



## ***Personal Awareness, Group Norms, Social Support and Active Participation in Sport for Madrasah Tsanawiyah Students***

**Muhammad Syakur<sup>1)</sup>, Agung Yuda Aswara<sup>2)</sup> Susilo Bekti<sup>3)</sup>**

Program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Pendidikan Ilmu Eksakta dan Keolahragaan

<sup>1,2,3</sup>IKIP Budi Utomo

Email: <sup>1</sup>[muhammadsyakur1978@gmail.com](mailto:muhammadsyakur1978@gmail.com), <sup>2</sup>[yudaaswara@gmail.com](mailto:yudaaswara@gmail.com), <sup>3</sup>[susilobekti@gmail.com](mailto:susilobekti@gmail.com)

### **ABSTRACT**

*Regular physical activity has a positive effect on human health, one of which can make our bodies fit. This study aims to determine the relationship between personal awareness, group norms, social support and active participation in sports for Madrasah Tsanawiyah students. This secondary research discusses and processes data provided by the Center for the Study of Physical Literacy and Sports Education at the IKIP Budi Utomo Malang Graduate School. The population of this study is unlimited because obtained by snowball sampling technique. While the sample is 343 Madrasah Tsanawiyah students in 2021. Data analysis techniques use correlation tests and path analysis tests. The results of this study indicate that: 1) there is a relationship between personal awareness and the norms of group sports, 2) there is a relationship between personal awareness and social support for sports both directly and indirectly through the norms of the Madrasah Tsanawiyah student groups, 3) there is a relationship between awareness personal and active participation in sports both directly and indirectly through group norms and social support. The conclusion of this study is that personal awareness, group sports norms, and social support contribute positively to the active sports participation of Madrasah Tsanawiyah students.*

**Keywords:** *Personal Awareness, Group Norms, Social Support, Active Participation in Sport.*

## **Kesadaran Pribadi, Norma Kelompok, Dukungan Sosial Dan Partisipasi Aktif Olahraga Siswa Madrasah Tsanawiyah**

### **ABSTRAK**

Beraktivitas fisik dengan rutin memiliki pengaruh positif pada kesehatan manusia, salah satunya dapat membuat tubuh kita bugar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kesadaran pribadi, norma kelompok, dukungan sosial dan partisipasi aktif olahraga siswa Madrasah Tsanawiyah. Penelitian sekunder ini membahas dan mengolah data yang disediakan Pusat Kajian Literasi Fisik dan Olahraga Pendidikan Sekolah Pascasarjana IKIP Budi Utomo Malang. Populasi penelitian ini jumlahnya tidak terhingga karena data diperoleh dengan teknik *snowball sampling*. Sedangkan sampelnya sebanyak 343 siswa Madrasah Tsanawiyah tahun 2021. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi dan uji analisis jalur (*path analysis*). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: 1) terdapat hubungan antara kesadaran pribadi dan norma olahraga kelompok siswa Madrasah Tsanawiyah, 2) terdapat hubungan kesadaran pribadi dan dukungan sosial olahraga baik secara langsung maupun tidak langsung melalui norma kelompok siswa Madrasah Tsanawiyah, 3) terdapat hubungan antara kesadaran pribadi dan partisipasi aktif olahraga baik secara langsung maupun tidak langsung melalui norma kelompok dan dukungan sosial siswa Madrasah Tsanawiyah. Kesimpulan penelitian ini adalah kesadaran pribadi, norma olahraga kelompok, dan dukungan sosial berkontribusi positif terhadap partisipasi aktif olahraga siswa Madrasah Tsanawiyah.

**Kata Kunci:** Kesadaran Pribadi, Norma Kelompok, Dukungan Sosial, Partisipasi Aktif Olahraga.

© 2020 IKIP BUDI UTOMO MALANG

Info Artikel

Dikirim : 23 Januari 2023

Diterima : 01 Mei 2023

Dipublikasikan : 31 Mei 2023

P-ISSN 2613-9421

E-ISSN 2654-8003

✉ Alamat korespondensi: [muhammadsyakur1978@gmail.com](mailto:muhammadsyakur1978@gmail.com)

IKIP Budi Utomo, Jl. Simpang Arjuno No.14B, Kauman, Kec. Klojen, Kota Malang, Jawa Timur 65119, Indonesia

## PENDAHULUAN

Terdapat fakta bahwa tingkat kebugaran siswa Madrasah Tsanawiyah tergolong rendah. Hal itu karena siswa kurang melakukan aktivitas fisik yang rutin di sekolah ataupun di luar sekolahnya. Menurut dari hasil survei tingkat kebugaran jasmani yang dilakukan terhadap siswa Madrasah Tsanawiyah Surya Buana Malang tahun 2018 menunjukan kriteria baik yaitu 0%, kategori sedang 20%, kategori kurang 64% dan untuk kategori kurang sekali 16% (Saputro, 2018). Berdasarkan survei tersebut penyebab rendahnya tingkat kebugaran jasmani siswa Madrasah Tsanawiyah ialah kurangnya partisipasi aktif olahraga.

Isu menjadi lebih serius karena obesitas di kalangan anak-anak, remaja dan orang dewasa telah muncul sebagai salah satu masalah kesehatan masyarakat yang paling serius di abad ke-21 (Güngör, 2014). Untuk itu meningkatkan kesadaran beraktivitas fisik merupakan cara yang ampuh untuk mengatasi permasalahan tersebut. Hal itu juga sesuai dan sejalan dengan visi dan misi dari DBON (Desain Besar Olahraga Nasional) yaitu mewujudkan masyarakat Indonesia yang berpartisipasi aktif olahraga dengan tingkat kebugaran jasmani yang baik (*Sekretariat Kabinet Republik Indonesia|Indonesia Kini Miliki Desain Besar Olahraga Nasional*, n.d.).

Secara tidak langsung beraktivitas fisik dapat mengurangi rasio angka kematian serta menghindari penyakit-penyakit kronis (Hupin et al., 2015; Oja et al., 2015; Wen et al., 2011). Selain itu, beraktivitas fisik secara rutin juga dapat mengurangi penyakit mental seperti depresi dan kecemasan (Jewett et al., 2014; Jurak et al., 2020; Mammen & Faulkner, 2013). Oleh karena itu beraktivitas fisik merupakan solusi yang tepat untuk meningkatkan tingkat kesehatan dan kebugaran jasmani pada siswa.

Berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya faktor penentu partisipasi seseorang untuk beraktivitas fisik diantaranya yaitu: kesadaran pribadi, norma kelompok, dukungan sosial dan partisipasi aktif berolahraga. Penelitian ini bertujuan : (1) mengetahui hubungan kesadaran pribadi dan norma kelompok siswa Madrasah Tsanawiyah, (2) mengetahui hubungan kesadaran pribadi dan dukungan sosial olahraga baik secara langsung maupun tidak langsung melalui norma olahraga kelompok siswa Madrasah Tsanawiyah, dan (3) mengetahui

hubungan kesadaran pribadi dan partisipasi aktif berolahraga baik secara langsung maupun tidak langsung melalui norma kelompok dan dukungan sosial olahraga siswa Madrasah Tsanawiyah.

Kesadaran berarti bahwa seorang individu mengetahui kebenaran tertentu tentang dirinya sendiri. Kesadaran adalah elemen dasar dari pemahaman siklus pengalaman atau hubungan antara individu dengan lingkungan. Tujuan dari aktivitas fisik secara langsung atau tidak langsung terkait dengan domain kognitif, afektif dan psikomotor (Eski Tolga, Feray Ozbal Ayse, 2020). Jadi wawasan merupakan kesadaran untuk memahami data yang diperoleh melalui pengalaman atau studi dari individu secara keseluruhan. Pengetahuan adalah informasi pemberian makna (arti) dan diintegrasikan (dihubungkan) dengan konten pemahaman yang lain (Zagzebski, 2017). Istilah wawasan dapat diartikan sepotong informasi yang dihasilkan dari tindakan atau hasil pemahaman.

Kesadaran mempengaruhi persepsi seseorang untuk menentukan suatu keputusan (Nicholson, 2017). Kesadaran juga dipengaruhi oleh pengalaman visual seseorang yang akan dirubah menjadi suatu konsep pengetahuan oleh saraf otak (Zeman, 2004). Sadar berolahraga berarti tahu dan mengerti manfaat berolahraga dan juga dampak dari perilaku sedentari. Sehingga terbangun kesadaran melakukan kegiatan aktivitas fisik dan olahraga. Dari beberapa pengertian di atas, pengetahuan (*knowledge*) dan kesadaran (*awareness*) tentang olahraga berarti suatu keadaan mengetahui, mengenal, menyadari, dan memahami fakta, metode, prinsip, teknik, dan sebagainya yang tentang olahraga diperoleh dari pengalaman maupun studi.

Pengetahuan dan kesadaran individu tidak lepas dari pengaruh lainnya, karena manusia merupakan makhluk sosial. Adanya gesekan dan interaksi sosial, menyebabkan perilaku atau budaya individu terbentuk. John Honigmann menyatakan bahwa setiap situasi sosial tertentu dipengaruhi oleh tiga komponen budaya yang tumpang tindih, yaitu ideologi, teknologi, dan organisasi sosial (Hockings, 2015). Ideologi mengacu pada kepercayaan, pengetahuan, dan nilai-nilai yang digunakan manusia untuk hidup. Teknologi mengacu pada aktivitas dan objek material dengan yang dimanipulasi oleh manusia dunia materialnya; dan sosial organisasi mengacu pada aktivitas dan struktur yang digunakan oleh

manusia untuk berinteraksi berasma orang lain. Dengan demikian melalui ketiga perspektif tersebut diasumsikan bahwa seseorang lebih mampu menganalisis suatu sistem sosiokultural dalam prosesnya.

Pengetahuan dan kesadaran tentang olahraga bisa didapatkan melalui: (1) membaca berita olahraga di berbagai media cetak, elektronik atau internet, (2) menyimak atau mendengarkan berita-berita olahraga, (3) dengan menonton acara perlombaan atau pertandingan olahraga, dan (4) dengan proses pembelajaran di sekolah. Dengan adanya pengetahuan yang baik tentang olahraga, kesadaran berolahraga akan meningkat, sehingga keterlibatan dalam aktivitas fisik dan olahraga juga meningkat.

Norma olahraga kelompok definisi dari Johnson norma sebagai keputusan atau asumsi yang memutuskan perilaku yang tepat dalam pertemuan, prinsip yang digunakan sekelompok individu untuk mengawasi aktivitas mereka (Johnson, 2012). Norma didefinisikan sebagai aturan atau harapan yang ditegakkan secara sosial. Norma penting untuk kontribusinya terhadap tatanan sosial (Horne, Dodoo, & Dodoo, 2018).

Carron & Eyes mendefinisikan norma kelompok yang benar untuk membentuk perilaku, keyakinan, dan prinsip moral di antara individu kelompok. Berkembangnya perbedaan keyakinan dan pandangan antar individu dari sebuah perkumpulan yang menyebabkan munculnya norma (Kleinert et al., 2012). Norma kelompok tidak dibuat sekaligus, melainkan berkembang seiring waktu dan melalui interaksi berkelanjutan antara semua anggota. Norma kelompok dalam olahraga telah diperiksa terutama dalam kaitannya dengan kinerja dan perilaku moral (Carron et al., 2012). Dampak kelompok sering kali dianggap sebagai komponen utama yang mempengaruhi perilaku. Ini relevan dalam olahraga, di mana kehadiran standar tercipta melalui koneksi dengan orang lain yang signifikan.

Sebuah survei terhadap tulisan-tulisan penting dalam ruang persatuan, perkumpulan, kepribadian sosial, pekerjaan, pengetahuan, perjuangan, mereka semua mungkin dapat menambahkan sejauh yang menyangkut siapa pun sehubungan dan itulah yang diungkap dengan proses kelompok (Martin, Bruner, Eys, & Spink, 2014).

Olahraga adalah ruang sosial dari kerumitan standarisasi yang sangat besar. Salah satu metode untuk mencapai ini adalah dengan menyusun standar kelompok seperti yang telah ditampilkan untuk bekerja dengan kolaborasi bagian kelompok dan mengembangkan lebih lanjut eksekusi kelompok. Seorang anak muda biasanya berusaha mengikuti apa yang sedang dilakukan dalam kelompoknya, dengan senang hati atau tidak. Secara konsisten akan berubah menjadi kecenderungan yang indah. Anak-anak yang dinamis dalam tugas-tugas proaktif dan berlatih dalam pertemuan mereka akan memengaruhi individu yang berbeda untuk diikuti. Kedekatan dan kesamaan dalam mengatur teman juga menentukan olahraga anak, termasuk olahraga. Dan juga para sahabat yang umumnya menyambut atau mengajak untuk berolahraga dan menggerakkan tubuh, membuat para sahabat yang lain terlibat secara efektif.

Dukungan sosial dicirikan sebagai pengalaman bahwa seorang individu dihargai dan diperhatikan, dihormati dan disegani menjadi dari komunitas informal bantuan dan komitmen bersama (Taylor et al., 2004).

Perkembangan individu tidak bisa semata-mata karena faktor dari dalam dirinya sendiri, melainkan juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan sosial dimana individu berada (Feeney & Collins, 2014). Dalam model sosio-ekologis, Bronfenbrenner menganggap individu sebagai pusat sistem, dikelilingi oleh empat sistem atau lapisan konsentris (Bronfenbrenner, 2009).

Partisipasi aktif olahraga memiliki banyak pengertian tapi pada dasarnya mempunyai arti yang sama. Partisipasi berasal dari bahasa Inggris "*participate*" yang bermakna melibatkan. Partisipasi aktif olahraga berarti keterlibatan dalam kegiatan olahraga, baik untuk tujuan kompetisi, kesehatan maupun rekreasi (Rosidi S., 2022). Olahraga terdiri dari olahraga formal misalnya sepak bola, maupun yang nonformal, seperti olahraga tradisional. Sifat olahraga yang dilakukan bisa berupa rekreatif, kompetitif, dan olahraga untuk kesehatan maupun kebugaran karena dapat mengurangi resiko penyakit fisik dan mental (Erickson, Leckie, & Weinstein, 2014; Mitchell, 2013; Reiner, Niermann, Jekauc, & Woll, 2013).

Maka dari itu, dengan menggunakan data yang dikumpulkan secara keseluruhan, kami menganalisis hubungan antara kesadaran pribadi dan partisipasi aktif olahraga pada siswa Madrasah Tsanawiyah. Selain itu, kami

melakukan analisis tambahan untuk mengetahui hubungan kesadaran pribadi, norma kelompok, dukungan sosial dan partisipasi aktif olahraga siswa Madrasah Tsanawiyah.

## METODE

Penelitian ini termasuk penelitian sekunder dan menggunakan pendekatan *Internet Mediated Research* (IMR). Penelitian sekunder adalah menggunakan kumpulan data dari peneliti lain untuk mengejar suatu tujuan dan dapat menjawab pertanyaan teoritis saat ini (Johnston, 2014; Widaman, Little, Preacher, & Sawalani, 2010). Sumber data penelitian ini dari kumpulan data di pusat kajian literasi fisik sekolah pascasarjana IKIP Budi Utomo Malang. Populasi penelitian ini berjumlah tidak terbatas, hal ini karena pengumpulan data bersifat *snowball sampling*. Sedangkan sample yang digunakan sudah disaring sebanyak 343 siswa Madrasah Tsanawiyah.

Ada empat variable dalam penelitian ini yaitu 1) kesadaran pribadi, 2) norma kelompok, 3) dukungan sosial dan 4) partisipasi aktif olahraga. Indikator pengukuran masing-masing variable yaitu: 1) kesadaran pribadi adalah pengetahuan tentang berbagai cara atau kegiatan olahraga melalui membaca dan menyimak berita diberbagai media cetak, elektronik, internet, menonton perlombaan, pertandingan, suka berolahraga untuk senantiasa bangkit mengatasi rintangan karena dapat membantu tetap sehat, bugar dan bermanfaat untuk kesejahteraan jiwa dan mengatasi stress sekaligus bisa mempersatukan masyarakat dan bangsa. 2) norma kelompok adalah giat bergerak badan dan olahraga baik secara individu atau kelompok yang cocok dan sependapat dengan teman-teman olahraga. 3) Dukungan sosial yaitu dukugan dari orangtua, saudara, kerabat, selingkungan baik di sekolah saat pembelajaran pejasorkes atau luar jam pelajaran penjasorkes dan juga dengan setim di klub olahraga. 4) Partisipasi aktif adalah jumlah teman giat begerak badan dan berolahraga , lingkungan yang mendukung berolahraga, keikutsertaan kelompok atau komunitas olahraga, kesadaran manfaat berolahraga (Wang, C.K.J., Lim, B.S.C., Wee, L.S., Soon, 2011).

Untuk membuktikan hipotesis tersebut peneliti menggunakan 2 macam teknik analisis. Sebagai uji prasyarat peneliti melakukan uji korelasi terhadap semua variabel. Peneliti melanjutkan proses ke analisis jalur hanya pada variabel yang berkorelasi saja. Untuk hipotesis yang pertama yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara kesadaran pribadi dan norma kelompok olahraga siswa Madrasah Tsanawiyah peneliti menggunakan teknik uji korelasi bivariat. Untuk hipotesis yang kedua yaitu terdapat hubungan kesadaran pribadi dan dukungan sosial baik secara langsung maupun tidak langsung melalui norma kelompok olahraga Madrasah Tsanawiyah peneliti menggunakan teknik analisis jalur. Untuk hipotesis ketiga terdapat hubungan yang signifikan antara kesadaran pribadi dan partisipasi aktif olahraga baik secara langsung maupun tidak langsung melalui norma kelompok dan dukungan sosial olahraga Madrasah Tsanawiyah peneliti menggunakan analisis jalur.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

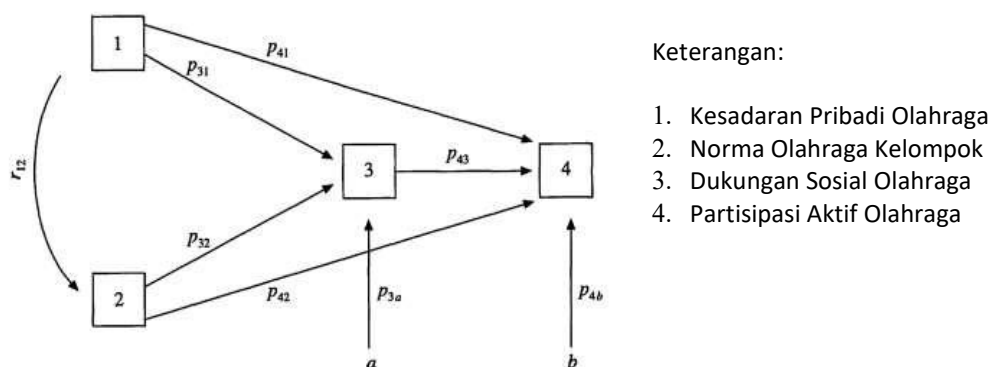
Berikut ini hasil analisis pendahuluan dengan uji korelasi:

Tabel 1: Matriks Korelasi Antar Variabel

|                  | Kesadaran Pribadi | Norma Kelompok | Dukungan Sosial | Partisipasi Aktif |
|------------------|-------------------|----------------|-----------------|-------------------|
| KesadaranPribadi | 1                 | ,577(**)       | ,599(**)        | ,659(**)          |
|                  | 0                 | 0              | 0               | 0                 |
|                  | 343               | 343            | 343             | 343               |
| NormaKelompok    |                   | 1              | ,487(**)        | ,941(**)          |
|                  |                   | 0              | 0               | 0                 |
|                  |                   | 343            | 343             | 343               |
| DukunganSosial   |                   |                | 1               | ,553(**)          |
|                  |                   |                | 0               | 0                 |
|                  |                   |                | 343             | 343               |
| PartisipasiAktif |                   |                |                 | 1                 |
|                  |                   |                |                 | 0                 |
|                  |                   |                |                 | 343               |

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel analisis pendahuluan, model teoretik yang layak untuk dianalisis lebih lanjut adalah sebagai berikut:



Gambar 1: Model Teoritik Penelitian

### Analisis pertama

Hipotesis pertama pasca uji prasyarat kovariasi yang harus diuji dalam analisis lanjutan ialah: terdapat hubungan yang signifikan antara kesadaran pribadi olahraga dan Norma olahraga kelompok siswa Madrasah Tsanawiyah. Analisis dengan teknik korelasi bivariat. Hasilnya sesuai dengan tabel 1.

Koefisien path untuk hubungan dua variable adalah sama dengan koefisien korelasi yaitu: 0,577. Yang signifikansi pada taraf 0,01. Karena itu diputuskan untuk menolak hipotesis nihil dan menerima hipotesis alternatif. Berdasarkan analisis tersebut, bisa dikemukakan terdapat hubungan yang signifikan antara kesadaran pribadi olahraga dan Norma olahraga kelompok siswa Madrasah Tsanawiyah.

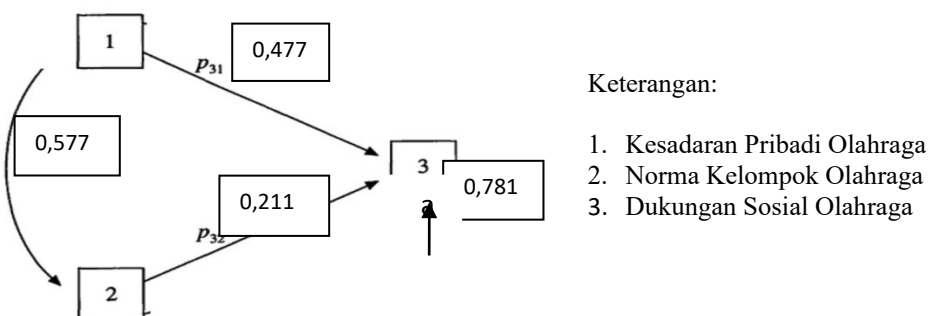
### Analisis Kedua

Hipotesis kedua pasca uji prasyarat kovariasi yang hendak diuji dalam analisis lanjutan adalah: adanya hubungan yang signifikan kesadaran pribadi olahraga dan dukungan sosial olahraga baik secara langsung maupun tidak langsung melalui Norma olahraga kelompok siswa Madrasah Tsanawiyah. Analisis dengan teknik analisis jalur. Hasilnya yaitu:

Tabel 2. Hasil Analisis Hipotesis Kedua

| Model                      | Unstandardized Coefficients |            | Standardized Coefficients | t     | Sig.  |
|----------------------------|-----------------------------|------------|---------------------------|-------|-------|
|                            | B                           | Std. Error | Beta                      |       |       |
| 1 (Constant)               | -7,434                      | 2,805      |                           | -2,65 | 0,008 |
| Kesadaran Pribadi Olahraga | 0,499                       | 0,054      | 0,477                     | 9,188 | 0     |
| Norma kelompok olahraga    | 0,348                       | 0,085      | 0,211                     | 4,073 | 0     |

a Dependent Variable: Dukungan Sosial Olahraga



Gambar 2. Model Hipotesis Kedua

Dari hasil analisis, besarnya R square pada tabel Ringkasan Model adalah 0,389, hal itu menunjukkan besarnya pengaruh X1 dan X2 terhadap X3 adalah sebesar 38,9% sementara sisanya yaitu 61,1% merupakan kontribusi dari variabel-variabel lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian. Sementara itu untuk mencari nilai a maka dapat dicari dengan rumus:

$$a = \sqrt{(1-0,389)} = 0,781$$

Sedangkan pada tabel Koefisien tampak bahwa koefisien jalur ( $\beta$ ) dari kesadaran pribadi olahraga ke dukungan sosial olahraga adalah 0,477. Sedangkan koefisien jalur ( $\beta$ ) dari kesadaran pribadi olahraga ke norma olahraga kelompok adalah 0,577. Kedua koefisien jalur tersebut lebih besar dari 0,05 (Pedhazur, 1997: 807). Karena itu diputuskan untuk menolak hipotesis nihil, dan menerima hipotesis alternatif.

Dengan demikian, bisa dikemukakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan kesadaran pribadi olahraga dan dukungan sosial olahraga baik secara langsung maupun tidak langsung melalui norma olahraga kelompok siswa Madrasah Tsanawiyah.

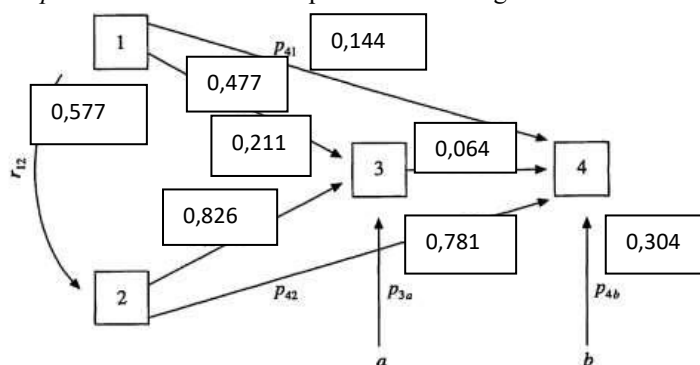
### Analisis Ketiga

Hipotesis ketiga pasca uji prasyarat kovariasi yang hendak diuji dalam analisis lanjutan adalah: Terdapat hubungan yang signifikan antara kesadaran pribadi dan partisipasi aktif olahraga baik secara langsung maupun tidak langsung melalui norma olahraga kelompok dan dukungan sosial olahraga siswa Madrasah Tsanawiyah. Analisis dengan teknik analisis jalur. Hasilnya yaitu:

Tabel 3: Hasil Analisis Hipotesis Ketiga

| Model                    | Unstandardized Coefficients |            | Standardized Coefficients | t      | Sig.  |
|--------------------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|-------|
|                          | B                           | Std. Error | Beta                      |        |       |
| 1 (Constant)             | -2,948                      | 0,675      |                           | -4,368 | 0     |
| Kesadaran Pribadi        | 0,092                       | 0,014      | 0,144                     | 6,376  | 0     |
| Norma olahraga kelompok  | 0,831                       | 0,021      | 0,826                     | 39,89  | 0     |
| Dukungan Sosial Olahraga | 0,039                       | 0,013      | 0,064                     | 3,043  | 0,003 |

a Dependent Variable: Partisipasi Aktif Olahraga



#### Keterangan:

1. Kesadaran Pribadi Olahraga
2. Norma Olahraga Kelompok
3. Dukungan Sosial Olahraga
4. Partisipasi Aktif Olahraga

Gambar 3. Model Hipotesis Ketiga

Dari hasil analisis tersebut, besarnya R square pada tabel Ringkasan Model adalah 0,907, hal itu menunjukkan besarnya pengaruh X1,X2, dan X3 terhadap X4 adalah sebesar 90,7% sementara sisanya yaitu 9,3% merupakan kontribusi dari variabel-variabel lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian. Sementara itu untuk mencari nilai b maka dapat dicari dengan rumus:

$$b = \sqrt{(1-0,907)} = 0,304$$

Sedangkan pada tabel Koefisien tampak bahwa koefisien jalur ( $\beta$ ) dari partisipasi aktif olahraga ke dukungan sosial olahraga adalah 0,064. Koefisien

jalur ( $\beta$ ) dari partisipasi aktif olahraga ke norma olahraga kelompok adalah 0,826. Sedangkan koefisien jalur ( $\beta$ ) dari partisipasi aktif olahraga ke kesadaran pribadi olahraga adalah 0,144. Ketiga koefisien jalur tersebut lebih besar dari 0,05 (Pedhazur, 1997). Dengan demikian, bisa dikemukakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesadaran pribadi olahraga dan partisipasi aktif olahraga baik secara langsung maupun tidak langsung melalui Norma olahraga kelompok dan dukungan sosial olahraga siswa Madrasah Tsanawiyah.

### **Pembahasan**

Temuan dalam penelitian ini telah menyederhanakan model teoretik berdasarkan data empirik, tentang hubungan dukungan sosial olahraga, norma olahraga kelompok, kesadaran pribadi olahraga dan partisipasi aktif olahraga siswa Madrasah Tsanawiyah. Berdasarkan analisis yang sudah dilakukan untuk menguji kebenaran hipotesis yang sudah dibuat maka didapat beberapa fakta yaitu:

(1) Terdapat hubungan yang signifikan antara kesadaran pribadi olahraga dan norma olahraga kelompok siswa Madrasah Tsanawiyah, hal itu bisa diketahui dari uji korelasi keduanya sebesar 0,577. Karena nilainya lebih besar dari signifikansi korelasi 0,01 maka dukungan sosial olahraga dan norma olahraga kelompok dinyatakan berhubungan kuat.

(2) Terdapat hubungan yang signifikan kesadaran pribadi olahraga dan dukungan sosial olahraga baik secara langsung maupun tidak langsung melalui norma olahraga kelompok siswa Madrasah Tsanawiyah. Secara langsung hubungan antara dukungan sosial olahraga dan kesadaran pribadi olahraga begitu kuat, hal itu diketahui dari hasil analisisnya sebesar 0,477. Sedangkan secara tidak langsung hubungan antara kesadaran pribadi olahraga dan dukungan sosial olahraga melalui norma olahraga kelompok justru lebih kecil, hal itu diketahui dari hasil analisisnya sebesar 0,121. Dengan begitu jumlah total pengaruh secara langsung maupun tidak langsung antara dukungan sosial olahraga dan kesadaran pribadi melalui norma olahraga kelompok adalah sebesar 0,598.

