

**HUBUNGAN MOTIVASI MASYARAKAT NAGARI TALANG
KECAMATAN GUNUNG TALANG UNTUK MENGIKUTI
KEGIATAN OLAHRAGA REKREASI**

SKRIPSI



Oleh :

**Miko Evandra Pramuja
18089133/2018**

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

2023

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

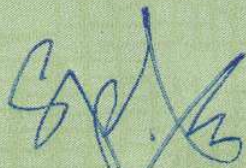
**HUBUNGAN MOTIVASI MASYARAKAT NAGARI TALANG
KECAMATAN GUNUNG TALANG UNTUK MENGIKUTI
KEGIATAN OLAHRAGA REKREASI**

Nama : Miko Evandra Pramuja
NIM/BP : 18089133/2018
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Departemen : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2023

Mengetahui
Kepala Departemen Kesehatan dan
Rekreasi

Disetujui Oleh : Pembimbing



Prof. Dr. Muhamad Szeli Rifki, S.Si, M.Pd
NIP. 19790704 200912 1 004



dr. Arif Fadli Muchlis, S. Ked, M. Biomed
NIP. 197308222006041001

PENGESAHAN SKRIPSI



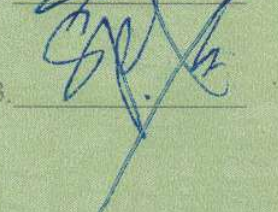
Dinyatakan Lulus Setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Keolahragaan Departemen Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

HUBUNGAN MOTIVASI MASYARAKAT NAGARI TALANG KECAMATAN GUNUNG TALANG UNTUK MENGIKUTI KEGIATAN OLAHRAGA REKREASI

Nama : Miko Evandra Pramuja
NIM/BP : 18089133/2018
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Departemen : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2023

Tim Penguji

| Nama | Tanda Tangan |
|---|--|
| 1. Ketua : dr. Arif Fadli Muchlis, S. Ked, M. Biomed | 1.  |
| 2. Anggota : Endang Sepdanius, S. SI, M. Or | 2.  |
| 3. Anggota : Prof. Dr. Muhamad Sazeli Rifki, S. Si, M. Pd | 3.  |

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya Miko Evandra Pramuja NIM 18089133 menyatakan :

1. Skripsi saya dengan judul **“Hubungan Motivasi Masyarakat Nagari Talang Kecamatan Gunung Talang Untuk Mengikuti Kegiatan Olahraga Rekreasi”**, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik Universitas Negeri Padang maupun Perguruan Tinggi lain.
2. Skripsi murni gagasan, penilaian dan rumusan saya sendiri, disamping dari arahan tim pembimbing, penguji dan masukan dari rekan-rekan beserta seminar.
3. Didalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah saya dan disebut nama pengarang nya dan daftar rujukan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan tidak benar pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dan pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena skripsi ini, serta sanksi lain sesuai dengan norma dan ketentuan yang berlaku.

Padang, Agustus 2023

Saya yang
menyatakan



Miko Evandra Pramuja

NIM. 18089133

ABSTRAK

Miko Evandra Pramuja (2023). Hubungan Motivasi Masyarakat Nagari Talang Gunung Talang Untuk Mengikuti Kegiatan Olahraga Rekreasi

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya motivasi masyarakat Nagari Talang untuk mengikuti kegiatan olahraga rekreasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan motivasi terhadap partisipasi olahraga rekreasi.

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Subjek penelitian ini adalah masyarakat nagari talang yang sedang berolahraga baik dalam golongan anak-anak, remaja, dewasa, dan orang tua. Teknik pengumpulan data dengan observasi, angket, dan dokumentasi. Instrumen utama dalam mengumpulkan data berupa observasi dan angket. Data diolah dengan menggunakan software komputer.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi instrinsik dan motivasi ekstrinsik mempunyai hubungan yang signifikan terhadap partisipasi olahraga rekreasi.

Berdasarkan hasil penelitian ini bisa dikarenakan masyarakat yang sebelumnya minim atau kurang pengetahuan mengenai olahraga rekreasi, setelah melihat aktivitas olahraga rekreasi menimbulkan motivasi untuk melakukan partisipasi dalam olahraga rekreasi.

Kata Kunci: Motivasi, Olahraga Rekreasi, Partisipasi

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya, Sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Hubungan Motivasi Masyarakat Nagari Talang Gunung Talang Untuk Mengikuti Kegiatan Olahraga Rekreasi”. Shalawat beserta 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 Jurusan Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam pembuatan ini penulis menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu penulis 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 penulis 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. Alnedral, M. Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan izin penelitian.
3. Bapak Prof. Dr. M. Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd. sebagai Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Bapak dr. Arif Fadli Muchlis, S.Ked, M.Biomed. sebagai Pembimbing Skripsi, yang telah ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Endang Sepdanius, S.SI, M.Or dan Prof. Dr. M. Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd. sebagai tim penguji yang telah memberikan masukan dan saran demi kesempurnaan skripsi ini. Seluruh bapak ibuk dosen dan karyawan Fakultas

Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmu dan layanan kepada penulis selama mengikuti perkuliahan.

6. Orang tua tercinta yaitu Ibu Eva Asmarora yang telah memberikan do'a, semangat dan tak pernah henti berjuang memberikan motivasi secara spiritual, moril dan materil kepada penulis.
7. Orang baik dibalik proses skripsi saya yang menjadi sahabat, teman, sekaligus *partner* dalam banyak hal Restu Yufia Saputri yang telah memberikan semangat, motivasi, tempat berkeluh kesah dan bantuan selama menyelesaikan studi dan mendapat gelar sarjana.
8. Untuk Ante Hemaneti yang telah memeberikan motivasi, uang saku dan semangat dalam menyelesaikan proses perkuliahan ini.
9. Terima kasih kepada keluarga besar KESREK 2018 yang sudah melewati waktu perkuliahan secara bersama- sama, terima kasih untuk semua bantuan dan motivasi yang diberikan.
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Untuk itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dan pembaca untuk menyempurnakan skripsi ini. Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini bermamfaat bagi semua pihak yang memerlukan.

Padang, Juni 2023

Penulis

Miko Evandra Pramuja

DAFTAR ISI

| | |
|---|----------|
| HALAMAN PERSETUJUAN | |
| DAFTAR ISI..... | i |
| DAFTAR GAMBAR | iii |
| DAFTAR TABEL..... | iv |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Identifikasi Masalah | 4 |
| C. Pembatasan Masalah | 4 |
| D. Perumusan Masalah | 4 |
| E. Tujuan Penelitian..... | 4 |
| F. Manfaat Penelitian | 4 |
| BAB II KAJIAN PUSTAKA..... | 6 |
| A. Landasan Teori..... | 6 |
| 1. Hakikat Motivasi..... | 6 |
| a. Pengertian Motivasi..... | 6 |
| b. Tujuan dan Manfaat Motivasi | 8 |
| c. Faktor Yang Mempengaruh Motivasi | 9 |
| 2. Hakekat Olahraga Rekreasi..... | 11 |
| a. Defenisi Olahraga Rekreasi | 11 |
| b. Klasifikasi Olahraga Rekreasi | 12 |
| c. Olahraga Rekreasi Pada Masyarakat | 13 |
| d. Manfaat Olahraga rekreasi Bagi masyarakat..... | 15 |
| 3. Partisipasi Masyarakat Dalam Olahraga | 15 |
| a. Pengertian Partisipasi | 15 |
| b. Jenis dan Bentuk Partisipasi | 17 |
| c. Tingkat Partisipasi masyarakat..... | 17 |
| B. Penelitian Yang Relevan | 18 |

| | |
|--|-----------|
| C. Kerangka Konseptual | 18 |
| D. Hipotesis Penelitian..... | 19 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 20 |
| A. Jenis Penelitian..... | 20 |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian | 20 |
| C. Pupulasi dan Sampel | 20 |
| D. Defenisi Operasional | 22 |
| E. Instrumen Penelitian..... | 23 |
| F. Teknik Pengumpulan Data | 24 |
| G. Teknik Analisi Data | 25 |
| BAB IV METODE PENELITIAN | 27 |
| A. Analisis Hasil | 27 |
| a. Analisis Disribusi Frekuensi Motivasi Instrinsik..... | 27 |
| b. Analisis Disribusi Frekuensi Motivasi Ekstrinsik..... | 28 |
| c. Analisis Disribusi Frekuensi Partisipasi Olahraga Rekreasi..... | 29 |
| d. Analisi Hasil Pengujian Hipotesis | 30 |
| B. Pembahasan | 36 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | 39 |
| A. Kesimpulan | 39 |
| B. Saran | 39 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 40 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 1. Kerangka Konseptual Penelitian..... | 19 |
| Gambar 2. Desain Penelitian Korelasi | 21 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 1. Data Responden Masyarakat..... | 22 |
| Tabel 2. Kisi – Kisi Instrumen Angket Yang Digunakan Dalam Penelitian..... | 24 |
| Tabel 3. Penilaian Skala Likert | 25 |
| Tabel 4. Pedoman Pemberian Interpretasi Terhadap Koefisien Korelasi | 26 |
| Tabel 5. Distribusi Frekuensi Motivasi Instrinsik..... | 28 |
| Tabel 6. Distribusi Frekuensi Motivasi Ekstrinsik..... | 28 |
| Tabel 7. Distribusi Frekuensi Partisipasi Olahraga Rekreasi | 29 |
| Tabel 8. Analisis Korelasi Sederhana Motivasi Instrinsik Terhadap Partisipasi Olahraga Rekreasi | 30 |
| Tabel 9. Analisis Korelasi Sederhana Motivasi Ekstrinsik Terhadap Partisipasi Olahraga Rekreasi | 33 |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan masyarakat saat ini, dalam kehidupan manusia tidak dapat dipisahkan dengan kegiatan olahraga, baik olahraga prestasi, olahraga pendidikan, dan begitu juga dengan olahraga kebugaran. Sesuai dengan Undang-undang No. 3 Tahun 2005 tentang sistem keolahragaan Nasional. Pelaksanaan olahraga itu dibagi menjadi 5 bagian dilihat dari segi maksud dan tujuannya, yaitu :1)Olahraga prestasi, Olahraga yang penekanannya pada pencapaian prestasi; 2) Olahraga rekreasi, penekanannya pada rekreasi atau hiburan; 3) Olahraga kesehatan, penekanannya pada pencapaian kesehatan; 4) Olahraga kebugaran, penekanannya pada pencapaian kebugaran dan kesegaran jasmani; 5) Olahraga pendidikan, penekanannya pada pencapaian tujuan pendidikan.

