



## Survei Minat Mahasiswa Olahraga Untuk Melakukan Aktivitas Olahraga Saat Pandemi Covid-19

Arief Khalid Mawardi

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

E-mail: [ariefkhld@gmail.com](mailto:ariefkhld@gmail.com)

**Menerima:** Tgl, Bulan, Tahun; **Revisi:** Tgl, Bulan, Tahun; **Diterima:** Tgl, Bulan, Tahun  
<https://doi.org/10.24036/MensSana.08012023.07>

### Abstrak

Corona Virus Disease (COVID-19) adalah jenis virus baru yang menular pada manusia dan menyerang gangguan system pernapasan sampai berujung pada kematian. Keadaan ini membuat masyarakat Indonesia terkhusus untuk mahasiswa olahraga terbatas untuk melakukan aktivitas olahraga diluar ruangan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui minat mahasiswa olahraga untuk melakukan aktivitas olahraga saat masa pandemic covid-19. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif dengan partisipan mahasiswa olahraga seluruh Indonesia. Hasil penelitian ini menunjuk bahwa minat mahasiswa untuk melakukan aktivitas olahraga di masa pandemic covid-19 pada persentase 77,3% dan ini dikategorikan tinggi.

**Kata Kunci:** Covid-19, survei minat, aktivitas olahraga.

### Abstract

*Corona Virus Disease (COVID-19) is a new type of virus that is transmitted to humans and attacks respiratory system disorders until it leads to death. This situation makes Indonesian people especially for sports students limited to doing outdoor sports activities. The purpose of this study was to determine the interest of sports students in carrying out sports activities during the Covid-19 pandemic. This study used a qualitative descriptive research method with sports student participants throughout Indonesia. The results of this study indicate that the interest of students to do sports during the Covid-19 pandemic is at a percentage of 77.3% and this is categorized as high.*

**Keywords:** Covid-19, interest survey, sports activity.

### PENDAHULUAN

Corona Virus Disease (COVID-19) adalah jenis virus baru yang menular pada manusia dan menyerang gangguan system pernapasan sampai berujung pada kematian (Thalia, 2020). Tanda-tanda umum orang terinfeksi virus ini adalah demam di atas 38 0 C, batuk, sesak, dan susah bernapas.

Virus ini berawal dari kota Wuhan, China yang diduga ditularkan melalui hewan kepada manusia, Virus tersebut menyebar sangat cepat hingga sampai pada Indonesia. Dilansir dari laman CNN, kasus pertama COVID-19 di Indonesia terjadi pada 1 maret 2020 dengan 2 pasien dari Depok yang terjangkit virus tersebut karena berinteraksi dengan warga Jepang.

Virus tersebut juga dengan cepat menyebar diseluruh daerah Indonesia hingga diketahui saat ini 26 Maret warga Indonesia yang positif COVID-19 berjumlah 893 orang

dengan 78 meninggal, dan 35 sembuh. Semakin hari banyak informasi yang menyebar perihal COVID-19, dari informasi hoax hingga informasi yang bersifat resmi dan akurat.

Keadaan ini membuat mahasiswa merasa cemas dan banyak menimbulkan respon negatif seperti terobsesi untuk tetap dirumah atau dikost tanpa melakukan aktivitas fisik karena covid (Zulva, 2013).

Perkembangan dan modernisasi budaya yang tidak bisa dihindari menuntut manusia untuk terus bergerak dan disibukkan dengan aktivitasnya.

Aktivitas- aktivitas tersebut tidak lepas dari perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang semakin maju. Sekarang ini kegiatan yang dapat dikerjakan oleh manusia sebagian besar telah diambil alih oleh mesin.

Hal ini kerap kali dapat membuat kurangnya gerak atau bahkan salah gerak

pada manusia, kurangnya gerak ini semakin diperparah seiring dengan berkembangnya *gadget* yang membuat manusia bermalas-malasan dan asik sendiri dengan fitur-fitur yang memanjakan mata penggunanya, sehingga mereka enggan untuk bergerak.

Olahraga itu sendiri merupakan aktivitas fisik atau serangkaian gerak raga yang dilakukan secara sistematis, teratur, terencana, dan berlanjut sehingga mencapai tujuan tertentu. Seperti halnya makan, olahraga juga merupakan suatu kebutuhan hidup yang sifatnya periodik, artinya olahraga sebagai alat untuk memelihara dan membina kesehatan yang tidak dapat ditinggalkan.

