

# **Motivasi Masyarakat Remaja Dalam Melakukan Aktivitas Fisik Pada Fasilitas Ruang Publik**

## ***Motivation of the Adolescent Community in Doing Physical Activity on Public Space Facilities***

**Rivaldi Zulfiandri**

<sup>1</sup>Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Sukabumi, Indonesia  
[aldizulfiandri1@ummi.ac.id](mailto:aldizulfiandri1@ummi.ac.id)

### **Abstrak**

Aktivitas fisik adalah tindakan yang melibatkan pergerakan tubuh dan penggunaan energi sebagai contoh seperti berjalan, berolahraga, atau melakukan pekerjaan fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hal-hal apa saja yang memotivasi masyarakat kota Sukabumi khususnya pada kalangan Remaja dalam beraktivitas fisik di Lapang Merdeka Kota Sukabumi. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan studi kasus sebagai desain penelitian dengan menyebarkan kuesioner kepada sample sebanyak 50 responden menggunakan purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Lapang Merdeka Sukabumi memiliki daya tarik yang cukup baik bagi masyarakat remaja. Minat dan motivasi mereka untuk berolahraga di lokasi ini yang tinggi (92,2%), dengan faktor kesehatan menjadi motivasi utama (62,7%) serta aktivitas fisik yang dominan dilakukan adalah jogging (74,5%). Dapat disimpulkan bahwa mayoritas masyarakat remaja di Lapang Merdeka Kota Sukabumi memiliki minat dan motivasi yang cukup tinggi dalam melakukan aktivitas fisik di ruang publik tersebut. Faktor motivasi kesehatan menjadi alasan utama masyarakat remaja dalam memilih aktivitas fisik di Lapang Merdeka Kota Sukabumi, diikuti dengan rekreasi dan latihan. Durasi olahraga rata-rata 1 jam, dengan sebagian besar responden berolahraga hanya satu kali dalam seminggu.

**Kata Kunci :** Motivasi; Masyarakat Remaja; Aktivitas Fisik;

### **Abstract**

*Physical activity is an action that involves body movement and energy use such as walking, exercising, or doing physical work. This study aims to find out what things motivate the people of Sukabumi city, especially among teenagers who do a physical activity at Lapang Merdeka Kota Sukabumi. This research uses descriptive qualitative method with case studies as research design by distributing questionnaires to a sample of 50 respondents using purposive sampling. The results showed that Lapang Merdeka Sukabumi has a fairly good attraction for the youth community. Their interest and motivation to exercise in this location is high (92.2%), with health factors being the main motivation (62.7%) as well as physical activity being the dominant one is jogging (74.5%). It can be concluded that the majority of teenagers in Lapang Merdeka Kota Sukabumi have a fairly high interest and motivation in carrying out physical activities in these public spaces. Health motivation factors are the main reason for adolescents to choose physical activity in Lapang Merdeka Kota Sukabumi, followed by recreation and exercise. The average duration of the activity was 1 hour, with most respondents went here for only once a week.*

**Keywords:** Motivation; Youth Society; Physical Activity;

## I. PENDAHULUAN

Aktivitas fisik, yang melibatkan pergerakan tubuh dan penggunaan energi, seperti berjalan, berlari, bersepeda, olahraga, atau pekerjaan fisik, merupakan elemen integral dalam menjaga kesehatan dan kebugaran. Menurut Almatsier (2003) dan Khomarun (2013), aktivitas fisik melibatkan gerakan otot tubuh dan sistem penunjangnya, memerlukan energi untuk melakukannya. Selain itu, Kemenkes RI (2016) mendefinisikan aktivitas fisik sebagai setiap gerakan tubuh yang meningkatkan pengeluaran tenaga dan energi. Olahraga, sebagai bentuk aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur, bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani (Putu, 2023).

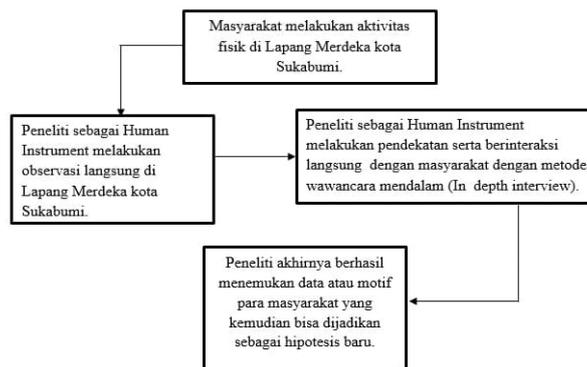
Aktivitas fisik bukan hanya tentang manfaat fisik semata, tetapi juga memberikan dampak positif secara mental dan sosial (Saleh, 2019). Beraktivitas fisik secara individu bisa menjadi kegiatan yang memuaskan, namun melibatkan kelompok dapat membuatnya lebih menarik, interaktif, dan inspiratif. Suasana kegiatan fisik masif mampu mengurangi kekakuan diskriminatif dan meningkatkan kesejahteraan sosial melalui interaksi antarindividu dari berbagai lapisan masyarakat (Ufie, 2021).

Namun, fenomena ini mengalami kendala selama masa pandemi COVID-19, di mana kebijakan social distancing menghambat aktivitas fisik masif. Meskipun sekarang Indonesia telah memasuki era endemi dan sebagian fasilitas olahraga telah dibuka kembali, tantangan baru muncul. Euforia masyarakat dalam kembali beraktivitas fisik di fasilitas umum, seperti yang terjadi di Kota Sukabumi, menjadi sorotan penelitian (Farhan et al., n.d.). Fasilitas seperti Stadion Suryakencana, Lapangan Sepaca Polri, dan Lapangan Merdeka di Kota Sukabumi menjadi destinasi utama bagi masyarakat, terutama pada pagi hari dan akhir pekan (Mega Wulandari, 2021).

Namun, observasi menunjukkan bahwa tidak semua yang berkumpul di fasilitas tersebut benar-benar berolahraga. Beberapa memanfaatkannya untuk berbelanja makanan, bersosialisasi, berfoto-foto, atau sekadar duduk-duduk santai (Ardiyanto & Mustafa, 2021). Motivasi setiap individu untuk beraktivitas fisik bervariasi, termasuk menjaga kesehatan, berlatih, atau sekadar mengisi waktu luang. Fenomena ini menjadi objek penelitian untuk memberikan wawasan tentang faktor-faktor yang memotivasi masyarakat, khususnya remaja, beraktivitas fisik di fasilitas umum. Dengan memahami motif mereka, pemerintah dan penyedia fasilitas bisa lebih responsif terhadap kebutuhan masyarakat, yang pada gilirannya dapat meningkatkan pengembangan dan pemanfaatan lokasi tersebut (Lestyoningsih, 2022).

