

**FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PARTISIPASI MASYARAKAT
DALAM BEROLAHRAGA DI EMBUNG TAMBAKBOYO KECAMATAN
DEPOK, KABUPATEN SLEMAN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan



Oleh:
Naufal Arsa
NIM 16601244001

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2022**

**FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PARTISIPASI MASYARAKAT
DALAM BEROLAHRAGA DI EMBUNG TAMBAKBOYO KECAMATAN
DEPOK, KABUPATEN SLEMAN**

**Oleh :
Naufal Arsa
NIM 16601244001**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi partisipasi masyarakat dalam berolahraga di Embung Tambakboyo Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara dan pengambilan partisipan dilakukan secara *purposive sampling* dan *accidental sampling*. Penelitian ini dilakukan di Embung Tambakboyo Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman. Partisipan dalam penelitian adalah peserta laki-laki dan perempuan dengan rentang usia 17-60 tahun yang berjumlah 7 orang (3 orang perempuan dan 4 orang laki-laki) yang sedang melakukan aktivitas fisik/olahraga di Embung Tambakboyo, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman. Dalam penelitian kualitatif instrumen utamanya adalah peneliti sendiri. Analisa data dalam penelitian ini dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama di lapangan dan setelah selesai di lapangan. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis model Miles dan Huberman dengan analisis yang dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh, aktivitas dalam analisis data reduksi, data *display*, dan *conclusion*.

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi partisipasi masyarakat dalam berolahraga di Embung Tambakboyo, diantaranya adalah faktor pengetahuan, faktor dorongan, faktor sosial dan faktor lingkungan. Masyarakat yang cenderung memiliki faktor pengetahuan karena adanya kesadaran akan pentingnya olahraga untuk menjaga kesehatan jasmani dan rohani. Demikian dengan mengenali kondisi fisik diri sendiri, seseorang dapat melakukan aktivitas fisik sesuai dengan porsinya masing-masing. Selain fisik terdapat aspek psikologis yang menyangkut kondisi kejiwaan seseorang, dengan berolahraga menjadikan kesehatan mental seseorang lebih terjaga.

Kata kunci : Partisipasi, Masyarakat, Olahraga, Embung Tambakboyo

LEMBAR PERSETUJUAN

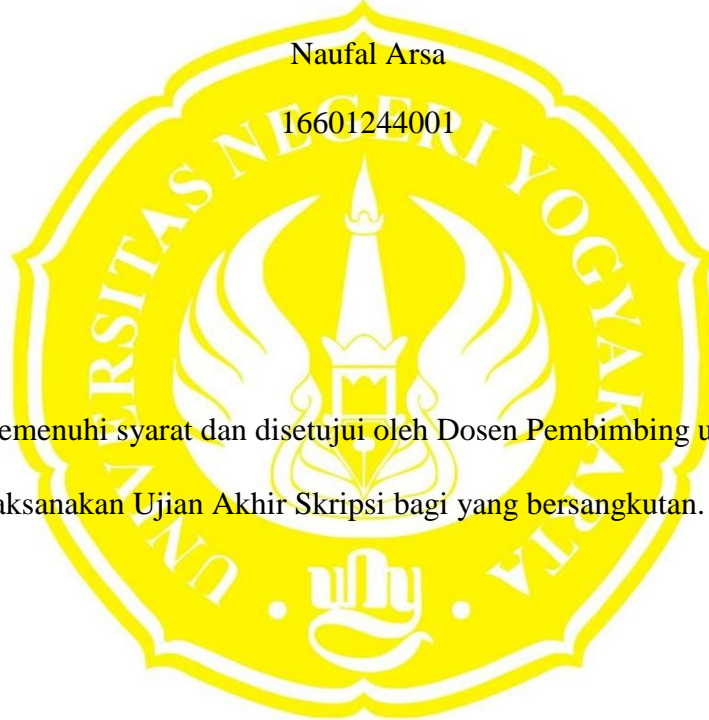
Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PARTISIPASI MASYARAKAT DALAM BEROLAHRAGA DI EMBUNG TAMBAKBOYO KECAMATAN DEPOK, KABUPATEN SLEMAN

Disusun oleh:

Naufal Arsa

16601244001



Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan Ujian Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Mengetahui,
Ketua Program Studi

Dr. Jaka Sunardi, M.Kes., AIFO.

NIP. 196107311990011001

Yogyakarta, 11 Juni 2022

Disetujui,
Dosen Pembimbing

Dr. Muhammad Hamid
Anwar, S.Pd., M.Phil.

NIP. 197801022005011001

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PARTISIPASI MASYARAKAT DALAM
BEROLAHRAGA DI EMBUNG TAMBAKBOYO KECAMATAN DEPOK,
KABUPATEN SLEMAN**

Disusun oleh:

Naufal Arsa

NIM 16601244001

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Yogyakarta


Pada tanggal 1 Juli 2022

TIM PENGUJI

Nama/jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Muhammad Hamid Anwar, S.Pd., M.Phil. Ketua Penguji/Pembimbing		25-07-2022
Fathan Nurcahyo, S.Pd.Jas., M.Or. Sekretaris		15-07-2022
Caly Setiawan, S.Pd., M.S., Ph.D. Anggota		11-07-2022

Yogyakarta,
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Prof. Dr. Wawan S Suherman, M.Ed. 
NIP. 19640707 198812 1 001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan diawah ini:

Nama : Naufal Arsa

Nim : 16601244001

Program Studi: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TAS : **FAKTOR YANG MEMPENGARUHI
PARTISIPASI MASYARAKAT DALAM
BEROLAHRAGA DI EMBUNG TAMBAKBOYO
KECAMATAN DEPOK, KABUPATEN SLEMAN**

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 11 Juni 2022

Yang Menyatakan,



Naufal Arsa

NIM. 16601244001

MOTTO

“ Diam tidak akan menyelesaikan masalah, tapi diam juga tidak akan menimbulkan masalah”

(Patrick Star)

“ Setiap orang mempunyai sepatunya masing-masing, ikuti, hadapi dan nikmati setiap momen yang datang dan pergi”

(Naufal Arsa)

“ Not everything that counts can be counted and not everything that's counted truly counts”

(Albert Einstein)

PERSEMBAHAN

Kupersembahkan karya sederhana ini kepada:

1. Kedua orang tuaku Bapak Sugiyanto, Ibu Farah Hurriyati Nuri yang selama ini telah menyayangiku, membimbingku, menghiburku dikala sedang mengalami masa sulit dan selalu mendoakanku yang terbaik serta selalu memberikan motivasi dan pengorbanan yang tidak dapat ku balas dengan apapun. Semoga Bapak dan Ibu selalu diberikan keshatan, ketabahan dan kelancaran dalam beribadah dan semoga persembahan ini dapat memberikan sedikit kebahagiaan untuk Bapak dan Ibu.
2. Isteriku tersayang Bilqis Khansa Aqila yang selalu menemani dan mendoakanku dikala susah maupun senang, membantu berjalannya skripsi ini, membantu dalam segala hal.
3. Adik-adikku Rafid Daffa Regatta, Haikal Yaqzan, Keisya Izie Syahira yang selalu menemaniku ketika berada dirumah dan senantiasa selalu mendoakanku. Semoga adik-adikku selalu diberikan kelancaran dan kebarokahan dalam segala urusan.
4. Sahabatku Muhamad Husein Albaedowi yang menemani selama proses perkuliahan dan semua teman-teman PJKR D 2016 yang tidak saya sebutkan.
5. Bapak kos Pak Pardi, teman-teman seperantauan dan seperjuangan terimakasih atas segala cerita yang tak bisa diulang tapi indah untuk dikenang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Faktor yang Mempengaruhi Partisipasi Masyarakat Dalam Berolahraga Di Embung Tambakboyo Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman” dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Muhammad Hamid Anwar, S.Pd., M.Phil. selaku dosen pembimbing TAS yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, revisian dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Dr. Jaka Sunardi, M.Kes., AIFO, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaa Universitas Negeri Yogyakarta yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.

4. Dr. Drs. Agus Sumhendartin Suryobroto, M.Pd. selaku dosen pembimbing akademik yang selalu mendukung hingga saya dapat mengerjakan TAS hingga selesai.
5. Para narasumber yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini, atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah yang telah diberikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi yang bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 11 Juni 2022

Penulis



Naufal Arsa

NIM 16601241149

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
ABSTRAK	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Rumusan Masalah	7
D. Tujuan Penelitian	7
E. Manfaat Penelitian	7
BAB II	9
KAJIAN PUSTAKA	9
A. Kajian Teori	9
1. Hakikat Partisipasi	9
2. Hakikat Olahraga.....	23
B. Profil Embung Tambakboyo Kecamatan Depok	26
C. Kajian Penelitian yang Relevan	29
D. Kerangka Berpikir.....	33
BAB III	35

METODE PENELITIAN	35
A. Jenis Penelitian.....	35
B. Tempat dan Waktu Penelitian	35
C. Partisipan Penelitian.....	35
D. Teknik Pengumpulan Data.....	36
E. Instrumen Penelitian.....	36
F. Keabsahan Data.....	38
G. Teknik Analisis Data.....	39
BAB IV	42
HASIL DAN PEMBAHASAN	42
A. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	42
B. Hasil Penelitian dan Pembahasan.....	42
BAB V.....	56
KESIMPULAN DAN SARAN	56
A. Kesimpulan	56
B. Implikasi Hasil Penelitian	58
C. Saran.....	58
D. Keterbatasan Penelitian.....	59
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN.....	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Faktor yang Mempengaruhi Partisipasi.....	18
Gambar 2. 1 Peta Administrasi Kecamatan Depok.....	27
Gambar 3. 1 Bagan Kerangka Berpikir.....	34
Gambar 4. 1 Analisis model Miles dan Huberman.....	41

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Pedoman wawancara	37
Tabel 2. 1Makna dan Pernyataan Partisipan.....	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Surat Izin Penelitian	63
Lampiran 2. 1 Hasil Transkrip Wawancara	64
Lampiran 3. 1 Dokumentasi.....	75

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan salah satu aspek penting dan strategis dalam pembentukan sumber daya manusia yang berkualitas, disiplin, kompetitif, produktif dan tangguh terhadap perkembangan dan kemajuan IPTEK yang semakin canggih, maka perlu ditingkatkan pembinaan olahraga sesuai dengan perkembangan masa. Memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat perlu diwujudkan dalam upaya menanamkan kesadaran masyarakat tentang arti dan fungsi nilai keolahragaan, olahraga merupakan hak dan kebutuhan dasar setiap manusia sebagai upaya meraih kehidupan yang lebih baik, sehingga olahraga juga merupakan kebutuhan sehari-hari (Indrayana, 2019: 55). Pada sisi lain, persoalan dan masalah keolahragaan sekarang ini banyak dibicarakan, didiskusikan, diseminarkan dan diadakan pertemuan-pertemuan ilmiah baik melalui konferensi nasional maupun internasional.

Selama ini, ukuran keberhasilan pembangunan olahraga dititik beratkan pada perolehan sebuah medali dan dilihat dari prestasi hasil kejuaraan atau peringkat juara umum dalam suatu *event*. Pada kegiatan olahraga *multi event* atau pembangunan olahraga di daerah yang hanya didasarkan pada semangat mendapatkan perolehan medali pada gilirannya akan mendangkalkan nilai-nilai olahraga itu sendiri. Apabila medali atau juara umum dijadikan ukuran keberhasilan pembangunan olahraga satu daerah, maka ukuran tersebut akan bersifat semu dan manipulatif, karena ukuran tersebut tidak menggambarkan kondisi pembangunan

olahraga yang benarnya (Indrayana, 2019: 55). Prestasi dan medali memang salah satu ukuran keberhasilan pembangunan olahraga pada suatu daerah, tapi bukan merupakan segala-galanya. Hal tersebut dikarenakan masih ada ukuran lain yang lebih penting yang dapat dijadikan dasar untuk menilai pembangunan olahraga yaitu *sport development index*. *Sport development index* yang sedang dikembangkan oleh Deputi Bidang Peningkatan Prestasi dan IPTEK olahraga merupakan indeks keberhasilan pembangunan olahraga pada suatu daerah, yang didasari empat dimensi dasar yaitu: partisipasi, ruang terbuka, kebugaran dan sumber daya manusia.

Natalia (2017: 97) menyatakan bahwa “Manusia adalah sumber daya pembangunan yang paling utama diantara sumber-sumber daya yang lain yang akan dibangun kemampuan dan kekuatannya sebagai pelaksana dan penggerak pembangunan”. Pengertian tersebut memberikan ruang bagi warga atau rakyat untuk berpartisipasi penuh dalam proses pembangunan, dan di sisi lain pemerintah melakukan koordinasi dan memfasilitasi proses partisipasi tersebut. Upaya yang dijalankan mencakup pembangunan dalam segala bidang, termasuk keolahragaan. Kesadaran masyarakat untuk olahraga berkontribusi dalam pembangunan individu dan masyarakat yang cerdas, sehat, terampil, tangguh, kompetitif, sejahtera, dan bermartabat. Hal tersebut mengandung makna bahwa kedudukan olahraga penting karena memiliki kompetensi yang tinggi dalam memengaruhi keberhasilan pembangunan sektor lain terutama yang berkaitan dengan peningkatan kualitas sumber daya manusia dan kehidupan masyarakatnya (Natalia, dkk. 2016: 88).

Olahraga rutin sudah menjadi sebuah kebutuhan sebagai pola hidup sehat bagi masyarakat, hal tersebut dapat dilihat seperti adanya senam pagi, jalan sehat, *fitness*, futsal, voli, sepak bola, dan sepeda santai yang juga sering digelar untuk masyarakat. Dengan meningkatnya partisipasi masyarakat dalam menjalankan aktivitas olahraga, terjadi peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran masyarakat dari tahun ke tahun. Olahraga apabila sudah tumbuh dan berkembang serta membudaya pada masyarakat, pada tahap berikutnya olahraga akan menjadi kebutuhan bagi masyarakat. Dengan demikian, masyarakat yang sadar akan olahraga, tidak perlu lagi dipaksa atau disuruh untuk melakukan olahraga. Meskipun demikian, yang terjadi, pada keadaan masyarakat di Indonesia belum secara menyeluruh sampai kepada taraf ini (sadar dan butuh olahraga). Jika masyarakat telah menganggap olahraga sebagai kebutuhan, masyarakat akan lebih banyak belajar tentang olahraga, bagaimanakah olahraga yang benar untuk tujuan kesehatan, sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatannya.

Olahraga yang secara spesifik dapat meningkatkan derajat kesehatan bagi pelakunya adalah olahraga kesehatan. Olahraga kesehatan sangat berkaitan langsung dengan masyarakat, karena pada dasarnya olahraga kesehatan melibatkan masyarakat secara merata tanpa melihat tingkatan umur, gender, lapisan masyarakat tertentu. Selain itu, olahraga kesehatan juga mencirikan 5 M dalam pelaksanaannya yaitu: massal, mudah, meriah, murah, dan manfaat. Olahraga kesehatan mampu memelihara dan meningkatkan kemampuan fungsional jasmaniah para pesertanya dengan pembebanan yang dapat diatur secara bertahap dalam dosis yang adekuat.

Masyarakat Indonesia saat ini masih kurang menyadari akan pentingnya hidup sehat. Hal ini terjadi karena kurangnya animo/minat dan apresiasi masyarakat terhadap olahraga. Hasil Susenas menunjukkan bahwa partisipasi penduduk berumur 10 tahun ke atas dalam melakukan olahraga mengalami penurunan dari waktu ke waktu. Peningkatan partisipasi olahraga hanya terjadi dari tahun 2000 sebesar 22,6 persen menuju tahun 2003 menjadi sebesar 25,4 persen. Dalam kurun waktu 2003, 2006, dan 2009 partisipasi penduduk dalam melakukan olahraga terus menurun, yaitu dari 25,4 persen pada tahun 2003, turun menjadi 23,2 persen pada tahun 2006, dan terakhir turun menjadi 21,8 persen pada tahun 2009. Pola tersebut berlaku baik di daerah perkotaan maupun perdesaan. Partisipasi berolahraga penduduk perkotaan lebih tinggi apabila dibandingkan dengan penduduk perdesaan. Kondisi ini didukung oleh fasilitas dan jenis olahraga yang berkembang di perkotaan lebih banyak dibandingkan di perdesaan (Sekretaris Kemenpora, 2010: 18).

