

# ANALISIS MOTIVASI MASYARAKAT BERSEPEDA DIMASA PANDEMI COVID-19

Alfin Abdurrachman Maulana\* Gigih Siantoro\*

S1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya.

Email : [alfinabdurachman123@gmail.com](mailto:alfinabdurachman123@gmail.com) \* [gigihiantoro@unesa.ac.id](mailto:gigihiantoro@unesa.ac.id)

## Abstrak

Kegiatan olahraga bersepeda di masa pandemi covid-19 sudah menjadi trend di masyarakat. Banyak dari kalangan remaja maupun dewasa menggemari olahraga tersebut, bahkan ada yang rela membeli sepeda dengan harga jutaan rupiah agar bisa mengikuti trend di masa pandemi ini. Menurut Kurniawan (2018:13) meningkatnya minat masyarakat dalam berolahraga sepeda dipengaruhi oleh 2 faktor yang faktor intrinsik (dari dalam) yaitu fisik, kesehatan, mental dan kepribadian dan Eksentrik (dari luar) yaitu lingkungan, teman, keluarga, dan ekonomi. Berdasarkan penjelasan diatas, maka peneliti membuat penelitian yang berjudul "Analisis Motivasi Masyarakat Bersepeda Di Masa Pandemi Covid-19".

Peneliti menggunakan metode penelitian deskriptif survei dengan mengetahui tentang jawaban atau persepsi responden tentang motivasi masyarakat bersepeda di masa pandemi covid-19. Berdasarkan hasil dari diagram menunjukkan bahwa tingkat motivasi bersepeda jumlah persentase pada kategori tinggi sekali 11%, tinggi berjumlah 18%, sedang berjumlah 45%, rendah berjumlah 14% dan rendah sekali berjumlah 12%.

**Kata Kunci** :.Motivasi, Bersepeda, Covid-19.

## Abstract

*Cycling sports activities during the Covid-19 pandemic have become a trend in society. Many teenagers and adults alike are fond of this sport, and some are even willing to buy a bicycle for millions of rupiah in order to keep up with the trend during this pandemic. According to Kurniawan (2018: 13) the increasing public interest in cycling is influenced by 2 factors which are intrinsic factors (from within), namely physical, health, mental and personality and eccentric (from outside), namely the environment, friends, family, and the economy. Based on the explanation above, the researcher made a study entitled "Analysis of the Motivation of the Cycling Community During the Covid-19 Pandemic".*

*Researchers used a survey descriptive research method by knowing the answers or perceptions of respondents about the motivation of the cycling community during the Covid-19 pandemic. Based on the results of the diagram, it shows that the level of motivation for cycling, the percentage in the very high category is 11%, 18% high, medium 45%, low 14% and very low 12%.*

**Keywords:** Motivation, Cycling, Covid-19.

## PENDAHULUAN

Pentingnya olahraga bagi kesehatan tubuh dapat di ibaratkan sebuah mesin yang tidak pernah di hidupkan atau di gerakan, yang semakin lama bagian- bagian dari mesin tersebut akan rusak karena tidak terlatih untuk terus melakukan tugasnya. Begitu juga dengan anggota tubuh, jika tidak pernah digunakan untuk aktivitas maka akan menimbulkan berbagai macam penyakit yang akan mengganggu kesehatan. Olahraga dapat membantu untuk melatih otot-otot, 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 (Pratiwi, Setijono, and Fuad 2018). Beberapa olahraga dapat dilakukan di *indoor* maupun *outdoor* seperti olahraga bulu tangkis di *indoor* dan olahraga bersepeda di *outdoor*.

Kegiatan olahraga bersepeda di masa pandemi covid-19 sudah menjadi trend di masyarakat. Banyak dari kalangan remaja maupun dewasa sekarang menggemari olahraga tersebut, bahkan ada yang rela

membeli sepeda dengan harga jutaan rupiah agar bisa mengikuti trend di masa pandemi ini. Menurut (Wijaya 2014) olahraga bersepeda memiliki banyak manfaat antara lain

