

# **PARTISIPASI MAHASISWA DALAM KEGIATAN OLAHRAGA DAN SARANA PRASARANA PENDUKUNG PADA UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

**SUNARNO BASUKI**

Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Lambung Mangkurat  
E-mail: sunarnobas717@gmail.com

**Abstrak: Partisipasi Mahasiswa Dalam Kegiatan Olahraga Dan Sarana Prasarana Pendukung Pada Universitas Lambung Mangkurat.** Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap : (1) Untuk mendapatkan informasi selengkapnya di lapangan sampai sejauh mana para mahasiswa Universitas Lambung Mangkurat melakukan aktivitas olahraga dalam setiap minggunya. (2) Untuk mendapatkan data lapangan sebenarnya seberapa banyak sarana prasarana olahraga/ ruang terbuka untuk kegiatan olahraga yang dimiliki Universitas Lambung Mangkurat dalam mendukung kegiatan olahraga mahasiswanya. (3) Untuk mengetahui sebaik apa kebugaran jasmani mahasiswa Universitas Lambung Mangkurat.

Penelitian ini menggunakan rancangan survey dengan teknik tes dan pengukuran yang berusaha mendeskripsikan, mencadra, menjelaskan, dan membeberkan data yang diperoleh di lapangan. Kuesioner diberikan kepada mahasiswa, Pencatatan dilakukan untuk mendapatkan data sarana prasarana/ ruang terbuka yang dimiliki universitas. Teknik tes lari progresif digunakan untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa.

Populasi penelitian adalah seluruh seluruh mahasiswa Universitas Lambung mangkurat yang berjumlah sekitar 10.000 orang mahasiswa dengan sampel yang digunakan sejumlah 400 orang, ditentukan dengan teknik *proportional random sampling* berpedoman pada formula Soekidjo. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner untuk mengetahui partisipasi dan minat siswa terhadap olahraga. Ormat pengukuran luas sarana/prasarana yang dimiliki Universitas. Tes progresif untuk mendapatkan data kebugaran jasmani mahasiswa.

Analisis data menggunakan statistika deskriptif untuk menghitung indeks partisipasi, sarana /prasarana dan kebugaran mahasiswa Universitas Lambung Mangkurat. Hasil analisis menunjukkan bahwa (1) Indeks Partisipasi mahasiswa dalam kegiatan olahraga sebesar 0,262, indeks sarana prasarana/ ruang terbuka sebesar 0,466 dan indeks kebugaran jasmani mahasiswa sebesar 0,359 dari skala penilaian dengan rentang 0,00 s/d 1.00.

Kesimpulan yang dapat dikemukakan adalah: (1) Partisipasi mahasiswa dalam gerakan olahraga rendah, (2) Sarana prasarana/ ruang terbuka rendah, dan tingkat kebugaran jasmani mahasiswa rendah. Pembinaan olahraga untuk mahasiswa di Universitas Lambung Mangkurat belum memadai, terbukti dengan rendahnya semua indeks yang diukur.

Saran-saran yang dapat dikemukakan sebagai berikut: (1) menjadikan olahraga sebagai mata kuliah wajib di Universitas Lambung Mangkurat, (2) Mengangkat tenaga pengelola/ manajer olahraga bagi kegiatan olahraga mahasiswa., (3) melengkapi/ membangun sarana prasarana olahraga di setiap fakultas yang disesuaikan dengan minat olahraga mahasiswanya, (4) melengkapi/ menambah alat-alat olahraga sesuai dengan minat mahasiswa, (5) mencanangkan gerakan olahraga di lingkungan universitas sekaligus mengadakan kejuaraan-kejuaraan antar fakultas

**Kata kunci:** *Partisipasi, ruang terbuka, kebugaran jasmani.*

## **LATAR BELAKANG**

Mahasiswa Universitas Lambung Mangkurat selalu terlibat dalam acara Pekan Olahraga Mahasiswa Nasional (POMNAS Ke X) diselenggarakan yang dilaksanakan setiap empat tahunan. Hal ini merupakan kebanggaan bagi masyarakat Kalimantan Selatan, dan Pemerintah Pusat telah memberi kepercayaan bagi BAPOMI Kalimantan Selatan untuk menyelenggarakan POMNAS Ke X di Kalimantan Selatan. Penyelenggaraan POMNAS X di Kalimantan Selatan tergolong sukses. Sayangnya kesuksesan penyelenggaraan POMNAS tidak diikuti oleh sukses prestasi. Pada POMNAS tersebut Kalimantan Selatan berada pada peringkat 13 dengan dua medali emas. Kontingen POMNAS X Kalimantan Selatan terdiri dari 96 orang mahasiswa, sebagian terbesar berasal dari mahasiswa Universitas Lambung Mangkurat sebagai universitas terbesar di Kalimantan Selatan. Akan tetapi walaupun Universitas Lambung Mangkurat mengutus atlet terbanyak, atlet Unlam tidak mempersembahkan satu medali pun. Justru mahasiswa universitas swasta lainnya yang mendapatkan dua medali emas. Yang menjadi pertanyaan adalah mengapa mahasiswa Unlam tidak menampilkan prestasi olahraga di tingkat nasional? Bagaimana Unlam membina olahraga di kampus? Apakah ketidak mampuan mahasiswa Unlam di tingkat POMNAS ini menggambarkan keadaan mahasiswa Unlam pada umumnya? Bagaimana kebugaran jasmani

mahasiswa Unlam pada umumnya? Seberapa banyak Unlam memiliki sarana-prasarana olahraga yang dapat digunakan untuk pembinaan olahraganya? Hal tersebut di atas yang melatarbelakangi mengapa penelitian ini diadakan.

Pembinaan olahraga mahasiswa tentu tidak terlepas dari usaha universitas dalam mengembangkan kemampuan fisik optimal para mahasiswanya. Pembinaan olahraga mahasiswa pasti terkait erat dengan banyaknya sarana prasarana yang disediakan universitas dalam mendukung aktivitas olahraga mahasiswa. Tanpa sarana prasarana yang baik mustahil dapat diciptakan prestasi yang baik dari mahasiswa. Hasil akhir dari berolahraga bagi mahasiswa adalah dimilikinya kebugaran jasmani yang baik dari semua mahasiswa, sebab dengan kebugaran jasmani yang baik akan mendukung usaha mahasiswa untuk dapat menyelesaikan studinya sesuai perencanaannya.

Penelitian ini dilakukan untuk mengungkapkan keadaan sebenarnya bagaimana keolahragaan dibina oleh Universitas Lambung Mangkurat yang sudah mendeklarasikan diri ingin menjadi universitas terkemuka di Indonesia dengan berbagai prestasinya, termasuk dalam bidang keolahragaan mahasiswa. Dari data lapangan akan dapat dikelathui segala sesuatunya mengenai keolahragaan mahasiswa yang dapat digunakan sebagai data awal, titik tolak pembangunan olahraga di Unlam pada masa mendatang. Penelitian ini berbentuk survey untuk mendapatkan data

partisipasi mahasiswa dalam melakukan gerakan badan (olahraga), seberapa sering mahasiswa melakukan olahraga (cabang apapun) di dalam satu minggu, baik yang dilakukan di dalam universitas maupun di luar universitas. Penelitian ini juga mengungkap kepemilikan sarana prasarana olahraga yang digunakan oleh universitas dalam mendukung kegiatan olahraga mahasiswanya. Tidak kalah pentingnya pengukuran kebugaran jasmani mahasiswa yang sangat dibutuhkan dalam usaha menyelesaikan studinya.

## **KERANGKA TEORITIS**

### **A. Pembangunan Olahraga**

Pembangunan olahraga di Indonesia merupakan kegiatan berkesinambungan, yang terarah dan terpadu untuk membangun warga negara Indonesia. Pembangunan olahraga yang terarah dilaksanakan dalam rangka pembinaan manusia dalam menghadapi situasi bangsa pada waktu ke depan dimana persaingan global terjadi. Persaingan tersebut memerlukan manusia yang unggul di segala bidang, termasuk memiliki kebugaran tubuh yang optimal. Pembangunan tersebut mampu menyiapkan pelaku olahraga untuk hidup layak sebagai manusia dengan berbagai macam peluang, tantangan dan hambatan. Pembangunan olahraga terpadu mengembangkan berbagai bakat dan kemampuan individu secara seimbang, sehingga berbagai peluang dalam kehidupan dapat dikerjakan bersama dalam kesatuan tindak demi kepentingan bangsa.

Maksum, dkk. (2004: 2-3) menyatakan bahwa olahraga ditinjau dari substansinya telah menjadi salah satu instrumen untuk menciptakan tatanan kehidupan dunia yang lebih baik. Lebih lanjut ia menambahkan bahwa pembangunan olahraga harus ditempatkan dalam kerangka pembangunan masyarakat dan bangsa Indonesia. Oleh sebab itu olahraga seharusnya digunakan sebagai instrumen penting dalam pembangunan pada umumnya. Olahraga ditujukan untuk peningkatan kualitas hidup manusia secara utuh. Kemampuan fisik akibat berolahraga akan menjadi landasan yang kuat bagi kepentingan pembangunan di segala bidang kehidupan untuk selalu mau berusaha, bersaing dengan cara sehat, bertanggung jawab terhadap apa yang diperbuatnya, dan lain sebagainya. Termasuk kepemilikan fisik yang segar bugar akan dapat membantu Mahasiswa dalam menyelesaikan studinya, melaksanakan tugas-tugasnya dengan baik.

1. Landasan kebijakan pembangunan olahraga di Indonesia adalah dijaminnya kesempatan bagi setiap warga masyarakat untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani melalui kegiatan berolahraga (Dirjen Olahraga: 6). Dengan diberikannya kesempatan yang sama dan seluas-luasnya diharapkan akan tercipta budaya berolahraga di kalangan masyarakat, yang pada gilirannya akan menjadikan masyarakat memiliki kebugaran jasmani yang baik, memiliki etos kerja dan

produktivitas kerja yang tinggi, mampu bekerjasama, serta memiliki etika, moral dan disiplin yang tinggi akibat dari berolahraga.

2. Pembangunan olahraga harus dilakukan secara berkesinambungan melalui pembinaan yang dirancang sebelumnya. Pembinaan olahraga secara garis besar terdapat tiga kelompok jalur pembinaan, yaitu: 1) jalur olahraga prestasi, 2) jalur olahraga pendidikan, dan 3) jalur olahraga masyarakat. Tiga jalur pembinaan ini akan menjadi pilar bagi pembangunan olahraga selanjutnya.

**a. Jalur olahraga prestasi** adalah jalur pembinaan olahraga yang diharapkan akan memunculkan prestasi bagi atletnya baik di tingkat nasional ataupun internasional. Jalur ini telah berkembang di masyarakat. Pembinaan olahraga dilakukan oleh klub-klub olahraga yang memang benar-benar ditujukan untuk meraih prestasi. Klub-klub cabang olahraga selanjutnya dibina oleh Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) baik pusat, maupun daerah. Program pembinaan dilakukan secara berjenjang dan berkesinambungan, bahwa prestasi tinggi yang dicapai atlet berangkat dari tahapan-tahapan yang berjenjang dan berkesinambungan. Dalam setiap jenjangnya setiap atlet diberi beban yang sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan fisiknya. Pertumbuhan dimaksud adalah bertambahnya sel-sel

dalam tubuh, tulang dan daging, ada perubahan dari kecil menjadi besar. Perkembangan dimaksud adalah bertambahnya fungsi sel-sel di dalam tubuh untuk dapat melakukan kegiatan yang lebih berat.