Sarana dan prasarana olahraga merupakan kebutuhan dasar masyarakat untuk beraktivitas olahraga, tanpa adanya sarana dan prasarana yang memadai akan mempersulit partisipasi masyarakat atau publik dalam melakukan aktivitas olahraga (Luklua, 2019:2). Sarana dan prasarana olahraga merupakan wadah yang diperlukan dalam mempermudah dan memperoleh kesempatan untuk berpartisipasi dalam olahraga sesuai konsep "*Sport For All*" yaitu "Memasyarakatkan Olahraga dan Mengolahragakan Masyarakat". Semakin banyak sarana olahraga yang tersedia, semakin mudah masyarakat memanfaatkannya untuk kegiatan olahraga (Deni Purwanti, 2016).

Embung atau Waduk Tambakboyo adalah konservasi air yang terletak di Dusun Tambakboyo, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman, Yogyakarta. Waduk ini memanfaatkan sumber air dari sungai Tambak Bayan dan sungai Buntung dengan luasan 7,8 ha. Waduk ini dibangun sejak tahun 2003 hingga 2008 dan diresmikan setahun kemudian. Tidak banyak orang mengenal tentang Embung Tambakboyo ini, kecuali yang berdomisili di Yogyakarta tentunya karena pada dasarnya ini bukanlah tempat wisata melainkan tempat konservasi air dan tempat untuk cadangan PDAM di masa mendatang dan tempat pembantu pengairan untuk daerah sekitarnya.

Berdasarkan Detal Desain Perencanaan Embung Tambakboyo (PT Puser Bumi Const: 2003) tata ruang kawasan Embung Tambakboyo dibedakan menjadi tiga sub kawasan (zona) yaitu Zona Inti yang mencakup area genangan yang dibatasi dengan tanggul berfungsi untuk penyuntikkan air tanah dan rekreasi air (pemancingan, berperahu). Zona Penunjang 1 yang mencakup area di luar area genangan yang berfungsi untuk pengamanan konstruksi dan rekreasi ruang terbuka seperti jalan santai, lari, atau bersepeda mengelilingi genangan embung. Zona Penunjang 2 yang mencakup area di luar genangan yang secara tidak langsung berpengaruh terhadap kelestarian konstruksi dan volume genangan embung berfungsi sebagai fasilitas penunjang wisata seperti kolam renang, tempat bermain anak, rumah makan, tempat parkir, dan tempat pengelola.

Walaupun fungsi utama dibangunnya Embung Tambakboyo sebagai konservasi air di Kecamatan Depok, tetapi hasil pengamatan yang dilakukan di Embung Tambakboyo menunjukkan banyaknya masyarakat yang memanfaatkan

sarana dan prasarana olahraga di Embung tersebut, misalnya mahasiswa pendatang dari beberapa daerah. Sebagian besar masyarakat menggunakan sarana dan prasarana di Embung Tambakboyo untuk kegiatan olahraga, seperti *jogging* dan bersepeda mengelilingi Embung, membawa beberapa peralatan olahraga seperti raket dan bola.

Berdasarkan hal di atas, penting dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui **“Faktor yang Mempengaruhi Partisipasi Masyarakat dalam Berolahraga di Embung Tambakboyo Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Masyarakat pada umumnya kurang menyadari pentingnya berolahraga untuk kesehatan dan kebugaran tubuh.
2. Pelaksanaan upaya kesehatan yang belum optimal melalui kegiatan olahraga.
3. Sarana dan prasarana olahraga yang belum merata antara perkotaan dan pedesaan.
4. Belum diketahuinya faktor yang mempengaruhi partisipasi masyarakat dalam berolahraga di Embung Tambakboyo, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman.

A. Batasan Masalah

Agar permasalahan pada penelitian ini tidak menjadi luas perlu adanya batasan masalah, sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas. Berdasarkan dari identifikasi masalah di atas dan mengingat keterbatasan biaya, tenaga, kemampuan

dan waktu penelitian, maka penulis hanya akan membahas tentang faktor yang mempengaruhi partisipasi masyarakat dalam berolahraga di Embung Tambakboyo Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan yaitu: “Faktor apa saja yang mempengaruhi partisipasi masyarakat dalam berolahraga di Embung Tambakboyo Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman?”

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan penelitian tersebut di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi partisipasi masyarakat dalam berolahraga di Embung Tambakboyo Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik secara teoretis maupun praktis, sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Bagi pembaca untuk mengetahui tentang faktor yang mempengaruhi partisipasi masyarakat dalam berolahraga di Embung Tambakboyo Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman.
- b. Dapat digunakan sebagai acuan bagi penelitian lain sejenis untuk mengupas lebih jauh tentang faktor yang mempengaruhi partisipasi masyarakat dalam berolahraga di Embung Tambakboyo Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman.

2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini dapat sebagai bahan masukan program studi Ilmu Keolahragaan untuk memperkaya pengetahuan dan wawasan mahasiswa mengenai manajemen pengelolaan fasilitas olahraga.
- b. Penelitian ini dapat digunakan sebagai umpan balik bagi pemerintah dalam memperbaiki serta meningkatkan kuantitas serta kualitas sarana dan prasarana olahraga khususnya olahraga masyarakat atau olahraga rekreasi di Indonesia.
- c. Bagi mahasiswa agar dapat mengoptimalkan peran dalam pembangunan nasional melalui partisipasi dalam bidang olahraga.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Partisipasi

a. Pengertian Partisipasi

Banyak ahli memberikan pengertian mengenai konsep partisipasi. Bila dilihat dari asal katanya, kata partisipasi berasal dari kata bahasa Inggris “*participation*” yang berarti pengambilan bagian, atau juga pengikutsertaan. Partisipasi berarti peran serta seseorang atau kelompok masyarakat dalam proses pembangunan baik dalam bentuk pernyataan maupun dalam bentuk kegiatan dengan memberi masukan pikiran, tenaga, waktu, keahlian, modal dan atau materi, serta ikut memanfaatkan dan menikmati hasil-hasil pembangunan (Sumaryadi, 2010: 46).

Tiballa (2017: 12) menyatakan partisipasi merupakan keikutsertaan masyarakat dalam proses pengidentifikasian masalah dan potensi yang ada di masyarakat, pemilihan dan pengambilan keputusan tentang alternatif solusi untuk menangani masalah, pelaksanaan upaya mengatasi masalah dan keterlibatan masyarakat dalam proses mengevaluasi perubahan yang terjadi. Dimana partisipasi dapat juga berarti bahwa pembuat keputusan menyarankan kelompok atau masyarakat ikut terlibat dalam bentuk penyampaian saran dan pendapat, barang, keterampilan, bahan dan jasa. Partisipasi dapat juga berarti bahwa kelompok mengenal masalah mereka sendiri, mengkaji pilihan mereka, membuat keputusan dan memecahkan masalahnya.

Pendapat Gultom (2001: 11) bahwa “Partisipasi didefinisikan sebagai keterlibatan mental/pikiran dan emosi/perasaan di dalam situasi kelompok yang mendorongnya untuk memberikan sumbangan kepada kelompok tersebut usaha mencapai tujuan bersama serta turut bertanggung jawab terhadap usaha yang bersangkutan.” Menurut Mardikanto & Soebianto (2015: 81) mengatakan bahwa “Partisipasi sebagai sikap mengambil bagian dalam suatu kegiatan dengan tujuan untuk memperoleh manfaat. Tahapan partisipasi dimulai dengan membentuk jaringan sosial (*social network*) yang baru kemudian membentuk program kegiatan yang nantinya agar mencapai tujuan yang diinginkan masyarakat”.

Partisipasi masyarakat memegang peranan penting dalam pembangunan olahraga. Menurut Mardikanto & Soebianto (2015: 81) “Partisipasi merupakan keikutsertaan seseorang dalam kelompok sosial untuk mengambil bagian dari kegiatan masyarakatnya, di luar pekerjaan atau profesinya sendiri. Keikutsertaan tersebut merupakan hasil dari interaksi sosial antara individu yang bersangkutan dengan anggota masyarakat lain.” Berdasarkan pengertian partisipasi dari beberapa ahli diatas dapat disimpulkan bahwa partisipasi adalah keikutsertaan seseorang atau kelompok masyarakat dalam program pembangunan secara sukarela yang berguna untuk mencapai tujuan tertentu yang hendak dicapai.

b. Bentuk-bentuk Partisipasi

Menurut Mardikanto & Soebianto (2015: 84) mengidentifikasikan beragam bentuk-bentuk kegiatan partisipasi yang dilakukan oleh setiap warga masyarakat yaitu:

- 1) Menjadi anggota kelompok- kelompok masyarakat.
- 2) Melibatkan diri pada kegiatan diskusi kelompok
- 3) Melibatkan diri pada kegiatan- kegiatan organisasi untuk menggerakkan partisipasi masyarakat yang lain.
- 4) Menggerakkan sumber daya masyarakat.
- 5) Mengambil bagian dalam proses pengambilan keputusan.
- 6) Memanfaatkan hasil- hasil yang dicapai dari kegiatan masyarakatnya.

Dilihat dari tingkatan atau tahapan partisipasi, Mardikanto & Soebianto

(2015: 86) menyatakan adanya lima tingkatan partisipasi yaitu sebagai berikut:

- 1) Memberikan informasi (*information*)
- 2) Konsultasi (*consultation*) yaitu menawarkan pendapat, sebagai pendengar yang baik untuk memberikan umpan-balik, tetapi tidak terlibat dalam implementasi ide dan gagasan tersebut.
- 3) Pengambilan keputusan bersama (*deciding together*), memberikan dukungan terhadap ide, gagasan, pilihan-pilihan serta mengembangkan peluang yang diperlukan guna pengampilan keputusan.
- 4) Bertindak bersama (*acting together*) tidak sekedar ikut dalam pengambilan keputusan, tetapi juga terlibat dan menjalin kemitraan dalam pelaksanaan kegiatan.
- 5) Memberikan dukungan (*supporting independent community interest*) dimana kelompok-kelompok lokal menawarkan pendanaan, nasihat dan dukungan lain untuk mengembangkan agenda kegiatan.

Partisipasi menurut Irene (2011: 58) terbagi menjadi dua yaitu partisipasi vertikal dan partisipasi horizontal. Partisipasi vertikal terjadi saat masyarakat terlibat untuk mengambil bagian suatu program pihak lain, dimana masyarakat berada sebagai pengikut. Partisipasi horizontal yaitu masyarakat memiliki prakarsa untuk dapat berpartisipasi antar anggota atau kelompok masyarakat. Menurut Astuti (2008: 13) bentuk partisipasi terdiri dari beberapa hal sebagai berikut: (1) Turut serta memberikan sumbangan finansial, (2) Turut serta memberikan sumbangan kekuatan fisik, (3) Turut serta memberikan sumbangan material, (4) Turut serta memberikan sumbangan moril (dukungan, saran, anjuran, nasihat, amanat dan lain-lain).

Bentuk partisipasi menurut Effendi (Dwiningrum, 2015: 58) terbagi atas:

- 1) Partisipasi Vertikal
Partisipasi vertikal terjadi dalam bentuk kondisi tertentu masyarakat terlibat atau mengambil bagian dalam suatu program pihak lain, dalam hubungan dimana masyarakat berada sebagai status bawahan, pengikut atau klien.
- 2) Partisipasi Horizontal
Dalam partisipasi horizontal, masyarakat mempunyai prakarsa dimana setiap anggota atau kelompok masyarakat berpartisipasi horizontal satu dengan yang lainnya. Partisipasi semacam ini merupakan tanda permulaan tumbuhnya masyarakat yang mampu berkembang secara mandiri.

Partisipasi menurut Basrowi dalam Irene (2015: 58) membedakan partisipasi dalam bentuknya menjadi dua, yaitu:

- 1) Partisipasi fisik
Partisipasi fisik adalah partisipasi masyarakat dalam bentuk menyelenggarakan usaha-usaha pendidikan, seperti mendirikan dan menyelenggarakan usaha sekolah, menyelenggarakan usaha-usaha beasiswa, membantu pemerintah membangun gedung-gedung untuk masyarakat, dan menyelenggarakan usaha-usaha perpustakaan berupa buku atau bentuk bantuan lainnya.
- 2) Partisipasi non fisik
Partisipasi non fisik adalah keikutsertaan masyarakat dalam menentukan arah, pendidikan nasional dan meratanya animo masyarakat untuk menuntut ilmu melalui pendidikan, sehingga pemerintah tidak akan kesulitan mengarahkan rakyat untuk bersekolah.

Partisipasi dapat dikelompokkan menjadi 2 jenis, yaitu bentuk partisipasi yang diberikan dalam bentuk nyata (memiliki wujud) dan juga bentuk partisipasi yang diberikan dalam bentuk tidak nyata (abstrak). Bentuk partisipasi yang nyata misalnya uang, harta benda, tenaga dan keterampilan sedangkan bentuk partisipasi yang tidak nyata adalah partisipasi buah pikiran, partisipasi sosial, pengambilan keputusan dan partisipasi representatif.

Di samping itu, partisipasi merupakan salah satu bentuk tingkah laku yang ditentukan oleh lima faktor, antara lain:

- 1) Pengetahuan/kognitif, berupa pengetahuan tentang tema, fakta, aturan dan keterampilan membuat translation.
- 2) Kondisi situasional, seperti lingkungan fisik, lingkungan sosial, psikososial dan faktor-faktor sosial.
- 3) Kebiasaan sosial, seperti kebiasaan menetap dan lingkungan.
- 4) Kebutuhan, meliputi kebutuhan *approach* (mendekatkan diri), *avoid* (menghindar), dan kebutuhan individual.
- 5) Sikap, meliputi pandangan/perasaan, kesediaan bereaksi, interaksi sosial, minat dan perhatian.

Berdasarkan penjelasan di atas, bentuk- bentuk partisipasi sangat beragam. Dapat disimpulkan bahwa bentuk partisipasi yaitu mengambil bagian dalam kegiatan masyarakat melalui finansial, kekuatan fisik, material dan moril.

c. Macam- Macam Partisipasi

Ada beberapa macam partisipasi yang dikemukakan oleh ahli. Menurut Sundariningrum (Sugiyah, 2010:38) mengklasifikasikan partisipasi menjadi dua berdasarkan cara keterlibatannya, yaitu:

- a. Partisipasi Langsung
Partisipasi yang terjadi apabila individu menampilkan kegiatan tertentu dalam proses partisipasi. Partisipasi ini terjadi apabila setiap orang dapat mengajukan pandangan, membahas pokok permasalahan, mengajukan keberatan terhadap keinginan orang lain atau terhadap ucapannya.
- b. Partisipasi Tidak Langsung
Partisipasi yang terjadi apabila individu mendelegasikan hak partisipasinya pada orang lain.

d. Syarat Tumbuhnya Partisipasi Masyarakat

Memperoleh partisipasi terlebih dahulu memperhatikan syarat tercapainya partisipasi begitu juga Suryosubroto (2001: 78) menyatakan bahwa syarat untuk tercapainya partisipasi adalah:

- 1) Tersedianya waktu untuk berpartisipasi.

- 2) Orang yang berpartisipasi harus mempunyai kemampuan untuk berpartisipasi.
- 3) Adanya komunikasi dalam berprestasi.
- 4) Tersedianya biaya yang cukup.
- 5) Tidak merugikan pihak lain.
- 6) Teterikatan anggota dengan tujuan yang akan dicapai.

Selain syarat tercapainya partisipasi ada juga manfaat dari partisipasi itu sendiri seperti halnya yang dikemukakan Amirin (2010: 111) adalah

- 1) Memungkinkan diperolehnya keputusan yang benar
- 2) Memungkinkan para pekerja menggunakan kemampuan berpikir secara kreatif
- 3) Mengembalikan nilai-nilai martabat manusia, dorongan serta membangun kepentingan bersama
- 4) Mendorong orang untuk lebih bertanggung jawab
- 5) Memperbaiki semangat kerja sama serta menimbulkan kesatuan kerja
- 6) Memungkinkan untuk mengikuti perubahan-perubahan

Mardikanto & Soebianto (2015: 91) menyatakan bahwa “Tumbuh dan berkembangnya partisipasi masyarakat ditentukan oleh tiga unsur pokok yaitu: kesempatan yang diberikan kepada masyarakat, kemauan masyarakat untuk berpartisipasi dan kemampuan masyarakat untuk berpartisipasi”. Berikut penjelasan masing-masing unsur pokok tumbuh berkembangnya partisipasi masyarakat:

- 1) Kesempatan untuk berpartisipasi

Dalam kenyataan banyak program pembangunan yang kurang memperoleh partisipasi masyarakat karena kurangnya kesempatan yang diberikan kepada masyarakat. Kesempatan yang dimaksud salah satunya yaitu kesempatan memperoleh informasi pembangunan, kesempatan memanfaatkan dan memobilisasi sumber daya dan kesempatan mengembangkan kepemimpinan yang

mampu menumbuhkan, menggerakkan dan mengembangkan serta memelihara partisipasi masyarakat.