(3) Terdapat hubungan yang signifikan antara kesadaran pribadi olahraga dan partisipasi aktif olahraga baik secara langsung maupun tidak langsung melalui norma olahraga kelompok dan dukungan sosial olahraga siswa Madrasah

Tsanawiyah. Secara langsung hubungan antara kesadaran pribadi olahraga dan partisipasi aktif olahraga begitu kuat, hal itu diketahui dari hasil analisisnya sebesar 0,064. Sedangkan secara tidak langsung hubungan antara kesadaran pribadi dan partisipasi aktif melalui norma olahraga kelompok dan dukungan sosial olahraga justru lebih besar, hal itu diketahui dari hasil analisisnya sebesar 0,514. Dengan begitu jumlah total pengaruh secara langsung maupun tidak langsung antara kesadaran pribadi olahraga dan partisipasi aktif melalui norma olahraga kelompok dan dukungan sosial olahraga adalah sebesar 0,578.

## SIMPULAN

Beberapa kesimpulan berhasil ditetapkan dalam penelitian ini. Masing-masing adalah 1) Terbukti bahwa semakin tinggi kesadaran pribadi maka akan semakin tinggi pula norma olahraga kelompok yang terbentuk pada siswa Madrasah Tsanawiyah, 2) Terdapat fakta bahwa semakin tinggi kesadaran pribadi maka akan semakin tinggi tingkat dukungan sosial olahraga baik secara langsung maupun tidak langsung melalui norma olahraga kelompok siswa Madrasah Tsanawiyah, 3) Terdapat fakta bahwa semakin tinggi kesadaran pribadi maka akan semakin tinggi pula tingkat partisipasi aktif olahraga baik secara langsung maupun tidak langsung melalui norma olahraga kelompok, dan dukungan sosial olahraga siswa Madrasah Tsanawiyah.

## DAFTAR RUJUKAN

- Bronfenbrenner, U. (2009). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design* - Urie Bronfenbrenner - Google Buku. Retrieved July 17, 2022, from Harvard University Press website: [https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=OCmbzWka6xUC&oi=fnd&pg=PA3&dq=bronfenbrenner+1979&ots=yzO1J\\_Ysf7&sig=pBrstSjxZgWrzshtEpgFwr\\_M-lg&redir\\_esc=y#v=onepage&q=bronfenbrenner+1979&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=OCmbzWka6xUC&oi=fnd&pg=PA3&dq=bronfenbrenner+1979&ots=yzO1J_Ysf7&sig=pBrstSjxZgWrzshtEpgFwr_M-lg&redir_esc=y#v=onepage&q=bronfenbrenner+1979&f=false)
- Carron, M., Veronese, S., Gomiero, W., Foletto, M., Nitti, D., Ori, C., & Freo, U. (2012). Hemodynamic and hormonal stress responses to endotracheal tube and proseal laryngeal mask airwaytm for laparoscopic gastric banding. *Anesthesiology*, 117(2), 309–320. <https://doi.org/10.1097/ALN.0b013ef31825b6a80>
- Erickson, K. I., Leckie, R. L., & Weinstein, A. M. (2014). Physical activity, fitness, and gray matter volume. *Neurobiology of Aging*, 35(SUPPL.2), S20–S28. <https://doi.org/10.1016/J.NEUROBIOLAGING.2014.03.034>

- Eski Tolga, Feray Ozbal Ayse, Y. D. (2020). Cypriot Journal of Educational. *Cypriot Journal of Education*, 15(1), 65–72.
- Feeney, B. C., & Collins, N. L. (2014). A New Look at Social Support. <http://dx.doi.org/10.1177/1088868314544222>, 19(2), 113–147. <https://doi.org/10.1177/1088868314544222>
- Güngör, N. K. (2014). Overweight and Obesity in Children and Adolescents. *Journal of Clinical Research in Pediatric Endocrinology*, 6(3), 129. <https://doi.org/10.4274/JCRPE.1471>
- Hockings, P. (2015). Introduction: Style among Visual Anthropologists. <https://doi.org/10.1080/08949468.2015.1014271>, 28(3), 189–198. <https://doi.org/10.1080/08949468.2015.1014271>
- Horne, C., Dodoo, N. D., & Dodoo, F. N. A. (2018). The Conditionality of Norms: The Case of Bridewealth: <https://doi.org/10.1177/0190272518804532>, 81(4), 319–339. <https://doi.org/10.1177/0190272518804532>
- Hupin, D., Roche, F., Gremeaux, V., Chatard, J. C., Oriol, M., Gaspoz, J. M., ... Edouard, P. (2015). Even a low-dose of moderate-to-vigorous physical activity reduces mortality by 22% in adults aged  $\geq 60$  years: a systematic review and meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine*, 49(19), 1262–1267. <https://doi.org/10.1136/BJSPORTS-2014-094306>
- Jewett, R., Sabiston, C. M., Brunet, J., O'Loughlin, E. K., Scarapicchia, T., & O'Loughlin, J. (2014). School Sport Participation During Adolescence and Mental Health in Early Adulthood. *Journal of Adolescent Health*, 55(5), 640–644. <https://doi.org/10.1016/J.JADOHEALTH.2014.04.018>
- Johnson, M. B. (2012). Experimental test of social norms theory in a real-world drinking environment. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 73(5), 851–859. <https://doi.org/10.15288/jsad.2012.73.851>
- Johnston, M. P. (2014). Secondary Data Analysis: A Method of which the Time Has Come. *Qualitative and Quantitative Methods in Libraries*, 3(3), 619–626. Retrieved from <https://www.qqml-journal.net/index.php/qqml/article/view/169>
- Jurak, G., Morrison, S. A., Leskošek, B., Kovač, M., Hadžić, V., Vodičar, J., ... Starc, G. (2020). Physical activity recommendations during the coronavirus disease-2019 virus outbreak. *Journal of Sport and Health Science*, 9(4), 325. <https://doi.org/10.1016/J.JSHS.2020.05.003>
- Kleinert, J., Ohlert, J., Carron, B., Eys, M., Feltz, D., Harwood, C., ... Sulprizio, M. (2012). Group dynamics in sports: An overview and recommendations on diagnostic and intervention. *Sport Psychologist*, 26(3), 412–434. <https://doi.org/10.1123/tsp.26.3.412>
- Mammen, G., & Faulkner, G. (2013). Physical Activity and the Prevention of Depression: A Systematic Review of Prospective Studies. *American Journal of Preventive Medicine*, 45(5), 649–657. <https://doi.org/10.1016/J.AMEPRE.2013.08.001>
- Martin, L., Bruner, M., Eys, M., & Spink, K. (2014). The social environment in

