

## MINAT KARYAWAN RS BETHESDA UNTUK MENGGUNAKAN FASILITAS OLAHRAGA DI *GYM AND AEROBIC* RS BETHESDA

### *THE INTEREST OF BETHESDA'S EMPLOYEES TOWARDS USING OF GYM AND AEROBIC SPORT FACILITY IN BETHESDA HOSPITAL*

Oleh: Maharani Pangestu Eka Saputri, PKR, ranipangestueka@gmail.com

#### **Abstrak**

Fasilitas *gym* dan *aerobic* di rumah sakit Bethesda belum dimanfaatkan dengan baik oleh karyawan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui minat karyawan rumah sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic* rumah sakit Bethesda Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengambilan data menggunakan angket. Populasi dalam penelitian ini adalah karyawan di RS Bethesda Yogyakarta yang berjumlah 270 orang. Instrumen yang digunakan adalah angket. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk persentase. Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa minat karyawan rumah sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic* rumah sakit Bethesda Yogyakarta berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 1,89% (4 orang), “rendah” sebesar 34,91% (74 orang), “sedang” sebesar 33,96% (72 orang), “tinggi” sebesar 22,17% (47 orang), dan “sangat tinggi” sebesar 7,08% (15 orang).

Kata Kunci: *minat, karyawan bethesda, fasilitas olahraga*

#### **Abstract**

Gym and Aerobic facility in *Bethesda* Hospital is not well utilized yet for the employees. The objective of this research is to understand the interest of *Bethesda's* employees towards using of Gym and Aerobic sport facility in *Bethesda* Hospital, *Yogyakarta*. This research is a descriptive research. Data collecting technique used is a survey by using questionnaire. Population of this research is the employees of *Bethesda* Hospital, *Yogyakarta* which are 270 people. The instrument used is a questionnaire. Data analyzing technique used is a descriptive-quantitative analysis presented in the form of the percentage. As a result, this research concludes that the interest of *Bethesda's* employees towards using of Gym and Aerobic sport Facility in *Bethesda* Hospital, *Yogyakarta* can be described into several categories which are “very low” of 1,89% (4 people), “low” of 34,91% (74 people), “medium” of 33,96% (72 people), “high” of 22,17% (47 people), and “very high” of 7,08% (15 people).

Keywords: *interest, Bethesda employees, sport facility*

## Pendahuluan

Pada saat ini banyak masyarakat mulai sadar akan bahaya kegemukan dan adanya kecenderungan (*trend*) mode yang mengagungkan tubuh langsing menyebabkan banyak orang berlomba-lomba mencari upaya bagaimana cara menjaga tubuh dengan berolahraga. Olahraga menjadi salah satu cara bagi seseorang dalam menjaga bahkan membentuk tubuh. Masyarakat sangat dimudahkan dalam pengembangan kesehatan, fasilitas olahraga sangat banyak bermunculan, dan pemerintah juga mendukung dengan mencanangkan olahraga sebagai kebutuhan khusus pada setiap instansi, misalnya di sekolah-sekolah, perkantoran, perusahaan, rumah sakit dan lain-lain.

Rumah Sakit sebagai salah satu fasilitas pelayanan kesehatan memiliki peran yang sangat strategis dalam upaya mempercepat peningkatan derajat kesehatan masyarakat Indonesia. Rumah Sakit adalah suatu bagian menyeluruh dari organisasi dan medis, berfungsi memberikan pelayanan kesehatan lengkap kepada masyarakat baik kuratif maupun rehabilitatif. Rumah Sakit menjangkau pelayanan keluarga dan lingkungan, selain itu merupakan pusat pelatihan tenaga kesehatan serta untuk penelitian biososial.

Fungsi Rumah Sakit juga merupakan pusat pelayanan rujukan medis spesialisik dan subspecialistik dengan fungsi utama menyediakan dan menyelenggarakan upaya kesehatan yang bersifat kuratif dan rehabilitasi pasien. Sesuai dengan fungsi utamanya tersebut perlu pengaturan sedemikian rupa sehingga rumah sakit mampu memanfaatkan sumber daya yang dimiliki dengan efektif dan efisien.

Sumber daya manusia yang berada di Rumah Sakit juga berpengaruh terhadap peningkatan kinerja suatu rumah sakit itu

sendiri, pelayanan kesehatan untuk masyarakat seharusnya dimulai dari karyawan Rumah Sakit. Karyawan yang bekerja di suatu Rumah Sakit, juga harus paham akan kesehatan dan bagaimana menjaga kesehatannya. Karyawan kesehatan seharusnya lebih mengetahui kesehatan dan lebih mengerti akan kesadaran tentang kesehatan.

Rumah Sakit Bethesda terletak di JL. Jendral Sudirman no. 70 Daerah Istimewa Yogyakarta. Salah satu peran Rumah Sakit Bethesda yakni, sebagai wahana pelayanan dan peningkatan kesejahteraan karyawan. Hal ini dibuktikan dengan berbagai fasilitas yang didapatkan karyawan seperti asuransi, Jamsostek (jaminan sosial tenaga kerja), klinik kecantikan yang berdasar pada kesehatan bernama *womens health clinic* serta juga terdapat pelayanan kebugaran yaitu fasilitas tempat *gym* dan senam *aerobic* untuk karyawan Rumah Sakit Bethesda. Rumah Sakit Bethesda tidak hanya melayani upaya kesehatan yang bersifat kuratif dan rehabilitasi, tetapi juga upaya kesehatan yang bersifat preventif. Fasilitas seperti klinik kecantikan serta tempat *gym* dan senam *aerobic* di Rumah Sakit Bethesda diperuntukan masyarakat dan dikhususkan untuk karyawan Rumah Sakit Bethesda.

*Gym and Aerobic* RS Bethesda dibuka mulai bulan Oktober 2015 bertempat di gedung *womens health clinic* Rumah Sakit Bethesda, tepatnya di gedung poliklinik lantai 3. Di *Gym and Aerobic* RS Bethesda juga memfasilitasi senam *aerobic* dan *body language*. Agar dapat menikmati fasilitas *Gym and Aerobic* RS Bethesda masyarakat dikenakan tarif tertentu, untuk karyawan Rumah Sakit Bethesda mendapat keuntungan karena mendapat potongan harga, dan gratis untuk fasilitas senam *aerobic* dibandingkan masyarakat umum.

## Minat Karyawan RS Bethesda....(Maharani Pangestu Eka Saputri)

Penulis telah melakukan observasi selama kurang lebih dua bulan di *Gym and Aerobic* RS Bethesda. Penulis merasa ada kesenjangan antara peran suatu rumah sakit dalam mewujudkan peningkatan kesejahteraan karyawan dengan karyawan itu sendiri. Dalam praktiknya, karyawan yang telah di fasilitasi tempat untuk berolahraga ternyata hanya sedikit yang mengikuti aktivitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda. Selama observasi dan magang di *Gym and Aerobic* RS Bethesda karyawan yang datang untuk melakukan aktivitas olahraga dalam satu hari kurang dari 20 karyawan. Dari keadaan yang seperti ini, peneliti ingin mengetahui seberapa besar minat karyawan RS Bethesda terhadap aktivitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda.

Berdasarkan kondisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa minat karyawan RS Bethesda terhadap aktivitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda masih kurang. Faktor yang mempengaruhi minat juga belum diketahui, faktor apa saja yang dapat mempengaruhi minat seseorang. Minat tidak dibawa sejak lahir, melainkan diperoleh dari hasil pengamatan, kemudian menumbuhkan dorongan untuk berpartisipasi. Minat pada sesuatu dipelajari dan mempengaruhi belajar selanjutnya serta mempengaruhi penerimaan minat-minat baru. Minat timbul dalam diri seseorang untuk memerhatikan, menerima dan melakukan sesuatu tanpa ada yang menyuruh dan sesuatu itu dinilai penting atau berguna bagi dirinya. Minat juga sangat mempengaruhi hasil belajar seseorang (Rohman Halim, 2013). Minat tidak hanya diekspresikan melalui pernyataan yang menunjukkan bahwa seseorang lebih menyukai sesuatu dari pada yang lainnya, tetapi juga dapat diimplementasikan melalui partisipasi aktif dalam suatu kegiatan. Seseorang yang berminat pada aktivitas olahraga, khususnya di

*Gym and Aerobic* RS Bethesda cenderung untuk memberikan perhatian yang lebih besar pada olahraga yang diminati itu dan sama sekali tidak menghiraukan sesuatu yang lain.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, penulis akan melakukan penelitian tentang minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.

### Metode Penelitian

#### Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu, tetapi hanya menggambarkan “apa adanya” tentang sesuatu variabel, gejala atau keadaan”. Metode yang digunakan adalah survei teknik pengumpulan data menggunakan angket.

