

**ANALISIS MOTIVASI MASYARAKAT DALAM AKTIVITAS
OLAHRAGA REKREASI *JOGGING* DI KAWASAN DANAU
SUMMARECON BEKASI TAHUN 2024**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



**Disusun Oleh
FIQIH FADHILAH
NPM. 202010627001**

**PROGRAM PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2024**

PERSETUJUAN SKRIPSI
ANALISIS MOTIVASI MASYARAKAT DALAM AKTIVITAS
OLAHRAGA REKREASI *JOGGING* DI KAWASAN DANAU
SUMMARECON BEKASI TAHUN 2024

Nama : Fiqih Fadhilah
Npm : 202010627001
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas : Fakultas Ilmu Pendidikan

Jakarta, ★ Agustus 2024

★ Disetujui Oleh ★

Dosen Pembimbing

Ketua Program Studi Pendidikan
Kepelatihan Olahraga



Dr. Ahmad Muchlisin Natas Pasaribu, M.Pd
NID. 1908434



Juli Candra S.Pd., M.Pd
NID. 0309079201

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Pendidikan
Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Bhayangkara
Jakarta Raya.

Judul : Analisis Motivasi Masyarakat dalam Aktivitas
Olahraga Rekreasi *Jogging* di Kawasan
Danau Summarecon Bekasi Tahun 2024

NPM : 202010627001

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Jakarta, Agustus 2024

Tim Penguji,

Ketua Penguji : Dr. Desy Tya Maya Ningrum, M. Pd.,

Penguji I : Dr. Asrori Yudha Prawira. S.Pd.,M.Pd.,

Penguji II : Dr. Ahmad Muchlisin Natas Pasaribu, M.Pd.,

Tanda Tangan

1. 

2. 

3. 

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Fiqih Fadhilah
NPM : 202010627001
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas : Ilmu Pendidikan
Judul : Analisis Motivasi Masyarakat Dalam Aktivitas

Olahraga Rekreasi *Jogging* di Kawasan
Danau Summarecon Bekasi Tahun 2024

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata dikemudian hari skripsi ini merupakan hasil membajak, maka saya bersedia langsung bertanggung jawab, sekaligus menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Jakarta, 12 Juli 2024



Fiqih Fadhilah

202010627001

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai Sivitas Akademika Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Fiqih Fadhilah
NPM : 202010627001
TTL : Bekasi, 18 Juli 2000
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas : Ilmu Pendidikan
Jenis Karya : Skripsi

Dengan pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Bhayangkara Jakarta Raya **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non Exclusive Royalty Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul: **"Analisis Motivasi Masyarakat Dalam Aktivitas Olahraga Rekreasi *Jogging* di Kawasan Danau Summarecon Bekasi Tahun 2024"** beserta perangkat yang ada (bila diperlukan). Dengan hak bebas royalti noneksklusif ini, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya berhak menyimpan, mengalih media/ formatkan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, menampilkan/ mempublikasikannya di internet atau media lain untuk kepentingan akademik tanpa perlu meminta izin saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini menjadi tanggung jawab saya pribadi.

Dengan pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 12 Juli 2024




METERAI
TEMPEL
2319ALX239461475

Fiqih Fadhilah
NPM. 202010627001

ABSTRAK

Fiqih Fadhilah. 2024. Analisis Motivasi Masyarakat Dalam Aktivitas Olahraga Rekreasi Jogging Di Kawasan Danau Summarecon Bekasi Tahun 2024. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Penelitian ini di latar belakang dengan adanya fakta bahwa olahraga rekreasi jogging menjadi salah satu olahraga pilihan masyarakat. Kawasan Danau Summarecon Bekasi merupakan salah satu titik kumpul masyarakat yang berolahraga jogging sambil berekreasi. Permasalahan yang di angkat dalam penelitian ini adalah bagaimana motivasi masyarakat dalam melakukan aktivitas olahraga rekreasi jogging di Kawasan Danau Summarecon Bekasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui motivasi masyarakat yang berolahraga jogging di Kawasan Danau Summarecon Bekasi. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif. Penelitian dilaksanakan di sekitar kawasan wisata dan rekreasi Danau Summarecon Bekasi, subyek penelitian yaitu masyarakat yang melakukan aktivitas olahraga rekreasi jogging di akhir pekan. Sumber data terdiri dari observasi, wawancara dan dokumentasi. Jumlah sampel penelitian ini sebanyak 20 responden secara acak. teknik analisis data yang digunakan adalah reduksi data, penyajian data dan penarikan simpulan.

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa motivasi masyarakat dalam melakukan aktivitas olahraga rekreasi jogging di kawasan danau summarecon bekasi di pengaruhi oleh dua faktor utama yaitu faktor instrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor instrinsik yang dimaksud dalam penelitian ini mencakup beberapa kriteria, seperti pengalaman berolahraga jogging, manfaat olahraga jogging, rekreasi, dan menghilangkan kejenuhan. Sementara itu, faktor ekstrinsik melibatkan beberapa kriteria, seperti teman/kelompok, lokasi, dan peran pemerintah. manfaat olahraga jogging menjadi kriteria paling tinggi untuk faktor intrinsik karena mayoritas responden sepakat bahwa manfaat kesehatan dan kebugaran tubuh menjadi alasan utama mereka berolahraga jogging. lokasi jogging menjadi kriteria paling tinggi untuk faktor ekstrinsik, karena Kawasan Danau Summarecon Bekasi sangat cocok untuk jogging berkat pemandangannya yang indah dan udara segar. kesimpulan dari penelitian ini yaitu faktor yang sangat mempengaruhi motivasi olahraga rekreasi jogging masyarakat adalah faktor instrinsik dan ekstrinsik.

