



MOTIVASI MASYARAKAT KOTA JAYAPURA DALAM AKTIVITAS OLAHRAGA PADA MASA PANDEMI COVID-19

Ince Abdul Muhaemin Mangngassai* , Andi Syaiful², Marsuki³

Keywords :

Masyarakat; Olahraga;
Motivasi; COVID-19

Correspondensi Author

¹ Universitas Cenderawasih,
incemuhaemin86@gmail.com

² Universitas Cenderawasih,
andisyaiiful609@gmail.com

³ Universitas Cenderawasih,
marsukidkd@gmail.com

Article History

Received: 15-03-2022;

Reviewed: 15-03-2022;

Accepted: 15-03-2022;

Published: 15-03-2022

ABSTRACT

The purpose of this research is to find out how much motivation the people of Jayapura city are in sports activities during the COVID-19 pandemic. This type of research is descriptive quantitative research with survey techniques using questionnaires. The population in this study was the people of the city of Jayapura who carried out sports activities during the COVID-19 pandemic, while the sample of this study was 100 people obtained using the sampling formula from Issac and Michael. The results of this study showed that the motivation of the people of Jayapura City in sports activities during the COVID-19 pandemic in terms of the physiological needs aspect obtained a percentage of 87% with a very high category, the aspect of security needs obtained a percentage of 88% with a very high category, aspects of social needs obtained a percentage of 78% in the high category, the aspect of the need for appreciation obtained a percentage of 79% in the high category, the aspect of the need for self-actualization obtained a percentage of 80% in the high category. Based on the results of the interpretation of the research data from the five indicators, it can be seen that the level of motivation of the people of the city of Jayapura in sports activities during the COVID-19 pandemic is 82.4% which is categorized as very high.

Keywords: Society, Sport, Motivation, COVID-19

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui seberapa besar motivasi masyarakat kota Jayapura dalam aktivitas olahraga pada masa pandemi COVID-19. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan teknik survey menggunakan angket. Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat kota Jayapura yang melakukan aktivitas olahraga pada masa pandemi COVID-19, sedangkan sampel penelitian ini sebanyak 100 orang yang diperoleh dengan menggunakan rumus pengambilan sampel dari Issac dan Michael. Hasil penelitian ini diperoleh bahwa Motivasi masyarakat Kota Jayapura dalam aktifitas olahraga pada masa pandemi COVID-19 ditinjau dari aspek kebutuhan fisiologis diperoleh persentase sebesar 87% dengan kategori tinggi sekali, aspek kebutuhan rasa aman diperoleh persentase sebesar 88%

dengan kategori tinggi sekali, aspek kebutuhan sosial diperoleh persentase sebesar 78% dengan kategori tinggi, aspek kebutuhan akan penghargaan diperoleh persentase sebesar 79% dengan kategori tinggi, aspek kebutuhan akan aktualisasi diri diperoleh persentase sebesar 80% dengan kategori tinggi. Berdasarkan hasil interpretasi data hasil penelitian dari kelima indikator tersebut maka dapat diketahui tingkat motivasi masyarakat kota jayapura dalam aktifitas olahraga pada masa pandemi COVID-19 sebesar 82,4% yang dikategorikan dengan tinggi sekali.

Kata Kunci: Masyarakat, Olahraga, Motivasi, COVID-19

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan kebutuhan yang diperlukan setiap individu untuk meningkatkan imunitas tubuh. Selain itu banyak manfaat yang dapat dirasakan saat melakukan olahraga diantaranya olahraga dapat mencegah penyakit jantung, diabetes, osteoporosis, kanker, obesitas, dan cedera (Suandiana et al., 2021). Olahraga pun dapat meningkatkan kualitas hidup yang terencana dengan berbagai pola hidup sehat (Rizal, 2020). Kegiatan olahraga yang dilakukan secara rutin dapat menurunkan resiko penyakit berbahaya. Adapun beberapa fungsi dari olahraga menurut Wilkwerson dan Dodder (Harsuki, 2003) yaitu pelepasan emosi, menentukan identitas, kontrol sosial, sosialisasi, agen perubahan, semangat kolektif, dan sukses. Olahraga juga dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan kepercayaan diri serta meningkatkan kemampuan berkonsentrasi (Suandiana et al., 2021). Dalam Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 juga disebutkan bahwa olahraga adalah segala kegiatan yang dilakukan secara sistematis untuk mengembangkan potensi jasmani dan rohaninya (Hijrin Fitroni, 2021).

Selama ini perkembangan olahraga semakin pesat, bukan dari kalangan atlit saja, tetapi masyarakat umum pun gemar melakukan olahraga, olahraga masyarakat atau olahraga kesehatan ini merupakan bentuk dari olahraga yang dapat mewujudkan kebersamaan dan kesetaraan masyarakat dalam berolahraga, maka dari itu olahraga masyarakat atau olahraga kesehatan tidak ada tuntutan keterampilan olahraga tertentu (Wakitayanti & Hartono, 2021). Menurut pandangan masyarakat, olahraga sudah menjadi bagian dalam hidupnya, bahwa melakukan olahraga merupakan sesuatu yang sama pentingnya dengan kebutuhan yang lainnya karena olahraga dapat meningkatkan kualitas hidupnya dan kesehatan baik jasmani maupun rohaninya (Hijrin Fitroni, 2021).

Pada tanggal 11 maret 2020, WHO sebagai organisasi kesehatan dunia menyatakan bahwa COVID-19 sebagai pandemi global. Hal tersebut akibat kasus COVID-19 yang terus meningkat hingga 13 kali lipat di 114 negara yang mencapai angka kematian 4.291 orang (Valerisha & Putra, 2020). Sementara Kasus pertama dan kedua COVID-19 di Indonesia diumumkan Pemerintah Pusat pada tanggal 2 Maret 2020, dan kasus ketiga dan keempat diumumkan pada tanggal 6 Maret 2020. Sementara, Keputusan Presiden (Keppres) No. 7/2020 tentang pembentukan Rapid-Response Team yang dipimpin oleh Kepala Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) baru dikeluarkan pada tanggal 13 Maret 2020, saat jumlah pasien positif COVID-19 di Indonesia tercatat telah berjumlah 69 orang (Vermonte Philips, 2020).

corona alias COVID-19 adalah virus yang menyerang sistem pernapasan manusia. Virus COVID-19 masih satu 'kerabat' dengan penyebab SARS dan MERS yang sempat merebak beberapa tahun lalu (Rubiana et al., 2021). Secara umum bila ada yang mengalami demam, flu, batuk, dan sesak napas dalam batas waktu tertentu ini adalah suatu gejala penyakit COVID-19, maka harus ada kewaspadaan dan kerjasama yang baik dengan keluarga atau rekan kerja selama beraktivitas di dalam rumah, di ruang kerja, dan di dalam lingkungan masyarakat. Kemudian, menurut WHO, virus itu menular dari manusia satu ke manusia lain. Cara penularannya, virus COVID-19 menyebar melalui tetesan air liur atau keluar dari hidung ketika orang yang terinfeksi sedang batuk atau bersin. Tetesan tersebut mendarat di mulut atau hidung orang yang berada di dekatnya (Santika, 2020). Virus COVID-19 juga bisa menular antara orang yang saling bersentuhan dalam jarak sekitar 30 cm.

Pandemi COVID-19 pada tahun 2020 ini membawa banyak perubahan dalam kehidupan masyarakat. Semua aktivitas baik belajar, bekerja, beribadah, bahkan olahragapun dianjurkan di rumah, olahraga bisa dilakukan di luar rumah maupun di dalam rumah. Virus COVID-19 menekankan bagi setiap orang untuk menjaga jarak atau memenuhi protocol kesehatan agar dampaknya dapat tidak terjadi secara langsung (Pratama, 2021). Pandemi Covid-19 yang telah terjadi di beberapa negara masih tetap berlanjut hingga di tahun 2021 hingga batas waktu yang tidak menentu. Penyuntikan vaksin telah dilakukan oleh hampir semua negara termasuk di Indonesia, namun masyarakat tetap harus mematuhi protocol kesehatan (Sultan et al., 2021). Aktivitas fisik secara teratur adalah perilaku kesehatan utama dari perspektif kesehatan masyarakat, karena memiliki dampak yang luar biasa pada Kesehatan. Kegiatan olahraga di masa pandemi COVID-19 ini meningkat karena olahraga dianggap dapat mengusir kebosanan di rumah, meningkatkan imunitas, mengisi waktu luang, dan meningkatkan energi dalam menjalani rutinitas sehari-hari. Secara umum, olahraga dikenal masyarakat sebagai bentuk aktivitas fisik yang dilakukan oleh orang, sekelompok orang dengan salah satu tujuan untuk mencapai kebugaran jasmani (Hijrin Fitroni, 2021).

Menurut World Health Organization (WHO, 2010) aktivitas fisik dapat didefinisikan sebagai gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot-otot rangka dan membutuhkan energy, selain itu aktifitas fisik yang rendah merupakan faktor utama pencetus terjadinya resiko penyakit kronis yang diprediksi dapat menyebabkan angka kematian yang tinggi (Kamaruddin, 2020). Berbagai aktivitas fisik seperti berlari, berjalan, bekerja, bermain, angkat beban dan berbagai latihan fisik lainnya. Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang meningkatkan pengeluaran tenaga dan energi atau pembakaran kalori (RI, 2015) (Pranata, 2020). Faktor-faktor seseorang dalam melakukan aktivitas fisik/olahraga diantaranya yaitu pertama jenis kelamin, jenis kelamin menjadi salah satu faktor melakukan aktivitas olahraga karena antara laki-laki dan wanita memiliki motivasi yang berbeda-beda dalam hal melakukan kegiatan olahraga. Kedua dukungan orang lain/teman, dalam melakukan kegiatan olahraga walaupun dilakukan secara individu, namun peran teman sangatlah dibutuhkan dalam hal memberi motivasi dalam setiap kegiatan yang dilakukan. dan yang terakhir adalah perceived barriers yang lemah (Pranata, 2020). Berdasarkan pendapat di atas tentang aktivitas fisik maka dapat disimpulkan bahwasanya aktivitas fisik atau olahraga adalah kegiatan yang dilakukan seseorang dalam bentuk kegiatan olahraga yang melibatkan semua anggota tubuh serta dalam kegiatannya membutuhkan energi yang berasal dari dalam tubuhnya sendiri dan energy yang dibutuhkan tergantung dengan tingkatan aktivitas fisik yang kita lakukan.

