

## Analisis Pembangunan Olahraga Kecamatan Bojonegoro Kabupaten Bojonegoro Ditinjau Dari *Sport Development Index*

Muhammad Maulana Yossyan Fachrozi

Prodi S1 Ilmu Keolahragaan , Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Surabaya

Achmad Widodo

Prodi S1 Ilmu Keolahragaan , Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Surabaya

**Abstract.** *The impact of the pandemic has changed the daily lives of the people of Bojonegoro District, especially sports activities, which have become completely paralyzed, so that sports facilities and infrastructure are not utilized properly. This research aims to determine the availability of open sports space, the level of community participation in sports, and the level of community physical fitness after the COVID-19 pandemic through analysis of the Sport Development Index (SDI). The research method used is quantitative descriptive with Stratified Random Sampling and Cluster Sampling sampling techniques. The sample consisted of 30 people representing three age groups: 10-19 years, 20-44 years, and 45-60 years. The results of the research show that the level of open sports space is in the middle category, with the Bojonegoro sub-district open space index being 0.54, while the level of community participation and physical fitness is in the low category according to SDI with the Bojonegoro sub-district sports participation index being 0.333 and the physical fitness index value Bojonegoro sub-district is 0.1837. The researcher's suggestion is that the Bojonegoro Youth and Sports Department (Dinpora) pay more attention to sports development in Bojonegoro District to increase the level of participation and physical fitness of the community after the pandemic.*

**Keywords :** *Availability of Open Sports Space, Participation Level, Community Physical Fitness Level, Bojonegoro District*

**Abstrak.** Dampak pandemi merubah kehidupan sehari hari masyarakat Kecamatan Bojonegoro khususnya aktivitas olahraga menjadi lumpuh total, sehingga sarana dan prasarana olahraga tidak termanfaatkan dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ketersediaan ruang terbuka olahraga, tingkat partisipasi masyarakat dalam berolahraga, dan tingkat kebugaran jasmani masyarakat setelah pandemi COVID-19 melalui analisis Sport Development Index (SDI). Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel Stratified Random Sampling dan Cluster Sampling. Sampel terdiri dari 30 orang yang mewakili tiga kelompok usia: 10-19 tahun, 20-44 tahun, dan 45-60 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat ruang terbuka olahraga masuk dalam kategori menengah, dengan indeks ruang terbuka kecamatan Bojonegoro adalah sebesar 0,54 sedangkan tingkat partisipasi masyarakat dan kebugaran jasmani masuk dalam kategori rendah menurut SDI dengan indeks partisipasi olahraga kecamatan Bojonegoro sebesar 0,333 dan nilai indeks kebugaran jasmani kecamatan Bojonegoro tersebut 0,1837. Saran dari peneliti adalah agar Dinas Pemuda dan Olahraga (Dinpora) Bojonegoro lebih memperhatikan pembangunan olahraga di Kecamatan Bojonegoro untuk meningkatkan tingkat partisipasi dan kebugaran jasmani masyarakat setelah pandemi.

**Kata Kunci :** *Ketersediaan Ruang Terbuka Olahraga, Tingkat Partisipasi, Tingkat Kebugaran Jasmani Masyarakat, Kecamatan Bojonegoro*

### LATAR BELAKANG

Indonesia termasuk salah satu negara berkembang di Asia. Kemajuan negara ini dapat diukur dari seberapa merata pembangunan di setiap daerah.. Pembangunan di Indonesia meliputi bidang ekonomi, infrastruktur, dan sosial. Namun, disamping itu, pemerintah juga harus memperhatikan bidang pendidikan, kesehatan, dan olahraga. Olahraga merupakan

kebutuhan bagi setiap manusia dalam kehidupan sehari-hari, olahraga jika dilaksanakan secara teratur memiliki banyak manfaat, dapat melindungi kondisi fisik, serta dapat meningkatkan Kesehatan dan juga mencegah munculnya berbagai jenis penyakit.

Olahraga selain aktivitas yang menyehatkan bisa juga sebagai sarana wadah mengasah kemampuan dan juga prestasi. (Suwo, 2019) disini olahraga memiliki peran penting dalam kehidupan manusia. Alim (2012:1) menyatakan bahwa seluruh aktivitas olahraga secara rutin dapat meningkatkan kualitas fisik seseorang secara signifikan.. Olahraga tidak hanya melatih fisik, tetapi juga mencakup aspek mental dan sosial. Ketika orang-orang berolahraga, mereka tidak hanya memperkuat tubuh mereka, tetapi juga mengasah ketahanan mental dan emosional.

