

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pengertian olahraga adalah segala bentuk aktivitas fisik yang kompetitif, bisa dilakukan secara santai atau terorganisir. Olahraga bertujuan untuk memelihara atau meningkatkan kebugaran fisik dan juga dapat memberikan hiburan. Ada banyak macam olahraga, dari yang bisa dilakukan satu orang atau tim.

Olahraga pada umumnya adalah kegiatan yang berbasis atletisme fisik atau ketangkasan fisik, dengan adanya kompetisi utama terbesar seperti Olimpiade yang mengakui olahraga memenuhi definisi ini, dan ada juga organisasi lain seperti Dewan Eropa yang menggunakan definisi bahwa olahraga itu menghalangi kegiatan tanpa elemen fisik dari klasifikasi sebagai olahraga. Komite Olimpiade Internasional (melalui ARISF) mengakui catur sebagai olahraga non-fisik, meskipun batas jumlah permainan pikiran yang dapat diterima sebagai olahraga hanya sedikit. Olahraga biasanya diatur oleh serangkaian aturan atau kebiasaan, yang berfungsi untuk menjamin persaingan yang sehat, dengan adanya wasit atau pengambil keputusan siapa yang menang. Pemenang dapat ditentukan oleh pemain dengan mencetak gol atau melintasi garis akhir, atau dengan keputusan wasit.

Jadi, definisi tepat yang membedakan olahraga dari kegiatan santai lainnya bermacam-macam tergantung dari sumbernya, karena tidak ada definisi universal yang disepakati. Yang paling dekat tentang definisi olahraga mengacu pada *SportAccord*, yang merupakan asosiasi terbesar untuk semua federasi olahraga internasional (termasuk asosiasi sepakbola, *american football*, bersepeda, olahraga berkuda, bisbol dan banyak lagi), karena *SportAccord* disahkan secara de facto.<sup>1</sup>

Selain itu, pengertian olahraga olah raga juga dikatakan sebagai perilaku yang aktif yang berguna untuk mempertahankan dan menjaga tubuh dari stress dan juga gangguan dari penyakit lainnya. Yang mana dalam pengertian olahraga tersebut dimaksudkan tubuh akan membuat suatu sistem kekebalan tubuh. Sedangkan perilaku aktif yang disampaikan pada pengertian olahraga tersebut berfungsi untuk melancarkan sistem metabolisme tubuh dan juga memberi pengaruh terhadap kinerja kelenjar dalam tubuh sehingga produksi suatu sistem kekebalan tubuh pun akan terjadi.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> <http://fairuzhinji.wordpress.com/2012/03/08/pengertian-dan-sejarah-olahraga/> di akses 19 juli 2014

<sup>2</sup> <http://www.bestektur.com/2013/10/pengertian-olahraga-secara-lengkap.html#ixzz37tqiG1N0> di akses 19 juli 2014

Dari kesimpulan di atas menyatakan bahwa olahraga sangatlah penting untuk manusia sebab dengan berolahraga secara rutin manusia merasakan manfaatnya untuk diri sendiri. Olahraga sangat mudah dilakukan walaupun terkadang manusia lebih memilih tempat-tempat yang dianggap mewah seperti *gym*, *outbond*, dan bersepeda dll. Banyak cara yang mudah untuk melakukan olahraga ringan seperti jogging di pagi hari atau sore hari. Bermain bulu tangkis dengan keluarga atau pun bermain sepak bola bersama teman-teman di rumah. Banyak hal yang dapat dilakukan untuk berolahraga karena pada dasarnya olahraga sangatlah menyenangkan untuk dilakukan dan banyak sekali manfaat dari olahraga itu sendiri yaitu tubuh menjadi sehat pikiran menjadi fresh dan metabolisme di dalam tubuh berjalan dengan lancar. Adapun itu semua dapat berjalan dengan baik yaitu dari kemauan diri sendiri untuk menjadikan dirinya sebagai makhluk yang bersyukur telah diberikan tubuh yang sempurna dan dapat memanfaatkannya dengan baik pula. Dunia olahraga sangatlah luas dan menyenangkan untuk dilakukan bersama orang-orang tercinta. Ketika melihat keluarga saudara dan teman dalam segi kesehatannya sehat dan bugar maka sangatlah bahagia kita sebagai seseorang yang selalu ada di sampingnya sebab kesehatan itu mahal harganya tidak dapat dibeli oleh apapun. Maka dari itu sebelum penyakit itu datang melanda alangkah baiknya menjaga dari 3 kategori tersebut yaitu 1) Menjaga pola makan 2) Menjaga pola istirahat dan 3) Berolahraga secara teratur karena itu merupakan salah satu kunci untuk bisa merasakan kesehatan dan melatih untuk pola hidup sehat dini hari sampai tua nanti.

