

**STUDI MOTIVASI AKTIVITAS REKREASI PADA MAHASISWA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI PADANG
DI MASA PANDEMI COVID-19**

Skripsi



Disusun oleh:

FAJRI RUSDI ANDA

16089036

JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI PADANG (UNP)

2021

PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : Fajri Rusdi Anda

Nim : 16089036

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Skripsi Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi
Universitas Negeri Padang

Dengan Judul :

Studi Motivasi Aktivitas Rekreasi pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang di Masa Pandemi Covid-19

Padang, November 2021

Tim Penguji

1. Ketua : Endang Sepdanius, S.Si, M.Or
2. Anggota : Dr. M. Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd
3. Anggota : Sonya Nelson, S.Si, M.Pd

Tanda Tangan



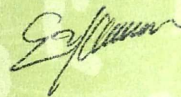
PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Studi Motivasi Aktivitas Rekreasi pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di Masa Pandemi Covid-19

Nama : Fajri Rusdi Anda
NIM : 16089036/2016
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, November 2021

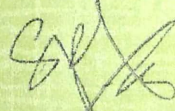
Disetujui oleh:
Pembimbing



Endang Sepdanius, S.Si, M.Or
NIP. 19890926201504 1 002

Mengetahui.

Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi



Dr. M. Sazeli Rihki, S.Si, M.Pd
NIP. 19790704200912 1 004

HALAMAN PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji syukur saya ucapkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat Rahmat dan Hidayahnya sehingga saya mampu menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu bentuk perjuangan saya untuk mendapat gelar Sarjana Olahraga. Mendapatkan sebuah gelar Sarjana Olahraga bukanlah suatu hal yang mudah, membutuhkan perjuangan yang panjang, menguras otak dan tenaga serta biaya

TENTUNYA

Namun itu semua bukanlah penghalang bagi saya, hal itu justru menjadi bukti keteguhan saya untuk menunjukkan kepada semua orang-orang sekitar bahwa, "Fajri Rusdianda, anak dari seorang ibu penjual ikan bisa menjadi sarjana". Sesungguhnya setelah kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai dengan satu urusan, kerjakanlah dengan sungguh-sungguh urusan yang lain. Dan kepada Tuhan mu lah hendaknya kamu berharap

(QS. Al - Insyirah : 6 - 8)

Saya bisa sampai di tahap ini karena saya yakin dengan ayat tersebut diatas, dan semua ini tidak lepas juga dari dukungan orang tua yang selalu memberi semangat, selalu mendinginkan pikiran saya selama mengerjakan skripsi ini.

"Mama, Terimakasih selalu memberi ketenangan ketika fajri mendapat revisi yang penuh dengan coretan dari dosen"

Teruntuk teman seperjuangan yang sudah terlebih dahulu wisuda, khususnya :

Digel "Maaf yoo.., den yo agak lambek stek"

Nurul "Sellow nuk, lai salasai juo dek fajri nyo haa"

Hasih "Makasih hasih alah maagiah support"

Teruntuk teman seperjuangan yang belum wisuda dan masih berjuang, khususnya:

Hamdan, Dani, Arif Bibia, Renal Kaliang, Panji, dan Aryo.

"Tetap semangat, jangan pernah putus asa, yakin dan percayalah proses tidak pernah mengkhianati hasil dan semua akan indah pada waktunya"

"Den lai nio Wisuda samo-samo jo kalian, tapi kalian nan indak namuah wisuda samo jo den"

Ter-untuk teman-teman angkatan IKOR 16 yang tidak dapat saya sebut satu persatu

Saya ucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya karena telah membantu saya dan memberitahu saya langkah-langkah, tahap-tahap, cara-cara pengerjaan skripsi.

Ter-untuk Dosen yang tela mendidik saya selama ini di FIK,

Terimakasih yang sebesar-besarnya karena telah mencurahkan ilmu yang begitu bermanfaat kepada saya, yang awalnya mulanya saya bagaikan gelas kosong. Namun setelah bertemu dengan bapak-ibuk sekalian saya merasa mengerti akan pentingnya ilmu pengetahuan dalam hidup ini.