Slogan dalam bahasa Latin "Mens Sana in Corpore Sano" berarti di dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat. Olahraga tidak hanya meningkatkan kesehatan fisik dan tubuh, tetapi juga berkontribusi secara real pada prestasi diri. Dalam olahraga, terdapat tiga ruang lingkup utama yang harus diperhatikan dalam konteks pembangunan olahraga: olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, dan olahraga prestasi. Pernyataan ini berlawanan dengan pandangan yang berkembang di kalangan masyarakat, yang seringkali hanya mengaitkan pembangunan olahraga dengan olahraga prestasi saja (Zalaff et al., 2017).

Prasetyo menjelaskan bahwa pembangunan adalah rangkaian usaha terencana yang berkelanjutan, dilakukan untuk meningkatkan dan menjaga kualitas kehidupan manusia, baik secara fisik maupun mental. Tingkat keberhasilan pembangunan olahraga di suatu wilayah tidak bisa hanya dengan mengukur atau memperhatikan banyaknya prestasi yang diperoleh wilayah tersebut (Zikriya et al., 2021) pada UU Nomor 3 2005 tentang sistem keolahragaan nasional mengemukakan bahwa pilar olahraga tidak hanya olahraga prestasi saja namun ada olahraga pendidikan dan olahraga rekreasi yang semuanya juga saling berkaitan. (Fadluloh & Purwono, 2020).

Pada masa lalu, para pengambil kebijakan sering menggunakan prestasi cabang olahraga tertentu, diukur dari perolehan medali, sebagai tolok ukur pembangunan olahraga. Namun, pendekatan ini memiliki keterbatasan karena tidak mempertimbangkan berbagai aspek lain yang juga penting dalam pengembangan olahraga (Setiawan & Faza, 2019).

Dalam rentang tahun 2003 hingga 2007, Kementerian Pemuda dan Olahraga telah mengenalkan konsep Sport Development Index (SDI), yang awalnya terdiri dari empat dimensi dasar, yaitu SDM olahraga, ruang terbuka, partisipasi, dan kebugaran jasmani (Mutohir & Maksum, 2007). Dalam observasi yang dilakukan ketika proses magang atau Praktik Kerja Lapangan di Dinas Kepemudaan dan Olahraga Kabupaten Bojonegoro, kabupaten Bojonegoro terutama Kecamatan Bojonegoro sendiri yang biasa disebut kecamatan kota berpotensi menjadi

kecamatan yang sangat tinggi dalam intensitas berolahraganya , dan juga terbukti dari kegiatan atau agenda yang dilaksanakan oleh Dinas Kepemudaan dan Olahraga Kabupaten Bojonegoro seperti event event turnamen olahraga misalnya Bupati cup ada sembilan cabang olahraga yang diselenggarakan dan juga program Kartu Potensi Olahraga Bojonegoro , Kecamatan Bojonegoro menjadi salah satu Kecamatan yang menyumbangkan atlet terbanyak untuk bertanding , dan juga sering mengikuti kejuaraan kejuaraan tingkat provinsi.

Selama pandemi COVID-19 menjadi wabah yang menerpa dinegeri ini, daerah menjadi terdampak kebijakan pembatasan kegiatan sosial masyarakat. Pandemi ini menyebabkan aktivitas olahraga menjadi sepenuhnya terhenti, mengakibatkan penggunaan sarana dan prasarana olahraga menjadi tidak optimal (Kadir, 2020). Dari sini muncul permasalahan yakni apakah setelah pandemi sarana dan prasarana di Kecamatan Bojonegoro dapat dimanfaatkan dan juga digunakan secara layak serta jumlah ruang terbuka untuk berolahraga sebanding dengan jumlah penduduk diatas usia 7 tahun untuk menunjang partisipasi berolahraga masyarakat Kecamatan Bojonegoro sehingga dapat mempengaruhi kebugaran dari masyarakat Kecamatan Bojonegoro, kita semua juga tahu dampak pandemi ini merubah seluaruh pola dalam berkehidupan sehari hari masyarakat terutama masyarakat Kecamatan Bojonegoro dari sini juga dapat digunakan untuk mengukur bagaimana pembangunan olahraga di Kecamatan Bojonegoro.

