

MOTIVASI MASYARAKAT TERHADAP SENAM PORPI DI GELANGGANG OLAHRAGA AGUS SALIM KOTA PADANG

Metra Gusman¹, Apri Agus², Andri Gemaini³

¹Universitas Negeri Padang, Program Studi Ilmu Keolahragaan, Padang, Indonesia

²Universitas Negeri Padang, Program Studi Ilmu Keolahragaan, Padang, Indonesia

²Universitas Negeri Padang, Program Studi Ilmu Keolahragaan, Padang, Indonesia

Metragusman18@gmail.com, apriagus@fik.unp.ac.id, andrigemaini@fik.unp.ac.id

Abstract

Problem in research this is not the picture of motivated people to exercise PORPI at Arena Sports Agus Salim Padang. The purpose of this study was to determine the description of people's motivation towards PORPI gymnastics at Agus Salim Sport Center. The method that is used in research this is to be descriptive. This research was conducted at Agus Salim Sport Center. The population in this study amounted to 160 people. While the technique of taking a sample is purposive sampling. The sample in this study amounted to 56 people, taken from 35% of the total population. Mechanical retrieval of data using questionnaires, then the data is processed using a technique of distribution of frequency. Based on the results of the study, an overview of motivation intrinsic who owned the community in the follow gymnastics PORPI at Arena Sport Agus Salim Padang showed that the responded agree to follow the gymnastics PORPI based item motives of self, interest, aptitude, willingness, expextations, and relationship. It is evidenced by the analysis of data the answers of the respondents to the gymnastics PORPI gain value 3,38 which are in the category of "agree". Overview for motivation exstrinsic who owned the community in the follow gymnastics PORPI at Arena Sport Agus Salim Padang showed that respondents not agreed to follow the exercises are based on the item family, frieds, boss, facilities and infrastructure, as well as the governments. It is evidenced by the analysis of data the answers of the respondents to the gymnastics PORPI gain value 2,45 which is in the category of " No agree "

Keywords: Motivation, Gymnastics PORPI.

Abstrak

Masalah dalam penelitian ini adalah belum adanya gambaran motivasi masyarakat terhadap senam PORPI di Gelanggang Olahraga Agus Salim Kota Padang. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran motivasi masyarakat terhadap senam PORPI di Gelanggang Olahraga Agus Salim. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah bersifat deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan di Gelanggang Olahraga Agus Salim. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 160 orang. Sementara itu teknik pengambilan sampel secara purposive sampling. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 56 orang, yang diambil dari 35% dari total populasi. Teknik pengambilan data menggunakan angket, kemudian data diolah menggunakan teknik distribusi frekuensi. Berdasarkan hasil penelitian, gambaran motivasi instrinsik yang dimiliki masyarakat dalam mengikuti senam PORPI di Gelanggang Olahraga Agus Salim Kota Padang menunjukkan bahwa responden setuju mengikuti senam PORPI berdasarkan item motif diri, minat, bakat, kemauan, harapan, dan pergaulan. Hal ini dibuktikan berdasarkan analisis data jawaban dari responden terhadap senam PORPI memperoleh nilai 3,38 yang berada pada kategori "setuju". Gambaran untuk motivasi ekstrinsik yang dimiliki masyarakat



dalam mengikuti senam PORPI di Gelanggang Olahraga Agus Salim Kota Padang menunjukkan bahwa responden tidak setuju mengikuti senam tersebut berdasarkan item keluarga, teman, atasan, sarana dan prasarana, serta pemerintah. Hal ini dibuktikan dengan analisis data jawaban dari responden terhadap senam PORPI memperoleh nilai 2,45 yang berada pada kategori “tidak setuju”.

Kata Kunci: Motivasi, Senam PORPI.

PENDAHULUAN

Kegiatan olahraga saat ini menjadi bagian dari kehidupan masyarakat yang sangat antusias dalam mengikuti kegiatan dalam mengikuti kegiatan tersebut, karena menurutnya olahraga bukan hanya untuk kesehatan dan kebugaran, namun dengan berolahraga bisa bersosialisasi dengan banyak orang. Pernyataan ini juga diperkuat oleh Apri Agus (2013:94) “semakin tinggi tingkat kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan dan kebugaran makin banyak masyarakat yang butuh berolahraga dan semakin tinggi pula antusias masyarakat untuk berolahraga”. Kebanyakan dari masyarakat lebih berminat melakukan senam, hal ini disebabkan karena senam merupakan olahraga yang dapat dilakukan bersama-sama dan juga sebagai rekreasi serta dijadikan sebagai motivasi bagi masyarakat dalam berolahraga.

Peningkatan motivasi dalam olahraga sangat diperlukan bagi masyarakat dalam melakukan kegiatan olahraga, tidak terkecuali untuk senam PORPI. Dari sekian banyak cabang olahraga yang bersifat aerobik saat ini, senam PORPI (Persatuan Olahraga Pernafasan Indonesia) merupakan salah satu jenis olahraga yang banyak digemari dan bisa dinikmati sampai ke daerah-daerah seluruh pelosok tanah air, mulai dari lapisan masyarakat bawah, lapisan masyarakat menengah maupun lapisan masyarakat atas.

