
Pengaruh Kompetensi Instruktur, Dan Kesadaran Hidup Sehat Serta Fasilitas Terhadap Motivasi Masyarakat Berolahraga Senam Aerobic di Kota Payakumbuh

Edra¹, Yesi Elsandra²

¹Institut Teknologi dan Bisnis Haji Agus Salim,

Jln. Prof. Bahder Johan, Campago Ipuh, Kec. Mandiangin Koto Selayan, Kota Bukittinggi, Sumatera Barat

e-mail: zul.edra@gmail.com

²Universitas Dharma Andalas,

Jl. Sawahan No.103, Simpang Haru, Kec. Padang Tim., Kota Padang, Sumatera Barat

e-mail: yesi.elsandra@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history:

Received 12 Januari 2024

Received in revised form 09 Oktober 2024

Accepted 25 Oktober 2024

Available online 30 Oktober 2024

ABSTRACT

Sport is a basic need to maintain good physical condition and health, and plays an important role in national development. Law Number 11 of 2022 concerning Sports emphasizes the importance of educational sports, performance sports and recreational sports. One form of recreational sport that is popular in Payakumbuh City is Aerobiks, which is not only popular for fitness but also as a recreational activity. This research aims to analyze the influence of people's motivation to exercise Aerobiks in Payakumbuh City, with a focus on instructor competence, awareness of healthy living, and sports facilities. The population in this research is the people of Payakumbuh City. This research uses quantitative methods with primary data in the form of a questionnaire with a total research sample of 60 respondents taken based on sampling techniques. The data analysis technique used is descriptive analysis and inferential statistical analysis with Structural Equation Modeling (SEM) analysis of various Partial Least Square (PLS) variants. Measurement model or outer model, structural model test or inner model, and hypothesis testing with the help of Smart-PLS 4.0 software as a testing tool. The results of this research show that instructor competence and facilities have a significant effect on people's motivation to exercise Aerobiks in Payakumbuh City. Meanwhile, awareness of healthy living has no effect on people's motivation to exercise Aerobiks in Payakumbuh City.

Keywords: *Instructor competency, healthy living awareness, facilities.*

Abstrak

Olahraga merupakan kebutuhan dasar untuk menjaga kondisi fisik dan kesehatan yang baik, serta berperan penting dalam pembangunan nasional. Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan

Received 29 September, 2024; Revised 09 Oktober, 2024; Accepted 25 Oktober, 2024

menekankan pentingnya olahraga pendidikan, olahraga prestasi, dan olahraga rekreasi. Salah satu bentuk olahraga rekreasi yang populer di Kota Payakumbuh adalah senam aerobik, yang tidak hanya diminati untuk kebugaran tetapi juga sebagai kegiatan rekreasi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh motivasi masyarakat berolahraga senam Aerobik di Kota Payakumbuh, dengan fokus pada kompetensi instruktur, kesadaran hidup sehat, dan fasilitas olahraga. Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat Kota Payakumbuh. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan data primer dalam bentuk kuesioner dengan jumlah sampel penelitian adalah sebanyak 60 responden yang diambil berdasarkan teknik Random sampling. Teknik analisa data yang digunakan adalah analisa deskriptif dan analisa statistik inferensia dengan analisis *Structural Equation Modeling* (SEM) berbagai varian *Partial Least Square* (PLS). Model pengukuran atau outer model, uji model struktural atau inner model, dan uji hipotesis dengan bantuan Software Smart-PLS 4.0 sebagai alat uji. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kompetensi instruktur dan fasilitas berpengaruh signifikan terhadap motivasi masyarakat berolahraga senam Aerobik di Kota Payakumbuh. Sedangkan kesadaran hidup sehat tidak berpengaruh terhadap motivasi masyarakat berolahraga senam Aerobik di Kota Payakumbuh.

Kata Kunci: Kompetensi instruktur, kesadaran hidup sehat, fasilitas.

1. PENDAHULUAN

Olahraga adalah kebutuhan dasar dalam kehidupan setiap individu untuk menjaga kondisi fisik dan kesehatan yang baik. Manusia menginginkan kesehatan yang optimal, dan salah satu cara untuk mencapainya adalah melalui olahraga. Menurut [6] Mikanda Rahmani olahraga adalah aktivitas di mana tubuh bergerak, dimulai dari ekstremitas atas dan bawah. [3] Giriwijoyo juga mengatakan bahwa olahraga adalah serangkaian gerakan tubuh yang terencana dan dilakukan secara sadar untuk meningkatkan kemampuan fungsional tubuh.

Partisipasi masyarakat dalam berolahraga dapat dilakukan melalui olahraga rekreasi atau yang dikenal dengan nama olahraga masyarakat. Olahraga masyarakat adalah olahraga yang dilakukan oleh masyarakat berdasarkan kegemaran dan kemampuan yang tumbuh dan berkembang sesuai dengan kondisi dan nilai budaya masyarakat setempat yang dilakukan secara terus-menerus untuk kesehatan, kebugaran, dan kegembiraan. Berbagai macam olahraga rekreasi dapat dilakukan masyarakat salah satunya adalah senam Aerobik. Sebagaimana Setiawan, I. 2010 dalam [7] (Pradevi & Priyono) menyebutkan bahwa olahraga banyak diminati oleh berbagai kalangan, mulai dari remaja hingga dewasa. Salah satunya adalah olahraga senam aerobik yang banyak diminati oleh masyarakat khususnya masyarakat Indonesia.

Dewasa ini senam aerobik banyak diminati oleh masyarakat sebagai alternatif kegiatan olahraga dengan tujuan untuk menurunkan berat badan, membentuk tubuh, menjaga kebugaran jasmani, meningkatkan kualitas hidup, sebagai wahana rekreasi dan lain sebagainya. Namun di Kota Payakumbuh, senam Aerobik masih kurang peminatnya, peserta senam masih dikalangan anggota senam dan belum merata untuk semua masyarakat Kota Payakumbuh. Sehingga senam Aerobik di Kota Payakumbuh merupakan salah satu olahraga yang menjadi perhatian tersendiri oleh Pemerintah melalui program Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga. Senam Aerobik merupakan kegiatan rutin dinas yang dilaksanakan setiap hari minggu pagi di area medan nan bapaneh Ngalau indah Kota Payakumbuh. Kegiatan ini dilaksanakan dengan menghadirkan instruktur dan pelatih pada setiap pelaksanaannya.

Berdasarkan pengamatan peneliti di lapangan khususnya di lokasi Medan Nan Bapaneh Ngalau Indah (Area Terbuka) ditemukan fakta dari peserta dan juga pelatih atau instruktur senam mengenai motivasi mereka dalam mengikuti olahraga senam Aerobik. Setelah melakukan perbincangan singkat dengan masyarakat dan beberapa instruktur yang ada di Kota Payakumbuh mengenai motivasi mengikuti olahraga senam, di ketahui bahwa peserta senam memiliki motivasi yang bermacam – macam dalam mengikuti olahraga senam. Beberapa dari masyarakat menyebutkan lokasi menjadi daya tarik untuk melakukan senam terutama lokasi yang merupakan tempat wisata Kota Payakumbuh seperti Medan Nan Bapaneh. Sebagian yang lain menyebutkan instruktur dan gerakan yang tidak sulit menjadi daya tarik untuk melakukan olahraga dan tak sedikit yang menjadikan olahraga senam Aerobik sebagai cara untuk menjaga kesehatan dan kesadaran hidup sehat bagi masyarakat sebagaimana menurut [8] Santrock motivasi adalah alasan dari tindakan, pikiran, dan perasaan seseorang, dan fokusnya adalah pada arah tindakan, pikiran, atau tindakannya.

Salah satu motivasi masyarakat dalam melaksanakan senam Aerobik adalah kompetensi instruktur. Kompetensi instruktur adalah seperangkat pengetahuan dan keterampilan mengajar yang harus dimiliki instruktur agar dapat melaksanakan tugasnya secara profesional sebagai instruktur dan mencapai tujuannya dengan baik. Di Kota Payakumbuh terdapat 15 orang instruktur senam yang tersebar pada berbagai sanggar senam. Dari 15 orang instruktur yang ada, hanya ada 2 orang instruktur yang memiliki sertifikat kompetensi yang diterbitkan oleh lembaga pendidikan yaitu Universitas Negeri Padang. Sehingga dari data tersebut diketahui bahwa instruktur senam dalam melakukan gerakan olahraga senam berdasarkan bakat dan

pengalaman yang dipunya bukan berdasarkan kompetensi yang dimiliki. Hal ini diduga menjadi faktor yang akan mempengaruhi motivasi berolahraga senam karena akan mempengaruhi gerakan senam yang akan diikuti masyarakat. Sebagaimana penelitian [9] Sudarwanto dkk yang berjudul Pengaruh Kompetensi Instruktur, Motivasi dan Lokasi terhadap Kepuasan Pelanggan (Studi Kasus Studio Yoga di Jakarta) yang menyatakan bahwa kompetensi berpengaruh terhadap kepuasan pelanggan. Temuan dari penelitian Widyastuti (2022), yang menyatakan bahwa instruktur yang berpengalaman dan terlatih cenderung mampu membangun hubungan yang baik dengan peserta, yang pada akhirnya mendorong mereka untuk berpartisipasi secara rutin.

Berdasarkan Parameter Sport Development Indeks menunjukkan tingkat kebugaran masyarakat di Indonesia masih tergolong rendah yaitu sekitar 33,03%. Sementara itu untuk Sumatera Barat 70 persen dari seluruh penduduk dinyatakan kurang bugar (Sumber: SDI Kemenpora, 2022). Hal ini juga menandakan rendahnya tingkat kebugaran di Kota Payakumbuh yang juga ditandai dengan masih rendahnya jumlah penduduk yang ikut melaksanakan kegiatan senam Aerobik dan jumlah penduduk yang menjadi member pada sanggar – sanggar senam pada tahun 2023 berjumlah 515 orang (Sumber : Sanggar Senam Kota Payakumbuh dan hasil olahan data). Dengan demikian penelitian ini bertujuan untuk menganalisis Pengaruh Kompetensi Instruktur, Dan Kesadaran Hidup Sehat Serta Fasilitas Terhadap Motivasi Masyarakat Berolahraga Senam Aerobik di Kota Payakumbuh.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Motivasi Masyarakat Berolahraga

Motivasi didefinisikan sebagai proses yang mengarah pada kekuatan, arah, dan ketekunan individu dalam mencapai tujuan tertentu. [1]. Kast dan Rosenzweig mendefinisikan Motivasi sebagai sesuatu yang menggerakkan seseorang untuk bertindak dengan cara tertentu atau setidaknya untuk mengembangkan suatu kecenderungan perilaku yang khas [1]. Menurut [10] Vallerand, motivasi berolahraga dapat dipahami melalui teori *Self-Determination Theory* (SDT), yang mengemukakan bahwa motivasi individu dalam berolahraga dipengaruhi oleh tiga kebutuhan psikologis dasar, yaitu: kebutuhan akan kompetensi, kebutuhan akan otonomi dan kebutuhan akan keterkaitan social. Menurut Duhigg, C. (2012) menghadirkan pemahaman tentang motivasi olahraga melalui kebiasaan mempengaruhi tindakan manusia sehari-hari, termasuk dalam berolahraga. Duhigg menyoroti bahwa motivasi untuk berolahraga bisa sangat terkait dengan kebiasaan yang telah terbentuk dalam kehidupan sehari-hari. Perbedaan motivasi antara individu yang satu dengan yang lainnya disebabkan oleh faktor-faktor yang mempengaruhi setiap individu. [2] Setidaknya terdapat enam faktor yang mempengaruhi motivasi, yaitu: sikap, kebutuhan, ransangan, afeksi, kompetensi, penguatan.

2.2. Kompetensi Instruktur

Menurut Mulyasa (2013) Kompetensi merupakan perpaduan dari pengetahuan, ketrampilan, nilai dan sikap yang direfleksikan dalam kebiasaan berfikir dan bertindak. Sedangkan Edison (2016) Kompetensi adalah kemampuan individu untuk melaksanakan suatu pekerjaan dengan benar dan memiliki keunggulan yang didasarkan pada hal-hal yang menyangkut pengetahuan, keterampilan dan sikap. Dilanjutkan [11] Kompetensi adalah suatu kemampuan untuk melaksanakan atau melakukan suatu pekerjaan yang dilandasi atas keterampilan dan pengalaman serta didukung oleh sikap kerja yang dituntut oleh pekerjaan tersebut. Secara umum, pengertian kompetensi adalah kemampuan yang dimiliki oleh seseorang dalam rangka melaksanakan atau menyelesaikan suatu tugas atau pekerjaan dengan baik. [12] Kompetensi akan didukung oleh sikap kerja yang sesuai dengan tuntutan pekerjaan, tidak hanya mencakup keterampilan teknis dan pengetahuan. Secara keseluruhan, pengertian kompetensi melibatkan berbagai aspek kemampuan individu serta bagaimana dapat diaplikasikan atau diukur dalam hal pekerjaan atau situasi tertentu

2.3. Instruktur Senam Aerobik

Instruktur, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (1997), adalah orang yang memiliki tugas untuk mengajarkan sesuatu, memberikan latihan, dan memberikan bimbingan kepada orang lain. Dalam konteks senam aerobik, seorang instruktur adalah pemimpin dari sekelompok individu yang ingin mencapai tujuan tertentu melalui latihan fisik. Tugas utama seorang instruktur senam aerobik adalah memberikan arahan, memandu, dan mengajar peserta dalam melakukan gerakan-gerakan senam aerobik dengan benar dan efektif. Selain itu, seorang instruktur juga bertanggung jawab untuk memastikan keselamatan peserta selama latihan dan memberikan motivasi agar peserta tetap termotivasi dan bersemangat dalam mencapai tujuan kebugaran.

2.4. Kesadaran Hidup Sehat

Menurut [5] Kemenkes RI bahwa "hidup sehat" secara fisik adalah kondisi tubuh tanpa penyakit yang ditandai organ tubuh berfungsi secara normal, tubuh mampu menyesuaikan fungsi organ tubuh dalam batas fisiologi terhadap keadaan lingkungan, dan tubuh dapat melakukan kerja fisik tanpa lelah secara berlebihan. Hidup sehat secara jiwa" adalah keadaan kesejahteraan mental dan spiritual yang memungkinkan

seseorang menyadari kemampuan diri, mengatasi tekanan hidup, mampu belajar dan bekerja dengan baik, serta mampu memberikan kontribusi kepada komunitasnya. Hidup sehat secara sosial' adalah keadaan seseorang yang mampu menjalin hubungan interpersonal dengan orang lain secara sehat dan bermanfaat.

2.5. Fasilitas

Ladimir Hobza dan Tomas Dohnal (2008) menyatakan bahwa infrastruktur merupakan salah satu kondisi dasar yang harus dipenuhi untuk memenuhi kebutuhan kolektif dan individu. Selama dua puluh tahun terakhir, negara-negara Eropa Barat yang telah berkembang secara sistematis meningkatkan infrastruktur olahraga mereka. Di negara maju, infrastruktur olahraga dibangun sesuai dengan standar dan norma yang berbeda-beda untuk setiap negara. Perencanaan dan pengembangan infrastruktur ini didasarkan pada analisis perkembangan saat ini. Rochelle Eime (2017) menambahkan bahwa peningkatan prestasi olahraga umumnya terkait dengan penyediaan fasilitas olahraga yang baik. Fasilitas dan sarana prasarana olahraga merupakan faktor penting yang berkontribusi terhadap partisipasi masyarakat dalam aktivitas olahraga. Fasilitas olahraga mencakup sarana dan prasarana yang mendukung kegiatan olahraga. Sarana olahraga meliputi berbagai alat yang digunakan untuk bermain, berlatih, maupun bertanding dalam berbagai event olahraga.

3. METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan data primer dalam bentuk kuesioner dengan jumlah sampel penelitian adalah sebanyak 60 responden yang diambil berdasarkan teknik sampling dengan populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat yang melakukan senam pagi di medan nan bapaneh ngalau indah payakumbuh.

Teknik analisa data yang digunakan adalah analisis *Structural Equation Modeling* (SEM) berbagai varian *Partial Least Square* (PLS). Model pengukuran atau outer model, uji model struktural atau inner model, dan uji hipotesis dengan bantuan Software Smart-PLS 4.0 sebagai alat uji.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Uji Outer Model (*Measurement Model*)

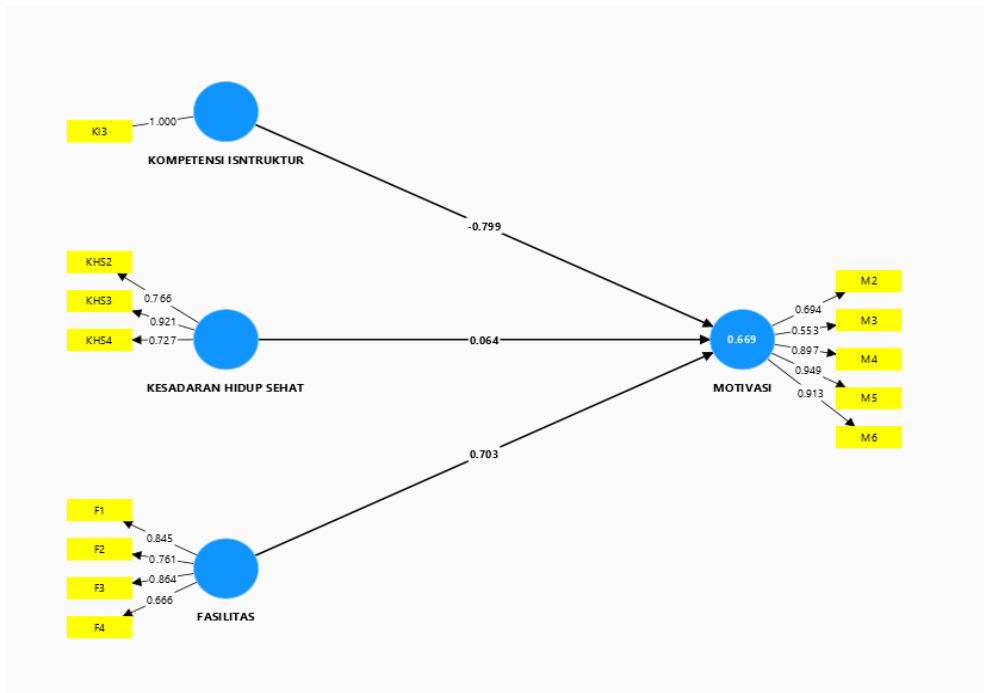
1. *Convergent Validity*

Dalam pendekatan SEM-PLS, Hasil uji validitas menunjukkan indikator telah memenuhi convergent validity dengan nilai loadings factor lebih dari 0,5 [4] (Ghozali, 2014). Hasil loading faktor dapat dilihat pada Tabel 1. dan Gambar 1 dibawah ini Berdasarkan dari data yang ditabulasikan dan kemudian diolah dengan alat uji statistik maka dapat diketahui hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Loading Factor

	Fasilitas	Kesadaran Hidup Sehat	Kompetensi Isntruktur	Motivasi
F1	0.845			
F2	0.761			
F3	0.864			
F4	0.666			
KHS2		0.766		
KHS3		0.921		
KHS4		0.727		
KI3			1.000	
M2				0.694
M3				0.553
M4				0.897
M5				0.949
M6				0.913

Sumber: Hasil Pengolahan data, 2024



Gambar 1. Diagram Jalur Loading
 Sumber: Hasil Pengolahan data, 2024

Berdasarkan hasil pengolahan data, maka nilai indikator-indikator diatas sudah memenuhi kriteria yaitu lebih dari 0,500 dan telah memenuhi validitas diskriminan variabel yang baik.

2. Diskriminan Validity

a. Average Variance Extracted (AVE)

Salah satu cara untuk melakukan pengukuran validitas diskriminan adalah dengan melihat nilai AVE (*Average Variance Extracted*). Dimana nilai AVE harus lebih besar 0.50, yang berarti seluruh variabel laten mempunyai validitas diskriminan yang baik. Jika nilai AVE di bawah 0.5 berarti variabel laten tidak memiliki validitas diskriminan yang baik atau variabel tidak valid.

Tabel 2. Nilai Average Variance Extracted (AVE)

	Average variance extracted (AVE)
Fasilitas	0.620
Kesadaran Hidup Sehat	0.654
Motivasi	0.665

Sumber: Hasil Pengolahan data, 2024

Berdasarkan hasil di atas diketahui bahwa nilai Average Variance Extracted (AVE) setiap variabel dalam penelitian ini lebih besar dari 0.5. Nilai ini telah menunjukkan *convergent validity* yang baik.

b. *Cross loading***Tabel 3. Diskriminan Validity Variabel Laten dengan Cross Loading**

	Fasilitas	Kesadaran Hidup Sehat	Kompetensi Instruktur	Motivasi Masyarakat Berolahraga
F1	0.845	-0.169	0.321	0.312
F2	0.761	0.167	0.291	0.182
F3	0.864	0.261	0.378	0.326
F4	0.666	-0.294	0.485	0.197
KHS2	-0.003	0.766	-0.426	0.259
KHS3	-0.176	0.921	-0.542	0.446
KHS4	0.357	0.727	0.067	0.236
KI3	0.457	-0.430	1.000	-0.506
M2	0.396	0.359	-0.078	0.694
M3	0.055	0.070	-0.367	0.553
M4	0.575	0.172	-0.229	0.897
M5	0.203	0.514	-0.650	0.949
M6	0.156	0.473	-0.600	0.913

Sumber: Hasil Pengolahan data, 2024

Berdasarkan Tabel 3 diatas diketahui bahwa nilai *cross loading* antara variabel dengan indikatornya lebih besar dari pada nilai korelasi variabel laten lainnya dengan indikator variabel tersebut. Nilai *cross loading* variabel Fasilitas dengan indicator F1 sebesar 0,845. Nilai tersebut lebih besar dari pada nilai *cross loading* dengan variabel Kesadaran hidup sehat (-0,169), Kompetensi Instruktur(0,321) dan *Motivasi* (0,312). Nilai *cross loading* variabel kesadaran hidup sehat dengan indikator KHS 2 sebesar 0.766, nilai tersebut lebih besar dari nilai *cross loading* variable fasilitas (-0,033, kompetensi instruktur (-0.426) dan *motivasi* (0.259).. Begitu juga pada indikator lainnya, semua nilai *cross loading* variabelnya lebih besar daripada *cross loading* dengan variabel lainnya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh variabel dalam penelitian ini memiliki tingkat *discriminant validity* yang baik.

c. *Latent Variable Correlation***Tabel 4. Fornell-Larcker Criterion**

	Fasilitas	Kesadaran Hidup Sehat	Kompetensi Instruktur	Motivasi
Fasilitas	0.788			
Kesadaran Hidup Sehat	0.006	0.809		
Kompetensi Instruktur	0.457	-0.430	1.000	
Motivasi	0.338	0.412	-0.506	0.815

Sumber: Hasil Pengolahan data, 2024

Berdasarkan hasil di atas diketahui bahwa akar kuadrat AVE untuk semua variabel lebih besar dari 0,7 dan lebih besar dari nilai korelasi antar variabel dengan variabel lainnya. Artinya bahwa seluruh variabel laten dalam penelitian ini mempunyai validitas diskriminan yang baik.

3. *Composite Reliability***Tabel 5. Nilai Reliability Masing-Masing Variabel**

	Cronbach's alpha	Composite reliability (rho_a)	Composite reliability (rho_c)
Fasilitas	0.793	0.845	0.866
Kesadaran Hidup Sehat	0.741	0.867	0.849
Motivasi	0.866	0.928	0.905

Sumber: Hasil Pengolahan data, 2024

Berdasarkan Tabel diatas, menunjukkan bahwa nilai reliabilitas komposit seluruh variabel laten berkisar antara 0,741 sampai dengan 0.928 artinya bahwa keseluruhan nilai reliabilitas komposit lebih besar dari 0,7. Hasil ini menunjukkan bahwa seluruh variabel laten mempunyai reliabilitas komposit yang baik.

4.2 Uji Inner Model (Structural Model)

1. Pengujian R-Square

Tabel 6. Nilai R-Square

	R-square	R-square adjusted
Motivasi	0.669	0.651

Sumber: Hasil Pengolahan data, 2024

Berdasarkan nilai R^2 yang tertera pada Tabel diatas dapat dijelaskan bahwa Variabel motivasi dapat dijelaskan oleh variabel kesadaran hidup sehat dan fasilitas sebesar 0,669 atau 66,9% sedangkan sisanya sebesar 33,1 % dijelaskan oleh variabel lain diluar model;

2. Pengujian Q-Square

Dalam [4] Ghozali (2016) disebutkan nilai *predictive – relevance* diperoleh dengan rumus Hair, Jr. & Joseph F (2011) yaitu:

$$Q^2 = 1 - (1 - R1^2) (1 - R2^2) \dots (1 - Rn^2)$$

Dimana nilai $R1^2$, $R2^2$... Rn^2 adalah nilai R-Square variabel endogen dalam model. Berdasarkan nilai R-Square yang terdapat pada Tabel 4.14 di atas, maka nilai Q-Square dengan menggunakan rumus Stone-Geisser Q Square Test adalah sebagai berikut [4] (Ghozali, 2016):

$$Q_2 = 1 - (1 - R1^2)$$

$$Q_2 = 1 - (1 - 0.669^2)$$

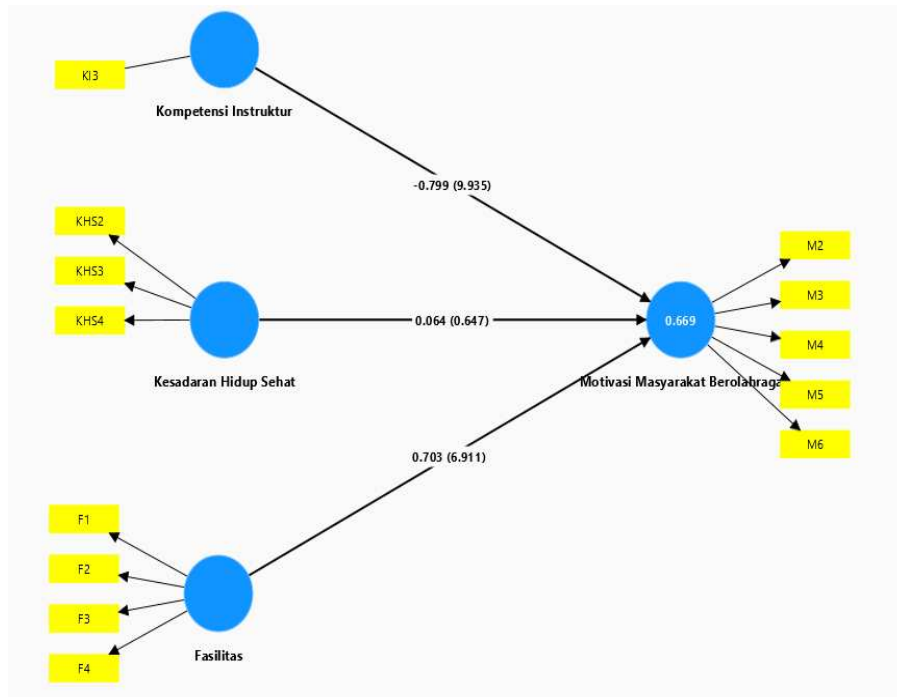
$$Q_2 = 1 - (1 - 0,447)$$

$$Q_2 = 1 - 0.553$$

$$Q_2 = 0,447$$

Perhitungan Q-Square dalam studi ini menghasilkan nilai 0,447 setara dengan 44,70%. Angka ini mengindikasikan bahwa model penelitian memiliki relevansi prediktif karena > 0 dan tergolong sedang. Dengan kata lain, model yang digunakan mampu menjelaskan 44,70% dari informasi yang terkandung dalam data penelitian.

4.3 Pengujian Hipotesis



Gambar 2. Diagram Jalur Hasil Hipotesis

Sumber: Hasil Pengolahan data, 2024

Tabel 7. Hasil Path Coefficient Model Jalur

	Original sample (O)	Sample mean (M)	Standard deviation (STDEV)	T statistics (O/STDEV)	P values
FASILITAS -> MOTIVASI	0.703	0.699	0.102	6.911	0.000
KESADARAN HIDUP SEHAT -> MOTIVASI	0.064	0.074	0.099	0.647	0.518
KOMPETENSI INSTRUKTUR -> MOTIVASI	-0.799	-0.787	0.080	9.935	0.000

Sumber: Hasil Pengolahan data, 2024

Berdasarkan Tabel 7. dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Nilai sample sebesar 0,703 maka Fasilitas berpengaruh positif terhadap motivasi masyarakat berolahraga. Setiap peningkatan fasilitas 1 (satu) satuan, akan menaikkan motivasi masyarakat berolahraga sebesar 0,703 satuan. Semakin tinggi fasilitasi maka semakin tinggi motivasi masyarakat berolahraga senam Aerobik. Nilai t statistik sebesar 6,911 lebih besar dari t tabel (1,960) dan P Values 0,000 < alpha 0,05, maka hipotesis didukung, artinya Fasilitas berpengaruh signifikan terhadap motivasi masyarakat berolahraga.
2. Nilai sample sebesar 0,064 maka kesadaran hidup sehat berpengaruh positif terhadap motivasi masyarakat berolahraga. Setiap peningkatan kesadaran hidup sehat 1 (satu) satuan, akan meningkatkan motivasi masyarakat berolahraga sebesar 0,064 satuan. Semakin tinggi kesadaran hidup sehat maka semakin tinggi motivasi masyarakat berolahraga. Nilai t statistik sebesar 0.657 lebih kecil dari t tabel (1,960) dan P Values 0,518 > alpha 0,05, maka hipotesis tidak didukung, artinya kesadaran hidup sehat tidak berpengaruh signifikan terhadap motivasi masyarakat berolahraga;
3. Nilai sample sebesar -0,799 maka kompetensi yang berpengaruh negatif terhadap motivasi masyarakat berolahraga. Setiap penurunan kompetensi 1 (satu) satuan, akan menurunkan motivasi masyarakat berolahraga sebesar 0,799 satuan. Nilai t statistik sebesar 9,935 lebih besar dari t tabel (1,960) dan P

Values $0,00 < \alpha 0,05$, maka hipotesis didukung/diterima, artinya kompetensi instruktur berpengaruh signifikan terhadap motivasi masyarakat berolahraga senam Aerobik.

Pembahasan Hasil Penelitian

Pengaruh Fasilitas terhadap motivasi masyarakat berolahraga senam

Berdasarkan hasil analisis data, menunjukkan bahwa fasilitas berpengaruh signifikan terhadap motivasi masyarakat berolahraga senam Aerobik di Kota Payakumbuh. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi fasilitas yang dimiliki oleh instruktur senam, maka semakin tinggi pula motivasi masyarakat berolahraga senam Aerobik.

Fasilitas olahraga yang baik, dukungan sosial, promosi yang efektif, dan kepuasan pengguna merupakan faktor-faktor utama yang dapat meningkatkan motivasi masyarakat berolahraga senam. Dengan memperhatikan dan meningkatkan aspek-aspek ini, diharapkan partisipasi masyarakat dalam olahraga senam dapat meningkat, yang pada akhirnya akan berdampak positif pada motivasi masyarakat berolahraga senam Aerobik.

Pengaruh kesadaran hidup sehat terhadap motivasi masyarakat Berolahraga Senam

Berdasarkan hasil analisis data, menunjukkan bahwa kesadaran hidup sehat tidak berpengaruh signifikan terhadap motivasi masyarakat berolahraga senam di Kota Payakumbuh. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin rendah kesadaran hidup sehat yang dimiliki masyarakat, maka semakin rendah pula motivasi yang ditunjukkan, begitu pula sebaliknya.

Hal ini berarti meskipun masyarakat menyadari pentingnya hidup sehat, kesadaran ini tidak selalu berbanding lurus dengan tindakan nyata seperti berpartisipasi dalam senam aerobik. Banyak individu mungkin lebih memilih bentuk olahraga lain yang mereka anggap lebih cocok dengan kebutuhan atau preferensi pribadi mereka, seperti jogging, bersepeda, atau gym.

Selain itu, persepsi terhadap senam aerobik itu sendiri mungkin tidak begitu positif atau dianggap efektif oleh masyarakat. Mereka mungkin melihat senam aerobik sebagai aktivitas yang kurang memberikan hasil signifikan atau tidak sesuai dengan gaya hidup mereka. Hal ini diperparah dengan adanya keterbatasan waktu dan prioritas yang harus dihadapi oleh masyarakat, dimana aktivitas sehari-hari seperti pekerjaan dan tanggung jawab keluarga bisa menghalangi mereka untuk rutin berolahraga.

Pengaruh kompetensi terhadap motivasi masyarakat berolahraga senam Aerobik

Berdasarkan hasil analisis data, menunjukkan bahwa Kompetensi berpengaruh signifikan terhadap motivasi masyarakat berolahraga senam Aerobik di Kota Payakumbuh. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi kompetensi instruktur maka semakin tinggi motivasi masyarakat berolahraga senam Aerobik di Kota Payakumbuh.

Kompetensi dalam konteks olahraga senam aerobik tidak hanya merujuk pada kemampuan teknis dalam melakukan gerakan-gerakan, tetapi juga mencakup pengetahuan tentang manfaat olahraga, kemampuan memilih jenis olahraga yang sesuai, serta motivasi diri. Kompetensi yang tinggi pada individu akan sangat mempengaruhi motivasi mereka untuk terus berolahraga senam aerobik. Kompetensi instruktur dan peserta memiliki pengaruh signifikan terhadap motivasi masyarakat berolahraga senam aerobik. Dengan meningkatkan kompetensi melalui pendidikan, pelatihan, dan dukungan yang tepat, diharapkan motivasi masyarakat berolahraga senam aerobik akan meningkat.

Kompetensi memiliki peran yang sangat penting dalam memotivasi masyarakat berolahraga senam aerobik. Semakin tinggi kompetensi seseorang, semakin besar pula kemungkinan mereka untuk terus berolahraga secara teratur dan mencapai tujuan kebugaran yang diinginkan. Oleh karena itu, upaya untuk meningkatkan kompetensi instruktur dalam bidang olahraga senam aerobik perlu terus dilakukan.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa Fasilitas berpengaruh terhadap motivasi masyarakat berolahraga senam Aerobic di Kota Payakumbuh. Kemudian Kesadaran hidup sehat tidak berpengaruh terhadap motivasi masyarakat berolahraga senam Aerobic di Kota Payakumbuh. Terakhir Kompetensi instruktur berpengaruh terhadap motivasi masyarakat berolahraga senam Aerobic di Kota Payakumbuh.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh maka peneliti memberikan bahwa Pemerintah daerah dan pihak swasta harus memastikan fasilitas senam aerobik dalam kondisi baik dan memenuhi standar serta Memastikan fasilitas olahraga rutin dipelihara dan dijaga kebersihannya. Kemudian Membangun lebih

Pengaruh Kompetensi Instruktur, Dan Kesadaran Hidup Sehat Serta Fasilitas Terhadap Motivasi Masyarakat Berolahraga Senam Aerobic di Kota Payakumbuh (Edra)

banyak pusat olahraga di daerah yang belum terjangkau dan menyediakan transportasi umum yang mudah menuju pusat olahraga. Selanjutnya Instruktur harus mengikuti pelatihan dan sertifikasi berkala untuk meningkatkan keterampilan dan pengetahuan mereka. Terakhir Menyediakan program pengembangan karir bagi instruktur untuk terus berkembang dan merasa dihargai.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Arquisola, M. J., & Walid Ahlisa, S. U. (2019). Do Learning and Development Interventions Motivate Employees at PT Danone Indonesia? Applying McClelland's Theory of Motivation to FMCG Industries. *FIRM Journal of Management Studies*, 4(2), 160. <https://doi.org/10.33021/firm.v4i2.780>
- [2] Catharina, A. (2010). *Psikologi Pendidikan*. Semarang: Pusat Pengembangan MKU/MKDK-LP3 UNNES Press.
- [3] Giriwijoyo, S. Y. . (2005). *Manusia dan Olahraga*. Bandung: Institut Teknologi Bandung.
- [4] Ghozali, 2014. *Aplikasi analisis Multivariate dengan Program SPSS*. Badan Penerbit UNDIP , Semarang.
- [5] Kemenkes RI. (2023). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2023 Tentang Kesehatan. *Undang-Undang*, (187315), 1–300.
- [6] Mikanda Rahmani. (2014). *Buku Super Lengkap Olahraga*. Jakarta Timur: Dunia Cerdas.
- [7] Pradevi, T., & Priyono, B. (2023). Motivasi Masyarakat dalam Mengikuti Olahraga Senam Aerobik di Kabupaten Kudus. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 4(2), 564–570. <https://doi.org/10.15294/inapes.v4i2.55156>
- [8] Santrock Jhon W. (n.d.). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta: erlangga.
- [9] Sudarwanto, S., & Rahman, Y. (2021). Pengaruh Kompetensi Instruktur, Motivasi, dan Lokasi Terhadap Kepuasan Pelanggan (Studi Kasus Studio Yoga di Jakarta). *Abiwara : Jurnal Vokasi Administrasi Bisnis*, 3(1), 20–27. <https://doi.org/10.31334/abiwara.v3i1.1840>
- [10] Vallerand, R., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Briere, N. M., Senecal, C., dan Vallieres, E. F. (1992). The Academic Motivation Scale: A Measure of Intrinsic, Extrinsic, and Amotivation in Education. *Educational and Psychological Measurement*.
- [11] Wibowo. (2016). *Manajemen Kinerja*. Jakarta: Rajawali Pers.
- [12] Zulkarnaen. (2010). Hubungan Motivasi Dengan Partisipasi Masyarakat Dalam Melakukan Aktivitas Olahraga Futsal Di Kota Bekasi. *Motion*, 1(1), 4–10.