

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Agenda 2030 untuk Pembangunan Berkelanjutan (*the 2030 Agenda for Sustainable Development* atau *SDGs*) adalah kesepakatan pembangunan baru yang mendorong perubahan-perubahan yang bergeser ke arah pembangunan berkelanjutan yang berdasarkan hak asasi manusia dan kesetaraan untuk mendorong pembangunan sosial, ekonomi dan lingkungan hidup. SDGs/TPB diberlakukan dengan prinsip-prinsip universal, integrasi dan inklusif untuk meyakinkan bahwa tidak akan ada seorang pun yang terlewatkan atau *“No-one Left Behind”*. SDGs terdiri dari **17 Tujuan dan 169 target** dalam rangka melanjutkan upaya dan pencapaian Millenium



Development Goals (MDGs) yang berakhir pada tahun 2015 lalu.

Gambar 1.1 Tujuh Belas Tujuan dalam *Sustainable Development Goals*

(Sumber: <https://sdgs.un.org/goals>)

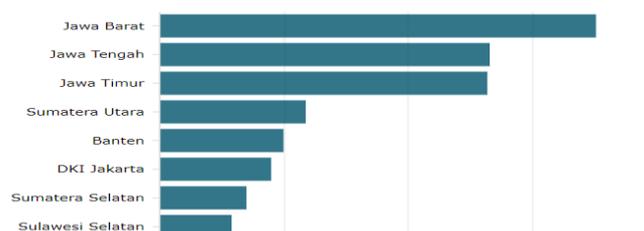
Menelaah dari ke 17 poin SDG's tersebut, penelitian ini berfokus kepada dua (2) poin, yaitu poin nomor 4 (*Quality Education*) atau Kualitas Pendidikan dan nomor 3 (*Good Health and Well Being*) atau kehidupan yang sehat dan sejahtera. Dimana poin ke 4 yakni membahas tentang kualitas Pendidikan Indonesia yang saat ini masih jauh dari kata sempurna, di tinjau dari angka literasi, UNESCO menyebutkan Indonesia urutan kedua dari bawah soal literasi dunia, artinya minat baca sangat rendah. Menurut data UNESCO, minat baca masyarakat Indonesia sangat memprihatinkan, hanya 0,001%. Artinya, dari 1,000 orang Indonesia, cuma 1 orang yang rajin membaca. Riset berbeda bertajuk *World's Most Literate Nations Ranked* yang dilakukan oleh *Central Connecticut State University* pada Maret 2016 lalu, Indonesia dinyatakan menduduki peringkat ke-60 dari 61 negara soal minat membaca, persis berada di bawah Thailand (59) dan di atas Botswana (61). Padahal, dari segi penilaian infrastruktur untuk mendukung membaca, peringkat Indonesia berada di atas negara-negara Eropa (Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia, 2017).

Disisi lain, 60 juta penduduk Indonesia memiliki gadget, atau urutan kelima dunia terbanyak kepemilikan gadget. Lembaga riset *digital marketing Emarketer* memperkirakan pada 2018 jumlah pengguna aktif *smartphone* di Indonesia lebih dari 100 juta orang. Dengan jumlah sebesar itu, Indonesia akan menjadi negara dengan pengguna aktif *smartphone* terbesar keempat di dunia setelah Cina, India, dan Amerika.

Ironisnya, meski minat baca buku rendah tapi data *wearesocial* per Januari 2017 mengungkap orang Indonesia bisa menatap layar gadget kurang lebih 9 jam perhari. Tidak heran dalam hal kecerewetan di media sosial orang Indonesia berada di urutan ke 5 dunia. Dan DKI Jakarta menjadi kota paling cerewet di dunia maya karena sepanjang hari aktivitas kicauan dari akun *Twitter* yang berdomisili di ibu kota Indonesia ini paling padat melebihi Tokyo dan New York. (Riset Semiocast, 2017).

Pada era revolusi industri 4.0 menyemarakkan gaya hidup masyarakat yang serba digital adalah hal yang terbilang mudah. Kemajuan teknologi dan ilmu pengetahuan membuat digitalisasi berbagai media begitu adaptif bagi kehidupan manusia. Sejauh ini sudah banyak *platform* ataupun aplikasi di bidang keuangan, transportasi, kuliner, akomodasi, penerbangan, pendidikan, kebudayaan, hiburan, kesehatan, dan olahraga. Dunia olahraga tak kalah ramainya di berbagai aplikasi. Dewasa ini, *digital platform* atau aplikasi lebih diterima oleh masyarakat luas, terutama bagi pengguna *gadget*. Pengakses internet sudah banyak digemari penduduk Indonesia. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) mencatat jumlah pengguna internet per kuartal II 2020 berjumlah 196,7 juta orang (Dessy Setyowati, 2020). Banyaknya pengguna internet sebuah peluang tinggi bergerak di sentra digital.

Jumlah Pengguna Internet Berdasarkan Provinsi
Sumber : Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), 9 November 2020



Gambar 1.2 Jumlah Pengguna Internet berdasarkan provinsi
(sumber : <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2020/11/11/jumlah-pengguna-internet-di-indonesia-capai-1967-juta>)

Dengan lebih aktifnya masyarakat Indonesia dalam berselancar di media sosial, hingga menyita waktu rata-rata 9 jam perhari, maka dapat dipastikan masyarakat Indonesia kurang dalam aktivitas fisik, ataupun bergerak, yang menyebabkan kurangnya kebugaran atau mudah lelah dalam beraktifitas, hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian dari (Kementerian PPN/Bappenas, 2016) yang menempatkan Indonesia hanya berada pada peringkat 91 dari 169 negara di dunia dari segi kesehatan. Sedangkan dari sisi kebugaran berdasarkan data Sport Development Index (SDI) tahun 2006 diketahui bahwa tingkat kebugaran masyarakat Indonesia masih belum memuaskan (Mutohir & Maksun, 2007) data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) 2013 menunjukkan tingkat kebugaran masyarakat Indonesia masih rendah. Tercatat, hanya 17% populasi yang memiliki derajat kebugaran jasmani tergolong baik. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa Indonesia masih memiliki permasalahan yang serius terhadap kesehatan nasional khususnya dalam segi kebugaran jasmani.

Kesehatan merupakan salah satu unsur penting dalam pembangunan berkelanjutan (*Sustainable Development Goals*) khususnya nomor 3, yaitu memastikan kehidupan yang sehat dan mendukung kesejahteraan bagi semua untuk semua. Pembangunan kesehatan diarahkan untuk

meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar peningkatan derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya. Pembangunan kesehatan diselenggarakan dengan berdasarkan pada perikemanusiaan, pemberdayaan dan kemandirian, adil dan merata, serta pengutamakan dan manfaat dengan perhatian khusus pada penduduk rentan, antara lain ibu, bayi, anak lanjut usia dan keluarga miskin (Dinas Kesehatan Kota Surabaya, 2020).

Permasalahan kesehatan di Indonesia terbilang cukup miris untuk diperhatikan. Selain itu, pada awal tahun 2020 Indonesia dilanda bencana wabah covid-19. Dimana agar terhindar dari wabah tersebut masyarakat harus memiliki imun yang kuat, salah satunya dengan berolahraga. Di sisi lain, jumlah penduduk Indonesia yang aktif berolahraga persentasenya tercatat baru mencapai 35,7% dari keseluruhan jumlah penduduk di Indonesia atau setara dengan 92,8 juta jiwa dari 260 juta jiwa (Kemenpora, 2018). Data ini menunjukkan bahwa partisipasi secara aktif masyarakat Indonesia dalam berolahraga masih tergolong rendah.

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik tahun 2015, angka partisipasi masyarakat Indonesia untuk melakukan olahraga hanya sebesar 27,6%. Hal ini berarti dari 100 penduduk Indonesia berumur 10 tahun ke atas, hanya sekitar 28 orang yang aktif berpartisipasi dalam kegiatan olahraga, sedangkan 72 orang lainnya tidak rutin berolahraga (Databoks, 2016). Fenomena ini menunjukkan bahwa partisipasi masyarakat Indonesia dalam berolahraga secara umum relatif masih rendah. Rendahnya angka

partisipasi masyarakat Indonesia dalam berolahraga berakibat pada rendahnya kualitas kesehatan nasional. Kondisi ini cukup memprihatinkan mengingat olahraga merupakan salah satu kegiatan yang menunjang kesehatan. Masih rendahnya partisipasi olahraga mengindikasikan bahwa masyarakat belum sepenuhnya menyadari pola hidup sehat melalui olahraga.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mencanangkan sebuah ide yang mengajak masyarakat untuk hidup sehat yaitu Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) yang dimana bertujuan untuk memasyarakatkan **budaya hidup sehat** serta meninggalkan kebiasaan dan perilaku masyarakat yang kurang sehat. Aksi GERMAS ini juga diikuti dengan memasyarakatkan **perilaku hidup bersih sehat** dan dukungan untuk program infrastruktur dengan basis masyarakat. Dan Setidaknya terdapat 7 langkah penting dalam rangka menjalankan *Gerakan Masyarakat Hidup Sehat*.

Pertama ialah melakukan aktifitas fisik, kedua makan buah dan sayur, ketiga tidak merokok, keempat tidak mengonsumsi minuman beralkohol, kelima melakukan cek kesehatan berkala, keenam menjaga kebersihan lingkungan, dan terakhir yang ketujuh ialah menggunakan jamban.

Dari ke tujuh poin GERMAS tersebut, satu yang menjadi poin penting sejalan dalam penelitian ini ialah poin yang pertama yaitu melakukan aktivitas fisik. Karena Seiring berkembang dan pesatnya zaman yang setiap pekerjaannya semakin cepat dan juga membutuhkan energi yang banyak

untuk melakukan setiap aktifitas, dari satu aktifitas ke aktifitas berikutnya, oleh karena itu kebugaran sangat dibutuhkan di era yang serba cepat ini, agar terlaksananya berbagai aktifitas tanpa merasakan kelelahan yang berarti.

Komponen – komponen kebugaran jasmani diantaranya ialah : kekuatan (*strength*), kecepatan (*speed*), kelincahan (*agility*), daya tahan (*endurance*), daya ledak (*power*), kordinasi (*coordination*), keseimbangan (*balance*), dan kelentukan (*flexibility*), dari komponen tersebut maka dapat kita ketahui bahwa betapa pentingnya tingkat kebugaran jasmani bagi seseorang untuk dimiliki, juga merupakan tuntutan dalam kehidupan sehari-hari untuk melakukan aktivitas.

Oleh karena itu, penelitian ini menghadirkan sebuah solusi berupa aplikasi untuk masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan kebugaran, bernama SPORTIF (*Sport Information*). Didalamnya terdapat berbagai konten baik dalam bentuk literasi (artikel dan video), motivasi (*quotes*) dan juga terintegrasi kepada praktisi olahraga untuk para masyarakat berkonsultasi baik kepada pelatih, personal trainer, dokter ahli gizi, dan lainnya guna mencapai peningkatan pengetahuan kebugaran masyarakat, serta karena hasil akhir penelitian ini ialah terciptanya sebuah aplikasi, diharapkan nantinya akan menyajikan kemudahan akses bagi siapapun dan dimanapun.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan, maka fokus

dalam penelitian ini adalah pembuatan aplikasi berbasis android dan meningkatkan pengetahuan tentang kebugaran jasmani masyarakat

C. Perumusan Masalah

1. Bagaimana rancangan model aplikasi SPORTIF berbasis Android?
2. Apakah model aplikasi SPORTIF berbasis android efektif untuk meningkatkan pengetahuan kebugaran jasmani masyarakat ?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Penelitian ini bermanfaat untuk merumuskan solusi yang mangkus dalam meningkatkan pemahaman dan pengetahuan kebugaran jasmani masyarakat dalam berolahraga melalui media digital berbasis aplikasi android.

Manfaat praktis pada penelitian ini dideskripsikan menjadi empat aspek, yakni bagi masyarakat umum, peneliti, pemerintah, dan pengembang aplikasi.

1. Bagi masyarakat umum, penelitian ini dapat diterapkan sebagai panduan dalam berolahraga dan meningkatkan kebugaran jasmani dengan berbagai fitur yang telah disediakan.
2. Bagi peneliti, penelitian ini diharapkan bisa menjadi gambaran untuk menerapkan aplikasi yang tepat sasaran untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang kebugaran jasmani dalam berolahraga serta melakukan penyempurnaan model.
3. Bagi pemerintah, penelitian ini dapat membantu kampanye gaya hidup

sehat, lebih tepatnya program Kementerian Kesehatan Republik Indonesia yakni Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS). Kemudahan akses memungkinkan pemerintah menggaungkan informasi untuk meningkatkan dan menyemarakkan aktivitas fisik. Diharapkan adanya upaya sosialisasi dari pemerintah untuk aplikasi ini kepada masyarakat luas demi edukasi dan meningkatkan aktivitas fisik masyarakat Indonesia sehingga tidak hanya aktif berselancar dalam media sosial guna meningkatkan angka kesehatan.

4. Bagi pengembang aplikasi, penelitian ini dapat dijadikan referensi agar diperluas tidak hanya bisa di Android melainkan juga di IOS sehingga para pengguna iPhone dapat menginstall aplikasi ini dan dapat meningkatkan usaha bisnis startup di Indonesia.



UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