## II. METODOLOGI PENELITIAN

penelitian ini memilih metode kualitatif atau naturalistik untuk memahami situasi sosial secara mendalam dan menemukan pola, hipotesis, dan teori terkait motif atau motivasi masyarakat dalam beraktivitas fisik di Lapangan Merdeka Kota Sukabumi (Hamzah et al., 2020). Penelitian ini menggunakan studi kasus sebagai desain penelitian untuk menggali informasi dan data kualitatif secara mendalam. Studi kasus digunakan untuk menyelidiki dengan cermat suatu hal dengan pengumpulan data, memberikan pemahaman mendalam, dan menganalisis intensif tentang suatu kasus tertentu dalam situasi atau individu. Dalam penelitian kualitatif ini, studi kasus digunakan untuk menjelaskan dan memahami objek penelitian sebagai suatu "kasus," memungkinkan peneliti untuk memperoleh gambaran lengkap mengenai subjek yang diteliti. Berikut adalah alur penelitian ini (Khodija et al., 2023).



Gambar 1. Alur Penelitian

pada pengumpulan data penelitian ini memilih metode kualitatif atau naturalistik untuk memahami situasi sosial secara mendalam dan menemukan pola, hipotesis, dan teori terkait motif atau motivasi masyarakat dalam beraktivitas fisik di Lapangan Merdeka Kota Sukabumi (Adhiani Wakhidah Kurniawati et al., 2021). Penelitian ini menggunakan studi kasus sebagai desain penelitian untuk menggali informasi dan data kualitatif secara mendalam. Studi kasus digunakan untuk menyelidiki dengan cermat suatu hal dengan pengumpulan data, memberikan pemahaman mendalam, dan menganalisis intensif tentang suatu kasus tertentu dalam situasi atau individu (Agamben, 2022). Dalam konteks penelitian kualitatif ini, studi kasus digunakan untuk menjelaskan dan memahami objek penelitian sebagai suatu "kasus," memungkinkan peneliti untuk memperoleh gambaran lengkap mengenai subjek yang diteliti (A. N. Agung et al., 2022).

Metode penelitian kualitatif deskriptif adalah suatu pendekatan yang digunakan untuk menggambarkan fenomena atau keadaan dengan mendalam (Latawan et al., 2021). Dalam

proses pengumpulan data kualitatif deskriptif, peneliti fokus pada pemahaman makna dan interpretasi dari informasi yang diperoleh dari partisipan atau sumber data. Teknik pengumpulan data yang umum digunakan melibatkan wawancara mendalam, di mana peneliti berinteraksi secara langsung dengan partisipan untuk menggali pandangan, pengalaman, dan persepsi mereka. Selain itu, pengamatan partisipatif memungkinkan peneliti terlibat langsung dalam situasi atau konteks yang diteliti, sementara analisis dokumen dapat melibatkan pemahaman lebih lanjut dari materi tertulis yang relevan (Kadewa & Setiawan, 2023). Kelompok fokus (Focus Group Discussions - FGD) juga menjadi metode efektif, di mana diskusi dengan kelompok kecil partisipan memberikan perspektif yang lebih luas (Fadhila et al., 2023). Triangulasi, yaitu penggunaan berbagai sumber data dan metode, digunakan untuk memastikan validitas dan keabsahan informasi (Lubis & Azhar, 2023). Pendekatan kualitatif deskriptif ini bertujuan untuk merinci dan memahami konteks serta kompleksitas fenomena dengan mendalam, menghasilkan data yang bersifat deskriptif dan kontekstual. Dengan demikian, penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang holistik terhadap topik yang diteliti. Berikut beberapa topik yang akan diteliti (Lolowang et al., 2023).

Tabel 1. Topik Pertanyaan

<b>Variabel</b>	<b>Indikator</b>		<b>Penjelasan</b>	<b>No Soal</b>
<b>Minat</b>	Perasaan senang	➤	Kesan dan pesan	24, 25
	Keterlibatan	➤	Terlibat dalam komunitas/kelompok	
		➤	Waktu pelaksanaan	10, 11, 6
		➤	Intensitas datang	12
Ketertarikan	➤	Antusiasme	4	
<b>Motivasi</b>	Kebutuhan fisiologis	➤	Kesehatan	5, 7, 8
	Kebutuhan akan perasaan aman	➤	Kenyamanan dan keamanan	14, 13, 23, 19, 17
		➤	Peran pemerintah	22
		➤	Pemilihan tempat	3, 1, 2
		➤	Fasilitas	15, 16, 21, 20,
Kebutuhan sosial	➤	Interaksi sosial	18	

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

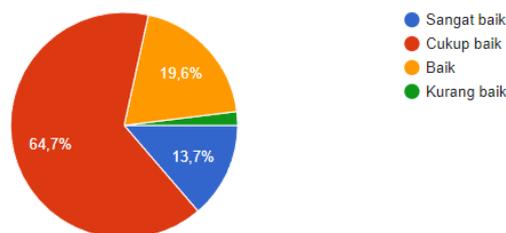
#### Hasil

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif, menggunakan metode pengumpulan data melalui distribusi kuesioner kepada 50 responden. Sebelum memasuki analisis motivasi, penting untuk memahami karakteristik responden (Makmur et al., 2023). Dari total 50 responden, memiliki rata-rata umur 17 sampai 23 tahun dengan beberapa pekerjaan dari masing-masing responden seperti mahasiswa, pelajar dan pekerja. Analisis kualitatif ini difokuskan pada hasil penelitian terhadap jawaban-jawaban terbuka pada kuesioner, khususnya seputar minat dan motivasi masyarakat remaja dalam melakukan aktivitas fisik di fasilitas ruang publik Lapangan Merdeka Kota Sukabumi. Temuan-temuan ini disusun berdasarkan tema dan kategori yang muncul secara alami dari tanggapan responden.

Pada bagian minat ada beberapa indikator pada pertanyaan/kuesioner seperti perasaan senang, keterlibatan dan ketertarikan pada fasilitas ruang publik lapangan merdeka Sukabumi. Berikut hasil kuesioner minat pada indikator perasaan senang, keterlibatan dan ketertarikan.

24. Apakah kesan anda terhadap Lapangan Merdeka Kota Sukabumi cukup baik ?

51 jawaban



Gambar 2. Kesan Pada Fasilitas Lapangan Merdeka Sukabumi

Pada gambar 2 menjelaskan bahwa kesan pada fasilitas lapangan merdeka Sukabumi ada 51 jawaban dari para responden yaitu diantaranya 65.7% menjawab cukup baik, 19.6% menjawab baik dan 13.7% menjawab sangat baik. Dapat disimpulkan bahwa lapangan merdeka dalam pengelolaan fasilitas sudah cukup baik tetapi masih harus ada yang harus ditingkatkan atau *upgrading* untuk fasilitas di lapangan merdeka Kota Sukabumi. Adapun pesan atau harapan untuk fasilitas di Lapangan Merdeka kota Sukabumi berikut hasil berbentuk tabel.

