

ARTIKEL

SURVEI MINAT MASYARAKAT TERHADAP OLAHRAGA SENAM AEROBIK PADA MASA PANDEMI DI DS. KEREK KEK. TAROKAN KABUPATEN KEDIRI TAHUN 2020



Oleh:

**BOBY KRISTIAN BASUKI
NPM: 16.1.01.09.0027**

Dibimbing oleh :

- 1. Weda, M.Pd**
- 2. Puspodari, M.Pd**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
TAHUN 2021**



SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2021




Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Bobby Kristian Basuki
NPM : 16.1.01.09.0027
Telepon/HP : 087882963464
Alamat Surel (Email) : kabeboby@gmail.com
Judul Artikel : Survei Minat Masyarakat Terhadap Olahraga Senam Aerobik Pada Masa Pandemi Di Ds. Kerep Kec Tarokan Kabupaten Kediri Tahun 2020
Fakultas – Program Studi : FIKS - Penjas
Nama Perguruan Tinggi : Universitas Nusantara PGRI Kediri
Alamat Perguruan Tinggi : Jl.K.H.Achmad Dahlan No.76 Kediri

Dengan ini menyatakan bahwa :

- artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;
- artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ke tidak sesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggung jawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, 22 Februari 2021
Pembimbing I  <u>Weda, M.Pd</u> NIDN. 0721088702	Pembimbing II  <u>Puspodari, M.Pd</u> NIDN.079059001	Penulis,  <u>Bobby Kristian Basuki</u> NPM .16.1.01.09.0027

Bobby Kristian Basuki | 16.1.01.09.0027
FIKS – Penjas

simki.unpkediri.ac.id
|| 1 ||

SURVEI MINAT MASYARAKAT TERHADAP OLAHRAGA SENAM AEROBIK PADA MASA PANDEMI DI DS. KEREP KEC. TAROKAN KABUPATEN KEDIRI TAHUN 2020

BOBY KRISTIAN BASUKI
16.1.01.09.0027
FIKS – Penjas
kabebody@gmail.com
Weda, M.Pd dan Puspodari, M.Pd
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian dilatarbelakangi pengamatan dan pengalaman peneliti, bahwa manusia tak dapat dipisahkan dengan olahraga. Seperti kebanyakan masyarakat di Indonesia juga menggemari berbagai macam olahraga. Senam yakni salah satu cabang olahraga yang digemari masyarakat Indonesia. Ini dapat dibuktikan banyak masyarakat yang memainkannya, baik masyarakat di wilayah kota atau di desa. Permasalahan penelitian ini bagaimana minat masyarakat terhadap olahraga senam aerobik pada masa pandemi Covid-19 sesuai protokol kesehatan di Desa Kerep Kecamatan Tarokan Kabupaten Kediri Tahun 2020. Jenis penelitian deskriptif kuantitatif, populasi penelitian sejumlah 200 orang, sampel dalam penelitian ini mengacu pada jumlah populasi yang telah ditemukan adalah 50 orang. Simpulan penelitian adalah minat masyarakat terhadap olahraga senam aerobik pada masa pandemi Covid-19 sesuai protokol kesehatan di Ds. Kerep Kecamatan Tarokan Kabupaten Kediri Tahun 2020 dengan kategori “sangat baik” 2 orang (4%), kategori “baik” 16 orang (32%), kategori “cukup” 18 orang (36%), kategori “kurang baik” 10 orang (20% dan kategori “tidak baik” 4 orang 8%. Maka hal ini dapat diketahui dalam unsur minat yang mencakup nilai baik adalah pada kategori “cukup” sebesar 36%.

KATA KUNCI : Minat Masyarakat, Senam Aerobik

I. LATAR BELAKANG

Manusia tidak dipisahkan dengan olahraga. Seperti kebanyakan orang di Indonesia juga menikmati berbagai jenis olahraga. Senam adalah olahraga yang populer oleh masyarakat Indonesia. Ini dibuktikan dengan sebagian besar orang memainkannya, baik di kawasan kota atau di desa. Seseorang melakukan olahraga dengan tujuan yang berbeda-beda dan sesuai dengan tujuan individu itu sendiri, juga bertujuan untuk meraih prestasi, serta untuk meningkatkan kebugaran jasmani ataupun hanya untuk hobi.

