



Motivasi Masyarakat untuk Melakukan Aktivitas Olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga pada Masa Pandemi Covid-19

Gusti Putu Eddy Supriyadinata^{1*}, I Ketut Yoda², Gede Doddy Tisna³ 

^{1,2,3} Prodi Ilmu Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, Singaraja, Indonesia

ARTICLE INFO

Article history:

Received July 11, 2023

Revised July 15, 2023

Accepted October 10, 2023

Available online October 25, 2023

Kata Kunci:

Aktivitas olahraga, motivasi, pandemi.

Keywords:

Sports activity, motivation, pandemic.



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Pendidikan Ganesha.

ABSTRAK

Pandemi covid-19 memberikan dampak buruk terhadap kesehatan masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis motivasi masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi dari penelitian ini menggunakan semua masyarakat kota Singaraja yang Melakukan Aktivitas Olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja. Karena jumlah populasi tidak diketahui pasti, penentuan besar sampel menggunakan rumus Isaac dan Michael pada tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh 350 orang responden. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif dengan skala penilaian interval dari jawaban angket responden. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa skor motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 98 orang (28,00%), berada pada kategori tinggi sebanyak 235 orang (67,14%), berada pada kategori sedang sebanyak 17 orang (4,86%), dan tidak ada masyarakat yang memiliki skor motivasi rendah dan sangat rendah (0,00%). Adapun skor rata-rata motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja sebesar 38,40 berada pada rentang kategori $33 \leq M < 39$, sehingga skor rata-rata motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja memiliki kategori tinggi.

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic has had a negative impact on public health. This research aims to analyze people's motivation to carry out sports activities at the Bhuana Patra Singaraja Sports Facility Complex. This research is descriptive research. The population of this study uses all residents of the city of Singaraja who carry out sports activities at the Bhuana Patra Singaraja Sports Facility Complex. Because the population size is not known for certain, the sample size was determined using the Isaac and Michael formula with an error rate of 5%, resulting in 350 respondents. The data analysis technique used is a descriptive analysis technique with an interval assessment scale from respondents' questionnaire answers. The results of this research show that the motivation score of the community for carrying out sports activities at the Bhuana Patra Singaraja Sports Facilities Complex is in the very high category as many as 98 people (28.00%), is in the high category as many as 235 people (67.14%), is in the in the medium category were 17 people (4.86%), and there were no people who had low and very low motivation scores (0.00%). The average score of people's motivation to carry out sports activities at the Bhuana Patra Singaraja Sports Facilities Complex is 38.40, which is in the category $33 \leq M < 39$, so the average score of people's motivation to carry out sports activities at the Bhuana Patra Singaraja Sports Facilities Complex is in the high category.

1. PENDAHULUAN

Olahraga pada dasarnya merupakan kebutuhan dalam kehidupan setiap orang agar kondisi fisik dan kesehatannya dapat terjaga dengan baik (Hanief & Sugito, 2015; Hasniah & Burhanuddin, 2021; Wirayasa et al., 2021). Oleh karena itu, manusia ingin tetap sehat, dan salah satu cara untuk tetap sehat

*Corresponding author.

E-mail addresses: eddy.supriyadinata@gmail.com (Gusti Putu Eddy Supriyadinata)

adalah dengan berolahraga. Dalam kehidupan sehari-hari diperlukan tindakan atau upaya untuk menunjang kesehatan. Upaya kesehatan adalah setiap kegiatan yang memelihara dan meningkatkan kesehatan untuk kesehatan yang optimal dalam masyarakat (Talevi et al., 2020; Trisnawati & Sugito, 2020). Secara fisiologis, olahraga dapat digunakan sebagai alat untuk meningkatkan fungsi fisiologis, seperti meningkatkan kesehatan, meningkatkan kualitas kondisi fisik seperti kerja kardiorespirasi, kelincihan, kecepatan, dan kekuatan. Manusia sebagai makhluk yang sadar memiliki kemampuan berpikir dan bertindak (bergerak) baik secara individu (individual) maupun secara kolektif (kelompok), sehingga terjadi proses sosial yang disebut juga interaksi sosial (Abbas et al., 2022; Andangjati et al., 2021). Olahraga adalah suatu aktivitas dimana tubuh bergerak, dimulai dari ekstremitas atas dan bawah. Disebut suatu kegiatan karena pada akhirnya memiliki tujuan untuk meningkatkan kualitas hidup sehingga menjadikan tubuh bugar dan sehat (Indrayana & Sadikin, 2020; Kustria et al., 2021). Olahraga adalah rangkaian gerakan tubuh yang teratur dan terencana yang dilakukan orang secara sadar sesuai dengan tujuan olahraga untuk meningkatkan kemampuan fungsionalnya sendiri.

Saat ini Indonesia sedang dilanda wabah virus yang bernama virus Corona 2019 atau dikenal juga dengan sebutan Covid-19 yang sangat mengkhawatirkan. Tidak hanya di Indonesia, tetapi juga di dunia internasional sudah tidak asing lagi dengan merebaknya virus Covid-19 (Dong et al., 2020; Duran, 2021). Hampir semua negara di dunia sedang mengalami pandemi COVID-19, termasuk Indonesia. Upaya memutus mata rantai penularan virus Covid-19, masyarakat perlu menerapkan pola hidup sehat dan bersih. Upaya lain untuk mencegah paparan COVID-19 adalah dengan meningkatkan kesehatan fisik (Chang et al., 2021; Talevi et al., 2020). Olahraga teratur dan olahraga adalah salah satu cara untuk meningkatkan fisik Anda. Olahraga merupakan salah satu kegiatan manusia yang telah dilakukan di semua lapisan masyarakat selama berabad-abad. Dalam beberapa aktivitas fisik, olahraga merupakan aktivitas fisik yang membantu meningkatkan dan menjaga kualitas kesehatan (Kustria et al., 2021; Putra et al., 2021). Aktivitas fisik adalah pergerakan ekstremitas, menghasilkan pengeluaran energi, yang penting untuk menjaga kesehatan yang baik. Mempertahankan kualitas hidup, dan mental agar sehat serta bugar sepanjang hari (Ernawati & Safitri, 2018). Aktivitas ini berjalan seiring dengan kebutuhan manusia kini yang serba instan dalam menjalankan aktivitas kehidupan sehari-hari.

Motivasi adalah daya dorong untuk melakukan kegiatan dari dalam untuk mencapai suatu tujuan. Dari sudut pandang di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi adalah rangsangan dan dorongan untuk melakukan kegiatan dari dalam (Degrave et al., 2023; Fredik Melkias Boiliu, 2021; Sriwahyuni et al., 2020). Termotivasi oleh kegiatan olahraga di Kompleks Sarana Olahraga Bhuana Patra Singaraja, tidak hanya sehat, menyegarkan tetapi dalam hal interaksi sosial, banyak masyarakat di Singaraja yang juga mengunjungi Kompleks Sarana Olahraga Bhuana Patra, dimana olahraga dapat dijadikan sebagai media sosial melalui interaksi dan komunikasi dengan orang lain atau lingkungan sekitar. Sebagai makhluk sosial dalam kehidupan sehari-hari, manusia akan menghadapi tanggung jawab dan kewajiban untuk memelihara kehidupan dan lingkungan bagi dirinya dan orang lain. Dalam hal interaksi sosial, banyak masyarakat di Singaraja yang juga mengunjungi Kompleks Sarana Olahraga Bhuana Patra, dimana olahraga dapat dijadikan sebagai media sosial melalui interaksi dan komunikasi dengan orang lain atau lingkungan sekitar. Sebagai makhluk sosial dalam kehidupan sehari-hari, manusia akan menghadapi tanggung jawab dan kewajiban untuk memelihara kehidupan dan lingkungan dirinya sendiri maupun orang lain. Oleh karena itu, pembangunan fisik, khususnya pembangunan fisik, sangat penting untuk menunjang kehidupan pribadi dan sosial. Pertumbuhan penduduk dan perkembangan zaman, masyarakat Singaraja semakin membutuhkan ruang publik yang dilengkapi dengan fasilitas olahraga. Diantaranya adalah ruang terbuka yang terletak di Kota Singaraja. Fasilitas umum ini sangat dekat dan sangat penting. Ruang di Kota Singaraja benar-benar hidup, fasilitas outdoor di Kota Singaraja.

Dengan bertambahnya jumlah penduduk dan perkembangan zaman, kebutuhan masyarakat Singaraja akan ruang publik yang dipenuhi dengan fasilitas olahraga semakin meningkat. Banyak stadion dan lapangan olahraga di kota Singaraja yang tidak terawat atau bahkan rusak sehingga tidak dapat memenuhi kebutuhan aktivitas jasmani dan rohani masyarakat Singaraja, di antaranya terdapat ruang terbuka yaitu sarana olahraga yang berada di Singaraja. menggunakan kompleks di Jalan Kota, meskipun fasilitas umum ini sangat mendukung pemulihan nyata ruang yang tersedia, fasilitas kegiatan luar ruangan di Kota Singaraja antara lain Stadion Mayor Metra, Stadion Taman Kota tersebut di atas yang tidak dapat memuaskan keinginan masyarakat untuk beraktivitas fisik diperoleh dan direalisasikan di Tempat Bhuana Patra, Kompleks Sarana Olahraga Bhuana Patra. Bagi masyarakat yang aktif berolahraga dan lebih mengenalnya sebagai tempat Bhuana Patra, terutama bagi mereka yang rutin menggunakannya sebagai tempat berolahraga atau sekedar bersantai di hari Sabtu dan Minggu. Kompleks Sarana Olahraga Bhuana Patra Singaraja merupakan salah satu gedung olahraga di Kota Singaraja yang dapat digunakan sebagai tempat berolahraga. Dalam sejarah kompleks Bhuana Patra Singaraja, hingga saat ini masih akrab di kenal dengan nama Stadion Bhuana Patra Singaraja, kompleks Bhuana Patra Singaraja mampu

menampung ribuan penonton, wisatawan atau anggota masyarakat, dan kompleks ini terkadang digunakan untuk Komunitas fasilitas olahraga. Lokal, dalam dan luar ruangan. Olahraga merupakan kebutuhan yang sangat besar pengaruhnya terhadap pembentukan jiwa dan raga manusia yang tangguh. Sehingga, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis motivasi masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja tahun 2022.

2. METODE

Penelitian deskriptif yang menyelidiki tentang survei motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana patra Singaraja. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif, dan survei dilakukan dengan teknik kuesioner. Penelitian deskriptif adalah penelaahan terhadap hal-hal yang objektif dan kemudian menjelaskan apa yang diamati (Sholikhah, 2016). Penelitian deskriptif bertujuan untuk memberikan gambaran yang faktual, sistematis, dan akurat tentang suatu populasi tertentu dengan memperhatikan fakta dan karakteristik tertentu (Irwanto et al., 2019). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei kuantitatif. Metode kuantitatif adalah metode penelitian yang didasarkan pada filosofi positif yang meneliti beberapa populasi atau sampel, mengumpulkan data dengan menggunakan alat penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dan bertujuan untuk merumuskan hipotesis yang diberikan (Sugiyono, 2017). Survei adalah penyelidikan dadakan yang berusaha memperoleh fakta dari gejala yang ada dan mencari informasi faktual tentang sistem sosial, ekonomi, atau politik suatu kelompok atau wilayah (Prayogtam, 2021). Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tentang tingkat motivasi masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja kabupaten Buleleng. Penelitian ini dilaksanakan pada Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja. Dalam penelitian ini ditetapkan motivasi masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga sebagai objek penelitian. Subjek penelitian ini adalah masyarakat kota Singaraja yang melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja. Populasi penelitian ini adalah seluruh masyarakat kota Singaraja yang melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja. Sampel menggunakan *purposive sampling* yang mengidentifikasi pertimbangan atau kriteria tertentu yang harus dipenuhi oleh sampel yang digunakan dalam penelitian ini. Jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini berpedoman pada tabel yang dikembangkan oleh Isaac dan Michael. Berdasarkan pendapat tersebut sampel dalam penelitian ini dilihat dalam tabel dengan jumlah $N = \infty$ pada tingkat kesalahan 5%, maka sampel yang diketahui diteliti sebanyak 350 responden. Jadi, jumlah sampel yang diketahui digunakan dalam penelitian ini sebanyak 350 sampel.

Sumber data dalam penelitian ini meliputi data primer. Data primer, yaitu data yang bersumber dari sumber pertama. Data primer tersebut berupa data tentang motivasi masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga. Data motivasi masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga bersumber dari jawaban kuesioner yang dijawab langsung oleh responden. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik kuesioner. Teknik ini dilakukan dengan memberikan daftar pertanyaan kepada responden untuk menjawab terutama yang berhubungan dengan variabel yang akan diteliti, yaitu variabel motivasi masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga. Dalam pengukuran variabel menggunakan metode kuesioner, variabel motivasi masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga dijabarkan ke dalam indikator-indikator yang akan menjadi pertanyaan kepada responden dalam penelitian ini. Untuk menentukan kelayakan setiap butir pertanyaan digunakan dalam penelitian, maka dilakukan uji validitas untuk mengukur kelayakan dan keandalan setiap butir pertanyaan di dalam kuesioner.

Uji validitas bertujuan untuk menentukan apakah alat ukur yang akan digunakan dalam mengukur sebuah variabel sudah tepat digunakan atau belum. Dalam penelitian ini digunakan uji validitas isi karena alat ukur yang digunakan untuk mengukur motivasi masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga ini berupa kuesioner. Untuk menghitung validitas isi kuesioner maka digunakan rumus uji validitas isi dari Gregory. Untuk dapat mengolah data yang dikumpulkan, maka sistem penskoran kuesioner yang digunakan adalah skala *likert*. Skala pengukuran yang digunakan dalam pengukuran motivasi masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga pada penelitian ini adalah dengan menggunakan skala likert 4 dimensi penilaian, yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Seluruh pernyataan dalam penelitian ini terdapat pernyataan positif dan negatif dalam pernyataan positif diberi skor 4, 3, 2, 1, sedangkan dalam pernyataan negatif diberi skor 1, 2, 3, 4. Metode yang dilakukan pada penelitian ini adalah metode analisa statistik deskriptif, dimana dari nilai total jawaban butir pertanyaan akan diambil nilai rata-ratanya untuk kemudian nilai tersebut dipetakan ke dalam rentang skala statistik deskriptif, untuk kemudian disimpulkan dari hasil nilai rata-rata tersebut. Statistik deskriptif sebagai alat statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara

mendesripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil penelitian Data skor motivasi motivasi masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja dianalisis secara deskriptif menggunakan *SPSS 24.0 for Windows*. Skor motivasi mencakup aspek faktor dalam (intristik), yaitu kebutuhan, harapan, kesenangan, dan menghilangkan kejenuhan serta faktor luar (ekstrinsik), yaitu teman, lokasi, biaya, dan cuaca. Adapun skor motivasi tampak pada [Tabel 1](#).

Tabel 1. Deskripsi Data Skor Motivasi Masyarakat untuk Melakukan Aktivitas Olahraga

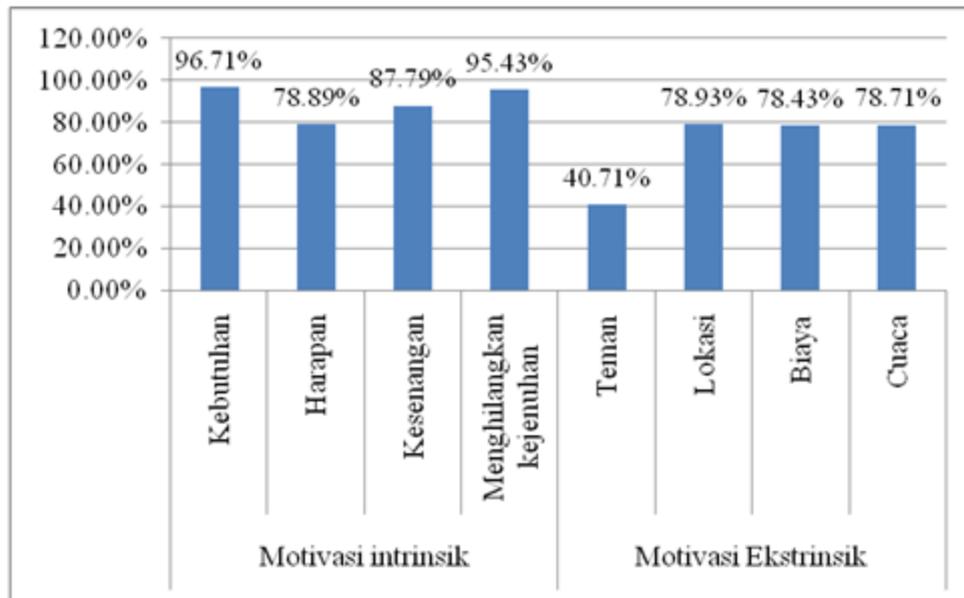
Deskripsi	Skor Motivasi
Banyak Siswa	350 orang
Rata-rata	38,40
Standar deviasi	3,53
Nilai minimum	28
Nilai maksimum	48