Tabel 2. Pesan dan Harapan terhadap Fasilitas Lapangan

<b>no</b>	<b>Pesan</b>
1	Ditambah fasilitas WC umum, dan dirawat secara berkala
2	lebih bersih lagi jangan sampe ada sampah yang berkeliaran
3	harapannya, kebersihan bisa ditingkatkan lagi. Pengamen" sebisa mungkin jangan ada. Pedagang sebisa mungkin ada di jam jam tertentu saja. Terima Kasih
4	Ditingkatkan lagi untuk kebersihan dan fasilitas nya
5	kalo untuk harapan mungkin tidak ada ya, karena saya tidak suka memberi harapan, tetapi lapang merdeka sukabumi sudah sangat cukup untuk digunakan untuk melakukan aktifitas olahraga dan sosial
6	Lebih di perhatikan lagi dalam pemeliharaan fasilitas yang sudah ada di lapang merdeka namun akan lebih baik bila fasilitas di lapang merdeka bisa di tingkatkan lagi
7	Semoga lapang merdeka kedepannya semakin lebih bagus lingkungan menjadi lebih bersih dan selalu diperhatikan, dan fasilitasnya bertambah menjadi lebih banyak.
8	Sarana olahraga nya lebih di perbaiki dan juga di tambah
9	Diperketat lagi peraturan nya, seperti dilarang memakai sepeda/sepatu roda di karpet merah (jalur jogging), dan larangan buang sampah
10	"Perlunya melakukan revitalisasi pelebaran track jalan di Lapang Merdeka Kota Sukabumi dan membuat kebijakan berupa sanksi tegas berupa administratif bagi pelaku pelanggaran di tempat tersebut (Pengemis, Pengamen dll). Sehingga Lapang Merdeka Kota Sukabumi akan lebih baik lagi terhadap lingkungan yang nyaman dan kondusif bagi semua kalangan usia.
11	Good Luck."
12	Saya harap orang-orang berhenti membuang sampah sembarangan disekitar lapang merdeka
13	di rawat lebih baik kebersihannya
14	lebih di tertibkan para pengamen dan penambahan penerangan
15	Diketatkan keamanan untuk manusia yg tidak bertanggung jawab
16	Harapan saya ingin pemerintah lebih memperhatikan kebersihan disekitar lapang merdeka juga lebih banyak mengedukasi masyarakat Sukabumi agar selalu berolahraga dengan mengadakan event atau acara yang berkaitan dengan kegiatan olahraga di lapang merdeka.
17	sediakan penitipan barang
18	Di jaga kebersihan dan ketertibannya
19	semoga lebih baik
20	Semakinn kompak
21	lebih di pantau lagi tentang kebersihan nya dan jangan sampai ketika sudah ada yg berkurang atau tidak layak lg fasilitas yg ada di lapang merdeka malah ditingalkan
22	Sediakan parkir
23	Diharapkan semoga wc nya tidak ada penjaga yang mengharuskan bayar 2 rb rupiah dikarenakan saya kalo jogging ga bawa dompet dan itupun cuman cuci muka doang masa saya harus bayar 2rb,lalu tolong fasilitasi alat untuk calisthenics yang lebih proper biar pemuda di sukabumi badannya bagus bagus keren keren.
24	semoga fasilitas olahraga di kembangkan karena kurang fasilitas olahraganya
25	Selalu belajar dari kemarin,untuk menjadi lebih baik
26	Pengamen tolong ditertibkan, lain pengamen etamah preman malak duit.
27	Lebih memperhatikan lingkungan sekitar lapang merdeka contohnya dibuatkan tempat khusus untuk pedagang kaki lima agar tidak menghalangi akses jalan masuk ke lapang merdeka.

28	Semoga pemerintah dapat menambah fasilitas yang ada di lapang merdeka contohnya toilet umum, tempat parkir, area pedagang kaki lima, dll.
29	Saya harap kedepannya orang-orang yang melakukan aktifitas di lapang merdeka agar lebih sadar akan menjaga kebersihan di sekitar lingkungan lapang merdeka dengan tidak membuang sampah sembarangan, tidak duduk diatas rumput, dan tidak merusak fasilitas yang sudah disediakan.
30	Harapannya semoga lapdek bisa ditingkatkan lagi fasilitasnya. Semoga juga bisa sarana rekreasi dan sarana olahraga bagi semua kalangan
31	Lebih di tertibkan lagi pedagang kaki lima nya
32	Lebih dijaga kebersihan dan rawat fasilitas yang ada dari pemerintahan maupun masyarakat nya itu sendiri.
33	Lebih banyak lagi area penghijauan
34	Fasilitas tetap dimaintenance rutin, tenant yang tertata rapih dan tidak mengganggu aktifitas olahraga. Selain itu ditambah fasilitas olahraga lain.
35	Gedung baru di lapdek lebih dimanfaatkan lagi dengan hal hal yang lebih bermanfaat
36	Memberikan fasilitas yang memadai dan lebih meperhatikan kebersihan
37	semoga tempat nya diperluas dan lapang basketnya diperbanyak aja sekian terimakasih
38	Menjaga kebersihan lingkungan agar tidak terjadinya bencana banjir yg melanda
39	Agar lebih diperhatikan lagi, WC nya supaya ada air nya dan fasilitas pemerintah itu kan tidak bayar jadi,ya gratisan lah
40	harapannya semoga fasilitas yg ada sekarang dijaga dan dirawat
41	Semoga hari minggu tidak seramai ibu-ibu yang botram di sana ya :)
42	Kedepannya yang mau olahraga doang yang kesitu kalo yang diem aja mending pulang soalnya lari jadi ga konsisten
43	semoga fasilitas yang ada di lapang merdeka lebih lengkap lagi
44	"Lebih rapih bersih dan tambah tiang pul up untuk temen <sup>2</sup> yg suka calistenik mau pun melatih skil atau pun yg sekedar olahraga
45	Lebih banyak lebih bagus
46	Ada lagi tempat gym
47	tingkatkan
48	semoga kedepannya lebih ditingkatkan lagi fasilitas untuk berolahraga nya, kenyamanannya juga
49	Ditingkatkan kualitas lapang, ring dan keamanan
50	Belum genap satu tahun, kondisi Lapang Merdeka Kota Sukabumi semakin mengkhawatirkan. Ada sejumlah kerusakan yang terjadi di ruang terbuka publik ini, diantaranya, Cat di jalur sepatu roda sudah banyak terkelupas, rusaknya rumput hijau akibat terinjak pengunjung, hingga sobeknya rubber yang terdapat pada jogging track.

Berdasarkan berbagai harapan yang dikemukakan oleh responden terkait fasilitas dan kondisi Lapang Merdeka Kota Sukabumi, dapat disimpulkan bahwa mayoritas menginginkan peningkatan dan perbaikan pada berbagai aspek. Secara umum, harapan-harapan tersebut mencakup berbagai aspek, termasuk kebersihan lapangan, pemeliharaan fasilitas, pengawasan dan penertiban, penambahan fasilitas, serta penghargaan terhadap kebersihan lingkungan. Rata-rata harapan tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

Pertama, responden menyoroti pentingnya menjaga kebersihan lapangan. Harapan utama adalah agar fasilitas toilet umum ditingkatkan dan dirawat secara berkala. Beberapa responden

juga menginginkan pengurangan atau penertiban pengamen, serta peningkatan pengawasan terhadap para pedagang di sekitar lapangan.

