

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan suatu gerakan olah tubuh yang memberikan efek pada tubuh secara keseluruhan. Olahraga membantu merangsang otot-otot dan bagian tubuh lainnya untuk bergerak. Pentingnya olahraga bagi tubuh dapat diilustrasikan seperti mesin yang tidak pernah digunakan/digerakkan. Lambat laun, bagian-bagian dari mesin akan rusak karena tidak terlatih untuk terus bergerak/bekerja. Demikian pula tubuh, jika kurang gerak, tubuh akan menjadi bermasalah dan tidak sehat. Dengan berolahraga, tidak hanya otot-otot yang terlatih, sirkulasi darah dan oksigen dalam tubuh pun menjadi lancar sehingga metabolisme tubuh menjadi optimal. Tubuh akan terasa segar dan otak sebagai pusat saraf pun akan bekerja menjadi lebih baik.

Olahraga merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan menuju hidup sehat. Namun, masyarakat Indonesia masih kurang menyadari akan pentingnya hidup sehat. Hal ini ditunjukkan oleh kurangnya animo/minat dan apresiasi masyarakat terhadap olahraga, bahkan partisipasinya mengalami penurunan dari waktu ke waktu. Dalam kurun waktu 2003, 2006, dan 2009 partisipasi penduduk dalam melakukan olahraga terus menurun, yaitu dari 25,4 persen pada tahun 2003, turun menjadi 23,2 persen pada tahun 2006, dan terakhir turun menjadi 21,8 persen pada tahun 2009. Pola tersebut berlaku baik di daerah perkotaan maupun perdesaan. (Penyajian Data & Informasi Statistik Keolahragaan, 2010)

Partisipasi penduduk kota medan dalam melakukan aktivitas olahraga bervariasi antar tempat. Pada umumnya masyarakat yang menggunakan lapangan terbuka untuk berolahraga terdiri dari semua golongan usia. Berdasarkan hasil observasi peneliti di tiga tempat lapangan terbuka yaitu di Lapangan merdeka terdapat sejumlah 100 orang yang melakukan olahraga yang terdiri atas anak-anak 10 orang, remaja 40 orang, dewasa 35 orang dan lansia 15 orang. Selanjutnya di kawasan Stadion teladan terdapat sejumlah 100 orang yang melakukan olahraga yang terdiri atas anak-anak 15 orang, remaja 45 orang, dewasa 30 orang dan lansia 10 orang. Sedangkan di Taman Ahmad Yani terdapat sejumlah 50 orang yang melakukan olahraga yang terdiri atas anak-anak 5 orang, remaja 20 orang, dewasa 20 orang dan lansia 5 orang. Mereka melakukan olahraga dengan maksud dan tujuan yang berbeda beda.

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap 100 orang yang melakukan olahraga di tempat tersebut sebagian besar penduduk yang berolahraga melakukannya dengan tujuan menjaga kesehatan 40 orang, menjaga kebugaran jasmaninya 30 orang, rekreasi 15 orang, bermain 5 orang dan prestasi 5 orang. Pada umumnya penduduk berolahraga dengan frekuensi hanya satu hari dalam seminggu, dengan intensitas tidak lebih dari satu jam dalam sehari. Jenis olahraga yang paling sering dilakukan berupa jogging, lari, bersepeda dan senam.

Minat merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh masyarakat secara tetap dalam melakukan aktivitas tersebut. Sesuai dengan pendapat Menurut Slameto (2010: 57) minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan. Kegiatan yang diminati masyarakat,

diperhatikan terus-menerus yang disertai rasa senang dan diperoleh rasa kepuasan. Lebih lanjut dijelaskan minat adalah suatu rasa suka dan ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang menyuruh. Seseorang yang memiliki minat terhadap kegiatan tertentu cenderung memberikan perhatian yang besar terhadap kegiatan tersebut. Tentunya dalam melaksanakan kegiatan dan usaha pencapaian tujuan perlu adanya pendorong untuk menumbuhkan minat tersebut.

Untuk meningkatkan minat masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga, terlebih dahulu masyarakat harus diberikan pengertian tentang kesehatan tubuh dan lebih mensosialisasikan olahraga agar masyarakat sadar apa yang akan mereka lakukan untuk menjaga kesehatannya. Selain dengan mengadakan talkshow dan pemberian pengertian pentingnya olahraga, juga harus diadakan atau diselenggarakan suatu kegiatan tentang olahraga yang dikemas dengan menarik agar masyarakat tertarik dan akhirnya mengikuti acara tersebut, dalam hal ini diperlukan peran serta dari pemerintah.

Agar lebih rutin masyarakat harus diberikan suatu kegiatan seperti senam bersama setiap hari Minggu pagi atau bersepeda santai di pagi hari atau juga mengadakan jalan sehat tiap hari Minggu, itu semua agar masyarakat lebih tertarik untuk melakukan aktivitas olahraga.

Dari uraian di atas, peneliti terdorong untuk melakukan penelitian tentang bagaimana minat masyarakat kota Medan untuk melakukan olahraga adapun judul yang diangkat adalah “Survey Minat Masyarakat Kota Medan Untuk Melakukan Olahraga”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian yang dikemukakan dalam latar belakang masalah, maka mungkin berbagai masalah yang dapat diidentifikasi, yaitu: 1) Faktor apakah yang mempengaruhi adanya minat dalam diri seseorang?, 2) Apakah minat seseorang perlu ditumbuhkan?, 3) Faktor apa sajakah yang mempengaruhi minat masyarakat kota Medan melakukan olahraga? 4) Apakah ada hubungan antara pekerjaan sehari-hari dengan olahraga? 5) Sejah mana hubungan antara minat dengan aktivitas sehari-hari? 6) Bagaimana Minat Masyarakat Kota Medan Untuk Melakukan Olahraga?.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya permasalahan dalam indentifikasi masalah, maka peneliti membatasi masalah pada: “Survey Minat Masyarakat Kota Medan Untuk Melakukan Olahraga”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian permasalahan di atas dapat di rumuskan masalah yang akan diteliti yaitu: “Survey Minat Masyarakat Kota Medan Untuk Melakukan Olahraga”.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Minat Masyarakat Kota Medan Untuk Melakukan Olahraga.

F. Manfaat Penelitian

1. Sebagai bahan masukan bagi masyarakat khususnya yang ada di kota Medan bahwa olahraga itu sangat penting bagi kesehatan.
2. Sebagai bahan informasi bagi pemerintah Kota Medan, tentang perlunya melakukan penyuluhan bagi masyarakat kota Medan tentang pentingnya manfaat melakukan olahraga.
3. Dapat dijadikan sebagai salah satu bahan acuan untuk kegiatan penelitian selanjutnya dengan ruang lingkup yang lebih luas lagi.