

**HUBUNGAN ANTARA USIA, STATUS PEKERJAAN, DAN  
KETERSEDIAAN SARANA PRASARANA OLAHRAGA TERHADAP  
MOTIVASI BEROLAHRAGA PADA TENAGA KEPENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**



**Oleh:  
APRIANISA NUR FAJRIN  
NIM 21633251022**

Tesis ini ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan  
Mendapatkan gelar Magister Pendidikan

**PROGRAM MAGISTER PENDIDIKAN JASMANI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2022**

## ABSTRAK

Aprianisa Nur Fajrin: Hubungan Usia, Status Pekerjaan, dan Ketersediaan Sarana Prasarana Olahraga terhadap Motivasi Berolahraga pada Tenaga Kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta. Tesis. Yogyakarta: Program Magister FIKK, Universitas Negeri Yogyakarta, 2022.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) hubungan antara usia dan motivasi berolahraga (2) hubungan antara status pekerjaan dan motivasi berolahraga (3) hubungan antara ketersediaan sarana prasarana olahraga dan motivasi berolahraga (4) hubungan antara usia, status pekerjaan dan ketersediaan sarana prasarana olahraga terhadap motivasi berolahraga.

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasi dengan pendekatan *ex post facto*. Populasi dalam penelitian ini adalah tenaga kependidikan (tendik) Universitas Negeri Yogyakarta yang masih aktif bekerja dengan jumlah 775 orang dengan jumlah sampel penelitian adalah 194 orang menggunakan teknik *Random Sampling*. Instrumen penelitian menggunakan angket tertutup untuk mengambil data ketersediaan sarana prasarana olahraga dengan jumlah 20 butir dan *Sport Motivation Scale* dengan jumlah 27 butir. Teknik validitas instrumen mengacu pada rumus korelasi *product moment* dan reliabilitas berdasarkan *Alpha Cronbach*. Teknik analisis data menggunakan regresi berganda pada taraf signifikan 0,05.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) tidak ada hubungan antara usia dan motivasi berolahraga (2) ada hubungan antara status pekerjaan dan motivasi berolahraga (3) ada hubungan antara ketersediaan sarana prasarana olahraga dan motivasi berolahraga (4) ada hubungan antara usia, status pekerjaan dan ketersediaan sarana prasarana olahraga terhadap motivasi berolahraga.

**Kata Kunci:** usia, status pekerjaan, ketersediaan sarana prasarana olahraga, motivasi berolahraga, tenaga kependidikan UNY.

## ABSTRACT

**Aprianisa Nur Fajrin:** Correlation between Age, Employment Status, and the Availability of Sports Facilities towards the Motivation for Doing Sports of Faculty Staffs of Yogyakarta State University. **Thesis. Yogyakarta: Postgraduate Program, Faculty of Sports and Health Sciences, Yogyakarta State University, 2023.**

This research aims to determine: (1) the correlation between age and motivation for doing sports, (2) the correlation between the employment status and motivation for doing sports, (3) the correlation between the availability of sports facilities and motivation for doing sports, and (4) the correlation between age, employment status, and availability of sports facilities towards the motivation for doing sports.

The type of this research was a correlational study with an ex post facto approach. The research population was the faculty staffs (tendik) of Yogyakarta State University who were still actively working with a total of 775 people with a total sample of 194 people taken by using the random sampling technique. The research instrument was a closed questionnaire for the data collection on the availability of sports facilities with a total of 20 items and a Sport Motivation Scale with a total of 27 items. The instrument validity technique referred to the product moment correlation formula and reliability based on Cronbach's Alpha. The data analysis technique used multiple regression at a significant level of 0.05.

The results show that: (1) there is no correlation between age and motivation for doing sports, (2) there is a correlation between employment status and motivation for doing sports, (3) there is a correlation between the availability of sports facilities and motivation for doing sports, and (4) there is a correlation between age, employment status, and the availability of sports facilities towards the motivation for doing sports.

**Keywords:** age, employment status, availability of sports facilities, motivation for doing sports, UNY's faculty staff.

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN USIA, STATUS PEKERJAAN, DAN KETERSEDIAAN  
SARANA PRASARANA OLAHRAGA TERHADAP MOTIVASI  
BEROLAHRAGA PADA TENAGA KEPENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**APRIANISA NUR FAJRIN  
NIM 21633251022**

**Tesis ini ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan  
untuk mendapatkan gelar Magister Pendidikan  
Program Magister Pendidikan Jasmani**

**Menyetujui untuk diajukan pada ujian tesis  
Pembimbing,**



**Dr. Yudanto, M.Pd.  
NIP. 198107022005011001**

**Mengetahui:  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Universitas Negeri Yogyakarta**



**Dekan,**

**Prof/Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed.  
NIP. 196407071988121001**

**Koordinator Program Studi,**



**Dr. Ngatman, M.Pd.  
NIP. 196706051994031001**

## LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aprianisa Nur Fajrin  
Nomor Induk Mahasiswa : 21633251022  
Program Studi : Pendidikan Jasmani  
Lembaga Asal : Universitas Negeri Yogyakarta

Menyatakan bahwa tesis ini merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah dipergunakan sebagai tugas akhir untuk memperoleh gelar akademik disuatu perguruan tinggi. Sepanjang pengetahuan saya dalam tesis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Yogyakarta, Januari 2023



Aprianisa Nur Fajrin  
NIM. 21633251022

LEMBAR PENGESAHAN





HUBUNGAN ANTARA USIA, STATUS PEKERJAAN, DAN  
KETERSEDIAAN SARANA PRASARANA OLAHRAGA TERHADAP  
MOTIVASI BEROLAHRAGA PADA TENAGA KEPENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Aprianisa Nur Fajrin  
NIM 21633251022

Dipertahankan di depan Tim Penguji Tesis  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Universitas Negeri Yogyakarta

Tanggal: 20 Januari 2023

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Ngatman, M.Pd. Ketua/Penguji		24 Januari 2023
Dr. Hedi A. Hermawan, M.Or. Sekretaris/Penguji		24/01/2023
Dr. Yudanto, M.Pd. Pembimbing/Penguji		24/1/23
Dr. Guntur, M.Pd. Penguji Utama		24/01/2023

Yogyakarta, Januari 2023  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,

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

## **LEMBAR PERSEMBAHAN**

Tugas Tesis ini dipersembahkan untuk :

1. Allah SWT yang selalu memberikan nikmat sehat dan karunia yang luar biasa kepada saya serta keluarga saya hingga saat ini, dalam sebuah kehidupan yang penuh kebahagiaan. Saya percaya Allah SWT adalah sebaik-baiknya perencana.
2. Kedua orang tua saya, Bapak Sudji Munadi dan Ibu Sri Suwarsih yang telah merawat, mendidik, dan membimbing saya untuk bisa menjadi pribadi seperti sekarang ini. Terimakasih atas kasih sayang, perhatian, dan segala fasilitas yang sudah lebih dari cukup diberikan kepada saya selama ini.
3. Keluarga saya yaitu Muhammad Nur Faiq, Muhammad Dzulfadhli Fayyadh, Sayyidatu Haiba Fadhila, Alham Fadhlurahman Rizky An Najid, yang telah memberikan doa dan motivasi selama perkuliahan hingga tersusunnya tugas akhir tesis ini.
4. Teman-teman Prodi Magister Angkatan 2021 FIKK UNY yang telah memberikan dorongan dan motivasi sehingga membuat saya terdorong untuk segera menyelesaikan tesis ini sebaik mungkin.

## KATA PENGANTAR

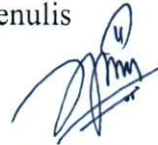
Puji syukur kehadirat Allah SWT atas karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis yang berjudul “Hubungan antara usia, Status Pekerjaan, dan Ketersediaan Sarana Prasarana Olahraga terhadap Motivasi Berolahraga pada Tenaga Kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta” sesuai dengan harapan. Tesis 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. Prof. Dr. Sumaryanto, M. Kes. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk dapat melanjutkan studi di UNY yaitu Program Magister Pendidikan Jasmani FIKK UNY.
2. Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan tesis.
3. Dr. Hedi A. Hermawan, M.Or., selaku Ketua Departemen Pendidikan Olahraga beserta dosen dan staff yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan proposal sampai dengan selesainya tesis ini.
4. Dr. Yudanto, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Tesis yang telah membimbing, memberikan saran dan masukan sehingga tesis ini dapat terselesaikan.
5. *Reviewer* tesis dan validator yang telah banyak memberikan penilaian, saran dan masukan sehingga tesis ini dapat terselesaikan.
6. Direktur Direktorat Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni UNY yang telah memberi izin dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian tesis.
7. Keluarga besar Penjas A 2021 yang unik dan kompak yang selalu memberikan warna dalam menjalani perkuliahan dan kehidupan.
8. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan tesis ini.

telah berikan semua pihak di atas menjadi amal jariyah dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan tesis ini dapat menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 12 Januari 2023

Penulis

A handwritten signature in blue ink, consisting of stylized, overlapping loops and lines, positioned to the right of the word 'Penulis'.

Aprianisa Nur Fajrin

NIM. 21633251022

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	i
<i>ABSTRACT</i> .....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PERNYATAAN.....	v
LEMBAR PENGESAHAN.....	vi
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Pembatasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN PUSTKA.....	10
A. Kajian Teori.....	10
1. Usia.....	10
2. Status Pekerjaan.....	13
3. Sarana dan Prasarana.....	15
4. Motivasi Berolahraga.....	17
B. Kajian Penelitian yang Relevan.....	26
C. Kerangka Pikir.....	28
D. Hipotesis Penelitian.....	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	32
A. Jenis Penelitian.....	32
B. Desain Penelitian.....	32
C. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	33

D.	Populasi dan Sampel .....	33
E.	Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan data .....	34
F.	Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	37
G.	Teknik Analisis Data .....	41
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....		49
A.	Deskripsi Hasil Penelitian .....	49
B.	Hasil Uji Hipotesis .....	59
C.	Pembahasan .....	63
D.	Keterbatasan Penelitian .....	70
BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....		71
A.	Simpulan.....	71
B.	Implikasi .....	71
C.	Saran .....	72
DAFTAR PUSTAKA .....		73
LAMPIRAN .....		79

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Tabel Subjek Penelitian .....	34
Tabel 2. Kisi-kisi instrumen usia .....	35
Tabel 3. Kisi-kisi instrumen sarana prasarana olahraga.....	35
Tabel 4. Kisi-kisi instrumen penelitian motivasi berolahraga .....	36
Tabel 5. Hasil Uji Validitas Instrumen Sarpras Olahraga.....	38
Tabel 6. Hasil Uji Validitas Instrumen Motivasi Olahraga.....	39
Tabel 7. Koefisien <i>Cronbach's Alpha</i> .....	40
Tabel 8. Kisi-kisi Intrumen Sarpras Olahraga setelah uji coba.....	41
Tabel 9. Kisi-kisi Intrumen Motivasi Olahraga setelah uji coba .....	41
Tabel 10. Pedoman Derajat Korelasi .....	48
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Usia.....	50
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Status Pekerjaan.....	51
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Sarana Prasarana Olahraga.....	52
Tabel 14. Distribusi Kategorisasi Sarana Prasarana Olahraga.....	53
Tabel 15. Distribusi Frekuensi Motivasi Berolahraga .....	55
Tabel 16. Distribusi Kategorisasi Motivasi Berolahraga.....	56
Tabel 17. Hasil Uji Normalitas Data.....	57
Tabel 18. Hasil Uji Linieritas Data .....	58
Tabel 19. Hasil Uji Multikolinearitas Data.....	59
Tabel 20. Hasil Uji Regresi Berganda Parsial.....	60
Tabel 21. Hasil Uji Regresi Berganda Simultan .....	61
Tabel 22. Koefisien Determinasi $R^2$ .....	62
Tabel 23. Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif.....	63

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Diagram distribusi usia tendik UNY .....	50
Gambar 2. Diagram distribusi status pekerjaan tendik UNY.....	51
Gambar 3. Diagram distribusi Frekuensi Sarana Prasarana Olahraga dilingkungan tendik UNY .....	53
Gambar 4. Diagram distribusi Kategorisasi Sarana Prasarana Olahraga di lingkungan tendik UNY .....	54
Gambar 5. Diagram distribusi Frekuensi Motivasi Berolahraga dilingkungan tendik UNY .....	55
Gambar 6. Diagram distribusi Kategorisasi Motivasi Berolahraga dilingkungan tendik UNY .....	56

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Validasi Instrumen penelitian .....	80
Lampiran 2. Surat Keterangan Validasi Instrumen Penelitian.....	83
Lampiran 3. Data Hasil Uji Coba Instrumen .....	87
Lampiran 4. Instrumen Penelitian .....	92
Lampiran 5. Surat Permohonan Izin Penelitian .....	95
Lampiran 6. Kartu Bimbingan .....	96
Lampiran 7. Data Hasil Penelitian .....	97
Lampiran 8. Hasil Analisis Instrumen Penelitian .....	98
Lampiran 9. Dokumentasi.....	101

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial. Yang mana merupakan gerakan badan atau tubuh seseorang yang dilakukan oleh perorangan atau lebih kemudian melakukannya dengan rutin dan sistematis guna meningkatkan kualitas kesehatan seseorang tersebut. Olahraga juga adalah satu diantara cara utama untuk mereduksi stres. Olahraga salah satu kegiatan yang dilakukan untuk memelihara kesehatan. Menurut Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2022, menyebutkan bahwa Olahraga adalah segala kegiatan yang melibatkan pikiran, raga, dan jiwa secara terintegrasi dan sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, sosial, dan budaya.

Olahraga merupakan kebutuhan yang diperlukan setiap individu untuk meningkatkan imunitas tubuh. Selain itu banyak manfaat yang dapat dirasakan saat melakukan olahraga diantaranya olahraga dapat mencegah penyakit jantung, diabetes, osteoporosis, kanker, obesitas, dan cedera (Suandiana et al., 2021). Olahraga pun dapat meningkatkan kualitas hidup yang terencana dengan berbagai pola hidup sehat (Rizal, 2020). Kegiatan olahraga yang dilakukan secara rutin dapat menurunkan resiko penyakit berbahaya. Adapun beberapa fungsi dari olahraga menurut Wilkwerson dan Dodder (Harsuki, 2003) yaitu pelepasan emosi, menentukan identitas, kontrol sosial, sosialisasi, agen perubahan, semangat kolektif, dan sukses. Olahraga juga dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan

kepercayaan diri serta meningkatkan kemampuan berkonsentrasi (Suandiana et al., 2021).

Olahraga yang dilakukan secara teratur, terukur, dan berkelanjutan akan memberikan manfaat bagi tubuh kita, namun seseorang yang tidak pernah berolahraga akan mendapatkan dampak yang merugikan. Ketika otot dan rangka tubuh bergerak, denyut jantung akan meningkat sehingga darah beserta oksigen dan nutrisi yang dibawanya akan terdistribusi dengan baik. Mekanisme tersebut tidak terjadi apabila tubuh tidak olahraga. Tidak bergerak seharian akan menyebabkan bagian-bagian tertentu dari tubuh mengalami tekanan yang konstan, sehingga akan mengakibatkan gangguan saraf dan memicu berbagai keluhan ringan. Tidak berolahraga juga berdampak pada distribusi cairan limpa. Tidak seperti darah yang memiliki jantung sebagai pemompa, limpa sangat tergantung pada gerakan otot untuk dapat didistribusikan ke berbagai jaringan tubuh (<http://www.fk.unair.ac.id/news/kilasan/akibattidak-pernah-olahraga-html>).

Aktivitas olahraga merupakan berbagai gerak tubuh yang dihasilkan dari kontraksi otot dan pergerakan tulang yang memerlukan energi, sebagai contoh: kegiatan bekerja, aktivitas waktu luang, aktivitas keseharian mulai dari berkebun, berjalan kaki, membersihkan rumah. Aktivitas jasmani seperti ini membutuhkan upaya ringan, menengah, atau berat yang mengarah pada peningkatan kesehatan sebagai dampak dari praktik yang dilakukan sehari-hari, sedangkan latihan jasmani adalah aktivitas jasmani yang dilakukan secara berencana dan berstruktur, berulang-ulang untuk meningkatkan atau memelihara satu atau lebih komponen kebugaran terkait kesehatan jasmani. Berolahraga atau melakukan aktivitas fisik membuat

tubuh lebih bugar dan sehat sehingga daya tahan tubuh lebih kuat, itulah mengapa setiap orang perlu melakukan aktivitas olahraga.

Menurut World Health Organization (WHO, 2010) aktivitas fisik dapat didefinisikan sebagai gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot-otot rangka dan membutuhkan energy, selain itu aktifitas fisik yang rendah merupakan faktor utama pencetus terjadinya resiko penyakit kronis yang diprediksi dapat menyebabkan angka kematian yang tinggi (Kamaruddin, 2020). Berbagai aktivitas fisik seperti berlari, berjalan, bekerja, bermain, angkat beban dan berbagai latihan fisik lainnya. Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang meningkatkan pengeluaran tenaga dan energi atau pembakaran kalori (RI, 2015) (Pranata, 2020). Aktivitas fisik, strategi peningkatan kesehatan yang paling populer menunjukkan potensi besar dalam mengurangi stres dan masalah kesehatan mental (Zhang et al., 2022:1). Keterlibatan dalam kegiatan olahraga memiliki banyak manfaat (seperti peningkatan kesehatan fisik dan penurunan gejala depresi atau kecemasan) dan terkait dengan berbagai ciri kepribadian positif (Greitemeyer, 2022:223).

Pandemi COVID-19 pada tahun 2020 ini membawa banyak perubahan dalam kehidupan masyarakat. Semua aktivitas baik belajar, bekerja, beribadah, bahkan olahragapun dianjurkan di rumah, olahraga bisa dilakukan di luar rumah maupun di dalam rumah. Virus *COVID-19* menekankan bagi setiap orang untuk menjaga jarak atau memenuhi protocol kesehatan agar dampaknya dapat tidak terjadi secara langsung (Pratama, 2021). Pandemi *Covid-19* yang telah terjadi di beberapa negara masih tetap berlanjut hingga di tahun 2021 hingga batas waktu yang tidak menentu. Penyuntikan vaksin telah di lakukan oleh hampir semua negara termasuk di

Indonesia, namun masyarakat tetap harus mematuhi protocol kesehatan (Sultan et al., 2021). Aktivitas fisik secara teratur adalah perilaku kesehatan utama dari perspektif kesehatan masyarakat, karena memiliki dampak yang luar biasa pada Kesehatan. Kegiatan olahraga di masa pandemi COVID-19 ini meningkat karena olahraga dianggap dapat mengusir kebosanan di rumah, meningkatkan imunitas, mengisi waktu luang, dan meningkatkan energi dalam menjalani rutinitas sehari-hari. Secara umum, olahraga dikenal masyarakat sebagai bentuk aktivitas fisik yang dilakukan oleh orang, sekelompok orang dengan salah satu tujuan untuk mencapai kebugaran jasmani (Hijrin Fitroni, 2021).

Pada hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tahun awal 2021 yang masih dalam masa pandemi *covid-19* menunjukkan bahwa sebagian besar pegawai UNY jarang melakukan aktivitas olahraga baik di rumah maupun di lingkungan tempat bekerja. Hal ini dikarenakan adanya adaptasi kebiasaan hidup baru dengan protokol kesehatan yang harus dipatuhi. Keberhasilan pelaksanaan pendidikan tidak bisa dilepaskan dari faktor kesehatan jasmani dan rohani sumber daya manusianya. Memperhatikan tugas berat para pejabat/pegawai UNY yang menuntut kondisi kesehatan prima, setiap pejabat/pegawai UNY perlu memelihara kesehatan, antara lain dengan berolahraga secara teratur. Berdasarkan SE Rektor Nomor 10/SE/2021 tentang jam krida olahraga, Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) telah melaksanakan program Senam Kesegaran Jasmani yang dilaksanakan setiap hari Jumat pagi sebelum jam kerja berlangsung. Tujuan kegiatan tersebut utamanya adalah untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan serta daya tahan tubuh guna mendukung produktivitas kinerja pejabat/pegawai UNY.

Pada data studi pendahuluan melalui kuesioner yang dilakukan terhadap tendik FIKK UNY menunjukkan bahwa kurang dari 50% tendik FIKK yang mengikuti senam pada hari krida setiap Hari Jumat pagi. Hal itu yang kemudian menjadikan penulis ingin mengetahui motivasi berolahraga pada tendik FIKK. Selain itu dapat menurut statistik kepegawaian tendik FIKK dapat diketahui bahwa rentang usia pegawai tendik FIKK yaitu 25 sampai 53 tahun; Status pekerjaan tendik FIKK dibagi menjadi dua yaitu PNS dan Non-PNS dengan masing-masing jumlahnya adalah 34 PNS dan 38 Non-PNS; Rata-rata jam kerja Pegawai Tendik FIKK selama 5 hari yaitu 42 jam, dengan jam kerja standar yaitu 8,5 jam per hari.

Kinerja merupakan salah satu isu yang masih menjadi pusat perhatian bagi para pemimpin maupun pemangku kepentingan organisasi. Hal ini dikarenakan kinerja berpengaruh terhadap pencapaian tujuan organisasi yang telah ditetapkan. Prasetya (2011) mengemukakan bahwa kinerja adalah suatu pencapaian atau hasil dari tindakan yang dilakukan oleh pegawai berdasarkan keahlian yang dimilikinya yang dilakukan pada situasi tertentu. Kinerja pegawai bisa diukur pada nilai tinggi atau rendah maupun baik atau buruk. Hasil dari kinerja seorang pegawai bergantung dari faktor-faktor yang memengaruhi kinerja orang tersebut. Salah satu faktor yang dianggap bisa memengaruhi kinerja adalah usia dan status pekerjaan. Sholihah (2013) mengartikan status pekerjaan sebagai kedudukan pekerja/ pegawai di dalam organisasi. Lebih lanjut kedudukan yang dimaksud ini adalah apakah pegawai dalam organisasi memiliki kedudukan sebagai PNS atau pegawai non PNS.

Hubungan status pegawai terhadap kinerja juga diteliti oleh Januar, Syahrums, dan M. Aziz (2018) serta Nugraha, Hakam, & Susilo (2017) yang menemukan

hubungan signifikan. Adedeji J (2016) melakukan penelitian terhadap pegawai pemerintah di Nigeria dan menemukan bukti bahwa status pegawai berpengaruh signifikan terhadap kinerja. Menurut teori motivasi keadilan yang disampaikan oleh J. Stacy Adam (1965) menyatakan bahwa seseorang akan mempertahankan keseimbangan antara apa yang mereka kontribusikan pada organisasi dengan apa yang mereka peroleh dari organisasi. Artinya pegawai non PNS yang hak nya lebih rendah dari pada pegawai PNS akan berkontribusi lebih rendah dari pegawai PNS sebagai upaya menjaga keseimbangan keadilan yang mereka peroleh.

Menurut Tri Rusmi Widiyatun (Azzaky, 2015: 30) faktor faktor yang berpengaruh terhadap motivasi manusia untuk melakukan pekerjaan atau kegiatan adalah: 1) Faktor fisik dan proses mental; 2) Faktor hereditas, lingkungan, dan kematangaatau usia; 3) Faktor intrinsik seseorang; 4) Fasilitas (sarana dan prasarana); 5) Situasi dan kondisi; 6) Program dan aktivitas; 7) Audio visual aid (media), dsb. Menurut Mylsidayu, (2014: 29) motivasi berolahraga dipengaruhi oleh faktor intern dan faktor ekstern. Faktor intern meliputi, keinginan untuk tumbuh dan berkembang, mengekspresikan diri, dan harapan. Faktor ekstern meliputi fasilitas yang tersedia, sarana dan prasarana, metode latihan, program latihan dan lingkungan.

Dengan budaya berolahraga yang tinggi di lingkungan masyarakat maka fasilitas olahraga merupakan salah satu faktor yang sangat mempengaruhi motivasi untuk melakukan aktivitas olahraga. Beranjak dari banyaknya fasilitas olahraga yang tersedia disuatu wilayah, maka masyarakat semakin mudah untuk menggunakan dan memanfaatkan dalam melakukan berbagai kegiatan olahraga

sesuai dengan hobi, kebutuhan dan keinginan mereka masing- masing dengan fasilitas olahraga yang tersedia tersebut. Namun jika fasilitas olahraga yang tersedia di daerah-daerah terbatas maka semakin terbatas pula kesempatan bagi masyarakat untuk melakukan atau menggunakan fasilitas olahraga, yang berdampak pada menurunnya minat dan partisipasi mereka untuk melakukan kegiatan olahraga. Dengan demikian ketersediaan sarana dan prasarana olahraga sangatlah berpengaruh terhadap motivasi seseorang dalam melakukan olahraga. Berdasarkan pengamatan dan studi pendahuluan yang telah dilakukan maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara usia, status pekerjaan, dan ketersediaan sarana prasarana olahraga terhadap motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan pada uraian latar belakang diatas, ada beberapa hal yang dapat diidentifikasi dari permasalahan tersebut yaitu:

1. Adaptasi kebiasaan hidup baru akibat pandemi *covid-19* membuat pegawai UNY enggan melakukan aktivitas olahraga.
2. Keterbatasan informasi tentang pengaruh usia dan motivasi berolahraga.
3. Kesenjangan status pekerjaan antar tenaga kependidikan UNY.
4. Ketersediaan sarana prasarana olahraga di lingkungan rumah maupun tempat bekerja pegawai UNY berbeda-beda.
5. Rendahnya motivasi berolahraga pada pegawai UNY.