Banyak pula orang merasakan sakit seperti kanker diabetes kolesterol dll. Itu di sebabkan karena pola makan pola istirahat dan berolahraga tidak seimbang dan teratur dengan kegiatan atau aktifitas yang dilakukan secara terus menerus itu lah yang dapat menyebabkan seseorang mudah terserang penyakit dan meninggal dunia karena sistem kekebalan tubuh manusia tidak berjalan dengan baik belum lagi dengan *lifestyle* ( gaya hidup ) pekerjaan yang sering lembur dan menghirup asap rokok di jalan yang notabnya menghirup asap rokok dari orang lain lebih berbahaya karena ada kandungan nikotin nya.

Itu dapat menyebabkan mudah terserang penyakit seperti paru-paru kanker *bronchitis* dll. Itu di sebabkan karena tidak bisa menjaga pola makan pola istirahat dan berolahraga itu efek nya jangka panjang dan juga terkadang manusia suka meremehkan tentang 3 hal itu yaitu pola makan pola istirahat dan berolahraga. Ini merupakan potret kehidupan masyarakat DKI Jakarta khusus nya Kecamatan Pademangan Jakarta Utara mengenai tentang penting nya kesadaran pola hidup sehat yaitu dengan berolahraga. Kecamatan Pademangan Jakarta Utara adalah Kecamatan yang padat penduduk , Padat bangunan dan merupakan sentral pariwisata yaitu Dufan (Dunia Fantasi) dan Ancol. Memiliki 3 kelurahan yaitu Kelurahan Pademangan barat, Pademangan Timur, Kelurahan Ancol dan Kecamatan Pademangan memiliki 146.130 jumlah penduduk yang berusia diatas 5 tahun keatas. Masyarakat di Kecamatan Pademangan tergolong masyarakat menengah ke bawah sebab dari segi padat bangunan terlihat perumahan

yang kumuh dan juga masih banyak masyarakat yang tidur dan bermukim di bawah jembatan atau pun *flyover* kemudian dari segi tata ruang terbuka fasilitas sarana dan prasarana di Kecamatan Pademangan kurang memadai terlihat di Kecamatan tersebut masih banyak bangunan liar dan taman-taman yang tidak di kelola dengan baik oleh pemerintah atau kasi olahraga setempat untuk sarana dan prasarana untuk berolahraga baik *indoor* maupun *outdoor*.

Karena itu dilihat dari ruang terbuka ternyata betapa penting nya manusia harus dalam lingkup olahraga. Manusia bergerak dan berolahraga untuk hidup, karena gerak pada hakikatnya merupakan keniscayaan hidup. Gerak itu sendiri sejatinya merupakan ciri hidup. Manusia bergerak dengan berbagai motifnya melakukan olahraga untuk mempertahankan dan meningkatkan mutu kehidupannya. Oleh karena itu sudah menjadi kelaziman bahwa olahraga telah menjadi hak setiap orang yang mendasar. Tidak realistis apabila mengukur keberhasilan olahraga hanya berdasarkan perolehan medali, mengingat aktivitas olahraga tidak hanya berakhir pada pencapaian prestasi tinggi yang diukur dengan medali. Karena olahraga merupakan wahana peningkatan kualitas hidup manusia, baik yang menyangkut aktivitas fisik, mental, emosional dan sosial.<sup>3</sup> *Sport Development Index* (SDI) adalah istilah baru dalam olahraga indonesia. Ini semacam metode pengukuran yang diklaim sebagai alternatif baru untuk mengukur

---

<sup>3</sup> Mutohir, Toho Cholik dan Maksum, Ali. *Sport Development Index: Konsep, Metodologi, dan Aplikasi*. (Jakarta: PT INDEKS, 2007) hal.5

kemajuan pembangunan olahraga. Pembangunan olahraga adalah suatu proses yang membuat manusia memiliki banyak akses untuk melakukan aktivitas fisik pembangunan olahraga disini bukan dilihat dari mendapatkan suatu mendali kejuaraan melainkan dari 4 variabel tersebut yaitu 1. Ruang terbuka 2.Sumber Daya Manusia 3.partisipasi 4. Tingkat kebugaran Jasmani. Ia harus memampukan setiap orang memiliki kesempatan untuk tumbuh dan berkembang, baik menyangkut fisik, rohani, maupun sosial, secara paripurna. Untuk mewujudkan peningkatan prestasi dan peningkatan kebugaran masyarakat di Kecamatan Pademangan maka sangat perlu pendataan tentang unsur-unsur ruang terbuka, sumber daya manusia (SDM), tingkat partisipasi dan tingkat kebugaran masyarakat yang berada di wilayah tersebut. Tentunya dengan pendataan seperti ini bisa mengetahui indeks pembangunan olahraga di daerah tersebut. Maka penulis melakukan penelitian tentang: “***Survei Sport Development Index (SDI) di Kecamatan Pademangan Jakarta Utara***”.

## **B. Identifikasi masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan pada bagian terdahulu, maka masalah dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Bagaimana peran serta masyarakat dalam partisipasi olahraga ?
2. Apakah sumber daya manusia berpengaruh dalam kegiatan berolahraga ?

3. Apakah adakah hubungan antara tingkat kebugaran jasmani dengan produktifitas sumber daya manusia ?
4. Bagaimana tingkat kebugaran jasmani masyarakat di Kecamatan Pademangan Jakarta Utara ?
5. Bagaimana kondisi ruang terbuka di Kecamatan Pademangan Jakarta Utara ?
6. Seberapa tinggi kualitas Sumber Daya Manusia di Kecamatan Pademangan Jakarta Utara ?

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan gambaran diatas, dapat dipahami berbagai permasalahan yaitu:

Bagaimana ruang terbuka, Sumber daya manusia, Partisipasi, Tingkat kebugaran jasmani menurut *Sport Development Index* (SDI) di Kecamatan Pademangan Jakarta Utara ?

### **D. Batasan Masalah**

Penelitian di Kecamatan Pademangan Jakarta Utara. Pada penelitian ini masalah di batasi pada analisis 4 dimensi dasar.

ruang terbuka, sumber daya manusia (SDM) yaitu guru olahraga, pelatih olahraga, dan instruktur olahraga, partisipasi masyarakat dalam berolahraga, dan tingkat kebugaran masyarakat di Kecamatan Pademangan Jakarta Utara

## **E. Manfaat penelitian**

Pembangunan olahraga yaitu *SDI ( Sport Developmet Index )* dari ke-4 dimensi dasar tersebut yaitu ruang terbuka, sumber daya manusia, partisipasi masyarakat dan tingkat kebugaran jasmani memberikan manfaat untuk Kecamatan Pademangan Jakarta Utara dan diharapkan dari hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan yang berguna :

1. Dengan adanya penelitian SDI di Kecamatan Pademangan Jakarta Utara bagi pemerintah Kecamatan Pademangan Jakarta Utara, dapat dijadikan referensi untuk mengembangkan kualitas SDM dan olahraga agar dapat berfungsi dengan maksimal.
2. Dengan adanya penelitian SDI di Kecamatan Pademangan Jakarta Utara bagi masyarakat, dapat menciptakan kualitas hubungan sosial yang lebih baik di dalam masyarakat.
3. Dengan adanya penelitian SDI di Kecamatan Pademangan Jakarta Utara bagi penulis dengan adanya penelitian ini akan menambah wawasan pengetahuan dan pengalaman sendiri dalam melakukan penelitian.