- sport: selected topics. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 7(1), 87–105. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2014.885553>
- Mitchell, R. (2013). Is physical activity in natural environments better for mental health than physical activity in other environments? *Social Science & Medicine*, 91, 130–134. <https://doi.org/10.1016/J.SOCSCIMED.2012.04.012>
- Nicholson, A. N. (2017). Wakefulness, Awareness and Consciousness. *The Neurosciences and the Practice of Aviation Medicine*, 1–14. <https://doi.org/10.1201/9781315238166-1>
- Oja, P., Titze, S., Kokko, S., Kujala, U. M., Heinonen, A., Kelly, P., ... Foster, C. (2015). Health benefits of different sport disciplines for adults: systematic review of observational and intervention studies with meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine*, 49(7), 434–440. <https://doi.org/10.1136/BJSPORTS-2014-093885>
- Pedhazur, E. J. (1997). Multiple Regression in Behavioral Research; Explanation and Prediction. In *Journal of the American Statistical Association* (Vol. 70).
- Reiner, M., Niermann, C., Jekauc, D., & Woll, A. (2013). Long-term health benefits of physical activity - A systematic review of longitudinal studies. *BMC Public Health*, 13(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-813/FIGURES/1>
- Rosidi, S. (2022). *MODEL TEORETIK PARTISIPASI OLAHRAGA : Pengantar Menuju Pemilahan , Pendalaman dan Pemilihan Teori Biologis Partisipasi Olahraga.*
- Saputro, Y. D. (2018). Survei Tingkat Kebugaran Jasmani pada Siswa Putri Kelas VIII Mts Surya Buana Malang Tahun Pelajaran 2017/2018. *JP.JOK (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 1(2), 92–101. <https://doi.org/10.33503/JPJOK.V1I2.170>
- Sekretariat Kabinet Republik Indonesia | Indonesia Kini Miliki Desain Besar Olahraga Nasional. (n.d.). Retrieved April 13, 2022, from <https://setkab.go.id/indonesia-kini-miliki-desain-besar-olahraga-nasional/>
- Taylor, S. E., Sherman, D. K., Kim, H. S., Jarcho, J., Takagi, K., & Dunagan, M. S. (2004). Culture and social support: Who seeks it and why? *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(3), 354–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.87.3.354>
- Wang, C.K.J., Lim, B.S.C., Wee, L.S., Soon, F. M. (2011). *Development Of An Inventory For Measuring Sporting Culture.*
- Wen, C. P., Wai, J. P. M., Tsai, M. K., Yang, Y. C., Cheng, T. Y. D., Lee, M. C., ... Wu, X. (2011). Minimum amount of physical activity for reduced mortality and extended life expectancy: a prospective cohort study. *The Lancet*, 378(9798), 1244–1253. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(11\)60749-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(11)60749-6)
- Widaman, K. F., Little, T. D., Preacher, K. J., & Sawalani, G. M. (2010). On creating and using short forms of scales in secondary research. *Secondary Data Analysis: An Introduction for Psychologists.*, 39–61. <https://doi.org/10.1037/12350-003>

Zagzebski, L. (2017). What is Knowledge? *The Blackwell Guide to Epistemology*, 92–116. <https://doi.org/10.1002/9781405164863.CH3>

Zeman, A. (2004). Theories of visual awareness. *Progress in Brain Research*, 144, 321–329. [https://doi.org/10.1016/S0079-6123\(03\)14422-6](https://doi.org/10.1016/S0079-6123(03)14422-6)