### **C. Pembatasan Masalah**

Masalah ini dibatasi pada hubungan antara usia, status pekerjaan, dan ketersediaan sarana prasarana olahraga terhadap motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka yang menjadi masalah pokok dalam penelitian adalah:

1. Apakah ada hubungan yang signifikan usia dan motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta?
2. Apakah ada hubungan yang signifikan status pekerjaan dan motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta?
3. Apakah ada hubungan yang signifikan ketersediaan sarana prasarana olahraga dan motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta?
4. Apakah ada hubungan yang signifikan usia, status pekerjaan, dan ketersediaan sarana prasarana olahraga terhadap motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini sesuai dengan permasalahan yang ada, untuk mengetahui:

1. Hubungan antara usia dan motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta.

2. Hubungan antara status pekerjaan dan motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta.
3. Hubungan ketersediaan sarana prasarana olahraga dan motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta.
4. Hubungan antara usia, status pekerjaan, dan ketersediaan sarana prasarana olahraga terhadap motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta.

#### **D. Manfaat Penelitian**

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

1. Secara teoritis hasil penelitian ini dapat menambah perbendaharaan ilmu pengetahuan dalam bidang aktivitas jasmani dan dapat dijadikan sebagai bahan kajian untuk penelitian-penelitian selanjutnya.
2. Secara praktis hasil penelitian ini dapat menambah dan mengembangkan wawasan tentang motivasi aktivitas jasmani.
3. Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam memberikan gambaran di kalangan Tenaga Kependidikan.
4. Dasar pemikiran untuk melanjutkan penelitian yang lebih luas dan menyeluruh.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Usia**

###### **a. Pengertian Usia**

Usia adalah rentang kehidupan yang diukur dengan tahun, dikatakan masa awal dewasa adalah usia 18 – 40 tahun, dewasa madya adalah 41 – 60 tahun, dewasa lanjut > 60 tahun (Ilfa, 2010:1). Usia adalah lamanya hidup dalam tahun yang dihitung sejak dilahirkan. Umur adalah usia individu yang terhitung mulai saat dilahirkan sampai saat berulang tahun.

Menurut Hardiwinoto (2011:1) jenis perhitungan usia terdiri atas:

- 1) Usia Kronologis yaitu perhitungan usia yang dimulai dari saat kelahiran seseorang sampai dengan waktu penghitungan usia.
- 2) Usia Mental yaitu perhitungan usia yang didapatkan dari taraf kemampuan mental seseorang. Misalkan seorang anak secara kronologis berusia empat tahun akan tetapi masih merangkak dan belum dapat berbicara dengan kalimat lengkap dan menunjukkan kemampuan yang setara dengan anak berusia satu tahun maka, dinyatakan bahwa usia mental anak tersebut adalah satu tahun.
- 3) Usia Biologis adalah perhitungan usia berdasarkan kematangan biologis yang dimiliki oleh seseorang.

###### **b. Klasifikasi Usia**

Menurut Ramadhan dalam Windri dan Kinasih (2019) dalam Pada Tahun 2009 Departemen Kesehatan Republik Indonesia mengkategorikan usia atau umur dibagi menjadi:

- 1) Berusia 0 sampai dengan 5 Tahun merupakan Masa Balita.
- 2) Usia 5 sampai dengan 11 Tahun merupakan Masa Kanak – kanak.
- 3) Usia 12 sampai dengan 16 Tahun merupakan Masa Remaja Awal.
- 4) Usia 17 sampai dengan 25 Tahun merupakan Masa Remaja Akhir.
- 5) Usia 26 sampai dengan 35 Tahun merupakan Masa Dewasa Awal.
- 6) Usia 36 sampai dengan 45 Tahun merupakan Masa Dewasa Akhir.
- 7) Usia 46 sampai dengan 55 Tahun merupakan Masa Lansia Awal.
- 8) Usia 56 sampai dengan 65 Tahun merupakan Masa Lansia Akhir.
- 9) Seseorang dengan Usia 65 Tahun keatas masuk Masa Manula.

Sedangkan pembagian kategori usia menurut badan kesehatan dunia atau WHO dibagi menjadi :

- 1) Berusia 0 – 17 Tahun adalah Masa Anak – anak dibawah umur.
- 2) Berusia 18 – 65 Tahun memasuki Masa Pemuda.
- 3) Berusia 66 – 79 Tahun adalah Masa Setengah baya.
- 4) Berusia 80 – 99 Tahun merupakan Orang Tua.
- 5) Berusia 100 Tahun keatas adalah Orang Tua berusia panjang.

Usia yang masih dalam masa produktif biasanya mempunyai tingkat produktivitas lebih tinggi dibandingkan dengan tenaga kerja yang sudah berusia tua sehingga fisik yang dimiliki menjadi lemah dan terbatas (Aprilyanti, 2017). Tenaga kerja adalah penduduk dengan batas umur minimal 10 tahun tanpa batas maksimal. Dengan demikian, tenaga kerja di Indonesia yang dimaksudkan adalah penduduk yang berumur 10 tahun atau lebih, sedangkan yang berumur di bawah 10 tahun sebagai batas minimum. Ini berdasarkan kenyataan bahwa dalam umur tersebut sudah banyak penduduk yang berumur muda yang sudah bekerja dan mencari pekerjaan (Simanjuntak, 2001).

Usia produktif adalah usia kerja yang sudah bisa menghasilkan barang dan jasa. Usia produktif sangat erat kaitannya dengan tenaga kerja dan angkatan kerja. Tenaga kerja adalah orang yang bekerja atau mengerjakan sesuatu baik di luar maupun di dalam hubungan kerja. Mulyadi Subri (2012:59) mendefinisikan tenaga

kerja adalah penduduk dalam usia kerja (berusia 15-64 tahun) atau jumlah seluruh penduduk dalam suatu Negara yang dapat memproduksi barang dan jasa jika ada permintaan terhadap tenaga mereka, dan jika mereka mau berpartisipasi dalam aktivitas tersebut.

Usia dari tenaga kerja adalah usia produktif bagi setiap individu. Usia bagi tenaga kerja berada diantara 20 hingga 40 tahun, usia ini dianggap sangat produktif bagi tenaga kerja karena apabila usia dibawah 20 tahun rata-rata individu masih belum memiliki kematangan skill yang cukup selain itu juga masih dalam proses pendidikan. Sedangkan pada usia diatas 40 tahun mulai terjadi penurunan kemampuan fisik bagi individu (Priyono dan Yasin, 2016). Tenaga kerja (*manpower*) adalah penduduk dalam usia kerja berusia 15 tahun - 64 tahun atau jumlah seluruh penduduk dalam satu Negara yang dapat memproduksi barang dan jasa jika ada permintaan terhadap tenaga kerja mereka dan jika mau berpartisipasi dalam kegiatan tersebut (Arisandi, 2018).

Menurut Elisabeth dalam Wawan dan Dewi (2010) usia adalah umur individu yang dihitung mulai dari saat dilahirkan sampai berulang tahun. Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan bekerja. Kepercayaan masyarakat seseorang lebih dewasa dipercaya dari orang yang belum tinggi kedewasaannya. Hal ini akan sebagai dari pengalaman dan kematangan jiwa. Usia dan berat badan merupakan faktor yang mempengaruhi tingkat aktivitas fisik. Rendahnya tingkat aktivitas fisik berdampak besar pada fisik, sosial, emosional, dan kualitas hidup (Suryadinata, 2020).

## **2. Status Pekerjaan**

Status adalah keadaan atau kedudukan (orang, badan, dsb) dalam hubungan dengan masyarakat atau orang lain disekelilingnya. Pegawai adalah seseorang yang telah memenuhi syarat yang ditentukan, diangkat oleh pejabat yang berwenang, ditempatkan di UNY dan disertai tugas/jabatan tertentu, yang terdiri dari Pegawai Negeri Sipil dan Non- Pegawai Negeri Sipil.

Pegawai Negeri Sipil yang selanjutnya disingkat PNS adalah setiap warga negara Republik Indonesia yang telah memenuhi syarat yang ditentukan, diangkat oleh pejabat yang berwenang dan disertai tugas dalam suatu jabatan negeri, atau disertai tugas negara lainnya, dan digaji berdasarkan peraturan perundang-undangan sebagaimana dimaksud dalam Undang-Undang Nomor 5 Tahun 2014 tentang Aparatur Sipil Negara.

Menurut Kraneburg (2010:31) mendefinisikan pegawai negeri sipil (PNS) yaitu pejabat yang ditunjuk, jadi pengertian tersebut tidak termasuk mereka yang memangku jabatan mewakili seperti tenaga kependidikan di suatu instansi pendidikan.

Pegawai Tetap Non Pegawai Negeri Sipil yang selanjutnya disingkat Pegawai Tetap Non PNS adalah seseorang yang telah memenuhi syarat yang ditentukan, diangkat oleh pejabat yang berwenang, ditempatkan di UNY dan disertai tugas/jabatan tertentu yang berstatus bukan PNS. Tenaga Kependidikan tetap non Pegawai Negeri Sipil pada perguruan tinggi negeri, yang selanjutnya disebut tendik tetap non PNS adalah pegawai UNY Non PNS yang ditingkatkan statusnya dari Tenaga Kontrak dan/atau dapat dipersamakan dengan

Pegawai Tidak Tetap (PTT) setelah melalui serangkaian rekrutmen, seleksi, dan/ atau dari tenaga kontrak yang sudah aktif bekerja dengan tugas utamanya bukan mengajar.

Menurut Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2013 khususnya Bab I Pasal 1 ayat (5) menyebutkan bahwa tenaga kependidikan adalah anggota masyarakat yang mengabdikan diri dan diangkat untuk menunjang penyelenggaraan pendidikan. Dimana tenaga kependidikan tersebut memenuhi syarat yang ditentukan oleh undang-undang yang berlaku, diangkat oleh pejabat yang berwenang, disertai tugas dalam suatu jabatan dan digaji pula menurut aturan yang berlaku.

Tenaga kependidikan merupakan seluruh komponen yang terdapat dalam instansi atau lembaga pendidikan yang tidak hanya mencakup guru saja melainkan keseluruhan yang berpartisipasi dalam pendidikan. Dilihat dari jabatannya, tenaga kependidikan dibedakan menjadi tiga, yaitu:

a. Tenaga struktural

Merupakan tenaga kependidikan yang menempati jabatan-jabatan eksekutif umum (pimpinan) yang bertanggung jawab baik langsung maupun tidak langsung atas satuan pendidikan.

b. Tenaga fungsional

Merupakan tenaga kependidikan yang menempati jabatan fungsional yaitu jabatan yang dalam pelaksanaan pekerjaannya mengandalkan keahlian akademis kependidikan.

c. Tenaga teknis kependidikan

Merupakan tenaga kependidikan yang dalam pelaksanaan pekerjaannya lebih dituntut kecakapan teknis operasional atau teknis administratif.

Tenaga kependidikan merupakan hasil analisis jabatan yang dibutuhkan oleh suatu sekolah atau satuan organisasi yang lebih luas. Sejalan dengan UU No. 22 Tahun 1999 tentang pemerintahan daerah dan PP No.25 Tahun 2000 tentang Kewenangan Pemerintah dan Kewenangan Provinsi sebagai daerah otonom, maka jenis-jenis tenaga kependidikan dapat bervariasi sesuai kebutuhan organisasi yang bersangkutan. Pasal 39 ayat (1) Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No.20 Tahun 2003 menjelaskan bahwa tugas tenaga kependidikan itu adalah melaksanakan administrasi, pengelolaan, pengembangan, pengawasan, dan pelayanan teknis untuk menunjang proses pendidikan pada satuan pendidikan.

### **3. Sarana dan Prasarana**

Olahraga telah dijadikan sebagai gerakan nasional dan merupakan implementasi dari pembangunan olahraga di Indonesia. Sejalan dengan itu, maka dicetuskanlah slogan “Tiada Hari Tanpa Olahraga” dengan harapan olahraga dapat tumbuh dan mengakar dalam kehidupan sehari-hari masyarakat disegala lapisan, mulai dari perkotaan sampai ke pedesaan. Ketika olahraga telah menjadi sebuah kebutuhan setiap orang dalam hidupnya maka timbulah sebuah permasalahan yaitu kebutuhan akan fasilitas yang bisa menunjang aktivitas olahraga. Demi kenyamanan dan kelancaran dalam melakukan aktivitas olahraga tersebut maka diperlukan pula fasilitas yang baik dan memenuhi standar keolahragaan. Dalam hal ini Pemerintah sebagai pembuat kebijakan mempunyai kewajiban dan

tanggungjawab untuk memenuhi kebutuhan fasilitas tersebut sebagaimana yang diamanatkan Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional Nomor 3 Tahun 2005.

Rochelle Eime (2017: 248), Peningkatan prerstasi olahraga umumnya dikaitkan dengan penyediaan fasilitas olahraga yang baik pula. Penyediaan fasilitas olahraga juga merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap partisipasi masyarakat dalam melakukan aktifitas olahraga. Fasilitas olahraga didalamnya terdiri dari sarana dan prasarana penunjang aktivitas olahraga. Sarana sendiri merupakan salah satu unsur penting yang harus tersedia dalam olahraga. Dalam olahraga sendiri terdapat banyak alat yang digunakan baik untuk bermain, berlatih maupun bertanding dalam event olahraga.

Prasarana olahraga pada dasarnya merupakan sesuatu yang bersifat permanen. Tanpa didukung dengan prasarana yang baik maka sulit untuk melakukan aktivitas olahraga yang berkualitas dan bahkan sulit memperoleh prestasi olahraga yang tinggi. Menurut Jackie Grieve, Emma Sherry (2012: 218) fasilitas olahraga memberikan berbagai manfaat bagi masyarakat umum, mayoritas pengguna fasilitas menyatakan bahwa fasilitas olahraga memberikan efek positif bagi mereka, tidak hanya manfaat fisik saja yang di dapatkan, tetapi juga dapat memperkuat komunitas olahraga dan juga meningkatkan partisipasi olahraga bagi masyarakat.

Dengan budaya berolahraga yang tinggi di lingkungan masyarakat maka fasilitas olahraga merupakan salah satu faktor yang sangat mempengaruhi tingkat partisipasi masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga. Beranjak dari

banyaknya fasilitas olahraga yang tersedia disuatu wilayah, maka masyarakat semakin mudah untuk menggunakan dan memanfaatkan dalam melakukan berbagai kegiatan olahraga sesuai dengan hobi, kebutuhan dan keinginan mereka masing-masing dengan fasilitas olahraga yang tersedia tersebut. Namun jika fasilitas olahraga yang tersedia di daerah-daerah terbatas maka semakin terbatas pula kesempatan bagi masyarakat untuk melakukan atau menggunakan fasilitas olahraga, yang berdampak pada menurunnya minat dan partisipasi mereka untuk melakukan kegiatan olahraga.

Sarana dan prasarana latihan merupakan alat yang mendukung terciptanya kualitas latihan. Tanpa ada fasilitas olahraga, jalannya pembinaan olahraga akan mengalami kepincangan atau tersendat-sendat bahkan proses pembinaan bisa berhenti sama sekali. Dengan tersedianya sarana dan prasarana yang memadai tentu akan memotivasi siswa untuk aktif dalam kegiatan pembelajaran di sekolah. Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa sarana dan prasarana merupakan alat atau fasilitas yang mendukung proses pembelajaran baik bersifat ringan maupun permanen.

#### **4. Motivasi Berolahraga**

##### **a. Definisi Motivasi**

Berawal dari kata “motif” itu, maka motivasi dapat diartikan sebagai daya penggerak yang telah menjadi aktif, motif menjadi aktif pada saat-saat tertentu, terutama bila kebutuhan untuk mencapai tujuan sangat dirasakan atau mendesak (Slameto, 2010: 21). Menurut Kompri (2015: 4) Motivasi adalah suatu dorongan dari dalam individu untuk melakukan suatu tindakan dengan cara tertentu sesuai

dengan tujuan yang direncanakan. Motivasi merupakan suatu stimulus atau dorongan dari dalam maupun dari luar siswa untuk belajar secara aktif.

Motivasi merupakan satu penggerak dari dalam hati seorang individu untuk melakukan atau mencapai tujuan tertentu. Motivasi juga bisa dikatakan sebagai sebuah rencana atau keinginan untuk menuju kesuksesan dan menghindari kegagalan hidup (Majid, 2014: 308). Motivasi ada kaitannya dengan tujuan yang ingin dicapai. Uno (2011: 3) menyimpulkan bahwa motivasi sebagai kekuatan yang terdapat dalam diri individu, yang menyebabkan individu tersebut dapat bertindak atau berbuat. Motivasi dan belajar merupakan dua hal yang saling mempengaruhi. Mitchell (dalam Kompri, 2015: 3) mengartikan motivasi sebagai proses yang menjelaskan intensitas, arah, dan ketekunan seorang individu untuk mencapai tujuannya. Motivasi merupakan sebuah usaha yang mengarah pada dorongan untuk mencapai suatu tujuan tertentu.

Menurut Widodo (2015: 187) motivasi adalah kekuatan yang ada dalam seseorang, yang mendorong perilakunya untuk melakukan tindakan. Besarnya intensitas kekuatan dari dalam diri seseorang untuk melakukan suatu kegiatan atau mencapai sasaran memperlihatkan sejauh mana tingkat motivasinya. Kemudian menurut Khodijah (2016: 12) menjelaskan pengertian motivasi adalah suatu kekuatan atau daya atau suatu keadaan yang kompleks dan kesiapsediaan dalam diri individu untuk bergerak kearah tujuan tertentu, dan dipengaruhi oleh adanya berbagai macam kebutuhan yang hendak dipenuhi, keinginan, dan dorongan, yaitu sesuatu yang memaksa seseorang untuk berbuat atau bertindak. Motivasi merupakan dorongan yang dimiliki seorang individu yang dapat merangsang untuk

dapat melakukan tindakan-tindakan atau sesuatu yang menjadi dasar atau alasan seseorang untuk berperilaku atau melakukan sesuatu.

Motivasi dalam kegiatan berlatih, dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak di dalam diri seseorang yang menimbulkan kegiatan berlatih, menjamin kelangsungan dari kegiatan berlatih dan memberikan arah pada kegiatan berlatih, sehingga tujuan yang diharapkan dapat tercapai. Dorongan akan menjadi kekuatan energi untuk memungkinkan seseorang bekerja lebih keras untuk memenuhi kebutuhan atau tujuan yang dicapai. Sementara itu, Krause, et al. (2014: 41) mengemukakan bahwa motivasi melibatkan proses yang memberi energi, mengarahkan, dan mempertahankan tingkah laku. Dorongan akan menjadi kekuatan energi untuk memungkinkan pembelajar bekerja lebih keras untuk memenuhi kebutuhan atau tujuannya.

Pendapat lain mengenai motivasi merupakan keadaan yang terdapat dalam diri seseorang untuk melakukan kegiatan tertentu guna pencapaian suatu tujuan. Proses mengarahkan, dan memantapkan perilaku kearah suatu tujuan. Motivasi yaitu kondisi psikologis dan fisiologis yang ada pada diri seseorang dan mendorong untuk melakukan suatu aktivitas dengan tujuan tertentu (Djaali, 2014: 101). Seseorang yang berlatih dengan motivasi kuat, akan melaksanakan semua kegiatan latihannya dengan sungguh-sungguh, penuh gairah dan semangat. Sebaliknya, berlatih dengan motivasi yang lemah, akan malas-malasan bahkan tidak mau melakukan gerakan-gerakan dengan baik dan benar.

Melalui beberapa pengertian motivasi seperti yang telah dikemukakan di atas, kesimpulan pengertian motivasi belajar adalah suatu dorongan dari dalam diri

seseorang untuk melakukan suatu aktivitas dengan sungguh-sungguh dan bersemangat untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Tujuan penting untuk diberikan agar dapat menargetkan seberapa jauh capaian atau usaha untuk meraih tujuan tersebut. Kegiatan berlatih memerlukan adanya motivasi, agar setiap kegiatan/latihan dapat dilakukan dengan semangat dan sungguh-sungguh.

#### b. Macam-macam Motivasi

Sardiman (2016: 86) mengatakan bahwa motivasi dapat dilihat dari dua faktor, yakni faktor yang berasal dalam pribadi seseorang yang disebut motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik yang berasal dari luar.

##### 1) Faktor Intrinsik

Faktor intrinsik dalam motivasi yaitu suatu perasaan yang menjadi aktif dan tidak perlu rangsangan dari luar, karena dalam setiap diri individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu. Seorang termotivasi untuk melakukan setiap program latihan secara rutin semata-mata untuk meningkatkan kemampuan dirinya sendiri agar menjadi lebih baik, bukan karena keinginan lain seperti ingin mendapat pujian ataupun hadiah, dan sebagainya.

##### 2) Faktor Ekstrinsik

Faktor ekstrinsik dalam motivasi yaitu motif-motif yang aktif dan berfungsi karena adanya rangsangan dari luar. Motivasi berlatih dikatakan ekstrinsik apabila seorang atlet menempatkan tujuan latihannya diluar faktor-faktor situasi latihan. Seorang atlet berlatih karena hendak mencapai tujuan yang terletak diluar hal yang dilatihnya, misalnya melampaui rekan-rekannya agar mendapat pujian dari pelatih,

ingin membuktikan kepada oranglain bahwa dirinya mampu melakukan yang lebih baik, dan sebagainya.

Sedangkan Motivasi intrinsik menurut Iskandar (2009: 188) motivasi Intrinsik merupakan daya dorongan dari dalam diri seseorang untuk melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Kemudian motivasi ekstrinsik menurut Hamalik (2003: 162-163) “motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang disebabkan oleh faktor-faktor dari luar individu”. Faktor lingkungan dapat mempengaruhi motivasi seseorang, misalnya pengaruh dari keluarga atau dari teman. Iskandar (2009: 189) juga menyatakan bahwa motivasi Ekstrinsik merupakan daya dorong dari luar individu.

Berdasarkan beberapa kajian para ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa macam-macam motivasi terdiri dari motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Motivasi intrinsik adalah motivasi dari dalam diri seseorang tanpa ada dorongan orang lain dari luar. Sedangkan motivasi ekstrinsik merupakan motivasi yang didapatkan dari luar seperti orangtua, teman dan lainnya.

#### c. Unsur, Tujuan dan Faktor Motivasi

Berdasarkan Sardiman A.M (2016: 74) Bahwa motivasi sebagai suatu perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya perasaan dan ditandai dengan adanya tujuan, maka dalam motivasi terkandung tiga unsur penting, yaitu:

- 1) Bahwa motivasi itu mengawali terjadinya perubahan energi pada diri setiap individu manusia, perkembangan motivasi akan membawa beberapa

perubahan energi didalam system *neurophysiological* yang ada pada organisme manusia.

- 2) Motivasi ditandai dengan munculnya rasa *feeling*, afeksi seseorang. Dalam hal ini motivasi relevan dengan persoalan-persoalan kejiwaan, afeksi dan emosi yang dapat menentukan tingkah laku manusia.
- 3) Motivasi akan dirangsang karena adanya tujuan. Jadi motivasi dalam hal ini sebenarnya merupakan respons dari suatu aksi yakni tujuan.

Sardiman (2016: 85) mengatakan bahwa fungsi motivasi sebagai berikut:

- 1) Mendorong manusia untuk berbuat, motivasi dalam hal ini merupakan motor penggerak dari setiap kegiatan yang akan dikerjakan.
- 2) Menentukan arah perbuatan, yaitu kearah tujuan yang hendak dicapai, dengan demikian motivasi dapat memberikan arah dan kegiatan yang harus dikerjakan sesuai dengan tujuannya.
- 3) Menyeleksi perbuatan, yaitu menentukan perbuatan-perbuatan yang harus dikerjakan yang serasi guna mencapai tujuan, dengan menyisihkan perbuatan-perbuatan yang tidak bermanfaat bagi tujuan tersebut.

Menurut Iskandar (2009: 189) faktor yang mempengaruhi motivasi intrinsik seperti kebutuhan dari diri sendiri yaitu sebagai berikut:

- a) Rasa senang, merupakan hal yang dilakukan seseorang sesuai dengan hati nurani.
- b) Cita-cita, merupakan karakteristik pribadi yang menyangkut kemampuan diri yang berasal dari dalam diri sendiri.
- c) Prestasi, dimana seseorang berjuang untuk mencapai sukses.

- d) Pengetahuan, merupakan keyakinan atau pemahaman seseorang terhadap objek tertentu.
- e) Rekreasi, adalah kegiatan yang bertujuan untuk menghilangkan kebosanan yang disebabkan rutinitas sehari-hari. Motivasi juga di pengaruhi oleh faktor keinginan.

Berdasarkan kajian para ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa unsur motivasi terdiri dari beberapa hal yang mengakibatkan seseorang bertindak. Unrusr-unsur motivasi yaitu seperti tujuan, yang membuat seseorang ingin melakukan karena memiliki tujuan yang akan dicapai.

Dalam dunia olahraga, motivasi adalah salah satu kata yang paling sering digunakan untuk menentukan tingkat aktivitas tubuh, organisasi, dan efisiensi perilaku. Keberhasilan dalam olahraga dipengaruhi tidak hanya oleh kognitif dan keterampilan motorik tetapi juga oleh latar belakang motivasi individu (Bollók et al., 2011). Olahraga dapat meningkatkan derajat dinamis yang sehat dan derajat statis yang sehat. Dinamis sehat dapat dilihat pada gerak yang merupakan ciri hidup yang tiada hidup tanpa gerak. Manusia tidak hanya disebabkan oleh dorongan biologis, tetapi juga oleh faktor kejiwaan. Seseorang yang melakukan aktivitas gerak dalam latihan sebenarnya mengalami peristiwa fisik dan psikis. Dorongan untuk melakukan gerak merupakan penunjang kehidupan, dan peningkatan kemampuan gerak meningkatkan kualitas hidup (Sumaryanto: 2013). Pentingnya olahraga dalam kaitannya dengan kesehatan mental dan fisik telah menyebabkan banyak penelitian tentang motivasi untuk olahraga, baik untuk memotivasi lebih

banyak individu untuk berpartisipasi di dalamnya (Butcher, Lindner, Koenraad, & David, 2002; Crane & Temple, 2014; Latorre-Román, Pinillos, & Robles, 2018).

Pelletier, dkk (1995) mengemukakan beberapa tipe motivasi atlet, yaitu:

- 1) Motivasi intrinsik untuk mengetahui adalah motivasi intrinsik yang melibatkan atlet untuk terlibat dalam aktifitas untuk kesenangan akan belajar atau berusaha untuk mengetahui hal baru.
- 2) Motivasi intrinsik untuk mencapai atau menyelesaikan adalah motivasi intrinsik yang melibatkan atlet dalam aktifitas untuk kesenangan akan mencoba untuk melampaui diri sendiri untuk mencapai tujuan atau menyelesaikan masalah.
- 3) Motivasi intrinsik untuk mendorong pengalaman adalah motivasi intrinsik yang melibatkan atlet dalam aktifitas yang berhubungan dengan panca indera dan kesenangan estetis.
- 4) Motivasi ekstrinsik untuk mengenal regulasi adalah motivasi ekstrinsik yang melibatkan partisipasi di dalam aktifitas, yang bertujuan untuk kepentingan hasil dari perilaku.
- 5) Motivasi ekstrinsik untuk *introjected* adalah motivasi ekstrinsik yang memulai atlet berpikir alasan apa yang membuat atlet melakukan aksi dalam olahraga.
- 6) Motivasi ekstrinsik untuk regulasi eksternal adalah motivasi ekstrinsik yang berupa memperoleh hadiah (medali, piala, pujian, uang) dan menghindari paksaan (tekanan sosial, seperti dari pelatih, teman se-tim, dan penonton).

- 7) Tidak termotivasi adalah keadaan dimana atlet merasa tidak mampu dan tidak mampu mengendalikan bakat dan pada akhirnya kehilangan motivasi yang sangat penting.

Jenis motivasi Weinberg & Gould (2003: 139) mengemukakan beberapa jenis motivasi, yaitu motivasi intrinsik, ekstrinsik, dan *amotivation*.

1) Motivasi intrinsik

- a) Pengetahuan: individu terlibat dalam suatu kegiatan untuk kesenangan dan kepuasan dengan melakukannya sambil belajar dan memahami sesuatu.
- b) Prestasi: individu yang terlibat dalam suatu kegiatan untuk kesenangan dan kepuasan, dapat menciptakan suatu keterampilan yang sulit.
- c) Stimulasi: individu terlibat dalam suatu kegiatan untuk mengalami sensasi yang menggembirakan dan menyenangkan.

2) Motivasi ekstrinsik

- a) Regulasi terintregasi: regulasi ini merupakan bentuk perkembangan yang paling menonjol dari motivasi ekstrinsik. Motivasi ini bersifat pribadi karena dari hasil motivasi ini akan dihargai dalam suatu kegiatan sematamata untuk dirinya sendiri.
- b) Regulasi identifikasi: perilaku dalam regulasi ini sangat dihargai, diterima, dan dinilai oleh individu serta dilakukan secara sukarela, bahkan jika kegiatan tersebut tidak menyenangkan untuk dirinya.
- c) Regulasi introjeksi: individu dimotivasi oleh tekanan, namun perilaku individu tersebut masih tidak ditentukan sendiri, karena diatur oleh tujuan eksternal.

d) Regulasi eksternal: perilaku individu yang telah dikontrol oleh sumber-sumber eksternal seperti hadiah dan kendala.

3) *Amotivation*

Dalam jenis motivasi ini, individu tidak termotivasi oleh motivasi intrinsik atau ekstrinsik dan dengan demikian ketidakmampuan dan kurangnya kontrol. Maksud dari *amotivation* adalah individu yang tidak peduli lagi dalam suatu kegiatan sehingga menampilkan *amotivation*.

Dari beberapa definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa : "Motivasi Olahraga" adalah keseluruhan daya penggerak (motif – motif) didalam diri individu yang menimbulkan kegiatan berolahraga, menjamin kelangsungan latihan dan memberi arah pada kegiatan latihan untuk mencapai tujuan yang dikehendaki. Melalui olahraga para karyawan mendapatkan kesempatan yang luas untuk mengembangkan kemampuan, mendatangkan kegembiraan dan kepuasan. Olahraga merupakan aktivitas yang unik, dimana semua memerlukan hubungan yang harmonis dan ideal antara proses berfikir, emosi dan gerakan.

## **B. Kajian Penelitian yang Relevan**

Penelitian yang relevan sangat dibutuhkan dalam mendukung kajian teoritik yang dikemukakan sehingga dapat dipergunakan sebagai landasan untuk kajian hipotesis seperti berikut ini:

1. Nur Fadly Alamsyah (2021) dengan judul "Hubungan Aktivitas Olahraga, Life Style, dan Indeks Massa Tubuh Terhadap Penyakit Persendian". Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif yang menggunakan survey analitik dengan pendekatan cross sectional. Penelitian dilaksanakan di UPT Pustu

Tonasa 1 Kabupaten Pangkajene dan Kepulauan, Puskesmas Balocci, Provinsi Sulawesi Selatan dengan total responden berjumlah 91 orang yang memiliki riwayat nyeri pada persendian periode Januari-November tahun 2020 dengan klasifikasi usia 17-85 Tahun. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner yang telah divalidasi oleh ahli. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan aplikasi program SPSS versi 24 dengan teknik analisis uji regresi berganda. Penelitian ini memperoleh hasil bahwa aktivitas olahraga, life style, dan indeks massa tubuh secara parsial tidak memiliki hubungan terhadap terjadinya penyakit persendian. Namun, aktivitas olahraga, life style, dan indeks massa memiliki hubungan yang signifikan terhadap terjadinya penyakit persendian secara simultan.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Ahiriah Muthiarani (2020) dengan judul "Hubungan Kepercayaan Diri, Motivasi, dan Kecemasan dengan Performa Puncak Atlet Bulutangkis Remaja di Daerah Istimewa Yogyakarta.". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kepercayaan diri dengan peak performance, hubungan motivasi dengan peak performance, hubungan kecemasan dengan peak performance, dan hubungan antara kepercayaan diri, motivasi dan kecemasan secara bersamaan dengan peak performance atlet bulutangkis remaja di Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian *ex-post facto*. Penelitian ini dilakukan di klub bulutangkis yang terletak di Daerah Istimewa Yogyakarta. Sampel yang digunakan adalah 102 atlet remaja. Teknik pengumpulan data menggunakan skala kepercayaan diri, motivasi, kecemasan,

dan peak performance. Teknik validitas instrumen menggunakan validitas isi mengacu pada rumus Gregory dan reliabilitas berdasarkan Alpha Cronbach. Teknik analisis data menggunakan regresi berganda pada taraf signifikan 0,05. Ada hubungan positif yang signifikan antara kepercayaan diri dan peak performance pada atlet bulutangkis remaja ( $\beta = 0,321$  dan  $t$  hitung sebesar  $3,721 >$  dari  $t$ -table 1.660 pada taraf signifikan 5%). Ada hubungan positif yang signifikan antara motivasi dan peak performance atlet bulutangkis remaja ( $\beta = 0,301$  dan  $t$  hitung sebesar  $3,361 >$  dari  $t$ -tabel 1,660 pada taraf signifikan 5%) Ada hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan dan peak performance atlet bulutangkis remaja ( $\beta = 0,426$  dan  $t$  hitung sebesar  $-6,097 <$  dari  $t$ -table -1,660 pada taraf signifikan 5%). Ada hubungan antara kepercayaan diri, motivasi, kecemasan dan peak performance atlet bulutangkis remaja ( $F$  hitung  $>$  dari  $F$  tabel yaitu  $43,461 > 2,70$  pada tingkat signifikan 5%). Kontribusi kepercayaan diri, motivasi, dan kecemasan terhadap peak performance atlet bulutangkis remaja adalah 57,1%.

### **C. Kerangka Pikir**

Pandemi COVID-19 pada tahun 2020 ini membawa banyak perubahan dalam kehidupan masyarakat. Semua aktivitas baik belajar, bekerja, beribadah, bahkan olahragapun dianjurkan di rumah, olahraga bisa dilakukan di luar rumah maupun di dalam rumah. Virus COVID-19 menekankan bagi setiap orang untuk menjaga jarak atau memenuhi protocol kesehatan agar dampaknya dapat tidak terjadi secara langsung (Pratama, 2021). Pandemi Covid-19 yang telah terjadi di beberapa negara masih tetap berlanjut hingga di tahun 2021 hingga batas waktu yang tidak menentu.

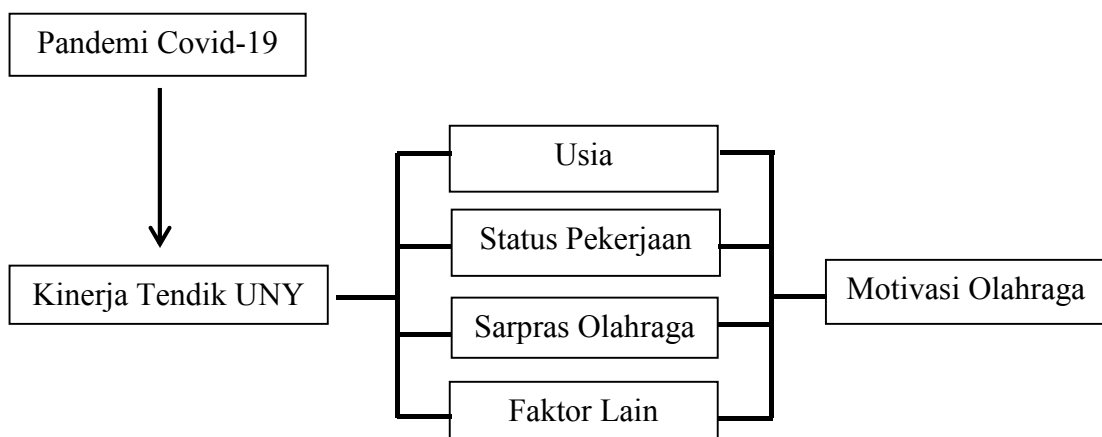
Penyuntikan vaksin telah dilakukan oleh hampir semua negara termasuk di Indonesia, namun masyarakat tetap harus mematuhi protocol kesehatan (Sultan et al., 2021). Aktivitas fisik secara teratur adalah perilaku kesehatan utama dari perspektif kesehatan masyarakat, karena memiliki dampak yang luar biasa pada Kesehatan. Kegiatan olahraga di masa pandemi COVID-19 ini meningkat karena olahraga dianggap dapat mengusir kebosanan di rumah, meningkatkan imunitas, mengisi waktu luang, dan meningkatkan energi dalam menjalani rutinitas sehari-hari. Secara umum, olahraga dikenal masyarakat sebagai bentuk aktivitas fisik yang dilakukan oleh orang, sekelompok orang dengan salah satu tujuan untuk mencapai kebugaran jasmani (Hijrin Fitriani, 2021).

Keberhasilan pelaksanaan pendidikan tidak bisa dilepaskan dari faktor kesehatan jasmani dan rohani sumber daya manusianya. Memperhatikan tugas berat para pejabat/pegawai UNY yang menuntut kondisi kesehatan prima, setiap pejabat/pegawai UNY perlu memelihara kesehatan, antara lain dengan berolahraga secara teratur. Berdasarkan SE Rektor Nomor 10/SE/2021 tentang jam krida olahraga, Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) telah melaksanakan program Senam Kesegaran Jasmani yang dilaksanakan setiap hari Jumat pagi sebelum jam kerja berlangsung. Tujuan kegiatan tersebut utamanya adalah untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan serta daya tahan tubuh guna mendukung produktivitas kinerja pejabat/pegawai UNY.

Tujuan utama berolahraga adalah untuk menjaga agar tubuh selalu sehat dan bugar. Keinginan untuk berolahraga berbeda antar tiap orang. Hal ini sangat tergantung pada kadar kondisi motivasi seseorang seseorang untuk melaksanakan

olah raga. Motivasi berolah raga dipengaruhi oleh faktor instrinsik dan ekstrinsik. Faktor dari dalam individu yang erat kaitannya dengan motivasi berolah raga adalah makin tinggi usia tentu kesadaran berolah raga makin tinggi karena ingin menjaga kesehatan.

Selain itu faktor lain yang berpengaruh terhadap motivasi berolahraga adalah status pekerjaan dan lingkungan berolahraga atau sarana prasarana olahraga. Sarana dan Prasarana merupakan salah satu penting yang dapat mempengaruhi seseorang untuk berolah raga. Jika faktor usia, status pekerjaan dan sarana prasarana mendukung maka keinginan untuk berolah raga akan semakin baik.



**Gambar 1. Bagan Kerangka Berpikir**

#### **D. Hipotesis Penelitian**

Berdasarkan kerangka pikir teoritis tersebut dapat dirumuskan hipotesis penelitian sebagai berikut:

1. Ada hubungan yang positif dan signifikan antara faktor Usia dan Motivasi Berolahraga pada Tenaga Kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta.

2. Ada hubungan yang positif dan signifikan antara faktor Status pekerjaan dan Motivasi Berolahraga pada Tenaga Kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta.
3. Ada hubungan yang positif dan signifikan antara faktor Sarana Prasarana dan Motivasi Berolahraga pada Tenaga Kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta.
4. Ada hubungan yang positif dan signifikan antara faktor Usia, Status pekerjaan dan Sarana Prasarana terhadap Motivasi Berolahraga pada Tenaga Kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta.

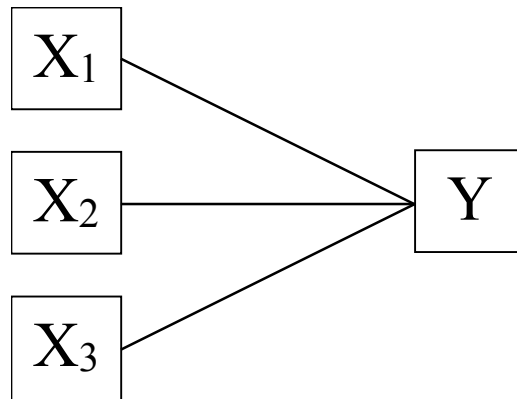
## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *ex post facto*. *Ex post facto* yang artinya sesudah fakta, dengan pengambilan data secara survey. Penelitian *ex post facto* merupakan penelitian yang bertujuan menemukan penyebab yang memungkinkan perubahan perilaku, gejala atau fenomena yang disebabkan oleh suatu peristiwa, perilaku atau hal-hal yang menyebabkan perubahan pada variabel bebas yang secara keseluruhan sudah terjadi (Sukardi, 2015: 174). Metode penelitian survey merupakan penyelidikan yang diadakan untuk memperoleh fakta-fakta dari gejala-gejala yang ada dan mencari kekurangan-kekurangan secara faktual. Sesuai dengan penjelasan diatas, maka pada penelitian ini menempatkan usia, status pekerjaan, dan ketersediaan sarana prasarana olahraga sebagai variabel bebas dan motivasi berolahraga sebagai variabel terikat.

### **B. Desain Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian korelasional, dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara usia, status pekerjaan, dan ketersediaan sarana prasarana olahraga terhadap motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta. Adapun jenis data dalam penelitian ini adalah data kuantitatif. Desain yang digunakan untuk menggambarkan hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat penelitian ini dapat dilihat pada gambar berikut



Keterangan

X1 : Usia

X2 : Status Pekerjaan

X3 : Sarana Prasarana Olahraga

Y : Motivasi Olahraga

### C. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 8 – 31 Desember 2022 di Universitas Negeri Yogyakarta Jl. Colombo Yogyakarta No.1, Karang Malang, Caturtunggal, Kec. Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

### D. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah tenaga kependidikan (tendik) Universitas Negeri Yogyakarta yang masih aktif bekerja dengan jumlah 775 orang. Penentuan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan *Random Sampling*. Menurut Arikunto (2016: 157) teknik *random sampling* adalah suatu teknik pengambilan sampel atau elemen secara acak, dimana setiap elemen atau anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih menjadi sampel. Kemudian menurut Arikunto (2016: 134), apabila populasi kurang dari 100 lebih baik diambil semua, sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi karena seluruh populasi diambil sebagai sampel penelitiannya. Apabila jumlah subjek dalam

penelitian ini lebih besar dari 100 siswa, maka dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih. Maka dari itu jumlah sampel penelitian dalam penelitian ini adalah 194 orang. Subjek penelitian dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 1. Tabel Subjek Penelitian**

Unit Kerja	Populasi		Sampel	
	PNS	Non PNS	PNS	Non PNS
Asrama	0	0	0	0
Biro AKK	36	35	6	7
Biro UPK	69	87	7	6
FBS	35	27	9	5
FE	20	18	3	5
FIK	34	38	18	28
FIP	28	48	5	8
FIS	18	25	4	6
FMIPA	25	28	16	12
FT	39	54	8	13
LPMPP	7	11	1	3
LPPM	12	9	1	2
PPs	9	15	2	3
UPT LBK	3	0	3	0
UPT Perpustakaan	23	3	6	4
UPT TIK	11	8	1	2
Jumlah	369	406	90	104
	775		194	

#### **E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan data**

Alat pengumpulan data yang digunakan di lapangan, baik data tentang usia, status pekerjaan, ketersediaan sarana prasarana olahraga, dan motivasi berolahraga berupa angket/kuesioner. Kuesioner adalah segala pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden terkait hasil-hasil yang diketahui. Kuesioner sebagai alat pengumpulan data digunakan karena dapat mengungkapkan fakta menurut pengalaman responden dan angket bersifat kooperatif, responden menyisihkan waktu untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan

secara tertulis sesuai dengan petunjuk yang diberikan oleh peneliti (Arikunto, 2013: 164).

Instrumen penelitian pada variabel usia menurut Mulyadi Subri (2012:59) dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 2. Kisi-kisi instrumen usia**

<b>Rentang usia pekerja</b>	<b>Kategori</b>
17 sampai dengan 25 Tahun	Masa Remaja Akhir
26 sampai dengan 35 Tahun	Masa Dewasa Awal
36 sampai dengan 45 Tahun	Masa Dewasa Akhir
46 sampai dengan 55 Tahun	Masa Lansia Awal
56 sampai dengan 65 Tahun	Masa Lansia Akhir

Sedangkan pada variabel status pekerjaan dibedakan menjadi dua yaitu PNS dan Non PNS. Terdapat dua instrumen berupa kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu instrumen ketersediaan sarana prasarana olahraga dan instrumen motivasi olahraga. Instrumen ketersediaan sarpras olahraga digunakan untuk memperoleh data tentang ketersediaan sarpras olahraga di lingkungan responden baik di lingkungan rumah maupun di lingkungan tempat bekerja. Kisi-kisi instrumen tersebut diadopsi dari PP No.16 Tahun 2007 tentang Penyelenggaraan Keolahragaan pasal 89 ayat 2 dan 3. Adapun kisi-kisi instrumen sebagai berikut

**Tabel 3. Kisi-kisi instrumen sarana prasarana olahraga**

<b>Variabel</b>	<b>Faktor</b>	<b>Indikator</b>	<b>No. Butir</b>
Ketersediaan	Sarana	Tujuan	1, 2, 3, 4
		Syarat	5, 6, 7, 8
		Manfaat	9, 10, 11, 12
	Prasarana	Tujuan	13, 14, 15, 16
		Syarat	17, 18, 19, 20
		Manfaat	21, 22, 23, 24

Sumber: (PP No.16 Tahun 2007 tentang Penyelenggaraan Keolahragaan pasal 89 ayat 2 dan 3)

Instrumen motivasi olahraga (*Sport Motivation Scale*) untuk memperoleh data tentang masyarakat berolahraga, peneliti mengadaptasi instrument *Sport Motivation Scale* dari *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 17, 35-53 dengan judul *Toward a New Measure of Intrinsic Motivation, extrinsic Motivation, and Amotivation in Sports* yang ditulis oleh (Luc G. Pelletier, Michelle Fortier, Robert J. Vallerand, Nathalie M. Briere, Kim M. Tuson and Marc R. Blais, 1995) dengan menerjemahkan instrumen asli ke dalam bahasa indonesia dan melakukan modifikasi pada skala model likert dari angka tujuh poin menjadi empat poin.

Kisi-kisi angket motivasi terdiri dari motivasi intrinsik, ekstrinsik, dan amotivasi. Motivasi dibedakan menjadi dua yaitu, motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik, dalam motivasi intrinsik berkaitan dengan mengeksplorasi rasa ingin tahu, ketertarikan untuk memahami sesuatu, memiliki hasrat untuk melakukan suatu aktivitas untuk kesenangan dan kepuasan. Motivasi ekstrinsik yang dialami oleh individu bersumber dari luar diri atlet seperti adanya imbalan materi, melakukan aktivitas olahraga untuk mendapatkan pujian. Instrumen yang digunakan untuk mengukur motivasi adalah berupa kuesioner dengan 27 butir pernyataan yang diadopsi dari Pelletier et al. (1995).

**Tabel 4. Kisi-kisi instrumen penelitian motivasi berolahraga**

Variabel	Faktor	Indikator	No. Butir
Motivasi	Intrinsik	Motivasi instrinsik untuk tahu	2, 16
		Motivasi instrinsik untuk mencapai hal	4, 8, 13, 19, 22, 24
		Motivasi instrinsik untuk mengalami stimulasi	1, 10, 11, 12, 14, 17, 25, 26
	Ekstrinsik	Peraturan ekstrinsik	6, 9 15, 21
		Introjeksi	20
		Identifikasi	7, 23
	<i>Amotivation</i>	Tidak termotivasi	3, 5, 18, 27

Sumber : (Pelletier, Fortier, et al., 1995)

## F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Di dalam penelitian ini tidak menggunakan uji coba, peneliti menggunakan teknik *one shoot*. Menurut pendapat Ghazali (2012:48) *one shoot* yaitu pengukuran hanya dilakukan sekali dan kemudian hasilnya dibandingkan dengan pernyataan yang lain atau dengan mengukur jawaban antar pertanyaan. Untuk mengetahui instrumen penelitian yang akan digunakan layak atau tidak perlu dilakukan uji instrumen terlebih dahulu dengan cara sebagai berikut:

### 1. Uji Validitas Instrumen

Uji validitas instrument dilakukan sebelum angket penelitian diberikan kepada siswa. Tujuan dari adanya uji validitas instrument yaitu untuk mengetahui valid atau tidaknya suatu instrument yang akan digunakan untuk melakukan penelitian. Dimana dilakukan dengan menggunakan analisis setiap butir pertanyaan yang diberikan. Menurut Sugiyono (2016:173) valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Dengan diperolehnya indeks validitas pada setiap butirnya dapat diketahui butir pertanyaan manakah yang memenuhi syarat dan tidak memenuhi syarat. Teknik yang digunakan untuk mengukur validitas instrumen adalah teknik *korelasi product moment* dengan tariff signifikan 5% atau 0.05.

$$r_{xy} = \frac{N\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N\sum X^2 - (\sum X)^2\}\{N\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

- $r_{xy}$  : Angka Indeks Korelasi „r“ Product moment
- N : jumlah subjek uji coba
- $\sum X$  : jumlah X skor (skor butir)
- $\sum Y$  : jumlah Y (skor faktor)

$\sum XY$  : jumlah perkalian antara skor X dan skor Y

Sumber: (Sudijono, 2012:206)

Dalam menentukan validitas butir dalam angket yang diuji cobakan, uji validitas menggunakan bantuan program komputer yaitu program SPSS 24.0. Butir angket yang valid adalah yang mempunyai harga r hitung  $\geq$  r tabel dengan taraf signifikan 5%. Butir-butir instrumen yang dalam uji validitas terangkum dalam tabel berikut:

**Tabel 5. Hasil Uji Validitas Instrumen Sarpras Olahraga**

No Butir	r Tabel	r Hitung	Keterangan
1	.279	.660**	Valid
2	.279	.732**	Valid
3	.279	0.009	Tidak Valid
4	.279	0.106	Tidak Valid
5	.279	.842**	Valid
6	.279	.763**	Valid
7	.279	.378**	Valid
8	.279	.613**	Valid
9	.279	.740**	Valid
10	.279	.776**	Valid
11	.279	.642**	Valid
12	.279	0.207	Tidak Valid
13	.279	0.267	Tidak Valid
14	.279	.744**	Valid
15	.279	.732**	Valid
16	.279	.818**	Valid
17	.279	.895**	Valid
18	.279	.763**	Valid
19	.279	.378**	Valid
20	.279	.756**	Valid
21	.279	.802**	Valid
22	.279	.839**	Valid
23	.279	.663**	Valid
24	.279	.378**	Valid

Berdasarkan hasil uji validitas tersebut diperoleh 20 butir pernyataan valid dan 4 butir pernyataan tidak valid harus dihilangkan dalam analisis karena r hitung  $<$  r tabel, selain itu empat butir pernyataan yang gugur tersebut tidak mempengaruhi

dalam mengumpulkan data karena 20 butir pernyataan yang valid sudah mampu merepresentasikan semua faktor yang ada dalam pengambilan data penelitian.

**Tabel 6. Hasil Uji Validitas Instrumen Motivasi Olahraga**

No Butir	r Tabel	r Hitung	Keterangan
1	.279	.785**	Valid
2	.279	.831**	Valid
3	.279	.722**	Valid
4	.279	.901**	Valid
5	.279	.342*	Valid
6	.279	.763**	Valid
7	.279	.757**	Valid
8	.279	.858**	Valid
9	.279	.877**	Valid
10	.279	.689**	Valid
11	.279	.560**	Valid
12	.279	.600**	Valid
13	.279	.832**	Valid
14	.279	.687**	Valid
15	.279	.831**	Valid
16	.279	.700**	Valid
17	.279	.591**	Valid
18	.279	.342*	Valid
19	.279	.786**	Valid
20	.279	.898**	Valid
21	.279	.642**	Valid
22	.279	.820**	Valid
23	.279	.768**	Valid
24	.279	.672**	Valid
25	.279	.782**	Valid
26	.279	.851**	Valid
27	.279	.374**	Valid

Berdasarkan hasil uji validitas tersebut diperoleh 27 butir pernyataan valid dan 0 butir pernyataan tidak valid harus dihilangkan dalam analisis karena r hitung < r tabel, 27 butir pernyataan yang valid sudah mampu merepresentasikan semua faktor yang ada dalam pengambilan data penelitian.

## 2. Uji Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui apakah instrumen sudah cukup untuk dapat digunakan sebagai alat dalam mengumpulkan data dan apakah sudah dapat dipertanggung jawabkan kebenarannya. Menurut Arikunto (2010:221) menyatakan bahwa reliabilitas adalah suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Untuk menguji reliabilitas instrumen dalam penelitian ini dapat menggunakan teknik *Alpha Cronbach*. Menurut Arikunto (2010) rumus *Alpha Cronbach* adalah sebagai berikut:

$$r_{tt} = \frac{n}{(n-1)} \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan:

$r_{tt}$  = reliabilitas instrumen

$n$  = banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma_i^2$  = jumlah varians butir

$\sigma_t^2$  = varians total

(Sumber: Arikunto, 2010:221)

Uji kereliabilitas instrumen ini menggunakan bantuan program computer SPSS 24.0 dengan menggunakan teknik konsistensi internal *Alpha Cronbroach*. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan diperoleh nilai koefisien *Cronbach's Alpha* sebagai berikut:

**Tabel 7. Koefisien *Cronbach's Alpha***

<i>Reliability Statistics</i>		
	<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
Sarana prasarana olahraga	0,753	24
Motivasi olahraga	0,759	27

Berdasarkan hasil uji reliabilitas tersebut, instrumen penelitian ini memiliki nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,753. Nilai *Cronbach's Alpha* tersebut lebih besar

dari 0,6 sehingga dapat dikatakan bahwa instrumen penelitian ini adalah reliabel. Sehingga item-item pernyataan pada angket tersebut layak digunakan untuk penelitian. Setelah valid dan reliabel maka instrumen layak dijadikan sebagai alat pengambila data. Adapun kisi-kisi tes yang akan digunakan sebagai instrumen penelitian setelah melalui proses uji coba adalah sebagai berikut:

**Tabel 8. Kisi-kisi Intrumen Sarpras Olahraga setelah uji coba**

Variabel	Faktor	Indikator	No. Butir
Ketersediaan	Sarana	Tujuan	1, 2
		Syarat	3, 4, 5, 6
		Manfaat	7, 8, 9
	Prasarana	Tujuan	10, 11, 12
		Syarat	13, 14, 15, 16
		Manfaat	17, 18, 19, 20

**Tabel 9. Kisi-kisi Intrumen Motivasi Olahraga setelah uji coba**

Variabel	Faktor	Indikator	No. Butir
Motivasi	Intrinsik	Motivasi instrinsik untuk tahu	2, 16
		Motivasi instrinsik untuk mencapai hal	4, 8, 13, 19, 22, 24
		Motivasi instrinsik untuk mengalami stimulasi	1, 10, 11, 12, 14, 17, 25, 26
	Ekstrinsik	Peraturan ekstrinsik	6, 9 15, 21
		Introjeksi	20
		Identifikasi	7, 23
	<i>Amotivation</i>	Tidak termotivasi	3, 5, 18, 27

## G. Teknik Analisis Data

### 1. Uji Persyaratan Analisis

Uji persyaratan analisis dimaksudkan buat mengetahui data yang dikumpulkan memenuhi kondisi buat dianalisis, uji ini menggunakan teknik statistik yang dipiilih. Uji persyaratan analisis mencakup uji normalitas, uji linieritas dan uji multikolinieritas. Akan dijabarkan sebagai berikut.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dimaksudkan untuk menentukan apakah data berada dalam terdistribusi normal atau sebaliknya. Metode untuk uji normalitas pada penelitian ini adalah *Kolmogorov Smirnov* [ $S_n(x) - S(x)$ ],  $D = \max$ ” Sugiyono, (2005). Hal ini untuk memeriksa apakah populasi terdistribusi normal atau tidak. Apabila nilai signifikansi hitung lebih besar dari taraf signifikansi 0,05 (5%), maka data yang diperoleh tersebar dalam distribusi normal, namun apabila sebaliknya, maka dinyatakan dalam distribusi tidak normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas adalah untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Uji linieritas perlu dilakukan karena korelasi *product moment* dan turunannya mengasumsikan bahwa hubungan antar variabel adalah linier, sehingga perlu dilakukan uji linieritas. Adapun rumus perhitungannya sebagai berikut.

$$F_{reg} = \frac{RK_{reg}}{RK_{res}}$$

Keterangan:

$F_{reg}$  = Harga bilangan F untuk garis regresi  
 $RK_{reg}$  = Rerata kuadrat garis regresi  
 $RK_{res}$  = Rerata kuadrat residu  
(Hadi, 2004)

Kriteria yang digunakan adalah jika nilai Fhitung pada taraf signifikansi 5% dan lebih kecil dari Ftabel, maka pengaruh antara variabel bebas dan variabel terikat bersifat linier, maka model linier dapat diterima. Sebaliknya jika nilai Fhitung lebih besar dari nilai Ftabel pada taraf signifikansi 5% maka pengaruh antara variabel

bebas dan variabel terikat tidak linier. Pengujian regresi berganda, di sisi lain, hanya dapat dilanjutkan jika datanya linier.

c. Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui ada tidaknya korelasi yang signifikan antar variabel bebas. Jika hasil pengukuran didapatkan korelasi yang signifikan, hal ini mengartikan bahwa terdapat aspek yang sama diukur pada variabel bebas, dengan begitu variabel tidak layak digunakan untuk menentukan kontribusi secara bersamaan antar variabel. Menguji terjadi atau tidaknya hal tersebut digunakan teknik korelasi product moment dari pearson dan menggunakan SPSS Versi 26. Rumus yang digunakan sebagai berikut.

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X) (\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum x^2 - (\sum x^2)\} \{N \sum y^2 - (\sum y^2)\}}}$$

Keterangan:

- $r_{xy}$  = Koefisien korelasi X dan Y
  - N = Jumlah subjek (responden)
  - $\sum XY$  = Produk dari X dan Y
  - $\sum X$  = Jumlah nilai X
  - $\sum Y$  = Jumlah nilai Y
  - $(\sum X)^2$  = Jumlah nilai X yang dikuadratkan
  - $(\sum Y)^2$  = Jumlah nilai Y yang dikuadratkan
- (Arikunto, 2019)

Metode yang digunakan untuk mendeteksi adanya multikolinieritas dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan Tolerante And Variante Inflation Factor (FIV). Jika  $VIF > 10$ , maka variabel bebas tersebut mempunyai persoalan multikolinieritas dengan variabel bebas lainnya. Sebaliknya, apabila  $FIV < 10$  maka tidak terjadi multikolinieritas. Uji asumsi multikolinieritas pada penelitian ini akan dihitung menggunakan program SPSS for windows Release versi 13.0.

## 2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis pada penelitian ini adalah analisis regresi ganda/*multiple regression*, dikarenakan terdapat tiga variabel bebas dalam penelitian ini. Tujuan dari analisis regresi ganda untuk menguji korelasi antara variabel bebas dengan variabel terikat. Pengujian hipotesis pada metode regresi linier berganda perlu untuk dilakukan, tujuannya yaitu untuk mengetahui sejauh mana hubungan secara simultan maupun parsial antara kelompok data variabel bebas  $X_1$ ,  $X_2$ , dan  $X_3$  terhadap kelompok data variabel terikat  $Y$  (Siregar, 2015). Berikut uji hipotesis yang digunakan dalam analisis regresi berganda:

### a. Uji F (Secara simultan)

Pada uji signifikansi secara bersamaan/simultan terdapat beberapa tahapan yang perlu untuk dilakukan termasuk uji F. Uji F digunakan untuk melihat variabel independen secara bersamaan apakah berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen serta membuat keputusan apakah  $H_0$  atau  $H_a$  yang terpilih melalui perhitungan  $F$  hitung dan  $F$  tabel (Susila & Suyanto, 2015). Setelah mendapatkan hasil  $F$  hitung dan  $F$  tabel, maka akan dilakukan perbandingan antara  $F$  hitung dan  $F$  tabel untuk mengetahui apakah hipotesis ditolak atau diterima melalui kaidah pengujian (Siregar, 2015). Berdasarkan kaidah perhitungan  $H_0$  bermakna diterima, ketika nilai  $F$  hitung  $\leq F$  tabel atau berarti usia, status pekerjaan, dan sarpras olahraga memiliki hubungan terhadap motivasi berolahraga. Selain daripada itu  $H_0$  di tolak ketika nilai  $F$  hitung  $> F$  tabel atau berarti usia, status pekerjaan, dan sarpras olahraga tidak memiliki hubungan terhadap motivasi berolahraga.

Uji signifikansi secara parsial juga perlu untuk dilakukan pada analisis berganda, Uji t digunakan untuk melihat variabel independen apakah berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen serta membuat keputusan apakah  $H_0$  atau  $H_a$  yang terpilih melalui perhitungan t hitung dan t tabel (Siregar, 2015).

Analisis regresi linear berganda secara manual juga dapat dilakukan dengan menggunakan prosedur doo little. Menurut Nugroho, (2008:138) Prosedur *Doo-little* merupakan prosedur yang sangat berguna dalam analisis regresi linier berganda.

Baris	X'X					X'Y	I				
	$\beta_0$	$\beta_1$	$\beta_2$	...	$\beta_k$		$S_{y_0}^2$	$S_{y_1}^2$	$S_{y_2}^2$	.....	$S_{y_k}^2$
1	S <sub>11</sub>	S <sub>12</sub>	S <sub>13</sub>	...	S <sub>1p</sub>	S <sub>1,p+1</sub>	S <sub>1,p+2</sub>	S <sub>1,p+3</sub>	S <sub>1,p+4</sub>	.....	S <sub>1,2p+1</sub>
2		S <sub>22</sub>	S <sub>23</sub>	...	S <sub>2p</sub>	S <sub>2,p+1</sub>	S <sub>2,p+2</sub>	S <sub>2,p+3</sub>	S <sub>2,p+4</sub>	.....	S <sub>2,2p+1</sub>
3			S <sub>33</sub>	...	S <sub>3p</sub>	S <sub>3,p+1</sub>	S <sub>3,p+2</sub>	S <sub>3,p+3</sub>	S <sub>3,p+4</sub>	.....	S <sub>3,2p+1</sub>
....				....	.....	....	....	....	....	....	....
P					S <sub>pp</sub>	S <sub>p,p+1</sub>	S <sub>p,p+2</sub>	S <sub>p,p+3</sub>	S <sub>p,p+4</sub>	.....	S <sub>p,2p+1</sub>
p+1	t <sub>11</sub>	t <sub>12</sub>	t <sub>13</sub>		t <sub>1p</sub>	t <sub>1,p+1</sub>	t <sub>1,p+2</sub>	t <sub>1,p+3</sub>	t <sub>1,p+4</sub>	....	t <sub>1,2p+1</sub>
P+2	u <sub>11</sub>	u <sub>12</sub>	u <sub>13</sub>		u <sub>1p</sub>	u <sub>1,p+1</sub>	u <sub>1,p+2</sub>	u <sub>1,p+3</sub>	u <sub>1,p+4</sub>	....	u <sub>1,2p+1</sub>
P+3		t <sub>22</sub>	t <sub>23</sub>		t <sub>2p</sub>	t <sub>2,p+1</sub>	t <sub>2,p+2</sub>	t <sub>2,p+3</sub>	t <sub>2,p+4</sub>	....	t <sub>2,2p+1</sub>
P+4		u <sub>22</sub>	u <sub>23</sub>		u <sub>2p</sub>	u <sub>2,p+1</sub>	u <sub>2,p+2</sub>	u <sub>2,p+3</sub>	u <sub>2,p+4</sub>	....	u <sub>2,2p+1</sub>
....	...	...	....	....	...	...	...	...	...	....	....
2p-1					t <sub>pp</sub>	t <sub>p,p+1</sub>	t <sub>p,p+2</sub>	t <sub>p,p+3</sub>	t <sub>p,p+4</sub>	....	t <sub>p,2p+1</sub>
2p					u <sub>pp</sub>	u <sub>p,p+1</sub>	u <sub>p,p+2</sub>	u <sub>p,p+3</sub>	u <sub>p,p+4</sub>	....	u <sub>p,2p+1</sub>

(Sumber: Nugroho, 2008)

Langkah-langkah menemukan parameter regresi dengan prosedur *Doo-little* (Nugroho, 2008):

- Isi Baris 5 dengan nilai yang terdapat pada baris 1.
- Isi kolom 6 dengan membagi baris 5 dengan jumlah sampel .
- Isi kolom 7 dengan mengurangi baris 2 dengan baris 6 x baris 7.
- Isi kolom 8 dengan membagi kolom 7 dengan nilai kolom b1 baris ke-7.

- e. Isi kolom 9 dengan mengurangi nilai kolom 3 dengan nilai baris 5 kali baris 6 – baris 7 kali baris 8.
- f. Isi baris ke-10 dengan membagi nilai pada baris ke-9 dengan nilai baris 9 kolom b3.
- g. Isi kolom ke-11 dengan mengurangi nilai baris 4 dengan nilai baris 5 kali baris 6 – baris 7 kali baris 8 dan baris 9 kali baris 10.
- h. Isi baris ke-12 dengan membagi nilai baris 10 dengan nilai baris 10 kolom bk. Nilai yang terdapat pada kolom ke-12 merupakan nilai koefisien bk.

Dalam penaksiran koefisien regresi dengan metode Doo-little maka hal yang perlu dilakukan pertama kali adalah menyusun matriks  $X'X$ ,  $X'Y$  dan matriks identitas ( $I$ ). Komponen yang terdapat dalam matriks  $X'X$ ,  $X'Y$  dan  $I$  dan adalah:

No	$X'X$				$X'Y$		$I$			
Baris	$b_0$	$b_1$	$b_2$	$b_k$			$S_{b0}^2$	$S_{b1}^2$	$S_{b2}^2$	$S_{bk}^2$
1	n	$\sum_{i=1}^n X_{1i}$	$\sum_{i=1}^n X_{2i}$	$\sum_{i=1}^n X_{ki}$	$\sum_{i=1}^n Y_i$		1	0	0	0
2		$\sum_{i=1}^n X_{1i}^2$	$\sum_{i=1}^n X_{1i}X_{2i}$	$\sum_{i=1}^n X_{1i}X_{ki}$	$\sum_{i=1}^n X_{1i}Y_i$		0	1	0	0
3			$\sum_{i=1}^n X_{2i}^2$	$\sum_{i=1}^n X_{2i}X_{ki}$	$\sum_{i=1}^n X_{2i}Y_i$		0	0	1	0
4				$\sum_{i=1}^n X_{ki}^2$	$\sum_{i=1}^n X_{ki}Y_i$		0	0	0	1

(Sumber: Nugroho, 2008)

Langkah untuk mendapatkan nilai-nilai penduga  $\beta_0, \beta_1, \beta_2, \beta_k$  dengan menggunakan prosedur *Doo-little* dengan  $p$  peubah persamaan sebagai berikut:

$$\mu_{11}\hat{\beta}_0 + \mu_{12}\hat{\beta}_1 + \mu_{13}\hat{\beta}_2 + \dots + \mu_{1k}\hat{\beta}_k = \mu_{1,p+1} \quad (1)$$

$$\mu_{22}\hat{\beta}_1 + \mu_{23}\hat{\beta}_2 + \dots + \mu_{2k}\hat{\beta}_k = \mu_{2,p+1} \quad (2)$$

$$\mu_{33}\hat{\beta}_2 + \dots + \mu_{3k}\hat{\beta}_k = \mu_{3,p+1} \quad (3)$$

$$\vdots \quad (.)$$

$$\mu_{pp}\hat{\beta}_k = \mu_{p,p+1} \quad (p)$$

Karena harga  $\mu_{ii} = 1$  untuk  $i = 1, 2, \dots, p$  maka dengan menggunakan substitusi balik akan diperoleh:

$$\hat{\beta}_k = \mu_{p,p+1}$$

$$\hat{\beta}_{k-1} = \mu_{p-1,p+1} - \mu_{p-1,p}\hat{\beta}_k$$

$$\hat{\beta}_{k-2} = \mu_{p-2,p+1} - \mu_{p-2,p}\hat{\beta}_{k-1}$$

⋮

$$\hat{\beta}_1 = \mu_{2,p+1} - \mu_{2,p}\hat{\beta}_{k-1} - \mu_{2,p-1}\hat{\beta}_{k-1} - \dots - \mu_{23}\hat{\beta}_2$$

$$\hat{\beta}_0 = \mu_{1,p+1} - \mu_{1,p}\hat{\beta}_k - \mu_{1,p-1}\hat{\beta}_{k-1} - \dots - \mu_{13}\hat{\beta}_2 - \mu_{12}\hat{\beta}_1$$

sehingga secara umum prosedur tersebut dapat dituliskan sebagai berikut:

$$\begin{aligned} \hat{\beta}_k &= \mu_{p,p+1} \text{ dan } \beta_i = \mu_{i+1,p+1} - \sum_{j=i+2}^p \mu_{i+1,j} \hat{\beta}_{j-1} ; i \\ &= 0, 1, 2, \dots, k-1 \end{aligned}$$

b. Koefisien Determinasi ( $R^2$ ) dan Koefisien Korelasi Berganda ( $R$ )

Untuk mengukur makna variabel bebas terhadap variabel terikat secara simultan digunakan koefisien korelasi berganda ( $R$ ), sedangkan untuk menunjukkan besarnya kemampuan suatu model dalam menjelaskan keragaman variabel terikat, maka digunakan koefisien determinasi ( $R^2$ ). Ghazali (2001) mengatakan bahwa koefisien determinasi digunakan untuk mengukur seberapa jauh kemampuan suatu model regresi dalam menerangkan variabel terikatnya. Nilai koefisien determinasi adalah di antara 0 dan 1. Nilai  $R^2$  yang kecil berarti kemampuan-kemampuan variabel-variabel bebas dalam menjelaskan variabel terikat amat terbatas. Nilai  $R^2$  yang mendekati satu berarti variabel-variabel bebas

memberikan hampir semua informasi yang dibutuhkan untuk memprediksi variasi variabel terikat. Sedangkan Koefisien Korelasi Berganda (R) digunakan untuk mengukur kebermaknaan variabel bebas terhadap variabel terikat secara simultan. Menurut (Gunawan, 2015), adapun pedoman derajat korelasi dan prosedur pengukuran regresi berganda adalah sebagai berikut.

**Tabel 10. Pedoman Derajat Korelasi**

No	Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
1	0,00 s/d 0,20	Tidak Ada Korelasi
2	0,21 s/d 0,40	Korelasi Lemah
3	0,41 s/d 0,60	Korelasi Sedang
4	0,61 s/d 0,80	Korelasi Kuat
5	0,81 s/d 1,00	Korelasi Sempurna

(Sumber: Arikunto, 2019: 164)

c. Perhitungan Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif

Penghitungan sumbangan efektif dan sumbangan relatif merupakan kelanjutan dari analisis regresi yang bertujuan untuk menunjukkan besarnya sumbangan tiap prediktor. Lebih lanjut beliau menjelaskan tentang pengertian sumbangan efektif dan sumbangan relatif. Sumbangan efektif adalah sumbangan yang membandingkan sumbangan antarsesama prediktor, belum untuk mempertimbangkan efektivitas garis prediksi untuk keseluruhan prediksi. Sedangkan sumbangan relatif adalah sumbangan yang menunjukkan besarnya sumbangan tiap prediktor untuk keperluan prediksi.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Dalam bab hasil penelitian dan pembahasan akan disajikan secara berurutan antara lain: (a) deskripsi hasil penelitian, (b) hasil uji hipotesis/jawaban pertanyaan penelitian, (c) pembahasan, dan (d) keterbatasan penelitian. Uji hipotesis dalam penelitian ini akan disajikan berurutan antara lain: (1) hubungan antara usia dan motivasi berolahraga (2) hubungan antara status pekerjaan dan motivasi berolahraga (3) hubungan ketersediaan sarana prasarana olahraga dan motivasi berolahraga (4) hubungan antara usia, status pekerjaan dan ketersediaan sarana prasarana olahraga terhadap motivasi berolahraga. Secara lengkap akan disajikan sebagai berikut.

#### **A. Deskripsi Hasil Penelitian**

##### **1. Analisis Deskriptif**

Analisis statistik deskriptif dimaksud untuk mengetahui gambaran secara umum dari data hasil penelitian yang menjelaskan hal yang berkaitan dengan karakteristik responden dan karakteristik item-item variabel yang ada.

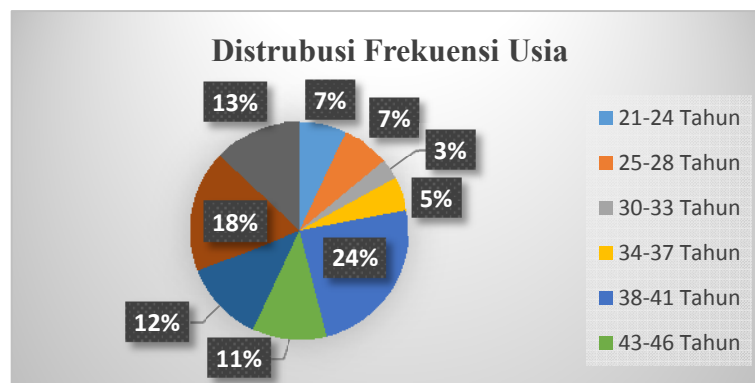
##### **a. Karakteristik Responden**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 194 responden memiliki usia paling tua/dewasa yaitu 58 tahun, dan usia paling muda adalah 21 tahun, dengan rata-rata tendik UNY yaitu berusia 43 tahun, median 43 tahun, modus 38 tahun. Sedangkan pada penentuan interval data dengan cara membagi panjang kelas dengan banyak kelas. Data tersebut dapat dilihat pada tabel berikut ini

**Tabel 11. Distribusi Frekuensi Usia**

Usia	Jumlah	Persentase
21 – 24	14	7%
25 – 28	13	7%
30 – 33	6	3%
34 – 37	10	5%
38 – 41	46	24%
43 – 46	22	11%
47 – 50	24	12%
51 – 54	34	18%
56 – 59	25	13%
Jumlah	194	100%

Berdasarkan tabel diatas mengenai distribusi frekuensi hubungan antara usia dan motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta dapat disajikan pada diagram sebagai berikut:



**Gambar 2. Diagram distribusi usia tendik UNY**

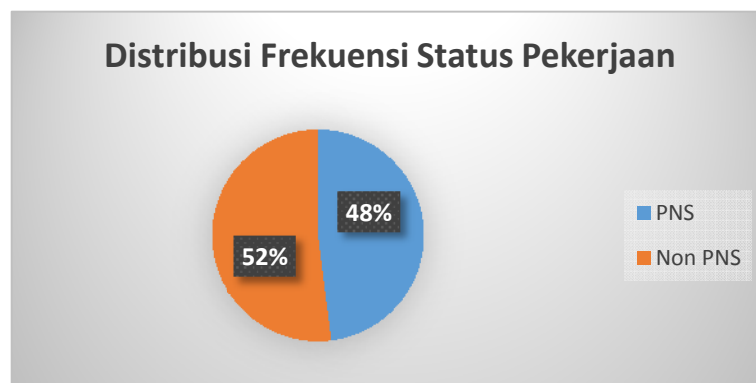
Penentuan panjang interval data dengan cara membagi panjang kelas dengan banyak kelas pada tabel di atas. Berdasarkan tabel dan diagram di atas diketahui bahwa rata-rata usia tenaga kependidikan di UNY berusia 43 tahun dan paling banyak berusia 38 tahun (24%) dari jumlah keseluruhan responden 194 orang.

Berdasarkan analisis pada variabel status pekerjaan tendik UNY dapat diketahui bahwa dari 194 responden terdapat 93 tendik UNY dengan status pekerjaan PNS dan 101 tendik UNY berstatus Non PNS, baik kontrak maupun PHL. Data hasil analisis tersebut dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 12. Distribusi Frekuensi Status Pekerjaan**

Status Pekerjaan	Jumlah	Persentase
PNS	93	48%
Non PNS	101	52%
Jumlah	194	100%

Berdasarkan tabel diatas mengenai distribusi frekuensi hubungan antara status pekerjaan dan motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta dapat disajikan pada diagram sebagai berikut:



**Gambar 3. Diagram distribusi status pekerjaan tendik UNY**

Berdasarkan tabel di atas ditemukan bahwa status pekerjaan tendik UNY adalah PNS dengan persentase (48%) dan Non PNS memiliki persentase lebih banyak yaitu sebesar (52%) dari jumlah keseluruhan responden 194 orang.

b. Sarana Prasarana Olahraga

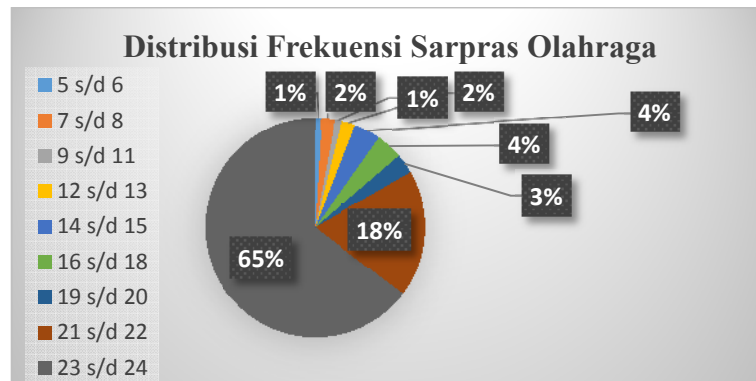
Data hasil penelitian tentang hubungan antara usia, status pekerjaan, dan ketersediaan sarana prasarana olahraga dan motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah dianalisis dengan program

SPSS 25,0 for windows, diperoleh hasil rata-rata (mean) sebesar 22. Untuk hasil analisis mengenai nilai tengah (median) sebesar 24 dan nilai yang sering muncul dalam data hasil penelitian (mode) sebesar 24. Diketahui standar deviation dalam hasil data penelitian ini sebesar 3,759. Distribusi frekuensi hasil penelitian tentang hubungan ketersediaan sarana prasarana olahraga dan motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta dapat dilihat pada table sebagai berikut:

**Tabel 13. Distribusi Frekuensi Sarana Prasarana Olahraga**

<b>Interval Data</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase</b>
5 - 6	1	1%
7 - 8	3	2%
9 - 11	1	1%
12 - 13	4	2%
14 - 15	8	4%
16 - 18	7	4%
19 - 20	5	3%
21 - 22	36	19%
23 - 24	129	66%
Jumlah	194	100%

Berdasarkan tabel diatas mengenai distribusi frekuensi hubungan ketersediaan sarana prasarana olahraga dan motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta dapat disajikan pada diagram sebagai berikut:



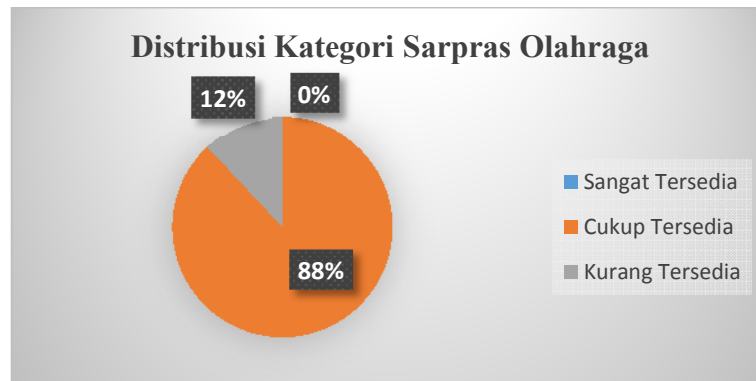
**Gambar 4. Diagram distribusi Frekuensi Sarana Prasarana Olahraga dilingkungan tendik UNY**

Penentuan panjang interval data dengan cara membagi panjang kelas dengan banyak kelas pada tabel di atas. Berdasarkan tabel dan diagram di atas diketahui bahwa sebanyak 66% atau 129 orang tekndik UNY memiliki ketersediaan sarana dan prasarana olahraga.

**Tabel 14. Distribusi Kategorisasi Sarana Prasarana Olahraga**

No.	Skor	Frekuensi		Kategori
		Frekuensi	%	
1.	$X \geq 26$	0	0%	Sangat Tersedia
2.	$18 \leq X < 26$	170	88%	Cukup Tersedia
3.	$X < 18$	24	12%	Kurang Tersedia
Total		194	100%	

Berdasarkan tabel diatas mengenai distribusi kategorisasi hubungan ketersediaan sarana prasarana olahraga dan motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta dapat disajikan pada diagram sebagai berikut:



**Gambar 5. Diagram distribusi Kategorisasi Sarana Prasarana Olahraga dilingkungan tendik UNY**

Penentuan panjang interval data dengan cara membagi panjang kelas dengan banyak kelas pada tabel di atas. Berdasarkan tabel dan diagram di atas diketahui bahwa sebanyak 88% atau 170 orang tekndik UNY memiliki sarana dan prasarana olahraga yang cukup tersedia dilingkungan bekerja maupun tempat tinggal.

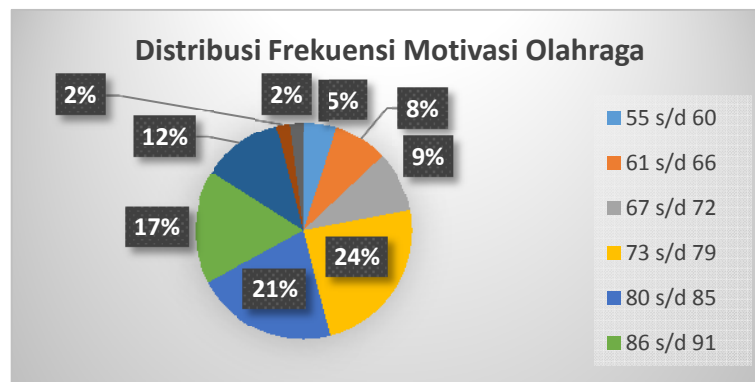
c. Motivasi Berolahraga

Data hasil penelitian tentang hubungan antara usia, status pekerjaan, dan ketersediaan sarana prasarana olahraga terhadap motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah dianalisis dengan program SPSS 25,0 for windows, diperoleh hasil rata-rata (mean) sebesar 80. Untuk hasil analisis mengenai nilai tengah (median) sebesar 80 dan nilai yang sering muncul dalam data hasil penelitian (mode) sebesar 78. Diketahui standar deviation dalam hasil data penelitian ini sebesar 10,650. Distribusi frekuensi hasil penelitian tentang motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta dapat dilihat pada table sebagai berikut:

**Tabel 15. Distribusi Frekuensi Motivasi Berolahraga**

Interval Data	Jumlah	Persentase
55 - 60	9	5%
61 - 66	16	8%
67 - 72	17	9%
74 - 79	47	24%
80 - 85	40	21%
86 - 91	33	17%
92 - 97	24	12%
98 - 103	4	2%
105 - 110	4	2%
JUMLAH	194	100%

Berdasarkan tabel diatas mengenai distribusi frekuensi motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta dapat disajikan pada diagram sebagai berikut:



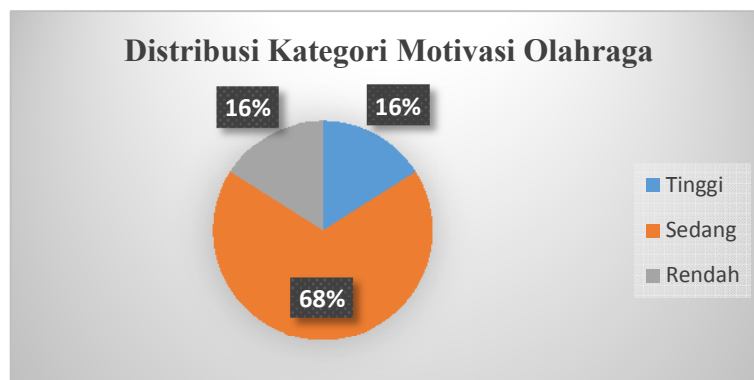
**Gambar 6. Diagram distribusi Frekuensi Motivasi Berolahraga dilingkungan tendik UNY**

Penentuan panjang interval data dengan cara membagi panjang kelas dengan banyak kelas pada tabel di atas. Berdasarkan tabel dan diagram di atas diketahui bahwa sebanyak 24% atau 47 orang tekndik UNY memiliki motivasi berolahraga.

**Tabel 16. Distribusi Kategorisasi Motivasi Berolahraga**

No.	Skor	Frekuensi		Kategori
		Frekuensi	%	
1.	$X \geq 91$	32	16%	Tinggi
2.	$69 \leq X < 91$	131	68%	Sedang
3.	$X < 69$	31	16%	Rendah
Total		194	100%	

Berdasarkan tabel diatas mengenai distribusi frekuensi motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta dapat disajikan pada diagram sebagai berikut:



**Gambar 7. Diagram distribusi Kategorisasi Motivasi Berolahraga dilingkungan tendik UNY**

Penentuan panjang interval data dengan cara membagi panjang kelas dengan banyak kelas pada tabel di atas. Berdasarkan tabel dan diagram di atas diketahui bahwa sebanyak 68% atau 131 orang tekndik UNY memiliki motivasi berolahraga sedang.

## 2. Uji Asumsi Klasik

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas data digunakan untuk mengetahui apakah sampel yang telah diambil berasal dari populasi yang sama (populasi data berdistribusi normal). Hasil

uji normalitas data dengan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test* (K-S test).

Hasil perhitungan data uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 17. Hasil Uji Normalitas Data**  
**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		194
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	0,0000000
	Std. Deviation	8,99485099
Most Extreme Differences	Absolute	0,061
	Positive	0,061
	Negative	-0,030
Test Statistic		0,061
Asymp. Sig. (2-tailed)		.079 <sup>c</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat diperoleh gambaran bahwa pengujian normalitas data yang dilakukan secara statistik dengan menggunakan uji kolmogorov-smirnov dapat disimpulkan bahwa semua data yang ada berdistribusi normal. Hal ini dibuktikan dengan diperoleh nilai Asymp lebih besar dari pada nilai taraf signifikan, atau  $p > 0,05$  dengan nilai 0,079. Berdasarkan hal tersebut, maka uji analisis selanjutnya dapat dilakukan.

#### b. Uji Linieritas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya linearitas hubungan antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y). Kedua variabel (variabel bebas dan variabel terikat) dinyatakan linear jika  $f$  hitung lebih besar dari  $f$  tabel serta nilai signifikansi ( $p$ ) kurang dari 0,05. Uji linearitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan Uji F menggunakan bantuan SPSS 16.00 for Windows. Hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 18. Hasil Uji Linieritas Data**

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
MOTIVASI OR * USIA	Between Groups	(Combined)	6926,537	34	203,722	2,165	0,001
		Linearity	258,370	1	258,370	2,745	0,100
		Deviation from Linearity	6668,167	33	202,066	2,147	0,001
	Within Groups		14964,211	159	94,115		
	Total		21890,747	193			

**ANOVA Table<sup>a</sup>**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
MOTIVASI OR * STATUS PEKERJAAN	Between Groups	(Combined)	942,714	1	942,714	8,640	0,004
	Within Groups		20948,033	192	109,104		
	Total		21890,747	193			

a. With fewer than three groups, linearity measures for MOTIVASI OR \* STATUS PEKERJAAN cannot be computed.

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
MOTIVASI OR * SARPRAS OR	Between Groups	(Combined)	6536,658	14	466,904	5,443	0,000
		Linearity	4818,295	1	4818,295	56,172	0,000
		Deviation from Linearity	1718,363	13	132,182	1,541	0,107
	Within Groups		15354,090	179	85,777		
	Total		21890,747	193			

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa nilai f hitung setiap hubungan variabel lebih besar dari f tabel serta nilai signifikansi (p) setiap hubungan variabel lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan semua jenis variabel bebas dengan variabel terikat adalah linear.

c. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinieritas merupakan uji yang bertujuan untuk mengetahui pada sebuah model regresi ditemukan adanya suatu korelasi sempurna atau tinggi antar variabel bebas (Susila & Suyanto, 2015). Menurut Santoso (2018) suatu model regresi yang baik akan menghasilkan variabel-variabel independen yang tidak saling berhubungan satu sama lain, multikolinieritas pada variabel bebas dapat

dilihat dari nilai *variance inflation factor* (VIF) atau nilai *tolerance*. Jika nilai VIF berada disekitar angka 1 atau memiliki angka *tolerance* mendekati 1, maka model regresi tersebut dikatakan bebas dari multikolinieritas (Santoso, 2018).

**Tabel 19. Hasil Uji Multikolinieritas Data**

Model	Coefficients <sup>a</sup>							
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics		
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF	
1	(Constant)	54,416	5,399		10,078	0,000		
	USIA	-0,134	0,073	-0,125	-1,823	0,070	0,799	1,251
	STATUS PEKERJAAN	6,000	1,426	0,282	4,209	0,000	0,835	1,197
	SARPRAS OR	1,296	0,178	0,457	7,286	0,000	0,953	1,049

a. Dependent Variable: MOTIVASI OR

Berdasarkan nilai tolerance dan VIF yang dimiliki setiap variabel bebas diatas, dapat disimpulkan bahwa model regresi di atas tidak terjadi multikolinieritas sehingga dapat dilanjutkan untuk uji hipotesis.

## B. Hasil Uji Hipotesis

Analisis pada penelitian ini yaitu menggunakan analisis regresi berganda yang bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah dibuat yaitu mencari tahu hubungan variabel bebas (usia, status pekerjaan dan ketersediaan sarana prasarana olahraga) terhadap variabel terikat (motivasi berolahraga) dengan cara parsial (hubungan antara satu variabel bebas dan variabel terikat) dan simultan (hubungan antara seluruh variabel bebas terhadap variabel terikat). Berikut hipotesis penelitian yang akan di uji :

1. Ho: Tidak ada hubungan antara usia dan motivasi berolahraga  
Ha: Ada hubungan antara usia dan motivasi berolahraga
2. Ho: Tidak ada hubungan antara status pekerjaan dan motivasi berolahraga

Ha: Ada hubungan antara status pekerjaan dan motivasi berolahraga

3. Ho: Tidak ada hubungan antara ketersediaan sarpras olahraga dan motivasi berolahraga

Ha: Ada hubungan antara ketersediaan sarpras olahraga dan motivasi berolahraga

4. Ho: Tidak ada hubungan antara usia, jam kerja, dan ketersediaan sarana prasarana olahraga terhadap motivasi berolahraga.

Ha: Ada hubungan antara usia, jam kerja, dan ketersediaan sarana prasarana olahraga terhadap motivasi berolahraga.

Pengolahan data dan perhitungan statistik uji parsial dan simultan menggunakan bantuan program SPSS dengan nilai taraf signifikansi 0,05 ( $\alpha=0,05$ ) dan tingkat kepercayaan 95% dengan total responden 194 orang.

5. Uji t (Parsial)

Uji t digunakan untuk melihat variabel independen apakah berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen serta membuat keputusan apakah Ho atau Ha yang terpilih melalui perhitungan nilai signifikansi hasil statistik (Siregar, 2015).

**Tabel 20. Hasil Uji Regresi Berganda Parsial**

		<b>Coefficients<sup>a</sup></b>				
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	54,416	5,399		10,078	0,000
	USIA	-0,134	0,073	-0,125	-1,823	0,070
	STATUS PEKERJAAN	6,000	1,426	0,282	4,209	0,000
	SARPRAS OR	1,296	0,178	0,457	7,286	0,000

Berdasarkan tabel di atas variabel bebas usia memiliki nilai signifikansi di atas 0,05 yang berarti bahwa hipotesis 1 memiliki jawaban  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Kemudian pada variabel status pekerjaan dan sarana prasarana olahraga memiliki nilai signifikansi kurang dari 0,05 yang berarti hipotesis 2 dan 3 memiliki jawaban  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak.

#### 6. Uji F (Simultan)

Uji F digunakan untuk melihat pengaruh antara variabel bebas secara bersamaan terhadap variabel terikat serta membuat keputusan apakah  $H_0$  atau  $H_a$  yang terpilih melalui perhitungan dan nilai signifikansi tersebut (Susila & Suyanto, 2015).

**Tabel 21. Hasil Uji Regresi Berganda Simultan**  
**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	6275,630	3	2091,877	25,453	.000 <sup>b</sup>
	Residual	15615,117	190	82,185		
	Total	21890,747	193			

a. Dependent Variable: MOTIVASI OR

b. Predictors: (Constant), SARPRAS OR, STATUS PEKERJAAN, USIA

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa nilai signifikansi dari uji simultan atau pengujian untuk mencari tahu hubungan antara variabel bebas secara bersamaan (usia, status pekerjaan dan ketersediaan sarana prasarana olahraga) terhadap variabel terikat (motivasi berolahraga) senilai 0,000 atau lebih kecil dari 0,05. Hal tersebut bermakna bahwa ada hubungan antara variabel usia, status pekerjaan dan ketersediaan sarana prasarana olahraga secara bersamaan terhadap motivasi berolahraga. Maka dari itu pada hipotesis 4 menyatakan bahwa  $H_0$  diterima dan  $H_a$  di tolak.

## 7. Koefisien Determinasi R<sup>2</sup>

Untuk melihat tingkat pengaruh antara dua variabel yaitu variabel bebas (usia, status pekerjaan dan ketersediaan sarana prasarana olahraga) terhadap variabel terikat (motivasi berolahraga) dapat dilihat pada tabel koefisien determinasi.

**Tabel 22. Koefisien Determinasi R<sup>2</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.535 <sup>a</sup>	0,287	0,275	9,066	0,287	25,453	3	190	0,000

a. Predictors: (Constant), SARPRAS OR, STATUS PEKERJAAN, USIA

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat nilai koefisien determinasi berdasarkan nilai adjusted R square senilai 0,287 yang berarti bahwa nilai hubungan antara variabel bebas (usia, status pekerjaan dan ketersediaan sarana prasarana olahraga) terhadap variabel terikat (motivasi berolahraga) yaitu sebesar 28%.

## 8. Sumbangan Variabel Bebas terhadap Variabel Terikat

Koefisien determinasi (R<sup>2</sup>) merupakan suatu alat untuk mengukur besarnya persentase sumbangan semua variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y). Menurut Nurgiyantoro dkk. (2009: 320-325), penghitungan sumbangan efektif dan sumbangan relatif merupakan kelanjutan dari analisis regresi yang bertujuan untuk menunjukkan besarnya sumbangan tiap prediktor. Sumbangan efektif adalah sumbangan yang membandingkan sumbangan antar sesama prediktor, belum untuk mempertimbangkan efektivitas garis prediksi untuk keseluruhan prediksi. Sedangkan sumbangan relatif adalah sumbangan yang menunjukkan besarnya sumbangan tiap prediktor untuk keperluan prediksi.

Sumbangan efektif diperoleh dari nilai koefisien regresi (Beta) dikalikan dengan nilai koefisien korelasi yang kemudian dikalikan 100%. Perhitungan sumbangan relatif diperoleh dari hasil bagi antara sumbangan efektif dengan nilai  $r^2$ . Menggunakan bantuan Ms. Excel besarnya sumbangan efektif dan sumbangan relatif untuk masing-masing variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y) dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 23. Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif**

<b>VARIABEL</b>	<b>Sumbangan Efektif</b>	<b>Sumbangan Relatif</b>
Usia	1%	5%
Status Pekerjaan	6%	20%
Sarpras OR	21%	75%
<b>JUMLAH</b>	<b>29%</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa total sumbangan efektif semua variabel bebas terhadap variabel terikat adalah sebesar 29% dengan rincian variabel usia dan motivasi berolahraga sebesar 1%, status pekerjaan dan motivasi berolahraga sebesar 6%, dan ketersediaan sarana prasarana olahraga dan motivasi berolahraga sebesar 21%. Sedangkan 71% sisa dari ketiga variabel di atas dipengaruhi oleh faktor lain.

### **C. Pembahasan**

#### **1. Hubungan antara usia dan Motivasi Berolahraga**

Usia sebagai faktor yang mempengaruhi aktivitas fisik dapat dilihat dari hasil penelitian oleh Muzamil et al. mengenai usia ditinjau dari segi olahraga pilihan. Pemilihan jenis olahraga dipengaruhi oleh kemampuan seseorang terhadap usianya. Semakin meningkat umur, maka aktivitas fisik juga akan menurun (Muzamil et al., 2014). Sharkey (2013) menyatakan bahwa kegiatan latihan fisik dan olahraga secara teratur dengan dosis yang tepat selain bermanfaat secara fisiologik

meningkatkan masa otot, membantu mempertahankan elastisitas pembuluh darah, dan tekanan darah serta mengurangi kerja jantung, meningkatkan difusi oksigen dari paru-paru ke dalam darah serta mempertahankan fungsi hormonal dan reproduksi. Sedangkan menurut Pujiastuti (2013) kegiatan latihan fisik juga dapat menjangkau aspek mental diantaranya lebih percaya diri, gembira, merasa segar, lebih kreatif, menurunkan stress dan ketegangan, menjadi lebih ramah dan meningkatkan spontanitas. Dengan demikian kegiatan latihan fisik sudah menjadi kebutuhan untuk tujuan peningkatan status kesehatan dan kebugaran jasmani seseorang.

Kebugaran jasmani adalah kesanggupan tubuh untuk melakukan aktivitas tanpa mengalami kelelahan yang berarti (Kyröläinen, Santtila, Nindl, & Vasankari, 2010). Seseorang akan mendapatkan tingkat kebugaran yang baik jika rutin melakukan aktivitas jasmani atau olahraga (Rauner, Mess, & Woll, 2013). Aktivitas jasmani yang dilakukan oleh manusia akan berhubungan erat dengan kualitas hidup, kesehatan, dan kesejahteraan (Chen, Hui, Lang, & Tao, 2016). Sebaliknya, apabila manusia tidak melakukan aktivitas jasmani sesuai kebutuhannya maka kemungkinan besar akan mudah terjangkit penyakit akibat kurang gerak (hipokinetik) seperti diabetes tipe 2 (Gram, Dahl, & Dela, 2014). Tingkat aktivitas jasmani yang rendah akan meningkatkan risiko obesitas dan banyak penyakit kronis lain termasuk penyakit jantung koroner, diabetes dan kanker usus (Ogilvie, Lamb, Ferguson, & Ellaway, 2011). Akan tetapi tidak dapat dihindari bahwa penurunan aktivitas jasmani secara umum akan terjadi pada masa lansia seiring dengan

penurunan kemampuan otot, munculnya rasa kaku, dan sakit pada persendian (Dai Jun, 2015).

Tittlbach et al., (2017) yang dalam penelitiannya mengindikasikan bahwa menurunnya parameter kesehatan (seperti, menurunnya kebugaran jasmani, meningkatnya keluhan fisik, dan meningkatnya skor BMI) akibat dari bertambahnya usia (rentang usia 33- 77 tahun). Pengaruh usia terhadap kebugaran jasmani akan terlihat ketika seseorang berada pada usia 11-18 tahun atau masa remaja (Gakhar & Malik, 2017). Dari pembahasan di atas, artinya bahwa hasil penelitian ini membuat temuan baru karena menunjukkan kenyataan yang berbeda dengan hasil penelitian terdahulu. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang secara langsung berhubungan dengan kebugaran jasmani seperti, *active lifestyle*, pola hidup sehat, dan jenis aktivitas jasmani yang dilakukan (Ogilvie et al., 2011; Rousseau, 1989; Van Den Brink et al., 2005).

## 2. Hubungan antara status pekerjaan dan Motivasi Berolahraga

Hasil ini menunjukkan faktor status pekerjaan yang terbagi menjadi PNS dan Non PNS bukanlah satu-satunya hal yang mempengaruhi tingkat aktivitas fisik seseorang. Faktor ekonomi dapat berperan sebagai salah satu faktor berpengaruh, contohnya saat terjadi krisis ekonomi cenderung meningkatkan beban ekonomi seseorang dan meningkatkan stres psikologis. Hal ini memicu gaya hidup yang lebih sedenter. Krisis ekonomi juga mempengaruhi kualitas nutrisi seseorang disertai dengan penurunan aktivitas fisik. Walau begitu, dari berbagai penelitian menunjukkan hasil yang berbeda-beda. Beberapa menunjukkan adanya hubungan

antara status pekerjaan dan aktivitas fisik sedang penelitian lainnya tidak (Macassa dkk., 2016).

Faktor berikutnya yang berpengaruh adalah tingkat pendidikan yang tinggi disertai tingkat penghasilan yang tinggi memiliki hubungan/korelasi positif dengan pekerjaan yang bersifat sedenter. Kondisi finansial sebagaimana menurut Humphreys et al. (2006) sangat berpengaruh terhadap partisipasi olahraga. Rumah tangga dengan ketersediaan sumber daya finansial yang lebih besar akan dapat membelanjakan uangnya pada kebutuhan yang sifatnya rekreasi termasuk di dalamnya kebutuhan untuk berolahraga. Sebaliknya, keluarga kondisi sosio-ekonomi rendah sering mengabaikan partisipasi dalam olahraga, karena mereka menghadapi beban keuangan yang lebih berat (Bittman, 2002).

Pekerjaan sedenter berpengaruh terhadap aktivitas fisik yang lebih rendah. Umumnya mereka yang berpenghasilan tinggi dengan pendidikan tinggi ini lebih dimaksudkan kepada pekerja kerah putih. Sedangkan orang yang bukan pekerja kerah putih dan bahkan seorang perokok memiliki hubungan yang negatif terhadap pekerjaan yang sedenter. Orang yang aktif cenderung merokok lebih sedikit, bahkan tidak merokok sama sekali. Dalam penelitian Bennie et al. menemukan pekerja kerah biru dibandingkan pekerja kerah putih memiliki tingkat keaktifan 73%: 62%. Salah satu alasannya adalah pekerja kerah putih memiliki waktu luang lebih banyak (Domelen dkk., 2011, Macassa dkk., 2016; Smith dkk., 2016).

### 3. Hubungan Ketersediaan Sarana Prasarana Olahraga dan motivasi Berolahraga

Ketersediaan prasarana olahraga yang menjadi motivasi seseorang untuk melakukan olahraga, dengan kata lain tidak cukup hanya adanya kemauan untuk

berolahraga tetapi perlu didorong dengan menciptakan situasi yang memungkinkan untuk melakukan olahraga. Salah satu faktor yang berpengaruh pada motivasi olahraga adalah faktor lingkungan (VicHealth, 2010, hlm. 5). Faktor lingkungan yakni keberadaan fasilitas olahraga dan keamanan adalah salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi aktivitas olahraga (Kohl & Hobbs dalam Abd-latif, Mohd, & Omar-fauzee, 2012). Semakin banyak fasilitas olahraga yang tersedia, semakin mudah masyarakat menggunakan dan memanfaatkannya untuk kegiatan olahraga namun sebaliknya, semakin terbatas fasilitas olahraga yang tersedia, semakin terbatas pula kesempatan masyarakat menggunakan dan memanfaatkan untuk kegiatan olahraga (Maksum dalam Mulyo, & Kristiyanto, 2019).

Penelitian lainnya menyebutkan bahwa keberadaan fasilitas olahraga diyakini berkaitan dengan motivasi dalam berolahraga (Eriksson, Arvidsson, & Sundquist, 2012; Halonen et al., 2015; Limstrand & Rehrer, 2008; Ranchod, Roux, Evenson, Sánchez, & Moore, 2014). Khususnya jarak yang lebih dekat antara tempat tinggal dengan fasilitas olahraga dikaitkan dengan aktivitas fisik dan olahraga tingkat tinggi (Addy, Wilson, Addy, & Wilson, 2004). Penelitian Salis et al. (dalam Powell, Slater, Chaloupka, & Harper, 2006) menyebutkan bahwa “... *closer proximity and higher density of exercise facilities were significantly associated with increased frequency of exercise*”. Artinya, semakin dekat jarak antara fasilitas olahraga dengan tempat tinggal maka akan meningkatkan kemauan individu untuk berolahraga. Oleh karena itu, banyak negara telah berinvestasi dalam fasilitas olahraga selama beberapa dekade terakhir untuk mempromosikan partisipasi olahraga (Germany, Ståhl, Rütten, Nutbeam, & Kannas, 2002).

#### 4. Hubungan antara usia, Jam Kerja, dan Ketersediaan Sarana Prasarana Olahraga terhadap Motivasi Berolahraga

Peranan olahraga dalam kehidupan manusia sangat penting karena melalui olahraga merupakan bagian dari upaya peningkatan kualitas hidup yang diarahkan pada kesegaran jasmani, rohani dan mental. Hal ini juga ditujukan untuk pembentukan watak, kepribadian, kedisiplinan dan sportivitas yang tinggi serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan kebanggaan nasional. Pada saat ini olahraga bukan hanya dijadikan sebagai jalan menuju prestasi, tetapi olahraga telah dijadikan sebagai gaya hidup. Kesadaran akan gaya hidup yang sehat saat ini sering dijumpai orang-orang berolahraga pada pagi dan sore hari.

Banyaknya pembangunan pusat-pusat kebugaran menunjukkan antusiasme masyarakat terhadap peningkatan kebugaran jasmani semakin meningkat. Terlebih lagi dengan kehidupan di kota besar yang mengakibatkan kesadaran untuk menjaga kebugaran semakin tinggi. Kesibukan yang telah dilalui masyarakat dari pagi hingga larut malam membutuhkan sebuah energi baru untuk melakukan aktifitas keesokan harinya. Selain itu rentannya mereka terhadap penyakit maka berolahraga adalah salah satu jalan keluar agar tetap sehat dan bugar. Bahkan sering dijumpai bahwa dengan berolahraga badan akan kembali sehat, bugar, dan memperoleh berat badan yang ideal.

Selain manfaat kesehatan, pusat kebugaran merupakan tempat bersosialisasi yang nyaman di mana anda dapat bertemu teman baru, termasuk lawan jenis, atau teman kencan, dan pergi ke tempat didekat pusat kebugaran untuk bertemu setelah berolahraga. Hardiansyah (2014) mengatakan ini karena di pusat kebugaran,

anggota dapat bertemu dengan anggota lain dari berbagai usia dan pekerjaan. Menurut Butarbutar (2002:19) Individu melakukan fitness dan aktivitas fisik di tempat kebugaran untuk memenuhi kebutuhannya, dengan kata lain terdapat motivasi dari individu yang berbeda untuk melakukan aktivitas fisik di tempat kebugaran.

Selain faktor usia, status pekerjaan dan ketersediaan sarana prasarana yang dapat mendukung keberhasilan seseorang untuk melakukan gerakan berolahraga adalah tingkat motivasi yang dimilikinya. Besarnya motivasi yang ada dalam diri seseorang akan dipengaruhi oleh motif yang ada dalam diri seseorang itu sendiri. Motif tersebut dengan sendirinya akan membangun kekuatan yang besar untuk melakukan suatu kegiatan yang sedang ditekuninya, salah satu motivasi yang sangat dibutuhkan adalah motivasi untuk sehat. Jika dihubungkan pada kehidupan manusia saat ini terdapat motivasi dalam berpola hidup sehat. Diketahui bahwa kehidupan manusia yang semakin modern mengakibatkan sedikitnya aktifitas fisik yang dilakukan. Banyaknya penggunaan alat elektronik dan bermotor menambah minimnya aktifitas manusia pada saat ini. Maka dari itu diperlukan adanya kesadaran untuk menjaga pola hidup sehat yakni dengan berolahraga.

Berolahraga diyakini memiliki beberapa manfaat terhadap fisiologis seseorang dengan melakukannya secara rutin dan teratur, sehingga dapat meningkatkan daya kerja jantung, paru, peredaran darah, otot dan sendi (Salim & Nurrohmah, 2013). Dengan melakukan aktivitas olahraga yang rutin dan teratur dapat meningkatkan tingkat kebugaran dan kesehatan seseorang. Pada saat melakukan aktivitas olahraga durasi dan intensitas latihan perlu diperhatikan agar

tidak terjadi kesalahan saat melakukan aktivitas olahraga, latihan inti berkisar 15 hingga 60 menit bertujuan untuk meningkatkan kapasitas fungsional tubuh, sedangkan intensitas latihan yang tinggi dan durasi latihan pendek mengakibatkan respon tubuh yang sama dengan intensitas latihan rendah dengan durasi yang lebih lama (Nofa, 2015). Dengan berolahraga secara teratur tentu akan berperan dalam meningkatkan massa dan kepadatan tulang sehingga risiko terjadinya penyakit persendian dapat menurun (Lesmana & Broto, 2017).

#### **D. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini telah dilaksanakan dengan baik sesuai dengan prosedur penelitian yang ada, tetapi tentu saja penelitian ini masih memiliki kekurangan dan keterbatasan dalam penyusunan dan pelaksanaannya, berikut beberapa hal yang masih kurang dalam penelitian tersebut:

1. Variabel dependen penelitian hanya terfokus pada motivasi berolahraga saja sedangkan usia, status pekerjaan dan ketersediaan sarana prasarana olahraga dapat berpengaruh pada variabel lainnya seperti produktivitas kerja.
2. Keterbatasan waktu dalam pengambilan data penelitian dan kurang responsif pada tendik UNY membuat data yang diperoleh kurang maksimal, karena hanya mendapatkan jawaban responden sebanyak 25% dari keseluruhan 775 tendik UNY.

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Tidak ada hubungan antara usia dan motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta dengan nilai  $p$  0,070.
2. Ada hubungan antara status pekerjaan dan motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta dengan nilai  $p$  0,000.
3. Ada hubungan ketersediaan sarana prasarana olahraga dan motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta dengan nilai  $p$  0,000.
4. Ada hubungan antara usia, status pekerjaan, dan ketersediaan sarana prasarana olahraga terhadap motivasi berolahraga pada tenaga kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta dengan nilai  $p$  0,000.

#### **B. Implikasi**

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, maka implikasi pada penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Perlunya pengkajian lebih dalam yang berkaitan dengan variabel bebas dan terikat sehingga dapat ditemukan nilai yang signifikan antara satu variabel dan variabel lainnya secara parsial.
2. Perlunya pengkajian variabel bebas lainnya untuk mengetahui apakah masih ada beberapa variabel lain yang dapat mempengaruhi motivasi berolahraga pada tendik UNY.

### **C. Saran**

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi penelitian di atas, hasil penelitian dapat di rekomendasikan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian dapat digunakan oleh tendik UNY yang bertujuan untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi motivasi berolahraga.
2. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai bahan evaluasi bagi yang bersangkutan terkait dengan ketersediaan sarana prasarana dilingkungan kerja tendik UNY.
3. Hasil penelitian dapat menjadi referensi pengembangan penelitian yang akan datang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abd-latif, R., Mohd, M., & Omar-fauzee, M. S. (2012). Influence of Physical Environment towards Leisure Time Physical Activity (LTPA) among Adolescents, 38, 234–242. <http://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.03.345>
- Addy, C., Wilson, D., Addy, C. L., & Wilson, D. K. (2004). Associations of Perceived Social and Physical Environmental Supports With Physical Activity and Walking Behavior. <http://doi.org/10.2105/AJPH.94.3.440>
- Aprilyanti, Selvia. 2017. Analisis Usabilitas Sistem Informasi Perpustakaan (SIPUS) Integrasi UGM. *Jurnal Sistem dan Manajemen Industri*, 1 (2) : pp. 66 – 84.
- Arif, I. Dan Santoso, B. 2016. Analisis Usabilitas Sistem Informasi Perpustakaan (SIPUS) Integrasi UGM. *Berkala Ilmu Perpustakaan dan Informasi*, 12 (2): 104 – 112.
- Arikunto, S. 2019. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta, Indonesia: Rineka Cipta.
- Arikunto. 2016. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik, (Edisi Revisi)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arisandi, F. 2018. *Faktor-faktor yang mempengaruhi produktivitas karyawan penyadap di PT.Bridgestone Sumatera Rubber estate*. Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Skripsi.
- Burton, D., & Raedeke, T. D. (2008). *Sport psychology for coaches (Vol. 3)*. United state of America: Human Kinetics.
- Butcher, J., Lindner, K. J., & Johns, D. P. 2002. Withdrawal from Competitive Youth Sport: A Retrospective Ten-Year Study. *Journal of Sport Behavior*, 25, 145-163.
- Chen, T., Hui, E. C. M., Lang, W., & Tao, L. (2016). People, recreational facility and physical activity: New-type urbanization planning for the healthy communities in China. *Habitat International*, 58, 12–22. <https://doi.org/10.1016/j.habitatint.2016.09.001>
- Cucui, I. A., & Cucui, G. G. (2014). Motivation and its implications in sports performance ( Note I ) Motivația și implicațiile acesteia în sportul de performanță ( Nota I ). *Palestrica of the third millennium – Civilization and Sport*, 15(1), 67–72.

- Cutumisu, N. Spence, J. 2012. Sport Field as Potential Catalysts for Physical Activity in the Neighbourhood. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. Vol. 9. 294-314.
- Dai Jun. (2015). Impact of Gender, Age Groups and Physical Activity on the Functional Fitness of the Elderly. *Journal of Capital Institute of Physical Education*.
- Daryono. 1997. *Kamus Bahasa Indonesia Lengkap*. Surabaya: Apollo.
- Eriksson, U., Arvidsson, D., & Sundquist, K. (2012). Availability of exercise facilities and physical activity in 2 , 037 adults : cross-sectional results from the Swedish neighborhood and physical activity ( SNAP ) study. *BMC Public Health*, 12(1), 1. <http://doi.org/10.1186/1471-2458-12-607>
- Gakhar, I., & Malik, S. L. (2017). Physical Fitness: Age Change and sex Differences Among the Jats of Delhi. *The Anthropologist*, 1(1), 37–50. <https://doi.org/10.1080/09720073.1999.1 1890572>
- Gaouzali, Saydam. 2000. *Manajemen Sumber Daya Manusia (Suatu Pendekatan Mikro)*. Jakarta : Djambatan.
- Gram, M., Dahl, R., & Dela, F. (2014). Physical inactivity and muscle oxidative capacity in humans. *European Journal of Sport Science*, 14(4), 376–383. <https://doi.org/10.1080/17461391.2013.8 23466>
- Gregory, J, R. (2014). *Psychological testing: History, principles, and applications (7th ed.)*. United State of America: Pearson Educación.
- Gunarsa, S.D. 2004. *Psikologi Olahraga*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hadi, Sutrisno. 2004. *Analisis Regresi*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hamalik, Oemar. 2001. *Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Bumi Aksara.
- Harrington, J.M. 2001. Health Effects of Shift Work and Extended Hours of Work. *Occupational and Environmental Medicine*, 58, 68-72.
- Hijrin Fitriani. (2021). Fenomena Peningkatan Motivasi Bersepeda Masyarakat Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Sporta Sainatika*, 6(1), 109–118.
- Hoetomo. 2005. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Surabaya: Mitra Pelajar
- Koontz, Harold Cyril O'Donnel. 1980. *Management*. Edition VII. Tokyo: Mc Graw-Hill Kogakusha, Ltd.
- Krech, David and Egerton L.Ballanchey. 1962. *Individual in Society, A text Book of Social Psychology*. Tokyo: Mc Grawhill Kogo Fusha.

- Kyröläinen, H., Santtila, M., Nindl, B. C., & Vasankari, T. (2010). Physical fitness profiles of young men: associations between physical fitness, obesity and health. *Sports Medicine (Auckland, N.Z.)*, 40(11), 907–920. <https://doi.org/10.2165/11536570-000000000-00000>
- Latipah, Eva. 2012. *Pengantar Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: Pedagogia.
- Lesmana, H. S., & Broto, E. P. (2017). Olahraga Upaya Preventif Osteoporosis Dini. *Jurnal Performa Olahraga*, 2 (ISSN: 2528-6102), 34.
- Limstrand, T., & Rehrer, N. J. (2008). Young People's Use of Sports Facilities: A Norwegian Study on Physical Activity. *Scandinavian Journal of Public Health*, 36(5), 452-459. doi: 10.1177/1403494807088455.
- Maksum, A 2011. Psikologi Olahraga Teori dan Aplikasi. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, Ali 2012. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press
- Maurits L S K dan Widodo I D. 2008. *Faktor dan Penjadwalan Shift Kerja*. Teknoin Vol. 13. No. 2:11-12 ISSN:0853-896.
- Mylsidayu, A. 2014. *Psikologi Olahraga*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Nofa, A. (2015). *Peran Fisiologi Olahraga Dalam Menunjang Prestasi*. Jorpres, 11(2), 13.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nugroho. 2008. *Dasar-dasar Rancangan Percobaan*. Bengkulu: UNIB Press
- Nuswantari, Dyah. 1998. *Kamus Kedokteran Dorland Edisi 25*. Jakarta : EGC.
- Ogilvie, D., Lamb, K. E., Ferguson, N. S., & Ellaway, A. (2011). Recreational physical activity facilities within walking and cycling distance: Sociospatial patterning of access in Scotland. *Health and Place*, 17(5), 1015–1022. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2011.07.003>
- Pelletier, L. G., Tuson, K. M., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Briere, N. M., & Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of sport and Exercise Psychology*, 17(1), 35–53.
- Pranata, D. Y. (2020). Aktivitas Olahraga Masyarakat Pada Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 9(2), 32–38.

- Prasetyo, Yudik. 2013. *Kesadaran Masyarakat Berolahraga untuk Peningkatan Kesehatan dan Pembangunan Nasional*. Jurnal Medikora. 11 (2) : 219 - 228.
- Pratama, R. S. (2021). Fenomena Pembelajaran Online Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Di Indonesia. *SPORTIVE: Journal of Physical Education, Sport and Recreation*, 5(September), 149–158.
- Priyono, Joko, dkk. 2016. *Jurnal Ekonomi dan Bisnis*. 1 (1) : 95 - 120.
- Ranchod YK, et al. Longitudinal Associations between Neighborhood Recreational Facilities and Change in Recreational Physical Activity in The Multi-Ethnic Study of Atherosclerosis, 2000–2007. *Am J Epidemiol*. 2014; 179(3):335–43. <http://doi.org/10.1093/aje/kwt263>
- Ratal Wijasantosa. 1984. *Supervisi Pendidikan Olahraga*. Jakarta: univ. Indonesia press.
- Rauner, A., Mess, F., & Woll, A. (2013). The relationship between physical activity, physical fitness and overweight in adolescents: A systematic review of studies published in or after 2000. *BMC Pediatrics*, 13(1). <https://doi.org/10.1186/1471-2431-13-19>
- Riley, Allison, Anderson-Butcher, Dawn Logan, Jessica Newman, Tarkington J. Davis, Jerome. (2017). Staff Practices and Social Skill Outcomes in a Sport-Based Youth Program. *Journal of Applied Sport Psychology*. 29 (1), 59-74.
- Rizal, A. R. A. & M. P. (2020). *Tingkat Partisipasi Warga Desa Blawi Karangbinangun Lamongan Dalam Melakukan Aktivitas Olahraga Berdasarkan Motivasi Intrinsik Dan Ekstrinsik Selama Pandemi (COVID-19)*. Engineering, Construction and Architectural Management, 25(1), 1–9.
- Robbins, Stephen P. 2002. *Pengaruh Jam kerja dan Stres Kerja Terhadap Disiplin Kerja*. Jakarta: Prehallindo.
- Salim, A. Y., & Nurrohmah, A. (2013). *Hubungan Olahraga Dengan Kejadian Penyakit Jantung Koroner Di RSUD Dr. Moewardi*. Gaster, 10 (1), 48. <https://doi.org/10.1098/rspb.2003.2356>
- Silvani, Dewi, dkk. 2018. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*. 3 (1) : 40 - 46.
- Simanjuntak, Payaman. 1985. *Pengantar Ekonomi Sumber Daya Manusia*. Jakarta:LP-FEUI.
- Singh, D., & Pathak, M. K. (2017). Role of motivation and its impact on the performance of a sports person. *Int. J. Phys. Educ. Sport. Heal*, 4(4), 340–342.

- Soepartono. 2000. *Sarana dan Prasarana Olahraga*. Jakarta : Depdiknas.
- Ståhl, T., Rütten, A., Nutbeam, D., & Kannas, L. (2002). The Importance of Policy Orientation and Environment on Physical Activity Participation—A Comparative Analysis between Eastern Germany, Western Germany and Finland. *Health Promotion International*, 17(3), 235-246. <http://doi.org/10.1093/heapro/17.3.235>
- Subri, Mulyadi. 2012. *Ekonomi Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. 2005. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- Sultan, A., Susandi, B., Wahyudhi, E., & Iskandar, H. (2021). Sistem Pembelajaran Jarak Jauh Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (Pjok) Selama Pandemi: Keuntungan, Kendala Dan Solusi. *SPORTIVE: Journal of Physical Education, Sport and Recreation*, 5(2).
- Sumaryanto. 2013. *Eksistensi Olahraga dalam Perspektif Filosofis dan Kebermaknaannya dalam Kehidupan*. Yogyakarta: UNY.
- Sundayana, R. 2015. *Statistik Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Suryadinata, Rivan Virlando, dkk. 2020. *Effect of age and weight on physical activity*. *Journal of Public Health Research*. 9 (1840) : 187 - 190.
- Suryobroto, Agus Sumhendatin. 2004. *Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani*. Universitas Negeri Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan.
- Suud, Hasan. 2007. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Banda Aceh: V, Pena.
- Suud, Mohammad. 2008. *Orientasi Kesejahteraan Sosial*. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Tittlbach, S. A., Jekauc, D., Schmidt, S. C. E., Woll, A., Tittlbach, S. A., Jekauc, D., ... Woll, A. (2017). The relationship between physical activity , fitness , physical complaints and BMI in German adults – results of a longitudinal study, 1391(July). <https://doi.org/10.1080/17461391.2017.1347963>
- Umam, K. 2012. *Perilaku Organisasi*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Usman, Husaini. 2013. *Manajemen, Teori, Praktik, dan Riset Pendidikan*. Jakarta : Bumi Aksara.
- VicHealth. (2010). *Participation in Physical Activity*. Australia: Victorian Health Promotion Foundation.
- Wawan dan Dewi M. 2010. *Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nurul Medika.

- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2003). *Foundations of sport and exercise psychology 3rd ed.* Champaign, IL: Human Kinetics.
- Windri, Tabita Ma, dkk. 2019. *Pengaruh Aktivitas Fisik dengan kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Panti Wredha Maria Sudarsih Ambarawa.* 3 (11) : 1444 - 1451.
- Zulkarnaen. 2010. *Hubungan Motivasi dengan Partisipasi Masyarakat dalam Melakukan Aktivitas Olahraga Futsal di Kota Bekasi.* Jurnal Motion, Volume I. No. 1 September 2010.

# LAMPIRAN

## Lampiran 1. Surat Permohonan Validasi Instrumen penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 513092, 586168 Fax. (0274) 513092  
Laman: fik.uny.ac.id Email: humas\_fik@uny.ac.id

Nomor: B/3.313/UN34.16/KM.07/2022

14 November 2022

Lamp. : -

Hal : Permohonan Validasi

Yth. Bapak/Ibu/Sdr:

**Dr.Hedi Ardiyanto H., SPd., M.Or.**

di tempat

Dengan hormat, kami mohon Bapak/Ibu/Sdr bersedia menjadi Validator Instrumen bagi mahasiswa:

Nama : Aprianisa Nur Fajrin

NIM : 21633251022

Prodi : S-2 Pendidikan Jasmani

Pembimbing : Dr. Yudanto, M.Pd.

Judul : Hubungan Usia, Status Pekerjaan, dan Ketersediaan Sarana Prasarana Terhadap Motivasi Berolahraga pada Tenaga Pendidik (Tendik) Universitas Negeri Yogyakarta

Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu/Sdr dapat mengembalikan hasil validasi paling lambat 2 (dua) minggu. Atas perkenan dan kerja samanya kami ucapkan terimakasih.



Wakil Dekan  
Didang Akademik dan Kerja Sama,

Dr. Yudik Prasetyo, M.Kes.  
NIP.19820815 200501 1 002



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 513092, 586168 Fax. (0274) 513092  
Laman: fik.uny.ac.id Email: humas\_fik@uny.ac.id

Nomor: B/3.320/UN34.16/KM.07/2022

18 November 2022

Lamp. : -

Hal : Permohonan Validasi

Yth. Bapak/Ibu/Sdr:  
**Dr. Tri Ani Hastuti, M.Pd.**  
di tempat

Dengan hormat, kami mohon Bapak/Ibu/Sdr bersedia menjadi Validator Instrumen bagi mahasiswa:

Nama : Aprianisa Nur Fajrin

NIM : 21633251022

Prodi : S-2 Pendidikan Jasmani

Pembimbing : Dr. Yudanto, M.Pd.

Judul : Hubungan Usia, Status Pekerjaan, dan Ketersediaan Sarana Prasarana  
Terhadap Motivasi Berolahraga pada Tenaga Kependidikan (Tendik)  
Universitas Negeri Yogyakarta

Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu/Sdr dapat mengembalikan hasil validasi paling lambat 2 (dua) minggu. Atas perkenan dan kerja samanya kami ucapkan terimakasih.



Wakil Dekan  
Didang Akademik dan Kerja Sama,

Dr. Yudik Prasetyo, M.Kes.  
NIP.19820815 200501 1 002



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 513092, 586168 Fax. (0274) 513092  
Laman: fik.uny.ac.id Email: humas\_fik@uny.ac.id

Nomor: B/3.314/UN34.16/KM.07/2022

14 November 2022

Lamp. : -

Hal : Permohonan Validasi

Yth. Bapak/Ibu/Sdr:  
**Saryono, S.Pd.Jas., M.Or.**  
di tempat

Dengan hormat, kami mohon Bapak/Ibu/Sdr bersedia menjadi Validator Instrumen bagi mahasiswa:

Nama : Aprianisa Nur Fajrin

NIM : 21633251022

Prodi : S-2 Pendidikan Jasmani

Pembimbing : Dr. Yudanto, M.Pd.

Judul : Hubungan Usia, Status Pekerjaan, dan Ketersediaan Sarana Prasarana  
Terhadap Motivasi Berolahraga pada Tenaga Pendidik (Tendik) Universitas  
Negeri Yogyakarta

Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu/Sdr dapat mengembalikan hasil validasi paling lambat 2 (dua) minggu. Atas perkenan dan kerja samanya kami ucapkan terimakasih.



Wakil Dekan  
Didang Akademik dan Kerja Sama,

Dr. Yudik Prasetyo, M.Kes.  
NIP.19820815 200501 1 002

## Lampiran 2. Surat Keterangan Validasi Instrumen Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281, Telepon (0274) 513092, 586168  
Fax. (0274) 513092 Laman: fik.uny.ac.id Email: humas\_fik@uny.ac.id

### SURAT KETERANGAN VALIDASI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dr. Hedi A. Hermawan, M.Or.  
Jabatan/Pekerjaan : Dosen Jurusan POR  
Instansi Asal : FIK Universitas Negeri Yogyakarta

Menyatakan bahwa instrumen penelitian dengan judul:

HUBUNGAN USIA, STATUS PEKERJAAN, DAN KETERSEDIAAN SARANA PRASARANA OLAHRAGA TERHADAP MOTIVASI BEROLAHRAGA PADA TENAGA KEPENDIDIKAN (TENDIK) UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

dari mahasiswa:

Nama : Aprianisa Nur Fajrin  
NIM : 21633251022  
Prodi : S-2 Pendidikan Jasmani

(sudah siap/belum siap)\* dipergunakan untuk penelitian dengan menambahkan beberapa saran sebagai berikut:

1. Menambahkan faktor-faktor yang mempengaruhi Motivasi.
2. Kisi-kisi disesuaikan di Bab 2 tentang faktor-faktor yang mempengaruhi Motivasi.
3. Butir-butir pernyataan disesuaikan dengan indikator.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 7 Desember 2022  
Validator,

  
Dr. Hedi A. Hermawan, M.Or.  
NIP. 19770218 200801 1 002



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281, Telepon (0274) 513092, 586168  
Fax. (0274) 513092 Laman: fik.uny.ac.id Email: humas\_fik@uny.ac.id

---

#### SURAT KETERANGAN VALIDASI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dr. Tri Ani Hastuti, M.Pd.  
Jabatan/Pekerjaan : Dosen Jurusan POR  
Instansi Asal : FIK Universitas Negeri Yogyakarta

Menyatakan bahwa instrumen penelitian dengan judul:

**HUBUNGAN USIA, STATUS PEKERJAAN, DAN KETERSEDIAAN SARANA PRASARANA OLAHRAGA TERHADAP MOTIVASI BEROLAHRAGA PADA TENAGA KEPENDIDIKAN (TENDIK) UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

dari mahasiswa:

Nama : Aprianisa Nur Fajrin  
NIM : 21633251022  
Prodi : S-2 Pendidikan Jasmani

(sudah siap/belum siap)\* dipergunakan untuk penelitian dengan menambahkan beberapa saran sebagai berikut :

1. Tersedianya sarana olahraga untuk memotivasi berolahraga.
2. Tersedianya sarana olahraga yang aman.
3. Tersedianya sarana olahraga yang memudahkan untuk beraktifitas olahraga.
4. Tersedianya sarana or yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran.
5. Sarana olahraga yang ada di UNY menarik.
6. Sarana olahraga yang ada di UNY memacu untuk berolahraga.
7. Sarana olahraga yang ada di UNY sesuai dengan kebutuhan.
8. Sarana yang ada di UNY ramah lingkungan.
9. Tersedianya sarana olahraga yang dapat meningkatkan kesehatan.
10. Tersedianya sarana or yang dapat menyalurkan hobby berolahraga.
11. Tersedianya sarana or yang dapat meningkatkan prestasi olahraga.
12. Tersedianya sarana or sebagai wahana silaturahmi.
13. No.13 - 24 sarana diganti dengan prasarana.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 7 Desember 2022  
Validator,



Dr. Tri Ani Hastuti, M.Pd.  
NIP. 19720904 200112 2 001



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN**  
Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281, Telepon (0274) 513092, 586168  
Fax. (0274) 513092 Laman: fik.uny.ac.id Email: humas\_fik@uny.ac.id

### SURAT KETERANGAN VALIDASI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Saryono, M.Or.  
Jabatan/Pekerjaan : Dosen Jurusan POR  
Instansi Asal : FIK Universitas Negeri Yogyakarta

Menyatakan bahwa instrumen penelitian dengan judul:

HUBUNGAN USIA, STATUS PEKERJAAN, DAN KETERSEDIAAN SARANA  
PRASARANA OLAHRAGA TERHADAP MOTIVASI BEROLAHRAGA PADA TENAGA  
KEPENDIDIKAN (TENDIK) UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

dari mahasiswa:

Nama : Aprianisa Nur Fajrin  
NIM : 21633251022  
Prodi : S-2 Pendidikan Jasmani

(sudah siap/belum siap)\* dipergunakan untuk penelitian dengan menambahkan beberapa saran  
sebagai berikut:

1. Menelusuri jurnal-jurnal terkait variabel lain yang berhubungan dgn Motivasi.
2. ....
3. ....

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 8 Desember 2022  
Validator,

Saryono, M.Or.  
NIP. 19811021 200604 1 001

### Lampiran 3. Data Hasil Uji Coba Instrumen

		Correlations																								KET	
		X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	X22	X23	X24	TOTAL	
X1	Pearson Correlation	1	.590**	-0,102	-0,126	.421**	.890**	0,167	.375**	.500**	.338*	0,193	-0,147	.663**	.431**	.590**	.375**	.500**	.890**	0,167	.327*	.431**	.502**	0,245	0,167	.660**	Valid
	Sig. (2-tailed)		0,000	0,481	0,382	0,002	0,000	0,247	0,007	0,000	0,016	0,179	0,307	0,000	0,002	0,000	0,007	0,000	0,000	0,247	0,020	0,002	0,000	0,086	0,247	0,000	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	
X2	Pearson Correlation	.590**	1	-0,060	-0,075	.525**	.525**	-0,098	.731**	.885**	.555**	.430**	-0,087	-0,119	.799**	1,000**	.731**	.590**	.525**	-0,098	.676**	.799**	.497**	.473**	-0,098	.732**	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000		0,678	0,607	0,000	0,000	0,497	0,000	0,000	0,000	0,002	0,548	0,411	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,497	0,000	0,000	0,000	0,001	0,497	0,000	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	
X3	Pearson Correlation	-0,102	-0,060	1	.808**	.363**	-0,115	-0,068	-0,082	-0,068	-0,108	.298*	-0,060	-0,082	-0,075	-0,060	-0,082	-0,102	-0,115	-0,068	-0,089	-0,075	-0,121	-0,127	-0,068	0,009	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,481	0,678		0,000	0,010	0,428	0,639	0,570	0,639	0,454	0,036	0,678	0,570	0,603	0,678	0,570	0,481	0,428	0,639	0,538	0,603	0,403	0,378	0,639	0,949	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	
X4	Pearson Correlation	-0,126	-0,075	.808**	1	.450**	-0,142	0,197	-0,102	0,197	0,069	0,188	-0,075	-0,102	-0,093	-0,075	0,141	0,084	-0,142	0,197	-0,110	-0,093	0,042	-0,158	0,197	0,106	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,382	0,607	0,000		0,001	0,325	0,171	0,481	0,171	0,633	0,192	0,607	0,481	0,519	0,607	0,330	0,561	0,325	0,171	0,446	0,519	0,771	0,275	0,171	0,463	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	
X5	Pearson Correlation	.421**	.525**	.363**	.450**	1	.561**	.437**	.313*	.593**	.606**	.518**	0,180	0,178	.513**	.525**	.718**	.890**	.561**	.437**	.521**	.657**	.735**	.380**	.437**	.842**	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,002	0,000	0,010	0,001		0,000	0,002	0,027	0,000	0,000	0,000	0,212	0,216	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,002	0,000	0,000	0,000	0,007	0,002	0,000	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	
X6	Pearson Correlation	.890**	.525**	-0,115	-0,142	.561**	1	0,125	.313*	.437**	.493**	.317*	0,180	.583**	.369	.525**	.583**	.656**	1,000**	0,125	.521**	.657**	.628**	.380**	0,125	.763**	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000	0,428	0,325	0,000		0,388	0,027	0,002	0,000	0,025	0,212	0,000	0,008	0,000	0,000	0,000	0,000	0,388	0,000	0,000	0,000	0,007	0,388	0,000	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	
X7	Pearson Correlation	0,167	-0,098	-0,068	0,197	.437**	0,125	1	0,058	0,111	0,145	0,057	-0,098	.442**	.287*	-0,098	0,058	.500**	0,125	1,000**	0,036	-0,123	.410**	0,089	1,000**	.378**	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,247	0,497	0,639	0,171	0,002	0,388		0,691	0,442	0,316	0,693	0,497	0,001	0,043	0,497	0,691	0,000	0,388	0,000	0,802	0,394	0,003	0,538	0,000	0,007	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	
X8	Pearson Correlation	.375**	.731**	-0,082	-0,102	.313*	.313*	0,058	1	.634**	.342*	.588**	-0,119	-0,163	.738**	.731**	.502**	.375**	.313*	0,058	.767**	.560**	.286*	.647**	0,058	.613**	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,007	0,000	0,570	0,481	0,027	0,027	0,691		0,000	0,015	0,000	0,411	0,259	0,000	0,000	0,000	0,007	0,027	0,691	0,000	0,000	0,044	0,000	0,691	0,000	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	
X9	Pearson Correlation	.500**	.885**	-0,068	0,197	.593**	.437**	0,111	.634**	1	.628**	.343*	-0,098	-0,134	.698**	.885**	.826**	.667**	.437**	0,111	.582**	.698**	.562**	.386**	0,111	.740**	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000	0,639	0,171	0,000	0,002	0,442	0,000		0,000	0,015	0,497	0,352	0,000	0,000	0,000	0,000	0,002	0,442	0,000	0,000	0,000	0,006	0,442	0,000	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	
X10	Pearson Correlation	.338*	.555**	-0,108	0,069	.606**	.493**	0,145	.342*	.628**	1	.464**	.555**	0,064	.547**	.555**	.760**	.700**	.493**	0,145	.558**	.695**	.896**	.529**	0,145	.776**	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,016	0,000	0,454	0,633	0,000	0,000	0,316	0,015	0,000		0,001	0,000	0,659	0,000	0,000	0,000	0,000	0,316	0,000	0,000	0,000	0,000	0,316	0,000	0,000	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	
X11	Pearson Correlation	0,193	.430**	.298*	0,188	.518**	.317*	0,057	.588**	.343*	.464**	1	0,114	-0,030	.538**	.430**	.465**	.407**	.317*	0,057	.636**	.538**	.375**	.909**	0,057	.642**	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,179	0,002	0,036	0,192	0,000	0,025	0,693	0,000	0,015	0,001		0,431	0,838	0,000	0,002	0,001	0,003	0,025	0,693	0,000	0,000	0,007	0,000	0,693	0,000	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	
X12	Pearson Correlation	-0,147	-0,087	-0,060	-0,075	0,180	0,180	-0,098	-0,119	-0,098	.555**	0,114	1	-0,119	-0,109	-0,087	.306*	0,221	0,180	-0,098	0,273	.345*	.497**	0,144	-0,098	0,207	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,307	0,548	0,678	0,607	0,212	0,212	0,497	0,411	0,497	0,000	0,431		0,411	0,452	0,548	0,031	0,123	0,212	0,497	0,055	0,014	0,000	0,317	0,497	0,149	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	
X13	Pearson Correlation	.663**	-0,119	-0,082	-0,102	0,178	.583**	.442**	-0,163	-0,134	0,064	-0,030	-0,119	1	0,028	-0,119	-0,163	0,231	.583**	.442**	-0,176	-0,149	.286*	0,005	.442**	0,267	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,411	0,570	0,481	0,216	0,000	0,001	0,259	0,352	0,659	0,838	0,411		0,845	0,411	0,259	0,107	0,000	0,001	0,221	0,302	0,044	0,972	0,001	0,061	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	

X14	Pearson Correlation	.431**	.799**	-0,075	-0,093	.513**	.369**	.287*	.738**	.698**	.547**	.538**	-0,109	0,028	1	.799**	.560**	.585**	.369**	.287*	.678**	.621**	.483**	.592**	.287*	.744**	Valid	
	Sig. (2-tailed)	0,002	0,000	0,603	0,519	0,000	0,008	0,043	0,000	0,000	0,000	0,000	0,452	0,845		0,000	0,000	0,000	0,008	0,043	0,000	0,000	0,000	0,043	0,000	0,000		
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		50
X15	Pearson Correlation	.590**	1,000**	-0,060	-0,075	.525**	.525**	-0,098	.731**	.885**	.555**	.430**	-0,087	-0,119	.799**	1	.731**	.590**	.525**	-0,098	.676**	.799**	.497**	.473**	-0,098	.732**	Valid	
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000	0,678	0,607	0,000	0,000	0,497	0,000	0,000	0,000	0,002	0,548	0,411	0,000		0,000	0,000	0,000	0,497	0,000	0,000	0,000	0,001	0,497	0,000		0,000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		50
X16	Pearson Correlation	.375**	.731**	-0,082	0,141	.718**	.583**	0,058	.502**	.826**	.760**	.465**	.306*	-0,163	.560**	.731**	1	.807**	.583**	0,058	.767**	.915**	.681**	.519**	0,058	.818**	Valid	
	Sig. (2-tailed)	0,007	0,000	0,570	0,330	0,000	0,000	0,691	0,000	0,000	0,000	0,001	0,031	0,259	0,000	0,000		0,000	0,000	0,691	0,000	0,000	0,000	0,000	0,691	0,000		0,000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		50
X17	Pearson Correlation	.500**	.590**	-0,102	0,084	.890**	.656**	.500**	.375**	.667**	.700**	.407**	0,221	0,231	.585**	.590**	.807**	1	.656**	.500**	.600**	.739**	.844**	.468**	.500**	.895**	Valid	
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000	0,481	0,561	0,000	0,000	0,000	0,007	0,000	0,000	0,003	0,123	0,107	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,001	0,000	0,000		0,000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		50
X18	Pearson Correlation	.890**	.525**	-0,115	-0,142	.561**	1,000**	0,125	.313*	.437**	.493**	.317*	0,180	.583**	.369**	.525**	.583**	.656**	1	0,125	.521**	.657**	.628**	.380**	0,125	.763**	Valid	
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000	0,428	0,325	0,000	0,000	0,388	0,027	0,002	0,000	0,025	0,212	0,000	0,008	0,000	0,000	0,000		0,388	0,000	0,000	0,007	0,388	0,000	0,000		
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		50
X19	Pearson Correlation	0,167	-0,098	-0,068	0,197	.437**	0,125	1,000**	0,058	0,111	0,145	0,057	-0,098	.442**	.287*	-0,098	0,058	.500**	0,125	1	0,036	-0,123	.410**	0,089	1,000**	.378**	Valid	
	Sig. (2-tailed)	0,247	0,497	0,639	0,171	0,002	0,388	0,000	0,691	0,442	0,316	0,693	0,497	0,001	0,043	0,497	0,691	0,000	0,388		0,802	0,394	0,003	0,538	0,000	0,007		0,000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		50
X20	Pearson Correlation	.327*	.676**	-0,089	-0,110	.521**	.521**	0,036	.767**	.582**	.558**	.636**	0,273	-0,176	.678**	.676**	.767**	.600**	.521**	0,036	1	.846**	.488**	.700**	0,036	.756**	Valid	
	Sig. (2-tailed)	0,020	0,000	0,538	0,446	0,000	0,000	0,802	0,000	0,000	0,000	0,000	0,055	0,221	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,802		0,000	0,000	0,000	0,802	0,000		0,000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		50
X21	Pearson Correlation	.431**	.799**	-0,075	-0,093	.657**	.657**	-0,123	.560**	.698**	.695**	.538**	.345*	-0,149	.621**	.799**	.915**	.739**	.657**	-0,123	.846**	1	.623**	.592**	-0,123	.802**	Valid	
	Sig. (2-tailed)	0,002	0,000	0,603	0,519	0,000	0,000	0,394	0,000	0,000	0,000	0,000	0,014	0,302	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,394	0,000		0,000	0,000	0,394	0,000		0,000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		50
X22	Pearson Correlation	.502**	.497**	-0,121	0,042	.735**	.628**	.410**	.286*	.562**	.896**	.375**	.497**	.286*	.483**	.497**	.681**	.844**	.628**	.410**	.488**	.623**	1	.443**	.410**	.839**	Valid	
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000	0,403	0,771	0,000	0,000	0,003	0,044	0,000	0,000	0,007	0,000	0,044	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,003	0,000	0,000		0,001	0,003	0,000		0,000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		50
X23	Pearson Correlation	0,245	.473**	-0,127	-0,158	.380**	.380**	0,089	.647**	.386**	.529**	.909**	0,144	0,005	.592**	.473**	.519**	.468**	.380**	0,089	.700**	.592**	.443**	1	0,089	.663**	Valid	
	Sig. (2-tailed)	0,086	0,001	0,378	0,275	0,007	0,007	0,538	0,000	0,006	0,000	0,000	0,317	0,972	0,000	0,001	0,000	0,001	0,007	0,538	0,000	0,000	0,001		0,538	0,000		0,000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		50
X24	Pearson Correlation	0,167	-0,098	-0,068	0,197	.437**	0,125	1,000**	0,058	0,111	0,145	0,057	-0,098	.442**	.287*	-0,098	0,058	.500**	0,125	1,000**	0,036	-0,123	.410**	0,089	1	.378**	Valid	
	Sig. (2-tailed)	0,247	0,497	0,639	0,171	0,002	0,388	0,000	0,691	0,442	0,316	0,693	0,497	0,001	0,043	0,497	0,691	0,000	0,388	0,000	0,802	0,394	0,003	0,538	0,000	0,007		0,000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		50
TOTAL	Pearson Correlation	.660**	.732**	0,009	0,106	.842**	.763**	.378**	.613**	.740**	.776**	.642**	0,207	0,267	.744**	.732**	.818**	.895**	.763**	.378**	.756**	.802**	.839**	.663**	.378**	1	Valid	
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000	0,949	0,463	0,000	0,000	0,007	0,000	0,000	0,000	0,000	0,149	0,061	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,007	0,000	0,000	0,000	0,000	0,007	0,000		0,000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		50

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

		Correlations																											TOTAL	KET	
		Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Y21	Y22	Y23	Y24	Y25	Y26	Y27			
Y1	Pearson Correlation	1	.800	.424	.675	0.093	.496	.436	.669	.741	.547	.337	.517	.786	.501	.635	.590	.480	0.093	.675	.713	.410	.718	.454	.629	.725	.823	0.138	.785		
	Sig. (2-tailed)		0,000	0,002	0,000	0,520	0,000	0,002	0,000	0,000	0,000	0,017	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,520	0,000	0,003	0,000	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000	0,339	0,000	Valid	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		
Y2	Pearson Correlation	.800	1	.529	.789	0.174	.566	.488	.681	.732	.643	.293	.689	.837	.447	.705	.622	.386	0.174	.638	.776	.488	.779	.510	.566	.769	.764	0.213	.831		
	Sig. (2-tailed)	0,000		0,000	0,000	0,226	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,039	0,000	0,000	0,001	0,000	0,000	0,006	0,226	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,137	0,000	Valid	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		
Y3	Pearson Correlation	.424	.529	1	.616	.595	.519	.536	.624	.592	.447	.401	.324	.478	.330	.654	.424	.534	.595	.543	.668	.461	.466	.513	.360	.455	.408	.467	.722		
	Sig. (2-tailed)	0,002	0,000		0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,001	0,004	0,022	0,000	0,019	0,000	0,002	0,000	0,000	0,000	0,000	0,001	0,001	0,000	0,010	0,001	0,003	0,001	0,000	Valid	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		
Y4	Pearson Correlation	.675	.789	.616	1	0.277	.781	.615	.789	.786	.594	.434	.510	.713	.584	.871	.606	.410	0.277	.731	.817	.564	.820	.724	.624	.745	.736	0.239	.901		
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000	0,000		0,052	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,002	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,003	0,052	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,094	0,000	Valid	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		
Y5	Pearson Correlation	0.093	0.174	.595	0.277	1	0.210	.328	0.250	0.260	0.047	.483	0.015	0.017	0.113	.370	-0.020	0.010	1.000	0.052	0.143	0.258	0.063	0.210	0.038	0.034	0.066	.619	.342		
	Sig. (2-tailed)	0,520	0,226	0,000	0,052		0,144	0,020	0,080	0,068	0,746	0,000	0,918	0,907	0,435	0,008	0,888	0,947	0,000	0,721	0,322	0,070	0,663	0,144	0,793	0,816	0,650	0,000	0,015	Valid	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		
Y6	Pearson Correlation	.496	.566	.519	.781	0.210	1	.727	.614	.690	.388	.356	.340	.541	.418	.678	.368	.466	0.210	.683	.763	.460	.652	.724	.581	.668	.593	0.183	.763		
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000	0,000	0,000	0,144		0,000	0,000	0,000	0,005	0,011	0,016	0,000	0,003	0,000	0,009	0,001	0,144	0,000	0,000	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,203	0,000	Valid	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		
Y7	Pearson Correlation	.436	.488	.536	.615	.328	.727	1	.604	.695	.438	.494	.415	.520	.616	.541	.384	.516	.328	.545	.659	.572	.462	.689	.458	.564	.621	.388	.757		
	Sig. (2-tailed)	0,002	0,000	0,000	0,000	0,020	0,000		0,000	0,000	0,001	0,000	0,003	0,000	0,000	0,000	0,006	0,000	0,020	0,000	0,000	0,001	0,000	0,001	0,000	0,001	0,000	0,005	0,000	Valid	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		
Y8	Pearson Correlation	.669	.681	.624	.789	0.250	.614	.604	1	.737	.623	.472	.401	.708	.654	.678	.637	.601	0.250	.721	.803	.499	.720	.676	.648	.615	.705	0.120	.858		
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000	0,000	0,000	0,080	0,000	0,000		0,000	0,000	0,001	0,004	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,080	0,000	0,000	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,405	0,000	Valid	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		
Y9	Pearson Correlation	.741	.732	.592	.786	0.260	.690	.695	.737	1	.603	.449	.407	.787	.607	.669	.502	.588	0.260	.723	.751	.593	.773	.587	.600	.565	.841	0.232	.877		
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000	0,000	0,000	0,068	0,000	0,000	0,000		0,000	0,001	0,003	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,068	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,104	0,000	Valid		
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		
Y10	Pearson Correlation	.547	.643	.447	.594	0.047	.388	.438	.623	.603	1	.319	.506	.654	.386	.562	.461	.646	0.047	.738	.600	.359	.526	.502	.363	.514	.601	0.141	.689		
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000	0,001	0,000	0,746	0,005	0,001	0,000	0,000		0,024	0,000	0,000	0,006	0,000	0,001	0,000	0,746	0,000	0,000	0,011	0,000	0,000	0,010	0,000	0,328	0,000	Valid		
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		
Y11	Pearson Correlation	.337	.293	.401	.434	.483	.356	.494	.472	.449	.319	1	0.143	.347	.536	.456	0.229	0.099	.483	.398	.405	.379	.336	.487	0.218	0.230	.468	.415	.560		
	Sig. (2-tailed)	0,017	0,039	0,004	0,002	0,000	0,011	0,000	0,001	0,001	0,024		0,323	0,013	0,000	0,001	0,109	0,495	0,000	0,004	0,004	0,007	0,017	0,000	0,128	0,109	0,001	0,003	0,000	Valid	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		
Y12	Pearson Correlation	.517	.689	.324	.510	0.015	.340	.415	.401	.407	.506	0.143	1	.695	0.251	.438	.634	0.209	0.015	.310	.552	.295	.451	.503	.326	.719	.613	.491	.600		
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000	0,022	0,000	0,918	0,016	0,003	0,004	0,003	0,000	0,323		0,000	0,079	0,001	0,000	0,145	0,918	0,028	0,000	0,038	0,001	0,000	0,021	0,000	0,000	0,000	Valid		
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		
Y13	Pearson Correlation	.786	.837	.478	.713	0.017	.541	.520	.708	.787	.654	.347	.695	1	.522	.580	.688	.467	0.017	.628	.759	.414	.823	.531	.648	.776	.872	0.252	.832		
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000	0,000	0,000	0,907	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,013	0,000		0,000	0,000	0,000	0,001	0,907	0,000	0,000	0,003	0,000	0,000	0,000	0,000	0,077	0,000	Valid		
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		
Y14	Pearson Correlation	.501	.447	.330	.584	0.113	.418	.616	.654	.607	.386	.536	0.251	.522	1	.523	.710	.487	0.113	.510	.565	.591	.558	.522	.483	.389	.610	0.072	.687		
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,001	0,019	0,000	0,435	0,003	0,000	0,000	0,000	0,006	0,000	0,079	0,000		0,000	0,000	0,000	0,435	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,005	0,000	0,621	0,000	Valid	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		
Y15	Pearson Correlation	.635	.705	.654	.871	.370	.678	.541	.678	.669	.562	.456	.438	.580	.523	1	.567	.385	.370	.620	.750	.557	.671	.682	.456	.675	.600	.284	.831		
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000	0,000	0,000	0,008	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,001	0,001	0,000	0,000		0,000	0,006	0,008	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,001	0,000	0,046	0,000	Valid		
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50		
Y16	Pearson Correlation	.590	.622	.424	.606	-0.020	.368	.384																							



### Case Processing Summary X

		N	%
Cases	Valid	50	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	0,0
	Total	50	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

### Reliability Statistics X

Cronbach's Alpha	N of Items	Ket
0,753	24	Reliable

### Case Processing Summary Y

		N	%
Cases	Valid	50	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	0,0
	Total	50	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

### Reliability Statistics Y

Cronbach's Alpha	N of Items	Ket
0,759	27	Reliable

## Lampiran 4. Instrumen Penelitian

### KUESIONER PENELITIAN

#### HUBUNGAN USIA, STATUS SOSIAL, DAN KETERSEDIAAN SARANA PRASARANA OLAHRAGA TERHADAP MOTIVASI BEROLAHRAGA PADA TENAGA KEPENDIDIKAN (TENDIK) UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

##### A. KARAKTERISTIK RESPONDEN

Nama Inisial : .....

Usia : ..... tahun

Status Pekerjaan : PNS / Non-PNS \*)

##### B. PETUNJUK PENGISIAN:

1. Mohon angket ini diisi untuk menjawab seluruh pernyataan yang ada.
2. Berilah tanda silang (√) pada kolom yang tersedia dan pilihlah sesuai keadaan yang sebenarnya.
3. Setiap orang dapat mempunyai jawaban yang berbeda-beda berdasarkan keadaannya masing-masing, oleh karena itu pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri Anda, karena tidak ada jawaban yang dianggap salah.

**SELAMAT MENERJAKAN**

Kisi-kisi Angket Ketersediaan Sarpras Olahraga			
Variabel	Faktor	Indikator	No. Butir
Ketersediaan	Sarana	Perlengkapan dan peralatan	1
		Keselamatan	2
		Kesehatan	3
		Produk ramah lingkungan	4
	Prasarana	Ruang dan tempat berolahraga	5
		Lingkungan	6
		Keselamatan	7
		Keamanan	8
		Kesehatan	9

Sumber: (PP No.16 Tahun 2007 tentang Penyelenggaraan Keolahragaan pasal 89 ayat 2 dan 3)

NO	PERNYATAAN	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Tersedia perlengkapan dan atau peralatan olahraga di tempat Anda bekerja/ di rumah				
2	Perlengkapan dan atau peralatan olahraga memenuhi prosedur keselamatan bagi penggunaanya				
3	Perlengkapan dan atau peralatan olahraga terawat dan layak digunakan				
4	Perlengkapan dan atau peralatan olahraga merupakan produk yang ramah lingkungan				
5	Tersedia ruang dan atau tempat berolahraga di tempat Anda bekerja/ di rumah				
6	Ruang dan atau tempat berolahraga terbebas dari polusi air, udara, dan suara				
7	Ruang dan atau tempat berolahraga sesuai dengan persyaratan keselamatan bangunan				
8	Ruang dan atau tempat berolahraga terdapat sistem keamanan				
9	Tersedia perlengkapan medik dan kebersihan di ruang dan atau tempat berolahraga				

Kisi-kisi Angket <i>Sport Motivation Scale-28</i>				
Variabel	Faktor	Indikator	No. Butir	Jumlah
Motivasi	Intrinsik	Untuk mengetahui	1, 2, 3, 4	4
		Mencapai prestasi	5, 6, 7, 8	4
		Mengalami stimulasi	9, 10, 11, 12	4
	Ekstrinsik	<i>Identified</i>	13, 14, 15, 16	4
		<i>Introjected</i>	17, 18, 19, 20	4
		<i>External Regulation</i>	21, 22, 23, 24	4
	<i>Amotivation</i>	<i>Powerlessness</i> (Perasaan tidak mampu)	25, 26, 27, 28	4

Sumber : (Pelletier, Fortier, et al., 1995)

NO	PERNYATAAN	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Olahraga dapat menambah pengalaman hidup saya supaya lebih termotivasi untuk melakukan olahraga				
2	Berlatih olahraga untuk kesenangan hidup				
3	Saya perlu memiliki alasan yang kuat untuk berolahraga, kemudian saya ragu untuk melakukan olahraga				
4	Berolahraga untuk menemukan bentuk latihan yang baru dalam olahraga				
5	Saya hanya ingin bisa melakukan olahraga				
6	Berolahraga dapat membuat bangga orang-orang yang saya kenal				
7	Berolahraga merupakan suatu cara yang baik bertemu dengan orang lain				
8	Merasa puas atau senang saat dapat menguasai suatu tehnik yang sulit dalam olahraga				
9	Berolahraga merupakan cara yang baik untuk membentuk badan yang bagus				
10	Memenuhi gengsi sebagai seorang atlet				
11	Berolahraga merupakan cara terbaik untuk mengembangkan diri				
12	Berolahraga untuk memperbaiki kekurangan yang ada pada diri				
13	Berolahraga untuk mencari kesenangan				
14	Saya berolahraga untuk kebugaran tubuh saya sendiri				
15	Merasa puas ketika dapat menguasai suatu teknik olahraga				
16	Orang-orang disekitar saya berfikir bahwa saya penting untuk melakukan olahraga				
17	Berolahraga merupakan cara terbaik untuk belajar banyak hal yang berguna bagi kehidupan saya				
18	Olahraga dapat memenuhi hasrat emosi saya ketika saya melakukan olahraga yang saya sukai				
19	Saya rasa olahraga bukan hobby saya				
20	Saya merasa senang saat melakukan olahraga atau tehnik yang sulit				
21	Saya merasa rugi jika saya tidak memanfaatkan waktu untuk melakukan olahraga				
22	Untuk menunjukkan kepada orang lain bahwa saya terampil dalam melakukan olahraga				
23	Saya merasa senang saat menemukan dan melakukan tehnik baru yang belum pernah saya lakukan sebelumnya				
24	Olahraga merupakan salah satu cara untuk menjaga hubungan baik dengan teman-teman				
25	Totalitas dalam berolahraga merupakan wujud kesenangan saya				
26	Saya harus berolahraga secara teratur				
27	Untuk menemukan cara baru saat berolahraga				
28	Saya sering mengatakan pada diri saya sendiri, bahwa saya tidak dapat mencapai tujuan berolahraga				

## Lampiran 5. Surat Permohonan Izin Penelitian

URAT IZIN PENELITIAN

about:blank



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092  
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas\_fik@uny.ac.id

Nomor : B/1091/UN34.16/PT.01.04/2022

8 Desember 2022

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : **Izin Penelitian**

**Yth . Ka.Biro BAKK Universitas Negeri Yogyakarta**

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Aprianisa Nur Fajrin  
NIM : 21633251022  
Program Studi : Pendidikan Jasmani - S2  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tesis  
Judul Tugas Akhir : HUBUNGAN USIA, STATUS PEKERJAAN, DAN KETERSEDIAAN SARANA PRASARANA OLAHRAGA TERHADAP MOTIVASI BEROLAHRAGA PADA TENAGA KEPENDIDIKAN (TENDIK) UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
Waktu Penelitian : 9 - 23 Desember 2022

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Tembusan :












1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.  
NIP 19820815 200501 1 002

## Lampiran 6. Kartu Bimbingan

### KARTU BIMBINGAN TESIS

Nama Mahasiswa : Apriantisa Nur Fajrin  
NIM : 21633251022  
Program Studi : S-2 Pendidikan Jasmani  
Pembimbing : Dr. Yudanto, M.Pd.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1.	7 Jan'2022	Studi Pendahuluan	
2.	11 Feb'2022	Penyusunan Bab I	
3.	4 Mar'2022	penyusunan Bab II	
4.	8 April'2022	Penyusunan Bab III	
5.	9 Sept'2022	Penyusunan Instrumen	
6.	21 Okt'2022	Acc Seminar proposal	
7.	7 Des'2022	Expert Judgement	
8.	9 Des'2022	Pengambilan Data	
9.	26 Des'2022	Penyusunan Bab 4-5	
10.	6 Jan'2023	Revisi Bab 4-5	
11.	13 Jan'2023	Acc Ujian Tesis.	

Koordinator Prodi S-2 Penjas,



Dr. Ngatman, M.Pd.  
NIP. 19670605 199403 1 001

## Lampiran 7. Data Hasil Penelitian

Distribusi Frekuensi Status Pekerjaan		
PNS	93	48%
Non PNS	101	52%
Jumlah	194	100%

Distribusi Frekuensi Usia			
INTERVAL DATA		F	Persentase
21	24	14	7%
25	28	13	7%
30	33	6	3%
34	37	10	5%
38	41	46	24%
43	46	22	11%
47	50	24	12%
51	54	34	18%
56	59	25	13%
JUMLAH		194	100%

**Lampiran 8. Hasil Analisis Instrumen Penelitian**  
**UJI NORMALITAS DATA**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

Unstandard  
ized  
Residual

N		194
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	0,0000000
	Std. Deviation	8,99485099
	Absolute	0,061
Most Extreme Differences	Positive	0,061
	Negative	-0,030
Test Statistic		0,061
Asymp. Sig. (2-tailed)		.079 <sup>c</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

**UJI LINIERITAS DATA**

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
MOTIVASI OR * USIA	Between Groups	(Combined)	6926,537	34	203,722	2,165	0,001
		Linearity	258,370	1	258,370	2,745	0,100
		Deviation from Linearity	6668,167	33	202,066	2,147	0,001
	Within Groups		14964,211	159	94,115		
	Total		21890,747	193			

**ANOVA Table<sup>a</sup>**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
MOTIVASI OR * STATUS PEKERJAAN	Between Groups	(Combined)	942,714	1	942,714	8,640	0,004
	Within Groups		20948,033	192	109,104		
	Total		21890,747	193			

a. With fewer than three groups, linearity measures for MOTIVASI OR \* STATUS PEKERJAAN cannot be computed.

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
MOTIVASI OR * SARPRAS OR	Between Groups	(Combined)	6536,658	14	466,904	5,443	0,000
		Linearity	4818,295	1	4818,295	56,172	0,000
		Deviation from Linearity	1718,363	13	132,182	1,541	0,107
	Within Groups		15354,090	179	85,777		
	Total		21890,747	193			

### UJI MULTIKOLINIARITAS DATA

#### Coefficients<sup>a</sup>

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	54,416	5,399		10,078	0,000		
USIA	-0,134	0,073	-0,125	-1,823	0,070	0,799	1,251
STATUS PEKERJAAN	6,000	1,426	0,282	4,209	0,000	0,835	1,197
SARPRAS OR	1,296	0,178	0,457	7,286	0,000	0,953	1,049

a. Dependent Variable: MOTIVASI OR

#### Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
MOTIVASI OR	80,04	10,650	194
USIA	42,58	9,933	194
STATUS PEKERJAAN	0,48	0,501	194
SARPRAS OR	21,96	3,759	194

#### Correlations

		MOTIVASI OR	USIA	STATUS PEKERJAAN	SARPRAS OR
Pearson Correlation	MOTIVASI OR	1,000	-0,109	0,208	0,469
	USIA	-0,109	1,000	0,404	-0,214
	STATUS PEKERJAAN	0,208	0,404	1,000	-0,053
	SARPRAS OR	0,469	-0,214	-0,053	1,000
Sig. (1-tailed)	MOTIVASI OR		0,066	0,002	0,000
	USIA	0,066		0,000	0,001
	STATUS PEKERJAAN	0,002	0,000		0,233
	SARPRAS OR	0,000	0,001	0,233	
N	MOTIVASI OR	194	194	194	194
	USIA	194	194	194	194
	STATUS PEKERJAAN	194	194	194	194
	SARPRAS OR	194	194	194	194

#### Variables Entered/Removed<sup>a</sup>

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	SARPRAS OR, STATUS PEKERJAAN, USIA <sup>b</sup>		Enter

a. Dependent Variable: MOTIVASI OR

b. All requested variables entered.

### KOEFISIEN DETERMINASI

#### Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	Change Statistics			Sig. F Change
						F Change	df 1	df 2	
1	.535 <sup>a</sup>	0,287	0,275	9,066	0,287	25,453	3	190	0,000

a. Predictors: (Constant), SARPRAS OR, STATUS PEKERJAAN, USIA

### UJI F (SIMULTAN)

#### ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	6275,630	3	2091,877	25,453	.000 <sup>b</sup>
	Residual	15615,117	190	82,185		
	Total	21890,747	193			

a. Dependent Variable: MOTIVASI OR

b. Predictors: (Constant), SARPRAS OR, STATUS PEKERJAAN, USIA

### UJI T (PARSIAL)

#### Coefficients<sup>a</sup>

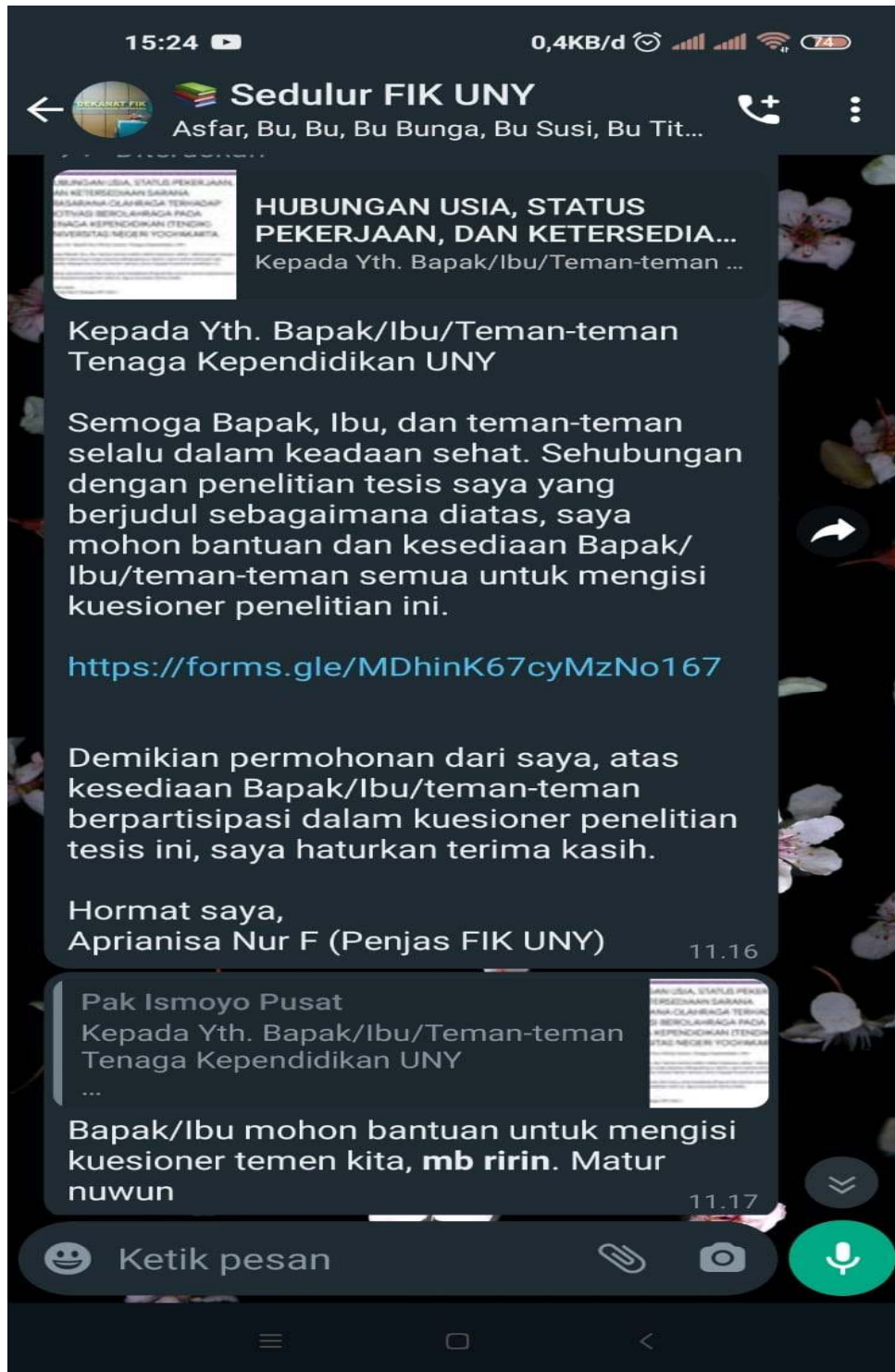
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
		B	Std. Error			
1	(Constant)	54,416	5,399		10,078	0,000
	USIA	-0,134	0,073	-0,125	-1,823	0,070
	STATUS PEKERJAAN	6,000	1,426	0,282	4,209	0,000
	SARPRAS OR	1,296	0,178	0,457	7,286	0,000

a. Dependent Variable: MOTIVASI OR

VARIABEL	KOEFISIEN REGRESI (BETA)	KOEFISIENKORELASI	R SQUARE
X1	-0,125	-0,109	0,28668
X2	0,282	0,208	
X3	0,457	0,469	

VARIABEL	SE	SR
Usia	1%	5%
Status Pekerjaan	6%	20%
Sarpras OR	21%	75%
JUMLAH	29%	100%

## Lampiran 9. Dokumentasi



15:27

2,0KB/d



Bu Yuyun Farida2 Bi...

online

Badhe nyuwun tulung untuk di share kan angket kuesioner Tesis saya Bu 09.52 ✓✓

Diteruskan



**HUBUNGAN USIA, STATUS PEKERJAAN, DAN KETERSEDIAAN...**  
Kepada Yth. Bapak/Ibu/Teman-teman ...

Kepada Yth. Bapak/Ibu/Teman-teman Tenaga Kependidikan UNY

Semoga Bapak, Ibu, dan teman-teman selalu dalam keadaan sehat. Sehubungan dengan penelitian tesis saya yang berjudul sebagaimana diatas, saya mohon bantuan dan kesediaan Bapak/Ibu/teman-teman semua untuk mengisi kuesioner penelitian ini.

<https://forms.gle/MDhinK67cyMzNo167>

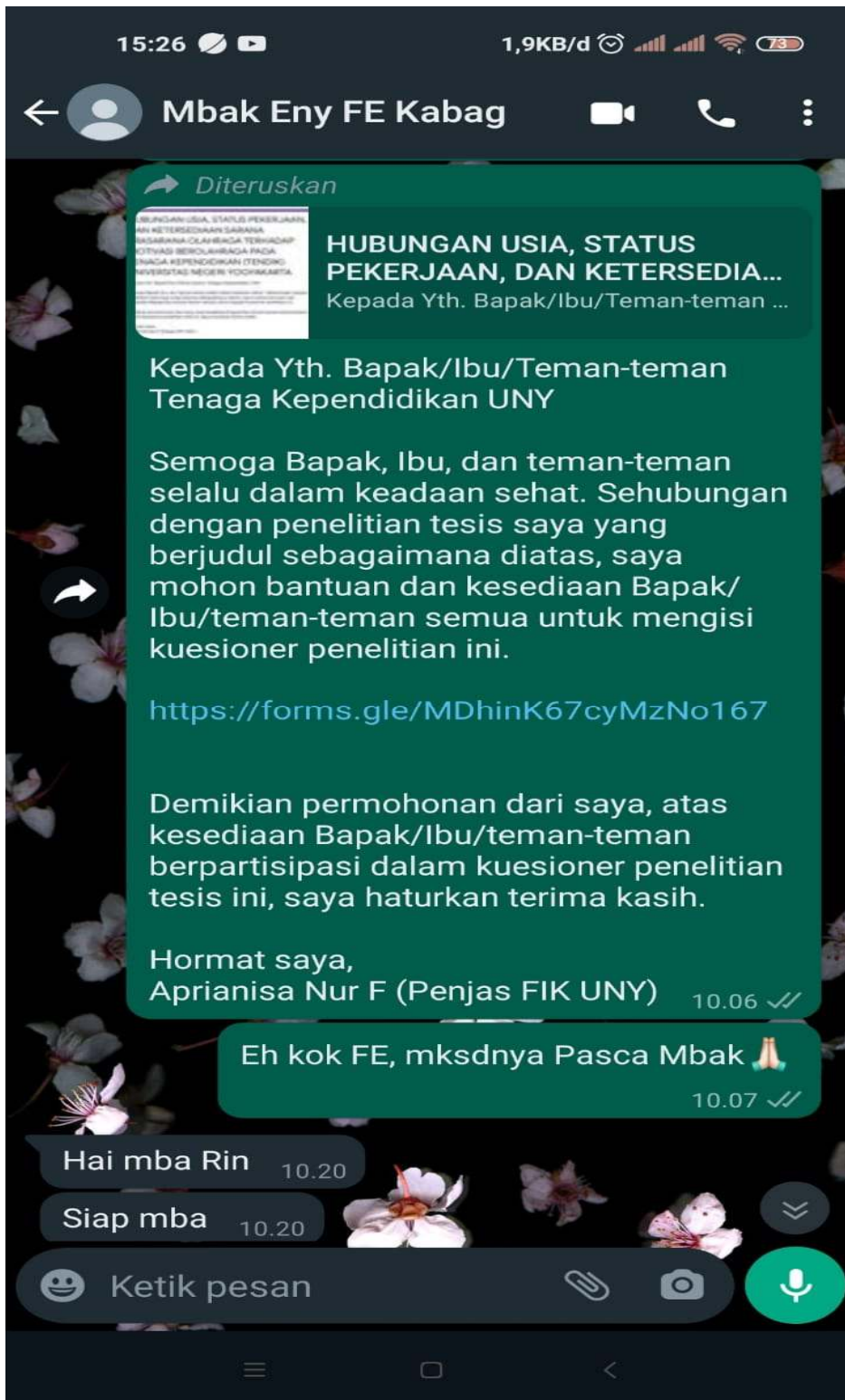
Demikian permohonan dari saya, atas kesediaan Bapak/Ibu/teman-teman berpartisipasi dalam kuesioner penelitian tesis ini, saya haturkan terima kasih.

Hormat saya,  
Aprianisa Nur F (Penjas FIK UNY) 09.53 ✓✓

Matursuwun sanget Ibu 😊🙏 09.53 ✓✓

Njih Mbak Ririn 09.53

Ketik pesan



15:27

0,7KB/d



Bu Rizka Rektorat



Diteruskan



**HUBUNGAN USIA, STATUS PEKERJAAN, DAN KETERSEDIA...**  
Kepada Yth. Bapak/Ibu/Teman-teman ...

Kepada Yth. Bapak/Ibu/Teman-teman  
Tenaga Kependidikan UNY

Semoga Bapak, Ibu, dan teman-teman  
selalu dalam keadaan sehat. Sehubungan  
dengan penelitian tesis saya yang  
berjudul sebagaimana diatas, saya  
mohon bantuan dan kesediaan Bapak/  
Ibu/teman-teman semua untuk mengisi  
kuesioner penelitian ini.

<https://forms.gle/MDhinK67cyMzNo167>

Demikian permohonan dari saya, atas  
kesediaan Bapak/Ibu/teman-teman  
berpartisipasi dalam kuesioner penelitian  
tesis ini, saya haturkan terima kasih.

Hormat saya,  
Aprianisa Nur F (Penjas FIK UNY) 10.03 ✓✓

Nyuwun tlg mungkin bisa di share ke  
WAG Pegawai di rektorat Bu 🙏 10.04 ✓✓

Matursuwun Ibu 🙏 10.04 ✓✓

Ok 15:26



Ketik pesan

