

ANALISIS MOTIVASI MASYARAKAT TERHADAP OLAHRAGA REKREASI DALAM KEGIATAN CAR FREE DAY DI SIMPANG LIMA KOTA SEMARANG

Khabib Ali Reza¹, Buyung Kusumawardhana², Pandu Kresnapati³

¹Universitas PGRI Semarang,
Email: Khabibgameing3@gmail.com

Abstract

Recreational sports are also found in Car Free Day activities, one of the Car Free Day activities is held at Simpang Lima, Semarang City. The purpose of this research is to find out how the motivation of the people of Semarang to do sports activities in Car Free Day activities that are carried out at Simpang Lima Semarang City. This type of research used in this research is descriptive quantitative research. The method used is a survey with data collection techniques using a questionnaire. The subjects in this study were visitors who did sports in Car Free Day activities, totaling 100 respondents. Data analysis techniques using quantitative descriptive analysis as outlined in the form of percentages. Based on the overall results of the study, it was found that community motivation towards recreational sports in car free day activities in Simpang Lima Semarang City was mostly in the high category with a percentage of 82%, a medium category with a percentage of 18%, a low category of 0%. It can be concluded that people's motivation towards recreational sports in the car free day activity in Simpang Lima, Semarang City is high. Suggestions for improving the quality of recreational sports activities to attract visitors.

Keywords: Motivation, Sports Recreation, Car Free Day Activities

Abstrak

Olahraga rekreasi juga terdapat di kegiatan *Car Free Day*, salah satu kegiatan *Car Free Day* dilaksanakan di Simpang Lima Kota Semarang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana motivasi masyarakat Kota Semarang untuk melakukan aktivitas olahraga dalam kegiatan *Car Free Day* yang di laksanakan di Simpang Lima Kota Semarang. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengambilan datanya menggunakan angket. Subjek dalam penelitian ini adalah pengunjung yang melakukan olahraga di dalam kegiatan *Car Free Day* yang berjumlah 100 responden. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk persentase. Berdasarkan hasil penelitian secara keseluruhan diperoleh motivasi masyarakat terhadap olahraga rekreasi dalam kegiatan *car free day* di Simpang Lima Kota Semarang sebagian besar berkategori tinggi dengan persentase 82 %, kategori sedang dengan persentase 18 %, kategori rendah sebesar 0 %. Dapat disimpulkan motivasi masyarakat terhadap olahraga rekreasi dalam kegiatan *car free day* di Simpang Lima Kota Semarang adalah tinggi. Saran untuk meningkatkan kualitas kegiatan olahraga rekreasi agar dapat menarik pengunjung.

Kata kunci: Motivasi, Olahraga Rekreasi, Kegiatan *Car Free Day*

Olahraga merupakan salah satu kebutuhan manusia yang sangat berpengaruh dalam pembentukan jiwa (rohani) dan jasmani (raga dan tubuh) yang kuat. Suratmin (2018:24) olahraga telah menjadi bagian hidup dari sebagian besar masyarakat Indonesia, baik di kota besar maupun di pelosok pedesaan. Seperti yang kita ketahui olahraga memiliki bermacam nama atau jenis yang kesemua memiliki tujuan dan fungsi yang berbeda di antara lain adalah olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, olahraga kesehatan, olahraga cacat, olahraga penyembuhan, olahraga pariwisata, dan olahraga rekreasi. Kegiatan masyarakat dalam hal melakukan olahraga rekreasi untuk saat ini masih sangatlah kurang. Selain faktor kesadaran akan pentingnya olahraga yang berasal dari dalam diri sendiri, faktor lain yang menghambat masyarakat untuk melakukan olahraga rekreasi adalah mengenai sarana dan prasarana yang tersedia untuk mendukung kegiatan tersebut.

Berbicara sarana dan prasarana olahraga yang ada di Indonesia untuk menunjang adanya olahraga rekreasi yang dilakukan masyarakat bisa dikatakan di semua kota di Indonesia sarana dan prasarannya mempunyai masalah yang sama, yaitu kurangnya tempat dan fasilitas untuk melakukan kegiatan tersebut tak terkecuali di kota Semarang. Melihat dari keterbatasan serta minimnya sarana dan prasarana yang menunjang kegiatan olahraga rekreasi Kota Semarang, maka terlaksanakannya kegiatan *car free day*. Hal ini adalah satu bentuk dari peran pemerintah dalam upaya mengatasi minimnya tempat dan fasilitas untuk melakukan kegiatan olahraga rekreasi adalah dengan menerbitkan kebijakan *car free day* (hari bebas berkendara). Kegiatan *Car Free Day* diharapkan masyarakat menyadari pentingnya menjaga lingkungan, serta kegiatan *Car Free Day* mempunyai tujuan khusus yaitu “Memasyarakatkan Olahraga”.

Kegiatan *Car Free Day* di Kota Semarang berpusat di Simpang Lima Kota Semarang. Setiap minggu pukul 06.00-09.00 WIB. CFD digelar di sepanjang ruas jalan Protokol di pusat Kota Semarang. Selain sebagai program pengurangan polusi udara, CFD ini juga dijadikan ajang berkumpul dan beraktifitas warga Semarang dan sekitarnya. Banyak aktifitas warga di CFD ini, mulai jalan kaki, senam, bersepeda, skate boarding. Masyarakat di wilayah Kota Semarang beramai-ramai mengikuti *Car Free Day* tersebut. Kegiatan *Car Free Day* di Simpang Lima Kota Semarang sudah berjalan cukup lama dari 2010 sampai saat ini masih di laksanakan, namun belum diketahui peranan dari *Car Free Day* terhadap olahraga rekreasi yang ada dalam kegiatan *Car Free Day*.

Khususnya tentang bagaimana motivasi masyarakat untuk tertarik datang dan berolahraga dalam kegiatan *Car Free Day*. Hal tersebut yang melatar belakangi penulis untuk meneliti Motivasi Masyarakat Terhadap Olahraga Rekreasi dalam Kegiatan *Car Free Day* Di Simpang Lima Kota Semarang. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana motivasi masyarakat Kota Semarang untuk melakukan aktivitas olahraga dalam kegiatan *Car Free Day* yang di laksanakan di Simpang Lima Kota Semarang.

METODE

Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Menurut Sugiyono dalam Utomo (2015:40) Penelitian deskriptif kuantitatif adalah penelitian dengan menggunakan metode survei, dan pengumpulan informasi atau data menggunakan kuesioner. Adapun yang dimaksud deskriptif disini adalah gambaran tentang bagaimana motivasi masyarakat terhadap olahraga rekreasi melalui kegiatan *Car Free Day* di Simpang Lima Kota Semarang.

Populasi dan Sampel

Populasi

Dalam penelitian ini populasi yang menjadi objek penelitian adalah semua orang yang mengikuti kegiatan *Car Free Day* di Simpang Lima Kota Semarang. Populasi yang menjadi subjek penelitian tidak dapat dihitung secara seksama tetapi jumlah populasi yang menjadi subjek penelitian tidak pasti karena setiap minggu bisa berubah-ubah bahkan bisa berubah setiap jam. Populasi dalam penelitian ini meliputi semua golongan baik dalam golongan anak-anak, remaja, dewasa, dan orang tua.

Sample

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 2010: 174). Dari populasi yaitu seluruh pengunjung yang melakukan olahraga di dalam kegiatan *Car Free Day*, adapun rumus yang digunakan untuk menentukan banyaknya jumlah sampel dalam penelitian ini. Sampel yang akan diambil pada penelitian ini adalah sebanyak 100 subjek yang akan diambil secara acak tanpa adanya kesepakatan dengan peneliti

Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah Teknik *Random Sampling* memiliki kemungkinan tertinggi dalam menetapkan sampel yang *representatif*. Dalam teknik ini, semua orang yang termasuk dalam populasi memiliki kemungkinan yang sama untuk masuk menjadi sampel. Teknik ini dilakukan karena sesuai dengan pertimbangan peneliti sendiri sehingga dapat mewakili populasi. Pada penelitian ini, syarat sampel yaitu individu yang sedang berada dan melakukan aktivitas olahraga di Simpang Lima Semarang dalam kegiatan *Car Free Day*.

Teknik Pengumpulan data dan Instrumen Penelitian

Teknik Pengumpulan data

Menurut Arikunto (2010: 265) metode pengumpulan data adalah cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Data merupakan sumber informasi yang berupa keterangan yang mendukung penelitian. Data merupakan faktor penting, karena dengan adanya analisis data dapat dilakukan dan selanjutnya dapat ditarik kesimpulan. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode observasi, angket dan dokumentasi.

Instrumen Penelitian

Instrumen menurut Arikunto (2010: 265) merupakan alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya. Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan adalah dengan angket. Angket merupakan daftar pernyataan yang diberikan kepada orang lain dengan maksud agar orang yang diberi pernyataan tersebut bersedia memberikan respon sesuai dengan permintaan pengguna (Arikunto, 2010: 268). Jenis angket yang digunakan yaitu angket langsung tertutup dengan menggunakan kuesioner tipe pilihan yaitu: setuju (S), Ragu-ragu (R), tidak setuju (TS).

Analisis Data

Analisis data adalah proses pengorganisasian dan mengurutkan data ke dalam pola, kategori dan satuan uraian dasar sehingga dapat di temukan dan dapat di rumuskan hipotesis kerja seperti yang di sarankan oleh data (Moleong 2014:280). Dalam penelitian ini, maka akan digambarkan hasil survei yang menunjukkan tingginya angka presentase motivasi masyarakat dalam melakukan olahraga rekreasi di CFD (*Car Free Day*) Kota Semarang. Sehingga akan diketahui bagaimana motivasi masyarakat dalam melakukan olahraga rekreasi di CFD (*Car Free Day*) Kota Semarang. Analisis deskriptif yang digunakan adalah analisis deskriptif prosentase. Analisis ini semua skor dari masing-masing aspek dijumlahkan dan dibandingkan dengan skor idealnya sehingga akan diperoleh *prosentase* skor. Dari deskriptif *prosentase* inilah selanjutnya dibandingkan dengan kriteria yang digunakan dan diketahui tingkatannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Data hasil penelitian motivasi masyarakat terhadap olahraga rekreasi dalam kegiatan *car free day* di Simpang Lima Kota Semarang dalam penelitian ini diukur dengan angket yang terdiri dari 16 butir pernyataan dengan skor 1 – 3. Setelah data terkumpul diperoleh hasil penelitian yaitu; skor minimum sebesar = 32; skor maksimum = 48; rerata = 43,35; median = 44,5; modus = 48 dan *standard deviasi* = 4,48. Dari hasil penelitian tersebut diketahui motivasi masyarakat terhadap olahraga rekreasi dalam kegiatan *car free day* di Simpang Lima Kota Semarang sebagian besar berkategori tinggi dengan *prosentase* 82 %, kategori sedang dengan *prosentase* 18 %, kategori rendah sebesar 0 %. Hasil tersebut diartikan motivasi masyarakat terhadap olahraga rekreasi dalam kegiatan *car free day* di Simpang Lima Kota Semarang adalah tinggi.

Pembahasan

Hasil penelitian motivasi masyarakat terhadap olahraga rekreasi dalam kegiatan *car free day* di Simpang Lima Kota Semarang sebagian besar berkategori tinggi dengan *prosentase* 82 %. Hasil tersebut diartikan bahwa masyarakat Simpang Lima Kota Semarang mempunyai motivasi yang tinggi dalam mengikuti kegiatan *Car Free Day*.

Car Free day adalah merupakan hari di mana warga kota seharusnya beralih ke transportasi tidak bermotor (*Non motorized transport*) atau beralih menggunakan kendaraan umum. Program tersebut memang melarang menggunakan kendaraan bermotor pada waktu yang telah ditentukan. Dalam penelitian *Car Free Day* yang dimaksud adalah motivasi masyarakat Kota Semarang dalam kegiatan *Car Free Day*. Motivasi merupakan suatu proses dari diri sendiri sebagai pendorong seseorang yang mampu berbuat sesuatu atau melakukan tindakan dalam upaya mencapai tujuan tertentu.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat diartikan bahwa sebagian besar masyarakat di Simpang Lima Kota Semarang mempunyai keinginan yang kuat untuk mengikuti kegiatan *car free day*. Seperti yang di programkan pemerintah. Dorongan yang di dapat dari masyarakat tersebut dapat berupa dorongan karena keinginan didiri sendiri atau dorongan yang berasal lingkungan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pada bab sebelumnya diketahui analisis motivasi masyarakat terhadap olahraga rekreasi dalam kegiatan *car free day* di Simpang Lima Kota Semarang sebagian besar berkategori tinggi dengan *prosentase* 82 %, kategori sedang dengan *prosentase* 18 %, kategori rendah sebesar 0 %. Hasil tersebut disimpulkan analisis motivasi masyarakat terhadap olahraga rekreasi dalam kegiatan *car free day* di Simpang Lima Kota Semarang adalah tinggi.

Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, saran yang disampaikan yaitu:

1. Bagi peneliti selanjutnya hendaknya sampel penelitian yang digunakan lebih banyak lagi, sehingga diharapkan faktor yang mempengaruhi motivasi mengikuti kegiatan *car free day* dapat teridentifikasi secara luas.
2. Bagi masyarakat yang hadir dalam kegiatan *car free day* untuk senantiasa selalu berpartisipasi meramaikan acara serta untuk selalu menjaga kebersihan lingkungan yang telah tercipta dengan baik..
3. Bagi penyelenggara acara *car free day* untuk senantiasa meningkatkan kualitas kegiatan dengan cara memanfaatkan sekecil apapun potensi setiap instansi dan masyarakat yang ingin berpartisipasi dan untuk menambah jenis olahraga yang menarik perhatian masyarakat contohnya: olahraga tradisional seperti engrang, engklek, tarik tambang, grobak sodor dan mengadakan kompetisi sepakbola mini.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.

Moleong, L. J. (2014). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Suratmin. (2018). *Pengantar Olahraga Rekreasi dan Olahraga Pariwisata*. Depok: PT Raja Grafindo Persada.

Utomo,U. (2015). *Survei Minat Terhadap Olahraga Rekreasi Melalui Car Free Day Sebagai Aktivitas Peningkatan Kebugaran Jasmani di Alun –Alun Jepara Tahun 2015*. Skripsi. Semarang: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNNES.