

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Kesehatan dan kebugaran tubuh yang baik merupakan salah satu unsur penting untuk melakukan aktifitas sehari-hari dan dapat mengantarkan seseorang untuk menikmati isi lingkungannya. Oleh karena itu wajar semua orang untuk mendapatkan kebugaran jasmani.

Seseorang yang sehat dan bugar mempunyai kemampuan untuk melaksanakan aktifitas fisik dengan sigap dan giat tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti. Demikian pula halnya dengan aktifitas di lingkungan K.S.U UA & CO akan dapat dilakukan dengan baik bila didukung dengan kebugaran jasmani yang baik.

Seseorang memiliki tingkat kebugaran yang baik ia memiliki kesehatan yang baik pula, maka dengan sendirinya kegiatan apapun akan dapat dilaksanakan dengan baik. Begitu juga karyawan K.S.U. UA & CO memiliki kebugaran jasmani yang tinggi dengan sendirinya akan memiliki tingkat kesehatan yang baik pula.

K.S.U UA & CO yang bergerak dalam pelayanan jasa simpan pinjam menuntut karyawan untuk memiliki stamina yang baik dalam melaksanakan pekerjaan yang cukup berat. Adapun pekerjaan yang dikerjakan di K.S.U UA & CO antara lain survey, silaturahmi atau kunjungan ke rumah nasabah dan pelayanan administrasi di kantor. Survey adalah melihat atau menilai agunan yang dari nasabah apakah layak atau tidak. Setiap harinya survey dilakukan dan ada banyak berkas yang masuk yang harus disurvey, jarak lokasi yang akan disurvey juga berjauhan. Sehingga untuk melakukan aktivitas survey ini dengan baik setiap hari dibutuhkan kebugaran tubuh yang baik. Begitu juga dengan pelayanan administrasi di kantor yang melayani para nasabah yang datang baik

yang membayar atau yang ingin mengajukan permohonan pinjaman. Bekerja seharian dikantor tentunya juga memerlukan kebugaran yang baik. Untuk itu karyawan perlu memiliki kebugaran jasmani yang baik agar dapat melaksanakan pekerjaannya dengan semangat tanpa mengalami kelelahan yang berarti.

Melakukan olahraga, sedikit banyaknya mempengaruhi aktifitas kehidupan dan mendukung tingkat kebugaran jasmani yang diperlukan untuk melakukan aktifitas kerja sehari-hari. Rendahnya aktifitas gerak fisik menyebabkan menurunnya fungsi kesehatan organ tubuh.

Selain dituntut untuk memiliki tingkat kebugaran jasmani yang baik, karyawan K.S.U. UA & CO juga dituntut untuk memiliki motivasi kerja yang tinggi sehingga sangat mendukung dalam melakukan aktifitas kerja yang dilakukan. Secara umum motivasi karyawan K.S.U. UA & CO adalah untuk memenuhi kebutuhan hidup dan membantu ekonomi keluarga. Secara umum motivasi kerja karyawan K.S.U UA & CO berorientasi kepada kepentingan individu dan keluarga.

Hasil pengamatan yang saya peroleh di kantor K.S.U UA & CO adalah kondisi fisik karyawan K.S.U UA & CO memiliki kebugaran jasmani yang kurang baik. Hal ini disebabkan karena pola hidup sehari-hari yang bekerja dari pagi sampai sore hari dan tidak mempunyai waktu untuk berolahraga. Sehingga pada saat bekerja kurang bersemangat karena timbulnya rasa capek akibat kelelahan sehingga menyebabkan tingkat kebugaran jasmaninya menurun.

Berdasarkan pengamatan yang telah dilakukan di K.S.U UA & CO peneliti ingin mengetahui seberapa besar tingkat kebugaran jasmani dan motivasi kerja karyawan K.S.U UA & CO Medan

Sejalan dengan hal ini, seyogyanya masyarakat secara luas dan khususnya karyawan K.S.U. UA & CO memiliki tingkat kebugaran jasmani yang baik yang sangat mendukung dalam melaksanakan pekerjaan sehari-hari.

Pengamatan yang telah dilakukan terhadap karyawan K.S.U. UA & CO secara umum melakukan tugasnya, akan tetapi masih kurang bersemangat dalam bekerja dan pada dasarnya pekerjaan yang dilakukan tersebut membutuhkan atau memerlukan kebugaran jasmani yang baik agar dapat bekerja dengan semangat dan tidak mengalami kelelahan yang berarti.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian yang dikemukakan dalam latar belakang masalah, maka mungkin berbagai masalah yang dapat diidentifikasi yaitu:

faktor-faktor apa sajakah yang dapat mempengaruhi tingkat kebugaran jasmani karyawan K.S.U. UA & CO ? Apakah masing-masing tugas pekerjaan yang ada dapat mempengaruhi tingkat kebugaran jasmani karyawan K.S.U. UA & CO ? Kemudian seberapa besarkah manfaat yang dapat dirasakan dari tingkat kebugaran jasmani karyawan K.S.U. UA & CO ? Seberapa besar tingkat kebugaran jasmani yang dimiliki karyawan K.S.U. UA & CO? Seberapa besar motivasi kerja karyawan K.S.U. UA & CO ? Apakah faktor ekonomi mempengaruhi motivasi kerja karyawan K.S.U. UA & CO ?

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan dari tinjauan latar belakang masalah dan luasnya masalah yang akan diteliti, maka diperlukan pembatasan masalah yaitu “ Tingkat kebugaran jasmani dan motivasi kerja karyawan K.S.U. UA & CO ”.

#### **D. Rumusan Masalah**

Bertitik tolak dari identifikasi dan pembatasan masalah yang dikemukakan, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu :

1. Seberapa besar tingkat kebugaran jasmani dan karyawan K.S.U. UA & CO ?
2. Seberapa besar motivasi kerja karyawan K.S.U UA & CO ?

#### **E. Tujuan Penelitian.**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani karyawan K.S.U. UA & CO
2. Untuk mengetahui motivasi kerja karyawan K.S.U. UA & CO

#### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat penelitian ini diharapkan:

1. Didapatkannya data dan informasi tentang tingkat kebugaran jasmani para karyawan bagi.
2. Mengungkapkan satu dari sekian banyak masalah yang ada dalam bidang olahraga.
3. Sebagai bahan masukan untuk meningkatkan motivasi kerja karyawan K.S.U UA & CO.
4. Bagi para karyawan dapat menjadi sebuah motivasi setelah informasi dan data yang diperoleh agar terus berusaha mengadakan pembinaan dan peningkatan kondisi kebugaran jasmaninya.
5. Bagi pimpinan dapat menjadi evaluasi terhadap karyawannya.