

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berkembangnya zaman yang semakin modern menuntut masyarakat untuk terus bergerak, semakin padatnya aktivitas membuat sebagian masyarakat mengabaikan dan kurang memperhatikan masalah berolahraga. Seperti yang dikemukakan oleh Diego (2015), dewasa ini seiring perkembangan globalisasi yang menuntut etos kerja tinggi tidak dapat dipungkiri bahwa manusia akan semakin disibukkan dengan rutinitas harian mereka, sehingga pikiran dan kebugaran tubuh seakan tersita.

Kesehatan dan kesejahteraan adalah untuk semua orang, terlepas dari pendapatan, usia, atau jenis kelamin, kesehatan merupakan komponen penting dari pembangunan berkelanjutan (Nation, 2015). Untuk dapat menunjang kesehatan dalam kehidupan sehari-hari, perlu dilakukannya upaya dan tindakan. Upaya untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan yang bertujuan untuk mewujudkan derajat kesehatan masyarakat yang optimal. Upaya kesehatan dilakukan dengan strategi pemeliharaan, peningkatan kesehatan, pencegahan penyakit, penyembuhan penyakit, dan pemulihan kesehatan, yang dilakukan secara menyeluruh, terpadu, dan terus-menerus. Pendekatan tersebut dilaksanakan untuk bukan hanya menggerakkan, tetapi juga untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dalam berolahraga (Prasetyo, 2013).

Masyarakat kini cenderung menyukai olahraga yang flexibel. Aktifitas olahraga praktis sering kali dilakukan sebagai bentuk usaha untuk menjaga kebugaran. Hal ini berjalan seiring kebutuhan masyarakat yang serba ingin cepat dalam menjalankan aktifitas. Jenis aktifitas ini tidak bersifat baku seperti olahraga pada umumnya, akan tetapi lebih mengarah pada aktifitas yang menyenangkan. Prakteknya yang lebih bebas dan sederhana, membuat aktifitas ini dapat memanfaatkan sarana yang sesuai kebutuhan dan mendukung olahraga tersebut, termasuk sarana ruang terbuka publik. Ruang terbuka publik merupakan sarana yang direncanakan karena kebutuhan akan tempat pertemuan masyarakat di ruang terbuka. Sarana ini mengakomodasi masyarakat luas untuk dapat melakukan berbagai aktifitas, baik fisik maupun sosial. (Satriawan, 2015)

Ruang terbuka publik adalah tempat utama yang mendukung masyarakat dan komunitas untuk aktif secara fisik. Ketidak aktifan secara fisik adalah faktor terbesar untuk penyakit tidak menular (Woodcock, Edwards, Tonne, & al, 2009) (Miriam Reiner, 2013). Kurangnya aktifitas fisik telah diidentifikasi sebagai urutan ke-4 faktor risiko kematian global sebesar 6% kematian (Organization, Global Strategy on Diet, Physical Activity, and Health, 2010). Kesempatan untuk melakukan kegiatan fisik secara rutin diketahui telah menurun selama beberapa tahun terakhir, terutama bagi masyarakat di kota. Oleh karena itu, masyarakat kota harus menemukan cara untuk mengisi waktu luang mereka dengan melakukan aktivitas fisik.

Sebelumnya, terdapat banyak penelitian yang meneliti kendala, dan hambatan dalam memanfaatkan ruang terbuka publik. Alasan umum masyarakat tidak terlibat dalam kegiatan yang ada di ruang terbuka publik yaitu kurangnya waktu, uang,

kesehatan pribadi, kurangnya informasi, transportasi dan akses, masalah keamanan, pemeliharaan, tidak banyaknya fasilitas yang tersedia di ruang terbuka publik, dan kurangnya teman untuk beraktivitas. Dalam jurnal Ariane L. Bedimo-Rung, PhD., dkk. (2005) menemukan bahwa cara untuk meminimalisir kendala yang paling banyak dipilih adalah dengan membuat ruang terbuka publik lebih aman, memberikan lebih banyak informasi mengenai ruang terbuka publik, dan membangun ruang terbuka publik lebih dekat dengan rumah.

