

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga rekreasi, seperti *jogging*, telah menjadi bagian integral dari gaya hidup sehat bagi banyak orang. aktivitas ini tidak hanya memberikan manfaat fisik, tetapi juga psikologis dan sosial. kawasan wisata seringkali menjadi pilihan utama untuk melakukan aktivitas ini, terutama pada akhir pekan, karena menawarkan lingkungan yang menyenangkan dan estetik.

Kawasan wisata seperti Danau Summarecon Bekasi telah menjadi pusat aktivitas bagi masyarakat lokal, terutama bagi mereka yang mencari cara untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan mereka melalui olahraga rekreasi seperti *jogging*. Lingkungan yang indah, asri dan tenang ini tidak hanya memungkinkan individu untuk berolahraga *jogging* dalam suasana yang menenangkan, tetapi juga memberikan kesempatan untuk berinteraksi dengan orang lain dan menikmati keindahan alam, memberikan manfaat psikologis dan sosial yang signifikan.

Olahraga rekreasi, seperti *jogging*, telah menjadi olahraga favorit bagi banyak orang, terutama masyarakat di Kota Bekasi. akhir pekan dan hari libur penulis sering melihat banyak masyarakat berbondong-bondong ke Danau Summarecon Bekasi untuk *berjogging*, biasanya di pagi dan sore hari. Ini mencerminkan peningkatan kesadaran masyarakat tentang pentingnya olahraga dan gaya hidup sehat, serta keinginan mereka untuk melakukan aktivitas ini dalam lingkungan yang mendukung dan memotivasi. oleh karena itu, *jogging* di Danau Summarecon Bekasi telah menjadi bagian integral dari budaya dan gaya hidup masyarakat setempat.

Aktivitas *Jogging* yang dilakukan di kawasan Danau Summarecon Bekasi itu bukan semata mata meningkatkan kesehatan dan kebugaran tubuh, banyak ditemui masyarakat yang datang ke kawasan tersebut hanya untuk sekedar mengisi waktu luang di hari *weekend*. Kebanyakan individu yang sudah berpakaian olahraga tidak sepenuhnya melakukan aktivitas *jogging*, melainkan hanya sekedar berkumpul dengan teman dan keluarga. *Jogging* sendiri memiliki

arti yang berbeda-beda bagi setiap individu, ada yang mengatakan *jogging* dapat membuat tubuh dan pikiran menjadi lebih fresh, menyenangkan, dan hanya untuk bersenang-senang. beberapa masyarakat yang ada di kawasan danau Summarecon Bekasi mengatakan bahwa ketika *jogging* bisa mengeluarkan keringat maka beban pikirannya dapat berkurang dan banyak yang melakukan *jogging* hanya sekedar ikut-ikutan, ajakan dari teman ataupun keluarga.

Mereka senang dan antusias dalam berolahraga *jogging* di kawasan Danau Summarecon Bekasi di hari libur atau akhir pekan. anggapan tersebut didapat ketika penulis melakukan observasi wawancara kepada individu dan kelompok pengunjung dengan pertanyaan tentang perasaan ketika melakukan olahraga *jogging* di Kawasan Danau Summarecon Bekasi pada tanggal 27 & 28 April 2024.

Dari hasil data observasi wawancara dengan 6 individu, dan 4 kelompok pengunjung di Kawasan Danau Summarecon Bekasi yang melakukan olahraga *jogging*, 2 individu tidak menyukai olahraga *jogging* dan 4 individu dan 4 kelompok pengunjung menyukai karena kegiatan olahraga *jogging* di hari libur atau akhir pekan bisa untuk refreshing dan juga untuk berolahraga serta baik untuk kesehatan.

Berdasarkan pernyataan data di atas dapat disimpulkan bahwa rata-rata masyarakat melakukan aktivitas olahraga *jogging* sekaligus berekreasi pada saat hari libur yaitu kegiatan yang berhubungan dengan olah tubuh maupun olah fisik untuk memenuhi kebutuhan jasmani sehingga dapat meningkatkan kebugaran jasmani, meningkatkan imunitas tubuh serta dapat menerapkan pola hidup sehat dengan memanfaatkan hari libur.