Berdasarkan [Tabel 1](#) tampak bahwa data skor motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja mempunyai skor rata-rata sebesar 38,40 dengan nilai standar deviasi sebesar 3,53, nilai minimum 28, dan nilai maksimum 48. Hasil ini mengindikasikan bahwa secara deskriptif diperoleh standar deviasi lebih kecil dari skor rata-rata menunjukkan bahwa data skor motivasi sebaran skornya semakin dekat dari skor rata-ratanya, yang mengindikasikan skor motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja tidak jauh berbeda (tidak bervariasi). Motivasi intrinsik terdiri dari indikator kebutuhan, harapan, kesenangan, dan menghilangkan kejenuhan, sedangkan motivasi ekstrinsik terdiri dari indikator teman, lokasi, biaya, dan cuaca. Berdasarkan hasil analisis skor motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja, maka dapat dijabarkan persentase rata-rata skor motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik pada masing-masing indikator seperti pada [Tabel 2](#).

Tabel 2. Persentase Rata-rata Skor Motivasi pada Masing-masing Indikator

No.	Indikator Motivasi	Persentase Rata-rata Skor Motivasi
1	Motivasi intrinsik	89,71%
	a. Kebutuhan	96,71%
	b. Harapan	78,89%
	c. Kesenangan	87,79%
	d. Menghilangkan kejenuhan	95,43%
2	Motivasi ekstrinsik	69,20%
	a. Teman	40,71%
	b. Lokasi	78,93%
	c. Biaya	78,43%
	d. Cuaca	78,71%

Berdasarkan [Tabel 2](#), persentase rata-rata motivasi intrinsik indikator kebutuhan sebesar 96,71%, indikator harapan sebesar 78,89%, indikator kesenangan sebesar 87,79%, dan untuk indikator menghilangkan kejenuhan sebesar 95,43%. Total persentase rata-rata motivasi intrinsik sebesar 89,71%. Selanjutnya, persentase rata-rata motivasi ekstrinsik indikator teman sebesar 40,71%, indikator lokasi sebesar 78,93%, indikator biaya sebesar 78,43%, dan untuk indikator cuaca sebesar 78,71%. Adapun persentase rata-rata skor motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja pada masing-masing indikator dapat dilihat dalam bentuk diagram histogram pada [Gambar 1](#).



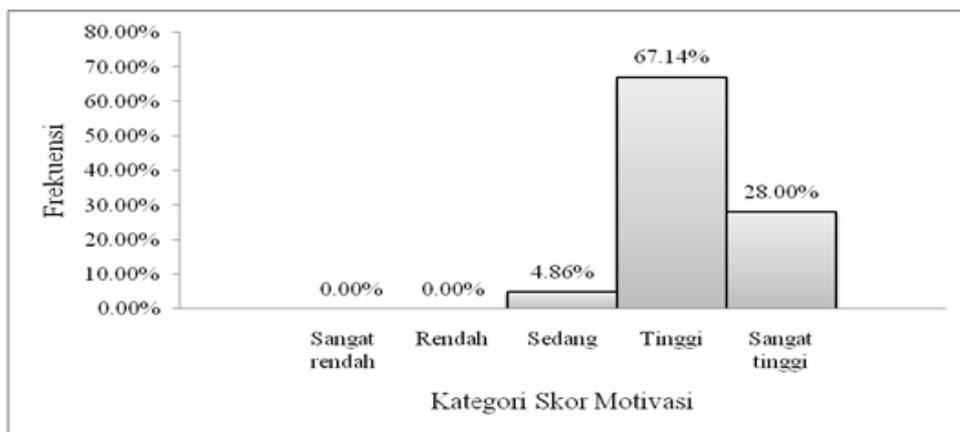
Gambar 1. Persentase Rata-rata Skor Motivasi pada Masing-masing Indikator

Total persentase rata-rata motivasi ekstrinsik sebesar 69,20%. Berdasarkan data bahwa tingkat motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja lebih dominan dikarenakan motivasi intrinsik, dimana indikator kebutuhan memiliki persentase rata-rata paling tinggi, yaitu 96,71%. Berdasarkan hasil analisis skor motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja, maka dapat disajikan distribusi frekuensi seperti pada Tabel 3.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Data Skor Motivasi Masyarakat Melakukan Aktivitas Olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$39 \leq M \leq 48$	Sangat Tinggi	98	28,00%
$33 \leq M < 39$	Tinggi	235	67,14%
$27 \leq M < 33$	Sedang	17	4,86%
$21 \leq M < 27$	Rendah	0	0,00%
$12 \leq M < 21$	Sangat rendah	0	0,00%
Jumlah		350	100,00%

Distribusi frekuensi skor motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja dapat dilihat dalam bentuk diagram histogram pada Gambar 2.



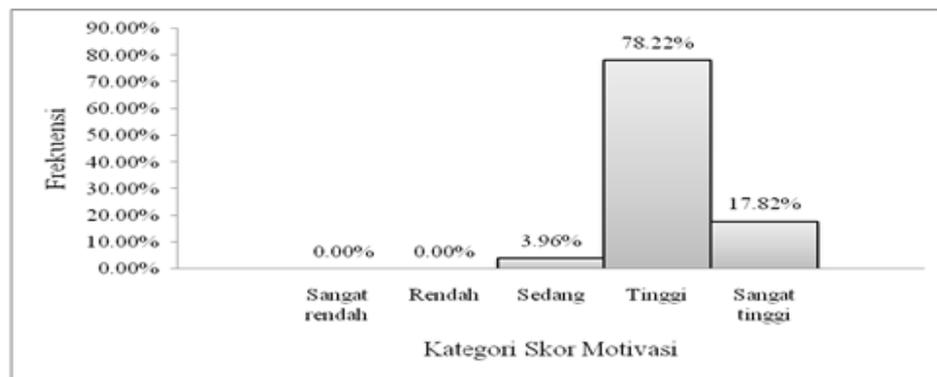
Gambar 2. Diagram Histogram Distribusi Frekuensi Skor Motivasi Masyarakat Melakukan Aktivitas Olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja

Berdasarkan Tabel 3, skor motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 98 orang (28,00%), berada pada kategori tinggi sebanyak 235 orang (67,14%), berada pada kategori sedang sebanyak 17 orang (4,86%), dan tidak ada masyarakat yang memiliki skor motivasi rendah dan sangat rendah (0,00%). Adapun skor rata-rata motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja sebesar 38,40 berada pada rentang kategori $33 \leq M < 39$, sehingga skor rata-rata motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja memiliki kategori tinggi. Data tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat yang melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja memiliki motivasi tinggi. Berdasarkan golongan anak-anak, hasil analisis skor motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja, maka dapat disajikan distribusi frekuensi seperti pada Tabel 4.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Data Skor Motivasi Golongan Anak-anak

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$39 \leq M \leq 48$	Sangat Tinggi	18	17,82%
$33 \leq M < 39$	Tinggi	79	78,22%
$27 \leq M < 33$	Sedang	4	3,96%
$21 \leq M < 27$	Rendah	0	0,00%
$12 \leq M < 21$	Sangat rendah	0	0,00%
Jumlah		101	100,00%

Distribusi frekuensi skor motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja golongan anak-anak dapat dilihat dalam bentuk diagram histogram pada Gambar 3.



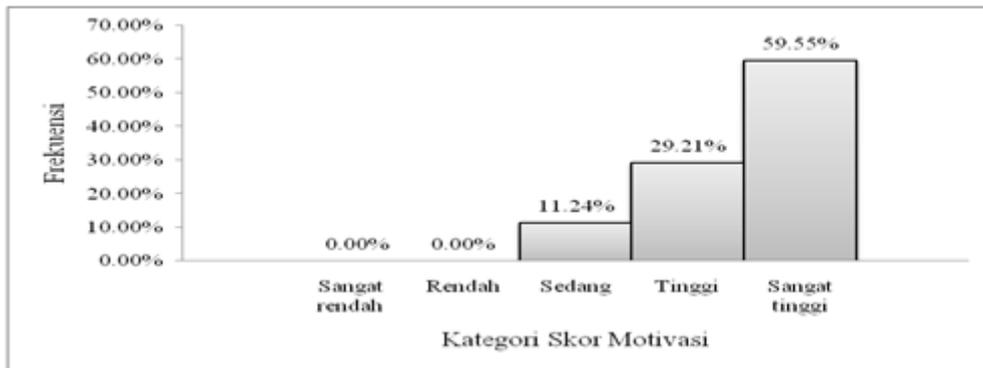
Gambar 3. Diagram Histogram Distribusi Frekuensi Skor Motivasi Golongan Anak-anak

Berdasarkan Tabel 4, skor motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja golongan anak-anak berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 18 orang (17,82%), berada pada kategori tinggi sebanyak 79 orang (78,22%), berada pada kategori sedang sebanyak 4 orang (3,96%), dan tidak ada masyarakat yang memiliki skor motivasi rendah dan sangat rendah (0,00%). Berdasarkan golongan remaja, hasil analisis skor motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja, maka dapat disajikan distribusi frekuensi seperti pada Tabel 5.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Data Skor Motivasi Golongan Remaja

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$39 \leq M \leq 48$	Sangat Tinggi	53	59,55%
$33 \leq M < 39$	Tinggi	26	29,21%
$27 \leq M < 33$	Sedang	10	11,24%
$21 \leq M < 27$	Rendah	0	0,00%
$12 \leq M < 21$	Sangat rendah	0	0,00%
Jumlah		89	100,00%

Distribusi frekuensi skor motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja golongan remaja dapat dilihat dalam bentuk diagram histogram pada Gambar 4.



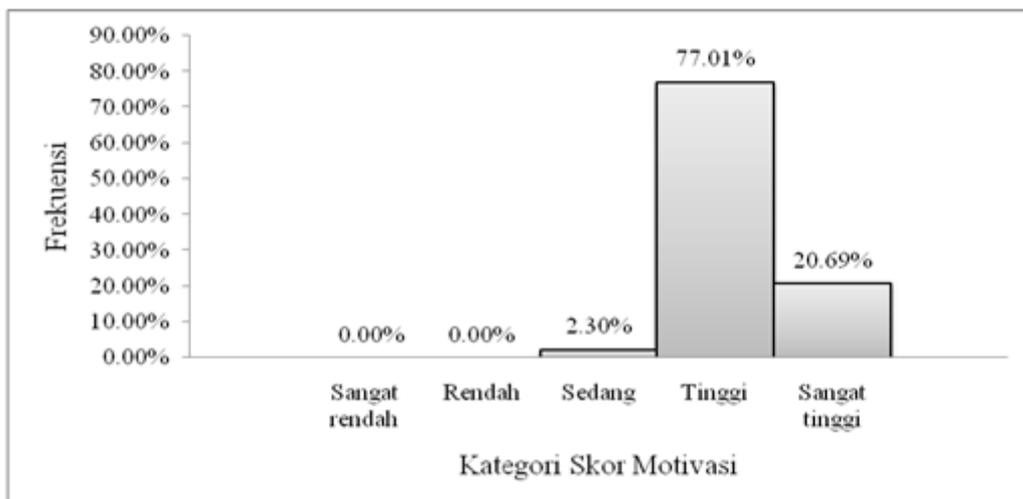
Gambar 4. Diagram Histogram Distribusi Frekuensi Skor Motivasi Golongan Remaja

Berdasarkan Tabel 5, skor motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja golongan remaja berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 53 orang (59,55%), berada pada kategori tinggi sebanyak 26 orang (29,21%), berada pada kategori sedang sebanyak 10 orang (11,24%), dan tidak ada masyarakat yang memiliki skor motivasi rendah dan sangat rendah (0,00%). Berdasarkan golongan dewasa, hasil analisis skor motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja, maka dapat disajikan distribusi frekuensi seperti yang tampak pada Tabel 6.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Data Skor Motivasi Golongan Dewasa

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$39 \leq M \leq 48$	Sangat Tinggi	18	20,69%
$33 \leq M < 39$	Tinggi	67	77,01%
$27 \leq M < 33$	Sedang	2	2,30%
$21 \leq M < 27$	Rendah	0	0,00%
$12 \leq M < 21$	Sangat rendah	0	0,00%
Jumlah		87	100,00%

Distribusi frekuensi skor motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja golongan dewasa dapat dilihat dalam bentuk diagram histogram pada Gambar 5.



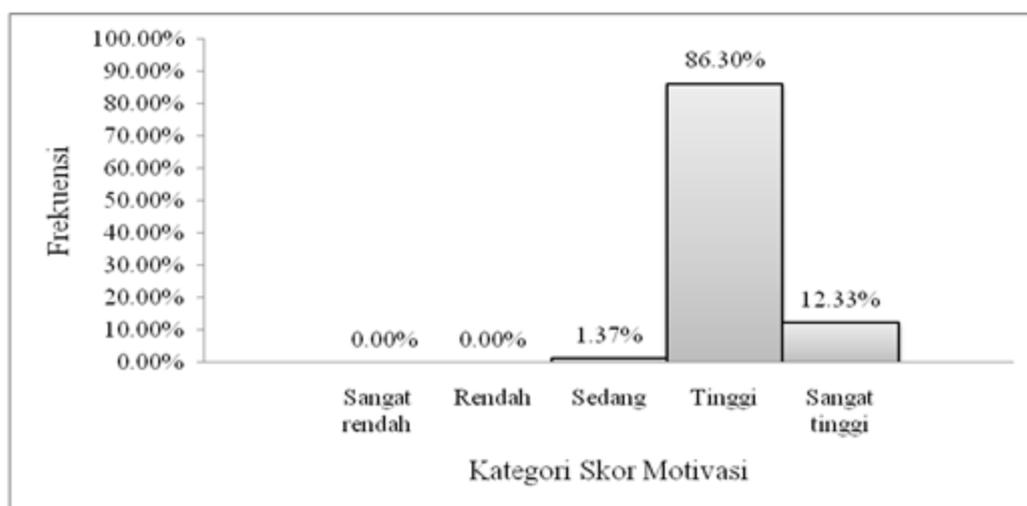
Gambar 5. Diagram Histogram Distribusi Frekuensi Skor Motivasi Golongan Dewasa

Berdasarkan Tabel 6, skor motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja golongan dewasa berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 18 orang (20,69%), berada pada kategori tinggi sebanyak 67 orang (77,01%), berada pada kategori sedang sebanyak 2 orang (2,30%), dan tidak ada masyarakat yang memiliki skor motivasi rendah dan sangat rendah (0,00%). Berdasarkan golongan orang tua, hasil analisis skor motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja, maka dapat disajikan distribusi frekuensi seperti pada Tabel 7.

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Data Skor Motivasi Golongan Orang Tua

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$39 \leq M \leq 48$	Sangat Tinggi	9	12,33%
$33 \leq M < 39$	Tinggi	63	86,30%
$27 \leq M < 33$	Sedang	1	1,37%
$21 \leq M < 27$	Rendah	0	0,00%
$12 \leq M < 21$	Sangat rendah	0	0,00%
Jumlah		73	100,00%

Distribusi frekuensi skor motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja golongan orang tua dapat dilihat dalam bentuk diagram histogram pada Gambar 6.



Gambar 6. Diagram Histogram Distribusi Frekuensi Skor Motivasi Golongan Orang Tua

Berdasarkan Tabel 7, skor motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja golongan orang tua berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 9 orang (12,33%), berada pada kategori tinggi sebanyak 63 orang (86,30%), berada pada kategori sedang sebanyak 1 orang (1,37%), dan tidak ada masyarakat yang memiliki skor motivasi rendah dan sangat rendah (0,00%).

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja. Pandemi Covid-19 telah mengubah pola hidup masyarakat, di masa pandemi ini harus tetap berolahraga teratur menjadi cara baik untuk menjaga kesehatan, kebugaran, dan daya tahan tubuh. Analisis terhadap motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja sangat penting dilakukan untuk memberikan saran kepada pemerintah daerah untuk memperhatikan Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja dari segi fasilitas. Hal ini diharapkan dapat memenuhi harapan masyarakat kota Singaraja untuk lebih aktif berolahraga, sehingga masyarakat termotivasi melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja. Berdasarkan hasil analisis data pada motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja berada pada kategori sangat tinggi. Sehingga skor rata-rata motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja memiliki kategori tinggi.

Motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja tergolong tinggi. Masyarakat memiliki keinginan yang kuat untuk berhasil mengikuti kegiatan olahraga (Filgona et al., 2020; Maiti & Bidinger, 2021). Olahraga pada dasarnya merupakan kebutuhan setiap manusia di dalam kehidupan agar kondisi fisik dan kesehatannya tetap terjaga dengan baik (Wakitayanti & Hartono, 2021). Kegiatan olahraga sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat, karena seseorang melakukan olahraga dengan tujuan masing-masing terutama untuk mendapatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, maupun kesenangan. Tingkat kesadaran hidup sehat masyarakat untuk berolahraga pada masa new normal dikategorikan sangat tinggi karena masyarakat sadar akan pentingnya menjaga kebugaran, imunitas tubuh, menjaga kebersihan, pola makan yang bergizi serta pola tidur yang cukup (Anhusadar & Islamiyah, 2020; Parabi et al., 2020). Kesadaran hidup sehat ini merupakan wujud perilaku yang baik karena merupakan langkah tepat dalam penanggulangan berbagai penyakit yang masuk kedalam tubuh. Temuan ini diperkuat dengan temuan penelitian sebelumnya menyatakan masyarakat telah termotivasi untuk melakukan aktivitas olahraga pada masa new normal serta melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat dengan berolahraga serta menjaga pola hidup sehat dan bersih (Wakitayanti & Hartono, 2021). Tingkat motivasi masyarakat dalam melakukan aktifitas olahraga dikategorikan dengan tinggi sekali (Ratno & Suandi, 2018).

4. SIMPULAN

Masyarakat kota Singaraja memiliki motivasi yang tinggi untuk melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja. Hal tersebut ditunjukkan dengan skor rata-rata motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja berada pada kategori tinggi. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, maka dapat diajukan beberapa saran. Pertama, bagi pemerintah daerah, ke depan dilakukan penganggaran terkait perbaikan serta kelengkapan fasilitas di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja. Hal ini diharapkan menjadi fokus utama kepada pemerintah agar semakin baik fasilitas sarana olahraga bagi anak-anak dan orang tua di Kompleks Fasilitas Olahraga Bhuana Patra Singaraja, sehingga menarik perhatian masyarakat dan mendorongnya melakukan olahraga. Kedua, bagi masyarakat, ke depan diharapkan meningkatkan kesadaran masyarakat untuk berolahraga pada masa-masa pandemi Covid-19. Hal ini dilakukan untuk menjaga kesehatan, kebugaran, dan daya tahan tubuh, sehingga dapat terhindar dari penularan Covid-19. Ketiga, bagi penelitian selanjutnya, diharapkan mampu melaksanakan penelitian dengan populasi lebih besar dan variabel yang beragam agar hasil yang diperoleh dalam penelitian ini lebih objektif dan akan menjadi lebih maksimal.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Abbas, E. W., Rusmaniah, R., Mutiani, M., Putra, M. A. H., & Jumriani, J. (2022). Integration of River Tourism Content in Social Studies Teaching Materials as an Efforts to Strengthen Student Understanding. *The Innovation of Social Studies Journal*, 4(1), 11. <https://doi.org/10.20527/iis.v4i1.6312>.
- Andangjati, M. W., Soesilo, T. D., & Yustinus Windrawanto. (2021). Hubungan Antara Interaksi Sosial Teman Sebaya dengan Penerimaan Sosial Siswa Kelas XI. *Jurnal Mimbar Ilmu*, 26(167-173). <https://doi.org/10.23887/mi.v26i1.33360>.
- Anhusadar, L., & Islamiyah, I. (2020). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia Dini di Tengah Pandemi Covid 19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 463-475. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.555>.
- Chang, T. Y., Hong, G., Paganelli, C., Phantumvanit, P., Chang, W. J., Shieh, Y. S., & Hsu, M. L. (2021). Innovation of dental education during COVID-19 pandemic. *Journal of Dental Sciences*, 16(1), 15-20. <https://doi.org/10.1016/j.jds.2020.07.011>.
- Degrave, P., Van Steendam, E., & Sercu, L. (2023). Self-determination in EMI education. A study of university students' motivation in Vietnam. *International Journal of Educational Research Open*, 5, 100295. <https://doi.org/10.1016/j.ijedro.2023.100295>.
- Dong, C., Cao, S., & Li, H. (2020). Young children's online learning during COVID-19 pandemic: Chinese parents' beliefs and attitudes. *Children and Youth Services Review*, 118, 105440. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105440>.
- Duran, M. (2021). International Journal of Educational Methodology The Effects of COVID-19 Pandemic on Preschool Education. *International Journal of Educational Methodology*, 7(2), 249-260. <https://doi.org/10.12973/ijem.7.2.249>.