2) Kemampuan untuk berpartisipasi

Kesempatan yang disediakan untuk masyarakat akan tidak berarti jika masyarakatnya tidak memiliki kemampuan untuk berpartisipasi. Kemampuan disini berarti kemampuan untuk membangun atau memperbaiki mutu hidupnya, kemampuan dalam pembangunan yang dipengaruhi tingkat pendidikan dan keterampilan yang dimiliki, dan kemampuan memecahkan masalah yang sedang dihadapi dengan menggunakan sumber daya dan peluang.

3) Kemauan untuk berpartisipasi

Kemauan yang dimiliki masyarakat untuk membangun dan memperbaiki kehidupannya seperti kemandirian, dapat memecahkan masalah, dan kepercayaan diri atas kemampuannya.

e. Faktor- faktor yang Mempengaruhi Partisipasi

Partisipasi masyarakat menjadi hal yang sangat penting dalam mencapai keberhasilan dan keberlanjutan program pembangunan. Menurut Angel (dalam Setyawan, dkk., 2018) “Partisipasi yang tumbuh dalam masyarakat dipengaruhi oleh banyak faktor”. Faktor faktor yang mempengaruhi seseorang untuk berpartisipasi, yaitu:

1) Usia

Faktor usia merupakan faktor yang mempengaruhi sikap seseorang terhadap kegiatan-kegiatan kemasyarakatan yang ada. Mereka dari kelompok usia menengah

keatas dengan keterikatan moral dan nilai masyarakat yang lebih mantap, cenderung lebih banyak yang berpartisipasi dari pada mereka yang dari kelompok usia lainnya.

2) Jenis kelamin

Nilai yang cukup lama dominan dalam kultur berbagai bangsa mengatakan bahwa pada dasarnya tempat perempuan adalah “di dapur”. Yang berarti bahwa dalam banyak masyarakat peranan perempuan yang terutama adalah mengurus rumah tangga, akan tetapi semakin lama nilai peran perempuan tersebut telah bergeser dengan adanya gerakan emansipasi dan pendidikan perempuan yang semakin baik.

3) Pendidikan

Pendidikan dikatakan sebagai salah satu syarat mutlak untuk berpartisipasi. Pendidikan dianggap dapat mempengaruhi sikap hidup seseorang terhadap lingkungannya, suatu sikap yang diperlukan bagi peningkatan kesejahteraan seluruh masyarakat.

4) Pekerjaan dan penghasilan

Hal ini tidak dapat dipisahkan satu sama lain karena pekerjaan seseorang akan menentukan berapa penghasilan yang akan diperolehnya. Pekerjaan dan penghasilan yang baik dan mencukupi kebutuhan sehari-hari dapat mendorong seseorang untuk berpartisipasi dalam kegiatan-kegiatan masyarakat. Pengertiannya bahwa untuk berpartisipasi dalam suatu kegiatan, harus didukung oleh suasana perekonomian yang mapan.

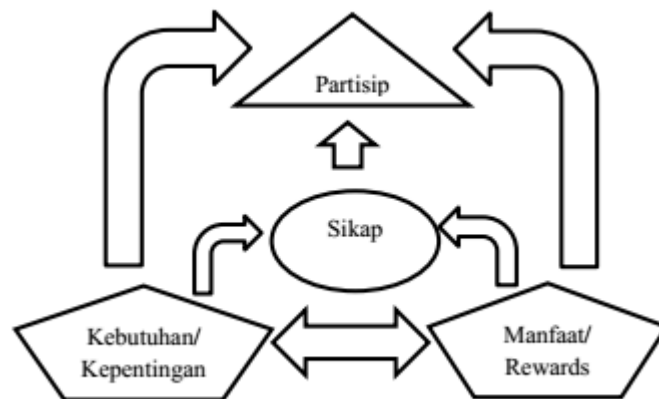
5) Lama tinggalnya

Lamanya seseorang tinggal dalam lingkungan tertentu dan pengalamannya berinteraksi dengan lingkungan tersebut akan berpengaruh pada partisipasi seseorang. Semakin lama ia tinggal dalam lingkungan tertentu, maka rasa memiliki terhadap lingkungan cenderung lebih terlihat dalam partisipasinya yang besar dalam setiap kegiatan lingkungan tersebut.

Keragaman partisipasi disebabkan oleh berbagai faktor, menurut Atmaja dalam Mudjihartono (2012: 31) menjelaskan bahwa “Faktor-faktor yang mempengaruhi partisipasi adalah daya tarik, hadiah, keuntungan dan motivasi”. Pendapat yang hampir sama juga dikatakan oleh Mardikanto & Soebianto (2015: 93) bahwa faktor yang mempengaruhi partisipasi yaitu:

- 1) Dalam konsep psikologi, tumbuh dan berkembangnya partisipasi masyarakat sangat ditentukan oleh motivasi yang melatar belakangnya, yang merupakan cerminan dari dorongan, tekanan, kebutuhan keinginan, dan harapan-harapan yang dirasakan.
- 2) Secara sosiologis, sikap merupakan fungsi dari kepentingan.
- 3) Persepsi masyarakat terhadap tingkat kepentingan dari pesan pesan yang disampaikan kepadanya.
- 4) Menurut konsep pendidikan, partisipasi merupakan tanggapan atau respon yang diberikan terhadap rangsangan atau stimulus yang diberikan dalam hal ini respon merupakan fungsi dari manfaat atau *reward* yang dapat diharapkan.
- 5) Besarnya harapan, dalam konsep ekonomi sangat ditentukan oleh besarnya peluang dan harga dari manfaat yang akan diperoleh.
- 6) Tentang manfaat itu sendiri, dapat dibedakan dalam manfaat ekonomi maupun non-ekonomi (yang dapat dibedakan dalam hal kekuasaan, persahabatan/kebersamaan, dan prestasi).

Berikut skema faktor yang mempengaruhi partisipasi masyarakat menurut Mardikanto & Soebianto (2015: 93):



**Gambar 1. 1 Faktor yang Mempengaruhi Partisipasi
(Sumber: Mardikanto & Soebianto, 2015: 93)**

Hayati (2001: 16) menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi partisipasi, antara lain:

- a. Faktor Pengetahuan: berupa pengetahuan tentang tema, fakta, aturan, dan keterampilan membuat *translation*.

Pengetahuan merupakan salah satu ranah dalam aspek kognitif. Notoatmodjo (2007: 139) menyatakan bahwa “Pengetahuan adalah merupakan hasil dari “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu”. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Dalam pengertian lain pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui. Pengetahuan juga diartikan segala sesuatu yang diketahui berkenaan dengan hal mata pelajaran (Poerwodarminto, 2005: 1121).

Sugihartono (2012: 105) menyatakan bahwa “Pengetahuan adalah informasi yang diketahui melalui proses interaksi dengan lingkungan.

Pengetahuan adalah sesuatu yang diketahui mengenai hal atau sesuatu pengetahuan dapat mengetahui perilaku seseorang”.

- b. Faktor Sikap: meliputi pandangan/perasaan, kesediaan bereaksi, interaksi sosial, minat, dan perhatian.

Sikap merupakan suatu hal yang kompleks yang dimiliki oleh manusia yang sering dihubungkan dengan perilaku yang dilakukan dalam kehidupan. Sikap juga sering diartikan kesiapan atau keadaan siap untuk timbulnya motif, sehingga sikap merupakan suatu keadaan yang memungkinkan timbulnya suatu perbuatan atau tingkah laku. Sikap merupakan salah satu aspek psikis atau mental yang akan membentuk pola berpikir tertentu pada setiap individu. Pola berpikir ini mempengaruhi kegiatan yang akan dilakukan dalam kehidupan sehari-hari, sikap akan menentukan perilaku seseorang dalam hubungannya dalam memberikan penilaian terhadap objek-objek tertentu. Sikap yang ada pada seseorang akan memberikan warna dan corak pada perilaku atau perbuatan orang yang bersangkutan. Jadi dengan mengetahui sikap seseorang, orang dapat mengetahui sikap yang akan diambil orang yang bersangkutan terhadap suatu masalah atau keadaan yang dihadapkan kepadanya.

Berkaitan dengan hakikat manusia sebagai makhluk sosial seperti yang dijelaskan oleh Gerungan (2004: 151) bahwa “Sikap sosial menyebabkan terjadinya tingkah laku yang khas dan berulang-ulang terhadap objek sosial, dan oleh karena itu maka sikap sosial turut merupakan faktor penggerak di dalam pribadi individu untuk bertingkah laku secara tertentu, sehingga sikap

sosial dan sikap pada umumnya itu mempunyai sifat-sifat dinamis yang sama seperti sifat motif dan motivasi”. Sikap sosial ini yang mempunyai sikap sosial yang baik maka mudah diterima di dalam masyarakat dan sebaliknya.

- c. Faktor Dorongan: dorongan dari individu itu sendiri, sehingga timbul partisipasi untuk mengikuti kegiatan berolahraga atau tindakan untuk memenuhinya.

Faktor dorongan meliputi dorongan dari individu itu sendiri, sehingga timbul partisipasi untuk mengikuti kegiatan aktivitas jasmani atau tindakan untuk memenuhinya. Dimiyati & Mudjiono (2002: 80), menyatakan “Motivasi adalah dorongan mental yang mempengaruhi perilaku manusia, termasuk perilaku belajar”. Dalam kegiatan berolahraga haruslah diperhatikan apa yang dapat mendorong masyarakat agar dapat berolahraga dengan baik/padanya mempunyai motif untuk berpikir dan memusatkan perhatian, merencanakan dan melaksanakan kegiatan yang berhubungan/menunjang kegiatan berolahraga. Pendapat lain dari Sugihartono, (2007: 20) mengartikan bahwa “Motivasi sebagai suatu kondisi yang mempengaruhi perilaku seseorang dan memberikan arah serta ketahanan pada tingkah laku orang tersebut”. Mulyasa (2009: 120) menyatakan “Motivasi adalah hal yang mendorong seseorang melakukan sesuatu”.

- d. Faktor Kerjasama: masyarakat yang terlihat berpartisipasi pasti terlibat dan turut serta dalam kegiatan yang dilaksanakan yang diharapkan tercapainya tujuan.

Kerjasama didefinisikan sebagai proses sosial melalui performa yang dinilai dan dihargai dengan istilah sekumpulan prestasi dari sekelompok orang yang bekerja sama untuk mencapai tujuan tertentu (Mylsidayu, 2014: 61). Husdarta (2011: 115), menyatakan “Kerjasama (*cooperation*) adalah gejala saling mendekati untuk mengurus kepentingan bersama dan tujuan bersama”. Tidak seorangpun bisa menjadi hebat tanpa bantuan orang lain. Seorang bintang pasti punya pendukung, konselor, penasihat dan penggemar. Olahraga tim mengajarkan pada peserta untuk menyusun kerjasama. Tim dengan kerjasama yang baik biasanya yang dapat memenangkan pertandingan. Isjoni (2010: 65) berpendapat bahwa dalam “Pembelajaran yang menekankan pada prinsip kerjasama siswa harus memiliki keterampilan-keterampilan khusus”. Keterampilan khusus ini disebut dengan keterampilan kooperatif. Keterampilan kooperatif ini berfungsi untuk memperlancar hubungan kerja dan tugas (kerjasama siswa dalam kelompok).

- e. Faktor lingkungan: kondisi sarana dan prasarana yang dimiliki, sehingga timbul partisipasi untuk mengikuti kegiatan berolahraga.

Di dalam lingkungan sekolah, peserta didik akan membentuk suatu lingkungan pergaulan, lingkungan inilah yang disebut dengan lingkungan sosial. Keberadaan peran yang dimiliki oleh masyarakat, akan berpengaruh terhadap hasil kegiatan berolahraga. Apabila keberadaan masyarakat diterima dan diakui oleh lingkungan di sekitarnya, maka masyarakat akan semakin cepat pula beradaptasi. Faktor lingkungan meliputi kondisi sarana dan prasarana yang dimiliki, sehingga timbul partisipasi untuk mengikuti kegiatan

berolahraga. Faktor-faktor yang termasuk lingkungan fisik adalah cuaca, keadaan udara, ruangan, cahaya, kesehatan lingkungan, dan waktu belajar yang digunakan masyarakat. Faktor-faktor ini dipandang turut menentukan tingkat keberhasilan dalam kegiatan berolahraga masyarakat.

Beberapa pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor partisipasi masyarakat dalam berolahraga yaitu faktor pengetahuan: berupa pengetahuan tentang tema, fakta, aturan, dan keterampilan membuat *translation*, faktor sikap: meliputi pandangan/perasaan, kesediaan bereaksi, interaksi sosial, minat, dan perhatian, faktor dorongan: dorongan dari individu itu sendiri, sehingga timbul partisipasi untuk mengikuti kegiatan berolahraga atau tindakan untuk memenuhinya, faktor kerjasama: masyarakat yang terlihat berpartisipasi pasti terlibat dan turut serta dalam kegiatan yang dilaksanakan yang diharapkan tercapainya tujuan, faktor lingkungan: kondisi sarana dan prasarana yang dimiliki sekolah, sehingga timbul partisipasi untuk mengikuti kegiatan berolahraga.

f. Partisipasi Masyarakat dalam Olahraga

Menurut tesis pertumbuhan keolahragaan melalui partisipasi masyarakat menurut Sofino (1998: 130) “Partisipasi masyarakat dalam pelaksanaan kegiatan olahraga terdiri dari partisipasi pikiran yang diwujudkan dengan menyumbangkan ide/gagasan/pendapat. Partisipasi tenaga melalui keikutsertaan langsung dalam kegiatan memperoleh atau memperbaiki sarana dan prasarana olahraga serta dalam kegiatan latihan. Apabila ada halangan mewakili meskipun tidak diharuskan. Partisipasi dana/materi diberikan dalam bentuk uang untuk memperoleh sarana dan prasarana olahraga serta dalam kegiatan latihan. Meminjamkan alat-alat olahraga

yang diperlukan. Menyumbangkan konsumsi. Partisipasi sosial diberikan dalam bentuk memberikan motivasi kepada orang lain dan menjelaskan tentang pentingnya olahraga. Partisipasi keahlian/kemahiran diberikan dalam bentuk keahlian manajemen olahraga dan keahlian dalam keterampilan yang dimiliki.”

2. Hakikat Olahraga

Olahraga merupakan kebutuhan manusia, kegiatan olahraga yang dilakukan secara konsisten dan berkesinambungan akan memberikan manfaat bagi kesehatan dan meningkatkan kebugaran jasmani. Dalam UU RI No.3 tahun 2005, dikatakan bahwa “Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan social.” Kegiatan olahraga memberikan efek yang positif bagi kebugaran jasmani dan rohani bagi pelaku olahraga yang melakukan aktivitas gerak. Olahraga adalah aktivitas fisik yang dikenal sebagai kegiatan terbuka bagi semua orang sesuai dengan kemampuan, kesenangan, dan kesempatan tanpa membedakan hak, status sosial, budaya atau derajat di masyarakat (Palmizal & Mashuri, 2019: 35).

Rahmani (2014: 1) menyatakan, “Olahraga merupakan suatu aktivitas gerak tubuh, mulai dari anggota tubuh bagian atas dan bagian bawah. Dikatakan aktivitas karena memiliki tujuan pada akhirnya yakni kualitas hidup yang meningkat, sehingga menjadikan tubuh sehat dan bugar. Aktivitas menyehatkan ini selain juga dijadikan pengisi waktu luang, juga dapat dijadikan sarana mengasah kemampuan diri dalam berolahraga atau wadah untuk menjadi atlet profesional atau olahraga prestasi. Olahraga juga sebagai aktivitas pengisi waktu luang dapat dilakukan pada hari-hari libur atau hari tanpa padatnya pekerjaan”.

Kehidupan manusia tidak terlepas dari aktivitas sehari-hari, salah satunya adalah aktivitas fisik yang disebut dengan olahraga. Olahraga merupakan kegiatan yang bisa dilakukan oleh setiap orang dengan kemampuan, kesenangan, dan kesempatan. Dijelaskan oleh Jumiati, dkk. (2018: 2) bahwa “Olahraga adalah kegiatan fisik yang mengandung suatu permainan dan perjuangan dengan diri sendiri ataupun perjuangan dengan orang lain, atau konfrontasi dengan unsur-unsur alam (*Declaration of sport*)”. Lebih lanjut dijelaskan bahwa tujuan olahraga dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Memelihara kesehatan dan kondisi jasmani yang baik
- 2) Memperoleh kesenangan dan kegembiraan
- 3) Memperoleh kepercayaan diri
- 4) Memperoleh kepercayaan diri
- 5) Memperoleh latihan yang teratur
- 6) Membentuk kebiasaan menggunakan waktu untuk aktivitas yang menyenangkan
- 7) Mencegah, mengetahui dan mengoreksi kelemahan dan cacat jasmani

Olahraga dapat memengaruhi tulang melalui berbagai mekanisme seperti kekuatan kontraksi otot dan pembebanan gravitasi. Selama olahraga, tulang mengalami kekuatan mekanik yang diberikan oleh kedua hal tersebut. Jenis olahraga yang dapat dilakukan untuk mempertahankan massa tulang ialah olahraga dengan gerakan melawan gravitasi sambil membawa beban tubuh seperti berjalan, *jogging*, menari, menaiki tangga dan bermain tenis. Selain itu, latihan resistensi juga dapat dilakukan seperti angkat beban (Zulfarina, et al. 2016).

Seseorang yang baru memulai olahraga dapat melakukan olahraga aerobik atau anaerobik dengan frekuensi mulai dari 2-3 kali setiap minggu selama 5-10 menit. Frekuensi dan intensitas dapat ditingkatkan dengan berjalannya waktu. Anak berumur 6-17 tahun disarankan melakukan olahraga aerobik 60 menit setiap hari.

Olahraga yang dapat dilakukan yaitu, berjalan, berlari, lompat tali (Hammami, et al. 2020). Manfaat melakukan olahraga dapat meningkatkan kesehatan metabolik, kesehatan mental, kekuatan otot, dan mencegah terjadinya penyakit jantung. Olahraga dapat meningkatkan sensitivitas insulin dari IL-10 yang dihasilkan saat kontraksi otot. Olahraga erat kaitannya dengan kesehatan mental karena dapat meningkatkan hormon kebahagiaan seperti endorfin, serotonin dan dopamin. Hormon-hormon tersebut diproduksi oleh sistem saraf pusat dan kelenjar hipofisis. Olahraga dengan durasi 20-30 menit memberikan efek anti-anxietas, sehingga dapat meningkatkan kesehatan mental (da Silveira, et al., 2021; Füzéki, et al. 2020).

Kurang melakukan aktivitas fisik berdampak terhadap daya tahan tubuh yang erat kaitannya dengan sistem imunitas. Aktivitas fisik seperti olahraga yang tidak dilakukan dalam tiga hari setiap minggu dengan durasi 150-300 menit setiap minggu mampu meningkatkan 20-30% risiko penyakit serta kematian (Apituley, et al. 2021). Orang obesitas dapat melakukan olahraga aerobik intensitas sedang sedangkan intensitas tinggi mampu menekan sistem imun (IL 6 dan TNF- α menurun) dan meningkatkan peroksidasi lipid. 24 Olahraga aerobik yang dapat dilakukan oleh obesitas yaitu, bersepeda statis, berenang dan senam aerobik (Unal & Irez, 2021).

Berdasarkan pendapat tersebut, maka intensitas olahraga itu sendiri akan sangat ditentukan oleh tujuan apa yang hendak dicapai, seseorang melakukan olahraga memiliki tujuan seperti untuk mendapatkan prestasi, kesenangan atau kegembiraan, pendidikan, pemeliharaan kesehatan, atau sebagai mata pencaharian.

Apabila olahraga tersebut dilakukan secara teratur, terarah, dan terkendali maka akan memberikan manfaat kepada diri seseorang.

B. Profil Embung Tambakboyo Kecamatan Depok

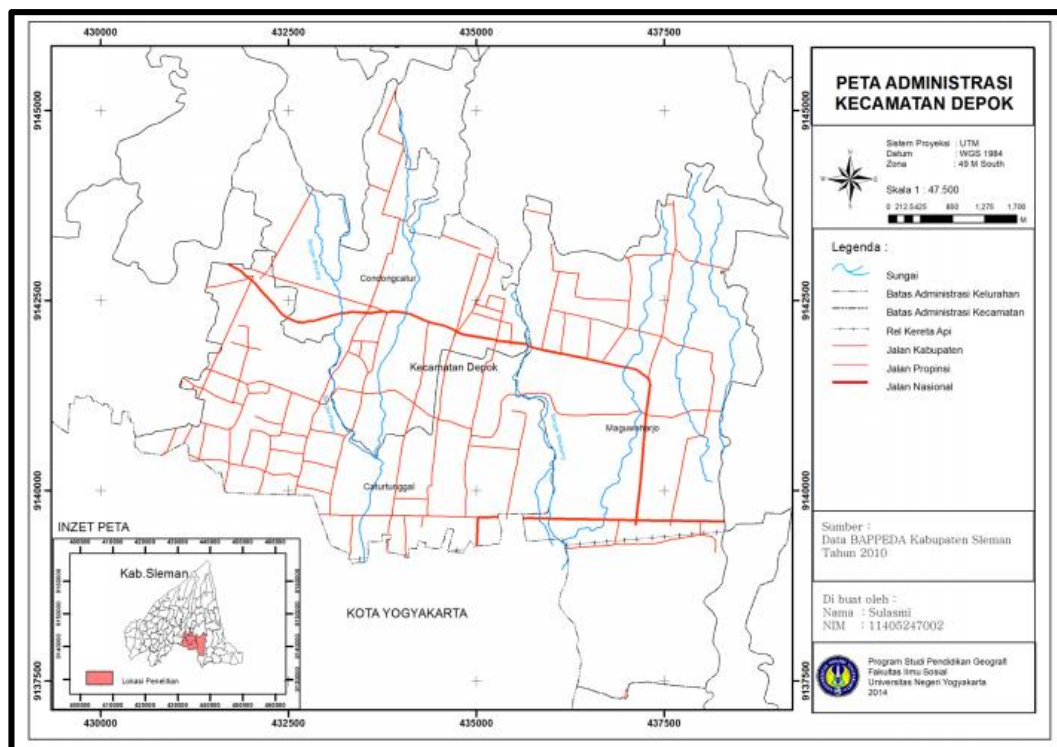
Pengertian masyarakat masing-masing mempunyai penekanan yang berbeda-beda. Jumiati, dkk. (2018: 3) menjelaskan bahwa “Masyarakat adalah kesatuan hidup bersama yang berinteraksi menurut suatu sistem adat istiadat tertentu yang bersifat kontinu dan terikat oleh suatu rasa identitas bersama”. Penelitian ini dilakukan di Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman, Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Secara astronomis Kecamatan Depok terletak pada 7043’50” - 7048’16”LS dan Antara 110022’10” - 110026’53” BT dengan ketinggian tempat pada kisaran 90-200 mdpal. Letak Kecamatan Depok berbatasan langsung dengan Kota Yogyakarta yang berjarak 5,5 Km dari Ibu Kota Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta dan berjarak 10 Km dari Ibu Kota Kabupaten Sleman. Kecamatan Depok mempunyai luas 3555 Ha yang terdiri dari Desa Caturtunggal memiliki luas wilayah 1104 ha, Desa Condongcatur 950 ha, dan Desa Maguwoharjo memiliki luas wilayah sebesar 1501 ha.

Kecamatan Depok terdiri dari 58 Dusun yaitu 20 Dusun terletak di Desa Caturtunggal, 18 Dusun terletak di Desa Condongcatur, dan 20 Dusun terletak di Desa Maguwoharjo. Secara administratif Kecamatan Depok dibatasi oleh:

- a. Sebelah Utara: Desa Wedomartani Kecamatan Ngemplak dan Desa Minomartani Kecamatan Ngaglik
- b. Sebelah Selatan: Kecamatan Gondokusuman Kota Yogyakarta dan Kecamatan Banguntapan

- c. Sebelah Barat: Desa Sinduadi Kecamatan Mlati
- d. Sebelah Timur: Desa Purwomartani Kecamatan Kalasan

Kecamatan Depok sebagai salah satu kecamatan yang berbatasan langsung dengan Kota Yogyakarta memiliki posisi strategis, sehingga fungsi-fungsi kekotaan di Kecamatan Depok ikut tumbuh dan berkembang. Kecamatan Depok Merupakan kawasan strategis yang tumbuh sangat cepat. Kebijakan yang dikembangkan adalah pengendalian kepadatan bangunan serta sarana prasarana infrastruktur wilayah. Peta administrasi dan peta citra Kecamatan Depok dapat dilihat pada peta berikut ini:



Gambar 2. 1 Peta Administrasi Kecamatan Depok

Menurut data kecamatan dalam angka yang disajikan pada Tabel 13 penduduk Kecamatan Depok pada tahun 2011 sebanyak 126.553 jiwa dengan total luas wilayah 35,55 Km², sehingga kepadatan penduduk di Kecamatan Depok

sebesar 3.560 Jiwa/Km² dengan kepadatan penduduk tertinggi di Desa Caturtunggal yaitu 5.594 Jiwa/Km². Sedangkan kepadatan penduduk terendah berada di Desa Maguwoharjo dengan jumlah 1.899 jiwa/Km². Tabel 17.

Penelitian ini dikhususkan di Dusun Tambakboyo Kecamatan Depok. Dimana di dusun tersebut terdapat salah satu embung yang dimanfaatkan untuk sarana berolahraga masyarakat. Defenisi embung berdasarkan buku Pedoman Teknis Konservasi Air Melalui Pembangunan Embung yang diterbitkan oleh Direktorat Pengelolaan Air Irigasi, Kementerian Pertanian (2011) embung adalah bangunan konservasi air berbentuk cekungan disungai atau aliran air berupa urugan tanah, urugan batu, beton dan/atau pasangan batu yang dapat menahan dan menampung air untuk berbagai keperluan. Menurut (Rustam, 2010) embung adalah bangunan artifisial yang berfungsi untuk menampung dan menyimpan air dengan kapasitas volume kecil tertentu, lebih kecil dari kapasitas waduk/bendungan.

Embung atau waduk Tambakboyo adalah konservasi air yang terletak di Dusun Tambakboyo, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman, Yogyakarta. Waduk ini memanfaatkan sumber air dari sungai Tambak Bayan dan sungai Buntung dengan luasan 7,8 ha. Waduk ini dibangun sejak tahun 2003 hingga 2008 dan diresmikan setahun kemudian. Dalam pembangunan waduk ini, waduk ini juga menjadi area wisata dengan ruang terbuka hijau dan sering digunakan sebagai sarana rekreasi seperti memancing, berolahraga, bahkan piknik dan sebagainya. Beberapa jenis ikan yang terdapat di waduk ini anatara lain adalah wader, kotes, nila, dan sepat. Area Embung yang biasanya digunakan sebagai tempat berolahraga

adalah jalan berkonblok yang memiliki jarak yang cukup jauh. Hal yang menarik adalah pemandangan sekitar yang cukup indah.

Tidak banyak orang mengenal tentang Embung Tambakboyo ini kecuali yang berdomisili Jogja tentunya karena pada dasarnya ini bukanlah tempat wisata melainkan tempat konservasi air dan tempat untuk cadangan PDAM dimasa mendatang dan tempat pembantu pengairan untuk daerah sekitarnya, namun karena pemandangannya yang indah, maka tempat ini juga dimanfaatkan sebagai tempat wisata dan sarana berolahraga.

C. Kajian Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan adalah suatu penelitian terdahulu yang hampir sama dengan penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang relevan digunakan untuk mendukung dan memperkuat teori yang sudah ada, di samping itu dapat digunakan sebagai pedoman/pendukung dari kelancaran penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Natalia, dkk. (2016) yang berjudul berjudul “Partisipasi Masyarakat dan Tingkat Kebugaran Jasmani Bagian dari Pembangunan Olahraga Kabupaten Wonogiri”. Pembangunan merupakan suatu upaya yang bertujuan untuk mencapai kondisi yang lebih baik. Dalam bidang keolahragaan, pembangunan tidak hanya berdasarkan perolehan medali di pertandingan *multievent*, melainkan kontribusi masyarakat dalam berolahraga dan juga tingkat kebugaran jasmani yang merupakan bagian dari *Sport Development Index* (SDI). Tujuan penelitian untuk mengetahui tingkat partisipasi dan kebugaran jasmani masyarakat Kabupaten Wonogiri. Penelitian

ini adalah studi evaluasi tentang pembangunan olahraga dengan menggunakan metode campuran antara kuantitatif dan kualitatif dalam konteks evaluasi. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, kuesioner, *Multistage Fitness Test* (MFT), dan dokumen. Subyek penelitian terdiri dari usia anak – anak (7-12 tahun) 30 orang, usia remaja (13-17 tahun) 30 orang dan usia dewasa (18-40 tahun) 30 orang yang masing-masing kelompok usia terdiri dari 15 orang laki-laki dan 15 orang perempuan. Subyek mengisi kuesioner partisipasi masyarakat terhadap olahraga sebelum melakukan *Multistage Fitness Test* (MFT) untuk mengukur tingkat kebugaran jasmani. Hasil penelitian menunjukkan indeks partisipasi masyarakat sebesar 0,237 dan indeks kebugaran jasmani sebesar 0,315. Jika ditinjau dari norma *Sport Development Index* (SDI) berada pada rentang 0,000 – 0,499 yang berarti partisipasi masyarakat dan tingkat kebugaran jasmani masyarakat Kabupaten Wonogiri berada pada kategori rendah.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Purwani (2016) yang berjudul “Partisipasi Masyarakat dalam Berolahraga di Sarana dan Prasarana Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui partisipasi masyarakat dalam berolahraga di sarana dan prasarana olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. Partisipasi masyarakat ditinjau dari variabel terdiri dari kebutuhan, manfaat dan sikap. Variabel kebutuhan terdiri dari indikator kesehatan, rekreasi dan prestasi. Variabel manfaat terdiri dari indikator kekuasaan, persahabatan dan kepuasan sedangkan variabel sikap terdiri dari

indikator keterlibatan dalam klub olahraga, keterlibatan pertandingan olahraga dan kebiasaan berpartisipasi. Penelitian ini berupa deskriptif kuantitatif dengan metode survei atau observasi. Uji coba penelitian dilakukan di lapangan tennis indoor FIK UNY dengan sampel sebanyak 20 orang. Pengumpulan data menggunakan angket/kuesioner. Uji validasi menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment* untuk uji reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dengan nilai 0,934. Teknik pengambilan sampel dengan cara *accidental sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 90 orang di semua unit yang menyediakan sarana olahraga di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. Teknis analisis data menggunakan analisis deskriptif dengan prosentase. Hasil penelitian menjelaskan bahwa partisipasi masyarakat dalam berolahraga di sarana dan prasarana olahraga FIK UNY memiliki kategori tinggi sebanyak 52 atau sebesar 57,8%. Ditinjau dari variabel kebutuhan berada pada kategori rendah sebanyak 45 atau sebesar 50%. Ditinjau dari variabel kebutuhan untuk indikator kesehatan berkategori tinggi sebanyak 54 atau sebesar 60%, indikator rekreasi berkategori tinggi sebanyak 48 atau sebesar 53,3%, indikator prestasi berkategori rendah sebanyak 60 atau sebesar 66,7%. Ditinjau dari variabel manfaat berada pada kategori tinggi sebanyak 39 atau sebesar 43,3%. Ditinjau dari variabel manfaat untuk indikator kekuasaan berkategori rendah sebanyak 50 atau sebesar 55,6%, indikator persahabatan berkategori tinggi sebanyak 47 atau sebesar 52,2%, indikator kepuasan berkategori tinggi sebanyak 51 atau sebesar 56,7%. Ditinjau dari variabel sikap berada pada kategori tinggi sebanyak 48 atau sebesar 53,3%. Ditinjau dari

variabel sikap untuk indikator keterlibatan dalam klub olahraga berkategori tinggi sebanyak 47 atau sebesar 52,2%, indikator keterlibatan pertandingan olahraga berkategori tinggi sebanyak 58 atau sebesar 64,4%, pada indikator kebiasaan berpartisipasi berkategori rendah sebanyak 55 atau sebesar 61,1%.

