

MOTIVASI OLAHRAGA REKREASI PADA PESERTA TSOT OUTBOUND

Surya Kusuma Arief Putra

S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya
suryaputra@mhs.unesa.ac.id

Andun Sudijandoko

S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya
Andunsudijandoko@yahoo.com

Abstrak

Motivasi merupakan salah satu faktor penentu sebagai pendorong tingkah laku manusia dalam melakukan kegiatan, sehingga dengan adanya motivasi seseorang dapat mendorong dirinya untuk lebih giat berlatih untuk mencapai hasil yang maksimal dan sesuatu yang diinginkan. Dengan adanya motivasi tersebut akan mendorong seseorang untuk berlatih, bekerja keras, dan dapat bertahan lebih lama dalam mengikuti suatu kegiatan atau latihan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar motivasi intrinsik pada peserta olahraga dengan adanya fasilitas olahraga rekreasi di TSOT *outbound* Kecamatan Kecamatan Prigen, Kabupaten Pasuruan.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan metode survei. Instrumen yang digunakan berupa angket. Subjek penelitian yang digunakan adalah siswa SMA Negeri 3 Surabaya, yang terdiri dari 20 item pernyataan dengan responden berjumlah 30 peserta. Indikator penelitian meliputi empat aspek pada Motivasi, yaitu ; kebutuhan; harapan; minat; serta kesenangan.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab IV dapat diambil simpulan bahwa tingkat motivasi pada peserta dalam kegiatan olahraga rekreasi di TSOT *outbound* Kecamatan Kecamatan Prigen, Kabupaten Pasuruan tergolong sangat tinggi atau sangat baik. Dilihat dari jenis motivasinya menunjukkan bahwa motivasi intrinsik untuk mengikuti olahraga rekreasi di TSOT *outbound* Kecamatan Kecamatan Prigen, Kabupaten Pasuruan tinggi. Rata-rata motivasi intrinsik indikator minat sebesar 83,8% dalam prosentase sangat tinggi, indikator tingkat kesenangan sebesar 71,3%, indikator tingkat kebutuhan sebesar 80,3%, serta untuk indikator tingkat harapan sebesar 64%. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat motivasi peserta untuk melakukan kegiatan olahraga rekreasi dikarenakan minat yang sangat tinggi, kesenangan yang tinggi, kebutuhan yang sangat tinggi dan harapan yang tinggi.

Kata Kunci: *Motivasi intrinsik, Olahraga rekreasi, Kecamatan Prigen.*

Abstract

Motivation is one of the determining factors as a booster of human behavior in carrying out activities so that with the motivation a person can encourage himself to practice more actively to achieve maximum results and something that is desired. With this motivation will encourage someone to practice, work hard, and can last longer in following activity or training. The purpose of this study was to determine how much intrinsic motivation in sports participants with the presence of recreational sports facilities in TSOT *outbound* Subdistrict, Prigen Subdistrict, Pasuruan Regency. This research is a descriptive study using a survey method. The instrument used in the form of a questionnaire. The research subjects used were SMA Negeri 3 Surabaya students, consisting of 20 statement items with 30 respondents. Research indicators include four aspects of motivation, namely; needs; hope; interest; and pleasure. Based on the results of the research and discussion in chapter IV, it can be concluded that the level of motivation of participants in recreational sports activities in TSOT *outbound* Subdistrict, Prigen District, Pasuruan Regency is classified as very high or very good. Judging from the type of motivation, it shows that intrinsic motivation to participate in recreational sports in TSOT *outbound* Subdistrict, Prigen District, Pasuruan Regency is high. The average intrinsic motivation of interest indicator is 83.8% in a very high percentage, the pleasure level indicator is 71.3%, indicator needs level is 80.3%, and for expectation level indicator is 64%. From these data, it can be concluded that the level of motivation of participants to do recreational sports activities is due to very high interest, high pleasure, very high needs, and high expectations.

Keywords: *Intellectual motivation, Recreational sports, Prigen District*

PENDAHULUAN

Olahraga pada dewasa ini telah menjadi gaya hidup bagi sebagian masyarakat, diberbagai tempat dan waktu sering menjumpai seseorang atau sekelompok orang sedang berolahraga. Olahraga termasuk kebutuhan hidup manusia yang harus dipenuhi, dengan berolahraga seorang telah memenuhi kebutuhan jasmani dan banyak manfaat yang dapat diperoleh melalui olahraga. Selain tubuh menjadi bugar, kesehatan tubuh akan tetap terjaga.

Menurut Ajun (2010:1), olahraga (*sport*) berasal dari bahasa Latin, *disportare* atau *deportare*. Dalam bahasa Italia, kata *deportare* berarti penenangan, pemeliharaan, atau hiburan untuk bergembira, arti dari kata tersebut dapat diartikan olahraga sebagai kesibukan manusia untuk menggembirakan diri sekaligus untuk menjaga kesehatan jasmani. Olahraga dan bermain memiliki hubungan erat dan saling berkaitan.

Salah satu olahraga yang sering dilakukan oleh masyarakat adalah olahraga rekreasi biasanya tidak dituntut untuk berprestasi. Olahraga rekreasi biasa nya dilakukan di waktu luang saja, hal ini diperkuat oleh pernyataan Arip Syarifudin dalam jurnal rekreasi olahraga Benjamin menyatakan bahwa olahraga rekreasi adalah jenis olahraga yang di lakukan pada waktu senggang atau waktu luang. Olahraga rekreasi bisa dapat dilakukan oleh semua jenis usia, jenis kelamin dan jenis pekerjaan. Subroto (2008:108) menjelaskan olahraga rekreasi adalah kegiatan fisik yang di lakukan pada waktu senggang berdasarkan keinginan maupun kehendak yang timbul karena kesenangan dan kepuasan.

Menurut Toho & Maksun (2007), olahraga rekreasi adalah bentuk kegiatan olahraga yang dilakukan oleh masyarakat untuk tujuan kreatif dan kebugaran, yang tumbuh dan berkembang sesuai dengan kondisi masyarakat. Untuk kegiatan outdoor activity di TSOT outbound ini cukup luas, terdapat sungai, kolam lumpur, perbukitan, tempat datar terbuka sehingga dapat digunakan berbagai macam kegiatan olahraga rekreasi yang memanfaatkan ruang terbuka sehingga dapat digunakan baik dalam kegiatan event, untuk play ground di lengkapi dengan seluncur, ayunan, yang seringkali digunakan oleh anak-anak yang sedang berkunjung bersama keluarganya baik dalam kegiatan event maupun pribadi.

Menurut Wolfe (2002) mendefinisikan motivasi untuk menyediakan dengan motif atau untuk mendorong atau mendorong maju; motif adalah sesuatu, seperti kebutuhan atau keinginan yang menyebabkan individu bertindak. Menurut Uno (2013:3) motivasi merupakan suatu dorongan yang terdapat dalam diri sendiri seseorang untuk berusaha mengadakan perubahan tingkah laku yang lebih baik untuk memenuhi kebutuhannya. Sehingga motivasi merupakan komponen penting bagi manusia dalam melakukan suatu hal. Motivasi menurut Sardiman (2014:89) terbagi menjadi dua yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Dalam penelitian ini peneliti hanya fokus terhadap motivasi intrinsik.

Dari hasil observasi awal diketahui bahwa TSOT Outbound ini tidak penah sepi peserta sejak dibangun dan dibuka untuk umum pada tahun 2008. Serta dari besarnya minat Peserta tersebut apakah sesuai dengan besarnya motivasi peserta untuk melakukan kegiatan olahraga rekreasi di kawasan tersebut. Respon dari masyarakat sangat berperan penting untuk mendorong dan menggerakkan pemassalan olahraga rekreasi di seluruh Indonesia. Adanya keikutsertaan masyarakat untuk mengikuti olahraga rekreasi menjadi dampak positif untuk peningkatan kualitas manusia Indonesia yang ditujukan kepada peningkatan kesehatan jasmani dan rohani seluruh masyarakat, memupuk watak, disiplin sportivitas serta pengembangan prestasi olahraga yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional, mengangkat harkat dan martabat bangsa Indonesia di mata dunia. Dengan semakin majunya perkembangnya zaman, sekarang ini banyak sekali bermunculnya permainan/olahraga modern, olahraga rekreasi juga bisa meningkatkan kebugaran jasmani dan rohani. Dari semua uraian diatas, layak kiranya hal tersebut untuk dikaji dalam respon masyarakat terhadap olahraga rekreasi pada saat ini.

Dari paparan permasalahan yang di atas peneliti memilih judul “Motivasi peserta TSOT outbound dalam melakukan olahraga rekreasi” untuk mengetahui motivasi peserta melakukan kegiatan olahraga rekreasi dengan adanya TSOT outbound.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Menurut Sugiyono (2009: 147), penelitian deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya.

Dalam penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran keadaan yang jelas atau akurat tentang Motivasi pada peserta TSOT *Outbound* dalam melakukan Olahraga Rekreasi di TSOT *Outbound*.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei. Menurut Arikunto (1993: 86), studi survei adalah salah satu pendekatan penelitian yang pada umumnya digunakan untuk pengumpulan data yang luas dan banyak. Sedangkan teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan instrumen yang berupa angket. Kuesioner (angket) merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2009: 142).

Menurut Arikunto (2002: 96) guna memperjelas variabel penelitian, perlu dikemukakan definisi operasional dari variabel yang terdiri dari satu variabel yaitu, Tingkat Motivasi Olahraga Rekreasi Pada Peserta TSOT *Outbound* yang terdiri dari 2 faktor yang

memungkinkan sebagai penyebab peserta mengalami hambatan dalam pelaksanaan melakukan olahraga rekreasi. Hambatan adalah rintangan atau halangan yang dialami seseorang untuk melakukan sesuatu hal. Dalam hal ini hambatan tersebut terdiri atas faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor intrinsik itu sendiri yaitu berasal dari guru, sedangkan faktor ekstrinsik terdiri atas siswa, sarana dan prasarana serta materi pembelajaran yang akan diambil datanya menggunakan angket.

Menurut Maksam (2018:111) secara garis besar, alat pengumpulan data ada dua kategori, yakni tes dan non-tes. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa angket motivasi. Angket yang digunakan untuk pengambilan data dalam penelitian ini adalah kuisisioner motivasi instrinsik yang mencakup kebutuhan, minat, harapan, dan kesenangan. Angket sendiri sudah tervalidasi oleh para validator sesuai dengan kajian yang diteliti.

Berdasarkan definisi-definisi dapat ditegaskan bahwa variabel merupakan objek yang bervariasi dan dapat dijadikan sebagai titik suatu perhatian suatu penelitian. Adapun variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah motivasi peserta TSOT Outbound dalam melakukan olahraga rekreasi. Yang dimaksud motivasi peserta dalam melakukan olahraga rekreasi, peserta TSOT Outbound yaitu suatu proses dimana kebutuhan atau dorongan peserta untuk melakukan Olahraga rekreasi dengan tujuan tertentu. Untuk mengetahui tujuan tertentu tersebut, maka diambil motivasi intrinsik yaitu kebutuhan, harapan, minat dalam hal penelitian ini diukur dengan skala sikap.

Populasi

Menurut Maksam (2018:63) populasi adalah keseluruhan individu atau objek yang dimaksudkan untuk diteliti yang nantinya akan dikanal generalisasi. Menurut Arikunto (2002: 108), "Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian." Populasi yang digunakan adalah peserta TSOT *outbound* yang berasal dari SMA Negeri 3 Surabaya dan berjumlah 250 peserta.

Sampel

Menurut Sugiyono (2009: 81), "Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tertentu." Menurut Saifuddin Azwar (2005: 79), "Sampel adalah sebagian dari populasi." Jadi yang dimaksud dengan sampel adalah sebagian atau wakil dari suatu populasi yang akan diambil. Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto (2006: 131), sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan sampel acak/random. Karena untuk menghemat biaya, waktu dan tenaga maka peneliti memilih untuk menggunakan sampel acak/random.

Menurut Azwar (2005: 81), pengambilan sampel secara random sederhana dilakukan dengan undian, yaitu mengundi nama-nama subjek dalam populasi. Cara ini diawali dengan membuat daftar nama dikertas kemudian digulung dan dimasukkan ke dalam kotak dan dikocok. Dalam penelitian ini maka sampel yang digunakan sebesar 30 responden. 30 sampel yang diperoleh dari 10% dari jumlah populasi. Sesuai pendapat Suharsimi Arikunto (2006: 134), apabila subyeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Tetapi, jika jumlah subyeknya besar, dapat diambil 10%-15% atau 20%-25% atau lebih.

Namun dengan pertimbangan efisiensi sumber daya dan besarnya jumlah sampel yang dapat diambil. Disini peneliti hanya mengambil sampel berjumlah 30 peserta putra TSOT Outbound.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket/kuesioner. Penyusunan instrumen penelitian dilakukan dengan membuat draft angket sesuai dengan kisi-kisi yang sudah dibuat sebelumnya, kemudian instrumen angket divalidasi kepada dosen ahli. Hasil angket yang sudah divalidasi oleh dosen ahli dilanjutkan untuk di hitung validitasnya menggunakan bantuan SPSS versi 23.0 agar bisa dipakai untuk melakukan penelitian.

Hasil jawaban kuisisioner angket yang dilakukan oleh sampel tidak akan mempengaruhi kehidupan Responden dan kerahasiannya akan dijamin seutuhnya. Jawab dengan sejujur-jujurnya dan sesuaikan dengan keadaan anda.

Bacalah pernyataan-pernyataan yang ada dengan seksama sebelum Bapak/Ibu/Saudara menjawab :

1. Isilah Identitas Responden dengan data diri anda dengan benar dan lengkap.
2. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan pandangan anda.
3. Berikan nilai pada setiap pernyataan dengan memberi tanda centang.
4. Jangan sampai ada pernyataan-pernyataan yang terlewatkan dan tidak terjawab.

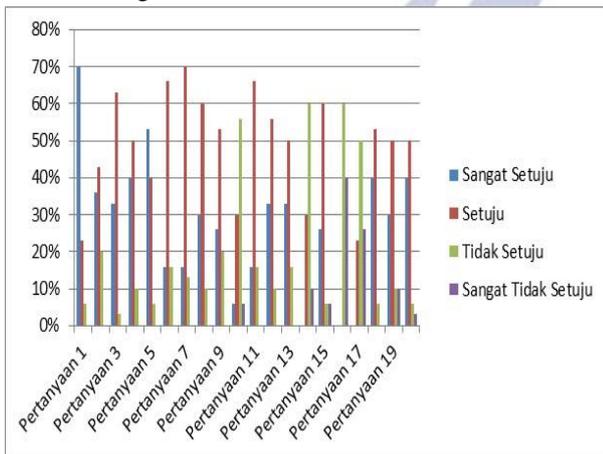
HASIL

Hasil penelitian disertai hasil analisis dan pembahasan tentang faktor-faktor serta faktor utama yang menyebabkan tingkat Motivasi Olahraga Rekreasi Pada Peserta *Tsot Outbond* di Dusun Lebaksari, Desa Lebaksari, Dayurejo, Kecamatan Prigen, Kabupaten Pasuruan Provinsi Jawa Timur. Penelitian ini merupakan

penelitian kualitatif dengan menggunakan dengan menggunakan angket sebagai teknik pengumpulan data. Analisis hasil penelitian akan di kaitkan dengan tujuan penelitian yang telah di kemukakan pada bab I. Hasil penelitian ini berupa data yang di peroleh dari penyebaran angket sebanyak 30 ke peserta Outbond.

Berdasarkan data hasil penelitian, maka berikut dipaparkan hasil pengolahan data penelitian tentang faktor utama yang menyebabkan tingkat Motivasi Olahraga Rekreasi Pada Peserta *Tsot Outbond*. Berikut adalah presentase skor jawaban pernyataan motivasi peserta *Tsot Outbond* dalam mengikuti kegiatan

Tabel 2. Diagram Faktor Intrinsik



Minat peserta dalam mengikuti kegiatan olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* untuk meningkatkan pengetahuan mengenai olahraga rekreasi dengan jawaban yang diberikan peserta yaitu, sebanyak 21 peserta menjawab sangat setuju dengan presentase sebesar 70%, 7 peserta menjawab setuju dengan presentase sebesar 23%, 2 peserta menjawab tidak setuju dengan presentase sebesar 6%, 0 peserta menjawab sangat tidak setuju dengan presentase 0%. Berdasarkan hasil tersebut diartikan tingkat minat peserta dalam mengikuti kegiatan olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* berkategori adalah sangat setuju.

Peserta olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* dalam mengikuti aktivitas karena ingin menghilangkan penat dengan jawaban yang diberikan peserta yaitu, sebanyak 11 peserta menjawab sangat setuju dengan presentase sebesar 36%, 13 peserta menjawab setuju dengan presentase sebesar 43%, 6 peserta menjawab tidak setuju dengan presentase sebesar 20%, 0 peserta menjawab sangat tidak setuju dengan presentase 0%. Berdasarkan hasil tersebut diartikan tingkat minat peserta dengan tujuan untuk menghilangkan penat mengikuti kegiatan olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* berkategori adalah setuju.

Peserta olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* dalam mengikuti aktivitas karena ingin lebih tertantang dalam aktivitas dengan jawaban yang diberikan peserta yaitu, sebanyak 10 peserta menjawab sangat setuju dengan presentase sebesar 33%, 19 peserta menjawab setuju dengan presentase sebesar 63%, 1 peserta menjawab tidak setuju dengan presentase sebesar 3%, 0 peserta menjawab sangat tidak setuju dengan presentase 0%. Berdasarkan hasil tersebut diartikan tingkat minat peserta dengan keinginan untuk lebih tertantang dalam mengikuti kegiatan olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* berkategori adalah setuju.

Peserta olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* dalam mengikuti aktivitas karena ingin kemampuan fisik meningkat dalam kegiatan sehari – hari dengan jawaban yang diberikan peserta yaitu, sebanyak 12 peserta menjawab sangat setuju dengan presentase sebesar 40%, 15 peserta menjawab setuju dengan presentase sebesar 50%, 3 peserta menjawab tidak setuju dengan presentase sebesar 10%, 0 peserta menjawab sangat tidak setuju dengan presentase 0%. Berdasarkan hasil tersebut diartikan tingkat minat peserta dengan keinginan untuk meningkatkan kemampuan fisiknya dalam mengikuti kegiatan olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* berkategori adalah setuju.

Peserta olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* dalam mengikuti aktivitas karena ingin refreasing atau menikmati keindahan dengan jawaban yang diberikan peserta yaitu, sebanyak 16 peserta menjawab sangat setuju dengan presentase sebesar 53%, 12 peserta menjawab setuju dengan presentase sebesar 40%, 2 peserta menjawab tidak setuju dengan presentase sebesar 6%, 0 peserta menjawab sangat tidak setuju dengan presentase 0%. Berdasarkan hasil tersebut diartikan tingkat minat peserta dengan keinginan hanya untuk sekedar refreasing dalam mengikuti kegiatan olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* berkategori adalah sangat setuju.

Peserta olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* dalam mengikuti aktivitas karena ingin membakar kebutuhan kalori dalam tubuh dengan jawaban yang diberikan peserta yaitu, sebanyak 5 peserta menjawab sangat setuju dengan presentase sebesar 16%, 20 peserta menjawab setuju dengan presentase sebesar 66%, 5 peserta menjawab tidak setuju dengan presentase sebesar 16%, 0 peserta menjawab sangat tidak setuju dengan presentase 0%. Berdasarkan hasil tersebut diartikan tingkat minat peserta dengan keinginan untuk membakar kebutuhan kalori dalam tubuh dengan upaya mengikuti kegiatan olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* berkategori adalah setuju.

Peserta olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* dalam mengikuti aktivitas karena ingin meningkatkan

kebugaran tubuh dengan jawaban yang diberikan peserta yaitu, sebanyak 5 peserta menjawab sangat setuju dengan presentase sebesar 16%, 21 peserta menjawab setuju dengan presentase sebesar 70%, 4 peserta menjawab tidak setuju dengan presentase sebesar 13%, 0 peserta menjawab sangat tidak setuju dengan presentase 0%. Berdasarkan hasil tersebut diartikan tingkat minat peserta dengan keinginan untuk meningkatkan kebugaran tubuh dengan upaya mengikuti kegiatan olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* berkategori adalah setuju.

Peserta olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* dalam mengikuti aktivitas karena ingin mendapatkan daya tubuh yang baik dengan jawaban yang diberikan peserta yaitu, sebanyak 9 peserta menjawab sangat setuju dengan presentase sebesar 30%, 18 peserta menjawab setuju dengan presentase sebesar 60%, 3 peserta menjawab tidak setuju dengan presentase sebesar 10%, 0 peserta menjawab sangat tidak setuju dengan presentase 0%. Berdasarkan hasil tersebut diartikan tingkat minat peserta dengan keinginan untuk mendapatkan daya tubuh yang baik dengan upaya mengikuti kegiatan olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* berkategori adalah setuju.

Peserta olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* dalam mengikuti aktivitas karena ingin organ – organ tubuh berfungsi secara maksimal dengan jawaban yang diberikan peserta yaitu, sebanyak 8 peserta menjawab sangat setuju dengan presentase sebesar 26%, 16 peserta menjawab setuju dengan presentase sebesar 53%, 6 peserta menjawab tidak setuju dengan presentase sebesar 20%, 0 peserta menjawab sangat tidak setuju dengan presentase 0%. Berdasarkan hasil tersebut diartikan tingkat minat peserta dengan keinginan untuk organ – organ tubuh berfungsi secara maksimal dengan upaya mengikuti kegiatan olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* berkategori adalah setuju.

Peserta olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* dalam mengikuti aktivitas karena ingin latihan fisik ringan dan terstruktur dengan jawaban yang diberikan peserta yaitu, sebanyak 2 peserta menjawab sangat setuju dengan presentase sebesar 6%, 9 peserta menjawab setuju dengan presentase sebesar 30%, 17 peserta menjawab tidak setuju dengan presentase sebesar 56%, 2 peserta menjawab sangat tidak setuju dengan presentase 6%. Berdasarkan hasil tersebut diartikan tingkat minat peserta dengan keinginan untuk latihan fisik ringan dan terstruktur dengan upaya mengikuti kegiatan olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* berkategori adalah tidak setuju.

Peserta olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* dalam mengikuti aktivitas karena tertarik dengan modifikasi, bervariasi dan kegiatan yang sangat menyenangkan dengan jawaban yang diberikan peserta yaitu, sebanyak 5 peserta menjawab sangat setuju dengan presentase

sebesar 16%, 20 peserta menjawab setuju dengan presentase sebesar 66%, 5 peserta menjawab tidak setuju dengan presentase sebesar 16%, 0 peserta menjawab sangat tidak setuju dengan presentase 0%. Berdasarkan hasil tersebut diartikan tingkat minat peserta dengan ketertarikan dengan modifikasi, bervariasi dan kegiatan yang sangat menyenangkan dengan upaya mengikuti kegiatan olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* berkategori adalah setuju.

Peserta olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* dalam mengikuti aktivitas karena agar dapat bersosialisasi dan mempererat hubungan pertemanan dengan jawaban yang diberikan peserta yaitu, sebanyak 10 peserta menjawab sangat setuju dengan presentase sebesar 33%, 17 peserta menjawab setuju dengan presentase sebesar 56%, 3 peserta menjawab tidak setuju dengan presentase sebesar 10%, 0 peserta menjawab sangat tidak setuju dengan presentase 0%. Berdasarkan hasil tersebut diartikan tingkat minat peserta dengan keinginan agar dapat bersosialisasi dan mempererat hubungan pertemanan dengan upaya mengikuti kegiatan olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* berkategori adalah setuju.

Peserta olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* dalam mengikuti aktivitas karena ingin melakukan hal yang belum pernah dilakukan di olahraga yang lainnya dengan jawaban yang diberikan peserta yaitu, sebanyak 10 peserta menjawab sangat setuju dengan presentase sebesar 33%, 15 peserta menjawab setuju dengan presentase sebesar 50%, 5 peserta menjawab tidak setuju dengan presentase sebesar 16%, 0 peserta menjawab sangat tidak setuju dengan presentase 0%. Berdasarkan hasil tersebut diartikan tingkat minat peserta dengan keinginan melakukan hal yang belum pernah dilakukan di olahraga yang lainnya dengan upaya mengikuti kegiatan olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* berkategori adalah setuju.

Peserta olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* dalam menyatakan bahwa mengikuti aktivitas ini merupakan kegiatan rutin setiap minggu dengan jawaban yang diberikan peserta yaitu, sebanyak 0 peserta menjawab sangat setuju dengan presentase sebesar 0%, 9 peserta menjawab setuju dengan presentase sebesar 30%, 18 peserta menjawab tidak setuju dengan presentase sebesar 60%, 3 peserta menjawab sangat tidak setuju dengan presentase 10%. Berdasarkan hasil tersebut diartikan tingkat minat peserta dengan keinginan melakukan hal yang belum pernah dilakukan di olahraga yang lainnya dengan upaya mengikuti kegiatan olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* berkategori adalah tidak setuju.

Peserta olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* dalam mengikuti aktivitas karena ingin bersenang senang dengan jawaban yang diberikan peserta yaitu, sebanyak 8 peserta menjawab sangat setuju dengan presentase

sebesar 26%, 18 peserta menjawab setuju dengan presentase sebesar 60%, 2 peserta menjawab tidak setuju dengan presentase sebesar 6%, 2 peserta menjawab sangat tidak setuju dengan presentase 6%. Berdasarkan hasil tersebut diartikan tingkat minat peserta dengan keinginan bersenang senang dengan upaya mengikuti kegiatan olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* berkategori adalah setuju.

Peserta olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* dalam mengikuti aktivitas karena ingin agar mendapat pujian dari orang lain dengan jawaban yang diberikan peserta yaitu, sebanyak 0 peserta menjawab sangat setuju dengan presentase sebesar 0%, 0 peserta menjawab setuju dengan presentase sebesar 0%, 18 peserta menjawab tidak setuju dengan presentase sebesar 60%, 12 peserta menjawab sangat tidak setuju dengan presentase 40%. Berdasarkan hasil tersebut diartikan tingkat minat peserta dengan keinginan agar mendapat pujian dari orang lain dengan upaya mengikuti kegiatan olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* berkategori adalah tidak setuju.

Peserta olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* dalam mengikuti aktivitas karena ingin memperkuat desa saya saat ada pertandingan antar kampung dengan jawaban yang diberikan peserta yaitu, sebanyak 0 peserta menjawab sangat setuju dengan presentase sebesar 0%, 7 peserta menjawab setuju dengan presentase sebesar 23%, 15 peserta menjawab tidak setuju dengan presentase sebesar 50%, 8 peserta menjawab sangat tidak setuju dengan presentase 26%. Berdasarkan hasil tersebut diartikan tingkat minat peserta dengan keinginan agar memperkuat desa saya saat ada pertandingan antar kampung dengan upaya mengikuti kegiatan olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* berkategori adalah tidak setuju.

Peserta olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* dalam mengikuti aktivitas karena ingin mengetahui dan mengerti kegiatan yang dilakukan dengan jawaban yang diberikan peserta yaitu, sebanyak 12 peserta menjawab sangat setuju dengan presentase sebesar 40%, 16 peserta menjawab setuju dengan presentase sebesar 53%, 2 peserta menjawab tidak setuju dengan presentase sebesar 6%, 0 peserta menjawab sangat tidak setuju dengan presentase 0%. Berdasarkan hasil tersebut diartikan tingkat minat peserta dengan keinginan agar memperkuat desa saya saat ada pertandingan antar kampung dengan upaya mengikuti kegiatan olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* berkategori adalah setuju.

Peserta olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* dalam mengikuti aktivitas karena olahraga yang dilakukan menarik perhatian dengan jawaban yang diberikan peserta yaitu, sebanyak 9 peserta menjawab sangat setuju dengan presentase sebesar 30%, 15 peserta menjawab setuju dengan presentase sebesar 50%, 3 peserta

menjawab tidak setuju dengan presentase sebesar 10%, 3 peserta menjawab sangat tidak setuju dengan presentase 10%. Berdasarkan hasil tersebut diartikan tingkat minat peserta dengan keinginan olahraga yang dilakukan menarik perhatian dengan upaya mengikuti kegiatan olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* berkategori adalah setuju.

Peserta olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* dalam mengikuti aktivitas karena banyak menggunakan macam - macam media untuk melakukan kegiatan dengan jawaban yang diberikan peserta yaitu, sebanyak 12 peserta menjawab sangat setuju dengan presentase sebesar 40%, 15 peserta menjawab setuju dengan presentase sebesar 50%, 2 peserta menjawab tidak setuju dengan presentase sebesar 6%, 1 peserta menjawab sangat tidak setuju dengan presentase 3%. Berdasarkan hasil tersebut diartikan tingkat minat peserta dengan keinginan banyak menggunakan macam - macam media dengan upaya mengikuti kegiatan olahraga rekreasi di *Tsot Outbond* berkategori adalah setuju.

PEMBAHASAN

Motivasi intrinsik adalah keinginan bertindak yang disebabkan oleh faktor pendorong dari dalam diri individu Tingkah laku individu itu terjadi tanpa dipengaruhi oleh faktor-faktor dari lingkungan (Prayitno, 1989:11).

menurut Haryono (1998:10) Olahraga rekreasi adalah kegiatan fisik yang dilakukan pada waktu senggang berdasarkan keinginan atau kehendak yang timbul karena memberi kepuasan atau kesenangan. Jamaludin (2003:3) pun menegaskan dalam bukunya *outbound training* bahwa "Metode pelatihan di alam terbuka juga digunakan untuk kepentingan terapi kejiwaan"

Hasil penelitian yang dilakukan telah sesuai dengan prosedur. Penelian ini dilaksanakan di Tsot Outbound, Dusun Lebaksari, Desa Lebaksari, Dayurejo, Kecamatan Prigen, Kabupaten Pasuruan Provinsi Jawa Timur dengan menggunakan teknik pengumpulan data berupa angket untuk menjawab rumusan masalah yaitu motivasi peserta dalam mengikuti kegiatan olahraga rekreasi. Angket ini terdiri dari 20 item pernyataan yang dibedakan berdasarkan indikator yang telah ditentukan meliputi, kebutuhan, harapan, minat dan kesenangan. Dalam mengukur tingkat motivasi angket ini menggunakan alternatif pilihan yaitu skala *Likert*. Setelah mendapatkan respon hasil angket, data dianalisis untuk mengetahui tingkat motivasi peserta Tsot Outbond dalam mengikuti kegiatan olahraga rekreasi. Berikut ini pemaparan persentase dari setiap indikator sebagai

1. Berdasarkan hasil perhitungan, indikator kebutuhan memperoleh skor rata – rata prosentase sebesar 80,3% dengan kategori tinggi. Ini membuktikan bahwa peserta sadar akan kebutuhan untuk melakukan olahraga rekreasi.
2. Berdasarkan hasil perhitungan, indikator harapan memperoleh skor rata – rata prosentase sebesar 64,7% dengan kategori tinggi. Ini membuktikan bahwa peserta termotivasi mengikuti kegiatan olahraga rekreasi untuk mendapatkan ketenangan jasmani dan rohani bagi peserta.
3. Berdasarkan hasil perhitungan, indikator minat memperoleh skor rata-rata prosentase sebesar 83,8% dengan kategori tinggi. Ini membuktikan bahwa peserta memiliki minat yang tinggi untuk melakukan olahraga rekreasi.
4. Berdasarkan hasil perhitungan, indikator kesenangan memperoleh skor rata-rata prosentase sebesar 71,3% dengan kategori tinggi. Ini membuktikan bahwa peserta memiliki motivasi untuk memperoleh kesenangan dalam kegiatan olahraga rekreasi.

Dari persentase indikator diatas dapat diketahui hasilnya bahwa tingkat motivasi peserta TSOT Outbond dalam mengikuti kegiatan rekreasi termasuk dalam kategori tinggi. Hal ini disebabkan oleh motivasi peserta sebagai pendorong dalam diri sendiri untuk melakukan kegiatan olahraga rekreasi dalam mencapai tujuan yang diharapkan. Selain itu, Motivasi berasal dari dalam diri sendiri atau motivasi intrinsik dan motivasi yang berasal dari luar diri sendiri atau motivasi ekstrinsik. Djamarah (2002: 115-118).

Harapan, keinginan dan tujuan dalam diri seseorang akan berbeda satu dengan yang lain. Dorongan atau motivasi terdapat dalam diri seseorang dapat dilihat dari karakteristiknya. Adanya dorongan dalam diri seseorang untuk belajar merupakan bentuk dari motivasi. Motivasi seseorang didorong dengan sebuah kemauan, dorongan yang kuat untuk melakukan sebuah aktifitas yang mendorong terwujudnya tujuan tersebut, serta bersemangat dalam menghadapi tantangan dan rintangan pada diri seseorang untuk mencapai keinginan yang maksimal. Tingginya keinginan yang ingin dicapai dipengaruhi tingginya motivasi yang dimiliki.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penghitungan data yang telah diperoleh dan analisis yang dilakukan dengan Teknik deskriptif, menggunakan angket motivasi intrinsik dalam olahraga rekreasi maka diperoleh pengaruh tingkat minat dimana hasil analisis uji hitung dengan rata - rata Prosentase 83.8% dengan kategori sangat tinggi, tingkat

kesenangan dimana hasil analisis uji hitung dengan rata - rata Prosentase 71.3% dengan kategori tinggi, tingkat kebutuhan dimana hasil analisis uji hitung dengan rata-rata prosentase 80.3% dengan kategori sangat tinggi, tingkat harapan dimana hasil analisis uji hitung dengan rata rata Prosentase 64% dengan kategori tinggi.

Dari data tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa peserta TSOT Outbond memiliki motivasi untuk melakukan kegiatan olahraga rekreasi dikarenakan minat yang sangat tinggi, kesenangan yang tinggi, kebutuhan yang sangat tinggi dan harapan yang tinggi.

Saran

1. Bagi Peserta, diharapkan selalu menjaga motivasi untuk tetap menjaga kesehatan dengan melakukan kegiatan olahraga rekreasi salah satunya outbound.
2. Bagi Instansi, diharapkan selalu inovatif untuk menjaga kreativitas dalam menciptakan permainan - permainan baru yang menarik sehingga kegiatan outbound mampu selalu digemari tanpa menimbulkan rasa bosan.
3. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan karya tulis menjadi lebih baik lagi, serta melakukan penelitian diluar objek penelitian ini. Sehingga dapat menggali banyak informasi yang bersifat keilmuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajun, Khamdani. 2010. *“Olahraga Tradisional Indonesia”*. Klaten. PT. Mancanan Jaya Cemerlang Arikunto.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *“Metodelogi Penelitian”*. Yogyakarta. Bina Aksara.
- Azwar, S. 2005. *“Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya”*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Djamarah, Saiful Bahri. 2008. *“Psikologi Belajar”*. Jakarta. PT. Rieka Cipta.
- Jamaludin, Ancok. 2002. *“Outbond Management Training”*. Yogyakarta: UII Press.
- Maksum, Ali. 2018. *“Metodelogi Penelitian Olahraga”*. Surabaya. Unesa Uni Press.
- Prayitno, Elida. 1989. *“Motivasi Dalam Belajar”*. Jakarta. P2LPTK.
- Toho, Cholik Mutohir & Maksum Ali. 2007. *“Sport Development Indeks (Konsep Metodologi Dan Aplikasi)”*. Jakarta. PT. Indeks.
- Uno, Hamzah B. 2013. *“Teori Motivasi dan Pengukurannya: Analisi di Bidang Pendidikan”*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sugiono. 2010. *“Metodelogi Penelitian Pendidikan”*. Alfabeta.

Wolfe, K.L (2002). Investigating Seeking and Escaping Aspects of tourists' Motivation and Specific Barriers of Travel. University of Kansa State