Selain itu, olahraga merupakan alat untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kesehatan jasmani, rohani, dan sosial. Menurut Cholik Toho Mutohir,dkk. (2011:2) Olahraga yang kita lihat sekarang atau yang kita praktikkan bersama-sama bukan sekedar ajang untuk memperoleh medali, bukan ajang untuk adu otot, dan juga bukan semata-mata untuk meraih prestasi namun lebih dalam dari itu yakni sebagai sarana untuk meningkatkan dan mengembangkan sumber daya manusia yang lebih baik lagi, kualitas hidup yang makin baik, seperti peningkatan kesehatan fisik, mental, sosial dan emosional.

## METODE

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui minat mahasiswa olahraga melakukan aktivitas olahraga di era pandemi covid-19. Dalam penelitian ini pendekatan yang digunakan adalah melalui pendekatan kuantitatif.

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa olahraga diseluruh Indonesia. Instrument dalam penelitian menggunakan instrument kuesioner. Setelah semua data terkumpul kemudian menganalisis data yang telah diperoleh sehingga berdasarkan data tersebut dapat ditarik kesimpulan dengan menggunakan teknik analisis data deskriptif.

Sedangkan perhitungan angka kuesioner menggunakan teknik persentase dengan rumus sebagai berikut:  $P = \frac{F}{N} \times 100$

Keterangan: P = Angka persentase F = Jumlah frekuensi jawaban responden N = Jumlah subjek/individu

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Kegiatan olahraga pada umumnya lebih dominan dilakukan pada saat hari libur dan akhir pekan di ruang terbuka dan dilakukan secara bersama-sama,

Hasil kuesioner tentang minat mahasiswa olahraga untuk melakukan aktivitas olahraga di saat pandemic covid-19, data dapat di deskripsikan sebagai berikut:

1. Indikator perhatian (*attention*) yaitu pernyataan angket nomor 1 dengan skor 164, pernyataan angket nomor 3 dengan skor 165, pernyataan angket nomor 8 dengan skor 190, pernyataan nomor angket 9 dengan skor 182, pernyataan angket nomor 26 dengan skor 193 dan keseluruhan data mentah 894 seharusnya = 1200.
2. Indikator ketertarikan (*interest*) yaitu pernyataan angket nomor 2 dengan skor 178, pernyataan angket nomor 16 dengan skor 162, pernyataan angket nomor 19 dengan skor 175, pernyataan angket nomor 27 dengan skor 167, pernyataan angket nomor 6 dengan skor 146, pernyataan angket nomor 7 dengan skor 182, pernyataan angket nomor 17 dengan skor 193 keseluruhan data mentah 1203 seharusnya =1680.
3. Indikator keinginan (*desire*) yaitu pernyataan angket nomor 4 dengan skor 192, pernyataan angket nomor 5 dengan skor 168, pernyataan angket nomor 18 dengan skor 193, pernyataan angket nomor 20 dengan skor 206, pernyataan nomor 30 dengan skor 180, pernyataan nomor 31 dengan skor 179 keseluruhan data mentah 1118 seharusnya =1440.
4. Indikator keyakinan (*conviction*) yaitu pernyataan nomor 11 dengan skor 188, pernyataan nomor 14 dengan skor 202, pernyataan nomor 21 dengan skor 199, pernyataan nomor 24 dengan skor 180, pernyataan nomor 28 dengan skor 203 keseluruhan data mentah 972 seharusnya =1200.
5. Indikator keputusan (*decision*) yaitu pernyataan nomor 10 dengan skor 195, pernyataan nomor 12 dengan skor 209, pernyataan nomor 13 dengan skor 183, pernyataan nomor 23 dengan skor 198, pernyataan nomor 29 dengan skor 193 keseluruhan data mentah 978 seharusnya =1200.



6. Indikator tindakan (action) yaitu pernyataan nomor 15 dengan skor 175, pernyataan nomor 22 dengan skor 206, pernyataan

nomor 25 dengan skor 198, pernyataan nomor 35 dengan skor 167 keseluruhan data mentah 746 seharusnya =960.

## Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat minat mahasiswa olahraga melakukan aktivitas olahraga disaat pandemic covid-19 dengan enam indikator termasuk ke dalam kategori tinggi sebesar 77,3%. Hasil tersebut diperoleh dari rata-rata dari setiap sub-variabel.

