

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PARTISIPASI
MASYARAKAT DALAM PROGRAM RABU BUGAR
KEMENPORA RI**



SEPTIA PUTRI HARYANI

1605622029

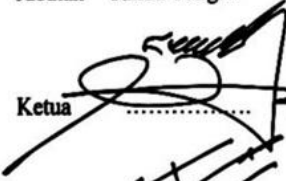
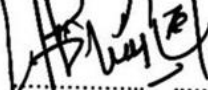
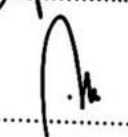
**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Olahraga**

**PROGRAM STUDI OLAHRAGA REKREASI
Intelligentia - Dignitas
FAKULTAS ILMU OLAHRAGA DAN KESEHATAN**

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2026

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I		
Prof. Dr. Sri Nuraini, M.Pd NIP. 196707301993032001		29-06-2026
Pembimbing II		
DR. Fahmy Fachrezzy, M.Pd. NIP. 196411261988031002		29/6/26
Nama	Jabatan	Tanda Tangan
Dr. Drs. Zulham, M.Si., MCE. NIP. 197203022005011002	Ketua	 03-07-2026
Masnur Ali, M.Pd NIP. 199209012019031014	Sekretaris	 30-06-2026
Prof. Dr. Abdul Sukur, S.Pd., M.Si. NIP. 196911302000031001	Anggota	 01-07-2026
Prof. Dr. Sri Nuraini, M.Pd. NIP. 196707301993032001	Anggota	 29-06-2026
DR. Fahmy Fachrezzy, M.Pd. NIP. 196411261988031002	Anggota	 29/6/26

Tanggal Lulus : 22 Juni 2026

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PARTISIPASI MASYARAKAT DALAM PROGRAM RABU BUGAR KEMENPORA RI

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi partisipasi masyarakat serta mendeskripsikan pengalaman masyarakat dalam mengikuti Program Rabu Bugar Kemenpora RI. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi kasus. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi nonpartisipatif, dan dokumentasi terhadap tujuh informan yang terdiri atas masyarakat aktif, masyarakat kurang aktif, penyelenggara Kemenpora, perwakilan INORGA, dan pelaku UMKM yang dipilih menggunakan purposive sampling. Analisis data dilakukan melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, sedangkan keabsahan data diuji melalui triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan member check. Penelitian ini menggunakan *Health Belief Model* dan *Social Ecological Model* sebagai landasan analisis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipasi masyarakat dipengaruhi oleh lima faktor utama, yaitu faktor individu, sosial, lingkungan, organisasi, dan kebijakan. Faktor individu menjadi faktor yang paling dominan, terutama motivasi internal, kesadaran kesehatan, dan kebiasaan berolahraga yang telah terbentuk sebelumnya. Faktor sosial berperan melalui dukungan keluarga, teman sebaya, serta kolaborasi antara Kemenpora, INORGA, dan UMKM. Sementara itu, faktor lingkungan, organisasi, dan kebijakan mendukung keberlangsungan program melalui penyediaan fasilitas, suasana yang kondusif, dan pelaksanaan yang konsisten. Program Rabu Bugar tidak hanya berfungsi sebagai sarana olahraga masyarakat, tetapi juga menjadi ruang interaksi sosial dan aktivitas ekonomi yang mendukung keberlanjutan partisipasi masyarakat.

Kata Kunci: *Partisipasi Masyarakat, Program Rabu Bugar, Health Belief Model, Social Ecological Model*

Intelligentia - Dignitas

**FACTORS AFFECTING COMMUNITY PARTICIPATION IN THE RABU
BUGAR PROGRAM OF KEMENPORA RI**

ABSTRACT

This study aims to identify the factors influencing community participation and to describe participants' experiences in the Wednesday Fitness Program organized by the Ministry of Youth and Sports of the Republic of Indonesia. This study employed a descriptive qualitative approach using a case study method. Data were collected through in depth interviews, non-participant observation, and documentation involving seven informants selected through purposive sampling, consisting of active participants, less active participants, program organizers from the Ministry of Youth and Sports, representatives of Community Sports Organizations (INORGA), and Micro, Small, and Medium Enterprise (MSME) actors. Data were analyzed through data reduction, data display, and conclusion drawing, while data validity was ensured through source triangulation, technique triangulation, and member checking. The Health Belief Model and the Social Ecological Model were used as the theoretical frameworks for analysis. The findings indicate that community participation is influenced by five main factors: individual, social, environmental, organizational, and policy factors. Individual factors emerged as the most dominant, particularly internal motivation, health awareness, and established exercise habits. Social factors contributed through family support, peer influence, and collaboration among the Ministry of Youth and Sports, INORGA, and MSME. Meanwhile, environmental, organizational, and policy factors supported program sustainability through the provision of facilities, a conducive environment, and consistent implementation. The Wednesday Fitness Program serves not only as a community sports initiative but also as a platform for social interaction and economic activities that support the sustainability of community participation.

Keywords: *Community Participation, Wednesday Fitness Program, Health Belief Model, Social Ecological Model.*

Intelligentia - Dignitas

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 08 Juni 2026

Yang Membuat Pernyataan,

A red official stamp from Universitas Negeri Jakarta (UNJ) is visible. The stamp contains the text "UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA" and "STAMPING UNIT". A handwritten signature in black ink is written over the stamp. Below the stamp, the name "Septia Putri Haryani" and the ID number "1605622029" are printed.

Septia Putri Haryani

1605622029



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Septia Putri Haryani
NIM : 1605622029
Fakultas/Prodi : FIOK/Olahraga Rekreasi
Alamat email : septia.putri1209@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PARTISIPASI MASYARAKAT DALAM
PROGRAM RABU BUGAR KEMENPORA RI

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 22 Juni 2026
Penulis

Septia Putri Haryani

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT karena dengan segala rahmat nya skripsi ini dapat diselesaikan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Olahraga pada Program Studi Olahraga Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta.

Terima kasih kepada **Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd** selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, serta **Dr. Drs. Zulham, M.Si, MCE** selaku Koordinator Program Studi Olahraga Rekreasi. Terima kasih kepada **Prof. Dr. Sri Nuraini, M.Pd** selaku Dosen Pembimbing I sekaligus Penasihat Akademik Penulis, Terima Kasih kepada **DR. Fahmy Fachrezzy, M.Pd** selaku Dosen Pembimbing II. Bimbingan dan dukungan keduanya menjadi kompas yang mengarahkan penulis ketika arah terasa tidak pasti. Juga kepada **Asisten Deputi Olahraga Masyarakat KEMENPORA RI** yang telah memberikan izin penelitian serta membantu penulis dalam memperoleh data yang diperlukan.

Terima kasih yang paling dalam kepada Ibu **Yani Maryani**, Ayah **Hariyanto**, Bapak **Subiatna**, serta seluruh keluarga yang menjadi alasan terbesar penulis untuk tidak pernah menyerah dalam keadaan apa pun. Tidak lupa kepada teman-teman **Olahraga Rekreasi (KOMIK 22)**, Terkhusus sahabat penulis “**otw kumlot**” **Wira Fitria Rinjani, Febrina Salsabilla, Diazena Delya Adzani**, dan **Inayah**. Terima kasih telah hadir bukan hanya sebagai sahabat, tetapi juga sebagai keluarga yang dipertemukan oleh perjalanan. Semoga persahabatan ini tetap abadi bahkan setelah toga wisuda berhasil kita dapati. Terakhir, terima kasih kepada **diri sendiri** yang tetap bertahan, dan terus mengusahakan segala bentuk kebaikan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk kebermanfaatan skripsi ini kedepan. Akhir kata, semoga Allah SWT membalas kebaikan seluruh pihak yang terlibat dalam penyusunan skripsi ini.

Jakarta, 08 Juni 2026

SPH

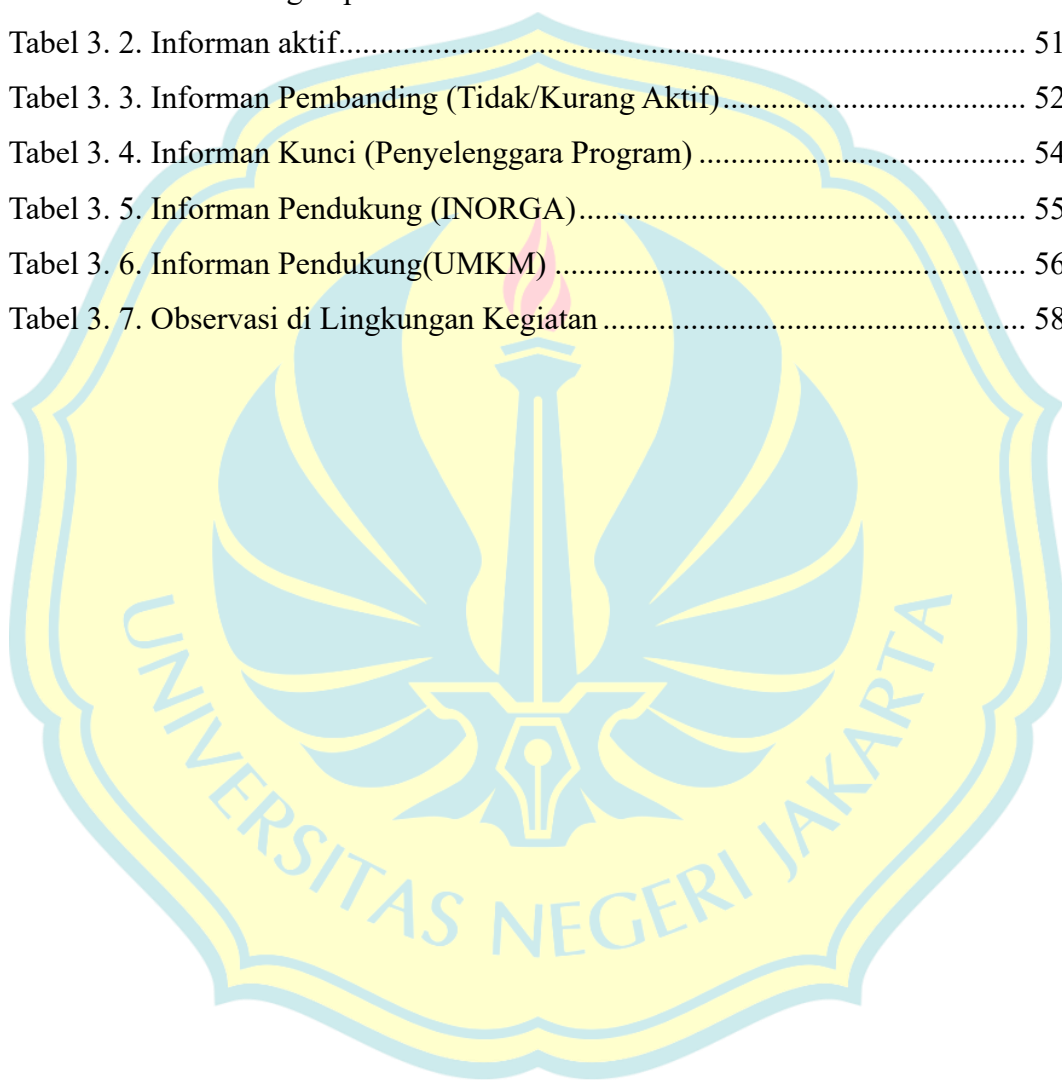
DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah	7
D. Perumusan Masalah	7
E. Kegunaan Hasil Penelitian	7
BAB II	10
KAJIAN TEORETIK	10
A. Deskripsi Konseptual.....	10
1. Partisipasi Masyarakat.....	10
2. Olahraga Masyarakat.....	13
3. Program Rabu Bugar Kemenpora RI.....	16
4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Partisipasi	24
B. Penelitian Terdahulu	36
C. Kerangka Berpikir	38
BAB III.....	41
METODOLOGI PENELITIAN	41
A. Tujuan Penelitian	41

B. Tempat dan Waktu Penelitian	41
C. Metode Penelitian	42
D. Subjek (Partisipan Penelitian).....	43
E. Teknik Pengumpulan Data	46
F. Instrumen Penelitian	49
G. Teknik Analisis Data	58
BAB IV	62
HASIL DAN PEMBAHASAN	62
A. Deskripsi Data	62
B. Hasil dan Pembahasan	63
2. Faktor Sosial	76
a. <i>Level Interpersonal</i>	76
3. Faktor Lingkungan	82
a. <i>Level/ Lingkungan Komunitas dimensi fisik</i>	82
4. Faktor Organisasi	88
a. <i>Level/ Organisasi SEM</i>	88
5. Faktor Kebijakan	93
a. <i>Level/ Kebijakan Publik SEM</i>	93
2. Pengalaman Masyarakat dalam Program Rabu Bugar	97
BAB V.....	103
PENUTUP.....	103
A. Kesimpulan.....	103
B. Saran.....	105
DAFTAR PUSTAKA.....	106
LAMPIRAN.....	110
RIWAYAT HIDUP.....	180

DAFTAR TABEL

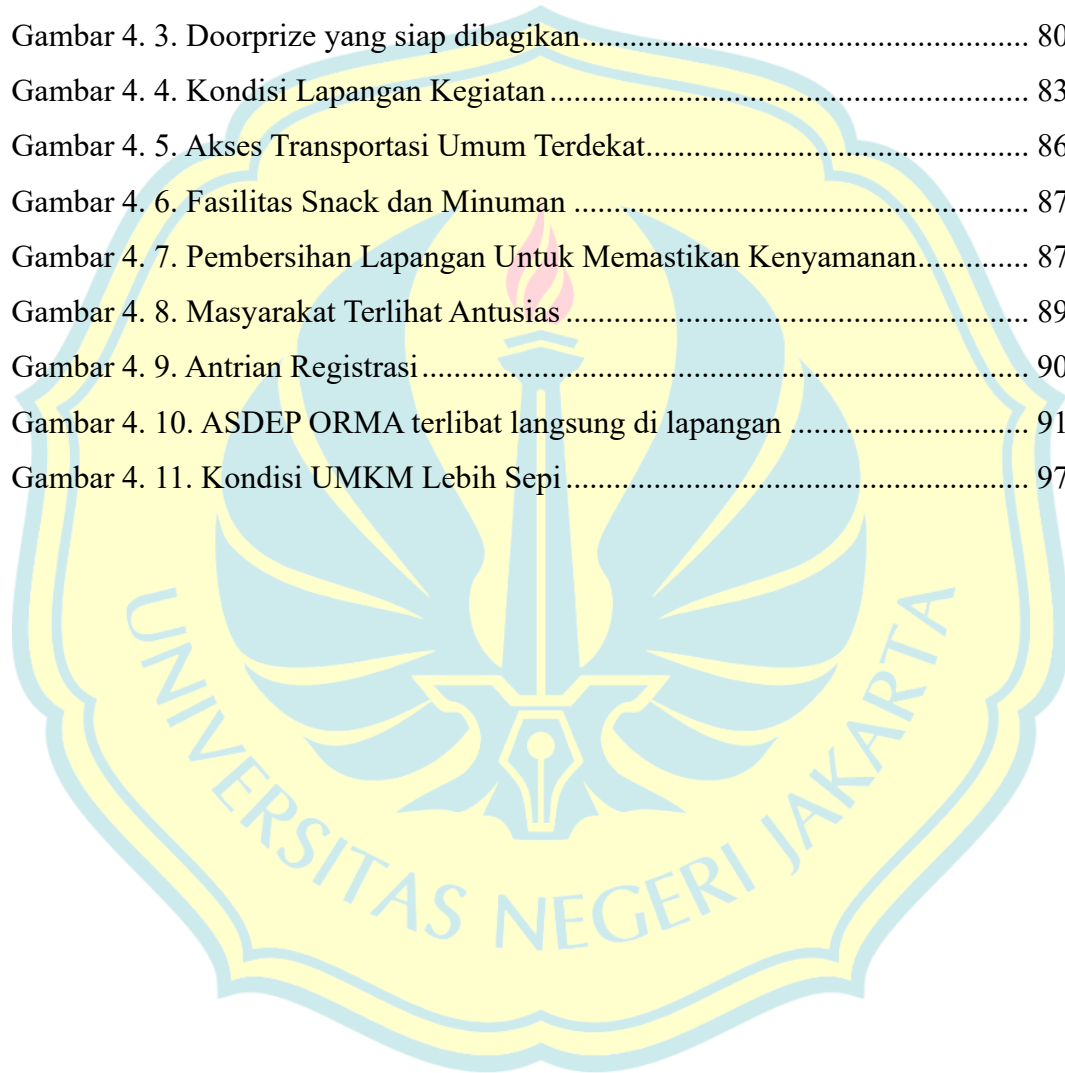
Tabel 2. 1. Daftar INORGA	21
Tabel 2. 2. Penelitian Terdahulu.....	36
Tabel 3. 1 Teknik Pengumpulan Data.	46
Tabel 3. 2. Informan aktif.....	51
Tabel 3. 3. Informan Pembanding (Tidak/Kurang Aktif).....	52
Tabel 3. 4. Informan Kunci (Penyelenggara Program)	54
Tabel 3. 5. Informan Pendukung (INORGA).....	55
Tabel 3. 6. Informan Pendukung(UMKM)	56
Tabel 3. 7. Observasi di Lingkungan Kegiatan	58



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1. Kerangka Berpikir	40
Gambar 4. 1. Dominasi Pralansia dan lansia	67
Gambar 4. 2. Partisipasi Doorprize dari UMKM.....	79
Gambar 4. 3. Doorprize yang siap dibagikan.....	80
Gambar 4. 4. Kondisi Lapangan Kegiatan	83
Gambar 4. 5. Akses Transportasi Umum Terdekat.....	86
Gambar 4. 6. Fasilitas Snack dan Minuman	87
Gambar 4. 7. Pembersihan Lapangan Untuk Memastikan Kenyamanan.....	87
Gambar 4. 8. Masyarakat Terlihat Antusias	89
Gambar 4. 9. Antrian Registrasi	90
Gambar 4. 10. ASDEP ORMA terlibat langsung di lapangan	91
Gambar 4. 11. Kondisi UMKM Lebih Sepi	97



Intelligentia - Dignitas