Tujuan masyarakat melakukan aktivitas olahraga senam PORPI sebenarnya tergantung pada niat masing-masing. Umumnya masyarakat melakukan senam PORPI untuk menjaga kesehatan tubuh, mengatur berat badan, menghilangkan stress, dan untuk bersosialisasi dengan orang lain. Aktivitas senam PORPI yang dilakukan di Gelanggang Olahraga Agus Salim Kota Padang sangat membantu masyarakat dalam meningkatkan kualitas hidup.

METODELOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif, dengan pengambilan data menggunakan angket. Angket tersebut disusun dan dibuat berdasarkan indikator-indikator yang ditetapkan dan tercantum di dalam motivasi masyarakat melakukan senam PORPI di Gelanggang Olahraga Agus Salim Kota Padang yang bertujuan untuk menyaring jawaban dari masyarakat serta mendapatkan gambaran tentang motivasi masyarakat melakukan senam PORPI. Setelah data didapatkan, kemudian akan diolah menggunakan teknik distribusi



frekuensi, menggunakan skala Likert.

HASIL PENELITIAN

Adapun hasil dari jawaban responden terhadap pernyataan motivasi intrinsik masyarakat dalam mengikuti senam PORPI di Gelanggang Olahraga Agus Salim Kota Padang dapat dilihat pada table berikut ini:

Tabel 1. Distribusi frekuensi motivasi intrinsik masyarakat terhadap senam PORPI di Gelanggang Olahraga Agus Salim Kota Padang.

No	Indikator	Sub Indikator	jumlah responden	Rata-rata jawaban
1.	Motif Diri	1. Melatih disiplin	56	4
		2. Mengisi waktu luang.	56	3
		3. Mendapatkan pujian	56	2
		4. Santai dan meriah	56	4
2.	Minat	5. Selalu datang tepat waktu	56	3
		6. Bersungguh-sungguh	56	4
		7. Meningkatkan pengetahuan	56	3
		8. Mudah untuk diikuti.	56	4
3.	Bakat	9. Memiliki kemampuan	56	3
		10. Hobi.	56	4
4.	Kemauan	11. Menunjang produktifitas dalam bekerja.	56	3
		12. Untuk mengontrol berat badan.	56	3
		13. <i>Rehabilitasy</i>	56	3
5.	Harapan	14. Mendapatkan daya tahan	56	3
		15. Menjadi instruktur	56	3
		16. Supaya dihargai	56	2
6.	Pergaulan	17. Untuk memperbanyak teman.	56	4
		18. Tukar pikiran dan pengalaman	56	3
Rata-rata				3,38

Dari hasil penelitian pada tabel 1 diatas distribusi frekuensi motivasi intrinsik masyarakat terhadap senam PORPI di Gelanggang Olahraga Agus Salim Kota Padang, dari 56 responden yang diberikan 18 pernyataan dalam kategori motivasi intrinsik dimana masing-masing item terdiri dari 4 pilihan jawaban. Berdasarkan analisis data jawaban dari responden untuk kategori motivasi intrinsik memperoleh nilai 3,38. Artinya rata-rata perolehan jawaban dari responden “setuju” dengan pernyataan yang diberikan peneliti berdasarkan kenyataan yang terjadi. Jadi, kesimpulannya responden dalam penelitian ini setuju bahwa dia mengikuti

senam PORPI di Gelanggang Olahraga Agus Salim Kota Padang berdasarkan item motif diri, minat, bakat, kemauan, harapan dan pergaulan dari faktor instrinsik.

Adapun hasil dari jawaban responden terhadap pernyataan motivasi ekstrinsik masyarakat dalam mengikuti senam PORPI di Gelanggang Olahraga Agus Salim Kota Padang dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 2. Distribusi frekuensi motivasi ekstrinsik masyarakat terhadap senam PORPI di Gelanggang Olahraga Agus Salim Kota Padang

No	Indikator	Sub Indikator	Jumlah responden	Rata-rata jawaban
1.	keluarga	11. Dorongan Keluarga.	56	2
		12. Mengganggu pekerjaan	56	1
2.	Teman	13. Dorongan teman-teman.	56	2
		14. Banyak teman	56	3
3.	Atasan	15. Memberi harapan positif.	56	3
		16. Memiliki kesehatan yang prima.	56	3
		17. Kantor ikut senam	56	2
4.	Sarana dan Prasarana	18. Tempat yang luas dan memadai.	56	3
		19. Tidak memerlukan peralatan	56	3
5.	Pemerintah	20. Tempat yang layak	56	3
		21. Mendapatkan bonus	56	2
Rata-rata				2,36

Dari hasil penelitian pada tabel 2 diatas distribusi frekuensi motivasi ekstrinsik masyarakat terhadap senam PORPI di Gelanggang Olahraga Agus Salim Kota Padang, dari 56 resonden yang diberikan 11 pernyataan pada klasifikasi motivasi ekstrinsik dimana masing-masing item terdiri dari 4 pilihan jawaban, berdasarkan angket untuk kategori motivasi ekstrinsik memperoleh nilai 2. Artinya rata-rata perolehan jawaban dari responden "Tidak Setuju" dengan pernyataan yang diberikan peneliti berdasarkan kenyataan yang terjadi. Jadi, kesimpulannya responden dalam penelitian ini tidak setuju bahwa dia mengikuti senam PORPI di Gelanggang Olahraga Agus Salim Kota Padang berdasarkan item keluarga, teman, atasan, sarana dan prasarana, pemerintah dari motivasi ekstrinsik.

PEMBAHASAN

Berdasarkan temuan atau hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya dapat diketahui bahwa tingkat capaian motivasi masyarakat yang diperoleh dari 56 orang responden



untuk motivasi yang terdiri dari dua sub variabel intrinsik dan ekstrinsik dengan 29 butir pernyataan. Untuk motivasi intrinsik masyarakat setuju dengan pernyataan yang diberikan peneliti, hal ini dibuktikan dengan data yang telah diperoleh mengenai motivasi masyarakat terhadap senam PORPI di Gelanggang Olahraga Agus Salim Kota Padang yang memperoleh nilai 3, yang artinya mereka setuju bahwasannya yang mendorong mengikuti senam PORPI ialah item-item faktor intrinsik. Sedangkan untuk kategori motivasi ekstrinsik memperoleh nilai 2, artinya masyarakat tidak setuju bahwasannya mereka mengikuti senam PORPI berdasarkan item-item faktor ekstrinsik.

Menurut Komarudin, (2014 :123) motivasi merupakan suatu proses dalam diri seseorang yang mendorong individu untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu sebagai usaha dalam mencapai tujuan. Motivasi masyarakat mengikuti senam PORPI merupakan gabungan dari motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Kedua jenis motivasi ini saling melengkapi dan mempengaruhi dalam pembentukan motivasi.

Jadi dapat disimpulkan bahwa motivasi intrinsik ataupun ekstrinsik sangat penting terhadap kelancaran mengikuti senam PORPI. Ketika dilihat perbandingan antara motivasi intrinsik dengan motivasi ekstrinsik, motivasi intrinsik lebih dominan memberikan dorongan yang lebih untuk mengikuti senam PORPI di Gelanggang Olahraga Agus Salim Kota Padang, hanya saja perlu peningkatan lagi baik dari segi motivasi masyarakat maupun komponen-komponen lain yang berpengaruh terhadap peningkatan motivasi masyarakat mengikuti senam PORPI di Gelanggang Olahraga Agus Salim Kota Padang, supaya masyarakat mengikuti senam PORPI benar-benar dari hati

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan oleh penulis, maka dapat ditarik kesimpulan dari variabel yang diteliti sebagai berikut :

1. Motivasi intrinsik dalam penelitian ini responden setuju bahwa dia mengikuti senam PORPI di Gelanggang Olahraga Agus Salim Kota Padang berdasarkan item keluarga, teman, atasan, sarana dan prasarana, dan pemerintah. Hal ini dibuktikan berdasarkan analisis data jawaban dari responden terhadap senam PORPI memperoleh nilai 3,38 dan dibulatkan menjadi 3.
2. Motivasi ekstrinsik dalam penelitian ini responden tidak setuju bahwa dia mengikuti senam PORPI di Gelanggang Olahraga Agus Salim Kota Padang berdasarkan item keluarga, teman, atasan, sarana dan prasarana, dan pemerintah. Hal ini dibuktikan berdasarkan analisis data jawaban dari responden terhadap senam PORPI memperoleh nilai 2

DAFTAR PUSTAKA

- Agus, Apri. 2012. Pembentukan Kondisi Fisik. Padang: UNP Press.
 Ahmadi, Abu. 2009. Psikologi Umum. Jakarta: Rineka Cipta.



- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Bungin, Burhan. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Kencana.
- Depdikbud. 1995. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Djaaali. 2011. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Firdaus, kamal. 2012. *Psikologi Olahraga*. Padang: UNP Press.
- Gusti, Handayani. S. 2016. *Bahan Ajar senam Aerobik*. Padang: FIK UNP.
- Hasibuan. 2005. *Psikologi Olahraga*. Jakarta: Mulia
- Himawati, Fenti. 2017. *Metodologi Penelitian*. Depok. Rajawali Pers
- Jonni. 2011. *Senam Aerobik*. Padang: FIK UNP.
- Komarudin. 2013. *Psikologi Olahraga*. Bandung: ROSDA
- Malobulu, Syarifudin, Dkk 2011. *Olahraga dan Pendidikan Jasmani dalam Wajah Keutuhan NKRI*. Jakarta: Ardadizya Jaya.
- Martono, Nanang. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Raimon Septa Wijaya 2015. *Motivasi Berolahraga di luar jam perkuliahan mahasiswa di jurusan Kesehatan dan Rekreasi di Fakultas Ilmu Keolahragaan (skripsi)*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Ridwan. 2003. *Skala Pengukuran Variabel-Variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sardiman 2010. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajawali Pers
- Setyobroto, Sudibyo. 2005. *Psikologi Olahraga*. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.
- Slameto, 2010. *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta