

Analisis Motivasi dan Hambatan Pegawai Puskesmas Rawat Inap Permata Sukarame Melakukan Aktivitas Kebugaran Jasmani Dan Pengukurannya (Studi Kualitatif Berdasarkan Teori Determinasi Diri) = Analysis of Motivation and Barriers of Puskesmas Rawat Inap Permata Sukarame Employees Doing Physical Fitness Activities and Their Measurement (Qualitative Study Based on Self Determination Theory)

Henny Arida Purba, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920524505&lokasi=lokal>

---

Abstrak

Berdasarkan data pengukuran kebugaran pegawai dengan metode Rockport dari program Kesehatan Olahraga Puskesmas Rawat Inap Permata Sukarame Tahun 2020, didapatkan hasil Vo2Max pegawai dengan 34% kategori cukup dan 66% kategori kurang dan tidak ditemukan hasil Vo2Max kategori baik. Kondisi jasmani yang bugar memberikan dampak positif pada tenaga kerja antara lain menciptakan produktivitas kerja yang optimal begitu juga dengan sebaliknya. Penelitian ini dirancang dengan pendekatan penelitian kualitatif, desain studi fenomenologi. Hasil penelitian ini adalah adanya ditemukan motivasi intrinsik informan yang melakukan pengukuran kebugaran jasmani yaitu adanya ketertarikan pada kegiatan tersebut yang memberikan efek positif bagi kesehatan. Informan juga merasa mendapatkan penyegaran di luar dari rutinitas sehari-hari, serta perlunya kesadaran penulis tentang arti pentingnya kebugaran jasmani. Untuk motivasi ekstrinsik pegawai yaitu: penghargaan, pengawasan, tanggung jawab, hubungan pribadi, kondisi kerja serta kebijakan dan administrasi tempat kerja. Kondisi tubuh tidak fit, cuaca, kekurangan waktu dan keluarga menjadi hambatan dalam pengukuran kebugaran jasmani. Dapat diartikan bahwa untuk mendapatkan hasil pengukuran kebugaran jasmani yang optimal, diperlukan minat berupa hobi dan ketertarikan, tantangan serta tanggung jawab yang berupa kesadaran diri yang berasal dari motivasi intrinsik. Untuk motivasi ekstrinsik, diperlukan penghargaan, pengawasan, hubungan antar pribadi, kondisi tempat kerja serta kebijakan dan administrasi. Terdapat juga hambatan lingkungan sosial dan lingkungan fisik yang menghambat seseorang melakukan pengukuran kebugaran jasmani. kondisi kerja serta kebijakan dan administrasi tempat kerja. Kondisi tubuh tidak fit, cuaca, kekurangan waktu dan keluarga menjadi hambatan dalam pengukuran kebugaran jasmani. Dapat diartikan bahwa untuk mendapatkan hasil pengukuran kebugaran jasmani yang optimal, diperlukan minat berupa hobi dan ketertarikan, tantangan serta tanggung jawab yang berupa kesadaran diri yang berasal dari motivasi intrinsik. Untuk motivasi ekstrinsik, diperlukan penghargaan, pengawasan, hubungan antar pribadi, kondisi tempat kerja serta kebijakan dan administrasi. Terdapat juga hambatan lingkungan sosial dan lingkungan fisik yang menghambat seseorang melakukan pengukuran kebugaran jasmani. Dapat diartikan bahwa untuk mendapatkan hasil pengukuran kebugaran jasmani yang optimal, diperlukan minat

berupa hobi dan ketertarikan, tantangan serta tanggung jawab yang berupa kesadaran diri yang berasal dari motivasi intrinsik. Untuk motivasi ekstrinsik, diperlukan penghargaan, pengawasan, hubungan antar pribadi, kondisi tempat kerja serta kebijakan dan administrasi. Terdapat juga hambatan lingkungan sosial dan lingkungan fisik yang menghambat seseorang melakukan pengukuran kebugaran jasmani. Dapat diartikan bahwa untuk mendapatkan hasil pengukuran kebugaran jasmani yang optimal, diperlukan minat berupa hobi dan ketertarikan, tantangan serta tanggung jawab yang berupa kesadaran diri yang berasal dari motivasi intrinsik. Untuk motivasi ekstrinsik, diperlukan penghargaan, pengawasan, hubungan antar pribadi, kondisi tempat kerja serta kebijakan dan administrasi. Terdapat juga hambatan lingkungan sosial dan lingkungan fisik yang menghambat seseorang melakukan pengukuran kebugaran jasmani. kondisi tempat kerja serta kebijakan dan administrasi. Terdapat juga hambatan lingkungan sosial dan lingkungan fisik yang menghambat seseorang melakukan pengukuran kebugaran jasmani. kondisi tempat kerja serta kebijakan dan administrasi. Terdapat juga hambatan lingkungan sosial dan lingkungan fisik yang menghambat seseorang melakukan pengukuran kebugaran jasmani.

.....Berdasarkan data pengukuran kebugaran pegawai dengan menggunakan metode rockport dari program Kesehatan Olahraga Puskesmas Rawat Inap Permata Sukarame Tahun 2020 diperoleh hasil Vo2Max pegawai dengan kategori cukup sebesar 34% dan kategori kurang sebesar 66% dan tidak ditemukan hasil Vo2Max yang baik kategori. Kondisi fisik yang fit memberikan dampak positif bagi tenaga kerja, antara lain menciptakan produktivitas kerja yang optimal dan sebaliknya. Penelitian ini dirancang dengan pendekatan penelitian kualitatif dengan desain studi kasus. Hasil penelitian ini menemukan bahwa terdapat motivasi intrinsik informan untuk mengukur kebugaran jasmani yaitu minat terhadap aktivitas tersebut yang berdampak positif bagi kesehatan. Informan juga merasa mendapat penyegaran di luar rutinitas sehari-hari, serta perlunya kesadaran diri oleh karyawan tentang pentingnya kebugaran jasmani. Untuk motivasi ekstrinsik karyawan yaitu: penghargaan, pengawasan, tanggung jawab, hubungan pribadi, kondisi kerja dan kebijakan dan administrasi tempat kerja. Kondisi tubuh yang tidak fit, cuaca, kurangnya waktu dan keluarga menjadi kendala dalam mengukur kebugaran jasmani. Dapat disimpulkan bahwa untuk memperoleh hasil pengukuran kebugaran jasmani yang optimal diperlukan minat berupa hobi dan minat, tantangan dan tanggung jawab berupa kesadaran diri yang bersumber dari motivasi intrinsik. Untuk motivasi ekstrinsik, diperlukan rasa hormat, pengawasan, hubungan interpersonal, kondisi kerja dan kebijakan serta administrasi.