

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan adalah hal yang paling didambakan oleh setiap manusia di seluruh dunia. Salah satu aspek untuk mendapatkan hidup sehat adalah dengan tubuh yang bugar, dengan tubuh yang bugar manusia bisa melakukan segala aktivitas fisik sehari-hari mulai dari pagi hingga malam tanpa mengalami kelelahan yang berarti, dan bisa menikmati waktu luang setelah beraktivitas sehari-hari. Salah satu cara untuk mendapatkan hidup sehat dan bugar adalah dengan berolahraga, banyak jenis olahraga yang bisa kita lakukan misalnya seperti sepak bola, bola *volly*, tennis lapangan, *hocky*, *aerobik* dan lain sebagainya, namun dengan perkembangan pembangunan yang sangat pesat terjadi di kota-kota besar di Indonesia maka lapangan hijau terbuka semakin sedikit untuk digunakan masyarakat dalam melakukan olahraga, lapangan hijau terbuka inilah yang sering kali menjadi masalah masyarakat untuk melakukan olahraga.

Sejalan dengan meningkatnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya hidup sehat, dan semakin sedikitnya lapangan hijau terbuka, maka hal tersebut dimanfaatkan oleh pengusaha yang jeli dengan melihat peluang bisnis yang sangat menjanjikan dalam dunia olahraga. Salah satunya dengan mendirikan pusat-pusat kebugaran (*fitness center*) di daerah atau lokasi yang potensial. Orang yang bergabung dengan pusat kebugaran dapat menentukan program yang ingin dicapai.

Fitness centre adalah salah satu tempat kebugaran yang sedang berkembang saat ini. Baik dari remaja hingga lansia tertarik ketempat ini, karena di tempat ini mereka bisa berolahraga dengan nyaman dan tidak memerlukan waktu banyak serta



bisa disesuaikan dengan waktu mereka. Seiring perkembangan zaman *fitness centre* ini seperti menjadi kebutuhan sekarang ini dimana seseorang tidak perlu mencari waktu libur untuk berolahraga, sebab dari jam *operasional* dan jadwal kelas *aerobik* yang ditawarkan dari manajemen *fitness centre* sangat membantu mereka dalam menentukan jadwal *fitness* mereka.

Adapun program yang ditawarkan oleh pusat kebugaran berupa penurunan berat badan, penambahan berat badan, pembentukan otot (*body building*), senam *aerobik*, pembentukan keindahan tubuh wanita (*body language*), dan masih banyak jenis olahraga yang terdapat di *fitness center*. Program latihan yang ditawarkan tersebut diharapkan dapat menjadikan suatu daya tarik bagi masyarakat. Terutama bagi masyarakat yang belum mempunyai dasar latihan beban dan ingin memperoleh kebugaran dengan melakukan latihan beban. Hal tersebut dilakukan oleh manajemen pusat kebugaran dengan menyediakan jasa *Personal Trainer*.

Perkembangan *fitness center* (pusat kebugaran) di kota Medan berkembang sangat pesat, berdirinya beberapa *fitness center* berskala besar dengan berskala *industri*, berada di lokasi yang sangat strategis seperti dalam pusat perbelanjaan ternama di kota Medan, tentunya ini berbanding lurus dengan perubahan gaya hidup masyarakat kota Medan yang semakin maju serta pandangan gaya hidup sehat yang semakin meningkat. Sehingga terciptanya peluang jasa seorang pelatih-pelatih yang *profesional* dalam bidang kebugaran yang berkonsep *mega gym*.

Personal Trainer haruslah membekali diri dan senantiasa memperkaya diri dengan ilmu dan pengetahuan yang erat hubungannya dengan olahraga, khususnya yang erat hubungannya dengan *fitness center*. Pendidikan *formal* dalam ilmu olahraga dan kepelatihan akan sangat membantu segi *kognitif* dan *psikomotor* dari pelatih. Menurut William dan Wilkins (2010) Seorang *Personal Trainer* yang kompeten harus

memiliki dasar yang kuat mengenai ilmu sains meliputi ilmu *faal, Anatomi, kinesiologi, fisiologi* dan ilmu gizi.

Best fitness adalah salah satu *fitness centre* yang ada di kota Medan, yang terletak di jalan. Gatot subroto no 30. Lt.4 Plaza Medan Fair , Sumatera Utara, Indonesia. *Fitness centre* ini berdiri sejak Maret 2015 yang pimpinan oleh Bapak Alfi Rahmat. *Fitness center* ini terletak di salah satu *plaza* yang sangat ternama dikota Medan, diharapkan dapat menjadi *gym* yang di minati oleh masyarakat kota Medan dengan persentase *membership* yang terus meningkat.

Membership adalah orang yang melakukan *registrasi* di *fitness center* dan berhak untuk mendapatkan fasilitas dan *service* dari pihak *fitness center* sesuai dengan kontrak yang telah disepakati. Sasaran *Best Fitness* adalah *kontribusi member* sebagai tolak ukur keberhasilan, dengan meningkatnya jumlah *member* bulanan atau pun tahunan. Peningkatan yang terjadi ini mengakibatkan *fluktuasi* yang sangat dipengaruhi oleh pelaksanaan fungsi berbagai *elemen* dalam *fitness centre* ini, adapun *elemen* yang berpengaruh untuk meningkatkan *persentase membership* yaitu : (1) pelayanan (2) sarana prasarana (3) *fitness consultant* (4). *kompetensi personal trainer*.

Berdasarkan hasil wawancara dengan *fitness manager* jumlah *membership* di *Best Fitness Plaza Medan Fair* mengalami penurunan, hal ini terlihat dari data jumlah *member* mulai dari awal pembukaan sampai 1 tahun berjalan, data terlampir pada lampira 1 (halaman).

Berikut data jumlah member di *Best Fitness Plaza Medan Fair* selama periode 2015/2016:

Bulan /Tahun	Jumlah Member	Bulan/Tahun	Jumlah Member
Juni 2015	114	Januari 2016	226
Juli 2015	107	Februari 2016	189

Agustus 2015	105	Maret 2016	178
September 2015	96	April 2016	107
Oktober 2015	84	Mey 2016	106
November 2015	67	Juni 2016	74
December 2015	62	Juli 2016	71
		Agustus 2016	50

Sumber: Manager Operasional

Berdasarkan dari data tersebut terdapat penurunan *membership* di tahun 2015 dan 2016, sehingga dengan keadaan terus menurunnya *persentase membership* ini apakah kompetensi *personal trainer* mempunyai pengaruh terhadap penurunan *membership* di *Best Fitness Plaza Medan Fair*.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

- 1). Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi kompetensi *personal trainer*?
- 2). Apakah kompetensi *personal trainer* menjadi salah satu terjadinya penurunan *member shif*?
- 3). Apakah penelitian tentang kompetensi *personal trainer Best Fitness di Plaza Medan Fair* sudah diadakan?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas terlalu banyak permasalahan yang ditemukan, maka untuk itu peneliti membatasi permasalahan. Adapun masalah yang diteliti adalah “Kompetensi *Personal Trainer Best Fitness* di Plaza Medan Fair”.

D. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimanakah kompetensi *personal trainer Best Fitness* di Plaza Medan Fair?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah :Untuk mengetahui kompetensi *personal trainer Best Fitness* di Plaza Medan Fair.

F. Manfaat Penelitian

Dengan diadakannya penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut :

1. Kepada *Personal Trainer Best Fitness* di Plaza Medan fair untuk menambah pengetahuannya tentang kompetensi yang baik untuk *Personal Trainer*.
2. Kepada *Best Fitness* Plaza Medan fair dapat berguna sebagai bahan untuk penerimaan *Personal Trainer* yang baru.
3. Kepada peneliti untuk bisa menjadi *Personal Trainer* yang lebih baik.
4. Kepada *member Best fitness* Plaza Medan Fair dapat berguna untuk memiliki *Personal Trainer* yang berkompeten.
5. Sebagai acuan kepada yang ingin menjadi *Personal Trainer*.