Kedua, terdapat harapan untuk perbaikan dan pemeliharaan fasilitas yang sudah ada, seperti sarana olahraga, pencahayaan, dan area hijau. Responden berharap agar fasilitas yang sudah ada dapat diperbaiki secara rutin untuk menjaga kualitasnya.

Ketiga, banyak responden menginginkan pengawasan yang lebih ketat terhadap perilaku yang dapat merusak fasilitas atau mengganggu kegiatan olahraga di lapangan. Permintaan ini mencakup penertiban pedagang kaki lima, pengamen, hingga penerapan aturan terkait kebersihan lingkungan.

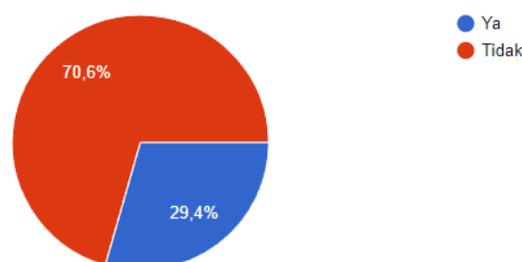
Keempat, beberapa responden mengharapkan penambahan fasilitas seperti tempat parkir, toilet umum, dan area penghijauan. Terdapat pula harapan untuk revitalisasi dan peningkatan track jalan di lapangan, guna memenuhi kebutuhan masyarakat yang lebih luas.

Kelima, sebagian besar harapan juga menunjukkan keinginan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap kebersihan lingkungan. Hal ini diharapkan dapat dicapai melalui edukasi dan penegakan aturan yang lebih ketat. Dengan demikian, kesimpulan dari harapan-harapan tersebut mencerminkan aspirasi masyarakat untuk menjadikan Lapangan Merdeka Kota Sukabumi sebagai tempat yang bersih, terawat, dan nyaman bagi semua penggunanya. Pada bagian hasil hanya dituliskan hasil penelitian yang berisikan data yang didapat pada penelitian atau hasil observasi lapangan beserta interpretasi analisis data.

Dalam indikator keterlibatan ada beberapa kuesioner yang harus dijawab oleh responden meliputi terlibat dalam komunitas/kelompok serta waktu pelaksanaan Intensitas datang. Berikut hasil dari responden (Muhammad Nurul Akbar, 2019).

10. Apakah anda ikut dalam suatu komunitas aktivitas fisik atau olahraga?

51 jawaban

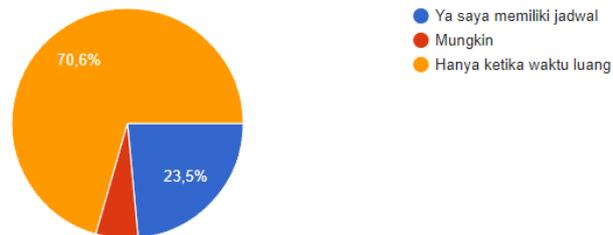


Gambar 4. Keterlibatan dalam komunitas

Pada gambar 4 dalam diagram tersebut para responden menyatakan bahwa 70,6% masyarakat tidak terlibat dalam suatu komunitas dan hanya 29,4% saja yang terlibat dalam komunitas untuk berolahraga di lapang merdeka Sukabumi.

11. Apakah beraktivitas fisik di Lapang Merdeka Kota Sukabumi sudah menjadi rutinitas?

51 jawaban

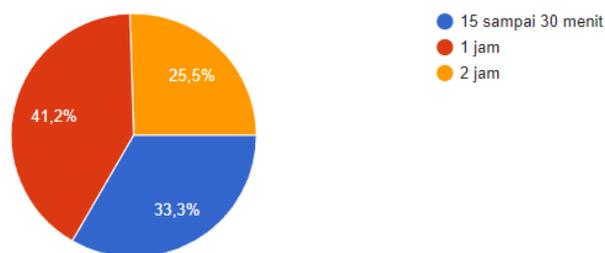


Gambar 1. Rutinitas Aktivitas Fisik

Dilihat dari gambar 3 yang mempertanyakan apakah orang-orang di Sukabumi selalu melakukan rutinitas olahraga di lapang merdeka Sukabumi, jawabannya responden sebanyak 70,6% hanya ketika waktu luang saja dan 23,5% yang memiliki jadwal berolahraga di lapang merdeka. Jadi dapat disimpulkan bahwa masyarakat di Sukabumi hanya melakukan olahraga disaat waktu luang saja atau *weekend* dan hanya sebagian orang yang memiliki jadwal untuk berolahraga di lapang tersebut.

6. Berapa lama waktu yang anda gunakan untuk melakukan aktivitas fisik tersebut?

51 jawaban

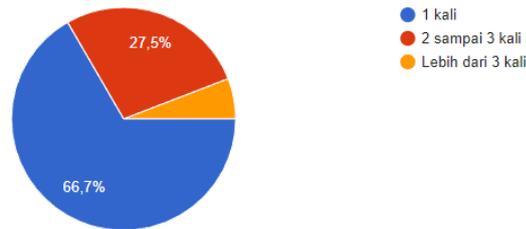


Gambar 5. Durasi Olahraga

Pada gambar 5 menyatakan masyarakat Sukabumi memiliki durasinya masing-masing untuk beraktivitas atau berolahraga di lapang merdeka, seperti yang ada di diagram tersebut para responden menjawab 41,2% memiliki durasi 1 jam untuk berolahraga, 33,3% memiliki durasi 15 sampai 30 menit untuk berolahraga dan 25,5% memiliki durasi 2 jam untuk berolahraga.

12. Berapa kali dalam seminggu anda beraktivitas fisik di Lapangan Merdeka Kota Sukabumi?

51 jawaban

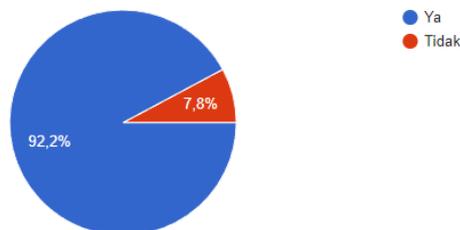


Gambar 6. Frekuensi Masyarakat Berolahraga Di Lapangan Merdeka

Pada gambar 6 masyarakat Sukabumi memiliki aktivitas yang berbeda-beda yaitu 66,7% masyarakat hanya berolahraga 1 kali dalam seminggu dan hanya 27,5% masyarakat Sukabumi berolahraga 2 sampai 3 kali dalam seminggu.

4. Apakah anda merasa antusias untuk beraktivitas fisik di Lapangan Merdeka Kota Sukabumi?

51 jawaban



Gambar 7. Antusias Berolahraga di Lapangan Merdeka

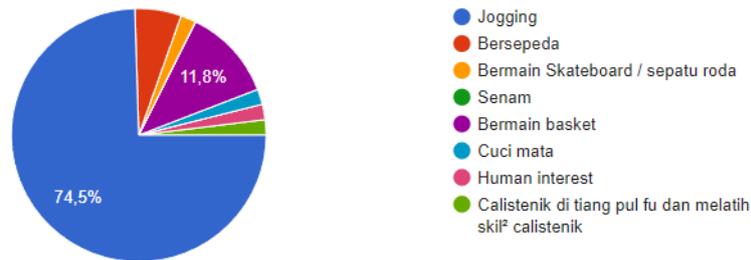
Pada gambar 7 menyatakan antusias masyarakat berolahraga di lapangan merdeka Sukabumi, dan survei yang telah dilakukan para responden menjawab bahwa 92,2% merasa antusias untuk berolahraga di lapangan merdeka dan hanya 7,8% tidak antusias untuk berolahraga di lapangan merdeka tersebut. Jadi dapat disimpulkan bahwa masyarakat Sukabumi masih memiliki antusias yang tinggi untuk melakukan olahraga di lapangan merdeka Sukabumi.

Pada bagian motivasi ada beberapa indikator pada pertanyaan/kuesioner seperti kebutuhan fisiologis, kebutuhan akan perasaan aman, kebutuhan sosial, dan kebutuhan untuk aktualisasi diri pada fasilitas ruang publik lapangan merdeka Sukabumi. Berikut hasil kuesioner minat pada indikator kebutuhan fisiologis, kebutuhan akan perasaan aman, kebutuhan sosial, dan kebutuhan untuk aktualisasi diri.

5. Aktivitas Fisik apa yang anda lakukan di Lapang Merdeka Kota Sukabumi?

Salin

51 jawaban

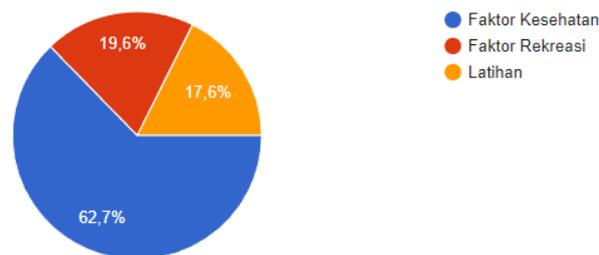


Gambar 8. Aktivitas Fisik Yang Dilakukan

Pada gambar 8 tersebut menggambarkan distribusi aktivitas fisik yang dilakukan oleh responden di Lapangan Merdeka. Mayoritas responden, sebanyak 74,5%, memilih jogging sebagai aktivitas fisik utama mereka di lokasi tersebut. Selain itu, terdapat 11,8% responden yang memilih bermain basket sebagai pilihan aktivitas fisik utama mereka di lapangan tersebut. Diagram juga mencatat bahwa terdapat variasi aktivitas fisik lainnya yang dipilih oleh responden, seperti bersepeda, senam, dan lain sebagainya,

7. Kenapa anda memilih aktivitas fisik tersebut?

51 jawaban

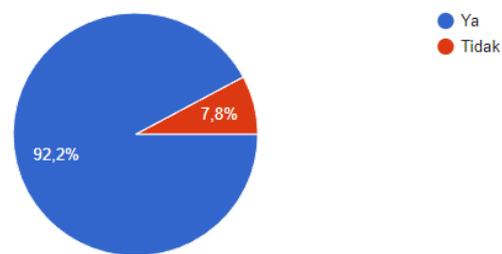


Gambar 9. Pilihan Aktivitas Fisik

Diagram pada gambar 9 menggambarkan hasil dari pertanyaan dalam formulir yang menanyakan alasan para responden memilih aktivitas fisik tertentu. Hasil tersebut dianalisis dalam persentase untuk memberikan gambaran proporsi dari setiap faktor motivasi. Dari data yang diperoleh, dapat dilihat bahwa mayoritas responden, sebanyak 62,7%, memilih aktivitas fisik karena dipengaruhi oleh faktor kesehatan. Ini menunjukkan bahwa aspek kesehatan menjadi motif utama di antara partisipan dalam memilih jenis aktivitas fisik yang mereka lakukan. Sementara itu, sebanyak 19,6% responden menyatakan bahwa faktor rekreasi memotivasi mereka untuk memilih aktivitas fisik tertentu. Hal ini menunjukkan bahwa

sebagian responden melihat aktivitas fisik sebagai sarana rekreasi dan hiburan. Selain itu, sekitar 17,6% responden menjawab bahwa faktor latihan menjadi alasan utama dalam pemilihan aktivitas fisik. Hal ini menandakan bahwa sebagian kecil responden lebih fokus pada aspek pengembangan fisik dan latihan khusus dalam memilih jenis aktivitas fisik yang dijalani.

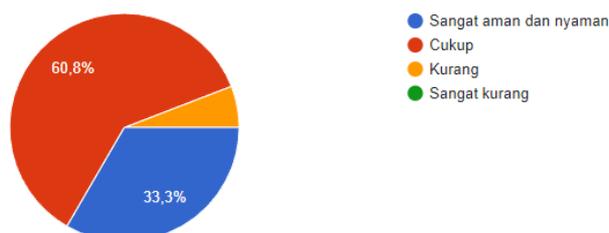
8. Apakah aktivitas fisik yang anda lakukan merupakan suatu kebutuhan?  
51 jawaban



Gambar 10. Aktivitas Fisik Sebuah Kebutuhan

Diagram tersebut merepresentasikan hasil dari pertanyaan pada formulir terkait apakah aktivitas fisik yang dilakukan dianggap sebagai kebutuhan. Dalam analisis data, dapat diamati bahwa sebagian besar responden, sebanyak 92,2%, menyatakan bahwa aktivitas fisik yang mereka lakukan dianggap sebagai kebutuhan. Sementara itu, 7,8% responden menyatakan bahwa aktivitas fisik tidak dianggap sebagai kebutuhan. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar masyarakat remaja, yaitu sebanyak 92,2%, menganggap aktivitas fisik sebagai kebutuhan dalam kehidupan mereka. Meskipun demikian, terdapat 7,8% responden yang tidak sepakat. Simpulan ini menunjukkan bahwa meskipun mayoritas mengakui pentingnya aktivitas fisik, variabilitas pandangan perlu diperhatikan dalam merancang program atau kebijakan yang lebih inklusif dan sesuai dengan kebutuhan berbagai kelompok remaja.

13. Apakah anda merasa aman dan nyaman ketika beraktivitas fisik di Lapangan Merdeka Kota Sukabumi?  
51 jawaban

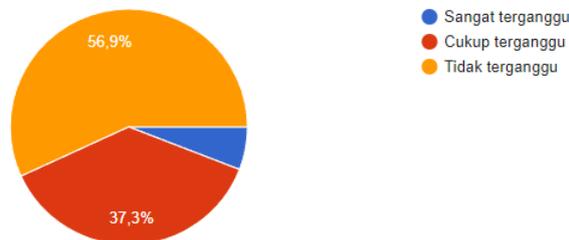


Gambar 11. Sistem Keamanan

Dalam form tersebut, pertanyaan diajukan apakah responden merasa nyaman dalam melakukan aktivitas fisik di lokasi tersebut. Hasilnya, sebanyak 60,8% responden mengindikasikan bahwa mereka merasa cukup nyaman, sementara 33,3% menyatakan merasa sangat aman dan nyaman.

14. Apakah anda merasa terganggu dengan adanya pedagang di pinggir ketika anda beraktivitas fisik?

51 jawaban



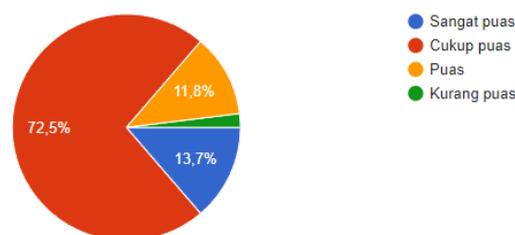
Gambar 12. Gangguan Pedagang

Diagram form ini mencerminkan persepsi masyarakat terkait gangguan yang mungkin dialami saat berolahraga akibat keberadaan pedagang pinggirannya. Dengan persentase 56,9% responden yang menyatakan "Tidak Terganggu" dan 37,3% yang menyatakan "Cukup Terganggu," kita dapat merinci tingkat kenyamanan atau gangguan yang dirasakan oleh responden.

Mayoritas responden, sebanyak 56,9%, mengindikasikan bahwa keberadaan pedagang di pinggir tidak mengganggu mereka ketika berolahraga. Hal ini bisa mencerminkan toleransi atau penerimaan terhadap kehadiran pedagang tersebut, atau mungkin juga menunjukkan bahwa lokasi tersebut memberikan ruang yang cukup untuk aktivitas fisik tanpa gangguan yang signifikan.

23. Apakah anda merasa puas setelah beraktivitas fisik di Lapangan Merdeka Kota Sukabumi ini?

51 jawaban



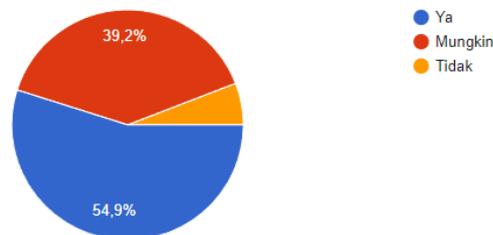
Gambar 13. Tingkat Kepuasan

Diagram form tersebut merepresentasikan tingkat kepuasan responden setelah beraktivitas fisik di Lapangan Merdeka Kota Sukabumi. Dari total responden, 72,5% menyatakan bahwa mereka merasa cukup puas dengan pengalaman beraktivitas fisik tersebut. Sementara itu, sebanyak

13,7% responden mengungkapkan bahwa mereka merasa sangat puas, dan 11,8% menyatakan bahwa mereka merasa puas.

17. Apakah beraktivitas fisik di Lapang Merdeka Kota Sukabumi juga sebagai sarana untuk bersosialisasi dengan masyarakat lain?

51 jawaban

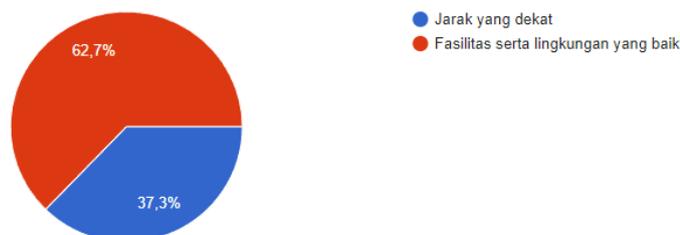


Gambar 14. Sosialisasi

Diagram form tersebut mencerminkan persepsi dan kecenderungan responden terkait pertanyaan apakah beraktivitas fisik di Lapang Merdeka Kota Sukabumi juga berfungsi sebagai sarana untuk bersosialisasi dengan masyarakat lain. Berdasarkan hasil jawaban, sebanyak 54,9% dari total responden memberikan jawaban positif dengan menyatakan "IYA", sedangkan 39,2% menyatakan bahwa mungkin beraktivitas fisik di tempat tersebut juga menjadi sarana untuk bersosialisasi.

3. Mengapa anda memilih untuk beraktivitas fisik di Lapang Merdeka Kota Sukabumi? [Salin](#)

51 jawaban



Gambar 15. Pilihan Lokasi

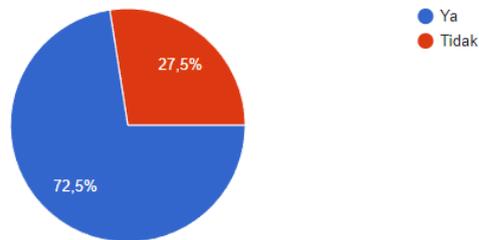
Diagram ini mencerminkan hasil dari form yang bertanya, "Mengapa anda memilih untuk beraktivitas fisik di Lapang Merdeka Kota Sukabumi?" Hasilnya ditunjukkan dalam persentase, dan dapat disajikan dalam bentuk diagram batang atau lingkaran.

Dalam analisisnya, sebanyak 62,7% responden memberikan respon yang menekankan pentingnya fasilitas dan lingkungan yang baik sebagai faktor utama dalam memilih untuk beraktivitas fisik di Lapang Merdeka. Hal ini mencerminkan kebutuhan akan fasilitas yang memadai dan lingkungan yang mendukung sebagai motivasi utama masyarakat remaja.

Sementara itu, sekitar 37,3% responden menjawab bahwa jarak yang dekat menjadi alasan utama mereka memilih untuk beraktivitas fisik di Lapang Merdeka. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian responden lebih memilih kenyamanan jarak yang singkat untuk mengakses fasilitas tersebut sebagai pertimbangan utama dalam melakukan aktivitas fisik.

2. Apakah Lapang Merdeka Kota Sukabumi adalah pilihan utama sebagai tempat berolahraga?

51 jawaban

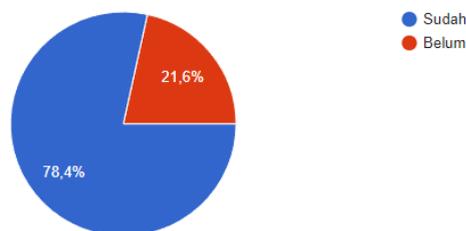


Gambar 16. Lapang Merdeka Sebagai Pilihan Utama

Diagram form tersebut menggambarkan hasil dari pertanyaan "Apakah Lapang Merdeka Kota Sukabumi adalah pilihan utama sebagai tempat berolahraga?" yang diberikan kepada responden. Dari data yang dikumpulkan, terlihat bahwa mayoritas responden, sebanyak 72,5%, menjawab "IYA" sebagai pilihan utama mereka untuk berolahraga di Lapang Merdeka. Sebaliknya, sekitar 27,5% responden menjawab "Tidak".