**b. Jalur olahraga pendidikan** adalah aktivitas olahraga yang dilaksanakan pada lembaga pendidikan (sekolah) berupa pendidikan jasmani/olahraga bagi para siswa untuk menyalurkan potensinya agar dapat berprestasi dalam bidang olahraga. Pendidikan jasmani sebenarnya merupakan bagian dari pendidikan keseluruhan yang mampu memberi kontribusi terhadap perkembangan dan pertumbuhan setiap anak melalui pengalaman gerak.

Lutan dan Cholik (1997:14) mengatakan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka membentuk manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas berdasarkan Pancasila. Aktivitas jasmani dalam pengertian ini dipaparkan sebagai kegiatan peserta didik untuk meningkatkan

keterampilan motorik, dan nilai-nilai fungsional yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan sosial.

Depdikbud (1995:1) menyatakan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial, serta emosional yang serasi, selaras dan seimbang. Melalui aktivitas jasmani diharapkan agar tercapai pertumbuhan dan perkembangan badan yang harmonis. Terbentuknya sikap dan perilaku disiplin, kerjasama, dan kejujuran serta mengikuti peraturan dan ketentuan yang berlaku. Menyenangi aktivitas jasmani yang dapat dipakai untuk pengisian waktu luang serta kebiasaan hidup sehat. Meningkatkan kebugaran jasmani dan kesehatan, serta daya tahan tubuh terhadap penyakit.

Pendidikan jasmani adalah bagian terpadu dari proses pendidikan yang menyeluruh; bidang dan sasaran yang diusahakan adalah perkembangan jasmaniah, mental, emosional, dan sosial bagi warga negara yang sehat, melalui medium kegiatan jasmaniah, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak (Soemosasmito 1988:5; Ateng 1992:8)

Hartono, M. *et al.* (2003: 56-57) mengatakan bahwa sebagai bentuk pendidikan

melalui gerak, pendidikan jasmani harus dilaksanakan sesuai dengan pengertian yang dikandungnya. Dengan demikian pendidikan jasmani adalah alat untuk sampai ke tujuan pendidikan pada umumnya yang dilakukan melalui gerak jasmani. Lebih lanjut Hartono (2003) yang mengutip pendapat Duer dan Pangrazi (1989) menyatakan bahwa tiga hasil utama yang secara langsung dapat diperoleh adalah: 1) perkembangan, pertumbuhan dan kebugaran jasmani, 2) penguasaan berbagai jenis keterampilan fisik yang dapat membuat anak mampu bergerak secara efektif dalam melakukan berbagai macam kegiatan fisik, dan 3) membuat anak memiliki kemampuan untuk memahami gerak tubuhnya.

Pembinaan olahraga secara massal dilakukan pada tingkat sekolah dasar, dan sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas. Pembinaan ini dilakukan POPSI (Persatuan Olahraga Pelajar Seluruh Indonesia). Di tingkat pendidikan tinggi pembinaan Olahraga disebut dengan BAPOMI (Badan Pembina Olahraga Mahasiswa Indonesia) baik di tingkat pusat maupun daerah. Jalur olahraga pelajar merupakan pembinaan massal, siswa mulai dikenalkan dengan gerak dasar olahraga, bagi yang berbakat ditampung pada lembaga pelatihan yang disebut dengan Pusat Pendidikan

dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP). Pembinaan bagi siswa yang berbakat dilanjutkan dengan pelatihan di tingkat perguruan tinggi ditangani oleh Pusat Pendidikan dan Latihan olahraga Mahasiswa (PPLM). Pada tingkat PPLM inilah atlet yang berasal dari pembinaan jalur pendidikan diharapkan mampu menampilkan prestasi terbaiknya. Di tingkat mahasiswa inilah diharapkan atlet terbaik muncul yang dapat mewakili daerah, dan nasional (Rusli lutan, 2004)

PPLP dan PPLM di Kalimantan Selatan sudah dilaksanakan, namun atlet yang dihasilkan dari pendidikan dan latihan ini ternyata kurang memadai. Terbukti pada POMNAS Ke XII tahun 2011 lalu atlet PPLM tidak mendapatkan medali apapun, termasuk seluruh atlet mahasiswa Unlam tidak menampilkan prestasi yang memadai, ini yang patut dipertanyakan .

- c. **Jalur olahraga masyarakat**, termasuk di dalamnya kegiatan rekreasi di alam terbuka, kegiatan pembinaan kebugaran jasmani, dan olahraga tradisional yang dilakukan oleh masyarakat yang sebenarnya telah tumbuh di Indonesia, tetapi masih berjalan sendiri-sendiri, dan sungguh merupakan sebuah tantangan bagi upaya untuk menggalakkan menjadi gerakan nasional yang dapat mendorong percepatan arah perubahan sosial yang

diharapkan, disamping untuk membangkitkan nilai tambah berupa keuntungan ekonomis melalui pengembangan olahraga pariwisata dengan segmen-segmen yang berpotensi menarik partisipasi wisatawan domestik dan kunjungan wisata asing.

## **B. Partisipasi Mahasiswa Dalam Olahraga**

Maksum A. *et al*, (2004: 22) menyatakan bahwa asumsi yang digunakan untuk menetapkan partisipasi sebagai dimensi pembangunan olahraga adalah tumbuhnya kesadaran hidup sehat dan aktif sepanjang hayat. Artinya, semakin banyak individu yang berpartisipasi dalam kegiatan olahraga di suatu daerah, semakin tinggi pula kesadaran masyarakat tersebut akan hidup sehat dan berkualitas. Tingginya partisipasi juga mencerminkan minat dan apresiasi mahasiswa bersangkutan terhadap kegiatan olahraga. Partisipasi diyakini sebagai prasyarat kuatnya fondasi bangunan pilar olahraga, baik olahraga pendidikan, olahraga masyarakat, dan olahraga prestasi

Angka partisipasi diukur berdasarkan rasio antara peserta kegiatan dengan jumlah populasinya. (Dirjen Olahraga, 2004: 8). Dalam hal ini prinsip kegiatan fisik dikenal dengan FITT (*Frequency, Intensity Time and Type*). *Frequency* menunjukkan banyaknya aktivitas olahraga dalam satu minggu sebagai dasar perhitungan partisipasi. *American College of Sport Medicine* merekomendasikan bahwa yang dimaksud dengan partisipasi dalam kegiatan olahraga adalah “ikut aktif” nya

melakukan kegiatan olahraga 3 sampai 5 kali dalam seminggu sebagai patokan yang ideal. *Intencity* menunjukkan kesungguhan seseorang dalam melakukan kegiatan, yang dapat diukur misalnya dengan menghitung denyut nadi individu. *Time* menunjukkan lamanya waktu yang digunakan oleh individu untuk melakukan kegiatan olahraga. Waktu ideal melakukan olahraga adalah sekitar 1 jam dalam sekali/ setiap kegiatan olahraga. *Type* mengacu kepada jenis kegiatan yang dipilih individu dalam melakukan kegiatan olahraga.

### C. Sarana Prasarana Olahraga

Tim Indeks Pembangunan Olahraga (2004:22-23) mengemukakan bahwa Sarana Prasarana atau biasa disebut dengan ruang terbuka merupakan kebutuhan dasar untuk melakukan aktivitas olahraga. Tanpa adanya fasilitas/ sarana prasarana/ ruang terbuka yang memadai, sulit rasanya mengharapkan partisipasi publik dalam aktivitas olahraga. Semakin banyak ruang terbuka yang tersedia, semakin mudah masyarakat menggunakan dan memanfaatkannya. Sebaliknya, semakin terbatas fasilitas/ sarana prasarana/ ruang terbuka yang tersedia, semakin terbatas pula kesempatan masyarakat menggunakan dan memanfaatkannya. Dengan demikian, ketersediaan fasilitas/ sarana prasarana/ ruang terbuka olahraga akan mempengaruhi tingkat dan pola partisipasi masyarakat dalam berolahraga. Daerah yang peduli akan pembangunan olahraganya, akan berusaha menyediakan ruang terbuka olahraga dan dikembangkan secara terpadu dengan pembangunan daerahnya. Dimensi ini juga menjadi

prasyarat keberlangsungan olahraga di tiga pilar di depan.

Fasilitas olahraga menurut penelitian ini dapat juga disebut dengan ruang terbuka, yang berupa sarana maupun sarana olahraga yang merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat dan pola partisipasi masyarakat termasuk mahasiswa dalam kegiatan olahraga. Semakin banyak jumlah dan jenis fasilitas yang tersedia pada suatu lingkungan di kampus universitas/ fakultas, semakin mudah mahasiswa melakukan berbagai kegiatan olahraga sesuai dengan minatnya. Kondisi ini pada gilirannya akan dapat menumbuhkembangkan minat, aspirasi dan partisipasi masyarakat terhadap kegiatan olahraga. Sebaliknya, semakin terbatas fasilitas/ sarana prasarana yang tersedia, semakin terbatas kesempatan bagi warga kampus untuk menggunakan dan memanfaatkannya. Kondisi ini pada akhirnya akan cenderung menurunkan minat dan partisipasi warga kampus untuk berolahraga.

Fasilitas olahraga secara keseluruhan mencakup fasilitas fisik dan fasilitas non fisik. Fasilitas olahraga secara fisik mencakup prasarana dan sarana fisik antara lain berupa stadion, gelanggang dan lapangan berbagai cabang olahraga. Sedangkan fasilitas non-fisik olahraga mencakup prasarana dan sarana non fisik seperti sarana/ perkumpulan olahraga, tenaga pelatih dan guru olahraga. Ketersediaan kedua jenis fasilitas olahraga tersebut dalam jumlah yang cukup memadai selain akan mampu meningkatkan partisipasi mahasiswa untuk berolahraga pada gilirannya juga akan mampu menggeser persepsi

masyarakat tentang olahraga dari hanya sekedar kegiatan untuk rekreasi dan menjaga kesehatan menjadi kegiatan untuk ajang memperoleh prestasi.

Perkembangan jumlah fasilitas fisik untuk olahraga berupa stadion, gelanggang dan lapangan olahraga pada suatu lingkungan kampus pada umumnya sangat dipengaruhi oleh perkembangan sosial-ekonomi mahasiswa yang bersangkutan. Jumlah mahasiswa yang meningkat pesat secara umum akan menggeser fungsi lapangan olahraga atau lahan-lahan kosong yang semula biasa digunakan sebagai lapangan olahraga oleh masyarakat menjadi ruang kuliah atau tempat-tempat kegiatan lain. Fenomena seperti ini banyak dijumpai di beberapa kampus yang membongkar lapangan olahraga untuk diganti ruang kuliah bertingkat.

Berapa rasio luas fasilitas yang diperlukan oleh seorang mahasiswa untuk melakukan aktivitas olahraga 1 : 3,5 meter persegi. Artinya satu orang atlet/mahasiswa memerlukan tiga setengah meter persegi lahan tempat latihan olahraga. Jadi misalnya sebuah perguruan tinggi memiliki 10.000 mahasiswa maka perguruan tinggi tersebut harus menyediakan fasilitas olahraga seluas 35.000 meter persegi atau tiga setengah hektar, termasuk didalamnya adalah stadion, kolam renang, gedung-gedung olahraga, aula, pusat kebugaran jasmani, laboratorium olahraga dan lain sebagainya. (Maksum et al., 2004; Rusli, 2004)

Angka fasilitas/ sarana prasarana/ ruang terbuka diukur berdasarkan rasio luas sarana/ prasaran yang biasa digunakan untuk berolahraga milik

universitas dengan jumlah mahasiswa. Dalam penelitian ini fasilitas/ sarana prasarana/ ruang terbuka dihitung berdasarkan banyaknya/ jumlah fasilitas/ sarana prasaran/ ruang terbuka dalam meter persegi dibandingkan dengan jumlah seluruh mahasiswa Universitas Lambung Mangkurat.

#### **D. Kebugaran Jasmani Mahasiswa**

Dimensi ini terkait dengan dua dimensi sebelumnya yang merupakan indikator penting keberhasilan pembangunan olahraga. Di samping kebugaran merupakan general factor dari tiga pilar bangunan olahraga, ia juga merupakan prasyarat bagi seseorang untuk dapat melakukan aktivitas sehari-hari secara produktif. Reformasi pendidikan jasmani dan olahraga di sejumlah negara (misalnya: Amerika dan Australia) dilakukan bermula dari rendahnya kebugaran sebagian besar warganya. (Tim Indeks Pembangunan Olahraga, 2004: 23)

Kebugaran jasmani diukur dengan menggunakan MFT (*Multi Stage Fitness Test*). Tes ini dianggap cukup sederhana dan mudah dilakukan, termasuk di daerah sekalipun (Dirjen Olahraga, 2004: 8)

#### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan rancangan/ metode survey. Metode survey dimaksudkan untuk mendeskripsikan, mencandra, menjelaskan, dan membeberkan data yang diperoleh di lapangan. Kuesioner diberikan kepada mahasiswa untuk mengetahui seberapa jauh mahasiswa ikut serta dalam kegiatan olahraga dan



minatya terhadap olahraga. Pencatatan dilakukan untuk mendapatkan data lapangan mengenai sarana dan prasarana yang dimiliki oleh universitas dalam menunjang kegiatan olahraga mahasiswa. Teknik lain yang digunakan adalah tes, yaitu tes Lari Progresif untuk mengetahui kebugaran jasmani mahasiswa. Data lapangan dianalisis sedemikian rupa sehingga dapat menggambarkan pembinaan olahraga yang dilakukan universitas terhadap mahasiswa yang sebenar-benarnya, mengenai : aktivitas olahraga mahasiswa pada kehidupan sehari-harinya. Dari analisis data akan diketahui keikutsertaan dan minat mahasiswa dalam kegiatan olahraga, juga seberapa banyak sarana prasarana olahraga yang dimiliki Universitas Lambung Mangkurat yang dapat digunakan oleh mahasiswanya. Penggunaan lapangan olahraga yang baik dengan rasio 1 : 3,5 m persegi artinya setiap satu mahasiswa harus disediakan sarana prasarana seluas 3,5 meter persegi.

**Populasi** dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Program S1 yang aktif kuliah yang dimiliki oleh Universitas Lambung Mangkurat. Mahasiswa Universitas Lambung Mangkurat tersebar pada 10 fakultas yang dimiliki Universitas Lambung Mangkurat.

Populasi mahasiswa S1 aktif yang dimiliki oleh Universitas Lambung Mangkurat berjumlah sekitar 10036 orang mahasiswa yang tersebar di 10 fakultas. Dalam penelitian ini tidak mencantumkan mahasiswa pasca sarjana, mahasiswa diploma, mahasiswa penyetaraan dan mahasiswa S0 sebagai populasi penelitian.

**Sampel** yang digunakan dalam penelitian ini dipilih dari populasinya dengan menggunakan rumus yang dikemukakan oleh Soekidjo Notoatmodjo (2002:92)

$$n = \frac{N}{1 + N(\alpha^2)}$$

Sampel penelitian berjumlah 400 orang mahasiswa.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah: 1) Kuesioner yang dibuat khusus untuk mengukur partisipasi mahasiswa dalam kegiatan olahraga. 2) Format untuk mencatat seberapa banyak sarana prasaran/ fasilitas/ ruang terbuka yang dimiliki universitas, dan 3) *Progressive run test* untuk mengukur kesegaran jasmani mahasiswa.

Pengumpulan data dilakukan pada semua fakultas yang berada di bawah Universitas Lambung Mangkurat. Respondennya adalah mahasiswa untuk mengetahui partisipasi dan kebugaran jasmani, pimpinan fakultas dan universitas untuk mengetahui data sarana prasarana.

Data dari lapangan setelah diedit dan diverifikasi kemudian dipindahkan ke dalam lembaran-lembaran data. Data kemudian diolah dan dianalisis menggunakan statistika dan komputer. Data disajikan antara lain dalam bentuk angka-angka mutlak dan relatif pada tabel yang relevan. Data dianalisis per fakultas dan gabungan fakultas (universitas) dengan menggunakan "Indeks".

Indeks Pembinaan Olahraga di sepuluh fakultas di lingkungan Universitas Lambung Mangkurat seperti tertera pada tabel berikut ini.

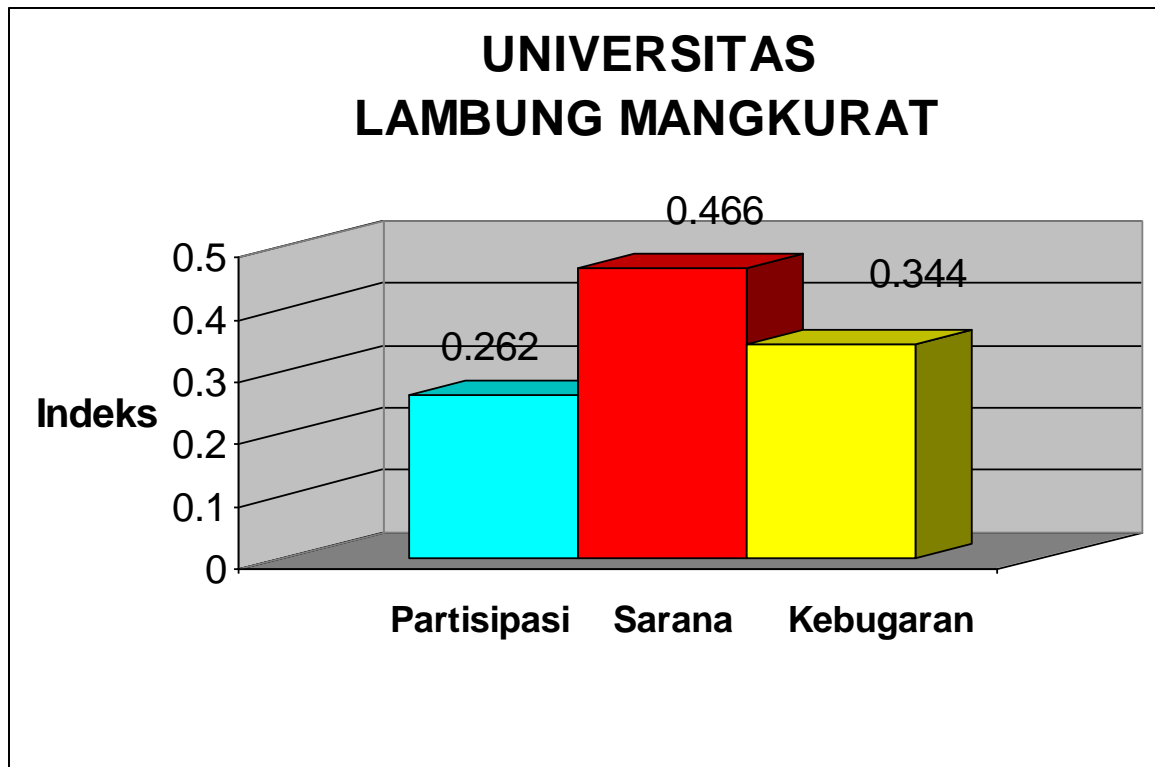
Tabel 1. Rangkuman Indeks Partisipasi, Ruang Terbuka, Kebugaran Mahasiswa Unlam.

No	Dimensi Fakultas	Partisipasi	SarPras/ R. Terbuka	Kebugaran	Indeks Pembinaan	Kategori
1	Fak. Pertanian	0.267	0.456	0.325	0,350	Rendah
2	Fak. Kehutanan	0.256	0.548	0.374	0,390	Rendah
3	Fak. Perikanan	0.200	0.691	0.349	0,410	Rendah
4	Fak. Kedokteran	0.214	0.472	0.350	0,350	Rendah
5	Fak. Teknik	0.294	0.604	0.467	0,460	Rendah
6	Fak. MIPA	0.312	0.410	0.410	0,380	Rendah
7	FISIP	0.302	0.351	0.323	0,33	Rendah
8	Fak. Ekonomi	0.253	0.385	0.311	0,320	Rendah
9	Fak. Hukum	0.230	0.420	0.244	0,300	Rendah
10	FKIP	0.287	0.321	0.284	0,300	Rendah

Dari Tabel 1 di atas dapat diketahui bahwa partisipasi mahasiswa secara merata berada pada kategori rendah. Untuk sarana prasarana/ ruang terbuka sebagian fakultas berada pada kategori sedang seperti Fakultas Kehutanan, Fakultas Perikanan, dan Fakultas Teknik. Untuk status kebugaran jasmani mahasiswa semua fakultas menunjukkan tingkat kebugaran jasmani yang rendah. Secara total indeks pembinaan di semua fakultas menunjukkan kategori rendah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pembinaan olahraga yang dilakukan oleh Universitas Lambung Mangkurat dapat dilaporkan sebagai berikut: Tingkat partisipasi mahasiswa dalam kegiatan olahraga mempunyai indeks sebesar 0,262. Kepemilikan Sarana prasarana/ ruang terbuka menunjukkan indeks sebesar 0,466. Kebugaran jasmani mahasiswa menunjukkan indeks sebesar 0,359. semua dimensi pembinaan olahraga berada pada kategori **rendah**.



Gambar 1: Indeks Pembinaan Olahraga Universitas Lambung mangkurat (Unlam)

Hasil perhitungan pada umumnya menunjukkan pola pembinaan olahraga di lingkungan Universitas Lambung Mangkurat ternyata masih rendah, hal tersebut terbukti dengan rendahnya tingkat partisipasi mahasiswa dalam kegiatan olahraga sehari-hari, jumlah dan luas sarana prasarana/ ruang terbuka yang kurang mencukupi, dan tingkat kebugaran jasmani mahasiswa yang masih kurang baik.

#### 1. Partisipasi mahasiswa dalam olahraga

Tingkat partisipasi mahasiswa dalam kegiatan olahraga masih rendah, terbukti indeks partisipasi 0,262 yang mengindikasikan bahwa masih banyak mahasiswa yang tidak melakukan kegiatan olahraga tiga kali dalam satu minggu. Sekitar 26 persen atau sekitar seperempat dari jumlah mahasiswa Unlam yang aktif melakukan kegiatan olahraga dalam setiap

minggunya. Pada hal diharapkan mahasiswa memiliki kebugaran jasmani yang baik agar dapat menyelesaikan tugas-tugas perkuliahannya, atau bahkan mewakili Universitas dalam lomba, kejuaraan olahraga di tingkat daerah, nasional maupun internasional. Jawaban mahasiswa atas kuesioner yang diberikan sebenarnya lebih dari 50 persen mahasiswa mempunyai minat dalam kegiatan olahraga, namun tidak tersedia lapangan di fakultasnya seperti bulu tangkis, bola voli, futsal, karate/bela diri dan lain sebagainya.

Ada kebijakan beberapa fakultas, seperti Fakultas Pertanian, Fakultas Kedokteran, Fakultas Teknik, Fakultas Perikanan dan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik untuk menggerakkan mahasiswanya dalam olahraga sekali dalam seminggu, yaitu pada hari Jum'at

pagi selama kurang lebih 2 jam. Namun kegiatannya terbatas kepada senam pagi bersama dan olahraga lain yang kebetulan ada lapangannya seperti futsal. Namun masih banyak minat lain dalam berolahraga namun tidak tersedia lapangan maupun pelatihnya seperti olahraga bela diri. Fakultas-fakultas lain tidak menjadwalkan kegiatan olahraga bagi mahasiswanya.

## 2. Sarana prasarana/ Ruang terbuka

Indeks sarana prasarana/ ruang terbuka pada beberapa fakultas berada pada kategori sedang, tetapi secara keseluruhan di tingkat universitas masih dalam kategori rendah. Indeks sarana prasarana/ ruang terbuka tingkat universitas sebesar 0,466. Indeks tersebut masih dalam kategori rendah, tetapi mendekati ke arah sedang. Hal tersebut sebenarnya menunjukkan bahwa Universitas Lambung Mangkurat memiliki lahan yang cukup luas untuk keperluan olahraga mahasiswanya. Fakultas-fakultas yang memiliki sarana prasarana dengan kategori sedang adalah Fakultas Kehutanan, Fakultas Perikanan, dan Fakultas Teknik. Perhitungan sarana prasarana/ ruang terbuka adalah rasio antara jumlah seluruh tempat/ lahan yang dapat digunakan untuk berolahraga dibagi dengan jumlah mahasiswa pada fakultas tersebut.

Pada umumnya universitas membangun kampus tidak dilengkapi oleh sarana prasarana olahraga di tiap-tiap fakultas. Memang ada lapangan yang dapat digunakan secara umum sebagai tempat latihan bersama misalnya: lapangan sepakbola di kampus banjarbaru, lapangan tenis dan bulu

tangkis di kampus Banjarmasin, namun pada umumnya tidak ada lapangan-lapangan olahraga di tiap fakultas. Beberapa fakultas membangun sendiri lapangan olahraga seperti lapangan bola basket di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Panjat tebing/ panjat dinding di Fakultas Hukum dan Kampus Banjarbaru. Sebagian besar fakultas di lingkungan Unlam minim dengan sarana prasarana olahraga, bahkan Fakultas Keguruan dan ilmu Pendidikan tidak memiliki lapangan yang siap pakai untuk kegiatan olahraga. Hal itu disebabkan karena setiap jengkal lahan dibangun bangunan baru untuk menambah daya tampung mahasiswa.

Pada dua fakultas yaitu Fakultas Kehutanan dan Fakultas Perikanan, indeks sarana prasarana/ ruang terbuka mempunyai kategori sedang. Hal tersebut disebabkan jumlah mahasiswa di dua fakultas tersebut tidak cukup banyak sehingga sebagai faktor pembagi kan menghasilkan perhitungan yang relatif lebih besar (indeks yang lebih besar). Fakultas Teknik memiliki indeks sarana prasarana/ ruang terbuka dengan kategori sedang. Hal tersebut disebabkan karena fakultas tersebut memang membuat sarana baru berupa lapangan futsal, lapangan basket, namun lapangan tersebut bermasalah tidak bisa digunakan kalau musim hujan. Air akan menggenang sehari-hari menutupi lapangan-lapangan milik Fakultas Teknik. Secara kebetulan Fakultas Teknik menempati lokasi yang berdekatan dengan lapangan baseball/softball milik Pengurus Provinsi Cabang Olahraga Baseball/Softball, yang

menempati kampus Unlam. Fakultas`MIPA,

Fakultas Pertanian berusaha membuat lapangan futsal karena sedang populer di kampus-kampus tersebut. Namun sayang lapangan dibuat di depan kampus, bukan dikhususkan untuk lapangan olahraga, yang sewaktu-waktu digunakan untuk upacara, kegiatan fakultas, parkir dan lainnya seperti PMB. Pembangunan sarana olahraga nampaknya tidak direncanakan dengan baik, namun hanya sekedar memenuhi minat mahasiswa. Kegiatan mahasiswa putri nampaknya kurang mendapat aspirasi, karena peminat cukup banyak tetapi lapangan tidak tersedia.

### 3. **Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa**

Indeks kebugaran jasmani mahasiswa Universitas lambung Mangkurat berada pada kategori rendah, dengan indeks kebugaran sebesar 0,344 menduduki peringkat dua, di atas partisipasi namun berada di bawah sarana.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan analisis data dan pembahasan hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Indeks Partisipasi Mahasiswa Universitas Lambung Mangkurat dalam kegiatan olahraga sebesar 0,262. Berdasarkan Indeks perhitungan Sport Development Index termasuk Kategori Rendah.
2. Indek Sarana/ Ruang Terbuka olahraga yang dimiliki Universitas Lambung Mangkurat sebesar 0,466. Berdasarkan Indeks Perhitungan

Sport Development Index termasuk Kategori Rendah.

3. Indeks Kebugaran Jasmani Mahasiswa Universitas Lambung Mangkurat sebesar 0,344 termasuk Kategori Rendah.
4. Indeks Pembinaan Olahraga pada Universitas Lambung Mangkurat berdasar Indeks Partisipasi, Indeks Sarana, dan Indeks Kebugaran sebesar 0,357 termasuk Kategori RENDAH.

### **B. Saran-saran**

Berdasarkan kesimpulan di atas dapat diketahui bahwa semua yang berkenaan dengan pembinaan olahraga, Universitas Lambung Mangkurat berda pada Kategori Rendah baik pada partisipasi mahasiswanya dalam kegiatan olahraga, kepemilikan sarana/ ruang terbuka untuk kegiatan olahraga, serta kebugaran jasmani mahasiswa, semuanya berada pada kategori rendah. Juga berdasarkan temuan-temuan penelitian ini, maka dapat diajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Universitas`Lambung Mangkurat hendaknya lebih memperhatikan kesejahteraan mahasiswa khususnya dalam bidang olahraga, dengan menggalakkan agar mahasiswa mau melakukan olahraga apa saja.
2. Universitas Lambung Mangkurat hendaknya membangun dan menyediakan sarana-prasarana dengan ruang terbuka lain yang bisa menampung kegiatan olahraga mahasiswa, yang paling diminati mahasiswa adalah olahraga futsal dan bola voli untuk sebagian besar mahasiswa Banjarbaru, basket,

panjang tebing untuk mahasiswa Unlam di Banjarmasin.

3. Universitas Lambung Mangkurat hendaknya mengangkat pelatih-pelatih olahraga sesuai dengan minat mahasiswa.
4. Universitas Lambung Mangkurat hendaknya Menjadikan Olahraga Sebagai Mata Kuliah Universitas.

#### DAFTAR PUSTAKA

- As'ad, M. 1999. *Psikologi Industri*. Jakarta : Liberty.
- Ardhana, W. 1990. *Penelitian Kausal Komparatif dan Korelasi Serta Beberapa Teknik Analisisnya*. Malang : PPS IKIP Malang.
- Arikunto, S. 1998. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta
- Burhanuddin. 1994. *Analisis Administrasi Manajemen dan Kepemimpinan Pendidikan*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Chipman, S., F. Segal, J. W. & Glaser, R. 1981. *Thinking and Learning Skill : Research and Open Question*. Volume 2.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. 1999. *Panduan Manajemen Sekolah*. Jakarta : Dirjen Dikdasmen.
- Djauharie, O. Setiawan. 2001. *Pedoman Penulisan Skripsi, Tesis, Disertasi*. Bandung : Yrama Widya.
- Glickman, C.D. 1981. *Developmental Supervision : Alternative Practices for Helping Teachers Improve Instruction*. Alexandria, Virginia : ASCD.
- Glickman, C.D. 1990. *Supervision of Instruction : A Development Approach*. Needham Heights : Allyn and Bacon.
- Hadi, S. 1992. *Metodologi Reseach Jilid I*. Yogyakarta : Andi Offset.
- John. S. 1985. *Penilaian Pelaksanaan dan Pengembangan Karyawan*. Jakarta : Pustaka Binaman Pressindo.
- Mantja, W. 1989. *Manajemen Pembinaan Profesional Guru Berwawasan Pengembangan Sumber Daya Manusia : Suatu Kajian Konseptual Historik dan Empirik*. Malang : IKIP Malang.
- Mantja, W. 1998. *Model Pembinaan / Supervisi Pengajaran Bahan Ajar*. Malang : tidak diterbitkan.
- Mantja, W. 2002. *Manajemen Pendidikan dan Supervisi Pengajaran*. Malang : Wineka Media.
- Muchlis. 1998. *Studi Faktor Penentuan Kepuasan Kerja Dosen FIP IKIP Malang*. Skripsi Tidak diterbitkan. Malang ; FIP Malang.
- Porter, L.W, Steers, R.M. Mowday & Boulian, P.V. 1974. *Organizational commitment, job satisfaction and turnover among psychiatric technicians*. Journal of Applied Psychology, November 59.
- Pidarta, M. 1992. *Pemikiran Tentang Supervisi Pendidikan*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Pidarta, M. 1992. : *Landasan Kependidikan : Stimulus Ilmu Pendidikan Bercorak Indonesia*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Rifai, M.M. 1986. *Administrasi dan Supervisi Pendidikan*. Bandung : Jemmars.
- Sahertian, Piet A. 2000. *Supervisi Pendidikan Dalam Rangka*

- Pengembangan Sumber Daya Manusia*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Sahertian, P.A, dan Sahertian, I.A. 1998. *Supervisi Pendidikan Dalam Rangka Program Inservice Education*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2003. *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung : Alfabeta
- Sudjana. 1992. *Metode Statistik (Edisi ke-5)*. Bandung : Tarsito
- Suryabrata, S. 2003. *Metodologi Penelitian*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Steers, R.M. 1984. *Instruduction to Organizational Behavior* (Second edition). Clenview Illinois: Scott, Foresment and Company

