)

Secara nasional kemenpora bekerjasama dengan FORMI (federasi Olahraga Rekreasi Masyarakat Indonesia) telah melakukan berbagai upaya untuk mengkompetisikan pengembangan olahraga rekreasi melalui pelaksanaan pecan olahraga Rekreasi yang ke 5 kalinya dengan



mempertandingkan 37 cabang olahraga rekreasi masyarakat bahkan sampai ke level internasional pada Tafsiran games 2020 di libanon, bahkan pada munaslub dan rekernas FORMI 2020 terjadi perubahan nomenklatur menjadi KORNI (Komite Olahraga Rekreasi Nasional Indonesia) yang diketuai oleh Hayono Isman, diharapkan kedepan akan terjadi kesehatan dalam pengembangan olahraga rekreasi dengan KONI dalam pengembangan olahraga rekreasi.

Pembinaan dan pengembangan olahraga rekreasi dilaksanakan dan diarahkan untuk memasalkan olahraga sebagai upaya mengembangkan kesadaran masyarakat dalam meningkatkan kesehatan, kebugaran kegembiraan dan hubungan sosial. Hal serupa yang telah dilakukan oleh pemerintahan kabupaten lima puluh kota atau masyarakat dengan membangun serta memanfaatkan potensi sumber daya alam, sarana dan prasarana olahraga rekreasi masyarakat. Pembinaan dan perkembangan olahraga rekreasi berbasis masyarakat dengan memperhatikan prinsip Mudah, Murah, Menarik, Manfaat dan masal.

Berdasarkan Hasil Observasi peneliti berupa survei ke lokasi penelitian masih banyak wilayah atau daerah yang belum terlihat dengan jelas potensi di kawasan objek wisata yang dapat dilakukan sebagai olahraga rekreasi. Pada wilayah di Kecamatan Mungka, terdapat salah satu sektor pariwisata yang mungkin berpotensi untuk dikembangkan sebagai olahraga rekreasi. Terlihat suatu air terjun yang memiliki daya tarik dengan ciri khasnya yang bertingkat dan area di sekitarnya yang bisa di manfaatkan.

Beragam kegiatan Olahraga Rekreasi masyarakat yang dapat dipadukan untuk meningkatkan potensi wisata air terjun Tolang ini. Unsur wisata yang menciptakan spot foto dan keindahan alam yang dapat dinikmati dapat dipadukan dengan unsur olahraga dan rekreasi sebagai salah satu upaya pengembangannya. Karena berbagai aktivitas olahraga seperti hiking atau melakukan perjalanan rekreasi sambil berolahraga, off road, panjat tebing serta outbond yang dapat dilakukan.

Sejauh ini, Belum bekerjasamanya antara masyarakat setempat dengan pemerintah kabupaten/kecamatan perihal pengembangan potensi. Sehingga masih menarik perhatian wisatawan lokal setempat. Namun upaya masyarakat terhadap pemerintah setempat selalu diharapkan. Namun, perhatian dari pemerintah yang diperlukan wisata ini, walupun tidak terlihat jelas potensi yang ada maka peneliti ingin mengexpose tempat wisata tersebut guna untuk meningkatkan perkonomian masyarakat dapat dirasakan.

Analisis ini diharapkan dapat membantu dalam pengembangan sektor pariwisata olahraga di Kecamatan Mungka Kabupaten Limapuluh Kota. Untuk melihat potensi wisata ini sehingga nantinya tidak berkembang dengan lambat setelah menjadi perhatian pemerintah setempat terhadap mengembangkan potensi wisata ini.

Berdasarkan penjabaran di atas, rasa perlunya penelitian ini untuk meningkatkan dan mengembangkan wisata olahraga rekreasi. Penelitian ini membahas tentang “Analisis Potensi Olahraga Rekreasi/ Masyarakat Pada Air Terjun Tolang Di Kecamatan Mungka Kabupaten Lima Puluh Kota.”

## **B. Fokus Penelitian**

Penelitian ini berfokus pada “Analisis Potensi Olahraga Rekreasi/ Masyarakat Pada Air Terjun Tolang Di Kecamatan Mungka Kabupaten Lima Puluh Kota”, yaitu:

1. Mengetahui dan mengidentifikasi apakah air terjun tolang tersebut memiliki potensi untuk dilakukan olahraga rekreasi,
2. Mengetahui formulasi strategi pengembangan olahraga rekreasi yang ada di Air Terjun Tolang.

## **C. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latarbelakang yang telah dipaparkan diatas, maka ada beberapa masalah yang teridentifikasi, yaitu:

1. Adanya salah satu sektor pariwisata yang mungkin berpotensi untuk dikembangkan sebagai olahraga rekreasi..
2. Belum adanya Olahraga Rekreasi masyarakat yang dapat dipadukan untuk meningkatkan potensi wisata air terjun Tolang ini.
3. Belum bekerjasamanya antara masyarakat setempat dengan pemerintah kabupaten/kecamatan perihal pengembangan potensi.
4. Belum adanya aktifitas olahraga rekreasi seperti hiking, off road, panjat tebing serta outbond yang dapat dilakukan.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah yang ada, maka beberapa masalah yang dapat dirumuskan, yaitu:

1. Bagaimana potensi air terjun tolang untuk olahraga rekreasi masyarakat?

2. Bagaimana bentuk potensi olahraga rekreasi masyarakat yang dikembangkan?
3. Bagaimana potensi geografis olahraga rekreasi masyarakat di air terjun tolang?

#### **E. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi dan perumusan masalah yang diuraikan, maka penulis membatasi masalah ini, “Analisis Potensi Olahraga Rekreasi/ Masyarakat Pada Air Terjun Tolang Di Kecamatan Mungka Kabupaten Lima Puluh Kota”.

#### **F. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Menganalisis dan meninjau potensi olahraga rekreasi masyarakat di Air Terjun Tolang.
2. Menggambarkan sistem manajemen atau pengelolaan untuk mendukung pengembangan sebagai potensi.
3. Menjadi salah satu acuan pengembangan potensi pemetaan daerah lokasi pariwisata olahraga.
4. Dapat mengetahui potensi olahraga rekreasi/masyarakat di Air Terjun Tolang.

#### **G. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan mampu memberi manfaat baik dalam teoritis maupun praktis yaitu:

1. Secara teoritis

- a. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sumbangan ilmu yang berarti menjadi bahan informasi dalam pengembangan olahraga rekreasi masyarakat yang terdapat di Provinsi Sumatera Barat, khususnya Lima Puluh Kota.
  - b. Dapat dijadikan referensi tentang penelitian dalam bidang olahraga rekreasi masyarakat yang berada di objek wisata.
2. Secara Praktis
- a. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan memaksimalkan pengembangan olahraga rekreasi/masyarakat di Air Terjun Tolang.
  - b. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi mengembangkan minat wisatawan untuk mengunjungi olahraga rekreasi/masyarakat
  - c. Bagi perguruan tinggi, dapat menjadikan solusi atau hasil permasalahan untuk mahasiswa yang mengambil jurusan kesehatan dan rekreasi menjadi pelaku atau pengelola dalam industri olahraga rekreasi.
  - d. Bagi pemerintah, sebagai tinjauan untuk potensi yang telah di analisis guna pengembangan olahraga rekreasi/masyarakat Air Terjun Tolang.
  - e. Bagi peneliti, ini sebagai acuan bagi mahasiswa jurusan kesehatan dan rekreasi khususnya untuk lebih mengembangkan industri olahraga rekreasi dan dapat membuka peluang kerja bagi sesama pelaku olahraga di Indonesia.