Minat mahasiswa olahraga melakukan aktivitas olahraga disaat pandemic covid-19 ditinjau dari aspek perhatian (attention), diperoleh persentase sebesar 74,5% dengan kategori tinggi.

Ini bisa dilihat dari rata-rata mereka adalah atlet yang baik dalam olah-raga. Karena dengan menjadi seorang atlet mereka terdorong untuk menjaga fisik dengan aktivitas olahraga tersebut.

Minat mahasiswa olahraga melakukan aktivitas olahraga disaat pandemic covid-19 ditinjau dari aspek ketertarikan (interest), diperoleh persentase sebesar 71,6% dengan kategori tinggi.

Untuk kemajuan yang maksimal dan bisa melakukan gerakan dalam olahraga pada dasarnya didasari atas perasaan senang yang mereka miliki terhadap olahraga, dengan keikutsertaan mereka dalam melak-sanakan olahraga maka hobi mereka akan tersalurkan,

Minat mahasiswa olahraga melakukan aktivitas olahraga disaat pandemic covid-19 ditinjau dari aspek keinginan (desire), diperoleh persentase sebesar 77,3% dengan kategori tinggi.

Minat mahasiswa olahraga melakukan aktivitas olahraga disaat pandemic covid-19 ditinjau dari aspek keyakinan (conviction), diperoleh persentase sebesar 81% dengan kategori sangat tinggi.

Minat mahasiswa olahraga melakukan aktivitas olahraga disaat pandemic covid-19 ditinjau dari aspek keputusan (decision), diperoleh persentase sebesar 81,5% dengan kategori sangat tinggi.

Minat mahasiswa olahraga melakukan aktivitas olahraga disaat pandemic covid-19 ditinjau dari aspek tindakan (action), diperoleh persentase sebesar 77,7% dengan kategori tinggi.

## KESIMPULAN

Berdasarkan kesimpulan dari enam indikator minat maka dapat ditarik kesimpulan secara keseluruhan bahwa minat mahasiswa olahraga melakukan aktivitas olahraga disaat pandemic covid-19 secara keseluruhan sebesar 77,3%, dan dikategorikan tinggi.

Hal ini dikarenakan minat mahasiswa olahraga melakukan aktivitas olahraga disaat pandemic covid-19 memiliki minat yang tinggi, ketertarikan mahasiswa olahraga melakukan aktivitas olahraga disaat pandemic covid-19 sangat tinggi, perhatian mahasiswa olahraga melakukan aktivitas olahraga disaat pandemic covid-19 sangat tinggi, kebutuhan mahasiswa olahraga melakukan aktivitas olahraga disaat pandemic covid-19 tinggi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus, A. (2010). *Pentingnya Peran Olaharaga Dalam Menjaga Kesehatan Dan Kebugaran Tubuh*. (November), 1–11.
- Abdul Rahman Shaleh & Muhib Abdul Wahab. 2004. *Psikologi Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam*. Jakarta: Prenanda Media
- Atikah Proverawati dan Eni Rahmawati. 2012. *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Yogyakarta. Noha Medika
- Djamarah, Syaiful Bahri. 2008. *Psikologi Belajar*. (Edisi 2). Jakarta : Rineka Cipta Husdarta. 2010. *Psikologi Olahraga*. Alfabeta
- Husdarta. 2010. *Sejarah dan Filsafat Olahraga*. Alfabeta
- index @ nrspani.blogspot.com*. (n.d.). Retrieved from <http://nrspani.blogspot.com/>
- Irianto, Djoko Pekik. 2004. *Pedoman Praktis Berolahraga Untuk Kebugaran dan Kesehatan*. Yogyakarta. ANDI
- Koentjaraningrat. 2009. *Pengantar Ilmu Antropologi*. Jakarta : PT. Rineka

Cipta Kravitz, Len. 2001. *Panduan Lengkap Bugar Total*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Lampiran Undang-Undang Republik Indonesia No.3 Th.2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional

Muhamad Murni dan Yudha M.S. 2000. *Pendidikan Rekreasi*. Dekdikbud

Mutohir, Toho Cholik dan Ali Maksum, 2007. *Sport Development Index*. Kemenpora

Mutohir, Toho Cholik dkk. 2011. *Berkarakter dengan berolahraga berolahraga dengan berkarakter*. sport media.

Rusli Lutan. 2003. *Menuju Sehat Bugar*. Jakarta Pusat: Direktorat Jenderal Olahraga, Depdiknas