Berdasarkan kutipan di atas dapat kita simpulkan bahwa suatu olahraga yang dilakukan memiliki peran penting dalam kehidupan. Olahraga adalah bagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang bertujuan membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Apalagi dengan adanya perkembangan dan kemajuan teknologi di bidang olahraga sehingga dapat memudahkan masyarakat dalam melakukan kegiatan olahraga. (Viandra dkk,2015)

Olahraga rekreasi adalah olahraga yang dilakukan oleh masyarakat dengan kegemaran dan kemampuan yang tumbuh dan berkembang sesuai dengan kondisi dan nilai budaya masyarakat setempat untuk kesehatan, kebugaran, dan kegembiraan. Olahraga rekreasi dilakukan pada waktu senggang atau waktu-waktu luang.

Menurut Rosmaneli (2014:11) bahwa rekreasi yang lebih dominan melihatkan aktivitas fisik atau jasmani,misalnya olahraga rekreasi menitik beratkan tujuan pada peningkatan aktivitas fisik dan mental. Aktivitas fisik atau pengalaman gerak yang dilaksanakan dalam olahraga rekreasi akan memberikan kontribusi atau

bermanfaat untuk meningkatkan kesegaran/kebugaran jasmani (*physical fitness*)". Olahraga rekreasi dapat dikelompokkan atas beberapa jenis, yaitu sebagai berikut: 1) jenis permainan, 2) jenis cabang olahraga, 3) jenis petualang, 4) jenis *out bount*".

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan olahraga rekreasi adalah olahraga yang mengarahkan kepada aktivitas gerak yang bertujuan untuk kesenangan dan kegembiraan. Biasanya masyarakat moderen saat ini sangat membutuhkan olahraga rekreasi untuk mendukung kegiatan sehari-hari.

Motivasi adalah dorongan untuk memunculkan gejala-gejala tertentu yang bertujuan untuk mencapai tujuan yang diharapkan, serta bentuk-bentuk usaha yang dapat menyebabkan seseorang atau kelompok orang tertentu tergerak melakukan sesuatu karena ingin mencapai tujuan yang dikehendaki (Saputra, 2014).

Berdasarkan pernyataan di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa motivasi merupakan suatu usaha yang secara sadar maupun tidak yang berasal dari dalam diri seseorang maupun orang lain. Bertujuan untuk memberikan arahan kepada seseorang menuju arah yang baik demi mencapai hasil kesehatan yang baik. Dengan motivasi yang baik diharapkan juga mampu memengaruhi keaktifan masyarakat ketika melakukan kegiatan olahraga.

Olahraga rekreasi pada dasarnya dilakukan untuk mengisi waktu luang. Tujuan utama olahraga rekreasi adalah untuk beristirahat *refreshing* (relaksasi) dan juga memungkinkan terjadinya kontak sosial. Olahraga rekreasi adalah sebuah kegiatan didalamnya terkandung unsur-unsur atau nilai-nilai aktivitas olahraga yang dilakukan pada tempat tertentu dengan tujuan mendapatkan suatu kepuasan tersendiri, tanpa ada rasa beban. (Suryadi Damanik, 2014)

Olahraga rekreasi banyak dipilih masyarakat karena pelaksanaannya yang mudah, masyarakat bisa melakukan di ruang terbuka atau *Open space* yang bisa dimanfaatkan oleh masyarakat dalam melakukan aktivitas olahraga rekreasi. Ruang terbuka merupakan salah satu kebutuhan yang tidak kalah penting dari kebutuhan fasilitas sosial lainnya seperti, tempat peribadatan, pendidikan, kesehatan dan sebagainya.

Pada hakekatnya olahraga dan rekreasi merupakan salah satu kebutuhan manusia untuk kesehatan jasmani dan rohani yang sangat penting demi mendukung kegiatan sehari-hari (Pratomo,2015). Manusia melakukan kegiatan olahraga karena sadar akan pentingnya menjaga kesehatan tubuh yang dilakukan pada waktu luang.

Kebutuhan menurut sifatnya dibagi menjadi dua yaitu kebutuhan jasmani dan kebutuhan rohani. Kebutuhan jasmani adalah kebutuhan yang diperlukan untuk pemenuhan fisik/jasmani yang sifatnya kebendaan. Sedangkan kebutuhan rohani adalah kebutuhan yang diperlukan untuk pemenuhan jiwa atau rohani. Kebutuhan ini sifatnya relatif karena tergantung pada pribadi seseorang yang membutuhkan.

Orang yang menyukai olahraga mempunyai banyak alasan, salah satunya adalah ingin meningkatkan kebugaran jasmani, sementara itu bagi seseorang yang tidak mempunyai kegiatan biasanya orang itu akan mencari hiburan atau refreshing salah satunya dengan olahraga. Akitivitas yang selalu dilakukan masyarakat di sore hari, sangat mengundang perhatian masyarakat lain untuk ikut serta dalam berolahraga maupun hanya melihat/menonton kegiatan olahraga.

Adapun beberapa kegiatan iven olahraga salah satunya seperti turnamen tahunan sepak bola piala pemuda yang hanya boleh diikuti masyarakat nagari talang, namun ada beberapa jorong masyarakat tidak begitu bisa bermain sepak bola akan tetapi jorong tersebut selalu ikut partisipasi di iven turnamen sepak bola piala pemuda.

Berdasarkan pengamatan peneliti di lapangan dengan kebiasaan masyarakat di Nagari Talang setelah bekerja kesawah dan ke ladang biasanya melakukan kegiatan berolahraga baik itu olahraga sepak bola, bola volly dan untuk yang ibu serta remaja putri melakukan senam dilapangan kosong, apalagi di akhir pekan pada hari sabtu dan minggu selalu penuh diisi dengan kegiatan olahraga oleh masyarakat.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Motivasi Terhadap Partisipasi Olahraga Rekreasi Masyarakat Nagari Talang Kecamatan Gunung Talang”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan masalah dalam latar belakang peneliti, dapat diidentifikasi masalahnya sebagai berikut:

1. Belum diketahuinya hubungan motivasi masyarakat terhadap partisipasi dalam berolahraga.
2. Belum hubungan tingkat partisipasi masyarakat dalam berolahraga.
3. Belum diketahuinya faktor-faktor yang mempengaruhi partisipasi dan motivasi masyarakat untuk melakukan olahraga rekreasi.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya identifikasi masalah, maka penulis membatasi penelitian ini pada hubungan motivasi terhadap partisipasi olahraga rekreasi masyarakat di Nagari Talang Kecamatan Gunung Talang.

D. Perumusan Masalah

Dari uraian latar belakang dan identifikasi masalah yang di sampaikan di atas maka disimpulkan rumusan masalah yaitu :

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi dengan partisipasi olahraga rekreasi.
2. Seberapa besar hubungan motivasi terhadap partisipasi?
3. Seberapa besar faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi masyarakat dalam melakukan aktivitas olahraga rekreasi ?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka, tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui hubungan antara motivasi dengan partisipasi olahraga rekreasi.
2. Untuk mengetahui seberapa besar hubungan motivasi terhadap partisipasi

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Bagi penulis untuk memenuhi salah satu syarat guna mendapatkan gelar sarjana olahraga jurusan Departemen Kesehatan dan Rekreasi pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Dapat memberikan pengetahuan pengalaman dan keterampilan bagi peneliti mengenai tingkat motivasi masyarakat Nagari Talang untuk berolahraga.
3. Bagi perpustakaan Universitas Negeri Padang Sebagai tambahan di literatur dalam penelitian lanjutan.
4. Penelitian selanjutnya untuk dijadikan sebagai referensi tentang tingkat motivasi masyarakat Nagari Talang untuk berolahraga.