

## IDENTIFIKASI MOTIVASI TERHADAP AKTIVITAS OLAHRAGA REKREASI PADA PEGAWAI BIDANG OLAHRAGA DISPORA PROVINSI JAWA TIMUR

**Alfedo Dwi Putra Kusuma**

S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya  
alfedo.19028@mhs.unesa.ac.id

**Hjirin Fithroni**

S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya  
hjrinfithroni@unesa.ac

### **Abstrak**

Rekreasi merupakan kegiatan yang bersifat universal, aktivitas kegiatan rekreasi tidak hanya dilakukan dengan olahraga saja misalnya seperti kesenian, kerajinan tangan, seni drama atau acara istimewa lainnya dengan maksud memberikan kepuasan atau kesenangan kepada diri sendiri. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui motivasi pegawai bidang olahraga Dispora Provinsi Jawa Timur terhadap aktivitas rekreasi. Penelitian yang digunakan yaitu penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah staf pegawai dispora Jawa Timur bidang olahraga prestasi tahun 2022 yang berjumlah 17 pegawai dengan menggunakan teknik total sampling. Dari total keseluruhan hasil data yang didapat, persentase tingkat motivasi aktivitas olahraga rekreasi pada pegawai bidang olahraga dispora Jawa Timur dapat dijabarkan sebagai berikut. Pegawai tergolong sangat tinggi berjumlah 5 pegawai dengan persentase 29%, kategori tinggi berjumlah 8 pegawai dengan persentase 47%, kategori rendah berjumlah 0 pegawai dengan persentase 0%, kategori rendah berjumlah 4 pegawai dengan persentase 24%. Dengan hasil demikian maka tingkat motivasi aktivitas olahraga rekreasi pada pegawai bidang olahraga dispora provinsi Jawa Timur masuk ke dalam kategori tinggi.

**Kata Kunci:** olahraga rekreasi, motivasi, aktivitas

### **Abstract**

*Recreation is a universal activity, recreational activities are not only carried out with sports, for example, arts, crafts, hands, performing arts or other special events with the intention of giving satisfaction or pleasure to oneself. The purpose of this study was to determine the motivation of employees in the field of sports, Dispora, East Java province towards recreational activities. The research used is descriptive quantitative research. The method used in this research is a quantitative method. The population used in this research is the staff of the East Java Dispora in the field of sports achievements in 2022, totaling 17 employees using the total sampling technique. From the total data results obtained, the percentage level of motivation for recreational sports activities in East Java Dispora sports employees can be described as follows. Employees classified as very high amounted to 5 employees with a percentage of 29%, high category amounted to 8 employees with a percentage of 47%, low category amounted to 0 employees with a percentage of 0%, low category amounted to 4 employees with a percentage of 24%. With these results, the level of motivation for recreational sports activities for employees in the sports department of the East Java province is in the high category.*

**Keywords:** recreational sport, motivation, activity

## PENDAHULUAN

Kurangnya kegiatan aktivitas luar ruangan menyebabkan kejenuhan seorang pegawai pekerja kantoran, hal ini dikarenakan adanya kegiatan yang dilakukan terus berulang dan menyebabkan kejenuhan dalam beraktivitas yang dapat mengganggu kesehatan mental apabila terlalu banyak memiliki beban pikiran. Olahraga adalah suatu proses teratur berbentuk seluruh usaha atau kegiatan untuk mendorong berkembangnya serta pembinaan potensi jasmani dan rohani sebagai individu atau kelompok dalam bentuk permainan kompetitif untuk rangka pembangunan insan manusia berdasarkan Pancasila. Rekreasi dan olahraga memiliki hubungan yang erat, namun apabila kata olahraga dan rekreasi digabungkan akan mempunyai makna dan arti tersendiri. Dengan demikian rekreasi olahraga muncul ketika berdasarkan keinginan atau kehendak seseorang karena adanya timbul terbalik yang diberikan untuk mendapatkan kepuasan dan kesenangan (Nababan et al., 2018).

