

**PERSEPSI KEPUASAN PELAKU BEROLAHRAGA TERHADAP TAMAN
KOTA SEBAGAI TEMPAT BEROLAHRAGA**

Jerry Herdiandra¹, Pudia M. Indika², Didin Tohidin³

Universitas Negeri Padang

Jerryherdiandra@gmail.com

ABSTRACT

The problem in this study is that it has not yet been known the description of the perception of the satisfaction of the exerciser of the City park as a place to exercise. The purpose of this study was to determine the perceptions of the satisfaction of the exerciser of the city park as a place to exercise.

This type of research is descriptive. The population in this study is the people who exercise in the city of Padang, especially in the green open space of Imam Bonjol and Taman Muaro Lasak, Purus Beach, Padang. Sampling is done by incidental sampling technique which is anyone who happens to be found in a certain place, in a parking lot, in the field and so on. The technique used to collect data through questionnaires with a Likert scale. The data obtained were analyzed by descriptive techniques with percentage points.

Based on the results of the study it was found that: The level of achievement of perceptions of the satisfaction of the exercising actors towards the city park as a place to exercise was in the good category, as evidenced by the percentage value of 72.46%. This means that the performers' satisfaction with the city park as a place to exercise is good.

Keywords: Perception, Exercise Behavior Satisfaction, City Park

Abstrak

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya gambaran Persepsi kepuasan pelaku berolahraga terhadap taman Kota sebagai tempat berolahraga. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui persepsi kepuasan pelaku berolahraga terhadap taman kota sebagai tempat berolahraga.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat yang melakukan olahraga di taman kota Padang, khususnya di ruang terbuka hijau Imam Bonjol dan Taman Muaro Lasak Pantai Purus Padang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *insidental sampling* yaitu siapa saja yang kebetulan dijumpai di tempat tertentu, di tempat parkir, dilapangan dan sebagainya. Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data melalui angket dengan skala Likert. Data yang diperoleh dianalisis dengan teknik deskriptif bernetuk persentase.

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa : Tingkat capaian persepsi kepuasan pelaku berolahraga terhadap taman kota sebagai tempat berolahraga berada pada kategori baik, yang dibuktikan dengan nilai persentase sebesar 72.46%. Artinya kepuasan pelaku berolahraga terhadap taman kota sebagai tempat berolahraga sudah baik.

Kata Kunci : Persepsi, Kepuasan Prilaku Berolahraga, Taman Kota



PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu unsur yang sangat penting dari mutu kehidupan dalam pembangunan nasional untuk mewujudkan manusia Indonesia sehat seutuhnya. Kesehatan olahraga adalah upaya kesehatan yang memanfaatkan aktifitas fisik atau sebagai kebutuhan pokok dalam kehidupan sehari-hari karena dapat meningkatkan kebugaran yang diperlukan dalam melakukan tugasnya. Untuk mewujudkan kota dan warga yang sehat, tentu harus ada paru-paru kota (RTH) yang sehat pula. Ruang Terbuka Hijau dapat menjadi ruang terbuka bagi seluruh warga untuk berolahraga, bermain, dan berekreasi dengan gratis.

Olahraga merupakan gerakan manusia yang dapat secara langsung dilakukan dan dirasakan. Dengan melakukan dan merasakan, maka manusia akan mendapat pengalaman mengenai olahraga. Olahraga dikatakan suatu kegiatan fisik yang dilakukan oleh manusia dalam upaya agar tubuh dan pikiran dapat menjadi lebih segar dan dapat membuat tubuh manusia tersebut menjadi lebih sehat. kegiatan olahraga sekarang ini makin ramai dan semarak dilakukan mulai dari masyarakat pedesaan hingga masyarakat perkotaan tanpa pandang usia, mulai dari anak-anak sampai orang tua. Hal ini disebabkan makin tingginya tingkat kesadaran dan minat masyarakat akan pentingnya melakukan olahraga demi menjaga keseimbangan hidup.

Lingkungan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2007:831) adalah daerah/kawasan yang termasuk di dalamnya, bagian wilayah dalam kelurahan yang merupakan lingkungan kerja pelaksanaan pemerintahan desa, golongan/kalangan, semua yang memengaruhi pertumbuhan manusia atau hewan. Lingkungan hidup merupakan kesatuan ruang dengan semua benda, daya, keadaan, dan makhluk hidup, termasuk manusia dan perilakunya yang mempengaruhi kelangsungan perikehidupan dan kesejahteraan manusia serta makhluk hidup lainya (Undang-undang no 23 Tahun 1997).