- Ernawati, E., & Safitri, R. (2018). Analisis Kesulitan Guru Dalam Merancang Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Mata Pelajaran Fisika Berdasarkan Kurikulum 2013 Di Kota Banda Aceh. *Jurnal Pendidikan Sains Indonesia*, 5(2), 50–58. <https://doi.org/10.24815/jpsi.v5i2.9817>.
- Filgona, J., Sakiyo, J., Gwany, D. M., & Okoronka, A. U. (2020). Motivation in Learning. *Asian Journal of Education and Social Studies*, 10(4), 16–37. <https://doi.org/10.9734/ajess/2020/v10i430273>.
- Fredik Melkias Boiliu. (2021). Peran Orang Tua sebagai Motivator terhadap Motivasi Belajar Siswa pada Pendidikan Agama Kristen. *Jurnal Studi Guru Dan Pembelajaran*, 4(1), 247 – 255. <https://doi.org/10.30605/jsgp.4.1.2021.464>.
- Hanief, Y. N., & Sugito, S. (2015). Membentuk Gerak Dasar Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Permainan Tradisional. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 1(1), 60–73. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v1i1.575.
- Hasniah, H., & Burhanuddin, S. (2021). Saintific Approach With Number Head Together Learning Model Can Improve Sprint Learning Outcomes. *COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, 13(1), 01–08.
- Indrayana, B., & Sadikin, A. (2020). Penerapan E-Learning Di Era Revolusi Industri 4.0 Untuk Menekan Penyebaran Covid-19. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 2(1), 46–55. <https://doi.org/10.22437/ijssc.v2i1.9847>.
- Irwanto, Nabila, F., Dewi, I. S., Idris, I., & Fajrillah. (2019). Penggunaan metode deskriptif kuantitatif dalam motivasi kerja terhadap kinerja karyawan melalui uji regresi linier berganda. *Jurnal Teknovasi*, 06(03), 54–62.
- Kustria, K. S., Agung Parwata, I. G. L., & Spyanawati, N. L. P. (2021). Motivasi Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Peserta Didik SMA/SMK Di Kecamatan Rendang Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 8(3), 173–184. <https://doi.org/10.23887/jiku.v8i3.30646>.
- Maiti, & Bidinger. (2021). Menguak Kondisi Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19. *Journal Inovasi Penelitian*, 53(9), 2227–2247. <https://doi.org/10.47492/jip.v1i10.451>.
- Parabi, A., Widodo, M. L., & Maulina, S. M. (2020). Peningkatan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Masyarakat Kelurahan Tambelan Sampit, Kecamatan Pontianak Timur, Kota Pontianak. *JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT IRON (Sipi, Elektro, Mesin)*, 03(02), 262–270. <https://doi.org/10.31959/jpmi.v3i2.515>.
- Prayogatam, B. (2021). Survei Kemampuan Teknik Dasar Passing Bawah Ekstrakurikuler Bolavoli. *Sport Science and Health*, 3(1). <https://doi.org/10.17977/um062v3i12021p34-39>.
- Putra, M. F. ., Nasruddin, Hasan, B., & Syam, M. . (2021). Jiwa Kepemimpinan dan Tanggung Jawab Mahasiswa Olahraga. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*, 6(2), 87–94. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/jsce.v6i2.50449>.
- Ratno, P., & Suandi, D. H. (2018). Survey Motivasi Masyarakat Kota Binjai Dalam Melakukan Aktifitas Olahraga Di Lapangan Merdeka Kota Binjai. *Jurnal Kesehatan Dan Olahraga*, 2(2), 22–33. <https://doi.org/10.24114/ko.v2i2.12961>.
- Sholikhah, A. (2016). Statistik Deskriptif dalam Penelitian Kualitatif. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 10(2), 342–362. <https://doi.org/10.24090/komunika.v10i2.953>.
- Sriwahyuni, E., Wiryokusumo, I., & Karyono, H. (2020). Keefektifan Model Pembelajaran Problem Based Learning Terhadap Motivasi dan Hasil Belajar. *Journal of Education Technology*, 4(1), 80. <https://doi.org/10.23887/jet.v4i1.24101>.
- Sugiyono, D. (2017). Metode penelitian kuantitatif , kualitatif dan R & D / Sugiyono. *Bandung: Alfabeta*, 15(2010), 1–332.
- Talevi, D., Soggi, V., Carai, M., Carnaghi, G., Faleri, S., Trebbi, E., Bernardo, A. D. I., Capelli, F., & Pacitti, F. (2020). Mental health outcomes of the CoViD-19 pandemic Gli esiti di salute mentale della pandemia di CoViD-19. *Riv Psichiatr*, 55(3), 137–144. <https://doi.org/10.1708/3382.33569>.
- Trisnawati, W., & Sugito, S. (2020). Pendidikan Anak dalam Keluarga Era Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 823–831. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.710>.
- Wakitayanti, N. A., & Hartono, M. (2021). Motivasi dan Kesadaran Hidup Sehat Masyarakat untuk Berolahraga pada Masa New Normal di Kota Semarang. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(1), 137–144. <https://doi.org/10.15294/INAPES.V2I1.43230>.
- Wirayasa, I. D. G. P., Darmayasa, I. P., & Satyawan, I. M. (2021). Pengembangan Instrumen Penilaian Hasil Belajar Ranah Kognitif Model 4D Pada Materi Sepak Bola Berdasarkan Kurikulum 2013. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Undiksha*, 8(3), 81. <https://doi.org/10.23887/jjp.v8i3.33760>.