

**SURVEI MOTIVASI MASYARAKAT BERAKTIVITAS GERAK OLAHRAGA
MENYONGSONG KEBIJAKAN *CAR FREE DAY*****Beni Adhi Ristanto** ✉Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Semarang, Indonesia**Info Artikel***Sejarah Artikel:*

Diterima Oktober 2013

Disetujui Oktober 2013

Dipublikasikan Juni 2014

*Keywords:**Car Free Day, Motivation,
Sport***Abstrak**

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui motivasi masyarakat Purwodadi untuk beraktivitas gerak olahraga menyongsong kebijakan *car free day* di Purwodadi tahun 2013. Penelitian kuantitatif ini menggunakan pendekatan survei. Dengan populasi yang digunakan adalah semua peserta yang hadir dalam acara *car free day* di kota Purwodadi setiap minggu berjumlah lebih 500 orang. Dengan jumlah sampel yang digunakan sebanyak 100 responden terbagi 4 kategori usia yaitu anak-anak 25 orang, remaja 50 orang, dewasa 15 orang, serta orang tua (lansia) 10 orang. Menggunakan rumus deskriptif prosentase (DP) untuk mencari jumlah sampel. Teknik pengambilan datanya menggunakan angket, dokumentasi, dan observasi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan 100 responden didapatkan data yang menunjukkan bahwa motivasi masyarakat kota Purwodadi untuk berolahraga dalam kegiatan *car free day* tergolong tinggi, ini terbukti dengan prosentase hasil penelitian menunjukkan angka 90% dari 100 responden memiliki motivasi tinggi, sedangkan sisanya 10% responden memiliki motivasi sedang dalam kegiatan *car free day* dan 0% motivasi rendah. Simpulan dari penelitian ini adalah motivasi masyarakat Kota Purwodadi untuk beraktivitas gerak olahraga menyongsong kebijakan *car free day* setiap minggu di Purwodadi tergolong tinggi. Saran dalam penelitian ini bagi penyelenggara yaitu untuk senantiasa meningkatkan kualitas kegiatan dengan cara memanfaatkan sekecil apapun potensi setiap instansi dan masyarakat yang ingin berpartisipasi.

Abstract

Formulation of the problem in this research is the motivation for the move motion Purwodadi cities sports car free day politticy meet every Sunday at Purwodadi in 2013. The purpose of this study was to determine the motivation for the move motion Purwodadi sports car free day policy meet on Purwodadi in 2013. This quantitativestudy uses a survey approach. With a population used as all tahe participants who attended the event a the city car free day every week Purwodadi numbering over 500 people. With a sample size of 100 respondents divided use 4 categories: children ages 25, 50 adolescents, adults 15 and older otang (senior) 10. Using the formula deskriptif percentage (DP) to find the number of samples. Techniques used in data collection questionnaires, documentation and observation. Based on the result of the study showed the percentage figure of 90% of the 100 respondents had high motivation, while the remaining 10% of respondents have motivation is in the car free day activities and 0% low motivation. Conclusions from this research is the motivation for the move motion Purwodadi Cities sports car free day policy meet every week in Purwodadi is high. Suggestions for the organizers of this research is to continuously improve the quality of activities by utilizing the slightest potential of each institution and the people who want to participate.

© 2014 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:

Gedung F1 Lantai 3 FIK Unnes

Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229

E-mail: [*Benibenben@yahoo.co.id](mailto:Benibenben@yahoo.co.id)

ISSN 2252-6773

PENDAHULUAN

Pada hakekatnya olahraga merupakan bagian dari kehidupan manusia sepanjang masa. Sepanjang masa mengandung pengertian berawal dari kapan manusia itu ada dan akan tidak berakhir bila manusia itu selalu ada. Fungsi, kedudukan, dan hakekat olahraga itu sendiri tidak akan berubah akan berubah ialah gerak manusia sebagai bagian dari kehidupan manusia tetapi tujuan olahraga mungkin berubah sesuai dengan perkembangan jaman dan perkembangan kehidupan manusia.

Olahraga yang kita lihat sekarang atau yang kita praktikkan bersama-sama bukan sekedar ajang untuk memperoleh medali, bukan ajang untuk adu otot, dan juga bukan semata-mata untuk meraih prestasi namun lebih dalam dari itu yakni sebagai sarana untuk meningkatkan dan mengembangkan sumber daya manusia yang lebih baik lagi, kualitas hidup yang lebih baik, seperti peningkatan kesehatan fisik, mental, sosial dan emosional.

Sesuai dengan fungsi dan tujuan olahraga, kita mengenal berbagai bentuk kegiatan olahraga, seperti (1) olahraga pendidikan untuk bertujuan bersifat mendidik, (2) olahraga rekreasi bertujuan yang bersifat rekreatif, (3) olahraga kesehatan untuk tujuan pembinaan kesehatan, (4) olahraga rehabilitasi yang bertujuan untuk rehabilitasi, (5) olahraga kompetitif untuk tujuan untuk mencapai prestasi setinggi-tingginya.

Berbicara sarana dan prasarana olahraga yang ada di Indonesia untuk menunjang adanya olahraga rekreasi yang dilakukan masyarakat bisa dikatakan di semua Kota di Indonesia sarana dan prasarananya mempunyai masalah adalah sama, yaitu kurangnya tempat dan fasilitas untuk melakukan kegiatan tersebut tak terkecuali di Kota Purwodadi.

Dari pengamatan awal yang dilakukan peneliti mengenai sarana dan prasarana umum yang ada dan dimiliki oleh pemerintah Kabupaten Grobogan yang bisa di nikmati oleh masyarakat sekitar Purwodadi sangatlah minim, dari sarana yang ada penulis hanya melihat hanya stadion Krida Bakti dan hanya sebuah

Gelanggang Olahraga (GOR) Simpang 5 Purwodadi. Selain itu sarana lain yang ada berupa lapangan tenis, basket justru banyak dimiliki oleh pihak swasta yang tentunya jika ingin mempergunakan harus melalui pihak terkait.

Melihat dari keterbatasan serta minimnya sarana dan prasarana yang ada di Kota Purwodadi, maka terlaksanakanlah kegiatan *car free day*. Hal ini adalah satu bentuk dari peran pemerintah dalam upaya mengatasi minimnya tempat dan fasilitas untuk melakukan kegiatan olahraga rekreasi adalah dengan menerbitkan kebijakan *car free day* (hari bebas berkendara).

Pelaksanaan *car free day* (hari bebas kendaraan bermotor) di Kota Purwodadi sendiri dilaksanakan setiap hari minggu sepanjang tahun 2013, didalam kalender yang berisi jadwal pengisian jadwal *car free day* terdapat minggu-minggu dimana kegiatan *car free day* tidak dapat di gelar dengan alasan berbenturan dengan memasuki bulan suci ramadhan. Sesuai dengan jadwal maka kegiatan *car free day* mulai berhenti pelaksanaannya pada tanggal 7 Juli 2013 dan mulai dilaksanakan kembali pada tanggal 18 agustus tahun 2013 dimulai pukul 05.00-09.00 WIB yang dipusatkan di samping simpang 5 Kota Purwodadi tepatnya di jalan R. Soepraapto Kota Purwodadi.

Pelaksanaan *cer free day* (hari bebas kendaraan bermotor) di Kabupaten Grobogan tidak terlepas dari berbagai masalah-masalah yang melatar belakangi, salah satu permasalahannya adalah sebagai alternatif untuk memberikan ruang gerak publik bagi publik masyarakat guna dimanfaatkan sebagai tempat untuk melakukan aktivitas olahraga.

Selain untuk mengatasi masalah ruang publik, masalah lain yang melatar belakangi adalah sesuai dengan himbuan presiden republik Indonesia yang menghimbau melakukan gerakan penghematan energy sehingga kegiatan *car free day* yang di laksanakan pemerintah Kabupaten Grobogan adalah salah satu bentuk langkah awal sebagai antisipasi mengenai menipisnya cadangan sumber daya (SDA) yang tidak terbarukan ada di Indonesia untuk tahun-tahun yang akan datang.

Masalah lain yang mendukung di selenggarakannya *car free day* di Kota Purwodadi adalah mengenai kemacetan, sehingga diharapkan dengan adanya penyelenggaraan *car free day* di Purwodadi akan memberikan kontribusi mengurangi volume kendaraan yang akan melewati jalan Kota Purwodadi. Selain itu juga akan mengurangi emisi gas yang menyebabkan polusi yang ada di langit-langit Kota Purwodadi, sehingga kualitas udara akan semakin bagus kadar oksigen layak dan aman untuk bernafas masyarakat.

Selain permasalahan-permasalahan Kota Purwodadi yang melatarbelakangi di selenggarakannya *car free day*, jika dilihat dari sudut pandang lingkungan atau ekologi maka kegiatan *car free day* akan sangat membantu dalam menjadi batu loncatan bagi Kabupaten Grobogan untuk dapat dijadikan unggulan penilaian dalam mempertahankan predikat sebagai Kota penerima adipura pada tahun 2012 kemarin sebagai Kota kecil terbersih Se Indonesia.

Banyak implementasi dari dari kegiatan *car free day* yang telah dilaksanakan di Kota Purwodadi mulai dari aspek fisik yang berkaitan dengan regulasi mengenai kendaraan umum yang melewati jalur *car free day*. Letak jalur yang di pakai untuk melaksanakan *car free day* bisa dikatakan sebagai jalur utama yang ada di Kota Purwodadi. Sehingga angkutan umum yang sebelum diadakannya kegiatan *car free day* melewati alur Jalan R. Soedrasono mengalihkan rute mereka sehingga tidak mengganggu Jalanya kegiatan *car free day* yang sedang berlangsung.

Dari segi ekonomi dengan adanya kegiatan *car free day* akan berdampak pada meningkatnya ekonomi warga sekitar area *car free day* dimana mereka bisa memanfaatkan kegiatan *car free day* untuk dijadikan sebagai area berjualan, sehingga secara tidak langsung akan meningkatkan taraf hidup serta pendapatan ekonomi mereka.

Dampak sosial dengan adanya kegiatan *car free day* adalah dengan menjadi ajang berkumpulnya segala bentuk pengunjung dari berbagai tingkat sosial. Sehingga akan berdampak positif bagi persaudaraan antara

masyarakat yang hadir dalam kegiatan *car free day*. Bisa dikatakan bahwa pelaksanaan *car free day* di Kota Purwodadi sudah dapat mewakili keinginan setiap pengunjung yang datang. Yaitu dengan dibuktikan dengan bermacam-macam kegiatan yang di hadirkan dalam kegiatan *car free day* seperti olahraga, edukasi, hiburan dll.

METODE PENELITIAN

Populasi yang digunakan adalah semua masyarakat yang hadir dalam kegiatan *car free day* dengan jumlah populasi lebih dari 500 orang, sementara sampel yang digunakan sebanyak 100 orang. Dengan 4 kategori usia yaitu anak-anak di bawah umur 15 tahun sebanyak 25 orang responden, remaja dengan usia 16-25 tahun sebanyak 50 orang, dewasa dengan usia 26-50 tahun sebanyak 15 orang, serta orang tua dengan usia diatas 51 tahun sebanyak 10 orang. Variabel yang digunakan adalah variabel tunggal yaitu menggunakan motivasi masyarakat kota purwodadi untuk beraktivitas gerak olahraga menyongsong kebijakan *car free day* di Kabupaten Grobogan Setia Minggu Tahun 2013. Penelitian ini menggunakan instrumen berupa angket sebagai sumber data primer dengan menggunakan sebanyak 16 butir soal berupa cek list yang dibagikan kepada responden kemudian setelah responden selesai mengisi angket yang diberikan angket langsung di tarik kembali.

Pengambilan data dalam penelitian ini juga di perkuat dengan data sekunder berupa observasi dan juga studi dokumentasi yang telah dilakukan sebelum penelitian berlangsung. Pengolahan data yang di dapatkan menggunakan rumus Deskriptif Prosentase (DP) untuk dapat menghitung jumlah skor maksimal dan skor minimal dari penyebaran angket yang telah di lakukan sehingga dapat di ketahui mengenai kesimpulan yang di dapat dari kesimpulan penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari data yang telah di dapat dari penelitian yang dilakukan serta pengolahan data menggunakan rumus Deskriptif Prosentase di dapatkan hasil yang menunjukkan bahwa

motivasi masyarakat Kota Purwodadi untuk beraktivitas gerak olahraga menyongsong kebijakan *car free day* di Kabupaten Grobogan setiap minggu tahun 2013 masuk dalam kategori tinggi dengan nilai prosentase sebesar 90%, sementara sisanya sebesar 10% masuk dalam kategori sedang.

Banyak faktor yang mempengaruhi motivasi masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga dalam kegiatan *car free day* yang di adakan di Kota Purwodadi, diantaranya adalah faktor intrinsik dan juga faktor ekstrinsik.

Faktor intrinsik yang mempengaruhi motivasi masyarakat diantaranya adalah faktor untuk berolahraga, refreasing, menghilangkan kejenuhan,serta untuk menjaga kesehatan. Sementara itu faktor ekstrinsik yang mempengaruhi motivasi masyarakat untuk beraktivitas gerak olahraga dalam kegiatan *car free day* diantaranya adalah ajakan dari teman untuk datang ke tempat *car free day*, lokasi yang dekat atau jauh, biaya yang akan mereka keluarkan, cuaca, serta peran pemerintha dalam menjalankan kegiatan *car free day* tersebut.

Munculnya perbedaan hasil angka 90%, 20%, serta 0% yang menunjukkan tingkatan motivasi msayarakat kota Purwodadi adalah sebuah perhitungan dari data masuk yang di dapatkan melalui angket dari bermacam-macam responden yang hadir dengan 4 kategori usia yang sudah di tentukan, yaitu anak-anak ≤ 15 tahun, remaja 16-25 tahun, dewasa 26-50 tahun, serta orang tua ≥ 50 tahun.

Banyaknya responden yang hadir dari berbagai kalangan dan usia membuat motivasi mereka untuk hadir dalam acara *car free day* antara satu oranag dengan orang yang lain pun berbeda. Banyak faktor yang berbeda antara anak-anak, remaja, dewasa, serta orang tua yang mempengaruhi kedatangan mereka ke acara *car free day* yang di adakan di kota Purwodadi.

Anak-anak akan lebih menikmati acara *car free day* sebagai ajang untuk bermain bersama teman-taman yang dimana tidak dapat dilakukan di hari dan kesempatan lain. Untuk kelompok remaja lebih akan menikmati kegiatan *car free day* sebagai ajang untuk

menyalurkan hobi mereka dengan cara berolahraga, ataupun hanya untuk sekedar berkumpul bersama teman-teman. Sementara untuk usia dewasa atupun orangtua cenderung akan memanfaatkan kegiatan *car free day* untuk kegiatan refreasing, menegarkan fikiran dari rutinitas-rutinitas harian yang telah dikerjakan selama satu minggu.

Tingginya hasil prosentase dari responden yang mempunyai kelompok usia yang berbeda tinggi sebesar 90% dari penelitian yang telah dilakukan menunjukkan motivasi masyarakat kota Purwodadi untuk beraktivitas gerak olahraga dalam kegiatan *car free day* dipengaruhi oleh banyak faktor, baik faktor dari dalam ataupun faktor dari luar. Faktor-faktornya lebih sering di kenal dengan sebutan yaitu faktor intrinsik serta faktor ekstrinsik diri.

Baik faktor intrinsik maupun faktor ekstrinsik yang mempengaruhi motivasi masyarakat Purwodadi untuk beraktivitas gerak olahraga dalam kegiatan *car free day* saling berhubungan satu sama lain. Ketika masyarakat datang dalam kegiatan *car free day* dengan motivasi intrinsik, maka secara tidak langsung motivasi ekstrinsiknya pun akan mempengaruhi masyarakat itu. Begitu pun sebaliknya ketika alasan seseorang datang dalam kegiatan *car free day* adalah dari motivasi ekstrinsiknya maka tanpa disadari motivasi intrinsiknya pun akan berpengaruh. sehingga menjadikan kedua motivasi baik intrinsik dan motivasi ekstrinsik mereka untuk berolahraga masuk dalam katergori tinggi dengan besar nilai prosentase 90%.

