

# ANALISIS MINAT ATLET USIA REMAJA DALAM MENGIKUTI PELATIHAN OLAHRAGA RENANG PADA KLUB RENANG KABUPATEN KEDIRI

**Gladyola Pawestri Bintang Esih**

S1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya  
[gladyola.17060474152@mhs.unesa.ac.id](mailto:gladyola.17060474152@mhs.unesa.ac.id)

**Bayu Agung Pramono, S.Pd., M.Kes**

Dosen Pembimbing  
Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

## Abstrak

Olahraga renang selain untuk kejuaran dan menciptakan atlet baru, juga memiliki peran bagi kesehatan tubuh dan kebugaran jasmani. Olahraga renang biasanya merupakan olahraga yang banyak diminati oleh masyarakat Indonesia, mulai dari anak usia dini, usia remaja sampai lansia, khususnya di wilayah Kabupaten Kediri. Dalam beberapa tahun terakhir olahraga renang mengalami penurunan, banyak yang kurang minat dalam melakukan olahraga renang terutama untuk usia remaja. Mengapa bisa terjadi penurunan minat? Faktor apa saja yang mempengaruhi minat usia remaja di Kabupaten Kediri pada cabang olahraga renang?. Sehingga mempunyai tujuan untuk mengetahui minat usia remaja terhadap cabang olahraga renang di Kabupaten Kediri.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode non-eksperimen dengan pendekatan deskriptif kuantitatif, yang menggunakan angket *google form*. Dalam angket yang disebar diambil 20 responden, 10 laki – laki dan 10 perempuan memasuki usia remaja. Hasil yang sudah dikumpulkan akan dihitung menggunakan *ms excel*.

Hasil penelitian Minat olahraga renang di Kabupaten Kediri pada usia remaja termasuk dalam kategori tinggi, dengan hasil presentase sebesar 80,72%. Pengaruh terbesar dalam mempengaruhi minat olahraga pada usia remaja di Kabupaten Kediri adalah fisik, dengan jumlah presentase 92%. Karena rata – rata fisik pada usia remaja masih kuat dan bugar, dan diikuti minat dengan jumlah presentase 84% dikategorikan tinggi. Menurut hasil penelitian olahraga renang termasuk olahraga air yang tidak terlalu berat. Faktor pendukung yang membuat minat usia remaja di Kabupaten Kediri melakukan olahraga renang yaitu keluarga, karena keluarga merupakan penyemangat terbaik. Dari penelitian tentang faktor keluarga memperoleh hasil tinggi 81% termasuk dalam kategori tinggi. Selain keluarga, sarana prasarana kolam renang di Kabupaten Kediri termasuk lengkap dan layak pakai dan memperoleh hasil sebesar 75%. Faktor yang kurang mendukung dalam penelitian ini adalah lingkungan. Karena pengaruh paling buruk biasanya terjadi di lingkungan pertemanan dan lingkungan masyarakat. Presentase yang diperoleh dalam penelitian sebesar 72% meskipun termasuk kategori tinggi tetapi faktor lingkungan masyarakat mendapat hasil terendah.

**Kata Kunci : Minat, faktor mempengaruhi**

## Abstract

Swimming is not only for championships and for creating new athletes, it also has a role for body health and physical fitness. Swimming is usually a sport that is in great demand by the people of Indonesia, from early childhood, adolescence to the elderly, especially in the Kediri Regency area. In recent years, swimming has decreased, many are less interested in swimming, especially for teenagers. Why can there be a decline in interest? What are the factors that influence the interest of adolescents in Kediri Regency in swimming sports?. So that it has the aim of knowing the interest of adolescents in the sport of swimming in Kediri Regency.

The method used in this study uses a non-experimental method with a quantitative descriptive approach, which uses a google form questionnaire. In the questionnaire distributed, 20 respondents were taken, 10 men and 10 women entering their teens. The results that have been collected will be calculated using MS Excel.

The results of the study Interest in swimming in Kediri Regency at the age of teenagers was included in the high category, with a percentage of 80.72%. The biggest influence in influencing sports interest in adolescents in Kediri Regency is physical, with a percentage of 92%. Because the average physique at the age of teenagers is still strong and fit, and is followed by interest with a percentage of 84% categorized as high. According to research results, swimming is a water sport that is not too heavy. The supporting factor that makes the interest of teenagers in Kediri Regency to do swimming is family, because family is the best encouragement. From research on family factors obtained high results 81% included in the high category. In addition to families, swimming pool facilities in Kediri Regency are complete and suitable for use and get a yield of 75%. The unsupportive factor in this research is the environment. Because the worst influence usually occurs in the circle

of friends and the community. The percentage obtained in the study was 72% even though it was included in the high category but the environmental factors of the community got the lowest results.

**Keywords: Interests, influencing factors**

## PENDAHULUAN

Pada masa modern seperti sekarang ini banyak yang bergantung pada teknologi mesin yang dapat mempermudah dalam melakukan semua kegiatan, baik diluar ruangan maupun di dalam ruangan. Salah satu teknologi modern saat ini adalah gadget, teknologi yang mempunyai jangkauan lebih luas yang mungkin manusia itu sendiri tidak dapat menjangkaunya. Tidak sedikit pada usia remaja banyak yang menggunakan teknologi tersebut, hal ini yang dapat membuat manusia menjadi malas untuk melakukan aktivitas dan berinteraksi sosial secara langsung. Sedikitnya aktivitas pada usia remaja, minat untuk melakukan olahraga menjadi sedikit. Pengertian dari olahraga adalah suatu aktivitas atau gerak semua tubuh baik jasmani maupun rohani. Berolahraga dapat dimulai dari usia dini hingga lansia, mulai olahraga ringan hingga olahraga extreme atau berat.

Memasuki usia remaja tentunya banyak aktivitas yang harus dilakukan dalam kegiatan sehari – hari. Tidak menutup kemungkinan pada usia remaja banyak sekali yang malas bergerak untuk melakukan olahraga, sehingga daya minat untuk memperoleh kebugaran pada tubuh menjadi rendah. Minat pada diri seseorang akan menggambarkan aktivitas dalam mencapai tujuan. Minat merupakan suatu rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal aktifitas, tanpa ada yang menyuruh (Slameto, 2010:180). Hal yang mungkin sekarang jarang dilakukan pada usia remaja adalah berolahraga, tidak banyak yang tahu tentang manfaat berolahraga setiap harinya, bahwa menjaga kebugaran jasmani bagi imun tubuh sangatlah penting terutama pada olahraga renang.

Olahraga yang mungkin jarang diminati yaitu olahraga air bisa disebut juga olahraga renang. Berenang dapat dilakukan dikalangan siapa saja termasuk anak kecil, remaja dan ibu hamil. Menurut dari kutipan Erlangga (2010:75) “Renang ialah olahraga air yang menyenangkan serta bermanfaat bagi tubuh manusia”. Perlu diketahui olahraga renang bukan saja ajang untuk memperoleh medali ataupun menjadi atlet tetapi juga untuk kebugaran jasmani, peningkatan kesehatan fisik, mental, emosional dan merangsang pertumbuhan tulang. Secara rinci pengertian dari olahraga renang menurut Kasiyo Dwijowinoto (1979) Renang adalah salah satu cabang olahraga yang bisa diajarkan pada semua umur baik itu anak anak maupun orang dewasa.

Disuatu daerah pastinya selalu memberikan fasilitas atau tempat untuk berolahraga terutama kolam renang, tidak sedikit pada suatu kabupaten memiliki kolam renang untuk latihan maupun bermain seperti pada Kabupaten Kediri. Kabupaten Kediri merupakan kabupaten yang berada didaerah Jawa Timur, yang merupakan kabupaten terbesar ke – 3 setelah kabupaten Surabaya dan Kabupaten Malang. Tetapi meskipun lengkap dan cukup maju fasilitas kolam renang yang berada di wilayah Kabupaten Kediri tidak dimanfaatkan dengan baik, karena minat untuk

berolahraga renang pada usia remaja sangat sedikit. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi hal tersebut, seperti : 1.) Pengaruh lingkungan sekitar. 2.) Kurangnya support dari orang tua untuk melakukan olahraga. 3.) Pengaruh gadget dan internet. 4.) Tidak ingin dirinya merasa lelah. 5.) Tingkat bermain dengan teman diluar rumah yang sangat tinggi.