Kota Depok merupakan salah satu kota yang memiliki ruang terbuka publik yang dimanfaatkan sebagai sarana olahraga. Mempunyai luas sekitar 200,29 Ha dengan koordinat $6^{\circ} 19' 00'' - 6^{\circ} 28' 00''$ lintang selatan dan $106^{\circ} 43' 00'' - 106^{\circ} 55' 30''$ bujur timur, dengan jumlah penduduk sebanyak 2,48 juta jiwa (BPS, 2020). Kota di Propinsi Jawa Barat yang berbatasan langsung dengan Kota Jakarta dan Kabupaten Bogor membuat Kota Depok menjadi kota yang strategis menjadi tempat tinggal (Umum, 2014). Lembah gurame, taman merdeka, lapangan merpati, dan alun-alun kota Depok adalah contoh ruang terbuka hijau yang ada di Depok. Alun-alun merupakan salah satu ruang terbuka publik dengan fasilitas sarana olahraga terlengkap di Kota Depok. Alun-alun memiliki fasilitas olahraga, seperti lapangan futsal, lapangan basket, BMX park, skate park, jogging track, outdoor gym, dan wahana wall climbing.

Seiring berjalannya waktu dengan berkembangnya fasilitas ruang terbuka publik di Kota Depok, sebagai sarana yang murah dan menyenangkan. Diharapkan berbanding lurus dengan berkembangnya angka kesehatan dan kebugaran masyarakat, terutama masyarakat Kota Depok.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Sebagian masyarakat mengabaikan dan kurang memperhatikan masalah berolahraga
2. Sebagian masyarakat belum terlibat dalam kegiatan yang ada di ruang terbuka publik
3. Alun-alun Kota Depok merupakan salah satu ruang terbuka publik yang dibangun untuk mendukung aktivitas fisik masyarakat Kota Depok
4. Masyarakat cenderung berolahraga di lingkungan tempat tinggal mereka
5. Faktor eksternal dapat menjadi pertimbangan masyarakat mengunjungi ruang terbuka publik
6. Masyarakat umum cenderung menyukai olahraga yang sederhana dan menyenangkan
7. Aktifitas olahraga yang praktis sering kali dilakukan masyarakat sebagai bentuk usaha untuk menjaga kebugaran
8. Masyarakat pada umumnya belum menganggap serius pentingnya berolahraga untuk menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh berdasarkan intensitas dalam melakukan olahraga
9. Kurangnya aktifitas fisik dan kebugaran tubuh akan menyebabkan kerugian dimasa yang akan datang

C. Batasan Masalah

Agar permasalahan dalam penelitian ini tidak menjadi luas, maka peneliti memberikan pembatasan masalah yaitu :

Gambaran minat masyarakat terhadap pemanfaatan ruang terbuka publik sebagai tempat berolahraga di alun-alun Kota Depok.

D. Perumusan Masalah

1. Bagaimana peran ruang terbuka publik mendukung aktivitas fisik masyarakat Kota Depok?
2. Berapa banyak masyarakat yang menggunakan fasilitas alun-alun Kota Depok?
3. Apakah frekuensi penggunaan alun-alun berkaitan dengan jarak tempat tinggal masyarakat?
4. Apakah faktor eksternal mempengaruhi masyarakat untuk mengunjungi alun-alun Kota Depok?
5. Aktivitas apa yang paling sering dilakukan oleh masyarakat saat berada di alun-alun Kota Depok?
6. Berapa besar intensitas yang dilakukan masyarakat saat beraktivitas di alun-alun Kota Depok?
7. Fasilitas apa yang diinginkan masyarakat untuk meningkatkan kebugaran fisik mereka?

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis
 - a. Bagi masyarakat, diharapkan dapat memberikan tambahan wawasan dan sarana alternatif untuk berolahraga dengan memanfaatkan fasilitas publik.
 - b. Bagi pelaku olahraga, sebagai salah satu sarana untuk mengajak masyarakat senantiasa menjaga kebugaran tubuh.

2. Manfaat Teoritis

Perkembangan ilmu olahraga secara keseluruhan dan mengetahui gambaran minat masyarakat Depok dalam memanfaatkan ruang terbuka publik sebagai tempat berolahraga dari berbagai golongan sehingga dapat menjadi acuan, saran, dan bahan evaluasi bagi berbagai pihak.