Untuk hasil motivasi masyarakat Purwodadi yang masuk dalam katerogi sedang terdapat 10%. Nilai tersebut menunjukkan bahwa setiap masyarakat yang hadir dalam kegiatan *car free day* di jalan R. Soeprpto kota Purwodadi adalah tidak semua dengan niatan atau motivasi untuk melakukan olahraga.

Angka 20% dalam hasil yang di tunjukan oleh diagram batang di atas berarti menunjukkan bawhasanya yang mempengaruhi masyarakat untuk datang bukanlah hanya dari faktor intrinsik mereka, melainkan juga dipengaruhi oleh faktor ekstrinsik dari luar seperti untuk

mencari hiburan ataupun hanya sekedar rekreasi di acara *car free day*.

Dari penelitian yang telah dilakukan angka, 20% yang menunjukkan bahwa motivasi masyarakat untuk berolahraga dalam kategori sedang sebagian besar berasal dari kategori usia ≤ 15 tahun dengan kategori anak-anak. Hal ini di karenakan mereka datang dalam acara *car free day* mayoritas dengan motivasi ekstrinsik diantaranya adalah melalui ajakan dari orang tua, acara tugas dari sekolah, serta untuk refreasing bersama keluarga. Dengan usia dibawah 15 tahun maka mereka pun belum begitu faham akan tujuan dari acara *car free day* yang diselenggarakan.

SIMPULAN

Motivasi masyarakat Purwodadi untuk beraktivitas gerak olahraga menyongsong kebijakan *car free day* setiap minggu di Purwodadi tahun 2013 sudah termasuk dalam kategori tinggi. Secara terperinci baik mengenai motivasi intrinsik maupun motivasi ekstrinsik masyarakat termasuk dalam kategori tinggi dengan di tunjukkan prosentase 90%.

DAFTAR PUSTAKA

Achmad Rifa'idan Catharina Tri Anni, 2009. Psikologi Pendidikan. Semarang: Universitas Negeri Semarang

Digilib.its.ac.id/public/its.undergraduate-14082-paperpdf.pdf

Dimyatidan Mudjiono, 2006. *Belajar dan Pembelajaran*. Rineka Cipta

Husdarta, 2010. *Sejarah dan Filsafat Olahraga*. Alfabeta

Hasan Alwi, 2007. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Ketiga*. Jakarta: Balai Pustaka

[Http://id.wikipedia.org/wiki/Kabupaten](http://id.wikipedia.org/wiki/Kabupaten)

_Grobogan

Jurnal Nicolaus kanaf, 2010 dalam : efisiensi program *car free day* terhadap penurunan emisi karbon.

Masri Singarimbun dan Sofian Effendi, 1989. *Metode Penelitian Survei*. Yogyakarta: Lembaga Penelitian Pendidikan dan Penerangan Ekonomi Sosial

Muhamad Murni dan Yudha M, 2000. *Pendidikan Rekreasi*. Depdiknas

Mu'rifah dan Hardianto Wibowo, 1992. *Pendidikan Kesehatan*. Depdikbud

Oemar Hamalik, 2007. *Psikologi Mengajar dan Belajaran*. Bumiaksara

Punaji Setyosari, 2010. *Metode Penelitian Pendidikan dan Pengembangan*. Jakarta: Prenada Media Group

Rusli Lutan dan Sumardianto, 2000. *Filsafat Olahraga*. Depdikbud

Rusli Lutan, dkk. 2000. *Pendidikan Kesehatan*. Depdiknas

Sardiman A.M, 2010. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Raja Grafindo Persada

Syaiful Bahri Djamarah, 2008. *Psikologi Belajar*. Rineka Cipta

Sugiyono, 2010. *Metode penelitian pendidikan*. Alfabeta

Suharsimi Arikunto, 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT RINEKA CIPTA

Sukandarrumidi, 2006. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press

Sutrisno Hadi, 1991. *Statistik*. Yogyakarta: ANDI Yogyakarta

Toho Cholik Muthohir, dkk. 2011. *Berakaracter dengan berolahraga berolahraga dengan berakaracter*. sport media

Toho Cholik Mutohir, Ali Maksum, 2007. *SPORT DEVELOPMENT INDEX*, Kemenpora