

DETERMINAN MINAT OLAHRAGA SEPEDA ATAU “GOWES” DI MASA PANDEMI COVID -19 DI KABUPATEN PURBALINGGA

Friki Adnan Amrulloh
email : frikiadnan07@gmail.com
Universitas PGRI Semarang

Abstract

Recreational sports are sports activities that most people do in their spare time so that everyone who does it gets its own emotional satisfaction such as pleasure, joy, happiness, and obtains physical-physiological satisfaction such as maintaining health and body fitness, so that body health is achieved optimally. One of the recreational sports that people are interested in during the Coronavirus Disease (Covid-19) pandemic. Based on a preliminary study, it was found that there was an increase in bicycle sales at five shops in Purbalingga Regency in the range of 2018-2020. The purpose of this study was to determine the determinants of interest in cycling or "gowes" during the pandemic in Purbalingga Regency. The population in this study is the population in this study are bicycle users in Purbalingga Regency, especially the GOR and Alun-Alun areas. The sampling technique uses convenience sampling, which is sampling suddenly by meeting people who are doing bicycle sports activities. Data collection techniques using questionnaires/questionnaires and analytical tools using descriptive statistical analysis and multiple linear regression models. The results of this study indicate that (1) based on descriptive statistical analysis, the variable interest in cycling is high, while the psychological condition is quite good, the family environment is harmonious and the infrastructure is quite good. (2) based on the hypothesis test, only family environment and infrastructure variables affect interest in cycling, while psychological condition variables have no significant effect on interest in cycling. The conclusion in this study is that only the psychological condition variable has no effect, while the other two independent variables affect the interest in cycling.

Keyword : *Interests, Cycling, Recreational Sports*

Abstrak

Olahraga termasuk kedalam aktifitas yang dilaksanakan oleh kebanyakan individu di waktu yang senggang, jadi setiap orang yang melakukannya akan mendapatkan kebugaran tersendiri dalam emosionalnya, yang didalamnya meliputi perasaan gembira, bahagia serta puas dalam fisik-fisiologisnya, manfaat lainnya yaitu menjadikan diri menjadi makin sehat dan bugar secara maksimal. Salah satu cabang kegiatan yang diminati masyarakat pada masa pandemi *Coronavirus Disease* (Covid-19). Berdasarkan studi pendahuluan ditemukan terjadi kenaikan penjualan sepeda pada lima toko di Kabupaten Purbalingga pada tahun 2018-2020. Tujuannya ialah guna meneliti serta mengetahui determinan minat olahraga sepeda atau “gowes” di masa pandemi di Kabupaten Purbalingga. Populasi dalam penelitian ini adalah pengguna sepeda di Kabupaten Purbalingga khususnya area GOR Alun-Alun. Teknik pengambilan sampelnya menggunakan sampel kemudahan (*convenience sampling*) yaitu pengambilan sampel yang dilakukan secara mendadak dan caranya ialah dengan menemui orang yang sedang melakukan aktivitas olahraga sepeda. Teknik mengumpulkan data menggunakan kuesioner/angket serta alat analisis menggunakan analisis statistik deskriptif dan model regresi linear berganda. Yang diperoleh di penelitian ini antara lain menampilkan bahwa (1) didasarkan dari analisis statistik deskriptif, variabel minat berolahraga sepeda termasuk tinggi, sementara kondisi psikis cukup baik, lingkungan keluarga yang harmonis dan sarana prasarana yang cukup baik. (2) berdasarkan uji hipotesis hanya variabel lingkungan keluarga dan sarana prasarana yang mempengaruhi minat berolahraga sepeda, sementara variabel kondisi psikis ditemukan tidak berpengaruh signifikan terhadap minat berolahraga sepeda. Simpulan dalam penelitian ini adalah hanya variabel kondisi psikis yang tidak berpengaruh, sementara dua variabel independen lainnya mempengaruhi minat berolahraga sepeda.