Motivasi adalah menunjukkan dorongan atau usaha untuk memenuhi atau memuaskan suatu kebutuhan atau untuk mencapai suatu tujuan. Motivasi intrinsik merupakan dorongan atau kehendak yang kuat yang berasal dari dalam diri seseorang. Semakin kuat motivasi intrinsik yang dimiliki oleh seseorang, semakin besar ia memperlihatkan tingkah laku yang kuat untuk mencapai tujuan. Motivasi ekstrinsik dapat muncul sebagai suatu karakter atau ciri khas yang telah ada sejak seseorang dilahirkan. Jadi motivasi tersebut merupakan bagian dari sifat kepribadiannya, yang muncul karena adanya faktor endogen, faktor dunia alam, atau faktor konstitusi, sesuatu bawaan, sesuatu yang ada, yang diperoleh ketika dilahirkan (Sehuddin, 2017). Motivasi dapat diartikan dorongan yang terdapat dalam diri seseorang untuk berusaha mengadakan perubahan tingkah laku yang lebih baik dalam memenuhi kebutuhannya (Puspita, 2018).

Motivasi menurut Komarudin (2013: 24) adalah dorongan yang berasal dari dalam atau dari luar diri individu untuk melakukan suatu aktivitas yang bisa menjamin kelangsungan aktivitas tersebut, serta dapat menentukan arah, haluan dan besaran upaya yang dikerahkan untuk melakukan aktivitas sehingga dapat mencapai tujuan yang ditetapkan. motivasi merupakan istilah yang lebih umum yang merujuk kepada seluruh proses gerakan itu, termasuk situasi yang mendorong, dorongan yang timbul dalam diri individu, perilaku yang ditimbulkan oleh situasi tersebut dan tujuan atau akhir daripada tindakan atau perbuatan (Hijrin Fitroni, 2021). Motivasi merupakan dasar suatu perilaku. Motivasi menyebabkan seseorang giat melakukan suatu kegiatan menuju ke sesuatu yang telah memotivasinya. Di provinsi papua akan direncanakan pekan olahraga PON XX Papua 2021, kegiatan ini yang sangat di tunggu-tunggu oleh masyarakat terkhusus masyarakat kota jayapura. Sehingga masyarakat kota jayapura harus siap menyukseskan kegiatan event besar ini. Selain protokol kesehatan (Prokes) masyarakat kota Jayapura juga antusias melakukan aktivitas olahraga untuk menambah imun bagi

tubuh. Hal ini terbukti masyarakat melakukan aktivitas olahraga di beberapa tempat selama masa COVID-19 karena masyarakat paham betapa pentingnya untuk menjaga imun tubuh agar tidak mudah tertular virus COVID-19. Namun di tengah pandemi, pemerintah menghimbau bagi masyarakat yang akan melakukan aktivitas olahraga untuk memperhatikan protokol kesehatan dan selalu memakai masker.

Beberapa argumentasi di atas, peneliti berpandangan bahwa perlu diadakannya riset untuk dapat mengetahui motivasi masyarakat kota Jayapura dalam aktivitas olahraga pada masa pandemi COVID-19. Ini sangat berhubungan dan memiliki peran penting dalam meningkatkan pencapaian tujuan menghadapi serta pencegahan virus COVID-19. Upaya untuk mengetahui motivasi masyarakat dalam mengikuti olahraga di masa COVID-19 ini maka penelitian mengambil judul “motivasi masyarakat kota Jayapura dalam aktivitas olahraga pada masa pandemi COVID-19”.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif, menurut (Indricha, 2019) penelitian kuantitatif deskriptif yaitu cara mencari informasi tentang gejala yang ada, didefinisikan dengan jelas tujuan yang akan dicapai, merencanakan cara pendekatannya, mengumpulkan data sebagai bahan untuk membuat laporan. Penelitian deskriptif kuantitatif adalah penelitian dengan menggunakan metode survei, dan pengumpulan informasi atau data menggunakan kuesioner. Menurut Suharsimi Arikunto dalam (Rustiadi, T dan Sandi Akbar, R. 2016: 3) penelitian deskriptif adalah penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau hal-hal lain yang sudah disebutkan, yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian. Dalam penelitian ini penulis ingin mengetahui atau mengukur Motivasi Masyarakat Kota Jayapura Dalam Aktivitas Olahraga Pada Masa Pandemi Covid-19.

Menurut Sugiyono (2014: 80) mengatakan bahwa: “Populasi adalah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Studi atau penelitiannya juga disebut studi populasi atau studi sensus, menurut Suharsimi Arikunto dalam ((Zain et al., 2020)). Di dalam penelitian ini populasi yang digunakan adalah seluruh masyarakat Kota Jayapura yang memanfaatkan tempat atau fasilitas olahraga yang ada di kota Jayapura. Sampel pada penelitian ini berjumlah 100 orang dan teknik pengumpulan data secara *random sampling*. Harapannya dari adanya desain ini, peneliti memiliki arah atau pedoman dalam melakukan penelitian tahap demi tahap. Tahapannya adalah sebagai berikut: identifikasi masalah, penyusunan instrumen, menentukan sampel, mengumpulkan data, menganalisis data, dan berakhir pada hasil penelitian.

Instrumen penelitian menggunakan modifikasi skala Likert dimaksudkan untuk menghilangkan kelemahan yang dikandung oleh skala lima tingkat, modifikasi skala Likert meniadakan kategori jawaban yang di tengah berdasarkan tiga alasan yaitu: (1) kategori tersebut memiliki arti ganda, biasanya diartikan belum dapat memutuskan atau memberikan jawaban, dapat diartikan netral, setuju tidak, tidak setujupun tidak, atau bahkan ragu-ragu. (2) tersediannya jawaban di tengah itu menimbulkan kecenderungan menjawab ke tengah. (3) maksud kategori SSS-TS-STSS adalah terutama untuk melihat kecenderungan pendapat responden, ke arah setuju atau ke arah tidak setuju. Maka dalam penelitian ini dengan menggunakan empat alternatif jawaban, yaitu: sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2009: 93)

Menurut Reza dkk dalam Moloeng analisis data adalah proses pengorganisasian dan mengurutkan data ke dalam pola, kategori dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan dan dapat dirumuskan hipotesis kerja seperti yang disarankan oleh data (Zain et al., 2020). Dalam penelitian ini maka akan diuraikan hasil dari analisis yang menunjukkan tingginya angka presentase motivasi masyarakat kota Jayapura dalam aktivitas olahraga pada masa pandemi COVID-19.

SPORTIVE: Journal of Physical Education, Sport and Recreation

Analisis data merupakan bagian yang penting dalam penelitian karena dapat digunakan untuk mengambil kesimpulan dalam penelitian. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian adalah teknik analisis deskriptif persentase. Rumus yang digunakan:

$$Dp = \frac{n}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

Dp : Deskripsi presentase

n : Jumlah responden pada kategori tertentu

N : Jumlah skor ideal (maksimal)

Jika skor total setiap responden semakin mendekati skor ideal maka dapat dikategorikan semakin tinggi motivasi dan kesadaran hidup sehat masyarakat. Skor tertinggi dalam penilaian adalah 4 dan skor terendah adalah 1 maka dapat dihitung interval untuk setiap kategori sebagai berikut:

Prosentase maksimal	: $\frac{4}{4} \times 100\%$	= 100%
Prosentase minimal	: $\frac{1}{4} \times 100\%$	= 25%
Rentang	: 100% - 25%	= 75%
Panjang Interval	: 75% : 4	= 18,75%

Dengan panjang interval 18,75% dengan prosentase minimal 25% maka dapat dihitung tingkat interval sesuai kriteria yang akan diberikan. Untuk standar kriteria yang digunakan sebagai berikut:

Tabel 1. Deskriptif Presentase

Inteval	Kategori
100% - 81,26%	Sangat Tinggi
81,25% - 62,51%	Tinggi
62,50% - 43,76%	Rendah
43,75% - 25,00%	Sangat Rendah

(Sumber: Suharsimi Arikunto dalam Udin Utomo, 2015: 54)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil data yang diperoleh dan telah di analisis dari angket/kuisisioner motivasi masyarakat kota jayapura dalam aktivitas olahraga pada masa pandemi COVID-19 digolongkan dalam 2 kategori. Kategori tersebut adalah sebagai berikut :

1. Kategori Jenis Kelamin

Berdasarkan data yang diperoleh dari total 100 responden yang mengisi kuesioner langsung ditempat lokasi penelitian dengan rentang usia antara 15-60 tahun. Dari tabel di bawah menunjukkan laki-laki lebih banyak melakukan aktivitas berolahraga dibandingkan dengan perempuan. Hal ini terlihat pada jumlah presentase jenis kelamin laki-laki sebesar 62% Sedangkan jumlah presentase untuk jenis kelami perempuan hanya sebesar 38% dari 100 responden.

Tabel 2. Presentasi Jenis kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Frekuensi Relatif (%)
Laki-Laki	62	62%
Perempuan	38	38%
Total	100	100%

2. Motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga selama masa pandemi covid-19

a. Motivasi masyarakat kota jayapura melakukan aktivitas olahraga di tinjau aspek kebutuhan fisiologi

Berdasarkan hasil pengolahan data diperoleh bahwa motivasi masyarakat kota jayapura dalam melakukan aktifitas olahraga pada masa COVID-19 ditinjau dari aspek kebutuhan fisiologis untuk kategori sangat tinggi 60 orang (60%) dan tinggi 40 orang (40%). Dengan demikian motivasi masyarakat kota jayapura dalam melakukan aktifitas olahraga pada masa COVID-19 tinjau dari aspek kebutuhan fisiologis dengan rata-rata keseluruhan sebesar 87% yang dikategorikan dengan sangat tinggi. Dapat di jelaskan pada tabel dibawah ini.

Tabel 3. Aspek Kebutuhan Fisiologi

No	Kategori	Frekuensi	Frekuensi Relatif %
1	Sangat Tinggi	60	68%
2	Tinggi	40	32%
3	Rendah	0	0%
4	Sangat Rendah	0	0%
	Jumlah	100	100%

b. Motivasi masyarakat Kota Jayapura dalam melakukan aktivitas olahraga ditinjau dari aspek kebutuhan rasa aman.

Berdasarkan hasil pengolahan data diperoleh bahwa motivasi masyarakat kota Jayapura dalam melakukan aktivitas olahraga pada masa COVID-19 ditinjau dari aspek kebutuhan rasa aman untuk kategori sangat tinggi 61 orang (61%) dan tinggi 39 orang (39%). Dengan demikian motivasi masyarakat Kota Jayapura dalam melakukan aktivitas olahraga pada masa COVID-19 di tinjau dari aspek kebutuhan rasa aman dengan rata-rata keseluruhan sebesar 88 % yang dikategorikan dengan Sangat tinggi. Dapat di jelaskan pada tabel dibawah ini.

Tabel 4. Aspek Kebutuhan Rasa Aman

No	Kategori	Frekuensi	Frekuensi Relatif %
1	Sangat Tinggi	61	61%
2	Tinggi	39	39%
3	Rendah	0	0%
4	Sangat Rendah	0	0%
	Jumlah	100	100%

c. Motivasi masyarakat Kota Jayapura dalam melakukan aktifitas olahraga ditinjau dari aspek kebutuhan sosial.

Berdasarkan hasil pengolahan data diperoleh bahwa motivasi masyarakat kota jayapura dalam melakukan aktivitas olahraga pada masa COVID-19 ditinjau dari aspek kebutuhan sosial untuk kategori sangat tinggi 29 orang (29%) dan tinggi 71 orang (71%). Dengan demikian motivasi masyarakat kota jayapura dalam melakukan aktivitas olahraga pada masa COVID-19 di tinjau dari aspek kebutuhan sosial dengan rata-rata keseluruhan sebesar 78% yang dikategorikan dengan tinggi. Dapat di jelaskan pada tabel dibawah ini.

Tabel 5. Aspek Kebutuhan Sosial.

No	Kategori	Frekuensi	Frekuensi Relatif %
1	Sangat Tinggi	29	29%
2	Tinggi	71	71%
3	Rendah	0	0%
4	Sangat Rendah	0	0%
	Jumlah	100	100%

- d. Motivasi masyarakat Kota Jayapura dalam melakukan aktifitas olahraga pada masa COVID-19 ditinjau dari aspek kebutuhan akan penghargaan.

Berdasarkan hasil pengolahan data diperoleh bahwa motivasi masyarakat kota Jayapura dalam melakukan aktivitas olahraga pada masa COVID-19 ditinjau dari aspek kebutuhan akan penghargaan untuk kategori sangat tinggi 36 orang (36%) dan tinggi 67 orang (64%). Dengan demikian motivasi masyarakat kota Jayapura dalam melakukan aktivitas olahraga pada masa COVID-19 di tinjau dari aspek kebutuhan akan penghargaan dengan rata-rata keseluruhan sebesar 79 % yang dikategorikan dengan tinggi. Dapat di jelaskan pada tabel dibawah ini.

Tabel 6. Aspek Kebutuhan Akan Penghargaan

No	Kategori	Frekuensi	Frekuensi Relatif %
1	Sangat Tinggi	36	36%
2	Tinggi	64	64%
3	Rendah	0	0%
4	Sangat Rendah	0	0%
	Jumlah	100	100%

- e. Motivasi masyarakat Kota Jayapura dalam melakukan aktifitas olahraga pada masa COVID-19 ditinjau dari aspek kebutuhan akan aktualisasi diri

Berdasarkan hasil pengolahan data diperoleh bahwa motivasi masyarakat Kota Jayapura dalam melakukan aktivitas olahraga pada masa COVID-19 ditinjau dari aspek kebutuhan akan aktualisasi diri untuk kategori sangat tinggi sekali 29 orang (29%) dan tinggi 71 orang (71%). Dengan demikian motivasi masyarakat kota Jayapura dalam melakukan aktivitas olahraga pada masa COVID-19 di tinjau dari aspek kebutuhan aktualisasi diri dengan rata-rata keseluruhan sebesar 80 % yang dikategorikan dengan tinggi. Dapat di jelaskan pada tabel dibawah ini

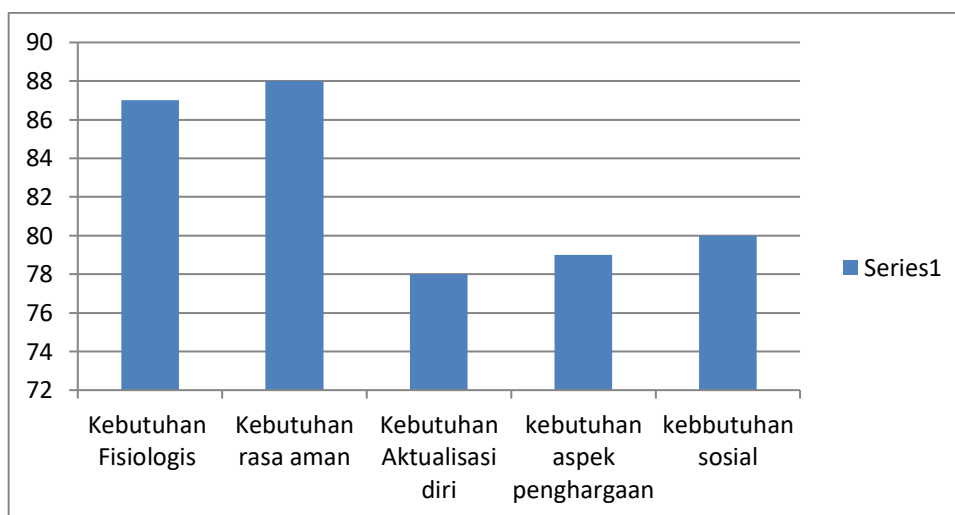
Tabel 7. Aspek Kebutuhan Akan Aktualisasi Diri

No	Kategori	Frekuensi	Frekuensi Relatif %
1	Sangat Tinggi	29	29%
2	Tinggi	71	71%
3	Rendah	0	0%
4	Sangat Rendah	0	0%
	Jumlah	100	100%

Berdasarkan hasil analisis data tentang motivasi masyarakat kota Jayapura untuk melakukan aktivitas olahraga pada masa COVID-19 dengan 5 aspek diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Motivasi masyarakat kota Jayapura dalam melakukan aktivitas olahraga pada masa COVID-19 ditinjau dari aspek kebutuhan fisiologis, diperoleh persentase sebesar 87% dengan kategori tinggi sekali.
2. Motivasi masyarakat kota Jayapura dalam melakukan aktivitas olahraga pada masa COVID-19 ditinjau dari aspek kebutuhan rasa aman, diperoleh persentase sebesar 88% dengan kategori tinggi sekali.
3. Motivasi masyarakat kota Jayapura dalam melakukan aktivitas olahraga pada masa COVID-19 ditinjau dari aspek kebutuhan sosial, diperoleh persentase sebesar 78% dengan kategori tinggi.

4. Motivasi masyarakat kota Jayapura dalam melakukan aktivitas olahraga pada masa COVID-19 ditinjau dari aspek kebutuhan akan penghargaan, diperoleh persentase sebesar 79% dengan kategori tinggi.
5. Motivasi masyarakat kota Jayapura dalam melakukan aktivitas olahraga pada masa COVID-19 ditinjau dari aspek kebutuhan akan aktualisasi diri, diperoleh persentase sebesar 80% dengan kategori tinggi.



Gambar 1. Diagram Motivasi Masyarakat Kota Jayapura Dalam Aktivitas Olahraga pada masa COVID-19

PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini motivasi dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor kebutuhan fisiologis, kebutuhan akan rasa aman, kebutuhan sosial, kebutuhan penghargaan, dan kebutuhan aktualisasi diri. Dilihat dari hasil angket motivasi masyarakat kota Jayapura dalam melakukan aktivitas olahraga kota Jayapura sebesar 82,8 % dikategorikan dengan tinggi sekali. Ini menunjukkan bahwa besarnya keinginan dan dorongan masyarakat kota Jayapura dalam melakukan aktivitas olahraga sangat tinggi. Mereka sadar bahwa dengan melakukan aktivitas olahraga, akan memperoleh begitu banyak manfaat salah satunya memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani di masa pandemi COVID-19. Dimana motivasi masyarakat kota jayapura melakukan aktivitas olahraga pada masa pandemi COVID-19 paling dominan masyarakat melakukan aktivitas olahraga karena faktor kebutuhan akan rasa aman sebagai prosentase tertinggi dari faktor motivasi yaitu 88% berada dalam interval 81,25%-100% diklasifikasikan dalam kategori sangat tinggi, dalam hal ini masyarakat melakukan aktivitas olahraga pada masa pendemi COVID-19 agar mereka merasa terjamin akan kesehatan dengan menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh serta masyarakat melakukan aktivitas olahraga dengan menggunakan pelindung diri seperti memakai masker, menjaga jarak dengan orang lain, mencuci tangan atau menggunakan anti septik untuk mencegah tertular virus COVID-19 ini, akan tetapi tidak semua masyarakat melakukan aktivitas olahraga secara benar dalam kesehariannya. Seperti intensitas waktu berolahraga masyarakat yang kurang, karena menjalani kesibukan yang ada atau keseharian pada hari-hari kerja.