Dalam usia yang menginjak dewasa atau remaja peran keluarga dan lingkungan itu sangat penting untuk membantu pertumbuhan pola pikir, pola hidup dan mengontrol emosional dalam diri mereka. Maka keluarga harus selalu memberikan motivasi yang positif dan mudah dipahami, motivasi itu sendiri bersifat tidak memaksa. Menurut Weiner (1990) dikutip dari Elliot et al (2000) bahwa “motivasi didefinisikan sebagai kondisi internal yang membangkitkan kita untuk bertindak, mendorong kita mencapai tujuan tertentu, dan membuat kita tetap tertarik dalam kegiatan tertentu”. Motivasi olahraga dalam meningkatkan minat usia remaja terhadap cabang olahraga renang adalah untuk keselamatan diri sendiri saat menghadapi bahaya di air. Banyak sekali manfaat olahraga renang yang dibutuhkan usia remaja antara lain : 1.) Meningkatkan kekuatan otot agar tetap kuat dalam jangka panjang 2.) Membentuk tubuh yang ideal 3.) Meredakan stres dengan kegiatan sehari – hari yang membuat tubuh dan pikiran menjadi merasa bosan. 4.) Membuat pernafasan menjadi lebih kuat dan panjang yang memicu aliran darah ke jantung, ke paru – paru juga ke pembuluh darah. Cara hidup sehat dan bugar dimulai dari diri sendiri, atas dasar kemauan pada diri sendiri tanpa paksaan dari orang lain.

Dari latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk mengambil judul “**ANALISIS MINAT ATLET USIA REMAJA DALAM MENGIKUTI PELATIHAN OLAHRAGA RENANG PADA KLUB RENANG KABUPATEN KEDIRI**“ . Tujuan dari artikel ini yaitu : 1.) Untuk mengetahui minat dalam berolahraga khususnya olahraga renang. 2.) Memberikan edukasi tentang manfaat berolahraga bagi kesehatan dan kebugaran jasmani dalam jangka panjang. 3.) Memberikan kegiatan yang positif dan bermanfaat.

## METODE

Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian dengan deskriptif kuantitatif. Menurut Sugiyono (2013 : 13), metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandas pada filsafat *positivisme* , digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data bersifat kuantitatif dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang diterapkan. Dalam penelitian ini penulis ingin mengetahui seberapa minat remaja dalam berolahraga khususnya olahraga renang.

Tujuan dari pengambilan data ini adalah untuk mencari informasi berdasarkan pengalaman pribadi yang tertuang dalam bentuk pertanyaan yang sesuai dengan pengalaman dan keadaan responden.

**Table 1. Kisi – kisi Instrument**

FAKTOR	INDIKATOR	BUTIR NOMOR SOAL	JUMLAH SOAL
<b>INTRINSIK</b>	FISIK	2. Saya tertarik berolahraga renang karena dapat meningkatkan kebugaran jasmani	<b>12</b>
	MINAT	1. Saya senang dengan olahraga renang	
	(Positif)	5. Jika ada waktu luang, saya akan melakukan aktivitas jasmani dengan berolahraga renang	
	(Negatif)	9. Berbagi ilmu melalui sosial media khusus olahraga renang harus ditingkatkan	
		17. Berolahraga setiap hari dapat meningkatkan kesegaran jasmani	
		18.	
		Melakukan olahraga renang tidak perlu diawali dengan pemanasan	
		13. Tidak adanya keinginan – keinginan menjadi atlet renang, maka saya malas berolahraga renang	
		21. Mempunyai sifat pemalas akan membuat saya menjadi tertinggal dalam banyak hal termasuk olahraga	
		22. Saya jarang melakukan olahraga renang karena menurut saya olahraga renang sangat membosankan	
		24. Tujuan saya berenang biasanya hanya untuk bermain – main	
		25. Saya lebih nyaman	

		tidak melakukan aktivitas olahraga, karena berolahraga akan membuat saya lelah		orang lain
<b>EKSTRINSIK</b>	LINGKUNGAN	14. Saya sangat kecewa apabila lingkungan sekitar tidak mendukung kegiatan positive saya		11. Jika keluarga tidak mendukung maka kita tidak dapat melakukan aktivitas olahraga renang
	(Positif)			
	(Negatif)	10. Terkadang lingkungan sekitar tidak mendukung kita untuk melakukan olahraga	13	6. Dengan adanya sosialisasi tentang olahraga renang, maka keinginan untuk berlatih menjadi tinggi
	KELUARGA	3. Orangtua saya mendukung saya untuk melakukan olahraga renang		8. Sarana olahraga renang di Kabupaten Kediri sudah lengkap
	(Positif)			16. Media sangat membantu saya dalam mencari informasi tentang manfaat kebugaran jasmani
	(Negatif)	7. Tanpa dukungan keluarga maka kita tidak bisa mengembangkan minat, seperti olahraga renang		19. Melakukan olahraga renang tidak perlu diawali dengan pemanasan
		20. Saya melakukan olahraga tanpa ada paksaan dari		4. Kurangnya informasi