Saat ini, kemajuan dalam semua bidang sangat cepat, sehingga ekonomi juga berkembang pesat, pola makan pun juga berubah, yang menyebabkan orang cenderung mengkonsumsi makanan yang melebihi keperluan tubuhnya. Ini dapat menyebabkan berat badan berlebih atau bahkan mengalami obesitas, lebih buruk lagi dengan kekurangan waktu untuk berolahraga sehingga badan lebih gemuk. (Dinata, 2014 : 1).

Sejak pada tahun 2020, tepatnya, awal Maret, masyarakat Indonesia dikejutkan dengan kehadiran virus korona atau dikenal sebagai virus Covid-19. Coronavirus-19 (COVID) dinyatakan sebagai pandemi oleh WHO (WHO, 2020).

Coronavirus adalah virus yang ditularkan antara hewan dan manusia.

Virus dan penyakit ini diketahui berawal di Wuhan, Cina sejak Desember 2019. Pada 21 Maret 2020, jumlah kasus ini mencapai angka 275,469 jiwa yang tersebar di 166 negara, termasuk Indonesia. Presiden Republik Indonesia menyatakan penyakit ini sebagai tahap Tanggap Darurat pada 17 Maret 2020. Presiden juga mengeluarkan Keputusan Presiden No. 7 Tahun 2020 mengenai Pasukan Petugas untuk Percepatan Penanganan Corona, oleh Ketua Badan Pengurusan Bencana Nasional (BNPB). Petugas ini bertujuan untuk meningkatkan ketahanan nasional dalam sektor kesehatan; mempercepat pengendalian Covid-19 melalui sinergi antara kementerian dan dinas kesehatan setempat; meningkatkan antisipasi terhadap peningkatan penyebaran Covid-19, meningkatkan sinergi pembuatan dasar operasi; dan meningkatkan kesediaan serta upaya untuk mencegah dan melawan Covid-19.

Menurut Kemenkes Kesehatan RI (2020:7) apa yang dapat dilakukan oleh negara dalam upaya percepatan penanganan Covid-19 adalah melakukan investigasi dan layanan jemput bola

kepada orang yang terpapar atau yang memiliki gejala infeksi Covid-19 agar penyebaran virus dapat ditekan dan dicegah. Hal penting bagi pemerintah adalah usaha untuk mengawal harga peralatan dan obat-obatan yang diperlukan oleh tenaga kesehatan dan masyarakat luas untuk mencegah Covid-19. Tidak hanya itu saja, usaha 'lockdown' adalah aturan alternatif yang dapat diterapkan. Tetapi, pemerintah tidak mengambil langkah tersebut karena *lockdown* adalah usaha yang boleh dikatakan ekstrem.

Pemerintah berpandangan ada alternatif lain yang bisa diambil. *Lockdown* tidak hanya menutup penyebaran, tetapi menutup semua bidang kehidupan, sehingga hal itu dianggap bukan pilihan terbaik yang dilakukan oleh pemerintah. Bagi pemerintah, yang harus dilakukan untuk mencegah Covid-19 adalah untuk *social distancing* (menjaga jarak) dan menghindari kerumunan, membatasi jumlah orang pada suatu tempat. Atas dasar itulah, pemerintah saat ini mengeluarkan kebijakan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) di beberapa bidang yang berpotensi besar untuk menyebar atau yang telah menjadi kawasan zona merah. PSBB adalah peraturan yang dikeluarkan oleh pemerintah, terutama Kementerian Kesehatan (Kemenkes, 2020) dalam

rangka menangani Covid-19 yang tengah mewabah. Tindakan pemerintah memilih *social distancing* disebabkan oleh faktor ekonomi karena jika memilih jalan penutupan, *social distancing* dapat memberikan kesan pengurangan pendapatan negara atau menurunnya sektor pariwisata, pendapatan negara yang berkurang atau tidak ada dari pajak korporat sampingan, pendapatan negara berkurang atau tidak ada ekspor barang ke negara lain, dan meningkatkan pembiayaan kehidupan rakyat.