Motivasi masyarakat kota Jayapura dalam melakukan aktivitas olahraga di masa pendemi COVID-19 ditinjau dari aspek kebutuhan fisiologis diperoleh persentase sebesar 87% dengan kategori tinggi sekali. Ini menunjukkan bahwa tingkat motivasi masyarakat kota Jayapura dalam memenuhi kebutuhan fisiologis sangat tinggi. Tingginya tingkat motivasi mereka karena di dorong dari kesadaran mereka tentang begitu banyak manfaat dalam memenuhi kebutuhan fisiologis seperti memelihara kesehatan, memelihara kebugaran tubuh dan juga dapat meningkatkan daya tahan tubuh. Sehingga mereka merasakan begitu pentingnya melakukan aktivitas olahraga. pada masa pendemi COVID-19

lebih mendominasi pada lingkungan dan cuaca karena masyarakat melakukan aktivitas olahraga dengan cuaca yang cerah dan lingkungan yang bersih menambah semangat masyarakat untuk berolahraga. Jenis aktivitas olahraga yang dipilih masyarakat Kota Jayapura di masa pandemi COVID-19 yaitu jogging, sepeda santai, aerobik, pull-up, lompat tali atau jenis-jenis olahraga yang tidak membuat kerumunan atau olahraga individu.

Motivasi masyarakat kota Jayapura dalam aktifitas olahraga di masa pandemi COVID-19 ditinjau dari aspek kebutuhan rasa aman diperoleh persentase sebesar 88% yang dikategorikan sangat tinggi. Dalam hal ini, masyarakat menginginkan agar terhindar dari berbagai penyakit, dan membantu dalam proses penyembuhan dari penyakit bahkan masyarakat merasa terjamin akan kesehatan karena masyarakat tetap melakukan aktivitas olahraga untuk menjaga kesehatan tubuh baik masa ini atau masa yang akan datang dan menjaga kebugaran jasmani serta masyarakat melakukan aktivitas olahraga di masa pandemi COVID-19 ini dengan menggunakan pelindung tubuh sesuai dengan olahraga yang akan dilakukan serta memakai masker untuk mencegah penularan COVID-19.

Motivasi masyarakat kota Jayapura dalam melakukan aktifitas olahraga ditinjau dari aspek kebutuhan sosial di peroleh persentase sebesar 78%. Ini menunjukkan kebutuhan sosial masyarakat dalam melakukan aktifitas olahraga tinggi. Dalam kebutuhan sosial, masyarakat melakukan aktivitas olahraga untuk mendapatkan teman baru dan sebagai sarana untuk silaturahmi dan bersosialisasi dengan orang lain namun tetap menerapkan sosial distancing. Serta kebutuhan sosial dari segi media sosial bahwa masyarakat Kota Jayapura dengan menggunakan media sosial untuk mengajak orang lain (promosi) agar melakukan aktivitas olahraga untuk menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh saat pandemi COVID-19 ini masih terjadi.

Motivasi masyarakat kota Jayapura dalam melakukan aktifitas olahraga di masa pandemi COVID-19 ditinjau dari aspek kebutuhan akan penghargaan diperoleh persentase sebesar 79% yang dikategorikan tinggi. Ini menunjukkan, dengan berolahraga meningkatkan konsentrasi dalam aktivitas rutin mereka dan dapat meningkatkan prestasi masyarakat yang diinginkan dicapainya. Selain itu, dalam berolahraga mereka mendapatkan dukunga - dukungan positif dari orang-orang terdekat mereka. Masyarakat melakukan aktivitas olahraga tidak untuk mendapat pujian dari orang lain melainkan reward atau kebanggaan tersendiri (diri sendiri) untuk tetap menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh. Mereka merasa senang dengan melakukan aktivitas olahraga yang mereka lakukan. Masyarakat melakukan olahraga tidak untuk mengejar target olahraga melainkan memperbaiki keterampilan olahraga agar dapat mengetahui dasar berolahraga yang benar.