Kawasan Danau Summarecon Bekasi, sebagai salah satu destinasi populer, telah menarik banyak pengunjung untuk berolahraga, khususnya *jogging*. namun, motivasi di balik partisipasi masyarakat dalam aktivitas ini di Danau Summarecon Bekasi masih belum jelas dan perlu diteliti lebih lanjut.

Penelitian tentang motivasi dalam olahraga dan rekreasi telah menunjukkan bahwa alasan individu atau kelompok berpartisipasi dalam aktivitas ini sangat bervariasi, mulai dari peningkatan kesehatan dan kebugaran, hingga interaksi sosial dan apresiasi terhadap alam (Prabowo, 2022). Namun, penelitian yang berfokus pada motivasi masyarakat dalam berpartisipasi dalam *jogging* akhir

pekan di kawasan rekreasi atau wisata seperti Danau Summarecon Bekasi masih sangat terbatas.

Dalam konteks olahraga rekreasi *jogging* di Danau Summarecon Bekasi, terdapat beberapa masalah yang telah diidentifikasi. Pertama, ada kurangnya pemahaman tentang apa yang mendorong masyarakat untuk berpartisipasi dalam aktivitas ini. Meskipun *jogging* telah menjadi aktivitas populer, motivasi di balik partisipasi masyarakat masih belum jelas. Kedua, penelitian yang berfokus pada motivasi masyarakat dalam berpartisipasi dalam *jogging* akhir pekan di kawasan wisata seperti Danau Summarecon Bekasi masih sangat terbatas. Ketiga, pertanyaan tentang bagaimana Danau Summarecon Bekasi dan tempat-tempat serupa lainnya dapat merancang dan mengimplementasikan strategi yang efektif dalam mempromosikan partisipasi masyarakat dalam olahraga rekreasi juga menjadi pertanyaan penting. dengan mengetahui dan memahami masalah-masalah ini, diharapkan dapat memberikan solusi dan rekomendasi yang efektif.

Maka dari itu penulis mengangkat sebuah permasalahan penelitian tentang **“Analisis Motivasi Masyarakat Dalam Aktivitas Olahraga Rekreasi *Jogging* Akhir Pekan di Kawasan Danau Summarecon Bekasi Tahun 2024”**.

B. Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini adalah untuk memahami motivasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga rekreasi *jogging* akhir pekan di Kawasan Danau Summarecon Bekasi.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas maka permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah “Bagaimana motivasi masyarakat dalam melakukan aktivitas olahraga rekreasi *jogging* akhir pekan di Kawasan Danau Summarecon Bekasi Tahun 2024?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana motivasi masyarakat dalam melakukan aktivitas olahraga rekreasi *jogging* akhir pekan di Kawasan Danau Summarecon Bekasi.

E. Manfaat Penelitian

Dalam kegiatan penelitian yang dilakukan diharapkan dapat diambil manfaat secara langsung atau tidak langsung, diantaranya :

1. Teoritis

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi ilmiah pada kajian tentang olahraga rekreasi, dan juga diharapkan mampu menjadi referensi untuk penelitian yang sejenis.

2. Praktis

- a. Pihak Pengelola Tempat : Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat melalui analisis yang dipaparkan pada pihak yang bergelut dalam kegiatan olahraga di kawasan rekreasi untuk pengembangan sarana dan prasarana tempat berolahraga masyarakat.
- b. Masyarakat : dapat memberikan gambaran manfaat berolahraga melalui analisis yang dijelaskan tentang olahraga *jogging* sambil berekreasi.
- c. Peneliti : Diharapkan dapat memberikan pemahaman tentang bagaimana motivasi masyarakat terhadap olahraga *jogging* sekaligus berekreasi serta tingkat antusias masyarakat dalam berolahraga *jogging* akhir pekan di Kawasan Danau Summarecon Bekasi.