tentang manfaat olahraga renang, maka saya malas berolahraga renang	
12. Apabila fasilitas tidak memadai kita tidak dapat melakukan olahraga renang	
15. Sarana dan prasarana di Kabupaten Kediri tidak perlu dikembangkan, khususnya sarana olahraga renang	
<b>TOTAL</b>	<b>25</b>

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dengan menggunakan soal tes. Istilah deskriptif berasal dari istilah bahasa Inggris *to describe* yang berarti memaparkan atau menggambarkan sesuatu hal, misalnya keadaan, kondisi, situasi, peristiwa, kegiatan dan lain-lain (Putro, 2017). Teknik pengumpulan data dengan menggunakan tes pengetahuan yaitu responden hanya memberi setuju atau tidak setuju dengan pernyataan. Tes adalah serentetan pertanyaan, pernyataan atau latihan serta alat lain yang digunakan untuk mengukur ketrampilan, pengetahuan, inteligensi, kemampuan dasar, pencapaian bahkan prestasi (Arikunto, 2013).

Populasi dalam penelitian ini adalah Atlet renang usia remaja se-kabupaten Kediri. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Systematic random sampling* yaitu mengambil jumlah sampel sebanyak jumlah yang ditentukan oleh peneliti (Magdalena et al., 2015).

Sampel dalam penelitian ini adalah 20 Atlet renang usia remaja kabupaten Kediri. Pengambilan

sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *sampling* yaitu mengambil jumlah sampel sebanyak jumlah yang ditentukan oleh peneliti (Wijaya et al., 2019)

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan Aplikasi web *Goggle form* yang diakses melalui internet melalui Laptop maupun Handphone. Peneliti menggunakan *goggle form* untuk mengurangi *physical distancing*, responden atau sampel (*wasit*) langsung mengisi melalui aplikasi *Google form* atau melalui Link yang telah tersedia.

Teknik Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode angket. Metode dokumentasi adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab (Sugiyono, 2015). Adapun instrument pengumpulan data agar data yang di peroleh sama dengan apa yang diharapkan peneliti sebagai berikut: laptop, akses internet.

Pengumpulan data dilakukan dengan tujuan untuk menggambarkan tingkat kepedulian Atlet renang usia remaja kabupaten Kediri, analisis dilakukan setelah data responden terkumpul tertulis kepada responden untuk dijawab. Dikarenakan sedang mengalami Pandemi Covid – 19 dan kondisi lingkungan sekitar yang tidak memungkinkan peneliti untuk bertemu langsung kepada responden, maka penelitian ini dilakukan dengan menggunakan web lewat *Google Form*, biasanya dapat diakses melalui Handphone, Laptop, atau Computer yang telah diisi pertanyaan yang telah dibuat peneliti. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui seberapa minat olahraga renang di Kabupaten Kediri pada usia remaja.

Pengumpulan data pada angket ini menggunakan unsur ekstrinsik dan intrinsik Untuk mengetahui seberapa minat usia remaja yang ada di Kabupaten Kediri untuk melakukan olahraga renang, maka menggunakan indikator ekstrinsik dan intrinsik tersebut.

- Indikator Ekstrinsik yaitu:
  - a. Lingkungan sekitar
  - b. Keluarga
  - c. Sarana dan Prasarana
- Indikator Intrinsik yaitu :
  - a. Fisik
  - b. Minat

Menurut Maksun (2012: 130) angket adalah serangkaian pertanyaan yang digunakan untuk mengungkap informasi, baik menyangkut fakta atau pendapat. Angket dari penelitian ini dibuat sendiri oleh peneliti yang sudah diuji validasinya dan angket tersebut menggunakan skala yang suatu nilai jawaban sudah tersedia. Menurut Sugiono(2010: 93) Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial yang terjadi. Dimana setiap instrumen

menggunakan skala likert dengan skor 1 – 5, dan pengisian angket penelitian ini dilakukan dalam bentuk *checklist* (✓) pada kolom yang tersedia. Untuk responden akan diberi 5 pilihan yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Ragu – Ragu (RR), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Kemudian setiap skor akan diberi nilai sebagai berikut :

**Table 2. Alternatif jawaban Instrumen Penelitian**

Alternatif Jawaban	Skor		
		(+)	(-)
Sangat Setuju	SS	5	1
Setuju	S	4	2
Ragu – Ragu	RR	3	3
Tidak Setuju	TS	2	4
Sangat Tidak Setuju	STS	1	5

Adapun teknik pengumpulan data yang sudah terkumpul nantinya akan dianalisis deskriptif presentase, sebagai berikut :

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P : Presentase

f : frekuensi

N : Jumlah Subyek Penelitian

Setelah melakukan penelitian dan menganalisis setiap jawaban dengan menggunakan skala *likert* dan menyimpulkan sebagai berikut:

$$\text{Presentase nilai perolehan butir} = \frac{\text{nilai perolehan}}{\text{nilai maksimum}} \times 100\%$$

Setelah mendapatkan hasil dari masing – masing jawaban, maka akan ditentukan sebagai berikut :

**Tabel 1. kategori jawaban responden**

No	Presentase	Kategori
1	85% - 100%	Sangat Baik
2	66% - 84%	Baik
3	51% - 65%	Cukup Baik
4	36% - 50%	Kurang Baik
5	0% - 35%	Tidak Baik

**Sumber:** (Sugiyono, 2012: 207)

## HASIL DAN PEMBAHASAN

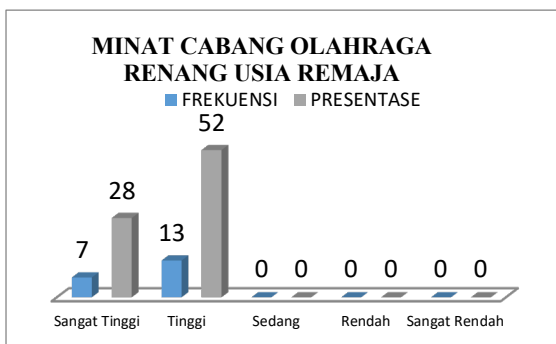
### HASIL

Hasil dari sebuah penelitian adalah bagian hal yang paling penting dalam sebuah artikel skripsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa minat pada usia remaja pada olahraga renang terutama di Kabupaten Kediri, penelitian ini menggunakan kuisioner google form dan diisi oleh 20 responden, 10 responden perempuan dan 10 responden laki – laki sekitar usia 16 - 23 tahun. Dari hasil penelitian dapat memperoleh hasil sebagai berikut :

**Tabel 4. ANALISIS MINAT ATLET USIA REMAJA DALAM MENGIKUTI PELATIHAN OLAHRAGA RENANG PADA CLUB RENANG KABUPATEN KEDIRI**

Responden	Presentase	Kategori
1	84%	Baik
2	86,4%	Sangat Baik
3	66,4%	Baik
4	89,6%	Sangat Baik
5	76,8%	Baik
6	88,8%	Sangat Baik
7	78,4%	Baik
8	81,6%	Baik
9	80,8%	Baik
10	72,8%	Baik
11	72,8%	Baik
12	85,6%	Sangat Baik
13	76%	Baik
14	78,4%	Baik
15	88,8%	Sangat Baik
16	75,2%	Baik
17	93,6%	Sangat Baik
18	79,2%	Baik
19	71,2%	Baik
20	88%	Sangat Baik
<b>Rata - rata</b>	<b>80,72%</b>	<b>Baik</b>

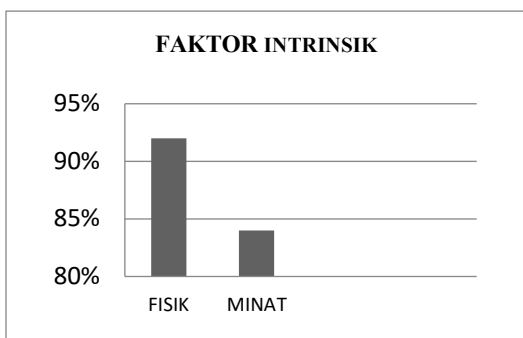
Setelah memperoleh hasil diatas, berikut perhitungan minat cabang olahraga pada usia remaja di kabupaten kediri :



Gambar 1. Minat Usia Remaja pada Cabang Olahraga Renang Di Kabupaten Kediri

Berdasarkan dari hasil survey google form yang diberikan kepada 20 responden, terdapat 10 responden laki – laki dan 10 responden perempuan. Yang termasuk kategori minat sangat tinggi dengan frekuensi 7 sebesar 28%, kategori tinggi dengan frekuensi 13 yaitu 52%, kategori sedang sampai sangat rendah sebesar 0%.

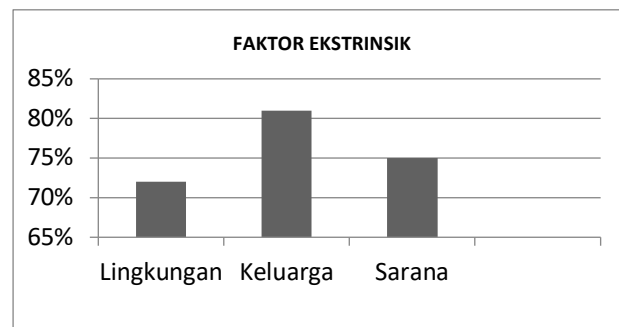
Minat olahraga renang pada usia remaja terbagi atas dua faktor yaitu intrinsik (dari dalam) dan ekstrinsik (dari luar). Dalam penelitian ini faktor intrinsik ada minat dan fisik masing – masing responden, dan diperoleh dengan hasil data sebagai berikut :



Gambar 2. Faktor Intrinsik Minat Usia Remaja Terhadap Cabang Olahraga Renang Di Kabupaten Kediri

Hasil data yang diperoleh dari faktor intrinsik pada usia remaja di Kabupaten Kediri baik perempuan maupun laki – laki dengan indikator fisik masuk dalam kategori sangat tinggi sebesar 92%, dan indikator minat untuk melakukan olahraga renang sebesar 84% termasuk dalam kategori tinggi.

Dan hasil data dari faktor ekstrinsik diperoleh sebagai berikut :



Gambar 3. Faktor Ekstrinsik Minat Usia Remaja Terhadap Cabang Olahraga Renang Di Kabupaten Kediri

Hasil yang didapat dari faktor ekstrinsik minat olahraga renang pada usia remaja di Kabupaten Kediri dengan indikator lingkungan masuk dalam kategori tinggi sebesar 72%, sedangkan indikator keluarga masuk dalam kategori sangat tinggi sebesar 82% dan indikator sarana dan prasarana yang ada di Kabupaten Kediri sebesar 75% masuk dalam kategori tinggi.

**PEMBAHASAN**

Perolehan dari angket minat olahraga renang yang diberikan kepada usia remaja di Kabupaten Kediri pada gambar 2 dinyatakan bahwa, dapat dijelaskan dalam factor interistik 92 % Atlet renang usia remaja se kabupaten Kediri minat ke cabang olahraga renang dikarenakan fisik atlet, sedangkan 84% Atlet renang usia remaja se kabupaten Kediri minat ke cabang olahraga renang dikarena kan minat dalam diri atlet tersebut

Perolehan dari angket minat olahraga renang yang diberikan kepada usia remaja di Kabupaten Kediri pada gambar 3 dinyatakan bahwa 72% Atlet renang usia remaja se kabupaten Kediri minat kedalam cabang olahraga renang di akbitkan lingkungan disekitar mereka, 75% Atlet renang usia remaja se kabupaten Kediri minat kedalam cabang olahaga renang di akibatkan keluarga,dan 75% Atlet renang usia remaja se kabupaten Kediri minat kedalam cabang olahaga renang di akbitkan sarana yang memadai,

Dari hasil penelitian penyebaran angket tersebut dapat diperoleh hasil bahwa minat usia remaja terhadap cabang olahraga renang di Kabupaten Kediri sebanyak 20 responden dalam kategori sangat tinggi 28% dan dalam kategori tinggi sebanyak 52%. Hal memberikan gambaran bahwa olahraga renang di Kabupaten Kediri banyak digemari pada usia remaja. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi minat usia remaja dalam melakukan olahraga renang, yaitu faktor instrinsik dan ekstrinsik.

a) Berikut pengaruh faktor ekstrinsik :

**A. LINGKUNGAN PERGAULAN DAN KELUARGA**

Pengertian lingkungan diartikan sebagai segala benda, kondisi, keadaan dan pengaruh yang terdapat dalam ruangan yang kita temapti dan mempengaruhi kehidupan manusia menurut *Emil Salim (1976)*. Faktor lingkungan ini mencakup peranan keluarga, teman pergaulan dan lingkuran rumah. Faktor yang paling berpengaruh tinggi adalah lingkungan keluarga untuk



mempunyai minat dalam berolahraga khususnya olahraga renang. Dari hasil penelitian keluarga khususnya orang tua harus memberikan dukungan dan izin untuk melakukan kegiatan olahraga di luar lingkungan. Dari penelitian yang didapat bahwa faktor lingkungan dari keluarga memperoleh hasil 81% dan masuk dalam kategori tinggi.

