

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga bersepeda adalah olahraga yang sangat populer dimana-mana terutama di Negara yang mempunyai iklim dingin dan mempunyai sumber daya manusia yang sangat tinggi. Seiring dengan bertambahnya tahun dan kemajuan teknologi, bersepeda bukanlah dijadikan alat transportasi, melainkan dijadikan ajang perlombaan dalam pertandingan untuk meraih suatu kemenangan. Hal yang menyebabkan bersepeda dijadikan ajang perlombaan adalah semakin banyaknya anak muda yang ingin belajar tentang balap sepeda, inilah yang menyebabkan para pelatih berusaha untuk membuat dan menyusun program latihan yang lebih baik dan tepat merupakan salah satu factor penyebab keberhasilan atlet untuk meraih suatu prestasi (Faroka, 2010). Bersepeda merupakan suatu olahraga rekreasi yang biasa dilakukan di waktu luang atau waktu kosong, tujuan bersepeda yaitu dapat menyehatkan kondisi anggota tubuh, serta dapat mengurangi otot yang kaku disaat bekerja. Olahraga bersepeda juga bias dilakukan untuk berangkat ke tempat pekerjaan, dikarenakan dapat mengurangi polusi udara serta menghemat biaya yang lebih banyak. Olahraga sepeda ini bias juga diartikan dengan kata gowes atau bahasa lain dari bersepeda biasanya olahraga bersepeda sangat digandrungi kalangan anak-anak hingga dewasa, khusus nya anak muda yang sangat rutin mengikuti kegiatan bersepeda seperti halnya komunitas bersepeda. Bersepeda juga bias menghilangkan beban stres dikarenakan kita selalu menikmati pemandangan yang bagus saat bersepeda, di jaman sekarang gowes semakin berkembang contohnya seperti komunitas sepeda yang semakin maju. Banyak sekali komunitas bersepeda yang semakin berkembang contohnya seperti komunitas sepeda santai, komunitas sepeda kebo, komunitas sepeda *freestyle*, dan sebagainya. Sering dijumpai di tengah-tengah masyarakat setiap akhir pekan berbagai macam aktivitas olahraga dilakukan, mulai dari anak-anak, remaja, sampai dewasa dan orang usia lanjut. Semua

gemar berolahraga, pagi hari beraktivitas di lapangan, di pinggir jalan, atau di halaman parkir yang luas dijadikan tempat untuk melakukan aktivitas jasmani atau berolahraga. Dari latar belakang ini penulis tertarik melakukan penelitian minat dan motivasi dalam berolahraga bersepeda.

B. Ruang Lingkup dan Perbatasan Masalah

1. Ruang lingkup

Berdasarkan topic dan judul yang telah disebutkan, maka penelitian ini, akan mengungkap tentang minat masyarakat dalam bersepeda dan motivasi yang dimiliki para pesepeda.

2. Pembatasan masalah

Dalam penelitian ini, peneliti membatasi masalah minat dan motivasi pada peserta pesepeda, Komunitas sepeda Kecamatan Gedangan

C. Masalah Penelitian

1. Bagaimana minat dan motivasi Olahraga Bersepeda pada Komunitas Sepeda Kecamatan Gedangan Kabupaten Sidoarjo.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan Penelitian ini adalah mengetahui minat dan motivasi masyarakat untuk mengikuti kegiatan komunitas bersepeda di Gedangan.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Untuk menambah ilmu pengetahuan dan akademik khususnya dalam membuat suatu penelitian dan analisa kasus. Mendapat gambaran dan memberikan ruang sudut pandang

fisioterapi dalam menganalisa tentang minat dan motivasi bersepeda di kalangan masyarakat.

2. Manfaat Praktis

Pelaksanaan penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai informasi ilmiah dalam dunia olahraga, kemudian informasi ilmiah ini diharapkan dapat menambah pengertian kepada masyarakat luas tentang manfaat pemberian *respiratory muscle training* terhadap daya tahan tubuh pada komunitas pesepeda sehingga dapat tertarik dan mengikuti terapi latihan.