

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Masyarakat semakin mempunyai kesadaran yang baik tentang arti pentingnya kebugaran jasmani. Selain kebugaran jasmani, kesehatan merupakan salah satu hal yang sangat penting untuk manusia karena berpengaruh terhadap aktivitas. Banyak orang merasakan bahwa dengan badan yang sehat dan bugar maka aktivitas dapat berjalan lancar. Hal ini bisa dilihat dari kegiatan masyarakat yang gemar melakukan aktivitas olahraga sehari-hari dengan berbagai jenis olahraga yang dilakukan sesuai dengan hobi masing-masing.

Masyarakat melakukan olahraga mempunyai tujuan bermacam-macam, diantaranya ada yang hanya sekedar hobi, mengisi waktu luang, berkumpul dengan teman, untuk prestasi, kesehatan, dan lain sebagainya. Berdasarkan fenomena di atas, tentunya setiap individu ingin memiliki tubuh yang bugar agar dapat melakukan semua aktivitas dari pagi sampai malam hari tanpa kelelahan yang berarti. Memiliki tubuh yang sehat, bugar dan ideal merupakan impian setiap orang, baik pria, wanita, dari yang muda sampai yang tua. Sejalan dengan meningkatnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya hidup sehat, maka hal tersebut dimanfaatkan oleh pengusaha yang jeli dengan melihat peluang bisnis sangat menjanjikan dalam dunia olahraga. Salah satunya dengan mendirikan pusat-pusat kebugaran (*fitness center*) di daerah atau lokasi yang potensial. Adanya perhatian terhadap perkembangan dunia olahraga saat ini, pusat-pusat kebugaran saling berlomba-lomba untuk mendapatkan anggota sebanyak-

banyaknya dengan menawarkan program, alat, dan fasilitas, serta pelayanan yang berkualitas.

Persaingan yang semakin ketat akhir-akhir ini menuntut perusahaan penyedia jasa layanan untuk selalu memanjakan konsumen atau pelanggan dengan memberikan pelayanan terbaik. Konsumen atau pelanggan yang merasa puas akan kembali menggunakan jasa layanan dan kemudian memberitahu yang lain tentang pengalaman baik mengenai pelayanan perusahaan penyedia jasa. Hal tersebut mengharuskan sebuah pusat kebugaran dapat menjadi pusat kebugaran yang ideal sehingga dapat memuaskan konsumen serta dapat mempertahankan pelanggannya. Orang yang bergabung dengan pusat kebugaran dapat menentukan program yang ingin dicapai. 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*), olahraga penderita diabetes, serta olahraga untuk lansia. 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*.

Adanya *Personal Trainer* baik itu laki-laki maupun perempuan, diharapkan *members* baru yang ingin berlatih beban di pusat kebugaran lebih merasa terbantu dalam berlatih. *Personal Trainer* akan membantu *members* baru dalam memperoleh bimbingan, pendampingan latihan serta pembuatan program

latihan yang harus dilakukan pada saat melakukan latihan beban. Hal tersebut diharapkan, supaya tujuan dari berlatih beban dapat tercapai dengan baik untuk program penurunan berat badan, penambahan berat badan, maupun pembentukan otot.

Berdasarkan pengalaman penulis pada waktu melakukan Praktik Kerja Lapangan (PKL) di *fitness centre*, penulis banyak menjumpai *members* yang menggunakan jasa *Personal Trainer* baik laki-laki maupun perempuan. Hal itu dilakukan, karena *members* berkeinginan untuk memperoleh hasil yang optimal dari program latihannya. Akan tetapi dari banyaknya *Personal Trainer* yang ada di *fitness* tersebut mereka rata-rata berasal dari latar belakang yang berdasarkan dari pengalaman pribadi sewaktu menjadi *members* di *fitness center* atau pernah menjuarai dalam berbagai kompetisi fisik, angkat berat atau binaraga.

Dari pengamatan peneliti mahasiswa Ilmu Keolahragaan berpeluang lebih besar menjadi seorang *Personal Trainer*. Tetapi tidak banyak alumni Keolahragaan yang bekerja di dunia *fitness centre* padahal dari ilmu yang dimiliki mereka lebih untuk menjadi *Personal Trainer* karena Mereka telah banyak mendapatkan ilmu dan praktek tentang program-program kebugaran serta adanya praktek kerja lapangan yang menunjang kesiapan untuk terjun langsung dalam dunia kerja untuk menjadi seorang *Personal Trainer*. Akan tetapi dari Mahasiswa yang sudah Praktek Kerja Lapangan (PKL) di *fitness centre* mereka lebih sedikit diterima bekerja untuk *Personal Trainer* ditempat tersebut. Sementara Mahasiswa yang praktek kerja lapangan di *fitness* tersebut, mereka juga menerima materi atau bimbingan yang sama dengan yang diterima bekerja di *fitness* tersebut.

Penulis beranggapan bahwa Mahasiswa yang tidak diterima bekerja di *fitness* tersebut, kurang menguasai teori maupun praktek selama Praktek Kerja Lapangan, atau kurang tertariknya Mahasiswa menjadi *Personal Trainer* setelah PKL di *fitness centre*.

Dari permasalahan tersebut peneliti tertarik dan ingin mengetahui tentang Motivasi Mahasiswa Jurusan Ilmu Keolahragaan untuk menjadi *Personal Trainer* (PT).

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka masalah-masalah dalam penelitian ini diuraikan sebagai berikut :

1. Bagaimana motivasi Mahasiswa Ilmu Keolahragaan untuk menjadi *Personal Trainer* (PT)?
2. Bagaimana kesiapan Mahasiswa Ilmu Keolahragaan untuk menjadi *Personal Trainer* (PT)?

1.3 Pembatasan Masalah

Melihat luasnya permasalahan yang diuraikan dalam identifikasi masalah maka penulis membatasi masalah yang diteliti agar penelitian ini mencapai sasarannya. Pembatasan masalah ini dilakukan dengan mempertimbangkan waktu, dana, dan alat-alat yang diperlukan. Maka peneliti membatasi ruang lingkup masalah hanya Motivasi Mahasiswa Ilmu Keolahragaan untuk menjadi *Personal Trainer* (PT).

1.4 Rumusan masalah

Bertitik tolak dari latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah motivasi Mahasiswa Ilmu Keolahragaan menjadi *Personal Trainer* (PT).

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui motivasi Mahasiswa Ilmu Keolahragaan menjadi *Personal Trainer* (PT).

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun yang menjadi manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Sebagai bahan informasi terhadap Prodi Ilmu Keolahragaan untuk mengetahui motivasi Mahasiswa Ilmu Keolahragaan sebagai *Personal Trainer* (PT)
2. Hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi *fitness centre* untuk membuka peluang kerja bagi lulusan Ilmu Keolahragaan.
3. Sebagai bahan informasi bagi peneliti selanjutnya dengan cakupan yang luas.

THE
Character Building
UNIVERSITY