Ter-untuk Adik-adik di rumah, khususnya:

Rafiki "Sorry yo, namo den pakai huruf S di blakang nyo aa"

Wahyudi "Jan masalahu juo nan ang kaji lai"

Hana "Kurang-kurangi lah pai malala lai, panek den mamberangan kau"

Roza "Anak ayang apaah"

Dila "Berat badan tolong ditambah yoo"

Ter-untuk teman yang paling saya percaya di atas dunia ini

Nindi Rifais "Tetaplah rebahan, selalu menyerah dan jangan pernah semangat. Suksesmu tidak senyaman tidurnu"

Akhir kata saya ucapkan alhamdulillah atas pencapaian ini, saya lega dan puas atas hasil yang saya raih.

"Tak ada batu yang keras, tak ada masalah yang berat, yakinlah pada takdir indah yang telah di tetapkan Allah untuk hambanya"



FAJRI RUSDI ANDA

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan, bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau di terbitkan orang lain kecuali acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, November 2021



Fajri Rusdi Anda

ABSTRAK

FAJRI, (2021) : Studi Motivasi Aktivitas Rekreasi pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di Masa Pandemi COVID-19

Berdasarkan pengamatan peneliti masalah yang didapat terhadap motivasi aktivitas rekreasi pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19 masih ada saja beberapa mahasiswa yang membandel dengan tetap melakukan aktivitas rekreasi secara bersama-sama, dengan alasan menurut mereka rekreasi itu penting dilakukan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat motivasi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Tempat penelitian di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang Kec. Padang Utara Kota Padang. Waktu penelitian bulan Agustus-September 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 100 orang, pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *random sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner atau angket (memakai skala *Likert*) beserta alat tulis lainnya. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis deskriptif.

Hasil analisis data menunjukkan : (1) Motivasi intrinsik mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19 tergolong pada kategori cukup, (2) Motivasi Ekstrinsik mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19 tergolong pada kategori cukup, (3) Motivasi aktivitas rekreasi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19 tergolong pada kategori cukup.

Kata Kunci : Motivasi, Rekreasi, COVID-19

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah dan puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul: **“Studi Motivasi Aktivitas Rekreasi pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa Pandemi COVID-19”**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Olah Raga di Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam pembuatan dan penyusunan skripsi ini penulis mendapatkan bantuan yang sangat mendukung dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini dengan kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Drs. Ganefri, Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberi kesempatan untuk menimba ilmu di Universitas Negeri Padang pada Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Bapak Dr. Alnedral, M.Pd selaku dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberi peluang bagi penulis untuk melanjutkan studi serta memberi izin untuk melakukan penelitian di Fakultas Ilmu Keolahragaan.

3. Bapak Dr. Muhammad Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd selaku Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan pelayanan akademik dan memimpin jurusan Kesrek di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Endang Sepdanius, S.Si, M.Or sebagai pembimbing, yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Muhammad Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd dan Ibuk Sonya Nelson, S.Si, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Seluruh bapak/ibuk dosen Jurusan Kesehatan dan Rekreasi yang telah membagi ilmu kepada penulis selama perkuliahan.
7. Saudara Nindi rifais, Delvirah aryo, Hamdan Muktafi, Renaldo Elani, Dani Hidayat, Panji Asep, Nurul dan Gel Mai Chandra serta teman-teman lainnya yang telah menolong penulis dalam proses penyusunan skripsi ini.

Padang, November 2021

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR GAMBAR.....	vi
DAFTAR TABEL.....	vii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	8
1. Hakikat Rekreasi.....	8
2. Hakikat Motivasi.....	14
3. Covid-19.....	22
4. Fakultas Ilmu Keolahragaan.....	24
B. Kerangka Konseptual.....	27
C. Pertanyaan Penelitian.....	28

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	29
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	29
C. Populasi dan Sampel.....	29
D. Sumber Data.....	30
E. Teknik Pengumpulan Data.....	30
F. Instrumen Penelitian.....	30
G. Uji Coba Instrumen.....	33
H. Teknik Analisis Data.....	35

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Verifikasi Data.....	38
B. Deskripsi Data.....	38
C. Pembahasan.....	51

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....	57
B. Implikasi.....	57
C. Keterbatasan Penelitian.....	58
D. Saran.....	58

DAFTAR PUSTAKA.....	59
----------------------------	-----------

LAMPIRAN PENELITIAN.....	62
---------------------------------	-----------

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Konseptual	27
Gambar 2. Diagram Motivasi Intrinsik.....	39
Gambar 3. Diagram Indikator Minat.....	41
Gambar 4. Diagram Indikator Kemampuan.....	42
Gambar 5. Diagram Indikator Kebutuhan.....	43
Gambar 6. Diagram Motivasi Ekstrinsik.....	45
Gambar 7. Diagram Indikator Lingkungan.....	46
Gambar 8. Diagram Indikator Dorongan Keluarga.....	47
Gambar 9. Diagram Indikator Imbalan.....	49
Gambar 10. Diagram Motivasi Aktivitas Rekreasi.....	50
Gambar Lampiran Proses Pengumpulan Data.....	55

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1. Norma Skoring Kuesioner Motivasi	33
Tabel 2. Kisi-Kisi Kuesioner Motivasi Aktivitas Rekreasi.....	34
Tabel 3. Hasil penelitian Motivasi Intrinsik.....	39
Tabel 4. Hasil penelitian Indikator Minat.....	40
Tabel 5. Hasil Penelitian Indikator Kemampuan.....	41
Tabel 6. Hasil Penelitian Indikator Kebutuhan.....	43
Tabel 7. Hasil penelitian Motivasi Ekstrinsik.....	44
Tabel 8. Hasil Penelitian Indikator Lingkungan.....	45
Tabel 9. Hasil Penelitian Indikator Dorongan Keluarga.....	47
Tabel 10. Hasil Penelitian Indikator Imbalan.....	48
Tabel 11. Hasil penelitian Motivasi Aktivitas Rekreasi.....	50

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga merupakan jenis kegiatan yang lebih dominan pada gerak jasmani atau fisik. Olahraga juga bisa dikatakan sebagai realitas sesuatu hal yang dilakukan secara nyata (Endrianto, 2019). Menurut Sejarah perkembangan olahraga Indonesia merupakan bagian yang berkaitan dengan sejarah kebudayaan masyarakat Indonesia. Dimana olahraga yang ada di bangsa Indonesia telah dipengaruhi oleh negara-negara Eropa, seperti bangsa Belanda, Jerman, Swedia, dan Austria. Oleh karena itu baik sistem dan manajemen pengelolaannya banyak mempengaruhi perkembangan olahraga di Indonesia (Husdarta & Riduwan, 2010). Perkembangan olahraga juga merupakan bagian dari pembangunan dan investasi masa depan yang harus dipersiapkan.

Sepenuhnya dalam proses pembangunan ini dilakukan suatu usaha secara sadar, terencana, dan berkesinambungan untuk memperoleh perubahan serta perbaikan yang sempurna. Pembangunan ini mengharuskan kita untuk menambah dan memperdalam kualitas ilmu pengetahuan. Peningkatan keterampilan juga menjadi faktor penting dalam pembangunan tersebut.

Seiring dengan perkembangan dan kemajuan zaman yang kehidupan manusia banyak mengalami ketergantungan pada teknologi serta gaya hidup yang semakin

mudah dikarenakan bantuan dari teknologi yang ada dimasa sekarang ini, namun olahraga akan selalu menjadi kebutuhan pokok bagi setiap masyarakat. Olahraga menciptakan kondisi fisik agar tetap prima dalam menjalani kegiatan sehari-sehari serta membantu seseorang untuk mencapai prestasi. Hal tersebut tercantum dalam BAB VII Pasal 26 ayat 1 dan 2 Undang-Undang RI No 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional yang berbunyi sebagai berikut:

“1) Pembinaan dan pengembangan olahraga rekreasi dilaksanakan dan diarahkan untuk memasalkan olahraga sebagai upaya mengembangkan kesadaran masyarakat dalam meningkatkan kesehatan, kebugaran, kegembiraan dan hubungan sosial, 2) Pembinaan dan pengembangan sebagaimana dimaksud pada ayat 1 dilaksanakan oleh pemerintah, pemerintah daerah, dan/atau masyarakat dengan membangun dan memanfaatkan potensi sumber daya, prasarana dan sarana olahraga rekreasi”.

Berdasarkan kutipan yang tertera diatas, dapat dikemukakan bahwa olahraga rekreasi dibina dan di kembangkan untuk meningkatkan kesadaran, kesehatan, serta kebugaran masyarakat. Para ahli berpandangan bahwa aktivitas untuk mengisi waktu luang disebut rekreasi, dengan kata lain rekreasi memiliki definisi “penggunaan berharga dari waktu luang.” Hal tersebut menjelaskan bahwa aktivitas yang dipilih oleh seseorang untuk dijadikan media penyegaran bagi jiwa dan fisik, agar menjadi kegiatan yang bermanfaat (V. Alvionita, 2019). Rekreasi juga sudah menjadi kegiatan rutin bagi beberapa universitas di Indonesia untuk mempererat hubungan sesama mahasiswa dan hubungan mahasiswa dengan dosen atau staf pengajar lainnya.

Berdasarkan uraian tentang aktivitas rekreasi yang tertera diatas serta ditambah dengan pengalaman peneliti selaku bagian dari mahasiswa Fakultas Ilmu

Keolahragaan UNP, maka dapat dikatakan bahwa Fakultas Ilmu Keolahragaan juga memiliki aktivitas rekreasi yang sudah menjadi agenda tahunan di Universitas Negeri Padang (UNP), setiap tahun masing-masing fakultas di UNP mengadakan aktivitas yang sering dikenal dengan istilah Kemah Bakti Mahasiswa (KBM). Kegiatan Kemah Bakti Mahasiswa ini biasanya dilakukan selama beberapa hari di alam terbuka dengan sarana dan prasarana yang memadai.

Peranan rekreasi digunakan sebagai wadah atau pengalaman belajar untuk mencapai tujuan pendidikan. Program ini memiliki prinsip belajar sambil melakukan kegiatan tertentu (*learning by doing*). Pada aktivitas rekreasi juga terdapat unsur-unsur kesehatan dan kebugaran jasmani yang sering juga disebut dengan olahraga rekreasi.

Menurut A.S Pratomo (2015:5) Pengertian Olahraga Rekreasi adalah jenis kegiatan olahraga yang dilakukan pada waktu senggang atau waktu-waktu luang. Oleh sebab itu, olahraga rekreasi memerlukan pengembangan sehingga menjadi kebutuhan dan kebahagiaan bagi kita. Keberhasilan aktivitas olahraga rekreasi ini ditentukan oleh beberapa faktor salah satunya adalah motivasi.

Motivasi merupakan salah satu aspek psikis yang menjadi latar belakang setiap perbuatan individu. Manusia yang memiliki motivasi tinggi memiliki sebuah alasan yang kuat untuk melakukan pekerjaan yang dijalani saat ini demi mencapai tujuannya. Uraian tersebut berbeda dengan definisi motivasi yang

diketahui oleh masyarakat yang biasanya dikenal dengan makna semangat. Motivasi biasanya dijadikan sebagai penggerak dalam melakukan aktivitas rekreasi, para ahli menjelaskan bahwa motivasi dapat dibagi menjadi dua bagian yakni motivasi intrinsik (dalam) dan motivasi ekstrinsik (luar). Begitu juga dengan aktivitas rekreasi yang ada pada ruang lingkup Universitas Negeri Padang yang juga memerlukan motivasi agar tujuan yang ingin dicapai mahasiswa dalam aktivitas rekreasi tersebut terwujud dengan hasil yang memuaskan.

Pada masa sekarang ini aktivitas rekreasi belum bisa diadakan karena terkendala oleh pandemi COVID-19. Menurut *World Healty Organization* (2020), “COVID-19 adalah penyakit menular yang disebabkan *corona virus* yang baru ditemukan. Virus baru dan penyakit yang disebabkan ini tidak dikenal sebelum mulainya wabah di Wuhan, Tiongkok, bulan Desember 2019”.

Saat pandemi ini aktivitas rekreasi yang sudah menjadi agenda tahunan di Universitas Negeri Padang di tiadakan, berbeda dengan sebelumnya dimana mahasiswa UNP melaksanakan aktivitas rekreasi yang sudah terjadwal sesuai masing-masing fakultas maupun jurusan. Namun masih ada saja beberapa mahasiswa yang membandel dengan tetap melakukan aktivitas rekreasi secara bersama-sama, dengan alasan menurut mereka rekreasi itu penting dilakukan yang kemudian menimbulkan perbedaan pemahaman diantara masiswa mengenai kaitan rekreasi dengan pandemi COVID-19.

Atas realita yang terjadi saat ini, maka penulis ingin sekali untuk meneliti sehingga dapat gambaran yang jelas tentang bagaimana motivasi mahasiswa

Universitas Negeri Padang selama masa pandemi COVID-19 ini. Namun semua ini memerlukan pengamatan melalui penelitian, sehingga hasil yang diperoleh dapat dijadikan untuk menjelaskan berbagai permasalahan yang dituangkan dalam penelitian ini.

Berdasarkan pemantauan peneliti selaku mahasiswa yang pernah terlibat dalam aktivitas rekreasi pada Universitas Negeri Padang memberikan gambaran bagaimana pelaksanaan aktivitas rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19. Meskipun belum berjalan optimal dengan harapan dapat memberikan jawaban terhadap permasalahan tersebut dan mampu memberikan kontribusi yang berarti terhadap pelaksanaan aktivitas rekreasi itu sendiri.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka dapat identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Tingkat motivasi mahasiswa dalam mengikuti aktivitas rekreasi pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19.
2. Tingkat motivasi intrinsik mahasiswa dalam mengikuti aktivitas rekreasi pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19.
3. Tingkat motivasi Ekstrinsik mahasiswa dalam mengikuti aktivitas rekreasi pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19.

4. Mekanisme pelaksanaan aktivitas rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang kurang memuaskan di masa pandemi COVID-19.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan dari identifikasi permasalahan di atas, maka penulis membatasi penelitian ini hanya pada variabel yang dianggap paling dominan terhadap permasalahan, diantaranya:

1. Tingkat motivasi mahasiswa dalam mengikuti aktivitas rekreasi pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19.
2. Tingkat motivasi intrinsik mahasiswa dalam mengikuti aktivitas rekreasi pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19.
3. Tingkat motivasi Ekstrinsik mahasiswa dalam mengikuti aktivitas rekreasi pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang dikemukakan di atas, maka perumusan masalah pada penelitian ini dapat diklasifikasikan sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat motivasi mahasiswa dalam mengikuti aktivitas rekreasi pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19?

2. Bagaimana tingkat motivasi intrinsik mahasiswa dalam mengikuti aktivitas rekreasi pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19?
3. Bagaimana tingkat motivasi Ekstrinsik mahasiswa dalam mengikuti aktivitas rekreasi pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini, yaitu:

1. Mendeskripsikan tingkat motivasi mahasiswa dalam mengikuti aktivitas rekreasi pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19.
2. Mendeskripsikan tingkat motivasi intrinsik mahasiswa dalam mengikuti aktivitas rekreasi pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19.
3. Mendeskripsikan tingkat motivasi Ekstrinsik mahasiswa dalam mengikuti aktivitas rekreasi pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat dari hasil penelitian ini, antara lain:

1. Peneliti untuk menambah wawasan dan pengetahuan serta untuk mendapatkan Gelar Sarjana pada Program studi Ilmu Keolahragaan Strata satu (S1) Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

2. Sebagai bahan masukan bagi pengurus aktivitas rekreasi untuk lebih memperhatikan pelaksanaan aktivitas rekreasi pada Universitas Negeri Padang.
3. Bagi panitia pelaksana, sebagai masukan dan pedoman dalam mengatur serta meningkatkan kualitasnya.
4. Sebagai perbandingan bagi penulis lainnya yang ingin meneliti lebih lanjut tentang aktivitas rekreasi.
5. Sebagai sumbangan khasanah ilmu pengetahuan bagi pembaca.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan sebelumnya diketahui beberapa kesimpulan yaitu :

1. Hasil penelitian Motivasi aktivitas rekreasi pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19 sebagian besar adalah cukup dengan perolehan skor sebesar 70%.
2. Hasil penelitian pada aspek motivasi intrinsik mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19 sebagian besar berkategori cukup yang memiliki persentase sebesar 44%.
3. Hasil penelitian pada aspek motivasi ekstrinsik mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19 sebagian besar masuk kategori cukup dengan persentase 77%.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan diatas, hasil penelitian ini mempunyai implikasi yaitu:

1. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi untuk mengetahui tingkat motivasimahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang di masa pandemi COVID-19.
2. Hasil tersebut membuat peneliti semakin paham mengenai pentingnya motivasi dalam aktivitas rekreasi terkhususnya bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negri Padang.

C. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian ini adalah peneliti melakukan penelitian di masa pandemi COVID-19 sehingga membuat peneliti kesulitan dalam mencari subjek/responden penelitian di area Fakultas Ilmu Keolahragaan.

D. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi mahasiswa yang masih memiliki motivasi kurang baik, diharapkan kepada keluarga beserta orang disekitar lingkungan agar memberi perhatian lebih untuk bisa meningkatkan motivasinya.
2. Peneliti hanya melakukan penelitian pada salah satu fakultas yang ada di Universitas Negeri Padang, bagi peneliti selanjutnya disarankan sampel penelitian yang digunakan lebih banyak lagi, sehingga diharapkan faktor yang mendukung tingkat motivasi mahasiswa selama masa pandemi dapat teridentifikasi secara luas.
3. Bagi pihak Fakultas Ilmu keolahragaan agar dapat memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- A. M, Sardiman. 2005. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: RajawaliPress
- Alvionita. 2019. *Survey Tingkat Kepuasan Wahana Rekreasi Pemandian Eremerasa Kabupaten Bantaeng*. Makassar: Skripsi
- A. Pratama Apendi. 2012. *Kontribusi kekuatan otot dan fleksibilitas panggul terhadap hasil panjat dinding kategori rintisan (lead) Pada cabang olahraga panjat dinding*. Universitas Pendidikan Indonesia . repository.upi.edu
- A.S Pratomo. 2014. *Motivasi Masyarakat Melakukan Kegiatan Sanboarding Sebagai Sarana Olahraga Rekreasi di Pantai Parangkusumo*. Yogyakarta : Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations
- Arikunto, S. 2000. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Chatarina Dewi. 2018. *Tingkat Kedisiplinan terhadap Tata Tertib Siswi di Asrama Stella Duce I Samirono*. Yogyakarta: Skripsi
- Departemen Pendidikan Nasional, 2003 .*Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Edisi Ketiga. Jakarta. Penerbit Balai Pustaka
- Edwin, Norman. 2009. *Mendaki Gunung Sebuah Tantangan Petualangan*. Jakarta: PT. Aya Media
- Faisal, Agus, Sugianto. 2017. *Motif, Motivasi dan Manfaat Aktivitas Pendakian Gunung sebagai Olahraga Rekreasi Masyarakat*. Surakarta : Multilateral : Jurnal Pendidikan Olahraga
- Fallo, Ilham Surya dan Lauh, Whalsen Duli Agus. 2017. “*Motivasi Berprestasi Atlet Futsal IKIP PGRI Pontianak*” Jurnal Pendidikan Olahraga. 6(2). Hlm. 104-118
- Firdaus, Kamal. 2012. *Psikologi Olahraga*. Padang: FIK UNP