Tata ruang adalah wujud struktur dan pola ruang. Penataan ruang adalah suatu sistem proses perencanaan tata ruang, pemanfaatan ruang, pemanfaatan ruang, dan pengendalian pemanfaatan ruang. Direktorat Jendral Penataan Ruang menyatakan berdasarkan Undang-undang No 26 Tahun 2007 mengenai tata ruang perkotaan, sebuah kota wajibnya memiliki ruang terbuka hijau minimal 30% dari total wilayah. Keberadaan ruang yang terbatas dan



pemahaman masyarakat yang berkembang terhadap pentingnya penataan ruang yang transparan, efektif dan partisipatif agar terwujud ruang yang aman, nyaman, produktif, dan berkelanjutan. Izin mendirikan bangunan disingkat IMB adalah izin yang diberikan oleh walikota atau pejabat yang ditunjuk kepada suatu badan atau orang pribadi untuk mendirikan, menambah, mengembangkan, merehabilitasi/merenovasi atau merubah peruntukan bangunan dalam bentuk dan untuk kepentingan apapun juga (Peraturan Walikota Padang nomor 16 Tahun 2013).

Berdasarkan pengamatan penulis pada saat observasi adanya fasilitas olahraga di Ruang Terbuka Hijau yang ada di Kota Padang. Sarana yang telah disediakan hanya beberapa orang saja yang mempergunakan fasilitas olahraga yang ada. Hal ini juga disebabkan sarana yang kurang layak atau tidak dibenahi sama sekali. Harusnya fasilitas olahraga di ruang terbuka hijau di manfaatkan semestinya, bukan hanya duduk manis atau jalan-jalan tak karuan di lingkungan taman kota tersebut.

Kemudian pada saat observasi, peneliti juga melakukan diskusi ataupun tanya jawab dengan masyarakat yang menggunakan fasilitas olahraga yang ada di taman kota yang ada di Kota Padang yaitu dengan saudari Friska dan Ari, masyarakat terpaksa mengunjungi ruang terbuka hijau, lahan ruang terbuka hijau di Kota Padang sangat minim. Masyarakat harus jauh-jauh mencari tempat olahraga yang nyaman dan tempat itu layak dipergunakan untuk olahraga seperti Gor Haji Agus Salim, Fakultas Ilmu keolahragaan Kota Padang dan semakin jauh di SMAN 5 Kota Padang yang memiliki fasilitas yang memadai. Sarana olahraga yang telah disediakan kurang dimanfaatkan oleh masyarakat, Adapun masyarakat terpaksa menggunakan lahan yang tidak terpakai untuk dijadikan sebagai lahan berolahraga, lahan tersebut biasanya dimiliki oleh pihak swasta. Lahan tersebut digunakan oleh masyarakat untuk berolahraga dan pada saat si pemilik lahan ingin menggunakan lahan tersebut untuk kebutuhan yang diinginkan seringkali masyarakat tidak setuju dan terjadi pemblokiran lahan dan kadang sampai terjadi bentrok. Dalam buku Nirwono Joga dan Yori Antar (2007:19) "Kehadiran taman lingkungan atau lapangan olahraga jelas dibutuhkan masyarakat, terutama di perkampungan padat penduduk". Program pemberdayaan masyarakat dalam pengelolaan dan pengembangan RTH dengan pola kemitraan harus jelas akuntabilitasnya.



Masyarakat juga sering mengeluh akan kurangnya lahan olahraga yang dapat mereka pergunakan secara cuma-cuma, mahalnya biasa yang harus dikeluarkan, jauhnya tempat olahraga dari tempat ia berdomisili serta fasilitas yang tidak nyaman. Masalah biaya yang dikeluarkan cukup besar ini dikarenakan fasilitas olahraga yang tersedia tersebut dikelola oleh pihak swasta yang memang tujuan awalnya mencari untung, pihak swasta memang menyediakan fasilitas yang baik namun si konsumen harus mengeluarkan uang tambahan yang tidak sedikit, ini dapat di temukan di *fitness centre* dan lapangan futsal *indoor* yang terdapat di seluruh Kota Padang.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat yang melakukan olahraga ditaman kota Padang, khususnya di ruang terbuka hijau Imam Bonjol dan Taman Muaro Lasak Pantai Purus Padang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *insidental sampling* yaitu siapa saja yang kebetulan dijumpai di tempat tertentu, di tempat parkir, dilapangan dan sebagainya. Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah dengan angket dengan skala Likert. Data yang diperoleh dianalisis dengan teknik deskriptif bernetuk persentase.

HASIL PENELITIAN

Dari hasil analisis data mengenai persepsi kepuasan pelaku berolahraga terhadap taman Kota sebagai tempat berolahraga yang diberikan 35 item pernyataan kepada 40 orang masyarakat Kota Padang, ditemukan jumlah total jawaban sangat setuju = 389 atau 27.01%, setuju = 551 atau 32.26%, tidak setuju 349 atau 24.24%), sangat tidak setuju = 151 atau 10.49%.

Berdasarkan analisis data, diperoleh skor capaian sebesar 4058 sedangkan skor ideal 5600. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat ketercapaian persepsi kepuasan pelaku berolahraga terhadap taman Kota sebagai tempat berolahraga adalah sebesar 72,46%. Menurut Riduwan (2005:89) klasifikasi nilai antara 61% – 80% adalah berada pada klasifikasi “Baik”. Artinya persepsi kepuasan pelaku berolahraga terhadap taman Kota sebagai tempat berolahraga sudah baik, dimana masyarakat sudah memanfaatkan taman kota untuk melakukan kegiatan olahraga dan merasa puas.



PEMBAHASAN

Olahraga merupakan suatu kegiatan fisik yang dilakukan oleh manusia dalam upaya agar tubuh dan pikiran dapat menjadi lebih segar dan dapat membuat tubuh manusia tersebut menjadi lebih sehat. olahraga juga dapat dikatakan sebaagai hidup aktif, karena hidup aktif merupakan suatu yang hampir setiap orang alami sebelum manusia mencapai keuntungan dari modernisasi industri. Hidup aktif merupakan sebuah magnet yang menarik sejumlah kebiasaan yang jika dilihat satu per satu terlalu sederhana untuk dinilai. Namun, secara kolektif, kebiasaan tersebut merupakan harapan utama demi kesehatan pribadi dan vitalitas dan bahkan demi integrasi sistem pengawasan kesehatan bangsa.

Diperkotaan masyarakat biasanya memanfaatkan taman kota untuk melakukan kegiatan olahraga. Menurut Arifin (1991:12), taman kota merupakan salah satu kawasan ruang terbuka hijau lengkap dengan segala fasilitasnya sesuai untuk pemenuhan kebutuhan rekreasi masyarakat setempat, baik rekreasi aktif maupun pasif. Taman Kota menurut Peraturan Menteri Pekerjaan Umum Nomor 5 Tahun 2008 adalah lahan terbuka yang berfungsi sosial dan estetika sebagai sarana kegiatan rekreatif, edukasi atau kegiatan lain pada tingkat kota. Berdasarkan pemaparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa taman kota adalah lahan terbuka yang ditata sedemikian rupa atau hasil rekayasa manusia sehingga memberikan rasa nyaman dan aman yang berfungsi sosial dan estetika sebagai sarana rekreasi, edukasi dan kegiatan lainnya di tingkat kota yang dikelola oleh pemerintah kota.

Berdasarkan analisis data, diperoleh tingkat ketercapaian kenyamanan pelaku berolahraga terhadap taman Kota sebagai tempat berolahraga adalah sebesar 73.06%. berada pada klasifikasi "Baik". Artinya kenyamanan pelaku berolahraga terhadap taman Kota sebagai tempat berolahraga sudah baik. Walaupun masih ada kekurangan yang harus dilengkapi.

Berdasarkan analisis data diperoleh tingkat ketercapaian sikap positif pelaku berolahraga terhadap taman Kota sebagai tempat berolahraga adalah sebesar 71.49% berada pada klasifikasi "Baik". Artinya sikap positif pelaku berolahraga terhadap taman Kota sebagai tempat berolahraga sudah baik walaupun masih ada keterbatasan sarana dan prasarana. Berdasarkan analisis data, diperoleh tingkat ketercapaian memanfaatkan kelebihan pelaku



berolahraga terhadap taman Kota sebagai tempat berolahraga adalah sebesar 73.96% berada pada klasifikasi “Baik”. Artinya pelaku memanfaatkan kelebihan berolahraga terhadap taman Kota sebagai tempat berolahraga sudah baik.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh tingkat ketercapaian persepsi kepuasan pelaku berolahraga terhadap taman Kota sebagai tempat berolahraga adalah sebesar 72,46%. Menurut Riduwan (2005:89) klasifikasi nilai antara 61% – 80% adalah berada pada klasifikasi “Baik”. Artinya persepsi kepuasan pelaku berolahraga terhadap taman Kota sudah baik, dimana masyarakat sudah memanfaatkan taman kota untuk melakukan kegiatan olahraga, namun demikian masyarakat berharap pihak pemerintah harus memperhatikan sarana dan prasarana yang ada ditaman kota tersebut serta kenyamanan untuk melakukan kegiatan olahraga, karena menurut mereka sarana dan prasarana yang ada masih ada yang kurang serta tidak terjaga kebersihannya.

Berolahraga sebagai salah satu aktivitas fisik maupun psikis seseorang yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan seseorang setelah berolahraga. Olahraga memang menjadi suatu kebutuhan pokok manusia, karena dengan berolahraga, hal ini akan menjaga kesehatan tubuh pada orang tersebut. Kegiatan olahraga sekarang ini makin remain dan semarak dilakukan mulai dari masyarakat pedesaan hingga masyarakat perkotaan tanpa pandang usia, mulai dari anak-anak sampai orang tua. Hal ini disebabkan makin tingginya tingkat kesadaran dan minat masyarakat akan pentingnya melakukan olahraga demi menjaga keseimbangan hidup.

Kegiatan olahraga bisa dilakukan dimanasa saja, di perkotaan biasanya masyarakat banyak memanfaatkan taman kota sebagai tempat untuk melakukan kegiatan olahraga. Biasanya kegiatan ini sering dilakukan olah masyarakat pada hari sabtu dan minggu. Begitu juga halnya dengan masyarakat kota Padang, mereka memanfaatkan taman kota untuk melakukan kegiatan olahraga, baik itu pagi mapun pada sore hari.

Secara umum manfaat olahraga berpengaruh pada kondisi kesehatan secara menyeluruh. Pada usia remaja resiko obesitas mejadi meningkat karena saat remaja tubuh lebih membutuhkan banyak asupan makanan dalam mengisi waktu luang disela kegiatan yang padat. Olahraga dapat membakar lemak yang menumpuk di dalam tubuh sehingga menimalkan resiko obesitas, jika olahraga



dilakukan secara rutin maka akan berdampak positif bagi tubuh serta pertumbuhan. Memiliki tulang yang kuat bias mengurangi resiko keropos tulang dimasa depan, dan pertumbuhan otot yang baik akan membuat tubuh terlihat lebih ideal. Otot yang fleksibel dapat membantu mencegah keseleo, kram dan masalah punggung. Olahraga dapat meningkatkan kekuatan otot serta meningkatkan kualitas postur tubuh sehingga memperbaiki penampilan. Aktifitas fisik dapat membuat fungsi dan kemampuan otak berkembang menjadi lebih baik.

Seseorang yang berolahraga di pagi hari mempunyai siklus tidur lebih baik dibandingkan dengan mereka yang berolahraga di sore hari. Hal ini dikarenakan otot-otot membutuhkan waktu untuk rilaks dan kembali normal setelah berolahraga. Depresi tidak ahanya di alami oleh orang dewasa. para remaja juga bisa mengalaminya. Olahraga bisa membantu mengatasi masalah depresi pada remaja. Olahraga berkaitan dengan mood sehingga menurunkan rasa tidak nyaman akibat depresi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat diambil simpulan sebagai berikut : Tingkat capaian persepsi kepuasan pelaku berolahraga terhadap taman Kota sebagai tempat berolahraga berada pada kategori baik, yang dibuktikan dengan nilai persentase sebesar 72.46%. Artinya kepuasan pelaku berolahraga terhadap taman Kota sebagai tempat berolahraga sudah baik.

SARAN

1. Dinas Kebersihan dan Pertamanan (DKP) Kota Padang, diharapkan lebih melengkapi lagi sarana dan prasarana pendukung yang ada, sehingga masyarakat senang dan tertarik melakukan olahraga.
2. Pihak keamanan dan petugas, agar dapat menjaga kenyamanan dan keamanan masyarakat dalam melakukan olahraga di sekitar taman kota.
3. Masyarakat, agar ikut serta menjaga sarana dan prasaran yang ada ditaman Kota.

DAFTAR RUJUKAN

- Badan Pusat Statistik Kota Padang. 2017. *Kota Padang Dalam Angka*. Padang.
- Direktorat Jendral Penataan Ruang. 2008. *Peraturan Menteri Pekerjaan Umum Nomor 5 Tahun 2008 tentang Pedoman Penyediaan dan*



- Pemanfaatan Ruang Terbuka Hijau di Kawasan Perkotaan*. Jakarta: Direktorat Jendral Penataan Ruang Departemen Pekerjaan Umum
- Eva Etiningsih. 2016. *Fungsi Taman Kota sebagai Ruang Publik*. Lampung. UNILA.
- Keputusan Walikota Padang Nomor 123 Tahun 2015. *Ruang Terbuka Hijau*. Padang.
- Nirwono dan Yori. 2007. *Komedi Lenong Satire Ruang Terbuka Hijau*. Jakarta. Pt Gramedia Pustaka Utama.
- Peraturan Daerah Kota Padang nomor 3 tahun 2017. *Ruang Terbuka Hijau*. Padang.
- Peraturan Daerah Kota Padang No 4 Tahun 2012. *Rencana Tata Ruang Wilayah Kota Padang*. Padang.
- Riduwan. 2005. *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung : Alfabeta
- Vicha, Sonia Masestroianni Arifin. 2015. *Survey Minat Masyarakat Untuk melakukan Aktivitas Olahraga di Gor Tri Lomba Juang Semarang Tahun 2015*. Skripsi. Semarang. FIK Universitas Negeri Semarang