Motivasi masyarakat kota Jayapura dalam melakukan aktifitas olahraga di masa pandemi COVID-19 ditinjau dari aspek kebutuhan akan aktualisasi diri diperoleh persentase sebesar 80% yang dikategorikan tinggi sekali. Dalam hal ini, dengan berolahraga juga dapat mengembangkan bakat dan hobi masyarakat dalam berolahraga dan dapat mengembangkan potensi diri di bidang olahraga. Selain itu, dengan berolahraga masyarakat yakin akan membentuk kedisiplinan yang tinggi dan meningkatkan rasa percaya diri. Mereka menyadari dengan melakukan aktifitas olahraga banyak manfaat yang di dapat dan dapat membuat kehidupan mereka lebih baik. Masyarakat ingin mencapai target berolahraga sesuai keperluan dari masing-masing individu.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka peneliti dapat mengemukakan kesimpulan sebagai berikut: motivasi masyarakat kota jayapura dalam melakukan aktivitas olahraga termasuk pada kategori tinggi sekali dengan memiliki nilai persentase rata-rata sebesar 82.4 %. Adapun saran yang dapat penulis sampaikan kepada masyarakat kota jayapura maupun masyarakat pada umumnya untuk terus meningkatkan beraktivitas olahraga pada masa pandemi COVID-19. Kelemahan dan keterbatasan penelitian ini yang dilakukan selama pandemi COVID-19, maka peneliti menyarankan kepada peneliti lain agar melakukan penelitian pada saat kondisi normal dan penelitian ini dapat menjadi acuan dalam mengembangkan variabel dan instrumen baru sehingga dapat membandingkan hasil penelitian sebelumnya.

DAFTAR RUJUKAN

- Hijrin Fitriani. (2021). Fenomena Peningkatan Motivasi Bersepeda Masyarakat Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Sporta Saintika*, 6(1), 109–118.
- Indricha, M. (2019). *Survei Minat Olahraga Pengunjung Car Free Day Boulevard Makassar*. 17.
- Kamaruddin, I. (2020). Indeks Massa Tubuh (IMT) Terhadap Daya Tahan Kardiovaskuler. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 3(2), 117. <https://doi.org/10.26858/sportive.v3i2.17012>
- Pranata, D. Y. (2020). Aktivitas Olahraga Masyarakat Pada Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 9(2), 32–38.
- Pratama, R. S. (2021). Fenomena Pembelajaran Online Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Di Indonesia. *SPORTIVE: Journal of Physical Education, Sport and Recreation*, 5(September), 149–158.
- Puspita, L. (2018). Pengaruh Motivasi Belajar Dan Percaya Diri Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Pada Siswa Tunarungu Sekolah Luar Biasa. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 1(2), 18. <https://doi.org/10.26858/sportive.v1i2.5623>
- Rizal, A. R. A. & M. P. (2020). Tingkat Partisipasi Warga Desa Blawi Karangbinangun Lamongan Dalam Melakukan Aktivitas Olahraga Berdasarkan Motivasi Intrinsik Dan Ekstrinsik Selama Pandemi (COVID-19). *Engineering, Construction and Architectural Management*, 25(1), 1–9.
- Rubiana, I., Mulyana, F. R., Herliana, M. N., & Soraya, N. (2021). Meningkatkan Imunitas Tubuh Melalui Senam Umum Ditengah Pandemi Covid 19. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 529–536. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v4i1.1202>
- Santika, I. G. N. N. (2020). Optimalisasi Peran Keluarga Dalam Menghadapi Persoalan Covid-19: Sebuah Kajian Literatur. *Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial*, 6(2), 127. <https://doi.org/10.23887/jiis.v6i2.28437>
- Shuddin, S. (2017). Pengaruh Keseimbangan, Daya Ledak Tungkai Dan Motivasi Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Pada Siswa SMAN 11 Maros Baru Kabupaten Maros. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 1(1), 52. <https://doi.org/10.26858/sportive.v1i1.5470>
- Suandiana, I. G. A., Artanayasa, I. W., & Semarayasa, I. K. (2021). Motivasi Peserta Didik Berolahraga pada Masa Pandemi Covid-19. *Indonesian Journal of Sport & Tourism*, 3(2), 51. <https://doi.org/10.23887/ijst.v3i2.35429>
- Sultan, A., Susandi, B., Wahyudhi, E., & Iskandar, H. (2021). Sistem Pembelajaran Jarak Jauh Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (Pjok) Selama Pandemi: Keuntungan, Kendala Dan Solusi. *SPORTIVE: Journal of Physical Education, Sport and Recreation*, 5(2).
- Valerisha, A., & Putra, M. A. (2020). Pandemi Global Covid-19 Dan Problematika Negara-Bangsa: Transparansi Data Sebagai Vaksin Socio-Digital? *Jurnal Ilmiah Hubungan Internasional*, 0(0), 131–137. <https://doi.org/10.26593/jihi.v0i0.3871.131-137>
- Vermonte Philips, T. Y. W. (2020). Karakter dan Persebaran Covid-19 di Indonesia. *CSIS Commentaries*, April, 1–12.
- Wakitayanti, N. A., & Hartono, M. (2021). Motivasi dan Kesadaran Hidup Sehat Masyarakat Untuk Berolahraga pada Masa New Normal di Kota Semarang. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(1), 137–144.
- Zain, A. R., Hudah, M., & Wibisana, M. I. N. (2020). Motivasi Masyarakat Dalam Aktivitas Olahraga Rekreasi Pada Event Car Free Day Di Karesidenan Pati Tahun 2020. *Journal of Physical Activity and Sports (JPAS)*, 1(1), 53–62. <https://doi.org/10.53869/jpas.v1i1.11>