Aktivitas perkantoran merupakan sebuah aktivitas berulang yang dapat menyebabkan seseorang mengalami kejenuhan serta membuat kondisi tubuh menurun akibat kurangnya melakukan olahraga luar ruangan (Komang et al., 2020). Hubungan antara motivasi serta tingkat semangat dalam bekerja seseorang bergantung pada setiap individu masing-masing. Seseorang dapat saja memiliki motivasi yang sama namun ada juga yang memiliki motivasi yang berbeda. Dinas pemuda dan olahraga Jawa Timur merupakan sebuah instansi olahraga yang menaungi kota-kota di seluruh Jawa Timur. Dispora Jawa Timur sendiri memiliki beberapa bidang bagian contohnya seperti bidang olahraga prestasi, yang di mana bidang tersebut sebagai garda utama dalam kesuksesan pelaksanaan kegiatan event besar olahraga Nasional. Seperti kita ketahui dalam beberapa bulan terakhir dispora Jawa Timur melakukan kegiatan regional penyelenggaraan event di wilayah Jawa Timur seperti Porprov 2022 dan Popda 2022, kegiatan tersebut tidak terlepas dari kontribusi para pegawai atas kemampuan yang baik, hasil kinerja dari pegawai olahraga bidang prestasi yang telah mengorbankan waktu tenaga serta pikiran agar suksesnya kegiatan. Oleh karena itu aktivitas para pegawai Dispora Jawa Timur cukup padat. Dengan demikian para pekerja atau pun pegawai Dispora Jawa Timur memiliki kejenuhan dalam beraktivitas dikarenakan kegiatan yang padat dalam mengelola event-event besar..

Tujuan dalam penelitian ini Untuk mengetahui tingkat motivasi pegawai bidang olahraga dispora provinsi Jawa Timur terhadap aktivitas olahraga rekreasi.

## METODE

Jenis dan metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian deskriptif kuantitatif, yang bagaimana penelitian deskriptif kuantitatif bertujuan untuk mengetahui serta mendapatkan sebuah gambaran realitas dari sebuah keadaan melalui data yang telah dikumpulkan dan diperoleh dari hasil pengumpulan data.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah staf pegawai dispora Jawa Timur bidang olahraga prestasi tahun 2022 yang berjumlah 17 pegawai, dengan menggunakan populasi seluruhnya sehingga disebut total sampling.

Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data ini adalah dengan menggunakan instrumen berupa kuesioner tentang motivasi aktivitas olahraga rekreasi yang telah di validasi oleh Andun Sudijandoko dan Pudjijuniarto sebagai validasi dengan melihat referensi angket dari Yahya Mubarak (Mubarak et al., 2022).

Teknik dalam analisis data ini menggunakan teknik analisis deskriptif. Metode teknik analisis deskriptif persentase dimana dapat menarik kesimpulan dari angket yang telah diisi. Kuesioner menggunakan skala Likert dengan 4 kategori, yaitu Sangat tinggi (SS), Tinggi (S), Rendah (TS), Sangat rendah (STS). skor sesuai dengan ketentuan skala likert sebagai berikut Sangat setuju = 4, Setuju = 3, Tidak setuju = 2, Sangat tidak setuju = 1

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Hasil dari analisis deskriptif data yang telah diperoleh dari jawaban kuesioner yang telah di bagikan kepada 17 responden. Terdapat 25 item pernyataan yang terdapat pada kuesioner motivasi aktivitas olahraga rekreasi dapat di jadikan ukuran apakah seseorang itu berminat atau tidak berminat terhadap sesuatu.

Berdasarkan data persentase kategori motivasi diperoleh rata – rata persentase, sebagai berikut:

Tabel 1. Data Rata-Rata Persentase Motivasi

## Identifikasi Motivasi Terhadap Aktivitas Olahraga Rekreasi Pada Pegawai Bidang Olahraga Dispora

Kategori	Interval Kelas	Frekuensi	Persentase %
Sangat Tinggi	>91.59	5	29%
Tinggi	83.85 - 91.59	8	47%
Rendah	76.10 - 83.85	0	0%
Sangat Rendah	<76,110	4	24%
Jumlah		17	100%

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada responden diketahui bahwa motivasi pegawai bidang olahraga Dispora Provinsi Jawa Timur dalam melakukan olahraga rekreasi dapat dilihat dalam persentase diatas yaitu, 5 pegawai berkategori sangat tinggi, 8 pegawai berkategori tinggi, 0 pegawai berkategori rendah, dan 4 pegawai berkategori sangat rendah. Berdasarkan data tersebut menunjukkan motivasi pegawai bidang olahraga Dispora Provinsi Jawa Timur berada pada kategori Tinggi dengan persentase 47%.

Berdasarkan data hasil motivasi intrinsik diperoleh sebagai berikut:

Tabel 2. Motivasi Indikator Intrinsik

Kategori	Interval Kelas	Frekuensi	Persentase %
Sangat Tinggi	>48.36	8	47%
Tinggi	44.47 - 48.36	5	29%
Rendah	40.95 - 44.65	4	24%
Sangat Rendah	<40,95	0	0%
Jumlah		17	100%

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada responden diketahui bahwa indikator motivasi intrinsik pegawai bidang olahraga Dispora Provinsi Jawa Timur dalam melakukan olahraga rekreasi dapat dilihat dalam persentase diatas yaitu, 8 pegawai berkategori sangat tinggi, 5 pegawai berkategori tinggi, 4 pegawai berkategori rendah, dan 0 pegawai berkategori sangat rendah. Berdasarkan data tersebut menunjukkan indikator motivasi intrinsik pegawai bidang olahraga Dispora Provinsi Jawa Timur berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase 47%. Dengan hasil kuesioner motivasi indikator intrinsik menyatakan bahwa ada 8 responden yang memiliki motivasi intrinsik dalam pengaruh melakukan aktivitas rekreasi.

Tabel 4. Motivasi Indikator Ekstrinsik

Kategori	Interval Kelas	Frekuensi	Persentase %
Sangat Tinggi	>43,669	2	12%
Tinggi	39,18 - 43,669	9	53%
Rendah	34,691 - 39.18	2	12%
Sangat Rendah	<34.691	4	24%
Jumlah		17	100%

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan

kepada responden diketahui bahwa indikator motivasi ekstrinsik pegawai bidang olahraga Dispora Provinsi Jawa Timur dalam melakukan olahraga rekreasi dapat dilihat dalam persentase diatas yaitu, 2 pegawai berkategori sangat tinggi, 9 pegawai berkategori tinggi, 2 pegawai berkategori rendah, dan 4 pegawai berkategori sangat rendah. Berdasarkan data tersebut menunjukkan indikator motivasi ekstrinsik pegawai bidang olahraga Dispora Provinsi Jawa Timur berada pada kategori tinggi dengan persentase 53%.

Dengan hasil kuesioner motivasi indikator ekstrinsik menyatakan bahwa ada 9 responden yang memiliki motivasi ekstrinsik dalam pengaruh melakukan aktivitas rekreasi.

### Pembahasan

Dari total keseluruhan hasil data yang didapat, persentase tingkat motivasi aktivitas olahraga rekreasi pada pegawai bidang olahraga dispora Jawa Timur dapat dijabarkan sebagai berikut. Motivasi pegawai tergolong sangat tinggi berjumlah 5 pegawai dengan persentase 29%, motivasi kategori tinggi berjumlah 8 pegawai dengan persentase 47%, kategori motivasi rendah berjumlah 0 pegawai dengan persentase 0%, motivasi kategori sangat rendah berjumlah 4 pegawai dengan persentase 24%.

Dengan hasil demikian maka tingkat motivasi aktivitas olahraga rekreasi pada pegawai bidang olahraga dispora provinsi Jawa Timur masuk ke dalam kategori tinggi dengan rata-rata persentase sebanyak 47%. Penelitian ini memperoleh hasil yang selaras dengan penelitian Hidayat 2020 berjudul minat masyarakat untuk olahraga rekreasi bersepeda pada masa pandemi covid 19 di kabupaten Demak. Publikasi ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar minat kegiatan rekreasi, khususnya bersepeda, di masa pandemi Covid 19. Hasil peneliti mengungkapkan bahwa skor persentase 78% termasuk dalam kelompok tinggi, sedangkan 75% masuk dalam kategori tinggi secara keseluruhan, dengan 73 kriteria tinggi dan 3 kriteria sesuai. Dari hasil di atas menunjukkan bahwa kebutuhan aktivitas olahraga rekreasi di masa pandemi masih sangat diperlukan untuk tetap menjaga kondisi tubuh yang sehat agar mendapatkan imun tubuh yang kuat.

### PENUTUP

#### Simpulan

Berdasarkan hasil yang dapat diambil dalam penelitian ini yaitu aktivitas olahraga rekreasi sangat

diperlukan oleh pegawai bidang olahraga Dispora Provinsi Jawa Timur dengan hasil tingkat motivasi yang tinggi sebesar 47 %.

#### **Saran**

Sebagai peneliti pasti memiliki kelemahan dan kekurangan dan keterbatasan. Bagi peneliti, diharapkan untuk mendapatkan data yang lebih ilmiah, dimaksudkan agar dapat memperbaiki penulisan dan melakukan penelitian di luar objek tersebut..

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Darmawan Deni. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif*. (Latifah Pipih, Ed.). Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Fasochah, R. T. S. H. (2019). Pengaruh Motivasi Intrinsik Dan Ekstrinsik Terhadap Kinerja Pegawai Yang Di Mediasi Oleh Komitmen Organisasi (Studi Pada Pegawai Kantor Pertanahan Kota Semarang). *Jurnal Ekonomi Manajemen Dan Akuntansi*, Oktober(47), 1–17. Retrieved from <https://jonedu.org/index.php/joe/article/view/78>
- Hardani, H., Medica, P., Husada, F., Andriani, H., Sukmana, D. J., Mada, U. G., & Fardani, R. (2020). *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*.
- Hidayat, T., Hudah, M., Zhannisa, U. H., Pgri, U., Ji, S., & Timur, S. (2020). *Journal of Physical Activity and Sports*, 1 ( 1 ), 2020 , 80-88
- Survey Minat Masyarakat Untuk Olahraga Rekreasi Bersepeda Pada Masa Pandemi Covid 19 di Kabupaten Demak, 1(1), 80–88.
- Juliyandi. (2015). Hubungan Motivasi Belajar. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Unsyiah*, 1(20), 102–113.
- Kadji, Y., Ilmu, F., Universitas, S., & Gorontalo, N. (2012). Tentang teori motivasi, 9(1), 1–15.
- Komang, N., Tri, A., Dewi, C., Astra, I. K. B., & Suwiwa, I. G. (2020). *Dan Rekreasi Menjaga*
- Mubarok, M. Y., Keolahragaan, S.-I., Olahraga, F. I., Surabaya, U. N., Keolahragaan, S.-I., Olahraga, F. I., & Surabaya, U. N. (2022). *Survei Motivasi Mahasiswa Program Studi S-1 Ilmu Keolahragaan , Universitas Negeri Surabaya Berolahraga Rekreasi Di Masa*
- Pandemi COVID-19 Hijrin Fithroni*, 203–210.
- Mulya, H. A., & Indrawati, E. S. (2017). Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Psikologi Universitass Diponegoro Semarang. *Jurnal EMPATI*, 5(2), 296–302. Retrieved from <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/15224>
- Nababan, M. B., Dewi, R., Akhmad, I., Pascasarjana, D., Olahraga, P., Medan, U. N., & Rekreasi, O. (2018). Analisis pola pembinaan dan pengembangan olahraga rekreasi di federasi olahraga rekreasi masyarakat indonesia sumatera utara tahun 2017, 04, 38–55.
- Nugrahaeni, R. (2015). Motivasi Karyawan. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Prihartanta, W. (2015). Teori-Teori Motivasi. *Jurnal Adabiya*, Vol. 1 No. 83. *Jurnal Adabiya*, 1(83), 1–11.
- Rachmawati, I. N., Ii, B. A. B., & Kepustakaan, A. K. (2017). Studi aktivitas dan metode pengajaran di pondok pesantren fathurrahmah. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 11(1), 35–40.
- Rusyadi Ananda, M. P. (Ed.). (2012). *Buku Metodologi penelitian kuantitatif.pdf*. Bandung: Ciptapustaka Media.
- Sandu Siyoto, & Sodik, M. A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian Dr. Sandu Siyoto, SKM, M.Kes M. Ali Sodik, M.A. 1. Dasar Metodologi Penelitian*, 1–109.
- Sniku, P., Nasional, S., & Keolahragaan, I. (2018). *industri olahraga; rekreasi; jiwa kewirausahaan*, 1(1), 34–42.
- Sulaiman, L. (2021). Analisis Pengaruh COVID-19 Terhadap Kesehatan Mental Masyarakat di Indonesia, 206–211. 32
- Surya Kusuma Arief Putra, & Andun Sudijandoko. (2020). No Title. *MOTIVASI OLAHRAGA REKREASI PADA PESERTA TSOT OUTBOUND*, 8, 1–8.
- Yildiz, S. M. (2020). *Instruments for Measuring Service Quality in Sport and Physical Activity Instruments for Measuring Service Quality in Sport and Physical Activity Services*, (April).