



**SURVEI PENDAPAT PENTINGNYA BEROLAHRAGA  
SANTRI PONDOK PESANTREN ROUDLOTUL  
MUBTADIIN BALEKAMBANG KABUPATEN JEPARA**

**SKRIPSI**

**diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1  
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan  
pada Universitas Negeri Semarang**

**oleh**

**Mukhammad Bakharudin**

**6101415140**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS  
NEGERI SEMARANG**

**2019**

## ABSTRAK

**Mukhammad Bakharudin. 2019.** *Survei Pendapat Pentingnya Berolahraga Santri Pondok Pesantren Roudlotul Muftadiin Balekambang Kabupaten Jepara.* Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. Pembimbing: Dra Anirotul Qoriah, M.Pd.

Kata Kunci: Olahraga, Santri

Berdasarkan hasil observasi awal, tidak adanya aktifitas berolahraga bagi santri akibat dari padatnya kegiatan santri Pondok Pesantren Roudlotul Muftadiin mulai dari sekolah formal dan belajar agama sehingga mengakibatkan santri tidak mendapatkan waktu untuk berolahraga. Permasalahan dalam penelitian ini bagaimana pendapat pentingnya berolahraga santri Pondok Pesantren Roudlotul Muftadiin Balekambang Kabupaten Jepara. Tujuan penelitian untuk mengetahui pendapat pentingnya berolahraga santri Pondok Pesantren Roudlotul Muftadiin Balekambang Kabupaten Jepara.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan metode survei metode pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, angket atau kuesioner dan dokumentasi. Variabel dalam penelitian ini adalah pendapat pentingnya berolahraga santri. Populasi dalam penelitian ini adalah santri Pondok Pesantren Roudlotul Muftadiin dengan jumlah santri putra 1500 dan santri putri 1000. Teknik penarikan *sampling insidental*, jumlah responder 96 cara menentukannya menggunakan rumus slovin dan analisis data menggunakan statistik deskriptif presentase. Instrumen penelitian berupa 35 butir soal setelah di uji coba instrumen di ponpes al-asror semarang yang valid 25 butir soal. Teknik analisis data menggunakan penelitian deskriptif kualitatif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi berolahraga sebagai berikut, kategori sangat tinggi 42 (43%), kategori tinggi 54 (56%), kategori cukup 1 (1%), kategori rendah dan sangat rendah 0 (0%). Minat berolahraga sebagai berikut, kategori sangat tinggi 58 (60%), kategori tinggi 36 (38%), kategori cukup 2 (2%), kategori rendah dan sangat rendah 0 (0%). Pendapat santri tentang berolahraga masih belum benar bahwa aktifitas berat yang mengeluarkan keringat dianggap sebagai olahraga, sedangkan anggapan santri bahwa olahraga itu penting karena mereka sadar akan kesehatan. Pendapat pentingnya berolahraga santri ini dipengaruhi oleh sarana dan prasarana olahraga ini dikarenakan sarana dan prasarana disana masih kurang dan tidak adanya aktifitas berolahraga bagi santri sehingga santri memiliki pendapat tidak benar mengenai olahraga itu sendiri

Motivasi berolahraga dalam kategori tinggi presentase 56% sedangkan minat berolahraga dalam kategori sangat tinggi presentase 60%. Pendapat berolahraga santri tidak benar sedangkan santri beranggapan bahwa olahraga itu penting bagi kesehatan, sarana dan prasarana masih kurang sehingga tidak adanya aktifitas berolahraga. Saran bagi pihak yayasan pondok pesantren hendaknya memperhatikan berolahraga santri dengan memberikan dukungan berupa fasilitas olahraga yang baik, memodifikasi peraturan pondok pesantren atau menambahkan tentang peraturan berolahraga. Saran bagi santri pondok pesantren hendaknya selalu memperhatikan pola hidup sehat salah satunya dengan melakukan aktifitas berolahraga dengan menghilangkan anggapan bahwa berolahraga hanyalah sebuah aktifitas yang buang-buang waktu saja.

## ABSTRACT

Mukhammad Bakharudin. 2019. Survey the Opinion of the Importance of Exercising in Students of Roudlotul Muftadiin Balekambang Islamic Boarding School Jepara Regency. Final Project. Department of Physical Health and Recreation Education, Faculty of Sport Sciences, Semarang State University. Advisor: DraAnirotulQoriah, M.Pd.

**Keywords: Sports, Santri.**

Based on the results of preliminary observations, the absence of exercise activities for the santri as a result of the intensive activities of the RoudlotulMuftadiin Islamic Boarding School students started from formal schooling and religious studies that are impact in students not getting time to do exercise. The problem in this study is what are santri's opinions about the importance of exercising in the Roudlotul Muftadiin Balekambang Islamic Boarding School in Jepara Regency. The purpose of the study was to find out the opinion of the importance of exercising santri at the Roudlotul Muftadiin Islamic Boarding School in Balekambang, Jepara Regency.

This research is quantitative research using a survey method of data collection methods using observations, interviews, questionnaires, and documentation. The variable in this study is the opinions of the importance of exercising santri. The population in this study were Roudlotul Muftadiin Islamic boarding school students with 1500 male students and 1000 female students. Incidental sampling technique, 96 responder numbers determined using Slovin formula and data analysis using percentage descriptive statistics. The research instrument consisted of 35 items after the instrument was tested in Ponpes Al-Asror, Semarang, which was valid for 25 items. Data analysis techniques used qualitative descriptive research.

The results showed that exercise motivation was as follows, very high category 42 (43%), high category 54 (56%), sufficient category 1 (1%), low category and very low 0 (0%). Interest in exercising as follows, very high category 58 (60%), high category 36 (38%), sufficient category 2 (2%), low category and very low 0 (0%). The opinions of santri about exercise are still not true that heavy activities which emit sweat are considered as sports, while the attitude of santri that exercise is important because they are aware of health. The opinion of the importance of exercising santri is influenced by the facilities and infrastructure of sport because the facilities and infrastructure are still lacking and there is no exercise activity for the santri. So, santri have incorrect opinions about sport itself.

The motivation to exercise in the high category was 56% while the interest in exercising in the category was very high at 60%. The santri's sports opinions were incorrect while the santri considered that exercise is important for health, the facilities and infrastructure were lacking, so there was no exercise activity. Suggestions for the boarding school foundation should pay attention to exercising santri by providing support in the form of good sports facilities, modifying the rules of Islamic boarding schools or adding about the rules of exercise. Suggestions for santri boarding schools should pay attention to a healthy lifestyle, one of which is by exercising by eliminating the assumptions that exercise is just an activity that is only waste the time.

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Mukhammad Bakharudin

NIM : 6101415140

Jurusan/Prodi : PJKR/PJKR

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : Survei Pendapat Pentingnya Berolahraga Santri Pondok  
Pesantren Roudlotul Muhtadiin Balekambang Kabupaten  
Jepara

sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian tulisan dalam skripsi ini yang merupakan kutipan dari karya ahli atau orang lain, telah diberi penjelasan sumbernya sesuai dengan tata cara pengutipan.

Apabila pernyataan saya ini tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan Sanksi hukum sesuai ketentuan yang berlaku di wilayah Negara Republik Indonesia

Semarang, 28 Juni 2019

Yang menyatakan,



Mukhammad Bakharudin

NIM. 6101415140

**LEMBAR PERSETUJUAN**

Telah disetujui untuk diajukan dalam sidang Panitia Ujian Skripsi

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang Pada:

Hari : .....

Tanggal : .....

Mengetahui,

Ketua Jurusan PJKR



21/5/2019

Dr. Magiyo Hartono, M.Pd.  
NIP. 196109031988031002

Menyetujui,

Pembimbing



Dra. Anirotul Qoriah, M.Pd.  
NIP. 1965082119999032001

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi atas nama Mukhammad Bakharudin, NIM 6101415140, Progam Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi dengan Judul Survei Pendapat Pentingnya Berolahraga Santri Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadiin Balekambang Kabupaten Jepara. Telah dipertahankan dihadapan Sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari Jum'at, tanggal 28 Juni 2019

Panitia Ujian

  
Ketua  
Prof. Dr. Sandjo Rahayu, M.Pd  
NIP. 196103201984032001

  
Sekretaris  
Ipang Setiawan S.Pd., M.Pd  
NIP. 197508252008121001

Dewan Penguji


1. Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M.Pd  
NIP. 196510201991031002

(Penguji I)



2. Ranu Baskoro Aji Putra, S.Pd., M.Pd  
NIP. 197412151997031004

(Penguji II)



3. Dra. Anirotul Qoriah, M.Pd  
NIP. 1965082119999032001

(Penguji III)



## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

1. Hidup adalah perjuangan, perjuangan adalah pengorbanan, pengorbanan adalah keikhlasan, keikhlasan adalah ruh penggerak kehidupan, ruh penggerak kehidupan adalah indahnya menggarap PR surga (Abah Kyai Masrochan)

2. Jika cinta pada gurumu, maka jaga gurumu dengan perbuatanmu, ucapanmu dan tulisanmu. (Maulana Al-habib Muhammad Luthfi bin Ali bin Yahya)

3. Tuhan tidak menuntut kita untuk sukses, tuhan hanya menyuruh kita berjuang tanpa henti. Bila air yang sedikit dapat menyelamatkanmu (dari rasa haus), tak perlu meminta air lebih banyak yang barangkali dapat membuatmu tenggelam. Maka selalu belajar cukup dengan apa yang kamu miliki. (Muhammad Ainun Nadjib atau Cak Nun)

### **Persembahan:**

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

- Abah, ibu, abang, dan adik yang senantiasa memberikan semangat, doa dan biaya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
- Dosen-dosen PJKR UNNES yang selalu membimbing
- Rekan-Rekan seperjuangan PJKR 2015
- Teman-teman seperjuangan Rombel PJKR Bilingual Class 2015
- Almamater UNNES
- Tema-teman, seluruh jajaran ustad/ustadzah dan keluarga pengasuh almamater PP Durrotu Ahlisunnah Waljamaah

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul Survei Pendapat Pentingnya Berolahraga Santri Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadain Balekambang Kabupaten Jepara. Dengan demikian juga peneliti dapat menyelesaikan studi program sarjana, di Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.

Dengan selesainya penulisan skripsi ini, maka peneliti mengucapkan terima kasih yang tiada hentinya kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti menjadi mahasiswa UNNES;
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, yang telah memberikan izin dan kesempatan untuk menyelesaikan penulis skripsi ini.
4. Dra. Anirotul Qoriah, M.Pd selaku dosen pembimbing yang telah memberikan petunjuk, bimbingan dan dorongan motivasi dalam penulisan skripsi ini.
5. Bapak dan ibu Dosen Jurusan PJKR FIK UNNES, yang telah memberikan bekal ilmu dan pengetahuan kepada penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.



6. Pengasuh Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadiin Balekambang Kabupaten Semarang yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian ini
7. Bapak Nurdin Lubis M.Hum yang telah memberikan semua informasi tentang Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadiin Balekambang Kabupaten Semarang
8. Mas Muhammad Fajar yang telah membantu saya ketika melakukan observasi dan melakukan penelitian di Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadiin Balekambang Kabupaten Semarang
9. Semua responder santri Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadiin Balekambang Kabupaten Semarang yang telah membantu saya mengisi data penelitian
10. Rombel PJKR Bilingual Class 2015 yang tidak henti-hentinya selalu memberikan semangat dan dorongan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi
11. Seluruh almamater pondok pesantren durrotu ahlisunnah waljamaah yang telah memberikan fasilitas hidup dan memberikan dukungan selama kuliah dan menyelesaikan skripsi

12. Semua pihak yang tidak disebutkan satu persatu atas bantuan yang telah diberikan dalam penulisan skripsi ini. Semoga segala bantuan yang Bapak, Ibu serta Saudara berikan mendapat pahala yang berlimpah dari Allah SWT

Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna bagi semua pihak.

Semarang, 28 Juni 2019

Peneliti

Mukhammad Bakharudin

6101415140

## DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
PERNYATAAN.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	v
LEMBAR PENGESAHAN.....	vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	9
1.3 Pembatasan Masalah.....	9
1.4 Rumusan Masalah.....	9
1.5 Tujuan Penelitian.....	9
1.6 Manfaat Penelitian.....	10
1.6.1 Secara Teoritis.....	10
1.6.2 Secara Praktis.....	10
<b>BAB II LANDASAN TEORI.....</b>	<b>11</b>
2.1 Motivasi.....	11
2.1.1 Pengertian Motivasi bagi Olahraga.....	11
2.1.2 Peran Motivasi dalam Olahraga.....	15
2.1.3 Relevansi Motivasi dengan Kebutuhan Manusia.....	16
2.2 Minat.....	17
2.2.1 Pengertian Minat.....	17

2.2.2 Meningkatkan Minat.....	19
2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Minat .....	20
2.2.4 Hubungan Minat dengan Motivasi.....	20
2.3 Olahraga.....	21
2.3.1 Pengertian Olahraga.....	21
2.3.2 Peranan Olahraga.....	22
2.3.3 Kedudukan Olahraga di Pondok Pesantren.....	23
2.4 Pendidikan Jasmani.....	24
2.4.1 Pengertian Pendidikan Jasmani.....	24
2.4.2 Tujuan Pendidikan Jasmani.....	25
2.5 Pondok Pesantren.....	26
2.5.1 Definisi Pondok Pesantren.....	27
2.5.2 Jenis Pondok Pesantren.....	28
2.5.3 Pesantren Salafi.....	28
2.5.4 Pesantren Moderen.....	29
2.5.5 Peranan Pondok Pesantren.....	30
2.6 Kabupaten Jepara.....	31
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>33</b>
3.1 Jenis dan Desain Penelitian.....	33
3.2 Variabel Penelitian.....	33
3.3 Populasi, Sampel, dan Teknik Penarikan Sampel.....	34
3.3.1 Populasi.....	34
3.3.2 Sempel.....	35
3.3.3 Teknik Penarikan Sampel.....	36
3.4 Instrumen Penelitian.....	36
3.4.1 Uji Validitas.....	36
3.4.2 Uji Reliabilitas.....	40
3.5 Prosedur Penelitian.....	41
3.5.1 Skala Pengukuran Likert.....	42
3.5.2 Penentuan Validitas dan Reliabilitas.....	43
3.5.2.1 Pengujian Validitas.....	44

3.5.2.2 Pengujian Reliabilitas.....	44
3.5.1 Metode Pengumpulan Data.....	44
3.5.1.1 Observasi.....	44
3.5.1.2 Wawancara.....	45
3.5.1.3 Kuisoner (Angket).....	46
3.5.1.4 Dokumentasi.....	47
3.6 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penelitian.....	47
3.7 Teknik Analisis Data.....	48
3.7.1 Statistik deskriptif.....	49
3.7.1.1. Deskriptif Variabel Motivasi Berolahraga (X1).....	50
3.7.1.1. Deskriptif Variabel Minat Berolahraga (X2).....	51
3.7.2 Reduksi Data.....	53
3.7.3 Penyajian Data ( <i>Data Display</i> ).....	54
3.7.4 Penarikan Kesimpulan dan verifikasi.....	54
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>55</b>
4.1 Hasil Penelitian.....	55
4.1.1 Analisis Deskriptif Variabel Penelitian.....	55
4.1.1.1 Analisi Deskriptif Variabel Motivasi Berolahraga Santri Pondok Pesantren Roudlotul Muftadiin Balekambang Kabupaten Jepara.....	55
4.1.1.2 Analisi Deskriptif Variabel Minat Berolahraga Santri Pondok Pesantren Roudlotul Muftadiin Balekambang Kabupaten Jepara.....	62
4.1.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Motivasi dan Minat Santri Pondok Pesantren Roudlotul Muftadiin untuk Melakukan Aktivitas Olahraga.....	80
4.2 Pembahasan.....	81
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>86</b>
5.1 Simpulan.....	86
5.2 Saran.....	88
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>89</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>92</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Jadwal Kegiatan Harian.....	5
Tabel 3.1	Hasil Uji Variabel Motivasi Berolahraga (X1).....	37
Tabel 3.2	Hasil Uji Variabel Minat Berolahraga (X2).....	38
Tabel 3.3	Hasil Uji Reliabilitas Instrumen.....	41
Tabel 3.4	Jenjang Kriteria Variabel Motivasi Berolahraga.....	51
Tabel 3.5	Jenjang Kriteria Variabel Minat Berolahraga.....	53
Tabel 4.1	Statistik Deskriptif Variabel Motivasi Berolahraga.....	56
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Motivasi Berolahraga Santri Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadiin Balekambang Kabupaten Jepara.....	56
Tabel 4.3	Statistik Deskriptif Indikator Motivasi intrinsik.....	57
Tabel 4.4	Statistik Deskriptif Indikator Motivasi Ekstrinsik.....	58
Tabel 4.5	Distribusi Frekuensi Indikator Motivasi Intrinsik Santri Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadiin Balekambang Kabupaten Jepara.....	59
Tabel 4.6	Distribusi Frekuensi Indikator Motivasi ekstrinsik Santri Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadiin Balekambang Kabupaten Jepara.....	60
Tabel 4.7	Hasil Variabel Motivasi Berolahraga Tiap-tiap Indikator.....	61
Tabel 4.8	Deskripsi Tiap Indikator Motivasi ekstrinsik.....	62
Tabel 4.9	Statistik Deskriptif Variabel Minat Berolahraga.....	62
Tabel 4.10	Distribusi Frekuensi Minat Berolahraga Santri Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadiin Balekambang Kabupaten Jepara.....	63
Tabel 4.11	Statistik Deskriptif Indikator Dorongan dari dalam Individu.....	64
Tabel 4.12	Statistik Deskriptif Indikator Motif Sosial.....	64
Tabel 4.13	Statistik Deskriptif Indikator Faktor Emosional.....	65
Tabel 4.14	Distribusi Frekuensi Indikator Dorongan dari dalam Individu Santri Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadiin Balekambang Kabupaten Jepara.....	66
Tabel 4.15	Distribusi Frekuensi Indikator Motif Sosial Santri Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadiin Balekambang Kabupaten Jepara.....	67

Tabel 4.16	Distribusi Frekuensi Indikator Faktor Emosional Santri Pondok Pesantren Roudlotul Muftadiin Balekambang Kabupaten Jepara.....	68
Tabel 4.17	Hasil Variabel Minat Tiap-tiap Indikator.....	69
Tabel 4.18	Deskripsi Tiap Indikator Dorongan dari dalam Individu.....	69
Tabel 4.19	Deskripsi Tiap Indikator Motif Sosial.....	70
Tabel 4.20	Deskripsi Tiap Indikator Faktor Emosional.....	70
Tabel 4.21	Hasil Wawancara Pendapat Pentingnya Berolahraga Santri Pondok Pesantren Roudlotul Muftadiin Balekambang Kabupaten Jepara.....	71
Tabel 4.22	Hasil Pengamatan Aktivitas Berolahraga Santri Pondok Pesantren Roudlotul Muftadiin Balekambang Kabupaten Jepara.....	75
Tabel 4.23	Hasil Pengamatan Sarana Prasarana di Pondok Pesantren Roudlotul Muftadiin Balekambang Kabupaten Jepara.....	78

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Topik Skripsi.....	93
Lampiran 2	Surat Keputusan Dosen Pembimbing.....	94
Lampiran 3	Surat Ijin Observasi.....	95
Lampiran 4	Hasil Observasi .....	97
Lampiran 5	Surat Balasan Observasi.....	102
Lampiran 6	Pengesahan Proposal Skripsi.....	103
Lampiran 7	Surat Izin Penelitian.....	104
Lampiran 8	Surat Balasan Penelitian.....	105
Lampiran 9	Pedoman Instrumen Wawancara.....	106
Lampiran 10	Pedoman Wawancara Pengurus.....	107
Lampiran 11	Pedoman Wawancara Santri.....	109
Lampiran 12	Hasil Wawancara Pengurus.....	111
Lampiran 13	Hasil Wawancara Santri.....	116
Lampiran 14	Rancangan Kisi-kisi Angket.....	120
Lampiran 15	Kuisoner Penelitian.....	123
Lampiran 16	Tabulasi Hasil Penelitian.....	129
Lampiran 17	Tabulasi Uji Validitas.....	137
Lampiran 18	Dokumentasi.....	142



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan gaya hidup yang bertujuan untuk meningkatkan dan menjaga kesehatan jasmani, mengingat sebagian besar manusia disibukkan oleh aktivitas dan pekerjaan mereka. Sehingga waktu hampir tidak ada waktu untuk melakukan olahraga. Masyarakat harus sadar betapa pentingnya olahraga untuk menunjang dan memberikan kontribusi positif bagi tatanan kehidupan mereka. Adapun unsur-unsur yang melibatkan aktifitas olahraga sebagai berikut: 1) ketrampilan fisik, 2) kompetensi institusional, dan 3) kombinasi antara motivasi intrinsik dan ekstrinsik pada setiap pelaku olahraga. (Husdarta, 2010:90).

Sedangkan hal positif yang ditimbulkan karena seringnya melakukan aktivitas olahraga salah satunya adalah: 1) dengan olahraga akan merangsang pertumbuhan dan perkembangan baik dari segi biologis maupun keterampilan seseorang. 2) dari segi sosial olahraga akan mampu memberikan dan mengajarkan untuk saling menghargai, menjalin tali persaudaraan, menimbulkan rasa tanggung jawab dan salah satunya adalah saling toleransi antar agama. 3) dari segi psikologi olahraga dapat melatih mental dan emosi dengan baik yang bertujuan untuk menjaga kesegaran rohani karena kesegaran jasmani terbagi menjadi dua aspek yaitu kesehatan jasmani dan rohani yang saling berkaitan satu dengan yang lain.

Program olahraga di pondok pesantren semestinya ditempatkan secara proposional, karena telah digariskan dalam hadist rasulallah SAW bahwa “Allah

akan lebih menyukai kepada mu'min yang kuat daripada yang lemah". (Husdarta, 2010:102). Maka dari itulah olahraga sangat dianjurkan dalam ajaran islam karena dalam olahraga memiliki analisa gerak yaitu: 1) kekuatan, 2) kecepatan, 3) kelincahan, 4) keseimbangan, 5) daya tahan, 6) koordinasi, 7) kelenturan. Karena sebab inilah Rasulullah SAW mendukung berbagai jenis olahraga yakni berkuda, berenang dan memanah yang telah di sunahkan yang dapat menghimpun kekuatan fisik sebagai kekuatan perang pada zaman nabi.

Sedangkan pada masa sekarang olahraga sangatlah penting untuk melangsungkan kehidupan masyarakat karena perkembangan olahraga dalam perspektif sejarah mempunyai arti dan nilai karena berada dalam konteks semua kehidupan sosial seperti politik, ekonomi, agama, sosial, pendidikan dan kebudayaan, (Husdarta, 2010:18)

Perkembangan yang sangat pesat di dalam dunia olahraga memberikan rangsangan yang sangat kuat terhadap motivasi berolahraga bagi seseorang sehingga slogan "memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat" adalah slogan yang sangat memotivasi semua orang, ini di karenakan motivasi berolahraga memiliki fungsi sebagai dorongan pengerak dalam diri seseorang untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan dalam meraih hasil dalam aktifitas berolahraga dan kebutuhan hidup.

Motivasi adalah Perbuatan atau perilaku yang didorong oleh kekuatan dalam maupun luar individu disebut motif. Motivasi berasal dari bahasa latin yaitu *movere* yang mengandung arti *to move*. Jadi motivasi berarti menggerakkan atau mendorong untuk bergerak. Ketika pelatih mengeluh karena atletnya tidak termotivasi untuk latihan, atlet tersebut harus dibantu pelatih untuk

mengetrakkan dan meningkatkan motivasinya (Anshel dalam Komarudin, 2015: 23). Senada dengan Anshel di ungkapkan oleh Husdarta yaitu Motivasi sebagai proses aktualisasi generator penggerak internal didalam individu untuk menimbulkan aktivitas, menjamin kelangsungannya dan menentukan arah atau haluan aktivitas terhadap pencapaian tujuan yang telah ditetapkan.(Husdarta, 2010:31). Berdasarkan kedua pendapat tersebut menunjukkan bahwa motivasi merupakan penggerak atau dorongan dalam kehidupan individu untuk bertingkah laku dan menentukan arah untuk mencapai tujuan yang telah di tetapkan.

Minat adalah suatu keinginan yang timbul dalam diri seseorang untuk melakukan sesuatu. Menurut Slameto (2010:180) minat adalah suatu rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang menyuruh. Minat pada dasarnya adalah penerimaan akan suatu hubungan antara diri sendiri dengan sesuatu di luar diri. Semakin kuat atau dekat hubungan tersebut, semakin besar minat. Sedangkan menurut Sardiman (2009:76) Minat diartikan sebagai suatu kondisi yang terjadi apabila seseorang melihat ciri-ciri atau arti sementara situasi yang di hubungkan dengan keinginan-keinginan atau kebutuhan-kebutuhan sendiri.

Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadiin Balekambang Kabupaten Jepara merupakan suatu lingkungan dan tempat tinggal seseorang yang ingin mendalami ilmu agama sehingga pondok pesantren tersebut memiliki visi “tertanamnya aqidah ahlisunnah waljama’ah demi terwujudnya santri atau pesantren didik yang unggul dalam intelektualisasinya dan berakhlakul kharimah”. Adapun misi pondok tersebut: 1) Menyelenggarakan pendidikan yang berorientasi pada nilai-nilai ahlisunnah waljama’ah. 2) Meningkatkan kualitas pendidikan sesuai dengan tuntutan zaman. 3) Melaksanakan kajian dan

penelitian ilmu-ilmu agama (tafaqquh fiddin), ilmu pengetahuan lain dan teknologi.

Pondok Pesantren Roudlotul Muftadiin Balekambang Kabupaten Jepara didirikan oleh Hadhratus Syeh KH. Hasbullah tahun 1884. Hingga sekarang pesantren ini diasuh oleh KH. Ma'mun Abdullah, Pesantren yang dikenal dengan nama Pesantren Balekambang merupakan pesantren tertua di wilayah Jepara. Pondok pesantren ini memiliki kurang lebih 3.000 santri putra dan putri dengan sistem pendidikan menggunakan sistem Islam dan menganut sistem pembelajaran dari kementerian agama sehingga dalam pendidikannya memiliki jenjang Madrasah Ibtidaiyah (MI), Madrasah Tsanawiyah (MTs), Madrasah Aliyah (MA), Ma'had Aly Balekambang (S1) dan terdapat juga sistem pembelajaran dari kementerian pendidikan dan kebudayaan Republik Indonesia yakni jenjang Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) dan Politeknik (S1) dibawah naungan Yayasan Pondok Pesantren Roudlotul Muftadiin Balekambang Kabupaten Jepara sehingga semua siswa-siswi yang bersekolah disana wajib untuk menginap di pondok pesantren.

Sarana prasarana berolahraga bagi para santri untuk melakukan kegiatan berolahraga menyesuaikan dengan peralatan dan lapangan yang ada di sekolah formal dibawah naungan Yayasan Pondok Pesantren Roudlotul Muftadiin Balekambang Kabupaten Jepara yakni alat seperti bola, raket, matras dan net yang seadanya serta satu buah tanah lapang dan satu buah lapangan bola voli, bisa dikatakan fasilitas olahraga disana kurang memenuhi standar

Santri adalah sebutan bagi seseorang yang mengikuti pendidikan agama Islam di pesantren, biasanya menetap di tempat tersebut hingga pendidikannya selesai. Dalam keseharian seorang santri banyak di habiskan untuk mengaji dan

sekolah formal. karena sesuai dengan misi (*committed*) awal yang diembannya untuk membumikan dan menyebarkan nilai-nilai islam, pesantren senantiasa hadir untuk membebaskan masyarakat dari kebodohan dan ketertindasan, dengan tetap mengacu pada kebutuhan masyarakat. (Baddrut Tamam, 2015:30)

Berdasarkan hasil observasi awal pada tanggal 23 desember 2018 dengan Bapak Nurdin Lubis M.Hum, keseharian santri Pondok Pesantren Roudlotul Mubtadiin Balekambang yakni kegiatan dimulai dari pukul 04.00 WIB hingga sekitar pukul 23.00 WIB dihabiskan untuk sekolah formal dan belajar agama kecuali terdapat waktu-waktu tertentu yang libur dan biasanya diwaktu itu para santri mengisinya kesehariannya dengan hiburan, salah satunya dengan berolahraga. Dalam seminggu santri pondok pesantren Roudlotul Mubtadiin Balekambang hanya diberi kesempatan satu hari libur sekolah formal dan mengaji, biasanya waktu ini digunakan untuk melakukan aktivitas refreshing yang salah satunya dengan berolahraga yaitu di hari jum'at tetapi masih sering santri memanfaatkan hari liburnya untuk bertemu orang tua di karnakan hari libur tersebut adalah hari yang di jadwal pondok pesantren sebagai hari besuk orang tua santri

**Tabel 1.1 Jadwal Kegiatan Harian**

WAKTU	KEGIATAN
04.00	Bangun tidur
04.00-05.00	Shalat tahajud dan shalat subuh berjama'ah
05.00-06.00	Pengajian kitab oleh pengasuh pondok pesantren

WAKTU	KEGIATAN
06.00-06.45	Sarapan dan berangkat sekolah
06.45-07.00	Shalat dhuha
07.00-12.00	Kegiatan belajar mengajar (KBM)
12.00-13.00	Shalat dhuhur berjama'ah dan makan siang
13.00-14.00	Kegiatan belajar mengajar (KBM)
14.00-15.00	Istirahat
15.00-16.00	Shalat ashar berjama'ah
16.00-17.00	Pengajian al-qur'an
17.00-17.30	Persiapan sholat mangrib
17.00-19.00	Shalat mangrib berjama'ah istighosah
19.00-19.30	Shalat isya' berjama'ah
19.30-20.00	Pengajian kitab
20.00-20.30	Makan malam
20.30-22.00	Belajar bersama/diskusi dan kajian kitab kuning
22.00-04.00	Istirahat dan tidur

Sumber: Hasil observasi, 2018

Berdasarkan hasil observasi yang ke dua pada tanggal 23 desember 2018 kepada dua santri putri yakni Laila Amalia dan Maulaya Arina Haq, menurut Amalia olahraga hanyalah kegiatan yang membuang-buang waktu saja dan

aktifitas berat sehari-harinya sudah cukup untuk mengeluarkan keringat. Senada dengan amalia menurut Arina kegiatan kerja bakti yang dilakukan di pondok pesantren sama saja dengan kegiatan berolahraga karena mengeluarkan keringat sehingga mereka berangapan bahwa kalo diri mereka melakukan aktifitas berat yang dapat mengeluarkan keringat itu sama saja dengan berolahraga sehingga mereka berangapan kalo mereka melakukan kegiatan kerjabakti setiap pagi kalo dalam bahasa santri "*roan*" sama saja berolahraga dan itu yang membuat mereka berangapan kalo berolahraga membuang-buang waktu saja sehingga salahnya pendapat santri dalam berolahraga sehingga menganggap berolahraga kurang penting.

Berdasarkan hasil observasi ketiga kepada dua santri putra yakni Muhammad Fajar dan Rifqi Maulana pada tanggal 23 desember 2018, menurut Fajar olahraga itu penting dan sudah menjadi hobinya tetapi kurangnya ada fasilitas dan waktu untuk berolahraga sehingga itu yang membuat aktifitas berolahraganya jarang dilakukan senada dengan Fajar menurut Rifqi kesibukan mengaji dan sekolah formal sehari-hari yang padat mengakibatkan kurangnya aktifitas berolahraga. Berdasarkan dua pendapat tersebut keseharian mereka adalah sekolah formal dan mengaji mereka hanya mendapatkan jatah berolahraga di sekolah formalnya saja. Menurut mereka masih kurang karna mereka punya semangat untuk berolahraga tetapi faktor dari pihak yayasan yang kurang memperhatikan fasilitas berolahraga sehingga tidak adanya kegiatan berolahraga di karenakan sarana dan prasarana yang kurang sehingga mengakibatkan santri tidak ada wadah untuk mengembangkan potensi berolahraganya.

Berdasarkan pengalaman yang di alami sendiri oleh peneliti yang juga seorang santri pondok pesantren bahwa memang santri memiliki kesibukan dalam dirinya yakni mengaji dan sekolah formal sehingga dalam kesehariannya santri kurang ada waktu untuk melakukan kegiatan berolahraga sehingga dapat mempengaruhi pendapat santri terhadap pentingnya berolahraga itu sendiri, tidak hanya kegiatannya yang padat saja terkadang dukungan dari pihak yayasan pondok pesantrenpun juga kurang mementingkan kegiatan berolahraga santri-santrinya padahal banyak sekali kegiatan berolahraga yang di gelar untuk mencari bakat-bakat santri di bidang olahraga yang di selenggarakan oleh lembaga pendidikan ma'arif nahdatul ulama yaitu PORSEMA, PORSEMANAS dan Liga santri.

Dari hasil observasi dan penjelasan tersebut banyak faktor-faktor yang mempengaruhi pendapat pentingnya berolahraga santri untuk melakukan kegiatan berolahraga salah satunya santri kurang memperdulikan tentang berolahraga kurangnya waktu bermain pun salah satu masalah yang terjadi bagi santri untuk melalukan kegiatan olahraga sehingga pendapat penting berolahraga santri di Pondok Pesantren Roudlotul Muftadiin Balekambang Kabupaten Jepara berbeda-beda sesuai persepsi yang di ambil oleh santri tersebut .

Pendapat pentingnya berolahraga santri sangatlah bermacam-macam menjadi sangatlah menarik untuk diteliti dan dipelajari sehingga disini peneliti akan meneliti pendapat pentingnya berolahraga bagi santri. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul **“Survei Pendapat Pentingnya BerolahragaSantri Pondok Pesantren Roudlotul Muftadiin Balekambang Kabupaten Jepara”**



## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, identifikasi masalah dalam penelitian ini dapat di rumuskan sebagai berikut :

1. Bagaimana pendapat pentingnya berolahraga santri Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadiin untuk melakukan aktivitas olahraga.
2. Seberapa tingkat motivasi dan minat santri Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadiin untuk melakukan aktivitas olahraga.
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi pendapat pentingnya santri Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadiin untuk melakukan aktivitas olahraga.

## **1.3 Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah diatas maka perlunya pembatasan masalah, maka dalam penelitian ini pembatasan masalahnya adalah pendapat pentingnya berolahraga santri Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadiin Balekambang Kabupaten Jepara.

## **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, rumusan masalah yang dapat disimpulkan adalah “Bagaimana pendapat pentingnya berolahraga santri Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadiin Balekambang Kabupaten Jepara ?”

## **1.5 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pendapat pentingnya berolahraga santri Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadiin Balekambang di Kabupaten Jepara.

## **1.6 Manfaat Penelitian**

Berdasarkan tujuan penelitian yang telah diuraikan, diharapkan penelitian dapat memberikan manfaat:

### **1.6.1 Secara Teoritis**

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat serta sumbangan bagi pengembang data *base*, pengembangan kurikulum dan bahan acuan untuk menyusun program atau kegiatan pondok yang berkaitan dengan motivasi dan minat berolahraga santri
2. Bagi para peneliti, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan rujukan khususnya bagi peneliti yang memiliki masalah atau kajian yang hampir sama.

### **1.6.2 Secara Praktis**

Sedangkan secara praktis manfaat penelitian ini yaitu:

1. Sebagai pertimbangan bagi pengambil kebijakan yang terkait langsung dengan kegiatan yang mengarah kepada olahraga masyarakat terkhusus santri Pondok Pesantren Roudlotul Mubtadiin yang belum begitu termotivasi untuk melakukan aktivitas olahraga.
2. Sebagai bahan refleksi kritis mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan program studi PJKR. Refleksi kritis yang dimaksud adalah membandingkan materi yang diterima dalam perkuliahan dengan realitas pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang ada di masyarakat terkhusus pada santri Pondok Pesantren Roudlotul Mubtadiin Balekambang Kabupaten Jepara.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **2.1 Motivasi**

Motivasi merupakan salah satu hal yang penting untuk menunjang kegiatan berolahraga karena motivasi memiliki peraan sebagai dorong yang timbul untuk mencapai suatu tujuan yang telah ditetapkan

##### **2.1.1 Pengertian Motivasi bagi Olahraga**

Banyak sekali, bahkan sudah umum orang menyebut dengan “motif” untuk menunjuk mengapa seseorang itu berbuat sesuatu. kata “motif” di artikan sebagai daya upaya yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Motif dapat dikatakan sebagai daya pengerak dari dalam dan disubjek untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi mencapaisuatu tujuan.berawal dari kata “motif” itu, maka motivasi dapat diartikan sebagai daya pengerak yang telah menjadi aktif (Sardiman, 2009:73) berdasarkan teori tersebut penggunaan istilah motif dan motivasi tidak persis sama.

Motivasi berasal dari bahasa latin yaitu *movere* yang mengandung arti *to move*. Jadi motivasi berarti menggerakkan atau mendorong untuk bergerak. Ketika pelatih mengeluh karena atletnya tidak termotivasi untuk latihan, atlit tersebut harus dibantu pelatih untuk menetrakkan dan meningkatkan motivasinya (Anshel dalam Komarudin, 2015: 23).

Motivasi adalah proses aktualisasi generator pengerak internal didalam individu untuk menimbulkan aktivitas, menjamin kelangsungannya dan

menentukan arah atau haluan aktivitas terhadap pencapaian tujuan yang telah ditetapkan (Husdarta, 2010:31). Berdasarkan kedua pendapat tersebut menunjukkan bahwa motivasi merupakan penerak atau dorongan dalam kehidupan individu untuk bertingkah laku dan menentukan arah untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan

Menurut Husaein dan Noor dalam Husdarta (2010:32) motif adalah suatu rangsangan, dorongan atau pembangkit tentang bagi terjadinya suatu tingkah laku. Adapun menurut Gunarsa dalam Husdarta (2010:32) motif artinya mendorong atau kehendak yang menyebabkan seseorang bertingka laku. Sedangkan menurut Natawijaya dalam Husdarta (2010:32) yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu disebut motif.

Motif adalah suatu rangsangan atau suatu dorongan yang terdapat dalam diri manusia yang secara aktif mendorong manusia untuk berbuat sesuatu dengan tingkah laku untuk memenuhi kebutuhan hidupnya Husdarta (2010:32). Jadi motif merupakan suatu pengertian yang meliputi semua pergerakan, alasan-alasan atau dorongan dalam internal diri manusia yang menyebabkan ia berbuat sesuatu. Motivasi dapat diartikan sebagai daya penerak untuk mendorong seseorang untuk mencapai suatu tujuan, sedangkan motif sudah ada dalam internal setiap manusia untuk melakukan sesuatu.

Dilihat dari batasan motif dan motivasi, maka dapat dikatakan bahwa motif dan motivasi berbeda motif adalah daya penerak dari dalam diri dan didalam subjek untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi mencapai tujuan. Motif merupakan suatu kondisi internal atau disposis (kesiapasiagaan). Motivasi adalah daya penerak yang telah menjadi aktif. Motif menjadi aktif pada

saat-saat tertentu bila kebutuhan untuk mencapai tujuan sangat dirasakan atau diayati. (Husdarta, 2010:34).

Sedangkan Menurut Lindsay R Duncan dkk (2010). Motivasi manusia terletak di sepanjang sebuah kontinum yang mewakili berbagai tingkat otonomi. Mengacu pada otonomi perilaku yang ditentukan sendiri, atau diprakarsai secara bebas oleh individu. Kontinum penentuan nasib sendiri adalah terdiri dari komponen intrinsik dan ekstrinsik. Motivasi intrinsik menempati posisi paling menentukan akhir dari kontinum dan melibatkan motivasi yang diturunkan dari kesenangan belakang dan kepuasan terlibat dalam perilaku itu sendiri

Banyak atlet elit yang mencurahkan perhatiannya dan kesenangannya pada olahraga yang mereka geluti. Atlet tersebut memiliki sensasi yang kuat dan merasa termotivasi dalam aktifitas itu. Motivasi mempunyai dua fungsi yaitu fungsi instrinsik dan fungsi ekstrinsik (Komarudin, 2015:25). Dengan demikian motivasi memiliki dua fungsi dan masing-masing fungsi memiliki perbedaan

Motivasi intrinsik adalah motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirangsang dari luar, karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu. (Sardiman, 2009:89). Jadi motivasi instrinsik muncul dari dalam diri individu dan tidak ada pengaruh dari luar diri individu tersebut karena motivasi intrinsik timbul dari keinginannya sendiri.

Motivasi ekstrinsik adalah motif-motif yang aktif dan berfungsinya karena adanya perangsang dari luar. (Sardiman, 2009:90). Jadi kalo dilihat dari segi tujuan kegiatan yang dilakukannya, tidak secara langsung bergayut dengan esensi apa yang dilakukan itu harus ada rangsangan yang diterima dari luar dirinya sehingga dapat melakukan kegiatan sesuai tujuan

Berdasarkan penelitian Anshel dalam Komarudin (2015:27) menunjukkan bahwa perilaku yang didasari dengan motivasi instrinsik akan bertahan lebih lama, lebih menyenangkan, dan lebih meningkatkan gambaran diri ketimbang aktivitas yang didasari dengan motivasi ekstrinsik. Berdasarkan pendapat tersebut motivasi dibedakan menjadi dua sesuai dengan fungsinya yaitu motivasi instrinsik dan motivasi ekstrinsik.

Motivasi instrinsik mengacu pada kegiatan yang dilakukan dengan penuh kesenangan dan kepuasan. Seseorang akan termotivasi secara instrinsik untuk terlibat dalam sebuah aktivitas ketika mereka merasa nyaman dan ingin kompeten anshel dalam (Komarudin, 2015:26). Hal yang sama juga dijelaskan oleh vallerand dan rousseau dalam Komarudin (2015:27). Bahwa motivasi intrinsik memiliki ketertarikan dengan perasaan nyaman serta senang dalam olahraga yang merupakan faktor penting daripada performa olahraga

Sehingga dalam berolahraga setiap orang harus memiliki motivasi instrinsik sendiri agar seseorang tersebut dapat melakukan kegiatan berolahraga secara terus menerus karena motivasi instrinsik memiliki sifat bertahan lebih lama, lebih menyenangkan, dan lebih meningkatkan gambaran diri.

Sedangkan motivasi ekstrinsik menurut Komarudin (2015:27) motivasi ekstrinsik merupakan motivasi yang timbul karena adanya faktor luar yang mengaruhi dirinya serta keinginan untuk menampilkan suatu aktifitas karena adanya pengaruh dari luar dirinya. Dengan demikian, motivasi ekstrinsik akan berfungsi manakala ada rangsangan dari luar diri seseorang.

### **2.1.2 Perana Motivasi dalam Olahraga**

Struktur faktor motivasi dalam olahraga dibangun oleh tiga dimensi konstruksi motivasi yaitu, motivasi intrinsik, motivasi ekstrinsik, dan amotivasi. Motivasi dalam olahraga menjadi penting dalam kaitanya dengan pengukuran tingkat partisipasi atlet dalam olahraga dan kemungkinan pengembangan program intervensi dalam aktivitas olahraga, sebab motivasi diyakin dan terbukti menjadi faktor yang sangat menentukan keberhasilan belajar dalam berperilaku. (Komarudin, 2015:28) sehingga motivasi memiliki peran penting dalam menentukan keberhasilan dan sebagai pendukung nonteknis untuk mencapai suatu tujuan dalam kegiatan olahraga,

Menurut Ali Yildiz, dkk (2019) Konsep motivasi salah satu konsep penting. Banyak konsep dan berbagai definisi. Pada dasar motivasi Yang mendasari penyebab perilaku Dengan kata lain, motivasi mendorong perilaku untukmeningkatkan keinginan dan energi, tingkat perilak memiliki berbagai alasan internal dan eksternal untuk kesinambungan dan itu terdiri dari keinginan mereka.

Motivasi juga dapat menjadi peranan dalam menunjang seseorang untuk merai prestasi dalam suatu cabang olahraga. Husdarta (2010:41) menyatakan bahwa motivasi berprestasi merupakan suatu dorongan yang terjadi dalam diri individu untuk senantiasa meningkatkan kualitas tertentu dengan sebaik-baiknya atau lebih dari biasa dilakukan, tercapainya tujuan seseorang tiada lain untuk memuaskan atau memenuhi kebutuhan- kebutuhan dalam dirinya yang dianggap perlu.

Sedangkan menurut Komarudin (2015:25) motivasi berprestasi akan memberikan kesempatan kepada atlet untuk mencapai sesuatu dengan sempurna, meningkatkan kebugaran pada tingkatan tertinggi, dan berlatih secara maksimal. Berdasarkan kedua pendapat tersebut menunjukkan bahwa motivasi berprestasi adalah suatu dorongan yang terjadi dalam diri individu untuk mencapai suatu target yang sangat maksimal sehingga dapat mencapai hasil sebuah prestasi yang telah diharapkan.

### **2.1.3 Relevansi Motivasi dengan Kebutuhan Manusia**

Studi mengenai motivasi pada manusia hakekatnya merupakan studi tentang perilaku dan tindakan manusia. Ahmad Rifa'i dan Catharina (2015:103) menyatakan kebutuhan merupakan kondisi yang dialami oleh individu sebagai suatu kekuatan internal yang memandu peserta didik untuk mencapai tujuan. Kebanyakan kebutuhan bertindak sebagai kekuatan internal yang mendorong seseorang untuk mencapai tujuan. Semakin kuat seseorang merasakan kebutuhan, semakin besar peluangnya untuk mengatasi perasaan yang menekankan didalam memenuhinya.

Menurut Maslow dalam Singgih D.Gunaeso (1989:93) kebutuhan-kebutuhan manusia yang akan dicapai menurut tingkat kepentingannya disusun dalam lima tingkatan yaitu: kebutuhan fisiologi, 2) kebutuhan keamanan, 3) kebutuhan sosial dan kasih sayang, 4) Kebutuhan harga diri, dan 5) Kebutuhan aktualisasi diri.

Menurut Sardiman (2009:102) motivasi selalu berkaitan dengan soal kebutuhan. Ada beberapa jenis kebutuhan misalnya: 1) kebutuhan untuk



menyenangkan orang lain, 2) kebutuhan untuk mencapai hasil, 3) kebutuhan untuk mengatasi kesulitan.

Dengan demikian, dapat dilihat hubungan yang searah antara munculnya suatu tingkah laku dan adanya tujuan tertentu. Kebutuhan yang lebih tinggi akan menjadi penentuan di dalam mempengaruhi perilaku seseorang. Sehingga dalam memotivasi seseorang dalam melakukan kegiatan berolahraga haruslah menanamkan pada diri seseorang terlebih dahulu bahwa olahraga adalah sebagai kebutuhan hidup manusia karena jika olahraga sudah menjadi kebutuhan hidup manusia maka motivasi seseorang dalam melakukan aktivitas olahraga akan muncul pada diri masing-masing individu.

## **2.2 Minat**

Merupakan suatu hal yang mempengaruhi perilaku dalam diri setiap seseorang, pengembangan minat yang terjadi sejak masa kanak-kanak dan mempengaruhi kelangsungan hidup yang dilakukan pada seseorang tersebut sehingga peran yang ingin dijalankannya di dunia ini disesuaikan oleh pengalaman yang terdapat pada dirinya

### **2.2.1 Pengertian Minat**

Menurut Slameto (2010:180). Minat adalah suatu rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang menyuruh. Minat pada dasarnya adalah penerimaan akan suatu hubungan antara diri sendiri dengan sesuatu diluar diri. Semakin kuat atau dekat hubungan tersebut, semakin besar minat.

Sedangkan menurut Budi Valianto dan Dewi (2017). Minat adalah suatu rasa suka dan ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang

menyuruh. Seseorang yang memiliki minat terhadap kegiatan tertentu cenderung memberikan perhatian yang lebih besar terhadap kegiatan tersebut.

Minat diartikan sebagai suatu kondisi yang terjadi apabila seseorang melihat ciri-ciri atau arti sementara situasi yang dihubungkan dengan keinginan-keinginan atau kebutuhan-kebutuhan sendiri (Sardiman 2009:76).

Menurut Bernard dalam Sardiman (2009). Minat tidak timbul secara tiba-tiba atau spontan, melainkan timbul akibat dari partisipasi, pengalaman dan kebiasaan. Berdasarkan pendapat tersebut Minat adalah suatu keinginan yang timbul dalam diri seseorang untuk melakukan aktivitas sesuatu, tanpa ada yang menyuruh minat akan timbul dengan sendirinya sesuai apa yang disukai atau yang di minatnya.

Minat tidak dibawa sejak lahir, melainkan diperoleh kemudian. Minat terhadap sesuatu dipelajari dan mempengaruhi belajar selanjutnya serta mempengaruhi penerimaan minat-minat baru (Slameto, 2010:180). Sehingga minat terhadap sesuatu merupakan hasil belajar yang didapatkan untuk menyokong belajar selanjutnya agar minat dalam diri seseorang dapat memotivasi dirinya untuk mencapai tujuan yang ditentukan.

Menurut Jefir Hendri (2015). Siswa yang kurang berminat terhadap pelajaran, dapat diusahakan agar dia mempunyai minat yang lebih besar dengan cara menjelaskan hal-hal yang berhubungan dengan cita-cita serta kaitannya dengan bahan pelajaran yang dipelajari itu. Sehingga minat seseorang dapat mempengaruhi hobi dan cita-cita seseorang tersebut sebagai pendorong dirinya untuk melakukan aktifitas yang sesuai dengan keinginannya untuk mencapai suatu hasil dari keinginan tersebut.

### 2.2.2 Meningkatkan Minat

Menurut Slameto (2010:181). Cara yang paling efektif untuk membangkitkan minat pada suatu subyek yang baru adalah dengan menggunakan minat-minat siswa yang telah ada. Sehingga meningkatkan minat dapat di sesuaikan dengan hobi yang di minati oleh seseorang tersebut untuk di jadikan sebagai pancing atau penarik mint untuk melakukan kegiatan yang telah direncanakan.

Sedangkang menurut Sardiman (2009:95). Mengenai minat ini antara lain dapat dibangkitkan dengan cara-cara sebagai berikut: 1) membangkitkan adanya suatu kebutuhan, 2) menghubungkan dengan persoalan pengalaman yang lamoau, 3) memberikan kesempatan untuk mendapatkan hasil yang baik, 4) menggunakan berbagai macam bentuk mengajar.

Disamping memanfaatkan minat yang telah ada menurut Tanner dalam Slameto (2010:181). Menyarankan agar para pengajar juga berusaha membentuk minat-minat baru pada diri siswa. ini dapat dicapai dengan jalan memberikan informasi pada siswa mengenai hubungan antara suatu bahan pengajaran yang akan diberikan dengan bahan pengajaran yang lalu. Senada dengan Tanner menurut Rooijekkes (2010:181). Berpendapat hal ini dapat pula dicapai dengan cara menghubungkan bahan pengajaran dengan suatu berita sensasional yang sudah diketahui banyak siswa. Berdasarkan kedua pendapat tersebut dalam meningkatkan minat disamping harus memanfaatkan minat yang sudah ada tetapi juga minat dapat ditingkatkan dengan menghubungkan keminatan seseorang tersebut dengan hobi ataupun fenomena yang teterjadi dimasyarakat sekitar

### **2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Minat**

Menurut Crow dan Crow, dalam shaleh & Muhib (2004:264) Berpendapat ada tiga faktor yang mempengaruhi timbulnya minat seseorang, yaitu: 1) Dorongan dari dalam individu. Merupakan faktor yang mempengaruhi tumbuhnya minat yang berasal dari dalam, yaitu dari kebutuhan yang dimiliki individu. Dorongan yang timbul dari individu tersebut berkaitan dengan kegiatan sehari-hari karena minat akan timbul dari faktor yang dihadapinya. 2) Motif sosial. Merupakan faktor yang menimbulkan minat pada sesuatu karena adanya pengakuan oleh lingkungan sosial seseorang. Seseorang akan tertarik untuk sekolah tinggi misalnya dikarenakan karenakan ingin mendapat gelar sarjana untuk pengakuan sabagai orang terpelajar oleh lingkungan sekitarnya. 3) Faktor emosional. Minat mempunyai hubungan yang erat dengan emosi. Bila seseorang mendapatkan kesuksesan pada aktivitas yang menimbulkan perasaan senang, dan hal tersebut akan mempengaruhi minat terhadap aktivitas tersebut karena mendapatkan kepuasan dari hasil yang telah dicapai.

### **2.2.4 Hubungan Minat dengan Motivasi**

Persoalan motivasi ini, dapat juga dikaitkan dengan persoalan minat. Minat diartikan sebagai suatu kondisi yang terjadi apabila seseorang melihat ciri-ciri atau arti sementara situasi yang dihubungkan dengan keinginan-keinginan atau kebutuhan-kebutuhan sendiri. Oleh karena itu, apa yang dilihat seseorang sudah tentu akan membangkit minatnya sejauh apa yang dilihat itu mempunyai hubungan dengan kepentingan sendiri Sardiman (2009:76).

Sedangkan menurut Slameto (2010:181). Insentif merupakan alat yang dipakai untuk membujuk seseorang agar melakukan sesuatu yang tidak mau

melakukannya atau yang tidak dilakukan dengan baik. Diharapkan pemberian insentif akan membangkitkan motivasi siswa.

Sehingga motivasi dalam berolahraga dapat dipengaruhi oleh minat berolahraga santri. Kegiatan sehari-hari santri di Pondok Pesantren sangatlah padat dari mengaji sampai sekolah formal peran minat dalam mempengaruhi motivasi berolahraga santri sangatlah penting agar santri dapat menanamkan pada dirinya bahwa olahraga sebagai kebutuhan hidup

### **2.3 Olahraga**

Olahraga merupakan kegiatan yang menggunakan aktifitas fisik untuk memperoleh suatu prestasi yang ingin dicapai dengan cara mengasah kemampuan fisiknya dengan latihan-latihan tertentu.

#### **2.3.1 Pengertian Olahraga**

Undang-Undang Republik Indonesia Nomer 3 Tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional (2010:3) merumuskan arti olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial.

Sedangkan menurut Husdarta (2010:145) olahraga adalah usaha mengolah latihan raga/tubuh manusia untuk menjadi sehat dan kuat. Harsono (1988) mengemukakan bahwa olahraga pada hakikatnya adalah "*the big muscles activities*". Hampir sama dengan pendapat kemal supandi (1990) yang menjelaskan bahwa olahraga pada hakikatnya adalah "aktifitas otot besar yang menggunakan energi tertentu untuk meningkatkan kualitas hidup"

Berdasarkan definisi para ahli di atas peneliti mengambil kesimpulan bahwa olahraga adalah aktivitas otot besar yang bertujuan untuk mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial dengan menggunakan energi tertentu untuk mencapai suatu tujuan yang telah ditetapkan

Pesantren, tidak seperti institusi sosial lain, memiliki kepercayaan dan ritual bahwa manusia telah terkait dengan supernatural (gaib). Hal ini yang membuat sistem tersebut terkait dengan agama yang terjadi bagaimana dari kehidupan budaya, sebab sistem tersebut mempengaruhi cara berpikir mengenai dunia, dirinya sendiri, dan hubungan dengan orang lain. Hal ini membuat pesantren menjadi suatu fenomena penting untuk dipelajari para ahli sosial

Banyak ahli sosial yang berpendapat bahwa olahraga dan agama terdiri dari seperangkat praktik budaya dan makna yang terkadang-kadang berbeda tergantung pada hubungan sosial antar penggemar olahraga dan penganut agama didalam komunitas dan masyarakat sebagai keseluruhan. Husdarta (2010:146)

Perpaduan antara olahraga dan bentuk-bentuk agama telah menjadi perpaduan yang sangat berpengaruh untuk membentuk kesehatan rohani dalam kehidupan sosial saat ini.

### **2.3.2 Peranan Olahraga**

Olahraga memainkan peran yang sangatlah berarti dalam kehidupan budaya seluruh masyarakat, sebagaimana yang dikemukakan Johan Huizinga bahwa olahraga benar-benar telah memberikan peranan yang berarti tidak hanya bagi masyarakat modern, tetapi juga bagi masyarakat primitif. Husdarta (2010:147)

Peran olahraga dapat mempengaruhi kehidupan sosial masyarakat tidak hanya itu kehidupan politik, ekonomi dan agama pun sering mengambil peran olahraga sebagai perantara untuk menyambungkan masyarakat antar individu.

Kajian ilmu sosiologi adalah berangkat dari definisi olahraga. Olahraga telah didefinisikan sebagai aktivitas yang melibatkan unsur-unsur berikut: 1) keterampilan fisik, 2) kompetensi institusional, dan 3) kombinasi antara motivasi intrinsik dan ekstrinsik pada setiap pelaku olahraga. Olahraga berkaitan erat dengan hubungan sosial yang kompleks dimana perubahan-perubahan yang muncul selalu terkait dengan aspek politik, sosial, dan ekonomi. Adapun teori interaksi simbolik menyarankan bahwa olahraga memerlukan suatu pemahaman akan makna, identitas, dan interaksi yang dipadukan dengan ketertarikan olahraga Husdarta (2010:90-91)

### **2.3.3 Kedudukan Olahraga di Pondok Pesantren**

Program olahraga di pondok pesantren semestinya di tempatkan secara proposional, karena telah di gariskan dalam hadist rasulallah SAW bahwa “Allah akan lebih menyukai kepada mu’min yang kuat daripada yang lemah”. Untuk itu, program olahraga hanya dirancang sedemikian rupa sesuai dengan kondisi pondok pesantren itu sendiri namun demikian, masih banyak pondok pesantren yang mendudukan olahraga dalam posisi yang penting, tidak punya tempat dan dipandang hanya menghabiskan waktu dan sedikit manfaat. (Husdarta, 2010:102).

Dari hal tersebut menunjukkan bahwa kedudukan olahraga di pondok pesantren bisa dikatakan rendah, persepsi santri dalam berolahraga harus diubah bisa diawali dengan program olahraga rekreasi yang dapat menjadi

alternatif yang dipandang dapat mengakomodasi kebutuhan, potensi dan tujuan-tujuan pendidikan bagi santri di pondok pesantren

## **2.4 Pendidikan Jasmani**

Dasar yang melatar belakangi istilah dari pendidikan jasmani adalah surat keputusan Mendikbud 413/U/1987 yang menyatakan nama "Pendidikan Olahraga dan Kesehatan" diubah menjadi "Pendidikan Jasmani" (Mardiana, Purwadi dan Indra:2012:1.4).

### **2.4.1 Pengertian Pendidikan Jasmani**

Menurut Soemardi Soemosasmito didalam jurnal Mukhit (2012:2). Mengemukakan bahwa pendidikan jasmani sekarang ini adalah suatu mata ajaran yang memberi kesempatan agar anak belajar bergerak seperti mereka bergerak untuk belajar, yang dinyatakan oleh American Alliance for Helth, Physical Education and Recreation (AAHPER).

Menurut Sulaiman (2016: 14) Pendidika jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikn yang memanfaatkan aktifitas fisik untuk menghasilkan perubahan hogistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional.

Menurut Dauer dan Pangrazi didalam buku Sulaiman (2016:15).Mengemukakan bahwa pendidikan jasmani adalah fase dari progam pendidikan keseluruhan yang memberikan kontribusi, terutama melalui pengalaman gerak, untuk pertumbuhan dan perkembangan secara utuh untuk tiap anak.



Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu aktivitas jasmani yang melibatkan kinerja otot besar dan kecil sehingga dalam proses pembelajarannya menggunakan kekuatan fisik anak dan tidak mengganggu proses pertumbuhan, mengajak siswa berperan aktif terhadap interaksi antara guru dan siswa, kemudin membentuk karakter siswa melalui aktivitas di dalamnya menjunjung nilai kerjasama, menghargai sesame teman, saling membantu dan lain-lain

#### **2.4.2 Tujuan Pendidikan Jasmani**

Pendidikan jasmani bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, ketrampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, ketrampilan social, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis (Sulaiman, 2016: 14). Sehingga tujuan pendidikan jasmani sangatlah bagus untuk membina anak muda agar kelak mereka mampu membuat keputusan terbaik melalui aktifitas jasmani dan menjalani pola hidup sehat.

Sedangkan menurut Mardiana, Purwadi dan Indra (2012:1.11).Tujuan pendidikan jasmani yaitu memberikan kesempatan kepada siswa untuk mempelajari berbagai kegiatan yang membina sekaligus mengembangkan potensi anak, baik dalam aspek fisik, mental, sosial dan emosional

Pendidikan jasmani memiliki tujuan yang baik untuk perkembangan anak-anak tujuan ini hampir sama dengan olahraga tetapi memiliki perbedaan pendidikan jasmani tidak memiliki tujuan untuk merai suatu hasil prestasi dalam aktivitas jasmaninya sedangkan olahraga memiliki tujuan untuk merai hasil

prestasi dalam olahraga dengan terus berlatih dan berlatih sampai mendapatkan hasil yang diinginkan.

## **2.5 Pondok Pesantren**

Menurut Mustofa Bisri dalam Baddrut Tamam (2015:xxi). Pesantren memiliki tipologi yang sama. Sebuah lembaga yang dipimpin dan diasuh oleh kiai dalam satu komplek yang berciri relatif khusus: adanya masjid atau surau sebagai pusat pengajaran dan asrama sebagai tempat tinggal para santri, disamping rumah tempat tinggal kiai, dengan kitab kuning sebagai buku wajib/buku pegangan.

Sehingga pondok pesantren adalah sebuah instansi pendidikan yang memegang teguh dan mengamalkan ajaran islam dalam sistem pendidikannya. Terdapat elemen-elemen dalam pondok pesantren yakni kiai sebagai guru dan pengasuh pondok pesantren dan santri sebagai pelajar yang belajar ilmu kepada kiai. Ilmu yang diajarkan berupa ilmu akhirat yakni ilmu agama islam dan ilmu dunia yakni ilmu kehidupan berprilaku akhlakul karima .

Kiai ibaratnya mewakafkan dirinya dan seluruh miliknya untuk para santri. Dia memikirkan, mendidik, mengajar dan mendoakan santri tanpa pamrih. Bahkan saja saat para santri itu mondok di pesantrennya, tapi juga ketika mereka sudah terjun di masyarakat (Mustofa Bisri dalam Baddrut Tamam 2015:xxii). Jadi kiai bisa di katakan sebagai ayah dalam dunia pendidikan bagi para santri tidak hanya memberikan ilmu agama islam dan ilmu kehidupan saja tetapi kiai pun mendoakan dengan ikhlas untuk kesuksesan serta keselamatan dunia dan akhirat santri-santrinya sehingga pondok pesantren ibarat rumah yang akan terikat selamanya di dunia dan akhirat walaupun nantinya santri-santri sudah hidup

mandiri di lingkungan masyarakat tetap barokah doa atau kaormah dari kiyainya dulu tetap ada..

### **2.5.1 Definisi Pondok Pesantren**

Menurut Syadeli Hanafi (2016) “pesantren” memiliki pengertian sebagai tempat belajar para santri. Sedangkan pondok berasal dari bahasa Arab “funduuq” yang artinya hotel atau asrama.<sup>14</sup> Salafiyah atau salaf mengandung arti “yang dulu atau yang sudah lewat”, ini menunjuk pada metode dalam agama Islam yang mengajarkan syariat Islam secara murni, yakni periode sahabat Nabi Muhammad SAW dan Tabi`in senior. Anehnya istilah salaf juga digunakan kalangan pesantren yang berkonotasi “pesantren tradisional

Sedangkan menurut Muhaimin Iskandar dalam Baddrut Tamam (2015:xxvii) Pesantren adalah tempat belajar para santri. Pondok berarti rumah atau tempat tinggal sederhana yang terbuat dari bambu. Atau ada pula yang menyatakan terminologi “pondok” berasal dari bahasa arab “fundoq” yang berarti hotel atau asrama.

Pendidikan masyarakat islam di indonesia tidak hanya terletak di masjid saja terdapat lembaga-lembaga tertentu yang mengatur sistem dalam pengajaran islam di indonesia umumnya dikenal masyarakat dengan istilah pondok pesantren. Menurut Muhaimin Iskandar dalam Baddrut Tamam (2015:xxvii) pondok pesantren adalah suatu lembaga pendidikan islam yang di dalamnya terdapat seorang kiai yang mengajarkan dan mendidik santri dengan berbagai ilmu agama. Itulah mengapa kemudian dinyatakan bahwa ciri utama pondok pesantren adalah kiai, santri, masjid dan pondok.

## **2.5.2 Jenis Pondok Pesantren**

Seiring perkembangan zaman, serta kebutuhan pendidikan formal oleh masyarakat, kini banyak pesantren yang menyediakan sistem pendidikan formal dalam pesantren. Kemudian muncul istilah pesantren salaf dan pesantren modern, dua istilah ini sama-sama mengajarkan ajaran islam dalam sistem pendidikannya tetapi ada perbedaan dalam hal-hal tertentu sesuai dengan zaman yang terus berkembang sampai saat ini.

### **2.5.2.1 Pesantren Salafi**

Menurut Syadeli Hanafi (2016). Pesantren salaf adalah lembaga pendidikan yang mengajarkan secara khusus ilmu agama dan ilmu alat untuk menafsirkan ajaran-ajaran agama Islam yang bersumber dari al-Qur'an dan al-Hadist, selain itu juga mempelajari teks-teks arab klasik secara mendalam yang dikenal dengan sebutan kitab kuning. Nurcholis Madjid menyebutkan mata pelajaran pesantren meliputi tauhid, akhlak, Nahwu dan sorof, fikih, hadist, dan bahasa arab. Sedangkan kompleksitas pesantren sebagai organisasi dapat diketahui dari tata kelola yang berpusat pada kiai sebagai pemilik pesantren, guru, dan juga figure utama panutan para santri.

Sedangkan menurut Baddrut Tamam (2015:70). Penyederhanaan konsep pendidikan islam, menjadi semata-mata "mencari kerindloan allah" bukan berarti ditunjukkan untuk tidak mengenal konsep pendidikan yang lain. Penyederhanaan yang demikian, tidak lain, dimaksud sebagai artikulasi keseluruhan konsep filsafat pendidikan islam yang bersifat universal dantransendenSI (tidak berangkat dari ruang kosong). Sehingga sistem pendidikan macam apapun yang nantinya akan digunakan dalam lembaga pendidikan islam akan tetapi mengarah

pada transendensi nilai-nilai universal tersebut: 1) keadilan, 2) kebebasan, 3) kemandirian, dan 4) ketulusan sebagai manifestasi dan kehendak Tuhan Sang Maha Pencipta.

Dalam hal ini umumnya pesantren salafi hanya mengajarkan ilmu agama islam saja bidang pengetahuan yang diajarkan biasanya dalam kitab-kitab islam yang klasik yakni 1) *Nahwu-sharaf*, 2) *fiqh*, 3) *usul fiqh*, 4) *hadits*, 5) *tafsir* 6) *tauhid*, 7) *tasawwuf*, 8) *tarkib*, dan 9) *balagh*. tidak hanya mengaji saja santri masih menpercayai ke barokahan seorang kiai sehingga santri salafi sering mengabdikan dirinya di pondok pesantren atau sering disebut "*hidmah*" setiap harinya santri bekerja untuk membantu kiai mereka bisa dengan membangun pondok pesantren, mengurus kebun kiai dan lain sebagainya sebagai balasan atas pekerjaannya mereka diajari ilmu agama langsung oleh kiyai mereka.

#### **2.5.2.2 Pesantren Modern**

Menurut Abdul Tolib (2015). Dengan adanya transformasi, baik kultur, sistem dan nilai yang ada di pondok pesantren, maka kini pondok pesantren yang dikenal dengan salafiyah (kuno) kini telah berubah menjadi khalafiyah (modern). dalam sistem dan kultur pesantren terjadi perubahan yang drastis, misalnya: 1) Perubahan sistem pengajaran dari perseorangan atau sorogan menjadi sistem klasikal yang kemudian kita kenal dengan istilah madrasah (sekolah) 2) Pemberian pengetahuan umum disamping masih mempertahankan pengetahuan agama dan bahasa arab. 3) Bertambahnya komponen pendidikan pondok pesantren. 4) Lulusan pondok pesantren diberikannya syahadah (ijazah) sebagai tanda tamat dari pesantren tersebut dan ada sebagian syahadah tertentu yang nilainya sama dengan ijazah negeri.

Sedangkan menurut Baddrut Tamam (2015:64). Sistem pendidikan pesantren yang berkembang saat ini, sedikitnya telah ada beberapa pesantren terkemuka di Indonesia yang sudah melaksanakan program “modernisasi” dilingkungannya, dan hasilnya bisa dikategorikan cukup signifikan, seperti mulai terbangunnya kesadaran terhadap arti penting penguasaan sains dan teknologi, lahirnya bentuk kesadaran baru yang menjadikan para santrinya terutama di bidang penguasaan teknologi tepat guna dan lain sebagainya.

Sehingga pondok pesantren moderen merupakan sistem pendidikan yang berusaha mengintegrasikan secara penuh sistem tradisional dan sistem sekolah formal yang memiliki kurikulum seperti kementerian pendidikan dan kementerian agama tentang sistem pendidikan formal dengan jenjang seperti: 1) Sekolah dasar atau Madrasah ibtidaiyah (MI), 2) Sekolah menengah pertama atau Madrasah tsanawiyah (MTS), 3) Sekolah Menengah atas atau Madrasah aliyah (MA), terkadang juga terdapat sekolah lanjut di pondok pesantren moderen seperti Diploma dan sarjana dengan satu naungan di bawah yayasan pondok psantren. Tetapi tetap tidak melupakan kewajiban utama mereka belajar agama Islam.

### **2.5.3 Peranan Pondok Pesantren**

Tidak diragukan lagi peran pesantren dalam pembangunan kehidupan bangsa selama ini. Pesantren tidak hanya membuktikan kontribusinya dimasa kini saat bangsa ini sudah meraih kemerdekaan, terlebih pesantren juga berbuat cukup banyak di masa-masa perjuangan. Artinya nyata fakta ini adalah bahwa pesantren sebagai institusi pendidikan juga merupakan media untuk berkreasi nyata dalam pengembangan kehidupan yang lebih baik. Dengan kata

lain, bukan hanya tempat untuk mencari ilmu, namun juga media untuk beramal *shalih*. (Muhaimin Iskandar dalam Baddrut Tamam 2015:xxvi). Sehingga santri memiliki jiwa nasionalisme terhadap negara kesatuan republik Indonesia karena santri memiliki sejarah tentang kemerdekaan itu sendiri dan telah menjadi sebuah pengetahuan untuk santri-sekarang untuk mempertahankan negara kesatuan republik indonesia ini

Pada masa kini pesantren tidak hanya semata-mata memberikan pendidikan agama saja melainkan juga pendidikan keahlian (*skill*) tertentu. Sehingga santri dapat berperan menghadapi berbagai problem kehidupan ketika mereka sudah tidak mondok lagi dan dapat mendasarkan diri pada aspek keilmuan agama yang dimilikinya untuk menyelesaikan semua masalah tersebut sesuai dengan hukum syariat islam.

## **2.6 Kabupaten Jepara**

Kabupaten Jepara merupakan salah satu kabupaten di Provinsi Jawa Tengah yang beribukota di Jepara. Secara geografis Kabupaten Jepara terletak pada posisi 110° 9/ 48, 02/ sampai 110° 58/ 37,40 Bujur Timur, 5° 43/ 20,67/ sampai 6° 47/ 25,83/ Lintang Selatan, sehingga merupakan daerah paling ujung sebelah utara dari Provinsi Jawa Tengah. Kabupaten ini berbatasan dengan Laut Jawa di Barat dan Utara, Kabupaten Pati dan Kabupaten Kudus di Timur, serta Kabupaten Demak di Selatan. Wilayah Kabupaten Jepara juga meliputi Kepulauan Karimunjawa, yang berada di Laut Jawa. Luas wilayah daratan Kabupaten Jepara 1.004,189 km<sup>2</sup> dengan panjang garis pantai 82, 73 km. Terdiri dari 184 desa dan 11 kelurahan yang tersebar di 16 kecamatan. Dari 16 kecamatan Wilayah tersempit adalah Kecamatan Kalinyamatan (24,179 km<sup>2</sup>)

sedangkan wilayah terluas adalah Kecamatan Keling (231,758 km<sup>2</sup>).  
(TicJepara:2017).

Kabupaten jepara sangatlah terkenal dengan wisata pantainya dan juga produksi ukir meubel *Furniture* sehingga kabupaten ini tidaklah asing dimasyarakat provinsi Jawa tengah tidak hanya tempat wisata dan hasil prodkusinya saja di kabupaten Jepara juga terdapat sebuah pondok pesantren tertua di jepara yakni Pondok Pesantren Roudlotul Mubtadiin Balekambang.



## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pendapat pentingnya berolahraga santri Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadiin Balekambang Kabupaten Jepara maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

Pendapat santri terhadap aktifitas berolahraga yang masih salah sehingga beranggapan bahwa aktifitas fisik yang mengeluarkan keringan adalah olahraga bahkan aktifitas kerja bakti atau yang sering di sebut "*roan*" dikalangan santri dianggap olahraga padahal olahraga itu sendiri memiliki pengertian yang berbeda yaitu kegiatan yang menggunakan aktifitas fisik untuk memperoleh suatu prestasi yang ingin dicapai dengan cara mengasah kemampuan fisiknya dengan latihan-latihan tertentu.

Santri beranggapan bahwa aktivitas berolahraga itu penting karena santri sadar bahwa aktifitas olahraga dapat memelihara kesehatan tubuh manusia tetapi dalam kenyataan di lapangan santri melakukan aktifitas olahraga hanya untuk mengisi waktu luang saja dan masih banyak santri yang lebih memilih bertemu orang tuanya jika libur mengaji dan sekolah formal daripada melakukan aktifitas berolahraga.

Pendapat pentingnya berolahraga santri sangat bermacam-macam Ini di akibatkan karena tidak adanya aktifitas berolahraga, kurangnya dukungan dari pihak yayasan Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadiin dalam menunjang segala sesuatu hal yang berkaitan dengan kegiatan olahraga, peraturan atau tata tertib yang diterapkan di Pondok Pesantren Roudlotul Muhtadiin Balekambang

Kabupaten Jepara masih belum mengarah ke bidang olahraga, kurangnya fasilitas olahraga yang tersedia dan minimnya pengetahuan santri dalam bidang olahraga.

Motivasi berolahraga santri Pondok Pesantren Roudlotul Mubtadiin Kabupaten Jepararata-rata dalam kategori tinggi dengan presentase 56% untuk tiap-tiap indikator dari variabel tersebut motivasi intrinsik dalam kategori tinggi dengan presentase 61% dan motivasi ekstrinsik dalam kategori sangat tinggi dengan presentase 78% sehingga motivasi ekstrinsik lebih besar dari pada motivasi intrinsik.

Minat berolahraga santri Pondok Pesantren Roudlotul Mubtadiin Kabupaten Jepara rata-rata dalam kategori sangat tinggi dengan presentase 60% untuk tiap-tiap indikator dari variabel tersebut dorongan dari dalam individu dalam kategori sangat tinggi dengan presentase 75%, motif sosial dalam kategori sangat tinggi dengan presentase 68% dan faktor emosional dalam kategori sangat tinggi dengan presentase 47% sehingga semua indikator memiliki pengaruh sangat tinggi terhadap minat berolahraga.

Faktor-faktor yang mempengaruhi pendapat pentinyasantri Pondok Pesantren Roudlotul Mubtadiin Balekambang Kabupaten Jepara yaitu kurangnya dukungan dari pihak yayasan Pondok Pesantren Roudlotul Mubtadiin dalam menunjang segala sesuatu hal yang berkaitan dengan kegiatan olahraga, peraturan atau tata tertib yang diterapkan diPondok Pesantren Roudlotul Mubtadiin Balekambang Kabupaten Jepara masih belum mengarah ke bidang olahraga, kurangnya fasilitas olahraga yang tersedia dan minimnya pengetahuan santri dalam bidang olahragan.

## 5.2 Saran

Berdasarkan simpulan yang telah dipaparkan diatas, penulis memberikan saran sebagai berikut:

Bagi pihak yayasan pondok pesantren hendaknya memperhatikan motivasi dan minat berolahraga santri dengan memberikan dukungan berupa fasilitas olahraga yang sesuai standar, memodifikasi peraturan pondok pesantren atau menambahkan tentang peraturan berolahraga.

Bagi santri pondok pesantren hendaknya selalu memperhatikan pola hidup sehat salah satunya dengan melakkan aktifitas berolahraga dengan menghilangkan anggapan bahwa berolahraga hanyalah sebuah aktifitas yang buang-buang waktu saja dan hanya sedikit manfaatnya bagii diri sendiri padahal sebaliknya kita dapat banyak sekali manfaat yang kita dapat saat melakukan kegiatan berolahraga dan dapat membuat badan kita menjadi lebih bugar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali Mohammad. 1993. *Strategi Penelitian Pendidikan*. Bandung: Angkasa.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Pendekatan Penelitian Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Duncan, Lindsay R, dkk. 2010. *Exercise motivation: a cross-sectional analysis examining its relationships with frequency, intensity, and duration of exercise*. 7(7), 2
- Ghozali, I. 2016. *Aplikasi Analisis Multivariete Dengan Program IBM SPSS 23*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Gunarso, Singgih D. 1989. *Psikologi Olahraga*. Jakarta: BPK Gunung Mulia
- Hamoko, Jefri Hendri. 2015. *Survei Minat dan Motivasi Siswa Putri Terhadap Mata Pelajaran Penjasorkes di SMK Se-Kota Salatiga Tahun 2013*. 4(4), 1730
- Hanafi, Syahdeli. 2016. *Budaya Pesantren Salaf: Studi Ketahanan Pesantren Salafi di Provinsi Banten*. 33(1), 8
- Husdarta, H.J.S. 2010. *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Husdarta, H.J.S. 2010. *Sejarah dan Filsafat Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Husdarta. 2009. *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung :Alfabeta
- Komarudin. 2015. *Psikologi Olahraga: Latihan Keterampilan Mental dalam Olahraga Kompetitif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Mardiana Ade, Purwadi, dan Indra Satya Wira. 2012. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Banten :Universitas Terbuka

- Mukhit, Abdul. 2012. *Prilaku Siswa Setelah Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. 1(1), 2
- Rifai'i, Achmad dan Catharina Tri Anni. 2015. *Psikologi Pendidikan*. Semarang: Pusat Pengembangan MKU dan MKDK LP3 Universitas Negeri Semarang
- Sardiman. 2009. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada
- Shaleh, Abdul Rahman & Muhib Abdul Wahab. 2004. *Psikologi Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam*. Jakarta: Prenanda Media.
- Slameto. 2010. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Sudjana. (2005). *Metode Statistika Edisi ke-6*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sulaiman.2009. *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan Pendekatan Sistem*. Semarang :CV. Swadaya Manunggal
- Supriyanto Wahyu dan Rini Iswandiri. 2017. *Kecenderungan Sivitas Akademika dalam Memilih Sumber Referensi untuk Penyusunan Karya Tulis Ilmiah di Perguruan Tinggi*. 13(1), 82
- Tamam Baddrut. 2015.*Pesantren Nalar dan Tradisi: Geliat Santri Menghadapi ISIS, Terorisme, dan Transnasionalisme Islam*.Yogyakarta: Pustaka Pelajar

- TicJepara. 2017. *About* Jepara:  
<http://tic.jepara.go.id/component/k2/itemlist/category/33-tentang-jepara> (di  
akses tanggal 2 Maret 2019)
- Tolib, Abdul. 2015. *Pendidikan di Pondok Pesantren Moderen*. 1(1), 63
- Valianto, Budi dan Dewi Hamda. 2017. *Survei Minat Masyarakat Untuk Menggunakan Fasilitas Olahraga di Universitas Negeri Medan*. 1(2), 43
- Yildiz, Ali, dkk. 2019. *Investigating The Psychometric Properties of Sport Motivation Scale-II*. 54(1), 34