Kata Kunci: Motivasi, *jogging*

ABSTRACT

Fiqih Fadhilah. 2024. Analysis of Community Motivation in Recreational Jogging Activities in the Summarecon Bekasi Lake Area in 2024. Thesis. Faculty of Education. Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

The research is motivated by the fact that recreational jogging is a popular choice among the public. The Danau Summarecon Bekasi area serves as a gathering point for people who engage in jogging while enjoying recreation. The research focuses on understanding the motivation of individuals participating in recreational jogging activities in the Danau Summarecon Bekasi area. This study employs a qualitative descriptive approach and is conducted around the tourist and recreational area of Danau Summarecon Bekasi. The research subjects consist of individuals who engage in recreational jogging activities during weekends. Data sources include observations, interviews, and documentation. A total of 20 randomly selected respondents participate in the study. Data analysis techniques involve data reduction, presentation, and drawing conclusions.

The research findings indicate that the motivation of individuals participating in recreational jogging in the Danau Summarecon Bekasi area is influenced by two main factors: intrinsic and extrinsic. Intrinsic factors include criteria such as jogging experience, health benefits, recreation, and stress relief. Meanwhile, extrinsic factors involve criteria such as companionship, location, and government involvement. Health benefits rank highest among intrinsic factors, as most respondents agree that physical health and fitness are the primary reasons for jogging. Regarding extrinsic factors, the location of jogging is of utmost importance, with the Danau Summarecon Bekasi area being particularly suitable due to its beautiful scenery and fresh air. In conclusion, both intrinsic and extrinsic factors significantly impact the motivation of recreational jogging among the community.

Keywords: Motivation, jogging

KATA PENGANTAR

Penulis mengucapkan rasa syukur kepada Allah SWT atas segala anugerah dan petunjuk-Nya yang memungkinkan penulis untuk menyelesaikan skripsi berjudul “Analisis Motivasi Masyarakat Dalam Aktivitas Olahraga Rekreasi *Jogging* di Kawasan Danau Summarecon Bekasi Tahun 2024.” Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak mungkin tercapai tanpa arahan dan dukungan dari berbagai pihak yang terlibat. Dengan demikian, penulis ingin mengungkapkan rasa terima kasihnya kepada :

1. Bapak Inspektur Jenderal Polisi (Purn) Prof. Dr. Drs. H. Bambang Karsono, S.H, M.M., Ph.D., D.Crim selaku Rektor Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
2. Ibu Dra. Truly Wangsalegawa, M.A, M, Ed, Ph.D selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan dan sebagai Dosen Pembimbing Metodologi Penelitian.
3. Bapak Juli Candra S.Pd.,M.Pd selaku Kaprodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga.
4. Bapak Dr. Ahmad Muchlisin Natas Pasaribu, M.Pd selaku Dosen Pembimbing Skripsi.
5. Para Dosen dan Tata Usaha FIP Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang tidak dapat disebutkan satu persatu.
6. Teristimewa kepada kedua orang tua saya bapak Saprin dan ibu Erni Nuryanti yang selalu mendukung, memberikan semangat, motivasi serta do’a dan restu.
7. Teman-teman saya yang selalu memberi dukungan dan mendoakan saya.

Jakarta, 12 Juli 2024



Fiqih Fadhilah
202010627001

DAFTAR ISI

	Hal
PERSETUJUAN SKRIPSI	i
PENGESAHAN TIM PENGUJI	ii
LEMBAR PERNYATAAN SKRIPSI	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian	3
C. Rumusan Masalah	3
D. Tujuan Penelitian	4
E. Manfaat Penelitian	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA	5
A. Landasan Teori	5
1. Motivasi	5
2. Jenis Motivasi	6
3. Faktor Motivasi	7
4. Teori Motivasi Abraham H. Maslow	8
5. Olahraga	9
6. Jenis Olahraga	10
7. Tujuan Olahraga	14
8. Manfaat Olahraga	15
9. <i>Jogging</i>	15
10. Masyarakat	16
B. Penelitian Relevan	18
C. Kerangka Berpikir	22

BAB III METODE PENELITIAN.....	24
A. Desain Penelitian	24
B. Lokasi Penelitian.....	24
C. Instrumen Penelitian	25
D. Sumber Data	27
E. Prosedur Penelitian	27
F. Analisis Data	29
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	32
A. Hasil Penelitian.....	32
B. Pembahasan	54
BAB V PENUTUP.....	57
A. Kesimpulan.....	57
B. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN.....	65



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kerangka Berpikir.....	23
Tabel 2.2 Kisi-kisi Wawancara	25
Tabel 2.3 Instrumen Pedoman Wawancara	26



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Teori Motivasi Abraham H. Maslow	8
Gambar 2.2 Peta Lokasi Penelitian	25



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Gambar Dokumentasi Penelitian	66
Lampiran 2 Surat Izin Melakukan Penelitian	68
Lampiran 3 Surat Balasan Izin Penelitian	69
Lampiran 4 Instrumen Pedoman Wawancara	70
Lampiran 5 Validasi Ahli Untuk Instrumen Pedoman Wawancara	72
Lampiran 6 Transkrip Wawancara	78
Lampiran 7 Biodata Penulis	97