Kata Kunci : Minat, Bersepeda, Olahraga Rekreasi

PENDAHULUAN

Berdasarkan Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 19 yang mengatakan jika olahraga dan rekreasi di ayat (1) sebagaimana kegiatan tersebut merupakan bagian dari proses pemulihan diri dan kesehatan serta bugarnya tubuh manusia. (2) Kegiatan tersebut bisa dilakukan oleh setiap individu, baik dari pendidikan formal, lembaga maupun badan organisasi keolahragaan. (3) Kegiatan yang sebagaimana dimaksud dalam ayat 1 memiliki tujuan guna : a. mendapat sehat, bugar, dan kesenangan jasmaniah : b. menciptakan keselarasan sosial dan/atau ; c. menjadikan pelestarian dan peningkatan kebudayaan setempat maupun nasionalnya.

Salah satu jenis olah fisik maupun rekreasi yang bisa dilaksanakan ialah bersepeda. Sepeda sendiri merupakan jenis kendaraan yang asalnya dari prancis yang ditemukan abad ke 18 dan umumnya diketahui dengan nama *velocipede*. Dahulu dimasa belanda banyak dipergunakan guna mempermudah arus jalan para aparat militer Belanda (Prakoso, Rahayu, Hartono, & Kusuma, 2020). Sepeda adalah sarana transportasi yang tergolong murah, hemat, tidak menimbulkan polusi di jalan sehingga sepeda ramah lingkungan. Disebut juga sarana untuk bersuka cita dalam menjaga kebugarannya serta bisa dilakukan untuk kegiatan petualang (Munasifah, 2017). Sepeda mengalami perkembangan mulai dari segi bentuk maupun fungsinya dengan seiring perkembangan zaman. Bersepeda sangat membantu dalam meningkatkan kebugaran jasmani dan dapat berkendara dengan menikmati kebebasan alam atau jalan yang terbuka. Bersepeda merupakan salah satu bentuk latihan aerobik yang terbaik, memilih menggunakan sepeda sebagai sarana untuk olahraga rekreasi atau dijadikan alat transportasi harian dapat mengurangi biaya pemeliharaan jalan, dan mengurangi kemacetan serta polusi udara.

Dunia di era ini juga tengah dilanda adanya pandemic corona (*Coronavirus Disease-2019*). Awal kasusnya dimulai dari wuhan, yang kemudian perkembangan dan penyebarannya meluas, penyebabnya tak lain dan tak bukan ialah SARS-CoV-2 (*Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2*) yang akhirnya menjadi sorotan di seluruh belahan dunia, dan keberadaannya mengancam jiwa. Tak dapat dipungkiri jika indonesia pun juga terkena dampaknya. Virus ini tergolong virus baru dengan penyebarannya yang sangat cepat dan berbahaya. Virus ini menyebabkan gangguan sistem tubuh menyebabkan orang yang mengidapnya menjadi susah bernafas normal dan semestinya. yang kemudian mengakibatkan kematian seseorang yang terpapar virus covid-19. Menurut WHO penyebaran virus covid-19 bisa melalui udara, alas yang mengalami kontaminasi, dan melalui limbah. Melihat dari dampak virus covid-19 yang berbahaya ini membuat pemerintah berfikir dan bekerja keras untuk memutus penyebaran virus tersebut.

Jawa tengah adalah salah satu daerah yang terkena dampak varian ini. Maka dari itulah pemerintah memberlakukan kebijakan *social distasncing* dan *Work Form Home*. Keputusan inilah yang membuat khususnya masyarakat Jawa Tengah mengurangi aktivitas kegiatan diluar rumah.

Selain itu pemerintah menerapkan kebijakan kewajiban memakai aturan kesehatan kuat seperti 5 M yaitu, mengenakan masker, mencuci tangan dengan sabun dengan air yang mengalir, menjaga jarak, menjauhi kerumunan, serta membatasi mobilisasi. Aturan-aturan yang dibuat oleh pemerintah menyebabkan timbulnya rasa kecemasan, kekecewaan akan suatu hal dan menyebabkan dampak psikis seperti timbul rasa bosan dan stres. Oleh sebab itu masyarakat mulai melakukan berbagai macam aktivitas kesehatan salah satunya yaitu bersepeda, itulah sebabnya tren bersepeda mulai menyebar ke berbagai kalangan masyarakat dikota-kota Indonesia salah satunya di kabupaten Purbalingga. Masyarakat menyukai dan beranggapan bahwa dengan bersepeda bisa menghilangkan rasa bosan, namun mereka tetap selalu mematuhi aturan yang dibuat dengan tetap menjaga jarak.

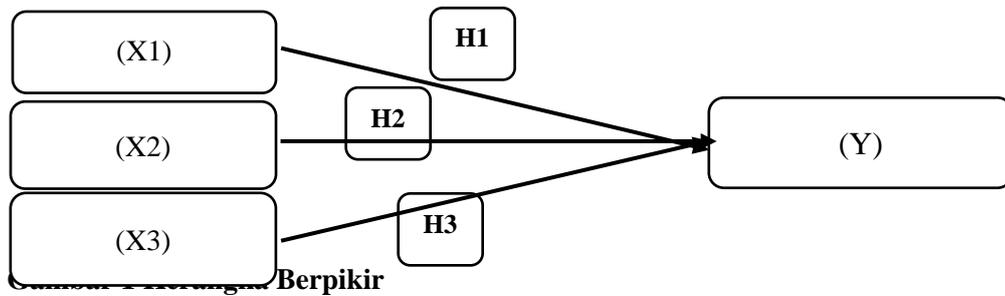
Minat bersepeda masyarakat di Kabupaten Purbalingga yang meningkat dapat dilihat dari meningkatnya penjualan sepeda dari beberapa toko sepeda. Berdasarkan hasil observasi survei penjualan ditoko sepeda yang dilakukan peneliti pada tanggal 29 Agustus 2021 di Kabupaten Purbalingga. Penjualan sepeda mengalami kenaikan pada saat pandemi. Peneliti tentunya dalam observasi memilih toko sepeda yang sudah beroperasi lebih dari lima tahun. Hasil studi pendahuluan mengenai penjualan sepeda ditampilkan pada Tabel 1 :

Tabel 1
Hasil Studi Pendahuluan

No	Nama Toko	Penjualan			Usia
		2018	2019	2020	Usaha
1	MM	327	267	701	15 TH
2	Denpasar	308	246	556	9 TH
3	Kandangampang	204	180	483	9 TH
4	Rajawali	192	203	417	6 TH
5	Merdeka	204	155	485	7 TH

Sumber : Data Peneliti, 2021

Berdasarkan pengamatan peneliti di Kabupaten Purbalingga khususnya di kawasan GOR Goentoer Darjono, Alun-alun, *Purbalingga Food Center* (PFC), dan Taman Kota Usman Janatin, pengguna sepeda yang mulanya sebelum pandemi hanya masyarakat tertentu saja yang gemar bersepeda atau komunitas yang memang telah memiliki anggota pengguna sepeda. Masyarakat di Purbalingga justru saat pandemi banyak yang melakukan aktivitas bersepeda. Meningkatnya aktivitas olahraga bersepeda termasuk sesuatu yang penting untuk didalami. dalam penelitian, minat masyarakat dalam melakukan olahraga sepeda dihubungkan dengan tiga variabel yaitu kondisi psikis, lingkungan keluarga dan sarana prasarana. Kerangka berpikir untuk menyusun arah dan tujuan penelitian ini dapat disajikan pada gambar berikut :



Keterangan:

- Y = Minat Berolahraga Sepeda
- X1 = Kondisi Psikis
- X2 = Lingkungan Keluarga
- X3 = Sarana dan Prasarana

