

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tidak dapat dipungkiri bahwa seiring berjalannya waktu, manusia akan semakin sibuk dengan rutinitas harian kerja mereka. Akibatnya, waktu untuk berolahraga, menjaga kebugaran, dan menikmati waktu bersama keluarga akan semakin terbatas atau bahkan tidak ada sama sekali. Olahraga sangat dekat dengan manusia di mana pun mereka berada. Salah satu hal terpenting dalam kehidupan manusia adalah olahraga, yang harus dilakukan oleh semua orang. Olahraga modern bukan hanya kompetisi untuk mendapatkan medali atau prestasi fisik. Itu juga berfungsi sebagai cara untuk meningkatkan dan mengembangkan sumber daya manusia dengan kualitas hidup yang lebih baik, seperti peningkatan kesehatan fisik, mental, sosial, dan emosional.

Pada dasarnya, seseorang selalu dimotivasi untuk melakukan suatu aktivitas atau kegiatan, termasuk olahraga. Semakin tinggi motivasi seseorang untuk melakukan aktivitas atau tingkah laku tersebut, semakin besar kemungkinan seseorang mencapai keberhasilan dan kesuksesan. Sebaliknya, semakin rendah motivasi seseorang untuk melakukan aktivitas atau tingkah laku tersebut, semakin rendah pula kemungkinan seseorang mencapai keberhasilan dan kesuksesan.

Dalam kehidupan alami manusia, motivasi adalah "alasan" yang mendorong seseorang untuk melakukan apa yang mereka lakukan. Seseorang yang memiliki motivasi tinggi dapat didefinisikan sebagai memiliki kemauan yang kuat

untuk mencapai apa yang diinginkannya dengan mengerjakan pekerjaannya saat ini. Untuk menjaga kesehatan dan kebugaran, masyarakat tidak bisa terlepas dari olahraga. Ada banyak olahraga yang dapat dilakukan.

Motivasi adalah salah satu faktor penting yang mendorong seseorang untuk melakukan aktivitasnya. Karena motivasi adalah dorongan yang berasal dari dalam dan luar diri seseorang untuk melakukan aktivitas dan kegiatan untuk mencapai suatu tujuan. Suatu pernyataan yang kompleks dalam diri seseorang yang mengarahkan tingkah lakunya ke arah suatu perangsang atau tujuan dikenal sebagai motivasi. kekuatan dorongan yang mendorong seseorang untuk bertindak dengan cara tertentu. interaksi antara perilaku dan lingkungan yang memiliki potensi untuk meningkatkan, menurunkan atau mempertahankan perilaku. Dengan sumber pendorong, motivasi akan berhasil.

Salah satu kata yang paling sering digunakan dalam olahraga adalah "motivasi" untuk menggambarkan tingkat aktivitas tubuh, organisasi, dan efisiensi perilaku. Selain kemampuan kognitif dan motorik, latar belakang motivasi seseorang juga berperan dalam keberhasilan olahraga. Meskipun banyak penelitian nasional dan internasional telah dilakukan tentang survei motivasi berolahraga. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini karena belum ada survey sebelumnya tentang motivasi berolahraga anggota Jagorawi Golf dan Country Club.

B. Batasan dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Untuk memastikan bahwa penelitian menghasilkan hasil yang tepat, batasan masalah biasanya mengatur seberapa luas masalah yang dapat ditangani peneliti. Ini dilakukan karena masalah yang terlalu luas dapat menyebabkan penelitian tidak fokus. Oleh karena itu pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah:

- a. Penelitian membahas tentang motivasi masyarakat atau orang mengikuti olahraga
- b. Responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah member Jagorawi Golf dan Country Club Kabupaten Bogor.
- c. Penelitian dilakukan pada bulan Juni tahun 2023 di Kawasan Jagorawi Golf dan Country Club.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan batasan masalah yang telah dikemukakan sebelumnya, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah:

- a. Bagaimana tingkat motivasi berolahraga member Jagorawi Golf dan Country Club?
- b. Faktor motivasi manakah yang paling dominan mendorong member Jagorawi Golf dan Country Club untuk berolahraga?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah penulis uraikan, maka tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui bagaimana tingkat motivasi berolahraga member Jagorawi Golf dan Country Club.
2. Untuk mengetahui faktor motivasi manakah yang paling dominan mendorong member Jagorawi Golf dan Country Club untuk berolahraga.

D. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini secara umum diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan yang dibutuhkan untuk memecahkan masalah dan membuat keputusan. Namun secara khusus penelitian ini dapat berguna untuk:

1. Dapat memberikan pengetahuan, pengalaman, dan ketrampilan bagi peneliti mengenai motivasi berolahraga member Jagorawi Golf dan Country Club.
2. Sebagai bahan masukan bagi penulis untuk memahami motivasi yang bisa diterapkan baik secara intrinsik dan ekstrinsik terhadap olahraga.
3. Penelitian ini diharapkan memberikan wawasan ilmiah dalam kepada para pembaca bagaimana peranan motivasi dalam melakukan olahraga.

E. Definisi Operasional

Untuk memudahkan dan menghindari salah pengertian dalam penelitian ini, peneliti memberi batasan istilah sebagai berikut:

1. Motivasi

Motivasi adalah daya penggerak kekuatan dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan aktivitas tertentu, memberikan arah dalam mencapai tujuan, baik yang didorong atau dirangsang dari luar maupun dari dalam dirinya (Gopalan, et al 2017). Dalam penelitian ini penulis melihat motivasi member Jagorawi Golf dan Country Club yang diukur dengan kuesioner motivasi

2. Olahraga

Olahraga adalah semua bentuk aktivitas fisik yang dilakukan baik dalam bentuk kompetitif atau juga santai. Olahraga pada umumnya bertujuan untuk memelihara atau meningkatkan kemampuan dan keterampilan fisik untuk meningkatkan derajat kesehatan bagi pelakunya (Anggriawan 2015). Dalam penelitian yang dimaksud olahraga adalah semua bentuk aktivitas fisik berguna yang dilakukan oleh member Jagorawi Golf dan Country Club untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan.