



**ASPEK PARTISIPASI DAN KEBUGARAN JASMANI  
MASYARAKAT DI KABUPATEN CILACAP MENURUT SPORT  
DEVELOPMENT INDEX**

**SKRIPSI**

Diajukan dalam rangka menyelesaikan studi Strata 1 untuk memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan pada Universitas Negeri Semarang

Oleh

**NIKO ALRIZKY PRATHAMA**

**6101416060**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
2020**

## ABSTRAK

Niko Alrizky Prathama. 2019, **Aspek Partisipasi Dan Kebugaran Jasmani Di Kabupaten Cilacap**. Skripsi Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing Roas Irsyada S.Pd., M.Pd.

### **Kata Kunci: Partipasi, Kebugaran, Sport Development Index**

Latar belakang penelitian ini yaitu masih banyaknya masyarakat yang berolahraga hanya di hari libur atau *weekend*. Berdasarkan latar belakang tersebut, masalah dari penelitian ini adalah bagaimana tingkat partisipasi dan kebugaran jasmani masyarakat di Kabupaten Cilacap menurut *Sport Development Index*. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui indeks partisipasi dan indeks kebugaran jasmani masyarakat ditinjau dari *sport development index*.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei dan tes melalui pendekatan deskriptif kuantitatif. Lokasi penelitian berada di Kabupaten Cilacap dengan sasaran penelitian kecamatan cilacap utara, kecamatan cilacap tengah, dan kecamatan majenang. Instrumen pengumpulan data menggunakan angket dan tes, angket untuk mendapatkan hasil dari partisipasi masyarakat, dan tes untuk mendapatkan hasil dari kebugaran jasmani. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penduduk di Kabupaten Cilacap yang berusia diatas 7 tahun dan sampel dari penelitian ini adalah 90 penduduk yang berusia diatas 7 tahun. Teknik penarikan sampel menggunakan multistage random sampling, yaitu gabungan antara metode stratified random sampling dan cluster sampling. Kemudian dianalisis dengan menggunakan analisis *sport development index* dari dimensi partisipasi dan kebugaran jasmani masyarakat agar mendapat kesimpulan dari data – data yang ada.

Hasil penelitian di Kabupaten Cilacap meliputi: 1) Tingkat partisipasi masyarakat di Kabupaten Cilacap 0,156 masuk dalam kategori rendah. 2) Tingkat kebugaran jasmani di Kabupaten Cilacap 0,311 masuk dalam kategori rendah.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah partisipasi masyarakat dalam berolahraga di Kabupaten Cilacap masih dalam kategori rendah dan kebugaran jasmani masyarakat di Kabupaten Cilacap dalam kategori rendah. Saran bagi Pemerintah Kabupaten Cilacap adalah membuat suatu program yang berguna untuk meningkatkan kebugaran jasmani di masyarakat, dan bagi masyarakat untuk tetap memperhatikan kebugaran jasmani karena kebugaran jasmani sangat penting bagi kesehatan dan dapat menompang kegiatan sehari – hari.

## **ABSTRACT**

Niko Alrizky Prathama. 2019, ***Aspects Of Participation And Physical Fitness In Cilacap District According To The Sport Development Index***. Thesis Department of Physical Education Health and Recreation Faculty of Sports Science, Semarang State University. Supervisor Roas Irsyada S.Pd., M.Pd.

**Keywords:** *Participation, Physical Fitness, Sport Development Index.*

*The background of this research is that there are still many people who exercise only on holidays or weekends. Based on this background, the problem of this study is how the level of community participation and physical fitness in Cilacap Regency according to the Sport Development Index. The purpose of this study was to determine the participation index and the physical fitness index of the community in terms of the sport development index.*

*The method used in this study is a survey and test through a quantitative descriptive approach. The research location is in Cilacap Regency with the aim of the research is North Cilacap Subdistrict, Central Cilacap Subdistrict, and Majenang Subdistrict. Data collection instruments used questionnaires and tests, questionnaires to get results from community participation, and tests to get results from physical fitness. The population in this study is the entire population in Cilacap Regency who are aged over 7 years and the sample of this study is 90 residents aged over 7 years. The sampling technique uses multistage random sampling, which is a combination of stratified random sampling and cluster sampling methods. Then analyzed using a sport development index analysis of the dimensions of community participation and physical fitness in order to get conclusions from existing data.*

*The results of the study in Cilacap Regency included: 1) The level of community participation in Cilacap Regency was 0.156 in the low category. 2) The level of physical fitness in Cilacap Regency is 0.311 in the low category.*

*The conclusion of this study is that community participation in sports in Cilacap Regency is still in the low category and the physical fitness of the community in Cilacap Regency is in the low category. Suggestion for the Government of Cilacap Regency is to make a program that is useful for improving physical fitness in the community, and for the community to continue to pay attention to physical fitness because physical fitness is very important for health and can support daily activities.*

## PERNYATAAN

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Niko Alrizky Prathama

Jurusan/Prodi : PJKR/PJKR

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : Aspek Partisipasi Dan Kebugaran Jasmani Di Kabupaten Cilacap  
Menurut Sport Development Index

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya 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 dengan tata cara pengutipan.

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

Semarang, Februari 2020  
Yang menyatakan,



Niko Alrizky Prathama

NIM. 6101416060

## PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk diajukan sidang.

Nama : Niko Alrizky Prathama

NIM : 6101416060

Jurusan/Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR) S1

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : Aspek Partisipasi Dan Kebugaran Jasmani Di Kabupaten Cilacap

Menurut Sport Development Index.

Pada Hari :

Tanggal :

Menyetujui

Kapal Jurusan PJKR



4/2.20

Dr. Rumiati, S.Pd., M.Pd

NIP. 1970 0223 1995 12 2001

Pembimbing

Roas Irsyada, S.Pd., M.Pd

NIP. 1989 0623 2015 04 1002

## PENGESAHAN

Skripsi atas nama Niko Alrizky Prathama NIM. 6101416060 Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Rekreasi Judul Aspek Partisipasi Dan Kebugaran Jasmani Di Kabupaten Cilacap Menurut Sport Development Index telah dipertahankan dihadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari Selasa, 24 Maret 2020

### Panitia Ujian

Ketua



Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Pd.  
NIP. 196103201984032001

Sekretaris



Agus Widodo Surianto, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 198009072008121002

### DEWAN PENGUJI

1. Dr. Harry Pramono, M.Si.  
NIP : 195910191985031001

(Penguji I)

2. Drs. Cahyo Yuwono, M.Pd.  
NIP : 196204251986011001

(Penguji II)

3. Roas Irsyada, S.Pd., M.Pd.  
NIP : 198906232015041002

(Penguji III)

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO**

- a. " Sesungguhnya Allah tidak akan merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. " (QS. Ar Ra'd : 11)
- b. " Dan bahwasannya seorang manusia tiada memperoleh selain apa yang telah diusahakannya." (An Najm : 39)

### **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Bapak dan Ibu saya tercinta, Joko Supriyanto dan Nina Indriana yang senantiasa memberikan doa dan dukungan.
2. Adik saya tercinta yang telah memberi motivasi saya.
3. Keluarga besarku yang selalu memberi motivasi dan doa.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Aspek Partisipasi Dan Kebugaran Jasmani di Kabupaten Cilacap Menurut Sport Development Index” dengan baik.

Skripsi ini dapat tersusun berkat dukungan dan bantuan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih 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.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, yang telah memberikan ijin dan kesempatan untuk menyelesaikan penulisan skripsi.
4. Bapak Roas Isyada S.Pd., M.Pd selaku dosen pembimbing yang telah memberikan petunjuk, mendorong, membimbing, dan memberi motivasi dalam penulisan skripsi.
5. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan PJKR, FIK, UNNES, yang telah memberikan bekal ilmu dan pengetahuan kepada peneliti hingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Staff Karyawan Tata Usaha FIK UNNES yang telah memberikan pelayanan



serta informasi kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

7. Kepada semua instansi yang telah membantu penulis dalam melaksanakan penelitian untuk menyelesaikan skripsi.
8. Teman-teman seperjuangan Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang memberi motivasi dan membantu menyelesaikan skripsi ini.
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah memberikan bantuan penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.

Semoga semua bantuan dan doa dari berbagai pihak yang telah membantu penyusunan skripsi ini mendapat karunia dari Allah SWT. Penulis menyadari keterbatasan pengetahuan dan pengalaman membuat penyusunan skripsi ini jauh dari sempurna. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak.

Semarang, 1 Februari 2020

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>PERSETUJUAN .....</b>	<b>v</b>
<b>PENGESAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR / DIAGRAM .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	4
1.3 Pembatasan Masalah .....	5
1.4 Perumusan Masalah.....	5
1.5 Tujuan Penelitian .....	6
1.6 Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>9</b>
2.2 <i>Sport Development Index</i> .....	13
2.3 Partisipasi Masyarakat Dalam Berolahraga .....	15
2.4 Kebugaran Jasmani Masyarakat.....	17
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>19</b>
3.1 Jenis dan Desain Penelitian.....	19
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	20
3.3 Variabel Penelitian.....	20

3.4 Populasi, Sampel, dan Teknik Penarikan Sampel.....	20
3.5 Instrumen Penelitian .....	22
3.6 Prosedur Penelitian.....	23
3.7 Alur Penelitian.....	31
3.8 Teknik Analisis Data .....	31
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>34</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	34
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian .....	41
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>48</b>
5.1 Kesimpulan.....	48
5.2 Saran.....	49
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>50</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>55</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
<b>Tabel 2.1.</b> Multivariabel dan Indikator SDI .....	17
<b>Tabel 3.1.</b> Daerah Sampel.....	23
<b>Tabel 3.2.</b> Nilai Maksimum dan Minimum Dimensi Partisipasi dan Kebugaran .....	34
<b>Tabel 3.3.</b> Norma Indeks Pembangunan Olahraga .....	34
<b>Tabel 4.1.</b> Nilai Aktual Kebugaran, Nilai Maksimum, dan Nilai Minimum .....	38

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
<b>Gambar 3.5.</b> Alur Penelitian .....	31
<b>Gambar 4.1.</b> Partisipasi Masyarakat.....	42
<b>Gambar 4.2.</b> Kebugaran Jasmani.....	47

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Lampiran Klarifikasi Daerah Di Jawa Tengah Menurut Klassen.....	55
2. Lampiran Surat Keterangan Pembimbing .....	56
3. Lampiran Surat Ijin Penelitian .....	57
4. Lampiran Surat Telah Melakukan Penelitian .....	64
5. Instrumen Penelitian .....	66
6. Data Hasil Penelitian.....	69
7. Dokumentasi.....	79

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Olahraga pada era modern seperti sekarang ini semakin menjadi kebutuhan mendasar bagi setiap manusia dalam rangka eksistensi serta menempatkan diri pada kedudukan yang strategis sesuai dengan perkembangan dan kemajuan zaman (Whalsen Duli Agus Lauh, 2014;1). Olahraga pada dasarnya merupakan kebutuhan setiap manusia di dalam kehidupan, agar kondisi fisik dan kesehatannya tetap terjaga dengan baik ( Yudik Prasetyo, 2013;11 ). Olahraga yang kita lihat sekarang atau yang kita praktikkan bersama-sama bukan sekedar ajang untuk memperoleh medali, bukan ajang untuk adu otot, dan juga bukan semata-mata untuk meraih prestasi namun lebih dalam dari itu yakni sebagai sarana untuk meningkatkan dan mengembangkan sumber daya manusia yang lebih baik lagi, kualitas hidup yang lebih baik, seperti peningkatan kesehatan fisik, mental, sosial dan emosional (Beni Adhi Ristanto, 2014). Olahraga menjadi dilupakan oleh sebagian individu, dengan berbagai alasan diantaranya kesibukan dan tidak mempunyai waktu luang untuk berolahraga dan karena kesibukan semakin sulit mengatur jadwal berolahraga ( Bessy Sitorus Pane, 2015;21 ).

Menurut Agus Kristiyanto (2012:2-3) setiap kecamatan/ kota/ kabupaten/ provinsi yang menghendaki kemajuan yang signifikan pada berbagai bidang, seharusnya memiliki kesadaran terhadap makna strategis olahraga harus diawali melalui perencanaan pembangunan yang berpihak pada kemajuan olahraga secara

menyeluruh. Karena olahraga itu menjadi *sense of spirit* dari suatu proses panjang pembangunan itu sendiri sebab berisi suatu semangat dan kekuatan untuk membangun. Oleh karena itu olahraga harus dipandang sebagai tujuan sekaligus aset pembangunan dari suatu daerah.

Desi Natalia, Sugiyanto, Kiyatno ( 2016;6(2) ) mengatakan bahwa fokus pembangunan keolahragaan adalah pembudayaan dan peningkatan prestasi olahraga yang jika dikaitkan dengan bangunan olahraga berarti penguatan pondasi bangunan olahraga yaitu budaya berolahraga dan penguatan pola pembibitan olahraga prestasi guna menciptakan sebanyak-banyaknya sumber daya calon olahragawan berbakat dari berbagai daerah di Indonesia sesuai dengan karakter fisik dan kultur lokal, serta kondisi lingkungan yang mendukung pembentukan potensi olahraga unggulan di daerah. Pembangunan olahraga nasional di Indonesia sudah diatur dalam UU Nomor 3 tahun 2005. Namun, akhir-akhir ini prestasi dalam suatu olahraga disebut sebagai tolak ukur dalam penilaian kemajuan pembangunan olahraga di suatu daerah. Sehingga ini menjadi hal yang wajar ketika masyarakat beranggapan bahwa perolehan medali atau juara dalam even olahraga dijadikan sebagai patokan baik buruknya atau maju mundurnya olahraga di suatu daerah bahkan negara. Ukuran tersebut tentu tidak salah, tetapi juga tidak seluruhnya benar. Pembangunan olahraga sesungguhnya tidak cukup hanya diidentifikasi ukuran prestasi yang diidentikkan dengan perolehan medali khususnya emas atau peringkat yang dicapai dalam event olahraga seperti Pekan Olahraga Nasional (PON) atau pekan-pekan olahraga yang diselenggarakan secara internasional seperti SEA Games, Asian Games, atau Olympic Games ( Danarsuti



Utami, 2015;2 ). Padahal pada sisi yang lain, sesuai Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional disebutkan bahwa pilar olahraga tidak hanya menyangkut olahraga prestasi, tetapi juga olahraga pendidikan dan olahraga rekreasi. Dengan demikian tentu tidak bijak apabila keberhasilan olahraga diukur hanya dari satu pilar saja.

Toho Cholik M dan Ali Maksum (2007:9) menyebutkan bahwa terdapat 4 dimensi yang dapat dijadikan sebagai suatu tolak ukur dalam pembangunan olahraga disuatu daerah. Konsep yang diberi nama *sport development index* mengacu pada indeks gabungan yang dapat mencerminkan keberhasilan pembangunan olahraga berdasarkan 4 dimensi dasar yaitu 1) ketersediaan ruang terbuka olahraga, 2) sumber daya manusia, 3) partisipasi masyarakat dalam berolahraga, 4) kebugaran masyarakat. Prof. De Vrijs seorang pakar dari Malaysia ketika konferensi internasional ASPES di Bandung menegaskan tentang dukungannya kepada Indonesia agar mengambil peran sebagai pusat untuk mengembangkan ide inovatif ini di kawasan Asia. Dan menyarankan agar *sport development index* dikembangkan menjadi SPEDI yaitu *sport and physical education development index*.

Berdasarkan pembangunan olahraga menurut *Sport Development Index* diharapkan mampu menjadi cara untuk peningkatan kualitas sumber daya manusia di Kabupaten Cilacap. Hal ini berdasarkan pada kesepakatan yang universal, yang tertuang di dalam butir-butir mukaddimah Piagam Internasional tentang Pendidikan Jasmani dan olahraga (*The International Charter of Physical Education and Sport*) yang dideklarasikan oleh UNESCO tahun 1978, hasil dari para menteri dan pejabat

senior dalam pendidikan jasmani dan olahraga di Paris. Dalam butir ke-1 menyatakan bahwa suatu kegiatan untuk mengaktualisasikan hak-hak asasi manusia adalah kesempatan untuk mengembangkan dan mempertahankan kemampuan fisik, mental dan moral dan arena itu, setiap orang harus memiliki akses terhadap pendidikan jasmani dan olahraga. Dilanjutkan pada butir ke-3 yang menyatakan bahwa pendidikan jasmani dan olahraga dapat memberikan sumbangan bagi penguasaan nilai-nilai kemanusiaan yang mendasar yang menjadi landasan bagi perkembangan sepenuhnya pada setiap makhluk manusia (Toho Cholik M dan Ali Maksum, 2007:26).

Tabel 1.1. Klasifikasi Daerah Di Jawa Tengah Menurut Klassen *Typology* ( Lampiran 1 )

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti, didapatkan hasil mayoritas masyarakat di Kabupaten Cilacap hanya memanfaatkan fasilitas berolahraga di hari libur atau akhir pekan saja, dan di Kabupaten Cilacap belum ada hasil SDI indeks partisipasi dan kebugaran jasmani masyarakat, maka peneliti ingin mengungkap, meneliti, dan mengkaji sebenarnya sejauh manakah tingkat pembangunan olahraga ditinjau dari *sport development index* di Kabupaten Cilacap aspek partisipasi masyarakat dan kebugaran jasmani masyarakat, maka dari itu perlu adanya penelitian lebih lanjut untuk mengetahui *sport development index* dalam rangka mengukur pembangunan olahraga di Kabupaten Cilacap.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan dari latar belakang masalah yang telah diungkap di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Kurangnya partisipasi masyarakat dalam berolahraga, sehingga kebugaran jasmani masyarakat kurang.
2. Melihat kemajuan olahraga dari segi perolehan medali olahraga prestasi dalam suatu even atau kompetisi.
3. Konsep baru untuk mengukur tingkat partisipasi dan kebugaran jasmani masyarakat di suatu daerah dengan *Sport Development Index*

### **1.3 Pembatasan Masalah**

Berdasarkan dari identifikasi masalah yang telah diungkap di atas, maka permasalahan akan dibatasi sebagai berikut:

1. Partisipasi Masyarakat dalam bidang olahraga di Kabupaten Cilacap ditinjau dari *sport development index* sebagai acuan dalam pembangunan olahraga di Kabupaten Cilacap
2. Kebugaran Jasmani masyarakat di Kabupaten Cilacap ditinjau dari *sport development index* sebagai acuan dalam pembangunan olahraga di Kabupaten Cilacap

### **1.4 Perumusan Masalah**

Berdasarkan observasi dan latar belakang masalah yang telah diungkap di atas, maka permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimanakah tingkat partisipasi olahraga di Kabupaten Cilacap ditinjau dari *sport development index* sebagai acuan dalam pembangunan olahraga di Kabupaten Cilacap ?

3. Bagaimanakah kebugaran jasmani masyarakat di Kabupaten Cilacap ditinjau dari *sport development index* sebagai acuan dalam pembangunan olahraga di Kabupaten Cilacap ?

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan fenomena dari permasalahan yang ada di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Mengetahui tingkat partisipasi masyarakat dalam berolahraga di Kabupaten Cilacap ditinjau dari *sport development index* sebagai acuan dalam pembangunan olahraga di Kabupaten Cilacap
2. Mengetahui tingkat kebugaran jasmani masyarakat di Kabupaten Cilacap ditinjau dari *sport development index* sebagai acuan dalam pembangunan olahraga di Kabupaten Cilacap

### **1.6 Manfaat Penelitian**

Dengan adanya penelitian mengenai Sport Development Index aspek partisipasi dan kebugaran jasmani masyarakat di Kabupaten Cilacap diharapkan dapat memperoleh manfaat sebagai berikut :

- 1) Manfaat Praktis
  - Penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan penelitian selanjutnya dan dapat dijadikan sebagai dasar penelitian terkait
  - Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dan menambah serta memperluas wawasan keilmuan khususnya dalam kajian Sport Development Index khususnya pada aspek partisipasi dan kebugaran

jasmani.

## 2) Manfaat Teoritis

### a. Bagi Pemerintah Kabupaten Cilacap

- Hasil penelitian ini memberikan masukan atau rekomendasi kepada Pemerintah Kabupaten Cilacap dalam hal perbaikan kualitas dan kuantitas lingkungan agar dapat meningkatkan angka partisipasi masyarakat dalam berolahraga sehingga kebugaran jasmani masyarakat meningkat.
- Hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai acuan dalam mengevaluasi kebijakan Pemerintah Kabupaten Cilacap sebagai upaya bersama untuk memajukan, membina, dan mengembangkan olahraga dalam rangka memajukan pembangunan olahraga di Kabupaten Cilacap serta sebagai informasi kepada para pelaku olahraga untuk dapat berperan dan ikut serta dalam mendukung upaya-upaya pemerintah yang berkaitan dengan pengembangan olahraga di daerah Kabupaten Cilacap.
- Merangsang pemerintah Kabupaten Cilacap untuk meningkatkan kualitas serta kuantitas minat masyarakat terhadap olahraga sehingga partisipasi masyarakat dan kebugaran jasmani masyarakat dapat meningkat.

### b. Bagi Masyarakat Kabupaten Cilacap

- Memberikan masukan pada berbagai pihak akan pentingnya partisipasi dan kebugaran jasmani masyarakat sebagai pendukung pembangunan olahraga di suatu daerah
- Memberikan gambaran tentang olahraga yang dapat menjadi aset untuk

mencapai pembangunan olahraga yang optimal.

c. Bagi Peneliti

- Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengalaman kepada peneliti dalam mengungkap tingkat partisipasi dan kebugaran jasmani masyarakat yang ditinjau dari Sport Development Index.
- Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 Penelitian Serupa

Berbagai penelitian tentang aktivitas olahraga yang kaitannya dengan partisipasi olahraga dan kebugaran jasmani masyarakat ditinjau dari *sport development index* telah banyak dilakukan. Peneliti melakukan beberapa penelusuran terhadap berbagai penelitian yang telah dilakukan yang memiliki relevansi terhadap tema yang diangkat oleh peneliti. Hal tersebut dilakukan agar peneliti memiliki pemahaman yang kritis dan obyektif sehingga peneliti dapat memberikan informasi perbedaan dan keterkaitan penelitian yang sedang dilakukan oleh peneliti.

Beberapa penelitian yang dijadikan sebagai bahan rujukan yang relevan adalah sebagai berikut:

- 1) Sukendro Dasar dan Grafitte Decheline, 2017. Hasil Pembangunan Olahraga di Kota Jambi Ditinjau Dari *Sport Development Index*. Hasil dari penelitian ini adalah: 1) Indeks ruang terbuka di Kota Jambi adalah 0,364. 2) indeks sumber daya manusia di Kota Jambi adalah 0,00057. 3) indeks partisipasi masyarakat di Kota Jambi adalah 0,57. 4) indeks kebugaran jasmani Kota Jambi adalah 0,340. 5) indeks pembangunan olahraga (SDI) di Kota Jambi yaitu 0,318. Kesimpulan penelitian ini adalah indeks SDI di Kota Jambi masih berada pada kategori rendah. Pembangunan olahraga di Kota

Jambi masih perlu diperhatikan dan dibenahi oleh pemerintah kota untuk memajukan olahraga di Kota Jambi.

- 2) Desi Natalia, Sugiyanto, Kiyatno, 2016. Partisipasi Masyarakat dan Kebugaran Jasmani Bagian Dari Pembangunan Olahraga Kabupaten Wonogiri. Hasil dari penelitian ini adalah indeks partisipasi masyarakat 0,237 berada pada kategori rendah dan indeks kebugaran jasmani sebesar 0,315 berada pada kategori rendah.
- 3) Wawan Setyawan dan Bayu Septa Martaviano Triaditya, 2019. Tingkat Pembangunan Olahraga Ditinjau Dari *Sport Development Index* (SDI) di Kecamatan Banyuwangi. Hasil penelitian ini adalah: 1) indeks partisipasi masyarakat di Kecamatan Banyuwangi adalah 0,355. 2) indeks ruang terbuka di Kecamatan Banyuwangi adalah 0,529. 3) indeks sumber daya manusia di Kecamatan Banyuwangi adalah 0,284. 4) indeks kebugaran jasmani di Kecamatan Banyuwangi adalah 0,661. 5) indeks SDI di Kecamatan Banyuwangi adalah 0,457. Tingkat SDI di kecamatan Banyuwangi yang masih dalam katagori rendahterlihat dari masyarakat yang mempunyai kegiatan yang sangat padat, danmasih belum mempunyai banyak waktu untuk berolahraga. Hal itu terlihat juga dengan tingkat partisipasi dari masyarakat dalam berolahraga yang masih kurang.
- 4) Yohanes Daton Saban, 2019. Indeks Pembangunan Olahraga ( *Sport Development Index* ) Kabupaten Flores Timur. Hasil penelitian ini adalah: 1) indeks partisipasi masyarakat di Kabupaten Flores Timur adalah 0,356. 2) indeks ruang ruang terbuka di Kabupaten Flores Timur adalah 0,394. 3)



indeks SDM di Kabupaten Flores Timur adalah 0,071. 4) indeks kebugaran di Kabupaten Flores Timur adalah 0,138. 5) *Sport Development Index* ( SDI ) Kabupaten Flores Timur adalah 0,239. Kesimpulan adalah *Sport Development Index* Kabupaten Flores Timur masih berada pada kategori rendah. Artinya bahwa pembangunan olahraga Kabupaten Flores Timur masih perlu diperhatikan dan dibenahi oleh pemerintahan dan semua lapisan masyarakat agar pembangunan olahraga di Kabupaten Flores Timur bisa lebih maju.

- 5) Andy Pradhana, 2016. *Analisis sport development index* kecamatan ngronggot kabupaten nganjuk. Hasil penelitian ini adalah: 1) angka partisipasi sebesar 0,352 ( rendah ). 2) angka ruang terbuka sebesar 0,395 ( rendah ). 3) angka sumber daya manusia sebesar 0,001 ( rendah ). 4) angka kebugaran jasmani sebesar 0,373 ( rendah ). 5) Dengan demikian angka SDI sebesar 0,281 ( kategori rendah ).
6. Ipang Setyawan, Moch Fahmi Abdulaziz, Endro Puji Purwono, Roas Irsyada, 2019. *Sports Development Reviewed by SDI to Improve The Quality of Physical Education With Conservation Character*. Hasil Penelitian ini adalah: 1) indeks partisipasi masyarakat di Jawa Tengah adalah 0,159 ( rendah ). 2) indeks ruang terbuka olahraga di Jawa Tengah adalah 0,433 ( rendah ). 3) indeks sumber daya manusia di Jawa tengah adalah 0,013 ( rendah ). 4) indeks kebugaran jasmani di Jawa Tengah adalah 0,127. 5) *Sport Development Index* di Jawa Tengah adalah 0,277 masuk dalam kategori rendah.

- 7) Endro Puji Purwono, Roas Irsyada, Ipang Setyawan, Moch Fahmi Abdulaziz, 2019. *Improvement Quality of Physical Education Reviewed by Sports Development in Pekalongan*. Hasil penelitian ini adalah: 1) indeks partisipasi masyarakat adalah 0,157 masuk dalam kategori rendah. 2) indeks ruang terbuka olahraga adalah 0,374 masuk dalam kategori rendah. 3) indeks sumber daya manusia adalah 0,024 masuk dalam kategori rendah. 4) indeks kebugaran jasmani adalah 0,243 masuk dalam kategori rendah. 5) *Sport Development Index* di Pekalongan sebesar 0,277 dan masuk dalam kategori rendah.
- 8) Ipang setyawan, Ricka Ulfatul Faza, 2019. *Pembangunan Olahraga Ditinjau dari SDI Guna Peningkatan Kualitas Pendidikan Jasmani Berwawasan Konservasi*. Hasil penelitian ini menunjukkan indeks partisipasi masyarakat dalam berolahraga adalah 0.159(rendah), indeks ruang terbuka olahraga sebesar 0.433(rendah), indeks sumber daya manusia keolahragaan sebesar 0.013(rendah), dan indeks kebugaran jasmani sebesar 0.127(rendah). Dengan demikian angka SDI di Jawa Tengah sebesar 0.277 dan masuk dalam kategori rendah

Berdasarkan penelitian – penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa aktivitas olahraga dapat memberikan dampak positif bagi jasmani, rohani dan sosial.. Pembangunan olahraga di suatu daerah bahkan negara tidak bisa hanya dengan mengandalkan satu aspek saja seperti perolehan medali atau juara dalam perlombaan multi even olahraga. Hal ini dikarenakan ukuran tersebut hanya bersifat semu dan manipulatif. Semu karena ukuran tersebut tidak bisa

menggambarkan yang sebenarnya, manipulatif karena bisa saja dalam perolehan medali atau juara tersebut didapatkan dengan cara yang tidak sportif atau curang dan tidak elegan.

## **2.2 Sport Development Index**

*Sport Development Index* merupakan alternatif baru yang dapat digunakan untuk menentukan tingkat pembangunan olahraga disuatu daerah (Andhi Pradana, 2016:77). Sukendro Dasar dan Grafitte Dechekine (2017:62) menyatakan bahwa *sport development index* merupakan buah pemikiran dari beberapa tokoh yaitu Toho Cholik Mutohir, dkk yang terpanggil ke dalam dunia olahraga karena merasa prihatin dengan keadaan masyarakat yang memiliki anggapan bahwa pembangunan olahraga ditentukan oleh banyaknya medali atau juara yang diperoleh.

Mutohir dan Maksum (2007:2) menjelaskan bahwa *sport development index* (SDI) adalah indeks gabungan yang digunakan sebagai metode yang bertujuan untuk mengetahui keberhasilan atau kemajuan pembangunan olahraga disuatu daerah dan/atau negara berdasarkan empat dimensi dasar yaitu: 1) ruang terbuka yang tersedia untuk aktivitas olahraga, 2) partisipasi warga masyarakat dalam melakukan aktivitas olahraga secara teratur, 3) sumber daya manusia atau tenaga keolahragaan yang terlibat dalam kegiatan olahraga, dan 4) derajat kebugaran jasmani yang dicapai oleh masyarakat didaerah tersebut. Dengan demikian pembangunan olahraga akan mengarah pada pembangunan hakikat olahraga yang mendasar, bukan dengan sesuatu yang instan berupa banyaknya medali atau juara yang diperoleh oleh suatu daerah atau negara.

Dalam beberapa kali seminar yang telah dilakukan oleh Toho Cholik Muthohir

dan tim, *sport development index* memperoleh respon yang sangat baik dari peserta. Pertama, pada konferensi internasional tentang Olahraga dan Pembangunan Berkelanjutan yang diselenggarakan di Yogyakarta pada bulan September 2003. Kedua, pada Konferensi Internasional – Asia untuk pendidikan jasmani dan olahraga (ASPES) pada 22-24 Juli 2004 di Bandung. Ketiga, pada Konferensi Dunia Ke-10 mengenai “*Sport for All*” yang berlangsung pada tanggal 11-14 November 2004 di Roma Italia. Ketika pertama kali diintroduksi di Konferensi Internasional di Yogyakarta, sejumlah pakar dari Jepang, Korea, Amerika, Inggris, Australia, Thailand dan Malaysia memuji Indonesia atas kemajuan, prestasi dan hasil karya putra Indonesia karena menjadi yang pertama dalam mencetuskan konsep *sport development index*. Bahkan mereka mengakui bahwa dalam bidang ini Indonesia dikenal menjadi *the leading nation*. Prof. De Vrijs yang merupakan seorang pakar dari Malaysia pada waktu Konferensi Internasional ASPES di Bandung menegaskan tentang dukungannya kepada Indonesia agar mengambil peran sebagai pusat untuk mengembangkan ide inovatif ini di kawasan Asia. Dan menyarankan agar *sport development index* dikembangkan menjadi SPEDI yaitu *sport and physical education development index* (Toho Cholik M. dan Ali Maksun, 2007:8).

Konsep SDI memiliki cakupan yang lebih luas dibandingkan konsep lain seperti medali yang selama ini dijadikan indikator tunggal keberhasilan olahraga. SDI merupakan jawaban atas kebijakan pemerintah terkait dengan panji olahraga yang dikumandangkan pada 1983. Hingga dewasa ini, selama belum ada alat ukur yang dapat digunakan untuk menilai, maka tidak ada yang tahu secara pasti apakah panji olahraga tersebut telah berhasil atau gagal. Oleh karena itu melalui *sport*

*development index* maka akan dapat mengetahui bagaimana kemajuan pembangunan olahraga pada suatu wilayah tertentu. Penjelasan terkait 4 dimensi *sport development index* dapat dilihat dalam tabel berikut :

**Tabel 2.1.** Multivariabel dan Indikator SDI

Dimensi	Ruang Terbuka	SDM	Partisipasi	Kebugaran
Indikator (Multivariabel dalam angka aktual)	Rasio ketersediaan ruang terbuka dengan jumlah penduduk $\geq 7$ th (Angka Aktual)	Rasio pelatih/guru/instruktur dengan populasi (Angka Aktual)	Rasio Peserta aktif berolahraga dengan partisipan (Angka Aktual)	Angka Kebugaran (Angka Aktual)
↓	↓	↓	↓	↓
Indeks Dimensi	Indeks Ruang Terbuka	Indeks SDM	Indeks Partisipasi	Indeks Kebugaran

Sumber : Mutohir dan Maksum, 2007. 7

### 2.3 Partisipasi Masyarakat dalam Berolahraga

Olahraga mempunyai sebuah peranan sebagai penggerak dan modal dasar bagi peningkatan kualitas SDM. Hal ini akan tercapai apabila olahraga dapat dilaksanakan secara terpola, terpadu dan terarah sehingga akan mampu menjadi salah satu kekuatan keunggulan dan andalan pembangunan nasional dimasa mendatang (Rumpi Agus Sudarko, 2009:5). Partisipasi dan sumber daya manusia merupakan bagian integral terlaksananya kegiatan olahraga (Palmizal Palmizal dan Hendra Mashuri, 2019;35-41). Partisipasi adalah keikutsertaan masyarakat dalam melakukan suatu kegiatan yang bersifat umum (Sabaruddin Yunis Bangun, 2012:803). Menurut Mubyarto (dalam Huraerah, 2008:27) partisipasi adalah suatu tindakan menjadi bagian dari masyarakat. Selanjutnya, partisipasi masyarakat

merupakan keterlibatan masyarakat bukan hanya pada proses pelaksanaannya saja, tetapi juga melibatkan masyarakat dalam hal perencanaan dan pengembangan dari pelaksanaan program tersebut, termasuk menikmati hasil yang diperoleh dari pelaksanaan program tersebut (Adiyudha Permana dan Putra Sastaman B, 2015:10). Partisipasi dibutuhkan untuk sebuah kemajuan olahraga. Partisipasi untuk mengikuti olahraga juga memiliki peran penting, jika keikutsertaan dalam kegiatan olahraga kurang maka bisa dipastikan kegiatan olahraga tidak akan berjalan lancar ( Wawan Setiawan dan Bayu Septa Martavioano Triaditya, 2019;2(1)) .

Sedangkan partisipasi olahraga merujuk pada keikutsertaan masyarakat dalam melakukan suatu kegiatan yang bersifat olahraga dalam suatu daerah tertentu (Andy Pradana, 2016:80). Dalam hal ini dengan adanya partisipasi dari masyarakat dalam olahraga dapat mempermudah tujuan dari kegiatan olahraga itu tercapai. Ruang lingkup partisipasi olahraga mencakup partisipasi langsung seperti melakukan olahraga dan tidak langsung seperti sebagai sponsor penyelenggaraan event olahraga. Secara khusus partisipasi olahraga merujuk pada keterlibatan langsung secara aktif sebagai pelaku olahraga. Kesadaran masyarakat dalam berpartisipasi olahraga memberikan kontribusi terhadap pembangunan individu dan masyarakat sehingga menjadi sehat, cerdas, tangguh, kompetitif, sejahtera, bermanfaat dan bermartabat.

Angka partisipasi olahraga diartikan sebagai tingkatan partisipasi masyarakat secara umum dalam olahraga yang dihitung berdasarkan perbandingan jumlah partisipan olahraga dengan jumlah populasi. Untuk mengetahui bagaimana tingkat

partisipasi masyarakat dalam berolahraga disuatu daerah diukur berdasarkan rasio antara jumlah sampel peserta kegiatan dengan jumlah populasi yang berusia 7 tahun keatas. Dalam hal ini tingkat partisipasi olahraga mengacu pada frekuensi aktivitas olahraga yang dilakukan minimal tiga kali dalam setiap minggunya (Muthohir dan Maksum, 2007:45).

## **2.4 Kebugaran Jasmani Masyarakat**

Kebugaran Jasmani merupakan ukuran potensi kemampuan kerja manusia yang sangat berperan dalam menunjang untuk kerja fisik (Suharto,1997b). Kebugaran jasmani menjadi salah satu faktor penting dalam melakukan aktivitas sehari-hari agar tidak mengalami kelelahan yang berlebihan (Idi Julianto, 2016;7-14). Menurut Giriwijoyo dan Zafar (2012:23) menjelaskan bahwa kebugaran jasmani adalah keadaan kemampuan jasmani yang dapat menyesuaikan fungsi alat-alat tubuhnya terhadap tugas jasmani tertentu dan/atau terhadap keadaan lingkungan yang harus diatasi dengan cara yang efisien, tanpa kelelahan yang berlebihan dan telah pulih sempurna sebelum datang tugas yang sama pada keesokan harinya. Kebugaran jasmani tidak hanya menggambarkan kesehatan, tetapi lebih merupakan cara mengukur individu melakukan kegiatan sehari-hari (Agung Septian Nosa dan Mohammad Faruk, 2013;1).

Hasil penelitian oleh Vega, et al (2015:255) menyimpulkan efek jangka pendek program kebugaran jasmani diikuti dengan program pemeliharaan melalui kegiatan olahraga dipengaturan pendidikan jasmani. Jadi pendidikan jasmani dengan memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis akan berpengaruh terhadap kesehatan dan kebugaran individu.

Seseorang yang memiliki kebugaran jasmani yang baik dengan sendirinya juga akan memiliki kekuatan yang relative baik dibandingkan dengan mereka yang tidak bugar. Upaya peningkatan dan pemeliharaan kebugaran jasmani yang teratur dan terarah pada dasarnya merupakan bagian dari pola hidup (life style) yang berkembang karena proses pendidikan dan kebudayaan (Sulistiono, A. A. (2014). Ibnu Darmawan (2017;143-154) menyebutkan bahwa manfaat kebugaran jasmani pada saat ini sudah sangat disadari oleh masyarakat, terbukti dengan berkembangnya pusat-pusat kebugaran dan kegiatan olahraga yang marak diselenggarakan, hal tersebut semuanya berpangkal pada pencarian kebugaran jasmani.

Cara untuk mengukur tingkat kebugaran jasmani menggunakan multistage fitness test (MFT). Untuk menghitung indeks kebugaran secara keseluruhan terlebih dahulu menghitung kebugaran masing-masing klasifikasi usia dengan menggunakan tes multistage fitness test (MFT). Nilai maksimum kebugaran adalah 40,5 dan nilai minimumnya 20,1. Setelah mendapatkan nilai indeks dari masing-masing usia kemudian menghitung indeks kebugaran secara keseluruhan.



## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa :

1. Hasil penelitian Indeks Partisipasi Olahraga Masyarakat juga di kategori rendah dengan Kecamatan Cilacap Utara 0,16666667, Kecamatan Cilacap Tengah 0,06666667, dan Kecamatan Majenang 0,23333333.
2. Hasil penelitian aspek Kebugaran Jasmani diketahui dari tiga kecamatan semua di kategori rendah dengan :
  - A. Kecamatan Cilacap Utara : - Anak - anak : 0,05379902  
: - Remaja : 0,053571429  
: - Dewasa : 0,037009804
  - B. Kecamatan Cilacap Tengah : - Anak – anak : 0,044362745  
: - Remaja : 0,055392157  
: - Dewasa : -0,013970588
  - C. Kecamatan Majenang : - Anak – anak : 0,088357843  
: - Remaja : 0,854411765  
: - Dewasa : 0,056127451
3. Hasil dari rata – rata indeks 3 Kecamatan di Kabupaten Cilacap aspek Partisipasi Olahraga Masyarakat adalah 0,156.
4. Hasil dari rata – rata indeks 3 kecamatan di Kabupaten Cilacap aspek Kebugaran Jasmani Masyarakat adalah 0,311.

#### **5.4 Saran**

Berdasarkan kesimpulan di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan, yaitu :

1. Perlu adanya pemikiran yang sama tentang pentingnya meningkatkan kebugaran jasmani dan tingkat partisipasi olahraga guna mensukseskan program pembangunan olahraga.
2. Memperhatikan sungguh – sungguh aspek yang mempengaruhi tingkat kebugaran jasmani dan partisipasi olahraga di masyarakat Kabupaten Cilacap.
3. Memberikan masukan kepada Pemerintah Kabupaten Cilacap untuk membuat suatu program yang berguna untuk meningkatkan kebugaran jasmani di masyarakat.
4. Bagi masyarakat di Kabupaten Cilacap untuk tetap memperhatikan kondisi kebugaran jasmani karena kebugaran jasmani sangat penting bagi kesehatan dan dapat menompang kegiatan sehari – hari.
5. Bagi peneliti selanjutnya, agar dapat melakukan penelitian dengan mempersiapkan sampel terlebih dahulu, sehingga sampel akan lebih siap kondisinya ketika di ambil data untuk penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus Kristiyanto. 2012. *Pembangunan Olahraga untuk Kesejahteraan Rakyat dan Kejayaan Bangsa*. Yuma Pressindo.
- Bangun, Sabbarudin. 2013. "Analisis Sport Development Index Kota Tebing Tinggi Sumatera Utara Tahun 2012". *Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan..* 7. (2): 800-810.
- Cohen, D.A., McKenzie, T.L., Sehgal, A., Williamson, S., Golinelli, D., & Lurie, N. 2007. "Contribution of Public Parks to Physical Activity". *American Journal of Public Health*. 93(3): 509-514.
- Dasar, S., Decheline, G. 2017. "Hasil Pembangunan Olahraga Di Kota Jambi Ditinjau dari Sport Developmen Index". *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. 9(2): 61-71.
- Dharmawan, D. B., Ichсандi, R., & Faza, R. U. (2018). "Ruang terbuka olahraga di Kecamatan Gunungpati , Kota Semarang: Kajian analisis melalui sport development index Open space area sports in Subdistrict Gunungpati, Semarang City: The study of analysis through sport development index". *Jurnal Keolahragaan*. 6(1), 11–19.
- Huraerah, A. 2008. *Pengorganisasian dan Pengembangan Masyarakat: Model Startegi Pembangunan Berbasis Kerakyatan*. Bandung: Humaniora.
- Junaidi, A. 2015. "Surve Tingkat Kemajuan Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Di SMA, SMK, dan MA Negeri Se-Kabupaten Gresik". *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 3.(3):834-842.
- Pradhana, Andy.2016. "Analisis sport development index kecamatan ngronggot

kabupaten nganjuk". *Jurnal Kesehatan Olahraga*. 6 (2): 77-82.

Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta

Sugiyono, 2005, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta.

Toho Cholik Mutohir dan Ali Maksum. 2007. *Sport Development Index*. Jakarta : PT.

Indeks

Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional.

2007. Biro Humas dan Hukum Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia. Jakarta.

Vega, et al. 2015. Effects of a Physical Education-Based Programme on HealthRelated Physical Fitness and its Maintenance in High School Students: *European Physical Education Review*, 22(2):243-259.

Hadi, S. (2013). Survei Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan pada Satuan Pendidikan SD, SMP, SMA Negeri se-Kecamatan Karang Kabupaten Trenggalek. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 1(1).

Sudarko, R. A. (2009). PENINGKATAN KUALITAS PROSEDUR DAN EVALUASI OLAHRAGA UNGGULAN PROPINSI KALIMANTAN TIMUR. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 5.

Suharto. 1997b. Potensi Pengembangan Prestasi Pelajar, Olahragawan dan Pegawai Dilihat Dari Segi Kesegaran Jasmani. Kumpulan Makalah Kepala Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi, 9-18.

Sulistiono, A. A. (2014). Kebugaran jasmani siswa pendidikan dasar dan menengah di Jawa Barat. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 20(2), 223-233.

Purwono, E. P., & Irsyada, R. (2019, October). Kemajuan Pembangunan Pendidikan

- Jasmani Dan Olahraga Dalam Upaya Penguatan Karakter Masyarakat Berwawasan Konservasi Di Jawa Tengah. In *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga (SENALOG)* (Vol. 2, No. 1).
- Setiawan, I., & Faza, R. U. (2019, October). Pembangunan Olahraga Ditinjau dari SDI Guna Peningkatan Kualitas Pendidikan Jasmani Berwawasan Konservasi. In *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga (SENALOG)* (Vol. 2, No. 1).
- Wulan, A. R. (2007). Pengertian dan esensi konsep evaluasi, asesmen, tes, dan pengukuran. *Jurnal, FPMIPA Universitas Pendidikan Indonesia*. Wulan, A. R. (2007). Pengertian dan esensi konsep evaluasi, asesmen, tes, dan pengukuran. *Jurnal, FPMIPA Universitas Pendidikan Indonesia*.
- Susilana, R. MODUL 6 POPULASI DAN SAMPEL 6 POPULASI DAN SAMPEL 6 POPULASI DAN SAMPEL.
- Matondang, Z. (2009). Validitas dan reliabilitas suatu instrumen penelitian. *Jurnal Tabularasa*, 6(1), 87-97.
- Riyoko, E., & Soegiyanto, K. S. (2014). KEBIJAKAN PEMERINTAH KABUPATEN MUSI BANYUASIN DALAM MENGEMBANGKAN MINAT MASYARAKAT UNTUK BEROLAHRAGA. *Journal of Physical Education and Sports*, 3(2).
- Natalia, D., Sugiyanto, S., & Kiyatno, K. (2016). Partisipasi Masyarakat dan Tingkat Kebugaran Jasmani Bagian dari Pembangunan Olahraga Kabupaten Wonogiri. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 6(2), 41-46.
- Setiawan, W., & Triaditya, B. S. M. (2019, October). Tingkat Pembangunan Olahraga Ditinjau Melalui Sport Development Index (SDI) di Kecamatan Banyuwangi. In *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga (SENALOG)* (Vol. 2, No. 1).

- Saban, Y. D. (2019). INDEKS PEMBANGUNAN OLAHRAGA (SPORT DEVELOPMENT INDEX) KABUPATEN FLORES TIMUR. *Penjaskesrek Journal*, 6(1).
- Setiawan, I., Abdulaziz, M. F., Purwono, E. P., & Irsyada, R. (2019, November). Sports Development Reviewed by SDI to Improve The Quality of Physical Education With Conservation Character. In *5th International Conference on Physical Education, Sport, and Health (ACPES 19)*. Atlantis Press.
- Purwono, E. P., Irsyada, R., Setiawan, I., & Abdulaziz, M. F. (2019, November). Improvement Quality of Physical Education Reviewed by Sports Development in Pekalongan. In *5th International Conference on Physical Education, Sport, and Health (ACPES 19)*. Atlantis Press.
- Prasetyo, Y. (2013). Kesadaran Masyarakat Berolahraga untuk Peningkatan Kesehatan dan Pembangunan Nasional. *MEDIKORA*, 11(2).
- Pane, B. S. (2015). Peranan Olahraga Dalam Meningkatkan Kesehatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 21(79), 1-4.
- Utami, D. (2015). Peran fisiologi dalam meningkatkan prestasi olahraga Indonesia menuju sea games. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 11(2).
- Ristanto, B. A. (2014). Survei Motivasi Masyarakat Beraktivitas Gerak Olahraga Menyongsong Kebijakan Car Free Day. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 3(6).
- Lauh, W. D. A. (2016). Dimensi Olahraga Pendidikan dalam Pelaksanaan Penjasorkes di Sekolah. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 3(1), 83-93.

NOSA, S., & SEPTIAN, A. (2013). Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Pemain Persatuan Sepakbola Indonesia Lumajang. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(1).

Julianto, I. (2016). Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Melalui Sirkuit Training Kids pada Siswa. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 1(1), 7-14.

Palmizal, P., & Mashuri, H. (2019). Analisis Partisipasi Masyarakat dan Sumber Daya Manusia Keolahragaan di Kecamatan Sulak Kabupaten Kerinci. *Satria*, 2(1), 35-41.