METODE PENELITIAN

Model yang dipergunakan dalam penelitian ialah dengan penggunaan pendekatan kuantitatif, yang mana perolehan yang akan didapat nantinya dalam output berupa angka yang didalamnya dimuat skala dan di analisis dengan alat bantu, apabila meninjau dari luaraanya maka penelitian yang dipilih ini mempergunakan jenis dasar atau basic (*basic research*) yang nantinya ditujukan guna pengembangan pengetahuan. untuk desainnya sendiri mempergunakan pengujian hipotesis (*hyphotesis testing study*). Sebab dari awal tujuannya ialah untuk pengujian efek dari keadaan mental maupun lingkungan sekitarnya dan alat sebagai variabel independen pada minat berolahraga sepeda sebagai variabel dependen.

Populasi yang dipilih adalah pengguna sepeda di Kabupaten Purbalingga khususnya area GOR dan Alun-Alun. Teknik sampelnya mempergunakan sampel kemudahan (*convenience sampling*) yaitu diambilnya sampel secara mendadak caranya, menemui orang yang sedang melakukan aktivitas olahraga sepeda. Data yang nantinya akan dipergunakan disini ialah data primer kuesioner/angket untuk pengukuran semua variabel penelitian. yaitu minat olahraga bersepeda, kondisi psikis, lingkungan keluarga dan sarana prasarana. Sumber datanya didapatkan dari penelitian langsung caranya dengan memberi kuesioner terhadap orang yang akan diteliti.

Instrumen yang baik adalah instrumen yang dapat mewakili jawaban semua populasi, walaupun yang mengisi intrsrumen tersebut hanya sampel. Untuk memastikan hal tersebut, instrumen harus melalui pengujian instrumen meliputi pengujian validitas dan pengujian reliabilitas sebelum disebar kepada responden.

Menurut Ghozali (2016), pengujian ini dimaksudkan guna mencari tahu apakah sah atau tidaknya sebuah kuesioner. Dan disebut dan dikatakan valid jika dapat mengukur apa yang diharapkan peneliti dan yang telah diteliti tersebut secara akurat.

Berdasarkan pengujian validitas yang sudah dilaksanakan, mendapatkan hasil dimana segala pernyataan dalam instrumen yang dipergunakan dikatakan valid, sebab signifikansinya ternyata lebih kecil dari 0,05 (*sig 2-tailed*) serta nilai *pearson correlation* berangka positif. Ini membuktikan jika kalau semua pernyataan bisa dipergunakan dalam pengukuran segala variabel penelitian.

Untuk perolehan dari pengujian validitas untuk masing-masing variabel disajikan pada Tabel 2, 3, 4 dan 5 berikut :

Tabel 2

Ringkasan Hasil Uji Validitas Variabel Minat Berolahraga Sepeda

No Soal	Nilai Sig (2-tailed)	Person Correlation	Hasil
1	0,000	0,677	Valid
2	0,007	0,477	Valid
3	0,000	0,841	Valid
4	0,000	0,688	Valid
5	0,000	0,804	Valid
6	0,000	0,796	Valid
7	0,000	0,683	Valid
8	0,000	0,787	Valid
9	0,000	0,697	Valid
10	0,000	0,654	Valid

Sumber: Data primer yang diolah, 2022

Tabel 3

Ringkasan Hasil Uji Validitas Variabel Kondisi Psikis

No Soal	Nilai Sig (2-tailed)	Person Correlation	Hasil
---------	----------------------	--------------------	-------

11	0,000	0,583	Valid
12	0,000	0,663	Valid
13	0,000	0,638	Valid
14	0,000	0,709	Valid
15	0,000	0,804	Valid
16	0,000	0,784	Valid
17	0,000	0,767	Valid
18	0,000	0,833	Valid
19	0,000	0,722	Valid
20	0,000	0,870	Valid
21	0,000	0,680	Valid

Sumber: Data primer yang diolah, 2022

Tabel 4

Ringkasan Hasil Uji Validitas Variabel Lingkungan Keluarga

No Soal	Nilai Sig (2-tailed)	Person Correlation	Hasil
22	0,000	0,826	Valid
23	0,000	0,748	Valid
24	0,000	0,862	Valid
25	0,000	0,882	Valid
26	0,000	0,916	Valid
27	0,000	0,772	Valid
28	0,000	0,819	Valid
29	0,000	0,843	Valid

Sumber: Data primer yang diolah, 2022

Tabel 5

Ringkasan Hasil Uji Validitas Variabel Sarana Prasarana

No Soal	Nilai Sig (2-tailed)	Person Correlation	Hasil
---------	----------------------	--------------------	-------

30	0,000	0,919	Valid
31	0,000	0,934	Valid
32	0,000	0,951	Valid
33	0,000	0,888	Valid
34	0,000	0,951	Valid
35	0,000	0,555	Valid

Sumber: Data primer yang diolah, 2022

Berdasarkan dari pengujian validitas yang telah dilaksanakan segala pertanyaan yang dipergunakan dalam instrumen dikatakan valid, sebab signifikansinya lebih kecil dari 0,05 (*sig 2-tailed*) dan *pearson correlation* bernilai positif. ini menampilkan jika segala pernyataan bisa dipakai untuk pengukuran dalam variabel penelitiannya.

Menurut Ghozali (2013), pengujian reliabilitas ialah suatu sarana guna pengukuran angket yang didalamnya terdapat indikasi-indikasi dari variabelnya, sementara suatu angket bisa disebut sebagai *reliable* jika perolehan data seseorang pada pernyataan memiliki hasil yang tetap atau tidak berubah. Hasil uji reliabilitas untuk variabel minat berolahraga sepeda, kondisi psikis, lingkungan keluarga dan sarana prasarana disajikan pada Tabel ini :

Tabel 6
Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach Alpha	Kriteria	Hasil
Minat Berolahraga Sepeda (Y)	0,878	0,70	Reliabel
Kondisi Psikis (X1)	0,912	0,70	Reliabel
Lingkungan Keluarga (X2)	0,931	0,70	Reliabel
Sarana dan Prasarana (X3)	0,908	0,70	Reliabel

Sumber: Data primer yang diolah, 2022

Berdasar dari Tabel tersebut, bisa dilihat jika perolehan *Cronbach's Alpha* di dalam variabel-variabel memiliki angka perolehan $> 0,70$. Ini bisa dikatakan dan diartikan jika kalau pernyataan-pernyataan yang ada bernilai handal guna dibuat untuk bahan intrsumen penelitian.

Dalam Penelitian disini mempergunakan persamaan regresi berganda dan pemilihan variabelnya dependen ialah berolahraga sepeda (y). Persamaan regresi berganda yang

memiliki tujuan guna mencari tahu sebesar apakah efek yang ditimbulkan dari variabel (x1), (x2) dan (x3) terhadap sikap minat berolahraga sepeda (y). Persamaan regresi yang dapat ditampilkan adalah sebagai berikut:

$$Y = \rho_1 X_1 + \rho_2 X_2 + \rho_3 X_3 + e_1$$

Keterangan:

Y : Minat Berolahraga Sepeda

p : Koefisien Regresi

X₁ : Kondisi Psikis

X₂ : Lingkungan Keluarga

X₃ : Sarana dan Prasarana

e₁ : Varians yang tidak dapat dijelaskan oleh variabel independen

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian yang kemudian memilih persamaan regresi berganda dengan bantuan program aplikasi IBM SPSS 22 yaitu variabel dependen minat berolahraga sepeda (y).

Persamaan regresi berganda ini memiliki tujuan guna mencari tahu sebesar apakah efek yang ditimbulkan dari variabel kondisi psikis (x1), lingkungan keluarga (x2), dan sarana dan prasarana (x3) terhadap minat berolahraga sepeda (y).

Tabel 7
Hasil Uji Model Regresi Linear Berganda

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	12.298	4.294		2.864	.005
1 X1	.105	.071	.105	1.477	.142
X2	.419	.082	.365	5.084	.000
X3	.425	.106	.287	3.995	.000

a. Dependent Variable: Minat Berolahraga Sepeda

Sumber: Data primer yang diolah, 2022

1. Pengaruh kondisi psikis terhadap minat berolahraga sepeda

Berdasarkan dari pengujian hipotesis yang telah dilaksanakan, perolehannya menampilkan jika psikis tidak memiliki efek yang signifikan pada keinginan berolahraga sepeda. Hal ini ditunjukkan dari perolehan *unstandardized coefficient beta* 0,105 dan signifikansi sejumlah 0,142. Angkanya ada di atas signifikansi yaitu 0,05 yang artinya hipotesis pertama ditolak. Artinya kondisi psikis seseorang dalam keadaan apapun baik dalam kondisi baik atau tidak, maka minat berolahraga sepeda akan tetap dan sama saja, artinya kondisi psikis tiada memiliki hubungan dengan minat seseorang dalam berolahraga sepeda.

Olahraga sepeda adalah salah satu jenis olahraga rekreasi yang memiliki mobilitas tinggi dan memiliki peralatan tetap yaitu sepeda itu sendiri. Jika seseorang yang memiliki kebiasaan mobilitas tinggi dan memiliki sepeda tentu untuk menumbuhkan minatnya lebih mudah begitupun sebaliknya. Kondisi psikis seseorang tidak menentukan timbulnya minat, karena olahraga ini dapat dilakukan dalam keadaan apapun, karena termasuk olahraga ringan. Seseorang yang memiliki suasana hati sedang gembira, senang atau sedih, stress belum tentu muncul minat untuk bersepeda jika tidak memiliki peralatan yang mendukung. Minat seseorang lebih berpeluang muncul ketika ada dorongan dari lingkungan sekitar atau kepemilikan peralatan. Oleh karena itu kondisi psikis benar-benar tidak mempengaruhi minat berolahraga sepeda. Perolehan ini tak sama dengan perolehan penelitian milik Kusuma & Setyawati (2016) dimana menjelaskan kondisi psikis mempengaruhi minat berolahraga.

2. Pengaruh lingkungan keluarga terhadap minat berolahraga sepeda

Berdasarkan pengujian hipotesis yang telah dilaksanakan, perolehannya menampilkan jika lingkungan keluarga memiliki efek yang cukup signifikan dalam keinginan

berolahraga sepeda. bisa dilihat dari perolehan *unstandardized coefficient beta* 0,419 dan signifikansi sebesar 0,000. angkanya signifikansi berada di bawah taraf signifikansi yaitu 0,05 yang artinya hipotesis kedua diterima. Ini diartikan lingkungan keluarga yang baik dan harmonis serta mendukung, maka minat berolahraga sepeda akan meningkat. Sebaliknya jika lingkungan keluarga yang kurang baik dan tidak mendukung, maka minat berolahraga sepeda akan turun bahkan tidak muncul.

Kondisi pandemi Covid-19 mempererat kembali hubungan kekeluargaan di masyarakat Purbalingga yang dimana dapat mengetahui keluh kesah satu sama lain. Kondisi inilah yang menciptakan dukungan satu sama lain untuk melakukan suatu aktivitas termasuk aktivitas olahraga sepeda. Dukungan dapat berupa pemberian motivasi, nasehat atau pembelian peralatan untuk berolahraga sepeda. Dengan keadaan demikian membuat minat masyarakat Purbalingga untuk berolahraga sepeda semakin meningkat. Perolehan ini sama dengan perolehan penelitian milik Kusuma, Mahendra, Wahjoedi, & Semarayasa (2021).

3. Pengaruh sarana dan prasarana terhadap minat berolahraga sepeda

Berdasarkan pengujian hipotesis yang telah dilaksanakan, perolehannya menampilkan jika sarana prasarana memiliki efek yang pada keinginan signifikan dalam minat berolahraga sepeda. Hal ini dilihat dari nilai *unstandardized coefficient beta* 0,425 dan signifikansi sejumlah 0,000. angka signifikansi ada di bawah taraf signifikansi yaitu 0,05 yang berarti bahwa hipotesis ketiga diterima. artinya kondisi alat dan media yang semakin memadai, maka minat berolahraga sepeda akan meningkat. Sebaliknya jika alat dan media yang kurang baik dan tidak memadai, maka minat berolahraga sepeda akan menurun.

Masyarakat Purbalingga menilai sarana dan prasarana olahraga khususnya olahraga bersepeda yang disediakan oleh pemerintah cukup memadai. Ketersediaan ini membuat minat masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga sepeda meningkat. Hal ini diperkuat oleh keadaan pandemi yang setiap orang memiliki waktu luang lebih, sehingga olahraga sepeda adalah pilihan yang tepat untuk mengisi waktu tersebut seiring dengan menjaga kesehatan tubuh. hasil ini sama dengan perolehan penelitian milik Benny (2015) yang mempertegas bahwa sarana prasarana olahraga menjadi faktor penting bagi masyarakat untuk termotivasi melakukan olahraga sepeda.

SIMPULAN DAN SARAN

A. SIMPULAN

Didasarkan dari perolehan penelitian, yang dapat didimpulkan bahwa

(1) kondisi psikis tidak mempengaruhi minat berolahraga sepeda,

(2) lingkungan keluarga memengaruhi minat berolahraga sepeda

(3) sarana dan prasarana juga terbukti mempengaruhi minat berolahraga sepeda. Masyarakat Purbalingga memiliki minat berolahraga sepeda didasarkan pada faktor eksternal yaitu lingkungan keluarga dan sarana prasarana.

B. SARAN

Saran yang dapat diberikan kepada masyarakat Purbalingga untuk senantiasa meningkatkan aktivitas olahraga dan untuk menjaga keharmonisan hubungan di lingkungan keluarga. Sedangkan untuk pemerintah setempat untuk meningkatkan kuantitas dan kualitas fasilitas olahraga. Selain itu, saran untuk penelitian sejenis selanjutnya untuk menambah variabel penelitian dan memperluas objek penelitian supaya bisa makin memperluas meneliti berbagai faktor yang memiliki efek dalam minat berolahraga sepeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Benny. (2015). Analisis Peranan Sarana Dan Prasarana Penjasorkes Terhadap Minat Belajar Penjasorkes Di SMA Negeri 10 Makassar. *Jurnal ILARA*, 6(1), 63–72.
- Ghozali, I. (2013). *Aplikasi Analisis Multivariate*. (P. Harto, Ed.) (Edisi 8). Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 23* (Edisi 8). Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Kusuma, B. A., & Setyawati, H. (2016). Survei Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Minat Olahraga Rekreasi Akhir Pekan di Alun-Alun Wonosobo. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 5(2), 67–73.
- Mahendra, I. K. P., Wahjoedi, H., & Semarayasa, I. K. (2021). Korelasi Prokrastinasi, Game Online, Dan Media Sosial Dengan Minat Berolahraga Peserta Didik Putra Kelas X SMKN 3 Kintaman. *Jurnal Penjakora*, 8(September), 98–105.
- Munasifah, J. (2017). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Aktualisasi Diri Tunanetra. *Thesis, Fakultas P*.
- Prakoso, R. Y., Rahayu, T., Hartono, M., & Kusuma, D. W. Y. (2020). Analisis Dampak Pembangunan Arena Olahraga Terhadap Lingkungan di Kompleks Olahraga Manunggal Jati Semarang. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 1(1), 1–11.