

**TINJAUAN MINAT SISWA SMPN 2 SINTOGA DI KABUPATEN
PADANG PARIAMAN TERHADAP OLAHRAGA REKREASI**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Kesehatan dan Rekreasi
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Olahraga*



OLEH :

**HUSNUL FIKRI
15089149/2015**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2020**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Judul : Tinjauan Minat Siswa SMPN 2 Sintoga di Kabupaten Padang Pariaman Terhadap Olahraga Rekreasi

Nama : Husnul Fikri

Nim/BP : 15089149/2015

Program Studi : Ilmu Keolahragaan

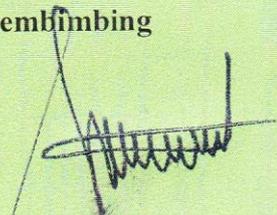
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2020

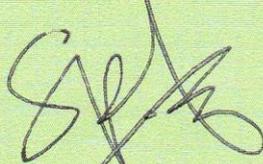
Disetujui Oleh:

Pembimbing



Dr. Anton Komaini, S.Si, M.Pd
NIP. 19860712 201012 1 008

Ketua Jurusan



Dr. M. Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd
NIP. 19790704 2009012 004

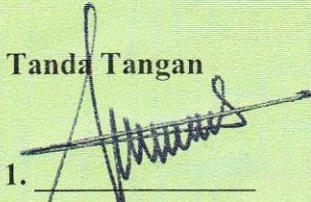
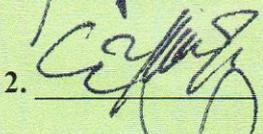
PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Husnul Fikri
NIM : 15089149/2015

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

**Tinjauan Minat Siswa SMPN 2 Sintoga di Kabupaten Padang Pariaman
Terhadap Olahraga Rekreasi**

Padang , Januari 2020

| | Nama | Tanda Tangan |
|------------|---------------------------------|--|
| 1. Ketua | : Dr. Anton Komaini, S.Si, M.Pd | 1.  |
| 2. Anggota | : Endang Sepdanius, S.Si, M.Or | 2.  |
| 3. Anggota | : Andri Gemaini, S.Si, M.Pd | 3.  |

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul“ Tinjauan Minat Siswa SMPN 2 Sintoga di Kabupaten Padang Pariaman Terhadap Olahraga Rekreasi “, adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan, kecuali pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Januari 2020
Yang Membuat Pernyataan



Husnul Fikri
NIM/BP. 2015/15089149

ABSTRAK

Husnul Fikri. 2020.” Tinjauan Minat Siswa SMPN 2 Sintoga Kabupaten Padang Pariaman Terhadap Olahraga Rekreasi”. *Skripsi*. Program Studi Ilmu Keolahragaan, Jurusan Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Masalah dalam penelitian ini adalah diduga masih rendahnya minat siswa terhadap olahraga rekreasi SMPN 2 Sintoga Kabupaten Padang Pariaman. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar minat siswa SMPN 2 Sintoga Kabupaten Padang Pariaman terhadap olahraga rekreasi.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi penelitian adalah siswa SMP N 2 Sintoga di Kabupaten Padang Pariaman. Pengambilan sampel dilakukan secara *purposive sampling* yaitu adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu, jadi jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 orang siswa kelas VIII 1. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner penelitian. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis deskriptif persentatif.

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat disimpulkan bahwa masih kurangnya minat siswa SMA Negeri 2 terhadap olahraga rekreasi. Ini dibuktikan dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa persentase yang didapat yaitu sebesar 60,08%.

Kata Kunci: Olahraga Rekreasi

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, Sang pencipta langit dan bumi serta segala isinya yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, serta kasih sayang-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Tak lupa pula shalawat dan salam penulis panjatkan kepada Rasulullah Muhammad SAW yang telah diutus ke bumi sebagai lentera bagi hati manusia, Nabi yang telah membawa manusia dari zaman kebodohan menuju zaman yang penuh dengan pengetahuan yang luar biasa seperti ini.

Skripsi yang berjudul “ Tinjauan Minat Siswa SMPN 2 Sintoga Kabupaten Padang Pariaman Terhadap Olahraga Rekreasi” disusun sebagai salah satu persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Olahraga pada Jurusan Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang.

Selama proses penulisan skripsi ini, penulis mengalami beberapa hambatan maupun kesulitan yang terkadang membuat penulis berada di titik terlemah dirinya. Namun adanya doa, restu, dorongan dari orang tua yang tak pernah putus menjadikan penulis bersemangat untuk melanjutkan penulisan skripsi ini. Untuk itu dengan segala bakti penulis memberikan penghargaan setinggi-tingginya dan ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya. Selanjutnya dengan segala kerendahan hati penulis ucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Alnedral, M.Pd, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal selama perkuliahan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Dr.M. Sazeli Rifki, S. Si, M. Kes selaku ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Padang.

3. Bapak Dr. Anton Komaini, S. Si, M. Pd selaku dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam memberikan petunjuk dan saran dalam penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Endang Sepdanius, S. Si., M. Or dan Andri Gemaini, S. Si., M. Pd sebagai dosen penguji yang telah memberikan saran, masukan, dan nilai sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Kepada Kedua orang tua penulis yang selalu jadi panutan selama ini, selalu memberikan motivasi dan biaya perkuliahan yang selalu mendukung suksesnya perkuliahan.
6. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama mengikuti perkuliahan.

Akhirnya penulis menyadari bahwa taka da gading yang tak retak, begitu juga dengan Skripsi ini yang tak luput dari kekurangan. Sehingga dibutuhkan saran dan kritik yang membangun untuk menciptakan karya yang lebih baik lagi dimasa yang akan datang. Semoga Allah SWT menilai ibadah yang penulis kerjakan dan senantiasa membimbing kita ke jalan yang diridhoi-Nya. Amin.

Padang, Agustus 2020

Penulis

DAFTAR ISI

| | |
|--------------------------------------|-----|
| ABSTRAK | i |
| KATA PENGANTAR | ii |
| DAFTAR ISI | iv |
| DAFTAR GAMBAR | vi |
| DAFTAR LAMPIRAN | vii |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Identifikasi Masalah..... | 6 |
| C. Batasan Masalah..... | 6 |
| D. Rumusan Masalah | 6 |
| E. Tujuan Penelitian..... | 7 |
| F. Manfaat Penelitian | 7 |
| BAB II KAJIAN TEORI | |
| A. Kajian Teori | 8 |
| 1. Hakikat Minat | 8 |
| 2. Hakikat Rekreasi..... | 12 |
| 3. Hakikat Olahraga Rekreasi | 21 |
| B. Kerangka Konseptual..... | 29 |
| BAB III METODELOGI PENELITIAN | |
| A. Jenis Penelitian..... | 30 |
| B. Subjek dan Tempat Penelitian..... | 30 |
| C. Variabel Penelitian | 31 |
| D. Definisi Operasional..... | 31 |
| E. Prosedur Penelitian..... | 32 |
| F. Data dan Sumber Data | 32 |
| G. Teknik Pengumpulan Data..... | 33 |
| H. Teknik Analisis Data..... | 33 |

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian 36
B. Pembahasan..... 38

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan 41
B. Saran..... 41

DAFTAR PUSTAKA 43

DAFTAR GAMBAR

| Gambar | Halaman |
|--|----------------|
| 1. Kerangka Konseptual..... | 31 |
| 2. Histogram Tinjauan Minat Siswa SMP N 2 Sintoga Kabupaten Padang Pariaman Terhadap Olahraga Rekreasi..... | 34 |

DAFTAR LAMPIRAN

| Lampiran | Halaman |
|---------------------------------|----------------|
| 1. Kuesioner Penelitian | 45 |
| 2. Tabulasi Data | 48 |
| 3. Dokumentasi Penelitian | 49 |

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong, mengembangkan dan membina potensi-potensi jasmani dan rohani seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat. Ada beberapa macam olahraga yang harus diketahui yaitu olahraga kesehatan, olahraga pendidikan, olahraga prestasi dan olahraga rekreasi. Manfaat olahraga bagi tubuh manusia dapat membantu melindungi dari penyakit salah satunya adalah stress yang melebihi kemampuan maksimum individu itu sendiri, dengan demikian salah satu olahraga yang tepat untuk menghilangkan dan mencegah stress adalah olahraga rekreasi.

Olahraga rekreasi harus dibina dan dikembangkan pada seluruh aspek-aspeknya. Hal ini sesuai dengan kebijakan pemerintah Indonesia yang dijelaskan 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 memajukan 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.

Berpedoman pada undang-undang tersebut, maka dapat dikemukakan bahwa tujuan pengembangan olahraga rekreasi dilaksanakan adalah meningkatkan kesehatan, kebugaran, kegembiraan dan hubungan sosial serta

untuk mengembangkan kesadaran masyarakat dalam meningkatkan kegiatan olahraga rekreasi ini. Maka yang lebih penting dilihat dari potensi-potensi yang terdapat di dalam suatu tempat untuk melakukan olahraga rekreasi. Sarana dan prasarana dan keselamatan pengunjung sangat penting dalam menunjang motivasi masyarakat dalam melakukan olahraga rekreasi. apabila tempat-tempat wisata yang terdapat olahraga rekreasinya tidak memenuhi syarat dan keselamatan dalam melakukan olahraga rekreasi maka bukannya sehat yang didapatkan melainkan sakit atau cedera setelah melakukan olahraga rekreasi karena faktor keselamatan penting dalam melakukan olahraga.

Olahraga rekreasi adalah olahraga suatu aktivitas jasmani yang menekankan pada persamaan hak dan kesempatan kepada pesertanya. Tanpa membedakan jenis kelamin dan dasar kemampuan. Menurut Hartoto dalam tim kuliah rekreasi (2016:30) “olahraga rekreasi adalah suatu bentuk kegiatan olahraga yang sifatnya menyalurkan ketenangan jiwa karena di dalamnya mengandung kesenangan bagi dirinya maupun orang lain “. Berdasarkan kutipan tersebut, jelas bahwa olahraga rekreasi adalah olahraga yang mengarahkan kepada aktivitas gerak yang bertujuan untuk kesenangan dan kegembiraan. Biasanya olahraga rekreasi dapat ditemukan ditempat-tempat wisata, jenisnya juga semakin bervariasi dari mulai yang berpetualangan sampai dengan ekstrim.

Dilihat dari aspek potensi alam dan kekayaan budaya seharusnya olahraga rekreasi di Indonesia dapat berkembang secara baik. Dari aspek potensi alam. Kita memiliki panorama yang indah, gunung, sungai, lembah

pantai, danau, tebing jurang dan sebagainya yang dapat memberikan tantangan dan kepuasan tersendiri untuk dijadikan objek-objek pertualangan atau penjelajah alam. Begitu pula aspek keanekaragaman budaya, Indonesia kaya dengan berbagai permainan/olahraga tradisional yang tidak dimiliki negara lain. Potensi alam dan keanekaragaman budaya tersebut sesungguhnya dapat kita kemas secara terpadu untuk menghasilkan berbagai paket olahraga rekreasi yang bernilai jual tinggi, sehingga dapat meningkatkan pendapatan daerah serta pendapatan masyarakat sekitarnya.

Pembinaan dan pengembangan olahraga rekreasi tersebut harus dilakukan secara menyeluruh, baik jenis permainan tradisional, permainan rekayasa, jenis pertualangan, cabang olahraga yang dimodifikasi, maupun *out bound*. Keberhasilan pembinaan dan pengembangan olahraga rekreasi itu akan sangat ditentukan oleh faktor sumber daya manusia. Sumber daya yang dimaksud adalah pihak-pihak yang dapat berperan aktif untuk memajukan olahraga rekreasi yang disebut sebagai koordinator olahraga rekreasi. Kegiatan utama yang harus dilakukan koordinator olahraga rekreasi tersebut adalah melakukan pengorganisasian berbagai aspek yang berhubungan dengan olahraga rekreasi di sekitarnya.

Banyak sekali ditemukan tempat olahraga rekreasi sangat monoton dan belum berkembang, apabila satu tempat wisata berkembang, maka akan memunculkan berbagai variasi cabang olahraga rekreasi, oleh karena itu siswa tidak akan bosan melakukan olahraga rekreasi ditempat tersebut.

Olahraga merupakan suatu kebutuhan yang sangat penting bagi tubuh manusia, olahraga dianggap penting bagi kebutuhan karena manusia adalah makhluk yang bergerak. Manusia dalam melakukan aktivitasnya tidak terlepas dari proses gerak, sebab tidak ada kehidupan tanpa adanya gerakan. Dan olahraga merupakan aktivitas kebutuhan manusia karena dengan tingkah laku atau aktivitas olahraga secara baik, teratur, terukur dan terarah maka akan menjadikan jiwa dan raga manusia lebih baik.

