

**MINAT DAN MOTIVASI DALAM OLAHRAGA BERSEPEDA PADA
KOMUNITAS SEPEDA KECAMATAN GEDANGAN KABUPATEN
SIDOARJO**

SKRIPSI



Oleh :
Nathaniel Andrian Nico Pradhana
Nim : 185900061

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN
JASMANI 2021**

**MINAT DAN MOTIVASI DALAM OLAHRAGA BERSEPEDA PADA
KOMUNITAS SEPEDA KECAMATAN GEDANGAN KABUPATEN
SIDOARJO**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Pedagogi dan Psikologi
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya untuk memenuhi sebagian Persyaratan dalam
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Pada program Studi Pendidikan Jasmani

Oleh :
Nathaniel Andrian Nico Pradhana
Nim : 185900061

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN
JASMANI 2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh : Nathaniel Andrian Nico Pradhana
NIM : 185900061
Judul Skripsi : Minat dan Motivasi dalam Olahraga Bersepeda pada Komunitas
Sepeda Kecamatan Gedangan Kabupaten Sidoarjo

Surabaya, 25 Januari 2022



Dosen pembimbing

Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes.
NIP:1967020919920310



**FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA**

Badan Penyelenggara PPLP PT PGRI Surabaya
Keputusan MENKUMHAM RI No. AHU- 0000485.A.H.01.08.Tahun 2019.
Kampus Pusat: Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181
<http://fpep.unipasby.ac.id>

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh: Nathaniel Andrian Nico Pradhana dengan judul “Minat dan Motivasi dalam Olahraga bersepeda pada Komunitas Sepeda Kecamatan Gedangan Kabupaten Sidoarjo telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 27 Januari 2022

Dewan Penguji:

1. Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes (Ketua)
2. Dr. Ujang Rohman, M.Kes (Anggota I)
3. Dr. Harwanto, M.Pd (Anggota II)

Mengesahkan
Dekan FPeP





**FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA**

Badan Penyelenggara PPLP PT PGRI Surabaya
Keputusan MENKUMHAM RI No. AHU-
0000485.A.11.01.08.Tahun 2019.

Kampus Pusat: Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181
<http://fpep.unipasby.ac.id>

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

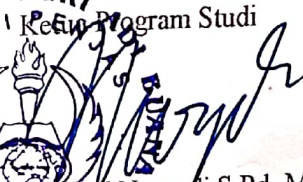
Nama : Nathaniel Andrian Nico Pradhana
Nim : 185900061
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Judul Skripsi : Minat dan Motivasi dalam Olahraga Bersepeda pada Komunitas Sepeda Kecamatan Gedangan Kabupaten Sidoarjo

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Pembimbing
1	30-11-2021	Bimbingan Bab I Revisi	
2	15-12-2021	Bimbingan Bab I Revisi	
3	17-12-2021	Bimbingan Bab II Revisi	
4	20-12-2021	Bimbingan Bab II Revisi	
5	22-12-2021	Bimbingan Bab III Revisi	
6	1-1-2022	Bimbingan Bab IV-V	
7	3-1-2022	Bimbingan Bab IV-V	
8	4-1-2022	Bimbingan Bab I-V Revisi	
9	11-1-2022	Bimbingan Bab I-V Revisi	
10	13-1-2022	Bimbingan Bab I-V Revisi	
11	15-1-2022	Bimbingan Bab I-V Revisi	
12	18-1-2022	Bimbingan Bab I-V Revisi	
13	20-1-2022	Bimbingan Bab I-V Revisi	
14	22-1-2022	Bimbingan Bab I-V Revisi	
15	24-1-2022	Bimbingan Bab I-V Revisi	
16	25-1-2022	ACC Bab I-V	

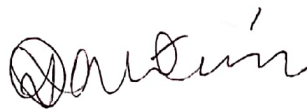
Selesai Bimbingan Skripsi tanggal 25 Januari 2022

Mengetahui

Ketua Program Studi


Ahmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd
NIP: 13026231

Pembimbing



Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes
NIP: 1967020919920310

KATA PENGANTAR

Puji syukur keharat Tuhan Yang Maha Esa yang senantiasa melimpahkan segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yaang berjudul “Minat dan Motivasi dalam olahraga bersepeda pada komunitas sepeda Kecamatan Gedangan Kabupaten Sidoarjo” tepat pada waktunya. Dalam penyusun skripsi ini, peneliti telah banayak terima bantuan dari berbagai pihak, baik material mupun spiritual. Oleh karena itu dalam kesempatan ini perkenankan peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. M. Subandowo, M.S., Selaku Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
2. Bapak Dr. Santika Rentika Hadi., M.Kes., Dekan FPP Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
3. Bapak Ach. Nuryadi, S.Pd., M.Pd., Kaprodi Penjas Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
4. Bapak Dr. Santika Rentika Hadi., M.Kes., selaku Dosen Pembimbing Skripsi ini.
5. Bapak Dr. Ujang Rohman., M.Kes., selaku Dosen Penguji Sidang Skripsi ini.
6. Bapak Dr. Harwanto., M.Pd., selaku Dosen Penguji Sidang Skripsi ini.
7. Bapak/Ibu Dosen yang sudah membimbing saya selama saya studi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
8. Seluruh Dosen Penjas Universitas PGRI Adi Buana Surabaya yang telah membimbing saya agar menjadi guru sebenarnya.
9. Seluruh masyarakat Kecamatan Gedangan Kabupaten Sidoarjo yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian.
10. Kepada orang tua, serta Kakak dan Keluarga Besar. Terimakasih atas segala Do’a, Dukungan, dan Motivasinya demi mengapai Cita-cita saya.
11. Sahabat terbaik saya, yang selalu memberikan dukungan dan membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini. Serta teman-teman yang baik hati dan selalu ceria dan walaupun datang atau berasal dari berbagai daerah yang berbeda tetapi disinilah kita tetap bersayu.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini belum mencapai kesempurnaan, maka dari itu peneliti berharap kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan demi kesempurnaan skripsi ini. Peneliti juga berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti-peneliti selanjutnya serta dapat dijadikan sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya.

Surabaya, 27 Oktober 2021

Penulis,

PERSEMBAHAN

Kupersembahkan karya tulis ini kepada:

- Kepada Orang Tua tercinta, terimakasih yang selalu bersabar, berdo'a dan selalu memberikan dukungan kepada saya.
- Teman-teman mahasiswa UNIPA yang telah membantu memberikan motivasi, ide-ide, sehingga terselesainya skripsi ini.
- Tidak lupa saudaraku yang di luar Surabaya, dll, yang turut memberikan suport dan semangat mereka sehingga terselesainya skripsi ini.
- Teman-teman dan sahabat seperjuangan dari surabaya dan juga sahabat kenalan, serta semua pihak yang tidak dapat penulis menyebutkan satu persatu yang turut serta memberikan bantuan dalam proses penyelesaian skripsi ini dari awal sampai akhir.

Penulis hanya dapat memohon, semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan kebaikan kepada pihak-pihak tersebut. Penulis mwnyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu masukan berupa saran dan kriptik sangat diharapkan demi perbaikan skripsi ini. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan masyarakat penggemar olahraga pada khususnya.

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nathaniel Andrian Nico Pradhana

NIM : 185900061

Program Studi : Pendidikan Jasmani

Fakultas : Pedagogi dan Psikologi

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia dibatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat.

Surabaya, 27 Oktober 2021

Yang membuat pernyataan,



Nathaniel Andrian Nico P.

DAFTAR ISI

JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERSYARATAN KEASLIAN TULISAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
PERSEMBAHAN	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Ruang Lingkup dan Perbatasan Masalah	3
C. Masalah Penelitian	4
D. Tujuan Penelitian	4
E. Manfaat Penelitian	4
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Kajian Pustaka	5
B. Penelitian Terdahulu yang Relevan	
C. Kerangka Konseptual	23
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Pendekatan Penelitian	24
B. Data dan Sumber Data	24
C. Metode Pengumpulan Data	26
D. Teknik Analisis Data	27
E. Keabsahan Data	29
F. Jadwal Penelitian	30
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil dan Penelitian	31
B. Pembahasan	36
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	38
B. Saran	38
DAFTAR PUSTAKA	40
LAMPIRAN	41

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Karakteristik Komunitas Sepeda Berdasarkan Usia	23
Tabel 3.2 Karakteristik Komunitas Sepeda Berdasarkan Pekerjaan	23
Tabel 3.3 Karakteristik Komunitas Sepeda Berdasarkan Jenis Kelamin	23
Tabel 4.1 Rutinitas Aktivitas Bersepeda Dimulai	28
Tabel 4.2 Frekuensi Bersepeda dalam Seminggu	29
Tabel 4.3 Perasaan Responden Komunitas Bersepeda	29
Tabel 4.4 Tabulasi Rutinitas Bersepeda Menjadi <i>Hobby</i>	30
Tabel 4.5 Tindakan Responden Melakukan Pemanasan Sebelum Bersepeda ...	31
Tabel 4.6 Perasaan pada Kaki	32
Tabel 4.7 Perasaan pada Nafas	32
Tabel 4.8 Tabulasi Kebiasaan Melakukan Tes VO ₂ max dan Denyut Nadi	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	21
Gambar 4.1 Diagram Rutinitas Aktivitas Bersepeda Dimulai	28
Gambar 4.2 Diagram Frekuensi Bersepeda dalam Seminggu	29
Gambar 4.3 Diagram Perasaan Responden Komunitas Bersepeda	30
Gambar 4.4 Diagram Tabulasi Rutinitas Bersepeda Menjadi <i>Hobby</i>	30
Gambar 4.5 Diagram Tindakan Responden Melakukan Pemanasan Sebelum Bersepeda.....	31
Gambar 4.6 Diagram Perasaan pada Kaki	32
Gambar 4.7 Diagram Perasaan pada Nafas	33
Gambar 4.8 Diagram Tabulasi Kebiasaan Melakukan Tes VO_2 max dan Denyut Nadi	33