Sedangkan faktor lingkungan atau lingkungan pergaulan memperoleh hasil 72% dan dapat masuk dalam kategori tinggi, dikarenakan masih dalam usia remaja mereka cenderung masih menyukai berkumpul dengan teman, masih gampang terbawa arus pergaulan, dan lebih banyak menyukai bermain.

## **B. FASILITAS SARANA DAN PRASARANA**

Minat masyarakat dalam berolahraga biasanya juga dipengaruhi oleh fasilitas yang telah disediakan oleh setiap kabupaten, termasuk olahraga berenang. Jika fasilitas olahraga yang memadai dan semakin maju, maka masyarakat terutama usia remaja semakin termotivasi dan juga memiliki antusias yang tinggi untuk melakukan olahraga renang. Fasilitas kolam renang yang berada di Kabupaten Kediri ini sangat maju dan memadai, karena letaknya yang berada ditengah kabupaten, mudah dijangkau oleh masyarakat sekitar, harga tiket masuk yang begitu murah untuk kalangan pelajar usia remaja juga memenuhi syarat untuk latihan berenang.

Dari hasil penelitian angket yang diberikan kepada usia remaja di Kabupaten Kediri memperoleh hasil 75% dan dapat dikategorikan tinggi. Hal ini dikarenakan tempat mereka untuk berolahraga renang juga memberikan fasilitas pelampung yang cukup banyak, kacamata renang, dan luas kolam renang di Kabupaten Kediri rata – rata sudah kolam renang nasional, sehingga mereka tidak akan berdesakan saat melakukan latihan atau berolahraga renang.

- b) Pengaruh Faktor Intrinsik bagi minat usia remaja terhadap cabang olahraga di Kabupaten Kediri, yaitu :

### **A. FISIK**

Fisik ialah aktivitas atau gerakan yang dilakukan oleh otot tubuh dan sistem penunjangnya (Almatsier,2003). Berolahraga renang termasuk dalam kategori fisik sedang maka dari itu dalam usia remaja biasanya lebih menyukai gerakan fisik sedang, gerakan fisik sedang yaitu gerakan otot yang berirama atau kelenturan dan membutuhkan tenaga intens atau disebut juga terus menerus.

Melakukan aktivitas fisik banyak memberi manfaat bagi tubuh terutama pada usia dewasa sampai remaja yaitu : 1. Meningkatkan kebugaran bagi tubuh. 2. Menurunkan berat badan. 3. Mengurangi resiko kematian. 4. Memperlancar aliran darah ke seluruh tubuh. 5. Tidak gampang lelah jika melakukan kegiatan yang sedikit berat.

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dari angket yang diberikan yaitu 92% dapat dikategorikan tinggi, karena rata – rata fisik dari usia remaja masih kuat dan sehat.

### **B. MINAT**

Dalam melakukan kegiatan olahraga, kita juga membutuhkan niat untuk bergerak dan dilakukan secara tidak terpaksa, terutama pada olahraga renang. Keinginan tersebut bisa disebut juga minat, pengertian minat menurut *Aiken (1994)* mengungkapkan definisi minat sebagai kesukaan terhadap kegiatan melebihi kegiatan lainnya.

Setiap manusia memiliki minat untuk melakukan sesuatu terutama berolahraga. Minat mempunyai ciri – ciri yaitu : 1. Ada ketertarikan dalam sesuatu hal. 2. Perasaan senang terhadap obyek yang menarik perhatian. 3. Semangat dalam melakukan kegiatan yang diinginkan. Minat yang dalam penelitian penyebaran angket yang diberikan kepada usia remaja di Kabupaten Kediri termasuk dalam kategori tinggi dan memperoleh hasil 84%.

## **PENUTUP**

### **A. SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dapat diambil bebrapa kesimpulan bahwa :

1. Minat olahraga renang di Kabupaten Kediri pada usia remaja termasuk dalam kategori tinggi, dengan hasil presentase sebesar 80,72%. Pengaruh terbesar dalam mempengaruhi minat olahraga pada usia remaja di Kabupaten Kediri adalah fisik, dengan jumlah presentase 92%. Karena rata – rata fisik pada usia remaja masih kuat dan bugar, dan diikuti minat dengan jumlah presentase 84% dikategorikan tinggi. Menurut hasil penelitian olahraga renang termasuk olahraga air yang tidak terlalu berat.
2. Faktor pendukung yang membuat minat usia remaja di Kabupaten Kediri melakukan olahraga renang yaitu keluarga, karena keluarga merupakan penyemangat terbaik. Dari penelitian tentang faktor keluarga memperoleh hasil tinggi 81% termasuk dalam kategori tinggi. Selain keluarga, sarana prasarana kolam renang di Kabupaten Kediri termasuk lengkap dan layak pakai dan memperoleh hasil sebesar 75%.
3. Faktor yang kurang mendukung dalam penelitian ini adalah lingkungan. Karena pengaruh paling buruk biasanya terjadi di lingkungan pertemanan dan lingkungan masyarakat. Presentase yang diperoleh dalam penelitian sebesar 72% meskipun termasuk kategori tinggi tetapi faktor lingkungan masyarakat mendapat hasil terendah.

### **B.SARAN**

Sesuai dengan kesimpulan penelitian minat usia remaja terhadap cabang olahraga renang di Kabupaten Kediri, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut :

1. Untuk meningkatkan kualitas kebugaran jasmani pada usia remaja, disarankan untuk lebih sering melakukan olahraga termasuk olahraga renang, dan menambah wawasan tentang manfaat yang diperoleh dalam olahraga renang. Hal ini sangat penting agar usia remaja dapat termotivasi untuk melakukan kegiatan yang positif.
2. Agar minat semakin tinggi dalam olahraga, keluarga juga memberikan dukungan yang positif, motivasi serta memfasilitasi hal yang dibutuhkan untuk melakukan olahraga renang.
3. Pemerintah Kabupaten Kediri sebaiknya terus melakukan perbaikan fasilitas kolam renang. Supaya masyarakat di Kabupaten Kediri khususnya usia remaja agar bertambah semangat dan termotivasi dalam melakukan olahraga renang.
4. Dalam lingkungan masyarakat sebaiknya selalu memberikan motivasi dan wawasan yang luas tentang olahraga. Memasuki usia remaja kita harus pintar memilih lingkungan yang baik dan buruk, dan tidak mudah terpengaruh lingkungan pertemanan jika memberikan hasutan yang merugikan diri sendiri.

#### DAFTAR PUSTAKA

Abror Hisyam. 1991. *Sarana dan Prasarana Olahraga*. Semarang: FPOK IKIP Semarang

Muhammad Murni. 2000. *Renang*. Jakarta: Diknas

Wulan Mayasari. 2011. *Minat Olahraga Renang Siswa Kelas X SMAN 1 BOJA Kabupaten Kendal* (Skripsi). Semarang: FIK UNNES SEMARANG

Kurniawan Sri Hartanto. 2005. *Minat Olahraga Renang Siswa – Siswi SMP PGRI 5 MIJEN Semarang 2005/2006* (Skripsi). Semarang: ILMU KEOLAHRAGAAN UNNES SEMARANG

Wilhem Mielke, 1988, *Membahas Teknik, Sarana dan Fasilitas Renang*. Dahara Prize Elfar Offset Bandung

Dadeng Karunia dan Drs. Muhammad Murni, 1991, *Renang*, Jakarta.

Maulani, I. (2011). *Minat Siswa Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan* Ihsan. Jurnal Patriot, 1077- 1086.

Muchammad Tamyiz. (2008). *Olahraga Renang sebagai Terapi Penyakit Dalam*. <http://www.blog.muchammadtamyiz.com>. Selasa, 16 Desember 2008.

Rasdian Yusuf., Abdul Khaliq. 2017. *Studi Kasus Minat Siswa MTs. Hadil Ishlah Bilebente Terhadap Olahraga Renang*. Mataram: Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP MATARAM

Slameto. 2010. *Belajar dan Faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.

Arif Fransinata. 2011. *Analisis Minat Mahasiswa Dalam Mengikuti Kegiatan UKM Renang Universitas Negeri Surabaya*. Surabaya: FIK UNIVERSITAS NEGERI SURABA