Penelitian ini belum pernah dilakukan sama sekali oleh karena itu penulis merasa tertarik untuk mengeksplorasi dan menilai sejauh mana tingkat perkembangan olahraga di Kecamatan Bojonegoro, Kabupaten Bojonegoro, seperti yang tergambar dari indeks pengembangan olahraga. Ditambah juga hasil observasi dan pernyataan yang disampaikan oleh Kabid Olahraga pada saat itu Bapak Saifudin,S.Pd. yaitu terkait bagaimana tingkat prestasi dan partisipasi masyarakat sangat menurun akhir akhir ini serta semoga barangkali nanti bisa menjadi kan rekomendasi kepada Dinas Kepemudaan dan Olahraga Kabupaten Bojonegoro untuk mengevaluasi beberapa aspek yang perlu dibenahi untuk meningkatkan pembangunan olahraga sendiri di Kabupaten bojonegoro. Alasan penulis menguunakan SDI sebagai parameter pembangunan dibidang keolahragaan di Kecamatan Bojonegoro Kabupaten Bojonegoro, karena SDI merupakan terobosan baru dibidang olahraga yang berfungsi untuk mengukur seberapa jauh pembangunan yang ada di suatu wilayah.

## **TINJAUAN PUSTAKA**

### **Pembangunan Olahraga**

Pembangunan adalah tindakan atau upaya untuk membangun sesuatu, yang melibatkan serangkaian langkah, interaksi, pembuatan, perubahan, pengelolaan, atau pengembangan. Dengan demikian, pembangunan lebih menitikberatkan pada prosesnya daripada hasil akhirnya (Toho Cholik M, 2007:2). Noor Isran (2013: 97) mengemukakan bahwa manusia adalah sumber daya pembangunan yang paling penting, yang akan dikembangkan kemampuan dan kekuatannya untuk menjadi pelaku dan penggerak utama dalam proses pembangunan.

### **Sport Development Index**

Menurut Purwono, Irsyada, Setiawan, & Abdulaziz (2019), Sport Development Index (SDI) merupakan alternatif yang dapat dipergunakan untuk mengevaluasi tingkat kemajuan pembangunan olahraga di suatu wilayah. Sumaryanto (2005) menjelaskan bahwa SDI adalah konsep baru dalam konteks olahraga di Indonesia, yang dianggap sebagai metode baru untuk mengukur kemajuan dalam pengembangan olahraga.

### **Ruang Terbuka Olahraga**

Ruang terbuka menjadi sebuah kebutuhan esensial demi melaksanakan aktivitas olahraga. Tidak adanya ruang terbuka yang dianggap layak dan memadai, akan akan menyulitkan adanya partisipasi masyarakat dalam kegiatan olahraga.

Ruang terbuka olahraga menjadi bagian penting dari evaluasi yang dilakukan dalam Sport Development Index. Area terbuka atau ruang terbuka adalah kebutuhan pokok bagi melakukan aktivitas fisik dan untuk proses pembelajaran pendidikan jasmani.

### **Partisipasi Masyarakat Berolahraga**

Partisipasi masyarakat dalam aktivitas olahraga mencakup keterlibatan mereka dalam kegiatan yang berkaitan dengan olahraga maupun kegiatan umum di suatu wilayah tertentu (Bangun, 2012:803). Sesuai dengan pendapat Mubyarto (sebagaimana dikutip dalam Huraerah, 2008:27)

Partisipasi dapat dijelaskan sebagai kegiatan menjadi bagian dari sebuah komunitas. Lebih lanjut, partisipasi masyarakat mencakup keterlibatan mereka tidak hanya dalam pelaksanaan suatu program, tetapi juga dalam proses mengembangkan dan merencanakan program yang dimaksud, serta mendapatkan hasil dari program yang dimaksud (Permana dan Sastaman B, 2015:10).

### **Kebugaran Jasmani Masyarakat**

Kebugaran jasmani dapat diartikan sebagai kemampuan sistem tubuh untuk menjalankan aktivitas sehari-hari secara efisien dan efektif tanpa mengalami kelelahan fisik atau cedera, serta untuk menjaga tingkat energi yang tinggi dalam melakukan tugas-tugas harian. Menurut Giriwijoyo dan Zafar (2012:23), kebugaran jasmani adalah kondisi kemampuan fisik seseorang yang memungkinkannya untuk menyesuaikan fungsi organ tubuhnya dengan tugas-tugas fisik tertentu dan dengan lingkungan sekitar secara efisien, tanpa merasa lelah, dan telah pulih sepenuhnya atau bugar kembali sebelum menjalani tugas yang sama keesokan harinya.

## **METODE PENELITIAN**

Pada penelitian ini, peneliti menerapkan desain dan jenis penelitian deskriptif kuantitatif. Desain ini dipilih karena memungkinkan untuk memberikan gambaran yang rinci dan sistematis mengenai fenomena yang sedang diteliti. Metode penelitian deskriptif kuantitatif digunakan untuk mengumpulkan dan menganalisis data yang berkaitan dengan Sport Development Index, khususnya yang berhubungan dengan aspek ruang terbuka, partisipasi masyarakat, dan tingkat kebugaran jasmani di Kecamatan Bojonegoro, Kabupaten Bojonegoro. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk memahami dan mengevaluasi sejauh mana ketersediaan dan pemanfaatan ruang terbuka mendukung partisipasi masyarakat dalam kegiatan olahraga, serta bagaimana hal ini berdampak pada kebugaran jasmani penduduk setempat. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang bermanfaat bagi pengembangan kebijakan dan program olahraga di tingkat lokal, sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan masyarakat di Kecamatan Bojonegoro.

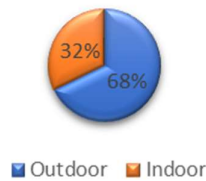
## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

#### **Indeks Ruang Terbuka**

Banyak Banyak sarana atau fasilitas ruang terbuka olahraga di wilayah Kecamatan Bojonegoro dan tersebar di seluruh wilayah tersebut, keberadaan area terbuka sangat penting bagi masyarakat untuk melakukan kegiatan fisik. Ketersediaan ruang terbuka olahraga yang mudah dijangkau oleh semua kalangan dapat mendorong minat masyarakat untuk aktif berolahraga atau bergerak.

### Jenis Ruang Terbuka

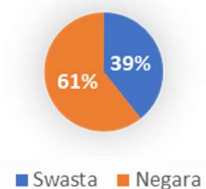


**Gambar 4. 1** proporsi ruang terbuka berdasarkan jenis

Ruang terbuka mengacu kepada area untuk aktivitas olahraga oleh sejumlah orang, baik dalam bangunan (dalam ruangan) maupun di tanah lapang (luar ruangan), yang dapat diakses oleh masyarakat. Baik berupa lapangan standar maupun tidak. Kehadiran ruang terbuka yang memadai bahkan menjadi elemen krusial dalam mendorong orang untuk terlibat dalam aktivitas olahraga. Memastikan adanya ruang terbuka yang memadai menjadi faktor kunci yang merangsang partisipasi dalam olahraga. Sebaliknya, kurangnya ketersediaan ruang terbuka dapat menjadi alasan rendahnya partisipasi masyarakat dalam olahraga. Pada hasil penelitian ini yang tertera pada gambar 4.1 bahwasanya sebesar 32% dengan luas ruang terbuka olahraga  $9752 m^2$  berjenis *indoor*. Dan sebesar 68% dengan luas ruang terbuka olahraga  $149.507 m^2$  berjenis *outdoor*.

Setelah melihat proporsi jenis ruang terbuka olahraga yang terdapat di wilayah kecamatan Bojonegoro Kabupaten Bojonegoro, selanjutnya berikut merupakan proporsi kepemilikan ruang terbuka olahraga di kecamatan bojonegoro:

### Kepemilikan



**Gambar 4. 2** proporsi kepemilikan ruang terbuka

Ditinjau dari aspek kepemilikan yang terdapat pada gambar 4.2 bahwa sebagian besar lahan ruang terbuka olahraga yang berada di wilayah kecamatan bojonegoro dimiliki oleh Negara sebesar 61%, dan sebesar 39% dimiliki oleh swasta. Perlu di apresiasi bahwasanya keterlibatan masyarakat dalam hal ini swasta menyediakan ruang terbuka untuk olahraga.

Selanjutnya setelah melihat proporsi jenis dan kepemilikan ruang terbuka olahraga di kecamatan Bojonegoro, maka akan dijabarkan perhitungan indeks ruang terbuka olahraga sebagai berikut :

$$\text{Nilai Aktual} = \frac{\text{luas Ruang Terbuka Olahraga}}{\text{Jumlah Penduduk Usi } 7 \text{ tahun}}$$

$$\text{Nilai Aktual} = \frac{159.229 \text{ m}^2}{83.496}$$

$$\text{Nilai Aktual} = 1,91$$

Setelah didapatkan Nilai actual dari ruang terbuka olahraga selanjutnya digunakan untuk menghitung indeks ruang terbuka olahraga sebagai berikut :

$$\text{Indeks ruang terbuka} = \frac{\text{Nilai Aktual} - \text{Nilai Minimum}}{\text{Nilai Maksimum} - \text{Nilai Minimum}}$$

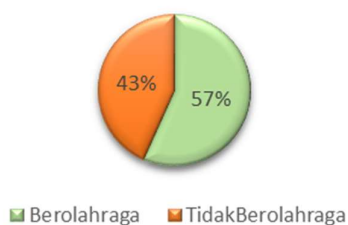
$$\text{Indeks ruang terbuka} = \frac{1,91 - 0}{3,5 - 0} = 0,54$$

Dari analisis data diatas didapatkan indeks ruang terbuka kecamatan Bojonegoro adalah sebesar 0,54. Maka dengan memperhatikan norma SDI tergolong dalam kategori **Menengah**.

### Indeks Partisipasi

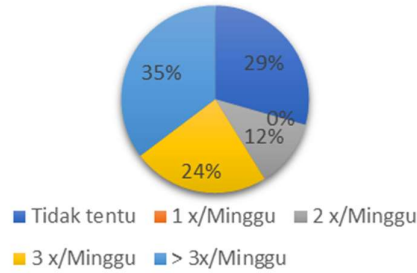
Pada penelitian ini telah melakukan survey menggunakan metode penulisan angket terhadap 30 orang yang terdiri dari 6 orang berumur 10-19 tahun dengan rincian 3 orang laki-laki dan 3 orang perempuan , 16 orang berumur 20-44 tahun dengan rincian 8 orang laki-laki dan 8 orang Perempuan , 8 orang berumur 45-60 tahun dengan rincian 4 orang laki-laki dan 4 orang Perempuan. Diketahui hasil penelitian sebagai berikut :

Keterlibatan dalam berolahraga



**Gambar 4. 3 proporsi keterlibatan masyarakat dalam berolahraga**

dari hasil yang didapat dari penelitian ini terkait tingkat keterlibatan masyarakat dalam berolahraga Ketika ditanya apakah mereka telah melakukan olahraga atau aktivitas fisik dalam seminggu terakhir, 52% menjawab "iya" dan 43% menjawab "tidak".

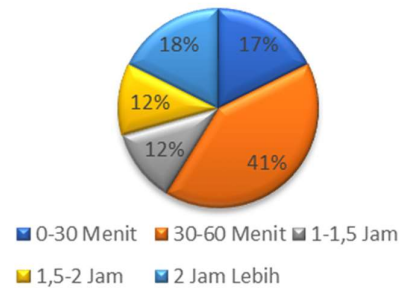


**Gambar 4. 4 frekuensi masyarakat berolahraga dalam seminggu**

Dari gambar 4.4 diatas diketahui bahwa frekuensi masyarakat kecamatan Bojonegoro berolahraga dalam satu minggu menerangkan bahwa 35% masyarakat dari proporsi yang berolahraga melakukan aktifitas olahraga dalam seminggu adalah lebih dari 3 kali.

Sedangkan waktu rata-rata yang digunakan dalam setiap kali berolahraga dipaparkan dalam gambar dibawah ini :

**Durasi waktu setiap berolahraga**



**Gambar 4. 2 durasi waktu berolahraga masyarakat**

Dari gambar 4.5 diatas kita dapat mengetahui bahwa durasi waktu yang digunakan oleh masyarakat setiap berolahraga paling banyak adalah 30-60 Menit sebanyak 41% dari masyarakat yang menjawab berolahraga dalam satu minggu terakhir.

Dalam penelitian ini, metode yang digunakan untuk mengukur tingkat Partisipasi adalah melalui aktivitas fisik, yang dinilai berdasarkan seberapa sering seseorang melakukan kegiatan olahraga setiap minggunya. Untuk menghitung indeks partisipasi olahraga, pendekatan yang digunakan adalah dengan cara meratakan pengukuran sehingga diperoleh nilai yang merepresentasikan partisipasi aktual dari individu yang rutin berolahraga setidaknya tiga kali dalam seminggu. Dengan demikian, dari nilai partisipasi aktual tersebut, dapat dihitung indeks partisipasi olahraga untuk setiap wilayah Kecamatan menggunakan rumus SDI. Nilai partisipasi aktual dihitung berdasarkan rumus :



*Nilai Aktua*

$$= \frac{\text{Jumlah aktivitas olahraga 3 kali atau lebih dalam satu minggu}}{\text{Sampel}} \times 100$$

$$\text{Nilai Aktual} = \frac{10}{30} \times 100 = 33,3$$

Setelah mengetahui nilai aktual dari partisipasi selanjutnya dimasukan ke dalam rumus perhitungan indeks partisipasi SDI :

$$\text{Indeks Partisipasi} = \frac{\text{Nilai Aktual}-\text{Nilai Minimum}}{\text{Nilai Maksimum}-\text{Nilai Minimum}}$$

$$\text{Indeks Partisipasi} = \frac{33,3-0}{100-0} = 0,333$$

Disini dapat diketahui bahwa indeks partisipasi olahraga kecamatan Bojonegoro sebesar 0,333 dengan kategori menurut SDI tergolong **Rendah**.

### **Indeks Kebugaran**

Tingkat kebugaran diukur menggunakan tes MFT (Multistage Fitness Test), yang diakui sebagai metode yang relevan untuk mengevaluasi kebugaran fisik dalam berbagai rentang usia, usia 10-19 tahun , usia 20-44 tahun dan usia 45-60 tahun. Skor kebugaran aktual diperoleh dengan merata-ratakan hasil pengukuran MFT dari setiap kelompok usia. Hasil pengukuran ini menghasilkan angka-angka yang tercatat dalam tabel di bawah ini.

**Tabel 4. 1 hasil rerata Vo2Max masyarakat berdasarkan usia**

Kategori Usia	Rerata Vo2Max	Nilai Aktual
10-19 Tahun	23,95	23,95
20-44 Tahun	28,52	28,52
45-60 Tahun	22,95	22,95

Setelah diketahui nilai aktual maka rumus yang digunakan untuk mendapatkan nilai indeks kebugaran jasmani masyarakat Kecamatan Bojonegoro adalah sebagai berikut :

$$\text{Indeks Kebugaran} = \frac{\text{Nilai Aktual}-\text{Nilai Minimum}}{\text{Nilai Maksimum}-\text{Nilai Minimum}}$$

Dengan demikian rumus diatas, ditentukan nilai indeks kebugaran jasmani masyarakat Kecamatan Bojonegoro sebagai berikut :

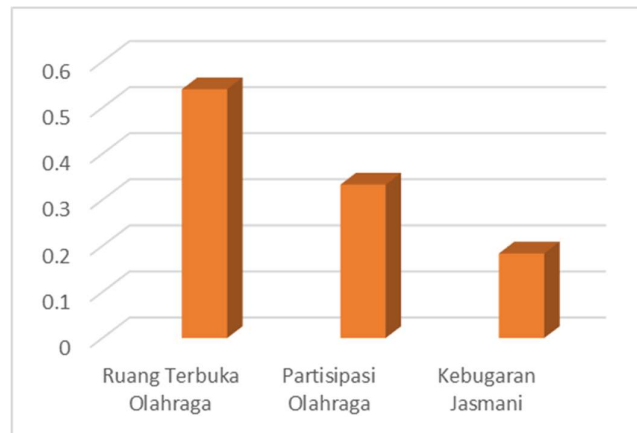
- a) Indeks kebugaran usia 10-19 Tahun =  $23,95 - 20,1 / 52,1 - 20,1 = 0,1203$
- b) Indeks kebugaran usia 20-44 Tahun =  $28,52 - 20,1 / 52,1 - 20,1 = 0,2631$

c) Indeks kebugaran usia 45-60 Tahun =  $22,95 - 20,1 / 52,1 - 20,1 = 0,0890$

Maka  $\frac{1}{4} ( IK.10-19 ) + \frac{2}{4} ( IK.20-44 ) + \frac{1}{4} ( IK.45-60 ) = 0,1837$

Dengan hasil nilai indeks kebugaran jasmani kecamatan Bojonegoro tersebut 0,1837 , dengan memperhatikan norma SDI maka tergolong kedalam kategori **Rendah**.

Setelah ditemukan nilai indeks ruang terbuka olahraga, nilai indeks partisipasi olahraga dan nilai indeks kebugaran jasmani kecamatan dapat divisualisasikan dalam bentuk diagram adalah sebagai berikut :



**Gambar 4. 3 nilai indeks masing-masing dimensi**

## **Pembahasan**

### **Indeks Ruang Terbuka**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Kecamatan Bojonegoro, dapat disimpulkan bahwa nilai indeks ruang terbuka di wilayah tersebut dapat diklasifikasikan sebagai sedang apabila dibandingkan dengan norma yang tertera dalam Sport Development Index. Proses perhitungan nilai indeks ruang terbuka mengikuti rumus yang telah ditetapkan sesuai pedoman SDI. Data yang diperoleh dari penelitian ini mengungkapkan bahwa rasio antara luas ruang terbuka dengan jumlah penduduk setempat adalah sebesar  $0,54m^2$ . Ini berarti bahwa setiap individu memiliki akses ke ruang gerak sebesar  $0,54m^2$ . Angka ini berada dalam kategori sedang menurut standar yang tercantum dalam pedoman SDI, yaitu  $3,5m^2$ . Meskipun nilai tersebut menunjukkan tingkat yang masih di bawah standar, informasi ini memberikan wawasan yang penting untuk mengevaluasi dan memperbaiki ketersediaan ruang terbuka untuk aktivitas olahraga di wilayah Kecamatan Bojonegoro

### **Indeks Partisipasi**

Hasil dari penelitian partisipasi di Kecamatan Bojonegoro nilai indeks partisipasi

masuk kedalam kategori rendah dengan nilai indeks sebesar 0,333 apabila ditinjau dari norma Sport Development Indeks. Nilai indeks partisipasi didapat dari rumus perhitungan indeks partisipasi, dan nilai rendahnya partisipasi masyarakat diperoleh dari hasil survei yang diberikan kepada responden . Berdasarkan hal tersebut terdapat kesenjangan antara tingkat partisipasi masyarakat yang terlihat dari segi jumlahnya dengan standar yang ditetapkan oleh Sport Development Index. Meskipun secara kuantitas, masih terdapat kekurangan dalam partisipasi masyarakat dalam aktivitas olahraga, namun, penting untuk diingat bahwa evaluasi partisipasi olahraga tidak semata-mata berfokus pada jumlah kegiatan yang dilakukan.

### **Indeks Kebugaran**

Setelah menganalisis hasil dari indeks kebugaran jasmani masyarakat di Kecamatan Bojonegoro menggunakan Sport Development Index, ditemukan bahwa indeks kebugaran Kecamatan Bojonegoro mencapai 0,1837, yang menempatkannya dalam kategori rendah menurut standar Sport Development Index. Hal ini mengindikasikan bahwa tingkat partisipasi olahraga di masyarakat masih rendah, padahal pentingnya menjaga kesehatan dan berolahraga secara rutin memiliki dampak positif yang signifikan bagi kesejahteraan sebagian besar penduduk Kecamatan Bojonegoro. Dikarenakan banyak yang percaya bahwa kesehatan jiwa tergantung pada kesehatan tubuh, menggalakkan minat berolahraga di kalangan seluruh warga Kecamatan Bojonegoro menjadi hal yang sangat penting. Tambahan lagi, mendorong minat masyarakat untuk aktif dalam kegiatan olahraga menjadi faktor penting dalam peningkatan kesehatan fisik individu, karena melalui olahraga seseorang dapat meningkatkan kondisi fisiknya secara keseluruhan, terutama dalam hal kebugaran.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil penelitian menerangkan bahwa tingkat atau indeks ruang yang dihasilkan bahwa masih perlu adanya peningkatan dikarenakan masih mendapatkan nilai 0,54. Jika ditinjau dari *Sport Development Index* masih tergolong dalam kondisi yang menengah
2. Tingkat partisipasi masyarakat dalam aktivitas olahraga di Kecamatan Bojonegoro menurut hasil penelitian masih minimnya aktivitas olahraga yang dilakukan 3 kali seminggu menyebabkan rendahnya index partisipasi olahraga jika ditinjau dari *Sport*

*Development index*, Informasi ini diperoleh dari hasil pengisian angket partisipasi olahraga oleh masyarakat Kecamatan Bojonegoro.

3. Melihat rendahnya tingkat partisipasi masyarakat dalam berolahraga otomatis dapat mempengaruhi tingkat kebugaran jasmani bagi setiap masyarakat itu sendiri, Tingkat kebugaran jasmani masyarakat di Kecamatan Bojonegoro, menurut indeks pengembangan olahraga, tergolong rendah. Hasil dari tes MFT (Multistage Fitness Test) yang telah dilakukan pada berbagai kelompok usia, mulai dari anak-anak, remaja, hingga dewasa, menunjukkan hal tersebut.

## **Saran**

Saran yang dapat peneliti sampaikan disini yaitu :

1. Bagi Dinas Kepemudaan dan Olahraga Bojonegoro

Saran dari peneliti menekankan pentingnya perhatian lebih lanjut dari pihak Dinpora Bojonegoro terhadap pembangunan infrastruktur olahraga di Kecamatan Bojonegoro, Kabupaten Bojonegoro, sebagai langkah untuk meningkatkan partisipasi dan minat masyarakat dalam kegiatan olahraga. Untuk mencapai hal tersebut, ada sejumlah langkah yang dapat diambil, salah satunya adalah dengan meningkatkan pembangunan dan pemeliharaan berbagai fasilitas olahraga yang tersebar secara merata di seluruh kecamatan. Hal ini penting agar fasilitas olahraga dapat memenuhi standar kualitas yang memadai sehingga dapat menarik minat dan memenuhi kebutuhan masyarakat secara efektif. Konsep "layak" di sini merujuk pada standar yang diharapkan untuk infrastruktur olahraga yang mencakup keamanan, keandalan, dan kegunaan bagi pengguna. Dengan adanya upaya perbaikan dan pemeliharaan yang berkelanjutan terhadap fasilitas-fasilitas tersebut, diharapkan dapat meningkatkan animo serta partisipasi aktif masyarakat dalam kegiatan olahraga di Kecamatan Bojonegoro, mengarah pada peningkatan kesehatan dan kualitas hidup secara keseluruhan.

Peran Dinpora dalam upaya meningkatkan partisipasi olahraga masyarakat dapat diwujudkan melalui penyelenggaraan berbagai acara olahraga secara rutin. Acara ini dapat mencakup berbagai jenis olahraga, baik yang bersifat tradisional seperti lomba lari karung, panjat pinang, maupun olahraga rekreasi seperti senam massal dan fun run. Dengan mengadakan kegiatan ini secara berkala, Dinpora dapat menciptakan lingkungan yang mendorong masyarakat untuk lebih aktif berpartisipasi dalam kegiatan fisik. Peningkatan partisipasi ini tidak hanya bertujuan untuk menghibur, tetapi juga memiliki dampak jangka panjang yang signifikan terhadap kesehatan dan kebugaran jasmani masyarakat.

Harapannya, dengan semakin banyaknya warga yang terlibat dalam olahraga, tingkat kebugaran umum akan meningkat, yang pada akhirnya dapat berkontribusi pada kesejahteraan dan kualitas hidup yang lebih baik bagi seluruh masyarakat.

## 2. Masyarakat

Disarankan agar masyarakat lebih aktif dalam melakukan aktivitas olahraga karena olahraga memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan individu. Di zaman sekarang, kesehatan menjadi sesuatu yang sangat berharga dan bahkan bisa dianggap mahal. Oleh karena itu, penting bagi setiap orang untuk berupaya menjaga kesehatannya melalui olahraga. Selain itu, masyarakat diharapkan dapat memanfaatkan fasilitas olahraga dan ruang terbuka yang telah disediakan oleh pemerintah. Fasilitas-fasilitas ini dirancang untuk mendorong aktivitas fisik dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat. Namun, tidak hanya cukup dengan memanfaatkan fasilitas tersebut, masyarakat juga perlu menjaga dan merawatnya dengan baik. Dengan demikian, fasilitas olahraga yang ada dapat digunakan secara maksimal dan berkelanjutan, memberikan manfaat jangka panjang bagi semua pengguna. Dengan partisipasi aktif dalam olahraga dan perawatan fasilitas yang baik, diharapkan kesehatan dan kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan dapat meningkat.

## DAFTAR REFERENSI

- Alim, A. (2012). Pengaruh Olahraga Terprogram Terhadap Tekanan Darah dan Daya Tahan Kardiorespirasi Pada Atlet Pelatda Sleman Cabang Tenis Lapangan. *Medikora*, VIII(2).
- Bangun, S. Y. (2013). Analisis *Sport Development Index* Kota Tebing Tinggi Sumatera Utara Tahun 2012. *Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 805.
- Giriwijoyo and Zafar. (2012). Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga). Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Mutohir, T. C., & Maksum, A. (2007). *Sport Development Index*. Jakarta: Kemenpora, 7(2), 800–810.
- Permana & Sastaman. (2015). Tingkat Partisipasi Olahraga dan Ketersediaan SDM Keolahragaan Kota Pontianak Kalimantan Barat Ditinjau Dari *Sport Development Index*. *Jurnal Pendidikan Olahraga*. 4. 10.
- Purwono, E. P., Irsyada, R., Setiawan, I., & Abdulaziz, M. F. (2019). Improvement Quality of Physical Education Reviewed by Sports Development in Pekalongan, 362(Acpes), 192–195.
- Sumaryanto. (2005). *Sport Development Index* Sebagai Parameter, 1–11. Tengah, P. D., Republik, N., Tahun, I., Negara, L., Indonesia, R., Negara, L., ... Daerah, R. (2009). Lembaran daerah kabupaten tegal.

- Suwo, R. (2019). Pengaruh Kecepatan Reaksi Tangan, Terhadap Kemampuan Forehand Topspin (Path Analysis Pada Atlet Tenis Meja UNSIKA Karawang 2016). Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga, 1(1), 21–25.
- Zalaff, K., Hidayatullah, M. F., & Kristiyanto, A. (2017). European Journal of Physical Education and Sport Science Sports Human Resource Management Of Sport Developmen Index In Padang , West Sumatera , Indonesia - Evaluation Studies Of The Availability Of Sports Human Resource Management. European Journal of Physical Education and Sport Science, 3(3), 97–104.