#### Target/Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan di Rumah Sakit Bethesda yang berjumlah 1200 orang. Menurut Sugiyono (2007: 86) menentukan ukuran sampel menggunakan tabel yang dikembangkan dari Isaac dan Michael untuk kesalahan 5%. Dari tabel penentuan sampel untuk jumlah populasi 1200 kesalahan 5% yaitu 270, jadi sampel dalam penelitian ini berjumlah 270 orang. Prosedur pengambilan sampel dengan cara membagi rata sampel dari keseluruhan unit sejumlah 20 unit RS Bethesda, masing-masing unit 10-11 orang, sehingga mencapai jumlah 270 orang.

#### Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan adalah angket tertutup. Menurut Suharsimi Arikunto (2002: 102-103), angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda

check list (√) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat.

Skala bertingkat dalam angket ini menggunakan modifikasi skala *likert* dengan 4 pilihan jawaban. Butir pertanyaan dalam angket yang akan digunakan untuk memperoleh data mengenai minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda. Kemudian penelitian melakukan validasi ahli/*expert judgment*. Dosen validasi dalam penelitian ini yaitu: (1) Bapak Yudik Prasetyo, M.Kes, (2) Dr. Widiyanto, M.Kes.

Analisis butir soal dalam angket ini menggunakan rumus *Pearson product moment*. Butir valid jika  $r$  hitung >  $r$  tabel ( $df$  30= 0,349). Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa terdapat satu butir gugur, yaitu butir nomor 31, sehingga terdapat 46 butir valid untuk penelitian.

Pengujian reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Rumus *Alpha Cronbach*. Reliabilitas instrumen angket dalam penelitian ini yaitu sebesar 0,991.

**Teknik Analisis Data**

Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase. Dengan rumus sebagai berikut (Anas Sudijono, 2006: 40):

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

Menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) pada tabel 1 sebagai berikut:

**Tabel 1.** Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 SD > X$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Tinggi
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Rendah
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Rendah

Keterangan:

$M$  : Nilai rata-rata (*Mean*)

$X$  : Skor

$SD$  : *Standar Deviasi*

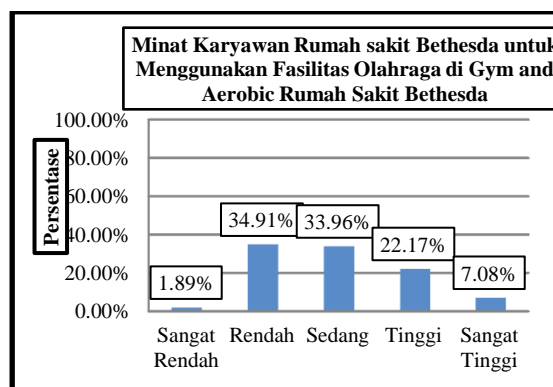
**Hasil Penelitian Dan Pembahasan**

**Hasil Penelitian**

Minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda yang diungkapkan dengan angket yang berjumlah 46 butir, dan terbagi dalam dua faktor, yaitu faktor internal dan eksternal.

Distribusi frekuensi data hasil penelitian tentang minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda didapat skor terendah 115,0, skor tertinggi 170,0, rerata 138,75, nilai tengah 137,0, nilai yang sering muncul 130,0, SD 11,89.

Minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda dapat disajikan pada gambar 2 sebagai berikut:



**Gambar 1.** Diagram Batang Minat Karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk Menggunakan Fasilitas Olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda

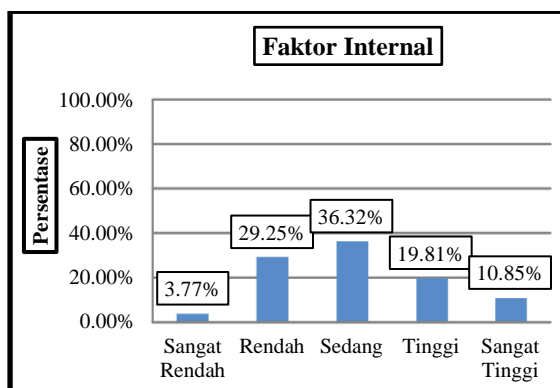
## Minat Karyawan RS Bethesda....(Maharani Pangestu Eka Saputri)

Berdasarkan gambar 1 di atas menunjukkan bahwa minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 1,89% (4 orang), “rendah” sebesar 34,91% (74 orang), “sedang” sebesar 33,96% (72 orang), “tinggi” sebesar 22,17% (47 orang), dan “sangat tinggi” sebesar 7,08% (15 orang). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 138,75 minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda dalam kategori “sedang”.

### 1. Faktor Internal

Hasil penelitian tentang minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda berdasarkan faktor internal didapat skor terendah (*minimum*) 39,0, skor tertinggi (*maksimum*) 71,0, rerata (*mean*) 55,85, nilai tengah (*median*) 54,0, nilai yang sering muncul (*mode*) 52,0, *standar deviasi* (SD) 16,79.

Minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda berdasarkan faktor internal dapat disajikan pada gambar 2 sebagai berikut:



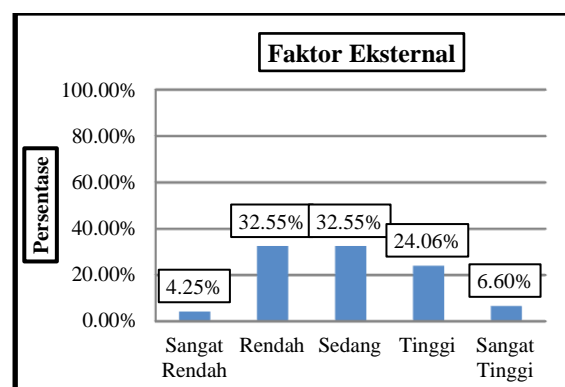
**Gambar 2.** Diagram Batang Berdasarkan Faktor Internal

Berdasarkan gambar 2 di atas menunjukkan bahwa minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda berdasarkan faktor internal berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 3,77% (8 orang), “rendah” sebesar 29,25% (62 orang), “sedang” sebesar 36,32% (77 orang), “tinggi” sebesar 19,81% (42 orang), dan “sangat tinggi” sebesar 10,85% (23 orang). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 55,85 minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda berdasarkan faktor internal dalam kategori “sedang”.

### 2. Faktor Eksternal

Hasil penelitian tentang minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda berdasarkan faktor eksternal didapat skor terendah (*minimum*) 66,0, skor tertinggi (*maksimum*) 104,0, rerata (*mean*) 82,89, nilai tengah (*median*) 83,0, nilai yang sering muncul (*mode*) 83,0, *standar deviasi* (SD) 7,41.

Minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda berdasarkan faktor eksternal dapat disajikan pada gambar 3 sebagai berikut:



**Gambar 3.** Diagram Batang Berdasarkan Faktor Eksternal

Berdasarkan gambar 3 di atas menunjukkan bahwa minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda berdasarkan faktor eksternal berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,25% (9 orang), “rendah” sebesar 32,55% (69 orang), “sedang” sebesar 32,55% (69 orang), “tinggi” sebesar 24,06% (51 orang), dan “sangat tinggi” sebesar 6,60% (14 orang). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 82,89 minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda berdasarkan faktor eksternal dalam kategori “sedang”.

### **Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda berdasarkan faktor internal dan eksternal. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda masuk dalam kategori sedang. Paling tinggi minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda berada pada kategori “rendah” sebesar 34,91% (74 orang). Hal ini dikarenakan karyawan Rumah Sakit Bethesda sebagian besar adalah ibu rumah tangga yang memiliki kewajiban mengurus rumah tangga selain sebagai karyawan Rumah Sakit Bethesda. Para karyawan Rumah Sakit Bethesda memiliki jam kerja yang cukup panjang, rata-rata satu *shift* jam kerja sekitar 7 jam tiap harinya sehingga sudah terlalu lelah mengurus pasien.

Maslow dalam Slameto (2013: 47) berpandangan bahwa, manusia memiliki kebutuhan. Manusia adalah makhluk yang

memiliki keinginan. Setiap keinginan yang telah terpenuhi, maka keinginan lainnya akan timbul. Atas dasar kebutuhan manusia, Maslow membagi kebutuhan manusia menjadi 5 yaitu: (1) Kebutuhan fisik; (2) Kebutuhan memiliki rasa aman; (3) Kebutuhan sosial; (4) Kebutuhan akan penghargaan; dan (5) Kebutuhan aktualisasi diri. Kelima kebutuhan tersebut bersifat hierarkhis. Artinya kebutuhan yang lebih tinggi akan terpenuhi apabila kebutuhan yang lebih rendah telah terpenuhi. Minat seseorang juga dipengaruhi oleh kebutuhan. Sebagai contoh, minat seseorang dalam menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda merupakan kebutuhan aktualisasi diri yang bertujuan untuk mengembangkan potensinya dan pemenuhan diri.

Minat tidak dibawa sejak lahir, melainkan diperoleh dari hasil pengamatan, kemudian menumbuhkan dorongan untuk berpartisipasi. Minat pada sesuatu dipelajari dan mempengaruhi belajar selanjutnya serta mempengaruhi penerimaan minat-minat baru. Minat timbul dalam diri seseorang untuk memerhatikan, menerima dan melakukan sesuatu tanpa ada yang menyuruh dan sesuatu itu dinilai penting atau berguna bagi dirinya. Minat juga sangat mempengaruhi hasil belajar seseorang (Rohman Halim, 2013). Minat tidak hanya diekspresikan melalui pernyataan yang menunjukkan bahwa seseorang lebih menyukai sesuatu dari pada yang lainnya, tetapi juga dapat diimplementasikan melalui partisipasi aktif dalam suatu kegiatan. Seseorang yang berminat pada aktivitas olahraga, khususnya di *Gym and Aerobic* RS Bethesda cenderung untuk memberikan perhatian yang lebih besar pada olahraga yang diminati itu dan sama sekali tidak menghiraukan sesuatu yang lain.

Karyawan laki-laki Rumah Sakit Bethesda merasa dirugikan oleh jam latihan

yang dibatasi, yaitu hanya boleh menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic* RS Bethesda pada hari Senin, Kamis, dan Minggu dengan membayar biaya yang sama. Alat yang disediakan sudah memadai untuk melatih otot-otot besar, jadi untuk program latihan kesegaran jasmani, penurunan berat badan lebih banyak untuk wanita sudah dapat diaplikasikan, sedangkan alat untuk program pembentukan otot masih kurang seperti *dumbbell set, barbell, bench press flat, leg curl*, sehingga karyawan Rumah Sakit Bethesda laki-laki cenderung memilih tempat yang sudah lengkap peralatannya. Karyawan Rumah Sakit Bethesda yang berada di kantor seperti bagian pendaftaran, diklat, humas, akutansi, maupun sumber daya manusia, terlalu disibukkan dengan pekerjaannya masing-masing. Hal ini dibuktikan dengan penulis tidak dapat melakukan penelitian pada bagian pendaftaran karena terlalu sibuk mengurus antrian pendaftaran yang panjang, dan perizinan penulis melakukan penelitian banyak yang tidak berada di ruangan karena sedang bertugas, harus 2-3 hari untuk menemui para karyawan perkantoran. Jam pelayanan di *Gym and Aerobic RS Bethesda* Yogyakarta dirasa terlalu singkat dibuka pada pukul 06.00 wib dan tutup pukul 18.00 wib, hal ini dibuktikan dengan masukan dan saran dari para *members* untuk menambah jam latihan. *Gym and Aerobic RS Bethesda* Yogyakarta bukan merupakan milik RS Bethesda karena *Gym and Aerobic RS Bethesda* Yogyakarta merupakan milik karyawan *Outsourcing* yang bertempat di RS Bethesda, sedangkan untuk senam *aerobic* merupakan program oleh RS Bethesda dengan menggunakan tempat di *Gym and Aerobic RS Bethesda* Yogyakarta.

Minat secara umum dapat diartikan sebagai rasa tertarik yang ditunjukkan oleh individu kepada suatu objek, baik objek berupa benda hidup maupun benda yang tidak

hidup. Minat adalah suatu rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang menyuruh. Minat dapat diartikan sebagai suatu kondisi yang terjadi apabila seseorang melihat ciri-ciri atau situasi yang dihubungkan dengan keinginan keinginan atau kebutuhan sendiri. Sesuatu yang dilihat seseorang sudah tentu akan membangkitkan minatnya, sejauh yang dilihat itu mempunyai hubungan dengan kepentingannya sendiri. Makin sering minat diekspresikan dalam kegiatan maka semakin kuatlah keinginan seseorang untuk mencapai objek tersebut. Keinginan seseorang timbul dari rasa suka atau senang yang memicu seseorang untuk terus memilikinya atau mempelajarinya. Hal tersebut diikuti oleh perasaan senang dan kecenderungan untuk mencari objek yang disenangi. Minat seseorang merupakan salah satu faktor yang menentukan kesukaan seseorang dengan pekerjaannya.