15. Apakah aktivitas fisik, olahraga, atau kegiatan lain yang anda lakukan disini sudah terfasilitasi?

51 jawaban

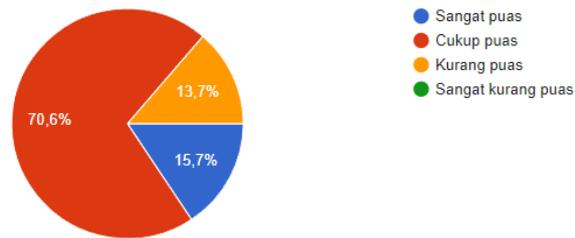


Gambar 17. Fasilitas Olahraga

Diagram form yang menggambarkan pertanyaan "Apakah aktivitas fisik, olahraga, atau kegiatan lain yang anda lakukan disini sudah terfasilitasi?" menghasilkan data yang menarik. Dalam survei ini, 78,4% dari total responden menyatakan bahwa aktivitas fisik atau kegiatan yang mereka lakukan di lokasi tersebut sudah terfasilitasi. Sebaliknya, 21,6% responden menyatakan bahwa fasilitas untuk aktivitas fisik mereka masih belum memadai.

16. Apakah anda merasa senang atau puas dengan fasilitas yang diberikan oleh pemerintah?

51 jawaban



Gambar 18. Kepuasan Fasilitas

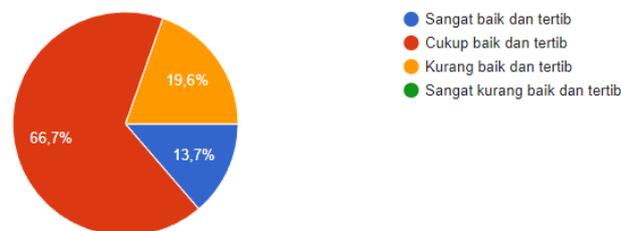
Diagram form tersebut mencerminkan tanggapan dari responden terkait tingkat kepuasan mereka terhadap fasilitas yang disediakan oleh pemerintah. Dengan total persentase sebesar 100%, distribusi jawaban responden memberikan gambaran yang jelas mengenai sentimen masyarakat terhadap kualitas fasilitas tersebut.

Sebagian besar responden, sebanyak 70,6%, menyatakan bahwa mereka merasa cukup puas dengan fasilitas yang diberikan. Peningkatan kepuasan ini dapat dianggap sebagai indikator positif terhadap upaya pemerintah dalam menyediakan fasilitas publik yang memenuhi kebutuhan masyarakat.

Sebanyak 15,7% responden menyatakan bahwa mereka sangat puas dengan fasilitas yang diberikan. Persentase ini mencerminkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kepuasan yang tinggi terhadap kualitas dan pelayanan fasilitas publik tersebut.

18. Apakah sikap masyarakat di sekitar Lapangan Merdeka Kota Sukabumi sudah cukup baik serta tertib?

51 jawaban



Gambar 19. Tingkat Ketertiban

Diagram formulir tersebut mencerminkan tanggapan responden terhadap pertanyaan mengenai sikap masyarakat di sekitar Lapangan Merdeka Kota Sukabumi. Dalam menganalisis diagram, ditemukan bahwa mayoritas responden, sebanyak 66,7%, menyatakan bahwa sikap masyarakat

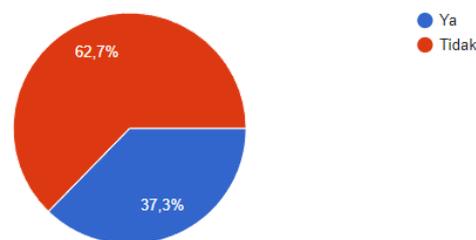
di sekitar Lapangan Merdeka sudah cukup baik dan tertib. Ini mengindikasikan persepsi positif terhadap perilaku dan keteraturan masyarakat di area tersebut.

Sebaliknya, 19,6% dari responden menyatakan bahwa sikap masyarakat kurang baik dan tertib. Meskipun jumlahnya lebih kecil dibandingkan dengan yang menyatakan sikap baik, hal ini menunjukkan adanya persepsi negatif terhadap tingkat keteraturan dan perilaku masyarakat di sekitar Lapangan Merdeka.

Sejumlah 13,7% responden menyatakan bahwa sikap masyarakat sangat baik dan tertib. Persentase ini, meskipun tidak mendominasi, mencerminkan bahwa ada kelompok responden yang melihat masyarakat di sekitar Lapangan Merdeka sebagai sangat baik dan tertib.

9. Apakah aktivitas fisik yang anda lakukan bertujuan untuk mengembangkan bakat anda?

51 jawaban



Gambar 20. Tujuan Beraktivitas Fisik

Dalam diagram form ini, diperoleh data yang menunjukkan tanggapan para responden terhadap pertanyaan apakah aktivitas fisik yang mereka lakukan bertujuan untuk mengembangkan bakat pribadi. Sebanyak 62,7% dari total responden memberikan jawaban tegas dengan "YA," menunjukkan bahwa mayoritas dari mereka melibatkan diri dalam aktivitas fisik dengan kesadaran dan motivasi untuk mengembangkan bakat individu. Sebaliknya, sekitar 37,3% responden menyatakan "Tidak," mengindikasikan bahwa sebagian dari mereka melihat aktivitas fisik sebagai kegiatan tanpa tujuan khusus untuk pengembangan bakat.

## Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Lapangan Merdeka Sukabumi menarik minat masyarakat remaja, dengan mayoritas memberikan penilaian positif terhadap fasilitasnya. Mayoritas responden, sekitar 65,7%, menyatakan cukup baik, 19,6% baik, dan 13,7% sangat baik. Meski demikian, ada harapan untuk peningkatan, terutama terkait penambahan WC umum, kebersihan, dan pengaturan kehadiran pedagang.

Dalam aspek motivasi, faktor kesehatan menjadi dorongan utama, terutama dalam aktivitas jogging yang dipilih oleh 74,5% responden. Mayoritas merasa nyaman dan aman di Lapang Merdeka (60,8%), dan keberadaan pedagang tidak terlalu mengganggu (56,9%). Aktivitas fisik juga dianggap sebagai sarana sosialisasi oleh 54,9% responden.

Kesimpulannya, Lapang Merdeka Sukabumi memiliki daya tarik yang tinggi bagi masyarakat remaja, terutama dalam aspek kesehatan dan aktivitas fisik seperti jogging. Meskipun mayoritas puas dengan fasilitas, ada harapan untuk peningkatan tertentu. Implikasinya, perhatian lebih lanjut dari pemerintah dan pihak terkait diperlukan untuk meningkatkan dan memelihara fasilitas agar dapat mendukung gaya hidup sehat dan aktif di kalangan remaja secara efektif dan efisien (Wulansari & Jatiningsih, 2022).

#### **IV. KESIMPULAN**

Mayoritas masyarakat remaja di Lapang Merdeka Kota Sukabumi menunjukkan minat dan motivasi tinggi terhadap aktivitas fisik di ruang publik ini. Penilaian positif diberikan terhadap fasilitas Lapang Merdeka, meskipun terdapat harapan untuk peningkatan kebersihan dan pemeliharaan fasilitas. Keterlibatan dalam komunitas olahraga terbilang sedikit, dengan sebagian besar berolahraga pada waktu luang atau akhir pekan, dengan durasi rata-rata sekitar 1 jam dan sebagian besar hanya sekali seminggu. Faktor motivasi kesehatan menjadi alasan utama masyarakat remaja memilih aktivitas fisik di lapangan ini, diikuti dengan rekreasi dan latihan (K. P. Agung, n.d.). Sebagian besar responden menganggap aktivitas fisik sebagai kebutuhan hidup, dan tingkat kepuasan terhadap fasilitas yang disediakan oleh pemerintah relatif tinggi, mencerminkan efektivitas upaya pemerintah dalam memenuhi kebutuhan masyarakat.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Adhiani Wakhidah Kurniawati, N., Soedarto, J. H., & Kampus Tembalang, S. (2021). Pola Perilaku Pesepeda Di Ruang Publik Pusat Kota Semarang Selama Pandemi Covid-19. *Ruang Publik Pusat Kota Semarang*, 4, 2021.
- Agamben, G. (2022). Social Distancing. *Lotus International*, 173, 90–91. <https://doi.org/10.7202/1079446ar>
- Agung, A. N., Rudi, R., Indrayogi, I., & ... (2022). Survei Minat Masyarakat Majalengka Melakukan Kegiatan Olahraga Rekreasi di Ruang Terbuka Kabupaten Majalengka. ... *Physical Education and ...*, 2(2), 192–201.
- Agung, K. P. (n.d.). *PERAN MEDIA SOSIAL DALAM PENINGKATAN KINERJA SATUAN RESERSE KRIMINAL (SATRESKRIM) POLRES PELABUHAN TANJUNG PERAK*

SURABAYA. 02(01), 7823–7830.

- Ardiyanto, D., & Mustafa, P. S. (2021). Upaya Mempromosikan Aktivitas Fisik dan Pendidikan Jasmani via Sosio-Ekologi. *Jurnal Pendidikan: Riset Dan Konseptual*, 5(2), 169–177. [https://doi.org/10.28926/riset\\_konseptual.v5i2.331](https://doi.org/10.28926/riset_konseptual.v5i2.331)
- Fadhila, N., Aliyah, I., & Permana, C. T. H. (2023). Pemanfaatan Ruang Publik Kawasan Kuliner sebagai Destinasi Wisata di Kota Padang Panjang, Sumatera Barat. *Desa-Kota*, 5(1), 172. <https://doi.org/10.20961/desa-kota.v5i1.69452.172-183>
- Farhan, M., Rosyadi, A. F., Rudini, D., Mulyani, S., Inayati, S., Rohmah, M., Maghfirawati, O., Sari, A. K., Afrilia, F. N., Aulia, E. S., Fardiyah, E. H., Gini, S., Rizma, R., Fatiha, A., Gumilang, F., & Rizki, A. T. (n.d.). *Peningkatan Fasilitas Desa Melalui Pembuatan Dan Pemasangan Papan Nama Toga , Plang Aparatur Desa Dan Mading Di Desa Sido Mukti. 1*, 10–14.
- Hamzah, Y. A., Mangarengi, A. A., & Buana, A. P. (2020). Analisis Yuridis Perkawinan Dibawah Umur Melalui Kewenangan Kantor Urusan Agama (Studi Kasus di KUA Kabupaten Bantaeng). *Pleno Jure*, 9(2), 119–128. <https://doi.org/10.37541/plenojure.v9i2.431>
- Kadewa, A. L. P., & Setiawan, T. (2023). Penerapan Arsitektur Digital Kontemporer Terhadap Fasilitas Pelatihan Tim Nasional Esport & Hub Cikini. *Jurnal Sains, Teknologi, Urban, Perancangan, Arsitektur (Stupa)*, 5(2), 1507–1518. <https://doi.org/10.24912/stupa.v5i2.24296>
- Khodija, U., Gunawan, B., Hidayati, N., Werdini, Y. E., & Nugraheni, F. (2023). Berpartisipasi Pada Car Free Day Dengan Pameran Kesehatan dan Konseling Gizi Sebagai Upaya Membudayakan Pola Hidup Sehat Warga Kota Surabaya. *JPM17: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 8(2), 14–24.
- Latawan, W., Sela, R. L. E., & Rengkung, M. M. (2021). Evaluasi Kesesuaian Ruang Publik Layak Anak Di Kota Manado. *Jurnal Spasial*, 8(3), 478–487.
- Lestyoningsih, I. H. (2022). Literatur Review: Aktivitas Fisik pada Usia Anak dan Remaja di Masa Pandemi Covid-19. *Prosiding Seminar Nasional Spencer*, 1(1), 58–65.
- Lolowang, M. A., Manampiring, A. E., Kairupan, B. H. R., & Surya, W. S. (2023). Hubungan Perilaku Aktivitas Fisik dan Penggunaan Screen Time dengan Status Gizi pada Pemuda GMIM Kawangkoan. *E-CliniC*, 11(2), 185–191. <https://doi.org/10.35790/ecl.v11i2.44903>
- Lubis, U. H., & Azhar, A. A. (2023). Trend Library Cafe Dalam Mendukung Minat Baca Generasi Muda. *Journal of Education Research*, 4(2), 732–741.
- Makmur, S. M., Dunggio, R., Pilomonu, M. Z., & Maulana, R. (2023). Penguatan Nasionalisme Melalui Pembelajaran Pancasila dan Metode Repetisi bagi Siswa di Sanggar Bimbingan Rawang Selangor, Malaysia. *Buletin KKN Pendidikan*, 5(1), 74–83. <https://doi.org/10.23917/bkkndik.v5i1.22671>
- Mega Wulandari. (2021). Motivasi Masyarakat Melakukan Aktivitas Fisik Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Menssana*, 6(2), 201–209.

- Muhammad Nurul Akbar, A. (2019). KONSEP SPORT DEVELOPMENT INDEX (SDI) SEBAGAI TOLOK UKUR PEMBANGUNAN OLAHRAGA DI KABUPATEN PATI. *Jurnal Ilmiah Keolahragaan*, 2.
- Putu, G. (2023). Motivasi Masyarakat Untuk Melakukan Aktivitas Olahraga. *Lincoln Arsyad*, 3(2), 1–46.
- Saleh, M. (2019). Latihan dan aktivitas fisik untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis. *Journal Power Of Sports*, 12–22(9), 1689–1699. <http://e-journal.unipma.ac.id/index.php/JPOS/article/view/4005>
- Ufie, A. J. R. (2021). Ruang Publik sebagai Tempat Wisata Kaum Milenial Kota Ambon. *Media Wisata*, 19(1), 11–21. <https://doi.org/10.36276/mws.v19i1.62>
- Wulansari, R., & Jatiningsih, O. (2022). Strategi Kampanye Stop Pernikahan Usia Anak Desa Sidomulyo Kecamatan Ngadirojo Kabupaten Pacitan. *Kajian Moral Dan Kewarganegaraan*, 11(1), 96–113. <https://doi.org/10.26740/kmkn.v11n1.p96-113>