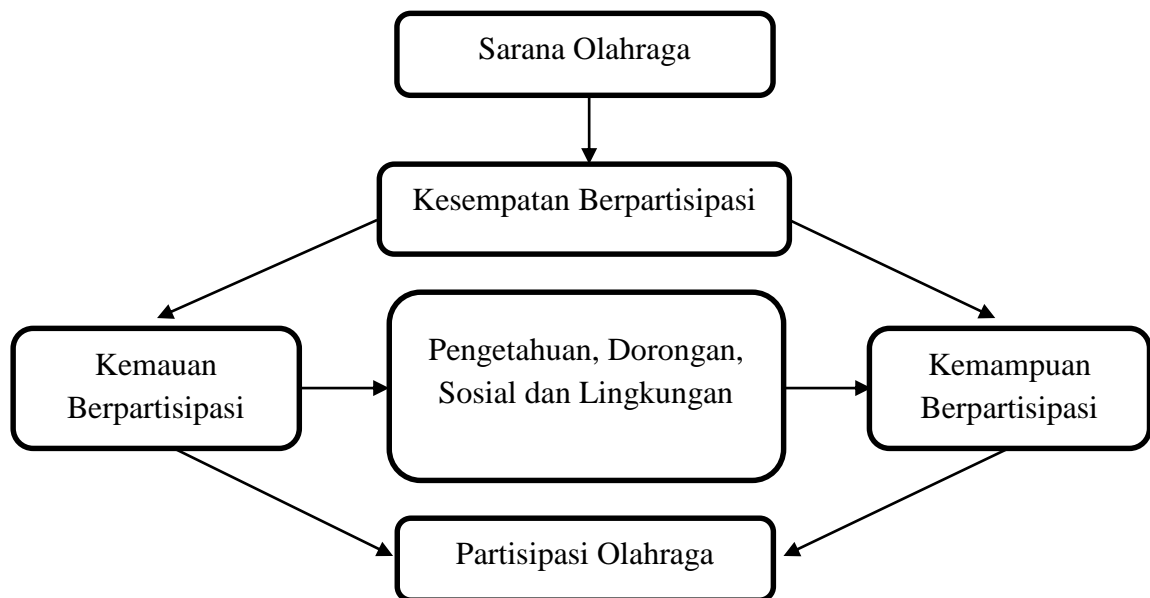
3. Penelitian yang dilakukan Palmizal & Mashuri (2019) berjudul “Analisis Partisipasi Masyarakat Dan Sumber Daya Manusia Keolahragaan di Kecamatan Siulak Kabupaten Kerinci”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat partisipasi masyarakat dan tingkat sumber daya manusia dalam berolahraga di Kecamatan Siulak, Kabupaten Kerinci, Provinsi Jambi. Penelitian ini dilakukan di Kecamatan Siulak, Kabupaten Kerinci, Provinsi Jambi dengan melibatkan tiga desa yang menjadi sampel penelitian, yaitu Desa Dusun Dalam, Desa Telago Biru, dan Desa Koto Tengah. Pendekatan dan jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif-kualitatif (mixed methods) deskriptif. Instrumen yang digunakan adalah dengan wawancara dan angket. Teknik sampling yang digunakan adalah multistage random sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa indeks partisipasi masyarakat dalam berolahraga Kecamatan Siulak, Kabupaten Kerinci berada dalam kategori rendah dengan nilai 0,245. Sedangkan indeks sumber daya manusia keolahragaan di Kecamatan Siulak, Kabupaten Kerinci dalam kategori rendah dengan nilai 0,0017. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa indeks perkembangan olahraga di Kecamatan Siulak, Kabupaten Kerinci rendah.

D. Kerangka Berpikir

Berdasarkan kajian teori diatas, partisipasi adalah keikutsertaan untuk mengambil bagian melalui kegiatan-kegiatan secara aktif. Keikutsertaan individu-individu sebagai anggota masyarakat akan menciptakan kebersamaan yang mempunyai pengaruh besar terhadap pelaksanaan dan keberhasilan suatu tujuan. Di samping itu, partisipasi merupakan salah satu bentuk tingkah laku yang ditentukan oleh lima faktor yaitu usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan dan penghasilan, dan lama seseorang tinggal di lingkungan tersebut. Adapun macam-macam partisipasi terdiri dari dua yaitu partisipasi secara langsung dan partisipasi secara tidak langsung. Untuk mencapai partisipasi yang sesuai, masyarakat perlu memenuhi beberapa syarat partisipasi antara lain, tersedianya waktu untuk berpartisipasi, adanya komunikasi dalam berpartisipasi, tersedia biaya yang cukup, dan tidak merugikan orang lain.

Partisipasi masyarakat dalam beraktivitas olahraga terdiri dari dua yaitu sebagai pelaku olahraga atau pengguna sarana dan prasarana olahraga dan perawat sarana dan prasarana olahraga. Aktivitas berolahraga terutama olahraga rekreasi tidak perlu digantikan atau diwakilkan oleh orang lain ketika berhalang beraktivitas. Partisipasi masyarakat dalam aktivitas olahraga juga dapat ditunjukkan melalui meminjamkan sarana dan prasarana olahraga, memberikan pendanaan terhadap pemeliharaan sarana dan prasarana olahraga, menyumbang konsumsi, dan partisipasi yang dilakukan untuk memberikan motivasi kepada orang lain tentang pentingnya berolahraga.

Pembangunan olahraga sebagai serangkaian kegiatan yang bertujuan meningkatkan kualitas mankeabsahansyaratusia Indonesia yang memiliki tingkat kesehatan dan kebugaran yang baik melibatkan masyarakat Indonesia sebagai subjek utama mencapai tujuan pembangunan olahraga. Sarana dan prasarana olahraga sebagai kebutuhan dalam aktivitas olahraga dirasa perlu dioptimalkan dari segi kualitas dan kuantitas sebagai pendorong partisipasi masyarakat dalam berolahraga. Bagan kerangka berpikir sebagai berikut:



Gambar 3. 1 Bagan Kerangka Berpikir

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Pendapat Sugiyono (2016: 147), menyatakan bahwa penelitian deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif. Penelitian kualitatif digunakan untuk mendapatkan data yang mendalam, suatu data yang mengandung makna (Sugiyono, 2016:9). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara dan pengambilan partisipan dilakukan secara *purposive* dan *snowball*.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Embung Tambakboyo Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 25-28 bulan Maret 2022.

C. Partisipan Penelitian

Sampel dalam penelitian kualitatif bukan dinamakan responden, tetapi sebagai narasumber, atau partisipan, informan, teman dan guru dalam penelitian. Sampel dalam penelitian kualitatif, juga bukan disebut sampel statistik, tetapi sampel teoritis, karena tujuan penelitian kualitatif adalah untuk menghasilkan teori (Sugiyono 2015: 298).

Teknik yang digunakan untuk pengambilan partisipan yaitu teknik *purposive sampling* dan *accidental sampling*. *Purposive sampling* digunakan dengan cara peneliti menentukan kriteria mengenai responden mana saja yang dapat

dipilih sebagai partisipan. Kriteria yang dimaksud menggambarkan demografi responden seperti dari sisi usia dan jenis kelamin. Kriteria dalam pengambilan partisipan penelitian ini adalah masyarakat dengan usia 17-60 tahun dengan jenis kelamin perempuan dan laki-laki dengan total keseluruhan 7 orang (3 orang perempuan dan 4 orang laki-laki) yang sedang melakukan aktivitas fisik/olahraga di Embung Tambakboyo, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman.

D. Teknik Pengumpulan Data

Peneliti menggunakan teknik wawancara mendalam (*in dept interview*). Tujuan dari wawancara mendalam yaitu untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, dimana pihak yang diajak wawancara diminta pendapat, dan ide-idenya (Sugiyono, 2016:233).

Pelaksanaan wawancara ini akan direkam dengan alat bantu tape recorder lalu hasil wawancara akan diterjemahkan menjadi transkrip wawancara untuk dianalisis. Sebelum melakukan wawancara peneliti melakukan observasi untuk memastikan kriteria partisipan yang akan diteliti, lalu mendatangi partisipan untuk diwawancarai. Peneliti menggunakan pedoman wawancara sebagai acuan bagi peneliti untuk melakukan wawancara.

E. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian kualitatif instrumen utamanya adalah peneliti sendiri. Menurut Nasution (1988), yang dikutip Sugiyono (2016:223) dalam bukunya yang berjudul Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D menyatakan bahwa:

“Dalam penelitian kualitatif, tidak ada pilihan lain daripada menjadikan manusia sebagai instrumen penelitian utama. Alasannya ialah bahwa, segala sesuatunya belum mempunyai bentuk yang pasti. Masalah, fokus penelitian, prosedur penelitian, hipotesis yang digunakan, bahkan hasil

yang diharapkan, itu semuanya tidak dapat ditentukan secara pasti dan jelas sebelumnya. Segala sesuatu masih perlu dikembangkan sepanjang penelitian itu. Dalam keadaan yang serba tidak pasti dan tidak jelas itu, tidak ada pilihan lain dan hanya peneliti itu sendiri sebagai alat satu-satunya yang dapat mencapainya”

Peneliti menjadi instrumen dibantu dengan pedoman wawancara sebagai acuan saat proses pengambilan data.

Tabel 1. 1 Pedoman wawancara

No.	Pertanyaan
1.	Berapa kali dalam seminggu anda datang ke Embung Tambakboyo?
2.	Apakah anda datang ke Embung Tambakboyo selalu untuk berolahraga?
3.	Berapa kali dalam seminggu anda berolahraga di Embung Tambakboyo?
4.	Apa alasan anda berolahraga di Embung Tambakboyo?
5.	Apa yang membuat anda tertarik untuk berolahraga di Embung Tambakboyo?
6.	Mengapa memilih berolahraga pada pagi/siang/sore hari? Jelaskan!
7.	Apa tujuan anda berolahraga Embung Tambakboyo?
8.	Dengan siapa anda berolahraga di Embung Tambakboyo?
9.	Mengapa Anda melakukan aktivitas fisik/olahraga disini, padahal banyak sarana olahraga yang lain dan olahraga bisa dimana saja?
10.	Bentuk olahraga apa yang anda lakukan di Embung Tambakboyo?
11.	Apakah anda nyaman berolahraga di Embung Tambakboyo?
12.	Apakah fasilitas di Embung Tambakboyo ini mendukung olahraga yang anda lakukan?
13.	Apa kelebihan dan kekurangan berolahraga di Embung Tambakboyo?

14.	Bagaimana dan apa manfaat yang Anda rasakan setelah berolahraga Embung Tambakboyo?
------------	--

F. Keabsahan Data

Teknik pemeriksaan keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah mekanisme kredibilitas data. Sugiyono (2015:368) menjelaskan bahwa uji kredibilitas data atau kepercayaan terhadap data hasil penelitian kualitatif antara lain dilakukan dengan perpanjangan pengamatan, peningkatan ketekunan dalam penelitian, triangulasi, diskusi dengan teman sejawat, analisis kasus negatif, dan *member check*.

Adapun uji kredibilitas data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan cara perpanjangan pengamatan, meningkatkan ketekunan dan menggunakan bahan referensi. Saat melakukan perpanjangan pengamatan, peneliti kembali ke lapangan secara tiga hari berturut-turut untuk melakukan pengamatan maupun wawancara lagi dengan sumber data yang telah ditemui maupun yang baru demi mendapatkan kedalaman, keluasan dan kepastian data.

Meningkatkan ketekunan berarti melakukan pengamatan lebih cermat dan berkesinambungan (Sugiyono, 2015:370). Dalam meningkatkan ketekunan, peneliti melakukan pengecekan kembali data yang telah ditemukan dengan bekal beberapa referensi buku, maupun hasil penelitian atau dokumentasi yang terkait dengan temuan data yang diteliti. Dengan demikian peneliti dapat memberikan deskripsi data yang akurat dan sistematis tentang apa yang diamati.

Untuk memperkuat kredibilitas data yang ditemukan, peneliti menggunakan bahan referensi seperti kamera dan tape recorder. Hasilnya seperti data gambaran suatu keadaan didukung dengan adanya foto-foto dan dokumen yang autentik. Data hasil transkrip wawancara didukung dengan adanya rekaman suara, sehingga data yang telah ditemukan dapat mendukung kredibilitas data dan lebih dapat dipercaya.

G. Teknik Analisis Data

Analisa data dalam penelitian kualitatif dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama di lapangan dan setelah selesai di lapangan. Sugiono (2015:336) menjelaskan analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data dari hasil wawancara, catatan lapangan dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data kedalam kategori, menjabarkan kedalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun kedalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari lalu membuat kesimpulan sehingga dapat dipahami oleh diri sendiri dan orang lain.

Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis model Miles dan Huberman. Miles dan Huberman (1984), menjelaskan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh, aktivitas dalam analisis data reduksi, data *display*, dan *conclusion* (Sugiono, 2016:246).

1. Reduksi Data

Data yang diperoleh dari lapangan jumlahnya cukup banyak, untuk itu maka perlu dicatat secara teliti dan rinci. Data dari lapangan lalu di analisis data melalui reduksi data. Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal

yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu. Dengan demikian data yang direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan (Sugiono, 2012:338).

Peneliti melakukan proses reduksi data yang diperoleh dari wawancara yang masih kompleks untuk disederhanakan. Peneliti mencari, memilih dan menyederhanakan data agar diperoleh data yang relevan dan bermakna sesuai dengan permasalahan yang diteliti.

2. Display Data

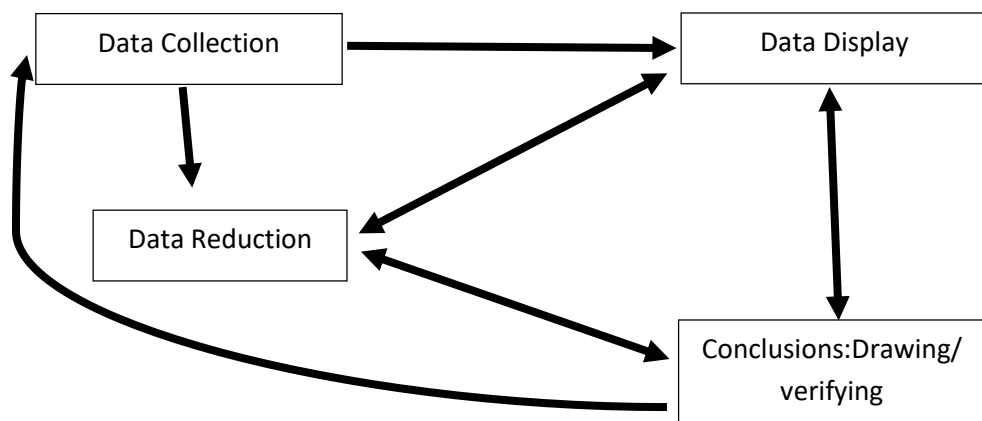
Setelah unitisasi dan kategorisasi data dilakukan, kemudian dilakukan penyajian data. Bentuk penyajian data yang dimaksud adalah data berupa deskriptif analitik dan logis karena penyajian data ini akan mengarah pada kesimpulan. Data yang dihasilkan berbentuk naratif yang berisi informasi tentang Faktor yang Mempengaruhi Partisipasi Masyarakat dalam Berolahraga di Embung Tambakboyo, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman.

3. Verifikasi/Kesimpulan

Setelah menyajikan data langkah selanjutnya adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi data. Penarikan kesimpulan ini menggunakan metode induktif, yaitu penarikan kesimpulan dari hal-hal yang khusus yang diarahkan kepada hal-hal yang umum untuk mengetahui jawaban dari permasalahan dalam penelitian. Kesimpulan tersebut kemudian diverifikasi

selama penelitian berlangsung, dengan melihat kembali reduksi data maupun pada penyajian data. Sehingga kesimpulan tersebut merupakan jawaban dari rumusan masalah dan tidak menyimpang dari permasalahan penelitian, yaitu Faktor yang Mempengaruhi Partisipasi Masyarakat dalam Berolahraga di Embung Tambakboyo, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman.

Gambar 4. 1 Analisis model Miles dan Huberman



BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Dusun Tambakboyo Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman, Yogyakarta. Dimana di dusun tersebut terdapat salah satu embung atau waduk yang dimanfaatkan untuk rekreasi dan sarana berolahraga masyarakat.

Embung atau Waduk Tambakboyo memanfaatkan sumber air dari sungai Tambak Bayan dan sungai Buntung dengan luasan 7,8 ha. Waduk ini dibangun sejak tahun 2003 hingga 2008 dan diresmikan setahun kemudian. Dalam pembangunan waduk ini, waduk ini juga menjadi area wisata dengan ruang terbuka hijau dan sering digunakan sebagai sarana rekreasi seperti memancing, berolahraga, bahkan piknik dan sebagainya. Beberapa jenis ikan yang terdapat di waduk ini antara lain adalah wader, kotes, nila, dan sepat. Area Embung yang biasanya digunakan sebagai tempat berolahraga adalah jalan berkonblok yang memiliki jarak yang cukup jauh. Hal yang menarik adalah pemandangan sekitar yang cukup indah.

B. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan hasil wawancara terhadap partisipan yang berolahraga di Embung Tambakboyo, terdapat beberapa Faktor yang Mempengaruhi Partisipasi Masyarakat dalam Berolahraga di Embung Tambakboyo, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman yang terdiri dari empat hal, diantaranya adalah Pengetahuan, Dorongan, Sosial dan Lingkungan. Empat hal tersebut akan menjadi sub tema yang akan dibahas pada penelitian ini.

Tabel 2. 1 Makna dan Pernyataan Partisipan

Sub-tema	Contoh Pernyataan Verbatim
Pengetahuan	<i>Yaa jelas udah pensiun jadi kebugaran fisik harus dijaga, supaya tidak down nanti sakit nanti kalau tidak olahraga nanti fisiknya semakin mengkerut semakin loyo karena sudah tidak ada aktivitas seperti dulu jadi yaa saya milih kesini.</i>
Dorongan	<i>Karena banyak yang berolahraga, jogging, lari disini, jadi seru aja banyak yang berolahraga disini. Ikut termotivasi juga buat berolahraga.</i>
Sosial	<i>Biasanya saya kesini kan sama temen, jadi bisa jadi tempat ngobrol, cerita juga, sekalian olahraga sambil nikmatin udara pagi sama suasananya.</i>
Lingkungan	<i>Pertama karna pasti alami yakan, dan paling terdekat sama tempat saya, dan yang paling alam nya enak lah, trus yang kedua luas juga.</i>

Dalam hasil penelitian dan pembahasan ini keterangan-keterangan ataupun ungkapan-ungkapan yang disampaikan oleh partisipan disajikan dengan menggunakan nama-nama yang bukan sebenarnya. Sebagai bagian untuk memenuhi etika penelitian.

1. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan aspek penting untuk mengetahui dan memahami suatu hal, begitu pula pengetahuan dalam melakukan aktivitas fisik. Pengetahuan akan memberikan informasi terhadap seseorang dan mengantarkan seseorang kepada hal-hal baru.

Seperti salah satu pernyataan dari Hendra:

“Saya biasanya yang pertama yang pasti jogging, yang kedua kita manfaatin obstacle yang ada, contoh ada tanjakan bisa digunakan untuk sprint, jadi bebannya ada di tanjakan, kaya kalo di pantai bebannya itu di pasir, sama satu lagi naik turun tangga, untuk melatih kuda-kuda agar lebih kuat lagi”.

Pengetahuan dalam aktivitas fisik harus sejalan dengan kondisi fisik, maka dari itu penting untuk mengetahui dan memahami kondisi fisik diri sendiri, karena kondisi fisik seorang individu akan berbeda dengan individu lainnya. Hal tersebut disampaikan Surwoto dalam pernyataanya,

“Yaa jelas udah pensiun jadi kebugaran fisik harus dijaga, supaya tidak down nanti sakit nanti kalau tidak olahraga nanti fisiknya semakin mengerut semakin loyo karena sudah tidak ada aktivitas seperti dulu jadi yaa saya milih kesini”.

Demikian dengan mengenali kondisi fisik diri sendiri, seseorang dapat melakukan aktivitas fisik sesuai dengan porsinya masing-masing. Selain fisik terdapat aspek psikologis yang menyangkut kondisi kejiwaan seseorang, dengan berolahraga

menjadikan kesehatan mental seseorang lebih terjaga. Seperti salah satu pernyataan dari Andi,

“Yaa pasti kalo olahraga kan buat sehat, meningkatkan imun, terus buat ngilangin stress juga, terus tadi ini karna sekitar alam jadi buat refresing apalagi ini kan lagi pandemi jadi banyak dekatkan diri ke alam”.

Sama halnya dengan pernyataan partisipan bernama Angel yang menyatakan,

“Yaa paling untuk olahraga, karena bisa dibilang olahraga bisa jadi *stress relief*, kebetulan di Embung Tambakboyo ini kan ada *jogging track* nya dan suasananya cocok banget untuk ngelepas penat seminggu kerja”.

Pandemi yang sedang mewabah sampai saat ini nyatanya membuat sebagian besar masyarakat lebih melek terhadap pengetahuan kesehatan mental. Kebijakan belajar di rumah, bekerja dari rumah, dan ibadah di rumah yang masih dilakukan disebagian daerah di Indonesia membuat masyarakat jenuh karena harus tetap di rumah demi menghindari persebaran Covid-19. Kejenuhan atau stress yang dialami masyarakat selama kebijakan *Work/School from Home* dan *Social Distancing* membuat sebagian masyarakat mencari cara untuk mentralisir rasa jenuh atau stress yang dialami (Moh. Muslim, 2020).

Olahraga yang baik akan dapat mengurangi stress hal ini dikarenakan, olahraga dapat merangsang feel good hormone yaitu endorphen, hormone ini akan memberikan rasa tenang, melepaskan ketegangan, dan mengurangi rasa sakit. Endorphen yang dihasilkan selama berolahraga akan menggantikan hormone stress dan membuat emosi lebih stabil. Dan sebaliknya jika seseorang jarang melakukan kegiatan olahraga maka tingkat stressnya akan meningkat hal ini sejalan dengan meningkatnya hormone stress yaitu kortisol (Stevens, R.E et al, 2013).

Dari berbagai pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa pengetahuan adalah faktor yang penting dalam melakukan aktivitas fisik. Disamping itu terdapat aspek fisik dan psikis yang berbeda dengan masing-masing individu, dengan mengetahui dan memahami diri sendiri, seseorang dapat melakukan aktivitas fisik sesuai dengan apa yang dibutuhkan oleh individu masing-masing. Oleh karena itu pengetahuan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi partisipasi seseorang dalam berolahraga.

Menurut Hayati (2001: 16) menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi partisipasi salah satunya berupa faktor pengetahuan yang berupa pengetahuan tentang tema, fakta, aturan, dan keterampilan membuat *translation*. Pengetahuan merupakan salah satu ranah dalam aspek kognitif. Notoatmodjo (2007: 139) menyatakan bahwa “pengetahuan adalah merupakan hasil dari “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu”. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia (mata, hidung, telinga, dan sebagainya).

Selain itu Sugihartono (2012: 105) menyatakan bahwa “pengetahuan adalah informasi yang diketahui melalui proses interaksi dengan lingkungan. Pengetahuan adalah sesuatu yang diketahui mengenai hal atau sesuatu pengetahuan dapat mengetahui perilaku seseorang”. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan yang dimiliki seseorang dapat mendorong dan mempengaruhi seseorang untuk ikut berpartisipasi.

2. Dorongan

Dorongan merupakan suatu motif untuk melakukan atau mencapai tujuan tertentu, dorongan ini timbul dari individu itu sendiri. Di dalam kegiatan sehari-hari, dorongan berperan aktif dalam menentukan apa yang harus dilakukan, begitu pula di dunia olahraga. Seseorang mempunyai motif tersendiri dalam melakukan olahraga untuk mencapai tindakan atau tujuan tertentu dan akan berusaha memenuhinya, contohnya menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh. Seperti apa yang diutarakan oleh saudara Hendra,

“Lebih menjaga imunitas kali yaa, bukan masalah pandemi tapi yaa. Saya suka olahraga karna passionnya di olahraga, jadi untuk menjaga tubuh aja sih, makin tua biasanya kan makin ngembang juga”.

Hal serupa diungkapkan juga oleh Andi

“jadi saya nyari tempat refreshing dan sekalian olahraga juga untuk ngejaga imun”.

Senada juga dengan apa yang diungkapkan Angel,

“Yaa pastinya olahraga kan tujuannya untuk menjaga kesehatan, kebugaran, naikin imun tubuh terus bisa menurunkan berat badan juga”.

Demikian dengan adanya dorongan seorang individu akan berusaha untuk memenuhi dan mencapai tujuan dalam hal tertentu. Motif juga dapat mempengaruhi perilaku seseorang dan memberikan arah untuk berpikir, merencanakan dan melaksanakan kegiatan yang berhubungan/menunjang suatu kegiatan. Seperti yang diungkapkan oleh salah satu partisipan, yaitu saudara Alex:

“Cari keringat, berolahraga biar badannya sehat. Dari pada diem terus di kos, dari pada gabut, mending kesini, olahraga. Karena banyak yang

berolahraga, jogging, lari disini, jadi seru aja banyak yang berolahraga disini”.

Begitu juga dengan Putri, ia menyatakan

“Yaa biar sehat, nurunin berat badan juga, terus ngisi waktu luang, terus rame rame juga kan, jadi sambil nongkrong-nongkrong juga, biar lebih produktif juga ngga dikosan aja”.

Hal yang sama disampaikan oleh Surwoto:

“Yaa setiap kesini saya berolahraga, kebetulan juga saya sudah pensiun jadi sekalian cari kesibukan, sambil olahraga mencari suasana juga to”.

Hal yang senada juga dikatakan oleh Kiara:

“ Buat saya pribadi si abis subuh biar ada kegiatan juga gitu kan, biar ngga males-malesan doang di kamar kos, jadi sekitar jam 7an set 8an, kesini mas buat *jogging*, *skipping* sama *push up* dan *sit up* gitu. Lebih seger aja kalau kesini pagi-pagi. Jadi lebih produktif di hari weekend dari pagi. Nanti lanjut lagi aktifitas lain, biar lebih ngga males aja kalau di awali kegiatan di pagi hari”.

Dari berbagai pemaparan tersebut, dapat disimpulkan bahwa dorongan mempunyai peranan penting untuk melakukan suatu hal tertentu dengan tujuan tertentu, begitu pula dengan dorongan dalam olahraga. Seseorang yang berolahraga mempunyai motif tertentu untuk melakukan aktivitas fisik, seperti pemaparan diatas. Dorongan masyarakat yang berolahraga di Embung Tambakboyo adalah untuk menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh, menjaga tubuh agar selalu ideal, lalu dorongan untuk mengisi waktu luang yang bermanfaat, dengan adanya dorongan tersebut timbul partisipasi untuk mengikuti kegiatan aktivitas jasmani atau tindakan untuk memenuhinya.

Dimiyati & Mudjiono (2002: 80), menyatakan “Motivasi adalah dorongan mental yang mempengaruhi perilaku manusia, termasuk perilaku belajar”. Dalam

kegiatan berolahraga haruslah diperhatikan apa yang dapat mendorong masyarakat agar dapat berolahraga dengan baik/padanya mempunyai motif untuk berpikir dan memusatkan perhatian, merencanakan dan melaksanakan kegiatan yang berhubungan/menunjang kegiatan berolahraga. Pendapat lain dari Sugihartono, (2007: 20) mengartikan bahwa “Motivasi sebagai suatu kondisi yang mempengaruhi perilaku seseorang dan memberikan arah serta ketahanan pada tingkah laku orang tersebut”. Mulyasa (2009: 120) menyatakan “Motivasi adalah hal yang mendorong seseorang melakukan sesuatu”. Demikian seseorang yang melakukan aktivitas fisik mempunyai motif masing-masing dan berbeda-beda dari setiap individu, dengan ini dapat disimpulkan bahwa faktor dorongan memiliki pengaruh terhadap partisipasi masyarakat dalam berolahraga.

Dorongan yang dimiliki oleh responden diatas menunjukkan terpenuhinya syarat tumbuhnya partisipasi masyarakat seperti yang dikatakan oleh Suryosubroto (2001:78). Responden memiliki waktu untuk berpartisipasi, responden mempunyai kemampuan dan keinginan untuk berpartisipasi, adanya komunikasi dengan orang lain saat berpartisipasi, tersedia biaya yang cukup, tidak merugikan orang lain, dan ketertarikan responden dengan tujuan yang akan dicapai dari berolahraga di Embung Tambakboyo.

3. Sosial

Pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial yang hidup dalam bermasyarakat, berinteraksi dan akan bergantung dengan manusia lainnya. Seseorang yang mempunyai sikap sosial yang baik akan mudah diterima dalam

masyarakat dan sebaliknya. Seperti yang diungkapkan oleh salah satu partisipan yaitu saudara Hendra:

“Yaa karna passion saya di olahraga dan kebetulan saya melatih futsal di dua kampus berbeda, jadi kalo jadwalnya latihan fisik yaa saya alihkan kesini. Yaa beda hari sih, ganti-gantian mas, kalo kampus offline lebih seringnya 1-2 tahun ini ngajar anak-anak futsal latihan fisik, jadi kalo saya ngajar fisik saya alihkan ke tambakboyo ini, selebihnya olahraga untuk sendiri. Terus saya juga seneng ngeliatin orang mancing, padahal mancingnya ga suka. Jadi kadang setelah jogging saya istirahat duduk minum terus sambil ngobrol sama orang-orang yang lagi mancing”.

Sama halnya yang disampaikan oleh Surwoto,

“Kalau disini kan bisa berhenti, ngobrol dengan yang mancing lalu tempatnya bersih dan ketemu dengan banyak orang disini jadi pilihan saya disini”.

Demikian dengan memiliki sikap sosial yang baik maka memudahkan seseorang untuk bergaul dengan banyak orang dari latar belakang yang berbeda. Sikap sosial membawa individu kepada interaksi sosial untuk menjalin hubungan dengan individu lainnya. Seperti yang diungkapkan oleh Angel

“Biasanya saya kesini kan sama temen, jadi bisa jadi tempat ngobrol, cerita juga, sekalian olahraga sambil nikmatin udara pagi sama suasananya”.

Hal serupa juga diungkapkan oleh Alek

“Awalnya dari temen kuliah di ajak kesini, kalau ngga rame-rame sama temen kalo sekarang sama pacar. Dulu pernah sekali-kali pagi, tapi sendiri”.

Senada juga dengan yang diungkapkan oleh Putri

“Pernah sendiri kalo ga salah mau beli jajanan, kadang ramean sama temen-temen kuliah, kadang bedua juga, kalo sekarang saya kesini di ajak sama pacar mas”.

Demikian dari beberapa pernyataan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa faktor sosial mempengaruhi partisipasi masyarakat dalam berolahraga, hal ini berkaitan dengan hakikat manusia sebagai makhluk sosial yaitu sikap sosial,

hubungan sosial dan interaksi sosial yang dibutuhkan oleh setiap manusia. Seseorang yang mempunyai sikap sosial yang baik akan mudah membangun hubungan sosial yang baik dan diterima baik pula oleh masyarakat, begitu pula sebaliknya.

Berkaitan dengan hakikat manusia sebagai makhluk sosial seperti yang dijelaskan oleh Gerungan (2004: 151) bahwa “Sikap sosial menyebabkan terjadinya tingkah laku yang khas dan berulang-ulang terhadap objek sosial, dan oleh karena itu maka sikap sosial turut merupakan faktor penggerak di dalam pribadi individu untuk bertingkah laku secara tertentu, sehingga sikap sosial dan sikap pada umumnya itu mempunyai sifat-sifat dinamis yang sama seperti sifat motif dan motivasi”. Selain itu menurut Mardikanto & Soebianto (2015: 81) “Partisipasi merupakan keikutsertaan seseorang dalam kelompok sosial untuk mengambil bagian dari kegiatan masyarakatnya, di luar pekerjaan atau profesinya sendiri”. Keikutsertaan tersebut merupakan hasil dari interaksi sosial antara individu yang bersangkutan dengan anggota masyarakat lain. Partisipasi sosial dapat diberikan salah satunya dalam bentuk memberikan motivasi kepada orang lain dan menjelaskan tentang pentingnya olahraga.

Bentuk-bentuk partisipasi (Astuti, 2008:13) yang terjadi pada pengguna sarana dan prasarana Embung Tambakboyo terlihat pada turut serta memberikan sumbangan finansial terhadap pemilik warung dan pengelola parkir. Selain itu, masyarakat pengguna sarana dan prasarana Embung Tambakboyo juga turut serta memberikan sumbangan moril seperti memberikan dukungan dan nasihat. Hal

tersebut dapat dilihat saat seseorang yang sedang berlari lalu berbincang dan saling memberi dukungan sepanjang *jogging track* dengan orang yang baru dikenalnya.

4. Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada di sekitar manusia dan mempengaruhi perkembangan kehidupan manusia. Lingkungan terdiri dari komponen biotik dan abiotik serta ciptaan manusia dan segala tingkah laku demi melangsungkan kehidupan dan kesejahteraan manusia maupun makhluk hidup lainnya.

Peran lingkungan berpengaruh pada keikutsertaan seseorang dalam aktivitas olahraga, disamping kondisi sarana dan prasarana olahraga, lingkungan yang asri, bersih, hijau dan mempunyai pemandangan yang indah menjadi salah satu faktor yang mendukung seseorang tertarik untuk melakukan aktivitas fisik di lokasi tersebut, seperti yang diungkapkan oleh Hendra “Yaa udaranya sejuk terus pemandangannya indah, yaa saya sih kalo ga keliling jalan, yaa paling kesini aja sekalian nyari suasana sih kalo saya, sekalian refresh karna udaranya lebih bagus aja sih disini, jadi saya milih kesini aja mas”. Hal yang serupa disampaikan juga oleh Alek :

“Yaaa selain ngelatih fisik, sambil refresh otak, mata, disini tempatnya hijau, segar, banyak pepohonan si. dan kalo jogging seringnya kesini juga, jadi udah nyaman aja. Juga lumayan luas juga si rute buat jogging atau larinya. Jadi lumayan puas gitu, kalau lari disini”.

Senada dengan apa yang diungkapkan oleh Surwoto “Iyaa disini tempatnya bersih dan ada air juga suasana menjadi sejuk terus ada tempat yang dingin dan yang panas, jadi kalau panas bisa disana tempat yang dingin saja jadi ada alternatif

begitu”, begitu pula dengan pernyataan Andi “Pertama karna pasti alami yakan, dan paling terdekat sama tempat saya, dan yang paling alam nya enak lah, trus yang kedua luas juga”.

Disamping sarana dan prasarana olahraga serta lingkungan alam yang mendukung, fasilitas seperti warung-warung yang berjualan disekitar lokasi juga ikut andil dalam mempengaruhi keikutsertaan masyarakat untuk berolahraga di tempat tersebut, seperti yang diungkapkan oleh Putri “Karena ada viewnya, terus rutunya panjang buat lari, terus kalau udah cape lari, ada warung, bisa beli minum, dan istirahat disitu”, hal serupa diungkapkan oleh Kiara:

“Mungkin suasananya, soalnya disini lebih segar aja udaranya, mungkin karna masih asri, banyak tumbuhannya, terus ada suara air mengalir, kaya lebih relax gitu nikmatin suasana sambil olahraga disini. Iyaa terus banyak yang jualan juga jadi gausah berat-berat bawa minum dari kosan, tinggal beli aja kalau haus”.

Senada dengan pernyataan Angel, yang menyatakan:

“Embung Tambakboyo ini bisa dibilang tempat olahraga yang luas dan terbuka, dari viewnya yang hijau bikin mata jadi adem, udaranya segar, sejuk, tracknya lumayan lebar jadi engga berdempetan dengan orang, terus panjang, jadi sekali muter bikin lumayan ngos-ngosan, terus selain olahraga bisa dijadiin tempat nongkrong juga, soalnya banyak warung sama kafe kecil di sekitar sini”.

Selain itu lamanya seseorang tinggal dalam lingkungan tertentu dan berinteraksi dengan lingkungan tersebut akan berpengaruh pada partisipasi seseorang. Seperti yang diungkapkan oleh Andi, “Pertama karna pasti alami yakan, dan paling terdekat sama tempat saya, dan yang paling alam nya enak lah, trus yang kedua luas juga”. Semakin lama seseorang tinggal dalam lingkungan tertentu, maka semakin seseorang mengenali lingkungannya dan berpengaruh pada partisipasinya.

Dari berbagai pernyataan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa faktor lingkungan dapat mempengaruhi partisipasi masyarakat dalam berolahraga. Seperti di Embung Tambakboyo yang sesungguhnya diperuntukan untuk konservasi air tetapi banyak masyarakat sekitar yang menggunakan embung tersebut untuk berolahraga.

Dimulai dari sarana dan prasarana yang tersedia, dengan adanya sarana dan prasarana timbul kesempatan untuk berolahraga. Selain itu lingkungan yang bersih, asri dan indah mempunyai pengaruh yang besar terhadap keikutsertaan seseorang untuk melakukan aktivitas fisik di lokasi tersebut. Hayati (2001: 16) menyatakan “Faktor lingkungan meliputi kondisi sarana dan prasarana yang dimiliki, sehingga timbul partisipasi untuk mengikuti kegiatan berolahraga”, Faktor-faktor yang termasuk lingkungan fisik adalah cuaca, keadaan udara, ruangan, cahaya, kesehatan lingkungan, dan waktu belajar yang digunakan masyarakat. Faktor-faktor ini dipandang turut menentukan tingkat keberhasilan dalam kegiatan berolahraga masyarakat.

Seseorang yang sudah lama tinggal di lokasi tertentu juga mempengaruhi seseorang untuk berpartisipasi, menurut Angel (dalam Setyawan, dkk., 2018) menjelaskan bahwa lamanya seseorang tinggal dalam lingkungan tertentu dan pengalamannya berinteraksi dengan lingkungan tersebut akan berpengaruh pada partisipasi seseorang. Semakin lama ia tinggal dalam lingkungan tertentu, maka rasa memiliki terhadap lingkungan cenderung lebih terlihat dalam partisipasinya yang besar dalam setiap kegiatan lingkungan tersebut.

Dari hasil pernyataan para partisipan dan teori yang dikemukakan ahli, faktor lingkungan sangat berpengaruh pada partisipasi masyarakat dalam berolahraga di Embung Tambakboyo, dibuktikan dengan banyaknya pernyataan responden yang berpartisipasi dalam aktivitas fisik terhadap faktor lingkungan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan diatas dapat diambil kesimpulan, bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi partisipasi masyarakat dalam berolahraga di Embung Tambakboyo, diantaranya adalah faktor pengetahuan, faktor dorongan, faktor sosial dan faktor lingkungan. Masyarakat yang cenderung memiliki faktor pengetahuan karena adanya kesadaran akan pentingnya olahraga untuk menjaga kesehatan jasmani dan rohani. Demikian dengan mengenali kondisi fisik diri sendiri, seseorang dapat melakukan aktivitas keterbatasafisik sesuai dengan porsinya masing-masing. Selain fisik terdapat aspek psikologis yang menyangkut kondisi kejiwaan seseorang, dengan berolahraga menjadikan kesehatan mental seseorang lebih terjaga.

Adapun juga masyarakat yang cenderung terpengaruh oleh faktor dorongan untuk melakukan suatu hal tertentu dengan tujuan tertentu, begitu pula dengan dorongan dalam olahraga. Seseorang yang berolahraga mempunyai motif tertentu untuk melakukan aktivitas fisik, seperti pemaparan diatas. Dorongan masyarakat yang berolahraga di Embung Tambakboyo adalah untuk menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh, menjaga tubuh agar selalu ideal, lalu dorongan untuk mengisi waktu luang yang bermanfaat, dengan adanya dorongan tersebut timbul partisipasi untuk mengikuti kegiatan aktivitas jasmani atau tindakan untuk memenuhinya.

Berikutnya terdapat faktor sosial, dimana faktor ini berpengaruh dari beberapa jawaban partisipan terkait faktornya masyarakat untuk berolahraga di Embung

Tambakboyo. Adanya interaksi yang terjalin, antar individu dengan individu lain yang saling berkomunikasi untuk saling mempengaruhi satu sama lain. Sehingga dampak yang dirasakan adanya informasi bahwa salah satu tempat yang nyaman untuk berolahraga yaitu di Embung Tambakboyo. Keikutsertaan tersebut merupakan hasil dari interaksi sosial antara individu yang bersangkutan dengan anggota masyarakat lain dan menghasilkan suatu pengaruh dan kesadaran terhadap aktivitas olahraga di Embung Tambakboyo.

Kemudian yang terakhir adanya faktor lingkungan. Faktor ini mempunyai pengaruh cukup besar terhadap masyarakat untuk berolahraga di Embung Tambakboyo. Karna sarana dan prasarana yang terdapat disana untuk berolahraga cukup memadai, masyarakat merasa cukup akan fasilitas yang sudah ada. Seperti trak jalan yang panjang, yang cukup untuk jogging ataupun jarak untuk lari. Terutama dari lingkungan yang asri, di jaga tetap hijau, dan cukup bersih sehingga masyarakat sangat nyaman untuk beraktivitas olahraga di Embung Tambakboyo.

Dengan demikian Faktor Yang Mempengaruhi Masyarakat untuk Berolahraga di Embung Tambakboyo ada beberapa faktor. Dari sekian faktor yang ada, salah satu faktor yang cukup berpengaruh untuk masyarakat beraktivitas olahraga di Embung Tambakboyo adalah karena faktor lingkungan itu sendiri. Adanya fasilitas yang cukup memadai, lahan terbuka yang hijau nan asri dan kebersihannya di sekitaran Embung Tambakboyo itu sendiri.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan kesimpulan diatas, hasil penelitian ini berimplikasi yaitu:

1. Secara teoritis yaitu dengan adanya penelitian ini diharapkan bisa menjadi sumber penelitian terdahulu, dapat dikembangkan lebih lanjut lagi yang berkaitan dengan faktor aktivitas berolahraga dan juga bermanfaat bagi peneliti selanjutnya.
2. Secara praktis untuk beberapa masyarakat di sekitar embung tambakboyo khususnya, untuk bisa melakukan aktivitas berolahraga di embung tambakboyo. Diharapkan masyarakat juga memiliki kesadaran lebih untuk menjaga kesehatan jasmani dan rohani. Serta bersama-sama menjaga fasilitas, lingkungan di sekitaran embung tambakboyo agar tetap bersih ,asri, dan hijau.

C. Saran

Berikut beberapa saran bagi peneliti terkait penelitian ini, untuk peneliti selanjutnya adalah:

3. Persiapkan semua yang lebih matang. Dari melakukan observasi terlebih dahulu, kemudian mencari relasi untuk membantu penelitian ini untuk lebih memudahkan dalam terjun kelapangan.
4. Lebih mendalam dalam menentukan permasalahan yang akan diambil untuk menjadi bahan penelitian.

D. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini dikerjakan dengan semaksimal mungkin sesuai dengan maksud dan tujuan penelitian. Akan tetapi masih dirasakan adanya keterbatasan dan kelemahan yang tidak dapat dihindari diantaranya:

1. Adanya keterbatasan peneliti dalam pemahaman mengenai faktor yang mempengaruhi partisipasi, sehingga belum bisa memaparkan secara maksimal masalah yang ada.
2. Adanya pandemi Covid-19 yang memungkinkan pengumpulan data hanya dengan satu teknik yakni wawancara, tidak memadukan dengan teknik yang lain.
3. Adanya keterbatasan peneliti dalam melakukan wawancara, sehingga informasi yang diberikan oleh partisipan terbatas.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Wibowo SBS. (2012). Studi Eksplorasi Tentang Harapan Masyarakat Terhadap Keberadaan Aset Wisata Embung Tambakboyo Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta. Yogyakarta: Jurnal Pariwisata AMPTA Yogyakarta.
- Apituley, T. L., Pangemanan, D. H., & Sapulete, I. M. (2021). Pengaruh Olahraga Terhadap Coronavirus Disease 2019. *JURNAL BIOMEDIK: JBM*, 13(1), 111-117.
- B. Indrayana. (2019). Kajian Tentang Sport Development Index Kota Jambi Tahun 2017. *Jurnal Sains Sosio Humaniora*, 3(1), 55-66.
- B. Suryosubroto. (2001). Humas dalam Dunia Pendidikan. Yogyakarta: Mitra Gama Widya.
- Direktorat Pengolaan Air Irigasi. (2011). Pedoman Teknis Konservasi Air Melalui Pembangunan Embung/Dam Parit. Direktorat Jendral Sarana dan Prasarana Pertanian. Kementerian Pertanian. Jakarta.
- Fuzeki, E., Groneberg, D. A., & Banzer, W. (2020). Physical activity during COVID-19 induced lockdown: recommendations. *Journal of Occupational Medicine and Toxicology*, 15(1), 1–5.
- Gultom. (2001). Partisipasi Masyarakat dalam Pembangunan. Semarang. Universitas Kristen Satya Wacana.
- Hammami, A., Harrabi, B., Mohr, M., & Krusturp, P. (2020). Physical activity and coronavirus disease 2019 (COVID-19): specific recommendations for home-based physical training. *Managing Sport and Leisure*, 1–6.
- I.N Sumaryadi. (2010). Sosiologi pemerintahan. Bogor:Ghalia Indonesia.
- Jumiati, J., Haetami, M., & Triansyah, A. (2018). TINGKAT PARTISIPASI MASYARAKAT DI KOTA PONTIANAK DALAM MENGISI WAKTU LUANG DENGAN BEROLAHRAGA. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 7(12).
- Luklua Firdausia. (2019). Pemanfaatan Fasilitas Olahraga di Stadion Induk Gelora Manahan terhadap Tingkat Kepuasan dan Animo Masyarakat Kota Surakarta. Semarang: Skripsi UNNES.

- Mikanda Rahmani. (2014). *Buku Super Lengkap Olahraga*. Jakarta: Dunia Cerdas.
- Moh. Muslim. (2020). *Manajemen Stress Pada Masa Pandemi Covid-19*. Jakarta: Jurnal Manajemen Bisnis, Vol. 23, Nomor 2.
- Mudjihartono. (2009). *“Dampak Sarana Olahraga Rekreasi Terhadap Partisipasi Berolahraga”*. Bandung : Universitas Pendidikan Indonesia.
- Natalia, D., Sugiyanto, S., & Kiyatno, K. (2016). Partisipasi Masyarakat dan Tingkat Kebugaran Jasmani Bagian dari Pembangunan Olahraga Kabupaten Wonogiri. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 6(2), 41-46.
- Nur Hayati. (2001). *Psikologi Pendidikan Inovatif*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Paselle, A. S. H. S. E. (2018). PARTISIPASI MASYARAKAT DALAM PEMBANGUNAN DESA DI KENDANG MURUNG KOTA BANGUN.
- Palmizal, P., & Mashuri, H. (2019). ANALISIS PARTISIPASI MASYARAKAT DAN SUMBER DAYA MANUSIA KEOLAHRAGAAN DI KECAMATAN SIULAK KABUPATEN KERINCI. *SATRIA Journal Of “Sports Athleticism in Teaching and Recreation on Interdisciplinary Analysis”*, 2(1), 35-41.
- R. K. Rustam. (2010). *Tata Ruang Air* . CV. Andi.
- Ricca Andalasari dan Abdurahman berbudi BL. (2018). KEBIASAAN OLAH RAGA BERPENGARUH TERHADAP TINGKAT STRESS MAHASISWA POLTEKKES KEMENKES JAKARTA III. Jakarta: Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan Vol. 5 Nomor 2.
- Sekretaris Kemenpora RI. (2010). *Penyajian Data dan Informasi Statistik Keolahragaan Tahun 2010*. Jakarta: Kemenpora RI.
- Silveira, da M. P., Fagundes, da S. K. K., Bizuti, M. R., Starck, É., Rossi, R. C., & e Silva, D. T. de R. (2021). Physical exercise as a tool to help the immune system against COVID19: an integrative review of the current literature. *Clinical and Experimental Medicine*, 21(1), 15–28.
- Siti Irene Astuti Dwiningrum. (2011). *Desentralisasi dan Partisipasi Masyarakat Dalam Pendidikan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Siti Irene Astuti Dwiningrum. 2015. *Desentralisasi dan Partisipasi Masyarakat dalam Pendidikan*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.

- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D (Metode Penelitian Bisnis)*. Penerbit Alfabeta, Bandung.
- Tatang M. Amirin dkk, (2010). *Manajemen Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Tiballa, R. (2017). Partisipasi Masyarakat dalam Pelaksanaan Program Badan Usaha Milik Desa (BUMDES) di Desa Swarga Bara Kabupaten Kutai Timur. *Jurnal Universitas Mulawarman*, 3(1).
- Totok Mardikanto dan Poerwoko Soebianto. (2015). *Pemberdayaan Masyarakat dalam Perspektif Kebijakan Publik*. Bandung: Alfabeta.
- Unal, M., & Irez, T. (2021). Covid-19 Disease, Self-Isolation and Physical Inactivity. *Int. J. Sports Med*, 7, 184.
- Widi Astuti. (2008). *Partisipasi Komite Sekolah dalam Penyelenggaraan Kegiatan Ekstrakurikuler di SD Negeri Se Kecamatan Godean*. Skripsi. FIP UNY.
- William Dalton. (2008). *"Kontruksi Sosial Gendre dalam Proses Perkuliahan prodi PJKR FIK UNY"*. (Skripsi). Yogyakarta: FIK UNY
- Zulfarina MS, Sharkawi AM, Aqilah-S.N ZSM, Mokhtar SA, Nazrun SA, Mohamed-Naina I. Influence of adolescents' physical activity on bone mineral acquisition: a systematic review article. *Iran J Public Health*. 2016;45(12):1545-6.

LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Surat Izin Penelitian



**KEMENTERIAN PEKERJAAN UMUM DAN PERUMAHAN RAKYAT
DIREKTORAT JENDERAL SUMBER DAYA AIR
BALAI BESAR WILAYAH SUNGAI SERAYU OPAK**

Jl. Solo Km. 6 Yogyakarta 55281 Telp. (0274) 489172 Fac. (0274) 489552; <http://www.sda.pu.go.id/bbwsserayuopak/>

Nomor : UJM 0301 - Ay. 1.1 / 1493
Sifat :
Lampiran : -
Hal : Izin Penelitian

Yogyakarta, 11 September 2021

Yth, Wakil Dekan Bidang Akademik
Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta
di
Yogyakarta

Menindaklanjuti Surat Wakil Dekan Bidang Akademik, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta Nomor : 705/UN34.16/PT.01.04/2021 tanggal 3 September 2021 Hal : Izin Penelitian, bersama ini kami sampaikan dengan hormat hal – hal sebagai berikut:

1. Pada prinsipnya kami tidak keberatan menerima mahasiswa atas nama Naufal Arsa, NIM : 16601244001 untuk melaksanakan Penelitian di Embung Tambak Boyo pada tanggal 3 s/d 12 September 2021.
2. Selama pelaksanaan penelitian yang bersangkutan diwajibkan mematuhi Protokol Kesehatan.
3. Sebelum pelaksanaan penelitian yang bersangkutan melapor kepada Kepala Bidang Operasi dan Pemeliharaan.

Demikian kami sampaikan dan atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

an. Kepala Balai Besar Wilayah Sungai Serayu Opak
Kepala Bagian Umum dan Tata Usaha



Tembusan :

1. Kepala Balai Besar Wilayah Sungai Serayu Opak (sebagai Laporan);
2. Kepala Bidang Operasi dan Pemeliharaan;
3. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 2. 1 Hasil Transkrip Wawancara

Partisipan 1

Nama : **Hendra**

Jenis kelamin : **Pria**

Umur : **24 Tahun**

Pekerjaan : **Wiraswasta**

Alamat : **Janti**

No.	Pertanyaan	Jawaban
1.	Berapa kali dalam seminggu anda datang ke Embung Tambakboyo?	Iya sering kalo dulu kurang lebih seminggu 3-4 kali, kalo sekarang karna sibuk kerja paling 1-2 kali lah
2.	Apakah anda datang ke Embung Tambakboyo selalu untuk berolahraga?	Iya olahraga, sama kadang ngajar disini juga untuk latihan fisik diluar pekerjaan saya.
3.	Berapa kali dalam seminggu anda berolahraga di Embung Tambakboyo?	Kebetulan minggu kemaren baru sekali, dan minggu ini juga baru hari ini saya kesini, yaa sibuk kerja juga sih mas.
4.	Apa alasan anda berolahraga di Embung Tambakboyo?	Yaa karna passion saya di olahraga dan kebetulan saya melatih futsal di dua kampus berbeda, jadi kalo jadwalnya latihan fisik yaa saya alihkan kesini. Yaa

		beda hari sih, ganti-gantian mas, kalo kampus offline lebih seringnya 1-2 tahun ini ngajar anak-anak futsal latihan fisik, jadi kalo saya ngajar fisik saya alihkan ke tambakboyo ini, selebihnya olahraga untuk sendiri.
5.	Apa yang membuat anda tertarik untuk berolahraga di Embung Tambakboyo?	Yaa disini pemandangannya enak dan udaranya lebih sejuk jadi saya milih kesini aja mas, walaupun saya bayar parkir 2 ribu terus. Tapi yaa 2 ribu hal yang murah lah karena udah difasilitasin tempat parkir juga kan walaupun agak kecil.
6.	Mengapa anda memilih berolahraga di sore hari?	Karna untuk olahraga sendiri aja sih, waktunya cuma ada kosong di sore, kalo untuk ngajar pasti pagi, karna sore terlalu rame, apalagi kalo diliat orang jadi risih juga kan.
7.	Apa tujuan anda berolahraga Embung Tambakboyo?	Lebih menjaga imunitas kali yaa, bukan masalah pandemi tapi yaa. Saya suka olahraga karna passionnya di olahraga, jadi untuk menjaga tubuh aja sih, makin tua biasanya kan makin ngembang juga.
8.	Dengan siapa anda berolahraga di Embung Tambakboyo?	Kalo emng bener-bener niat olahraga saya lebih ke sendiri kaya sekarang ini, cuma kalo biasanya seminggu sekali latihan fisik yaa sama anak anak murid saya sih.
9.	Mengapa Anda melakukan aktivitas fisik/olahraga disini, padahal banyak	yaa udaranya sejuk terus pemandangannya indah, yaa saya sih kalo ga keliling jalan, yaa paling kesini aja sekalian nyari suasana sih kalo saya, sekalian refresh

	sarana olahraga yang lain dan olahraga bisa dimana saja?	karna udaranya lebih bagus aja sih disini, kalo saya lari ngelilingin stadion yaa agak jenuh aja sih. Terus saya juga seneng ngeliatin orang mancing, padahal mancingnya ga suka. Jadi kadang setelah jogging saya istirahat duduk minum terus sambil ngobrol sama orang-orang yang lagi mancing.
10.	Bentuk olahraga apa yang anda lakukan di Embung Tambakboyo?	Saya biasanya yang pertama yang pasti jogging, yang kedua kita manfaatin obstacle yang ada, contoh ada tanjakan bisa digunakan untuk sprint, jadi bebannya ada di tanjakan, kaya kalo di pantai bebannya itu di pasir, sama satu lagi naik turun tangga, untuk melatih kuda-kuda agar lebih kuat lagi.
11.	Apakah anda nyaman berolahraga di Embung Tambakboyo?	Nyaman sih nyaman menurut saya tempat ini juga bagus, cuma kalo waktu ngelatih sih lebih ke pagi, soalnya disini kalo pagi lebih sepi, kalo sore kaya gini untuk olahraga sendiri aja.
12.	Apakah fasilitas di Embung Tambakboyo ini mendukung olahraga yang anda lakukan?	Yaa mendukung sih, sebenarnya kalo ada lahan yang pas, ditambah kaya di jakarta atau di GBK mungkin, kan selain track jogging ada fitness gym mini ala kadarnya yaa jadi lebih banyak variasi olahraganya gitu.

<p>13.</p>	<p>Apa kelebihan dan kekurangan berolahraga di Embung Tambakboyo?</p>	<p>kalo untuk kekurangannya yaa sebenarnya tempat sampah aja sih lebih di perbanyak, karna masih banyak yang buang sampah sembarangan dan masih minim tempat sampah, jadi banyak oarang yang buang dijalan terus kena angin terus jadi masuk ke air embungnya akhirnya malah jadi pencemaran air juga. Kalo untuk kelebihan sebenarnya untuk fasilitas yang udah di dukung kaya gini dengan kita Cuma bayar parkir yaa udah masuk di kelebihan lah</p>
<p>14.</p>	<p>Bagaimana dan apa manfaat yang Anda rasakan setelah berolahraga Embung Tambakboyo?</p>	<p>Pertama imunitas yang kedua kesehatan dan yang ketiga antisipasi badan lebih lebar lagi lebih gemuk,sebenarnya kalo untuk program diet ga ada sih yang penting balik lagi olahraga rutin, tidur sehat, makan teratur, mungkin itu aja sih manfaatnya.</p>

TABEL REDUKSI DATA

Tema	Pernyataan Partisipan
Faktor Pengetahuan	Saya biasanya yang pertama yang pasti jogging, yang kedua kita manfaatin obstacle yang ada, contoh ada tanjakan bisa digunakan untuk sprint, jadi bebannya ada di tanjakan, kaya kalo di pantai bebannya itu di pasir, sama satu lagi naik turun tangga, untuk melatih kuda-kuda agar lebih kuat lagi. (Hendra)
	Yaa jelas udah pensiun jadi kebugaran fisik harus dijaga, supaya tidak down nanti sakit nanti kalau tidak olahraga nanti fisiknya semakin mengkerut semakin loyo karena sudah tidak ada aktivitas seperti dulu jadi yaa saya milih kesini. (Surwoto)
	yaa pasti kalo olahraga kan buat sehat, meningkatkan imun, terus buat ngilangin stress juga, terus tadi ini karna sekitar alam jadi buat refresing

	<p>apalagi ini kan lagi pandemi jadi banyak dekatkan diri ke alam. (Andi)</p>
	<p>Yaa paling untuk olahraga, karena bisa dibidang olahraga bisa jadi stress relief, kebetulan di embung tambakboyo ini kan ada jogging track nya dan suasananya cocok banget untuk ngelepas penat seminggu kerja. (Angel)</p>
<p>Faktor Dorongan</p>	<p>Lebih menjaga imunitas kali yaa, bukan masalah pandemi tapi yaa. Saya suka olahraga karna passionnya di olahraga, jadi untuk menjaga tubuh aja sih, makin tua biasanya kan makin ngembang juga. (Hendra)</p>
<p>Faktor Dorongan</p>	<p>Cari keringat, berolahraga biar badannya sehat. Dari pada diem terus di kos, dari pada gabut, mending kesini, olahraga. Karena banyak yang berolahraga, jogging, lari disini, jadi seru aja banyak yang berolahraga disini. Ikut termotivasi juga buat berolahraga. (Alek)</p>

	<p>Yaa biar sehat, nurunin berat badan juga, terus ngisi waktu luang, terus rame rame juga kan, jadi sambil nongkrong-nongkrong juga, biar lebih produktif juga ngga dikosan aja. (Putri)</p>
	<p>Yaa setiap kesini saya berolahraga, kebetulan juga saya sudah pensiun jadi sekalian cari kesibukan, sambil olahraga mencari suasana juga to. (Surwoto)</p>
	<p>kegiatan kampus yang online kadang kalo terlalu lama di kosan bikin stress juga, jadi saya nyari tempat refreshing dan sekalian olahraga juga untuk ngejaga imun. (Andi)</p>
	<p>buat saya pribadi si abis subuh biar ada kegiatan juga gitu kan, biar ngga males-malesan doang di kamar kos, jadi sekitar jam 7an set 8an, kesini mas buat jogging, skipping sama push up sit up gitu. Lebih seger aja kalau kesini pagi-pagi. Jadi lebih produktif di hari weekend dari pagi. Nanti lanjut lagi</p>

	<p>aktifitas lain, biar lebih ngga males aja kalau di awali kegiatan di pagi hari. (Kiara)</p>
	<p>Yaa pastinya olahraga kan tujuannya untuk menjaga kesehatan, kebugaran, naikin imun tubuh terus bisa menurunkan berat badan juga. (Angel)</p>
<p>Faktor Sosial</p>	<p>Yaa karna passion saya di olahraga dan kebetulan saya melatih futsal di dua kampus berbeda, jadi kalo jadwalnya latihan fisik yaa saya alihkan kesini. Yaa beda hari sih, ganti-gantian mas, kalo kampus offline lebih seringnya 1-2 tahun ini ngajar anak-anak futsal latihan fisik, jadi kalo saya ngajar fisik saya alihkan ke tambakboyo ini, selebihnya olahraga untuk sendiri. Terus saya juga seneng ngeliatin orang mancing, padahal mancingnya ga suka. Jadi kadang setelah jogging saya istirahat duduk minum terus sambil ngobrol sama orang-orang yang lagi mancing. (Hendra)</p>

	<p>Awalnya dari temen kuliah di ajak kesini, kalau ngga rame-rame sama temen kalo sekarang sama pacar. Dulu pernah sekali-kali pagi, tapi sendiri. (Alek)</p>
	<p>Pernah sendiri kalo ga salah mau beli jajanan, kadang ramean sama temen-temen kuliah, kadang bedua juga, kalo sekarang saya kesini di ajak sama pacar mas.(Putri)</p>
	<p>Kalau disini kan bisa berhenti, ngobrol dengan yang mancing lalu tempatnya bersih dan ketemu dengan banyak orang disini jadi pilihan saya disini.(Surwoto)</p>
	<p>Biasanya saya kesini kan sama temen, jadi bisa jadi tempat ngobrol, cerita juga, sekalian olahraga sambil nikmatin udara pagi sama suasananya. (Angel)</p>
<p>Faktor Lingkungan</p>	<p>Yaa udaranya sejuk terus pemandangannya indah, yaa saya sih kalo ga keliling jalan, yaa paling kesini aja sekalian nyari suasana sih kalo saya,</p>

	<p>sekalian refresh karna udaranya lebih bagus aja sih disini, jadi saya milih kesini aja mas. (Hendra)</p>
	<p>Yaaa selain ngelatih fisik, sambil refresh otak, mata, disini tempatnya hijau, segar, banyak pepohonan si. dan kalo jogging seringnya kesini juga, jadi udah nyaman aja. Juga lumayan luas juga si rute buat jogging atau larinya. Jadi lumayan puas gitu, kalau lari disini. (Alek)</p>
	<p>Karena ada viewnya, terus rutanya panjang buat lari, terus kalau udah cape lari, ada warung, bisa beli minum, dan istirahat disitu. (Putri)</p>
	<p>Iyaa disini tempatnya bersih dan ada air juga suasana menjadi sejuk terus ada tempat yang dingin dan yang panas, jadi kalau panas bisa disana tempat yang dingin saja jadi ada alternatif begitu. (Surwoto)</p>
	<p>Pertama karna pasti alami yakan, dan paling terdekat sama tempat saya, dan</p>

	<p>yang paling alam nya enak lah, trus yang kedua luas juga. (Andi)</p>
	<p>Mungkin suasananya, soalnya disini lebih segar aja udaranya, mungkin karna masih asri, banyak tumbuhannya, terus ada suara air mengalir, kaya lebih relax gitu nikmatin suasana sambil olahraga disini. Iyaa terus banyak yang jualan juga jadi gausah berat-berat bawa minum dari kosan, tinggal beli aja kalau haus. (Kiara)</p>
	<p>Embung Tambakboyo ini bisa dibilang tempat olahraga yang luas dan terbuka, dari viewnya yang hijau bikin mata jadi adem, udaranya segar, sejuk, tracknya lumayan lebar jadi engga berdempetan dengan orang, terus panjang, jadi sekali muter bikin lumayan ngos-ngosan, terus selain olahraga bisa dijadiin tempat nongkrong juga, soalnya banyak warung sama kafe kecil di sekitar sini. (Angel)</p>

Lampiran 3. 1 Dokumentasi

Potret Embung Tambakboyo



Proses Wawancara