- Bersepeda adalah salah satu cara olahraga yang paling sedikit terjadinya cedera pada lutut dan cara paling baik untuk menguatkan tulang rawan.
- Bersepeda dapat dilakukan oleh siapa saja, baik yang kurang berat badanya maupun yang gemuk atau obesitas tanpa takut terjadinya cedera.
- Bersepeda akan memperbaiki sirkulasi darah secara keseluruhan, sehingga jantung akan bekerja lebih ekonomis karena performa pemompaan darah menjadi lebih efisien sehingga mengurangi tekanan darah secara keseluruhan dan mengurangi penyakit jantung.
- Bersepeda dapat meningkatkan kualitas sistem kekebalan dan mengijinkan tubuh untuk melindungi dirinya dari virus dan bakteri.
- Bersepeda adalah metode olahraga yang paling banyak memiliki manfaat untuk menguatkan sistem kekebalan tubuh

Dari penjelasan diatas menjelaskan bahwa bersepeda adalah salah satu olahraga yang cocok di masa pandemi covid-19 karena dapat meningkatkan dan menguatkan sistem kekebalan tubuh sehingga tidak mudah terserang bakteri maupun virus. Akan tetapi dalam menjalankan aktivitas tersebut masyarakat dianjurkan pemerintah untuk tetap memakai masker dan membawa handsanitizer sebagai bentuk pelaksanaan protokol kesehatan dalam upaya pencegahan penyebaran virus covid-19. Menurut (Hallmann et al. 2012) meningkatnya minat masyarakat dalam berolahraga sepeda. dipengaruhi oleh 2 faktor yang faktor intrisik (dari dalam) yaitu fisik, kesehatan, mental dan kepribadian dan Eksentrik (dari luar) yaitu lingkungan, teman, keluarga, dan ekonomi. Hal ini tentunya adalah salah satu upaya agar masyarakat mau menjalankan pola hidup sehat. (Muskanan 2015). Berdasarkan penjelasan diatas, maka peneliti menarik sebuah permasalahan dengan membuat penelitian yang berjudul “Analisis Motivasi Masyarakat Bersepeda Di Masa Pandemi Covid-19”.

## METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif survei dengan metode pendekatan kuantitatif *non-experiment* (Yani et al., n.d.) Penelitian ini membahas tentang “Analisis Motivasi Masyarakat Bersepeda Di Masa Pandemi Covid-19”. Penelitian ini akan menghasilkan informasi yang dibutuhkan bagi masyarakat mengenai Motivasi Masyarakat Bersepeda Di Masa Pandemi Covid-19. Populasi yang diambil adalah masyarakat surabaya dan sekitarnya sedangkan sampelnya adalah masyarakat surabaya yang bersepeda selama pandemi. Teknik dalam pengambilan sampel disini adalah menggunakan teknik *random sampling* (Arikunto 2019) pengambilan sampel secara acak baik dari usia muda, remaja maupun lansia yang berjumlah 100 orang. karena masih pada masa pandemi covid-19 maka Penelitian ini pengumpulan data penelitian kualitatif dengan cara membuat pengolahan kata-kata, kalimat, mengumpulkan sumber data yang tertulis, pemberian angket atau kuisisioner berupa *google form* serta dikuatkan oleh foto-foto dokumentasi, instrumen penelitian adalah sebuah sarana alat dan prasarana tempat yang digunakan untuk membantu peneliti dalam melakukan penelitian. (Yani et al., n.d.)

Peneliti memberikan angket dalam bentuk aplikasi *googleform* yang bertujuan untuk mengetahui hasil dari tingkat responden terhadap “Analisis Motivasi Masyarakat Bersepeda Di Masa Pandemi Covid-19”. Pada penelitian ini kuisisioner sudah teruji validasinya dan reliabilitasnya.

**Tabel 1 Kuisisioner Validitas (Karel Muskanan, 2018)**

Soal Nomer	Validitas	R-tabel
1	0.644	0.482
2	0.525	0.482
3	0.484	0.482
4	0.663	0.482
5	0.573	0.482
6	0.698	0.482

7	0.483	0.482
8	0.512	0.482
9	0.762	0.482
10	0.504	0.482
11	0.558	0.482
12	0.586	0.482
13	0.518	0.482
14	0.672	0.482
15	0.611	0.482
16	0.762	0.482
17	0.578	0.482

**Tabel 2 Uji Reliabilitas**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.872	.873	17

Penelitian ini menggunakan teknik sebagai berikut :

### a. Pengamatan/Observasi

Pada saat akan akan melakukan pengambilan data dan wawancara dari narasumber, langkah pertama dari peneliti adalah pengamatan terlebih dahulu atau obserfer subjek penelitian apabila ingin tahu lebih jelas maka harus turun ke lapangan untuk mengamati aktivitas dan perilaku subjek tersebut. Observasi adalah cara mengumpulkan data langsung dari lapangan (Bhetharem, Mahardika, and Tuasikal 2020).

### b. Angket

Angket merupakan suatu teknik atau alat pengumpulan data secara tidak langsung. Angket berisikan tentang sejumlah pernyataan yang harus dijawab atau direspon oleh responden. Angket yang diberikan berisi tentang kisi-kisi Motivasi Masyarakat Bersepeda Di Masa Pandemi Covid-19. Cara pengisian angket atau kuisisioner dengan cara pilihlah salah satu jawaban dibawah ini dengan memberikan tanda (√)

(SS) : Sangat Setuju

(S) : Setuju

(TS) : Tidak Setuju

(STS) : Sangat Tidak Setuju

### c. Dokumentasi

Selain mengumpulkan data dari angket atau kuisisioner, peneliti juga mengumpulkan bukti-bukti baik dari video maupun foto masyarakat Surabaya yang sedang melakukan aktivitas bersepeda di taman bungkul guna sebagai dokumentasi peneliti. Dokumentasi yang diperoleh oleh peneliti kemudian akan dijadikan sebagai bukti bahwa penelitian ini benar-benar dilakukan oleh peneliti dan tidak dimanipulasi sedikitpun.

Teknik analisis data yang dilakukan peneliti adalah

dengan men deskripsikan hasil dari pengumpulan presepsi responden terhadap analisis motivasi masyarakat bersepeda di masa pandemi covid-19. Dalam proses analisis data, peneliti melakukan langkah penelitian sebagai berikut :

**a. Pencatatan**

Pencatatan dilaksanakan pada saat dan setelah melakukan pengisian angket dan dokumentasi, peneliti mencatat hasil dari angket yang telah di isi oleh para responden.

**b. Pengelompokan data**

Berdasarkan data dari hasil kuisisioner, data tersebut dikelompokkan sesuai masalah dan jawaban pertanyaan dari draft pertanyaan, selain itu data dari observasi dan dokumentasi dikelompokkan juga untuk penguat data yang diambil dari hasil kuisisioner oleh peneliti. Dalam pengelompokan data ini, sangat penting sehingga data yang kita peroleh segera dikelompokkan agar data-data yang kita peroleh dapat dibuat sesuai dengan apa yang di harapkan peneliti.

**c. Analisis Data dan Validasi Angket**

Data yang sudah diurutkan tersebut, kemudian dianalisis berdasarkan rumusan masalah, serta dalam menganalisa data tersebut di tunjang studi pustaka yang sesuai dengan landasan teori pada kajian pustaka. Berdasarkan hal tersebut data yang diperoleh dari hasil mengisi angket yang sudah divalidasi.

Rumus yang digunakan :

$$P = \frac{\sum X}{\sum Xi} 100\%$$

$P$  : Hasil persentase

$\sum X$  : Jumlah nilai jawaban responden

$\sum Xi$  : Jumlah nilai ideal

Analisis data angket validasi ini digunakan untuk mengetahui dan mendeskripsikan keefektifan tingkat responden terhadap penenelitian yang berjudul “Analisis Motivasi Masyarakat Bersepeda Di Masa Pandemi Covid-19”.

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Penelitian yang dilakukan selama 2 minggu ini mengambil populasi masyarakat bersepeda kota Surabaya dengan jumlah responden 100 orang yang masih aktif berolahraga sepeda selama masa pandemi covid-19. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat motivasi masyarakat tentang minat aktivitas olahraga bersepeda dimasa pandemi covid-19.

**Analisis Data**

Hasil penelitian yang telah dilakukan memberikan hasil sebagai pada faktor motivasi dibagi menjadi 2 faktor yaitu :

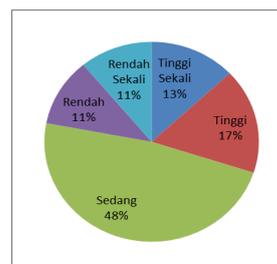
**1. Faktor Instristik**

**Tabel 3 Motivasi Instristik**

Kategori	Motivasi Instristik
Tinggi Sekali	13

Tinggi	17
Sedang	48
Rendah	11
Rendah Sekali	11
Jumlah	100

Berdasarkan penjelasan diatas, tingkat motivasi bersepeda pada faktor intrinsik pada kategori tinggi sekali berjumlah 13 orang, kategori tinggi berjumlah 17 orang, kategori sedang berjumlah 48 orang, kategori rendah berjumlah 11 orang dan kategori rendah sekali berjumlah 11 orang.



**Diagram 1 Tingkat Motivasi Instristik**

Berdasarkan hasil dari diagram diatas menunjukkan bahwa tingkat motivasi bersepeda pada faktor intrinsik memiliki jumlah persentase pada kategori tinggi sekali 13%, tinggi berjumlah 17%, sedang berjumlah 48%, rendah berjumlah 11% dan rendah sekali berjumlah 11%.

**2. Faktor Ekstrinsik**

**Tabel 4 Motivasi Ekstrinsik**

kategori	Motivasi Ekstrinsik
Tinggi Sekali	15
Tinggi	10
Sedang	52
Rendah	13
Rendah Sekali	10
Jumlah	100

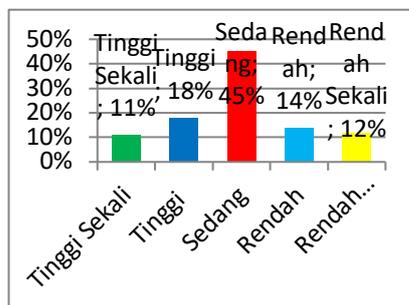
Berdasarkan penjelasan diatas, tingkat motivasi bersepeda pada faktor instristik pada kategori tinggi

sekali berjumlah 15 orang, kategori tinggi berjumlah 10 orang, kategori sedang berjumlah 52 orang, kategori rendah berjumlah 13 orang dan kategori rendah sekali berjumlah 10 orang.



**Diagram 2 Tingkat Motivasi Ekstrinsik**

Berdasarkan hasil dari diagram diatas menunjukkan bahwa tingkat motivasi bersepeda pada faktor intristik memiliki jumlah persentase pada kategori tinggi sekali 15%, tinggi berjumlah 10%, sedang berjumlah 52%, rendah berjumlah 13% dan rendah sekali berjumlah 10%.



**Diagram 3 Total Motivasi Intrinsik dan Ekstrinsik**

Berdasarkan hasil dari diagram total diatas menunjukkan bahwa tingkat motivasi bersepeda jumlah persentase pada kategori tinggi sekali 11%, tinggi berjumlah 18%, sedang berjumlah 45%, rendah berjumlah 14% dan rendah sekali berjumlah 12%.

Berdasarkan penjelasan diatas peneliti mengetahui tingkat motivasi masyarakat Surabaya dalam melakukan kegiatan olahraga bersepeda dimasa pandemi Covid-19, berbagai macam dorongan motivasi dapat membuat seseorang untuk menyukai aktivitas olahraga, hal ini dapat menarik minat masyarakat baik olahraga hanya untuk kebugaran maupun untuk jenjang prestasi (Rahma et al. 2021). Menurut (Ginjar, Yusup, and Hermanu 2015) peningkatan minat dan bakat olahraga dapat didorong dengan adanya faktor dari luar maupun dalam. Berdasarkan pernyataan tersebut menyatakan bahwa minat masyarakat terhadap olahraga bisa didapatkan melalui faktor dari dalam dan dari dalam, faktor-faktor tersebut yaitu faktor intrinsik dan ekstrinsik.

a. Faktor Intrinsik

Berdasarkan hasil dari penelitian diatas faktor intrinsik memiliki jumlah motivasi paling banyak pada kategori sedang, hal ini dapat dikaitkan dengan beberapa kajian teori yang mengatakan tentang

tingkat motivasi intrinsik pada peningkatan prestasi. Menurut (Romadhon and Rustiadi 2016) tingkat motivasi atlet pada faktor intrinsik sangat tinggi, hal ini dapat dibuktikan dengan menguji hubungan korelasi antara faktor intrinsik dengan peningkatan prestasi menunjukkan hasil sebesar 0,471, hal ini dapat diartikan bahwa ada hubungan antara variabel kompetensi dengan motivasi prestasi. Berdasarkan pernyataan tersebut peneliti meyakini adanya hubungan antara peningkatan motivasi masyarakat bersepeda dengan faktor intrinsik pada masa pandemi covid-19.

b. Faktor Ekstrinsik

Berdasarkan hasil dari penelitian diatas faktor ekstrinsik memiliki jumlah motivasi paling banyak pada kategori sedang, hal ini dapat dikaitkan dengan beberapa kajian teori tentang tingkat motivasi ekstrinsik terhadap peningkatan prestasi. Menurut (Romadhon and Rustiadi 2016) tingkat motivasi atlet pada faktor ekstrinsik sangat tinggi, hal ini dapat dibuktikan dengan menguji hubungan korelasi antara faktor ekstrinsik dengan peningkatan prestasi menunjukkan hasil sebesar 0,39, hal ini dapat diartikan bahwa ada hubungan antara variabel kompetensi dengan motivasi prestasi. Berdasarkan pernyataan tersebut peneliti meyakini adanya hubungan antara peningkatan motivasi masyarakat bersepeda dengan faktor ekstrinsik pada masa pandemi covid-19.

**SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian di atas, peneliti memberikan kesimpulan bahwa

1. Yang menyebabkan masyarakat memiliki motivasi bersepeda adalah dengan adanya pengaruh dari faktor instrinsik (dari dalam) dan faktor ekstrinsik (dari luar).
2. Pada diagram total masyarakat Surabaya memiliki motivasi jumlah persentase pada kategori tinggi sekali 11%, tinggi berjumlah 18%, sedang berjumlah 45%, rendah berjumlah 14% dan rendah sekali berjumlah 12%.

**SARAN**

Dari hasil kesimpulan di atas maka peneliti memberikan saran untuk para akademisi di bidang olahraga harus memberikan dorongan kepada masyarakat tentang pola hidup sehat dengan bersepeda menggunakan faktor intrinsik, hal ini akan mampu membuat masyarakat untuk memiliki minat dan motivasi untuk melakukan pola hidup sehat.

**REFRENSI**

Arikunto, Suharsimi. 2019. "Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik."  
 Bhetarem, Ismail Marzuki, I Made Sri Undy Mahardika, and Abdul Rachman Syam Tuasikal. 2020. "Tingkat Motivasi Dan Model Aktivitas Jasmani Siswa Dan Guru SMAN 2 Sumenep Di Masa Pandemi." *Jurnal*

- Ginanjar, Mochamad, Ucup Yusup, and Entang Hermanu. 2015. "TINGKAT KEJENUHAN ATLET USIA DINI DALAM LATIHAN KETERAMPILAN TEKNIK DASAR MENGGUNAKAN METODE DRILL PADA CABANG OLAHRAGA SEPAK BOLA." *Jurnal Kepelatihan Olahraga* 7 (1).
- Hallmann, Kirstin, Pamela Wicker, Christoph Breuer, and Lauren Schönherr. 2012. "Understanding the Importance of Sport Infrastructure for Participation in Different Sports—Findings from Multi-Level Modeling." *European Sport Management Quarterly* 12 (5): 525–44.
- Muskanan, Karel. 2015. "Analisis Motivasi Berprestasi Atlet Pusat Pendidikan Dan Latihan Olahraga Pelajar Provinsi Nusa Tenggara Timur." *JKAP (Jurnal Kebijakan Dan Administrasi Publik)* 19 (2): 105–13.
- Pratiwi, Febrianti Zarra, Hari Setijono, and Yusuf Fuad. 2018. "Effect of Plyometric Front Cone Hops Training and Counter Movement Jump Training to Power and Strength of Leg Muscles." *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran* 4 (1): 105–19.
- Rahma, Aulia, Devy Claudia, Nurul Romadhona, and Fajar Awalia Yulianto. 2021. "Systematical Review: Pengaruh Olahraga Sepeda Terhadap Penurunan Berat Badan Pada Dewasa Muda."
- Romadhon, Sandi Akbar, and Tri Rustiadi. 2016. "Motivasi Dan Minat Masyarakat Dalam Berolahraga Sepeda Di Kota Semarang." *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation* 5 (1): 24–28.
- Wijaya, Wendhy. 2014. "Fasilitas Komunitas Sepeda Di Surabaya." *EDimensi Arsitektur Petra* 2 (1): 15–22.
- Yani, Achmad, A A Anwar Prabu Mangkunegara, Perilaku Konsumen Edisi Revisi, and Refika Aditama. n.d. "Sugiyono. 2011. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D. Bandung: Alfabeta."