Pada umumnya masyarakat saat ini sudah memahami betapa pentingnya menjaga dan mempertahankan kesehatan serta kebugaran jasmani. Olahraga merupakan salah satu cara yang tepat dilakukan untuk memperoleh dan mempertahankan kebugaran tubuh. Kegiatan olahraga juga mempunyai arti yang sangat penting dalam memelihara dan mengembangkan potensi diri. Oleh karena itu dijelaskan pula dalam UU RI No.3 Tahun 2005 Pasal 4 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, bahwa:

“Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral, dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa.”.

Olahraga dan rekreasi merupakan salah satu kebutuhan manusia untuk kebugaran jasmani dan rohani yang sangat penting demi mendukung kegiatan kita sehari-hari. Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial Rekreasi adalah aktivitas yang dilakukan pada waktu senggang (lapang) yang bertujuan untuk membentuk, meningkatkan kembali kesegaran fisik,

mental, pikiran dan daya rekreasi (baik secara individual maupun secara kelompok) yang hilang akibat aktivitas rutin sehari-hari dengan jalan mencari kesenangan, hiburan dan kesibukan yang berbeda dan dapat memberikan kepuasan lahir dan bathin.

Salah satu sekolah yang masih rendah tingkat konsentrasinya belajarnya adalah SMP Negeri 02 Sintuk Toboh Gadang. SMP Negeri 02 Sintuk Toboh Gadang terletak di jalan lintas lubuk alung-pariaman kilometer 6 kelurahan toboh gadang kecamatan sintuk toboh gadang kabupaten padang priaman provinsi Sumatera Barat. Jumlah murid SMP Negeri 02 Sintuk Toboh Gadang berjumlah 384 orang yang terdiri dari 14 lokal.

Berdasarkan observasi awal salah satu guru yaitu menjabat sebagai wakil kesiswaan mengatakan bahwa di SMP 2 Sintoga masih rendahnya tingkat konsentrasi belajar pada saat guru menerangkan pelajaran, banyak siswa tidak bersemangat untuk belajar, kemudian kemauan siswa untuk ke sekolah berkurang. Pemberian olahraga rekreasi diharapkan dapat membantu siswa dalam pembelajaran namun permasalahan pada penelitian ini adalah bagaimana minat siswa untuk melakukan olahraga rekreasi melalui pemberian olahraga rekreasi.

Dengan demikian untuk mendapatkan data dan informasi yang mendekati kebenaran ilmiah mengenai sejauh mana minat siswa dengan pemberian olahraga rekreasi, maka pada kesempatan ini penelitian tertarik untuk melakukan penelitian judul “ **Tinjauan Minat Siswa Terhadap Olahraga Rekreasi di SMPN 2 Sintoga Kabupaten Padang Pariaman**”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah yang telah di kemukakan, masalah yang muncul sebagai berikut:

1. Masih rendahnya tingkat konsentrasi belajar siswa.
2. Siswa tidak bersemangat untuk belajar.
3. Kurangnya sarana prasarana untuk melakukan kegiatan olahraga rekreasi.
4. Kurangnya aktivitas fisik siswa yang mengakibatkan siswa menjadi malas.
5. Belum mengetahui seberapa besar minat siswa terhadap olahraga rekreasi.
6. Bagaimana aktivitas yang dilakukan siswa SMP di sekolah.
7. Belum mengetahui faktor-faktor minat apa saja yang mempengaruhi siswa terhadap olahraga rekreasi.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, tidak semua yang dapat di teliti dalam waktu yang bersamaan karna keterbatasan dalam hal tenaga, biaya maupun waktu, maka penelitian ini dibatasi minat siswa terhadap olahraga rekreasi di SMP N 2 Sintoga di Kabupaten Padang Pariaman.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka permasalahan yang diangkat penelitian adalah “ Bagaimana minat siswa terhadap pemberian olahraga rekreasi di smpn 2 sintoga di kabupaten padang pariaman?

E. Tujuan Penelitian

Kegunaan penelitian ini adalah untuk mengetahui: “ Minat siswa terhadap pemberian olahraga rekreasi di smpn 2 sintoga di kabupaten padang pariaman”.

F. Manfaat penelitian

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan manfaat bagi:

1. Sebagai salah satu syarat bagi peneliti untuk mendapatkan gelar sarjana olahraga di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai bahan bacaan bagi mahasiswa di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Peneliti selanjutnya, sebagai referensi untuk meneliti kajian yang sama secara mendalam.