Banyak hal yang membuat Indonesia mengurangi kegiatan atau dapat dikatakan tertutup dalam semua kegiatan seperti kunjungan, toko, pusat perbelanjaan, dan tempat umum lainnya. Virus *corona* juga menyebabkan orang kehilangan pekerjaan dan ekonomi mengalami penurunan yang signifikan, sehingga virus ini memberi dampak yang besar pada orang berpenghasilan rendah. Banyak kesan Covid-19 termasuk pengurangan pekerja di perusahaan besar dan kecil, dengan kesan ini juga selama wabah ini, banyak orang telah melakukan aktivitas untuk menjaga daya tahan tubuh untuk menjalani kehidupan yang sehat untuk mencegah penyakit ini. Ada juga olahraga yang tidak membuat banyak orang dengan menjaga jarak dan mematuhi protokol kesehatan. Akhir-akhir ini, banyak orang melakukan

aktivitas bersepeda tanpa mematuhi protokol kesehatan.

Dengan adanya pandemi Covid-19, pemerintah mengeluarkan kebijakan baru untuk menghentikan penyebarannya, yakni mengumumkan kepada masyarakat untuk melakukan jarak fisik sejauh satu meter dan menghindari kerumunan dan berbagai peristiwa yang mengundang keramaian orang banyak (Covid-19, 2020). Selain itu, pemerintah melaksanakan aturan untuk di rumah saja seperti bekerja dari rumah atau *Work From Home* (WFH) dan semua aktivitas yang menimbulkan kerumunan dihapus dan digantikan dengan media *online*. Kemendikbud, (2020:54) mengeluarkan Surat Edaran tentang Pembelajaran secara Daring dan Bekerja dari Rumah dalam Rangka Pencegahan Penyebaran Covid-19 berisikan salah satunya meliburkan kegiatan belajar mengajar dan mengganti dengan pembelajaran berbasis jaringan (Daring) yang dapat digunakan berbagai instansi pendidikan.

Masa pandemi ini, banyak masyarakat gemar bersepeda untuk memenuhi aktivitasnya di tengah pandemi Covid-19. Bahkan kegiatan ini sudah menjadi tren saat pandemi di beberapa di Indonesia.

Oleh karena itu, jika orang melakukan berbagai aktivitas fisik

termasuk olahraga, rekreasi dan aktivitas yang lain dengan tujuan untuk menjaga kebugaran fisik. Dengan menjaga kebugaran fisik, seseorang dapat meningkatkan kesehatan. Orang yang sering melakukan latihan kebugaran fisik akan menghindari kelelahan dan keletihan. Kebugaran fisik penting dalam kehidupan sehari-hari untuk mencegah penyakit yang menular.

Dalam usaha meningkatkan kesehatan, senam fisik harus dilakukan secara teratur dan benar sesuai kondisi tubuh seseorang.

Banyak berita olahraga di media massa yang menggambarkan bahwa aktivitas olahraga telah mendapat tempat utama di semua lapisan masyarakat. Masyarakat menganggap bahwa senam merupakan keperluan yang harus dipenuhi dalam kehidupan sehari-hari, dengan melakukan senam, badan lebih sehat dan lebih bersemangat dalam menjalankan aktivitas harian, yakni berolahraga.

Salah satu jenis olahraga yang sangat digemari di Desa Kerep Kecamatan Tarokan sekarang adalah olahraga senam sehat. Berdasarkan observasi yang telah dilakukan banyak masyarakat di Ds. Kerep mengikuti aktivitas berolahraga senam terutama kaum-kaum perempuan. Maka banyak yang gemar berolahraga senam ini. Seiring dengan kemajuan ilmu

pengetahuan dan teknologi, kesadaran masyarakat akan pentingnya berolahraga semakin meningkat. Senam aerobik adalah salah satu olahraga rekreatif yang banyak digemari dan bisa dinikmati sampai ke daerah-daerah seluruh pelosok Indonesia, mulai dari lapisan masyarakat bawah, menengah maupun atas.