Setiap orang dalam menjalani kehidupannya sehari-hari tidak terlepas dari aktivitas atau kegiatan masing-masing. Untuk melakukan pekerjaan sehari-hari tersebut dibutuhkan kebugaran jasmani yang baik. Dengan adanya kebugaran jasmani yang baik, diharapkan segala pekerjaan atau kegiatan sehari-hari dapat dilakukan dengan maksimal. Seperti yang diungkapkan oleh Suharjana (2013: 3) kebugaran total (*total fitness*) mencakup multidimensi, yaitu mencakup kebugaran intelektual, sosial, spiritual, dan komponen kebugaran fisik. Lebih lanjut ditambahkan oleh Suharjana (2013) bahwa orang yang bugar secara spiritual biasanya ditandai oleh kedekatan seseorang terhadap sang pencipta. Perilaku ini ditandai dengan (1) menjalankan perintah ajaran agama yang dianutnya dan menjauhkan larangan-larangan, (2) mempunyai semangat dalam bekerja, disiplin, dan tanggungjawab. Berdasarkan

penjelasan tersebut, jelaslah bahwa orang yang bugar akan dapat lebih semangat dalam melakukan pekerjaannya. Jadi, diharapkan karyawan RS Bethesda meningkatkan kebugarannya, misalnya menggunakan tempat di *Gym and Aerobic RS Bethesda* Yogyakarta.

Minat merupakan sumber motivasi yang mendorong orang untuk melakukan apa yang diinginkan bila bebas memilih. Jika melihat bahwa sesuatu itu menguntungkan, mereka merasa berminat. Bila individu telah mempunyai minat terhadap sesuatu maka perhatiannya akan tumbuh dengan sendirinya tertarik pada objek tersebut. Jadi minat merupakan suatu keadaan dimana seseorang mempunyai perhatian terhadap sesuatu dan disertai dengan adanya kecenderungan untuk melihat atau berhubungan dengan objek tersebut.

Faktor internal merupakan faktor minat yang berasal dalam individu itu sendiri. minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic RS Bethesda* berdasarkan faktor internal berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 3,77% (8 orang), “rendah” sebesar 29,25% (62 orang), “sedang” sebesar 36,32% (77 orang), “tinggi” sebesar 19,81% (42 orang), dan “sangat tinggi” sebesar 10,85% (23 orang). Minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic RS Bethesda* berdasarkan faktor internal yaitu tertarik, perhatian, dan aktivitas.

Faktor eksternal merupakan faktor minat yang berasal luar individu. minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic RS Bethesda* berdasarkan faktor eksternal berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,25% (9 orang), “rendah” sebesar 32,55% (69 orang), “sedang” sebesar 32,55% (69 orang), “tinggi” sebesar 24,06% (51

orang), dan “sangat tinggi” sebesar 6,60% (14 orang). Minat karyawan Rumah Sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic RS Bethesda* berdasarkan faktor eksternal yaitu yaitu keluarga, lingkungan, sarana dan prasarana, kompetensi instruktur, dan pengaturan waktu latihan.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan, bahwa minat karyawan rumah sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic RS Bethesda* berada pada kategori rendah. Apabila dipisahkan berdasarkan faktor internal berada pada kategori sedang dan pada faktor eksternal pada kategori sedang dan rendah.

### **Saran**

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain: (1) Mengembangkan penelitian tentang minat karyawan rumah sakit Bethesda untuk menggunakan fasilitas olahraga di *Gym and Aerobic RS Bethesda* Yogyakarta dengan variabel yang lain, serta menggunakan metode lain, misalnya wawancara. (2) Melakukan pengawasan lebih ketat atau kontrol subjek kepada responden pada saat pengambilan data agar data yang dihasilkan lebih objektif.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Anas Sudijono. (2006). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Grafindo Persada.
- Rohman Halim. (2013). Minat Siswi SMA Dr. Soetomo Surabaya pada Kegiatan Ekstrakurikuler Futsal. *Jurnal*



*Pendidikan Olahraga dan Kesehatan,*  
Volume 01 Nomor 01, 260 – 264.

Slameto. (2013). *Evaluasi Pendidikan*. Jakarta:  
Bumi Aksara.

Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung:  
Alfabeta.

Suharjana. (2013). *Kebugaran Jasmani*.  
Yogyakarta: Jogja Global Media.

Suharsimi Arikunto. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek (edisi Revisi IV)*. Jakarta: Rineka Cipta.