Masa pandemi Covid-19 saat ini aktivitas olahraga di Ds. Kerep jarang terlihat, apalagi di masa pandemi saat ini seharusnya warga menjaga pola hidup sehat dengan berolahraga. Situasi pandemi ini, aktivitas warga di Ds. Kerep berkurang peminatnya, banyak orang jarang keluar rumah karena banyak yang merasa takut dengan Covid-19.

Masyarakat menganggap senam aerobik merupakan jenis olahraga yang santai, meriah, dan bisa diikuti oleh banyak orang. Selain di sanggar-sanggar senam, kawasan perumahan dan kantor-kantor atau instansi negeri maupun swasta, pada hari-hari tertentu diadakan senam aerobik dengan segala macam variasinya, dengan alunan musik yang dinikmati dan gerakan yang benar serta gerak tarian yang indah, bisa diikuti oleh semua orang, baik muda, tua, perempuan, maupun laki-laki (Sadoso Sumosardjuno, 2011:44).

Berdasarkan dari uraian tersebut, maka penulis ingin melakukan penelitian dengan judul “Survei Minat Masyarakat

terhadap Olahraga Senam Aerobik pada Masa Pandemi Di Desa Kerep Kecamatan Tarokan Kabupaten Kediri Tahun 2020”.

II. METODE

a. Pendekatan Penelitian

Pendekatan dalam penelitian ini ialah pendekatan kuantitatif yakni dengan pengambilan data secara langsung di lapangan dengan melakukan analisis data deskriptif kuantitatif, karena data berupa angka yang dijabarkan.

Menurut Arikunto (2012:239) mengemukakan, penelitian menggunakan metode numerik/angka adalah penelitian yang bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan dan apabila ada. Dengan cara ini peneliti melakukan pengamatan pada variabel yang ditentukan untuk memperoleh kesimpulan yang dituju.

b. Teknik Penelitian

Teknik dalam penelitian ini adalah metode survei dengan pendekatan kuantitatif. Menurut Arikunto (2010:74), “penelitian metode survei merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk menginformasikan mengenai status gejala yang ada, yaitu gejala menurut apa adanya pada saat penelitian dilakukan”. Bentuk yang digunakan dalam penelitian adalah survei. Menurut Margono (2010:59) menyatakan, “arti dari perkataan “survei”

ialah pengamatan atau penyelidikan yang kritis untuk mendapatkan keterangan yang terang dan baik terhadap suatu persoalan tertentu dan di dalam daerah tertentu”.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas faktor-faktor yang memengaruhi survei minat masyarakat terhadap olahraga senam aerobik pada masa pandemi di Desa Kerep Kecamatan Tarokan Kabupaten Kediri Tahun 2020 meliputi dua aspek yaitu faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor-faktor ekstrinsik meliputi lingkungan, keluarga, teman, lokasi. Sedangkan faktor intrinsik meliputi kepribadian, usia, menjaga kesehatan, olahraga, ketertarikan dan perhatian.

Dari hasil di atas maka survei minat masyarakat terhadap olahraga senam aerobik pada masa pandemi di Desa Kerep Kecamatan Tarokan Kabupaten Kediri Tahun 2020 rkategori “sangat baik” 2 orang (4%), “kategori baik” 16 orang (32%), kategori “cukup” 18 orang (36%), kategori “kurang baik” 10 orang (20%) dan kategori “tidak baik” 4 orang (8%). Maka ini dapat diketahui bahwa unsur minat yang mencakup nilai baik adalah pada kategori “cukup” dengan persentase sebesar 36%.

IV. DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 2012. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sadoso Sumosardjuno. 2011. *Pengetahuan Praktis Kesehatan dan Olahraga*. Jakarta: Pustaka Kartini
- Kemendikbud. 2020. Surat edaran pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran coronavirus Disease (covid- 19). Diakses 28 Oktober 2020, dari <https://jdih.kemdikbud.go.id/arsip/SE%20Menteri%20Nomor%204%20Tahun%202020%20cap.pdf>.
- Kemkes RI. 2020. *Jaga Diri dan Keluarga Anda dari Virus Corona – Covid-19*. [Online] Tersedia pada : www.kemkes.go.id [Diakses 4 Maret 2020]
- Margono, S. 2010., *Metode Penelitian Pendidikan*, Jakarta: Rineka Cipta.