

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Rektor cup merupakan istilah yang digunakan pada salah satu program kerja bidang kemahasiswaan UKM Perbama Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung. Rektor Cup merupakan istilah yang dipakai untuk acara tahunan UKM Perbama Universitas Sunan Gunung Djati Bandung yang diikuti oleh civitas akademik Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung. Istilah Rektor Cup dijadikan program kerja dikarenakan sangat cocok dengan Unit kegiatan mahasiswa persatuan Bulutangkis mahasiswa dikarenakan olahraga bulutangkis memang sering dijadikan ajang perlombaan atau pertandingan di Indonesia, dan olahraga bulutangkis memang memiliki peminat atau penggemar yang sangat banyak. Program kerja Rektor Cup juga dijadikan salah satu media silaturahmi antara seluruh civitas akademik Universitas Islam Negeri Bandung, yang memang persatuan badminton mahasiswa membuat pertandingan bulutangkis untuk civitas akademik yang memiliki hobi bulutangkis. Rektor Cup ini dilakukan di rutin dalam 1 tahun sekali, , (Observasi, 03-02-2024).

Minat terhadap olahraga bulutangkis pada masyarakat kampus sangat besar terutama pada dosen, karyawan, dan mahasiswa yang memang memiliki ketertarikan terhadap bulutangkis, mereka juga bermain di gor kampus setiap hari dengan pembagian jadwal tertentu. Tentunya dengan adanya gor dikampus, itu artinya masyarakat kampus dosen, karyawan, dan mahasiswa memiliki kesempatan dan peluang untuk bermain dan berlatih bulutangkis. Oleh karena itu, adanya pembagian jadwal untuk bermain bulutangkis di gor kampus, itu menandakan bahwasanya antusias dari dosen, karyawan, dan mahasiswa sangat besar untuk bermain bulutangkis. Sedangkan di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung memiliki 8 fakultas, tentunya setiap dosen yang ada di tiap fakultas memiliki minat terhadap bulutangkis. Biasanya dosen bermain dengan karyawan

kampus atau tiap fakultasnya masing-masing. Dan untuk mahasiswa, mereka bisa menyalurkan minat mereka terhadap bulutangkis dengan menjadi anggota UKM Perbama Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, atau mereka juga menjadi penyewa lapangan gor kampus 1 dan itu bisa dilakukan dengan berkomunikasi dengan pihak pengelola gor kampus, tapi karena gor kampus ini dapat disewa untuk siapapun diluar jadwal UKM Perbama dan dosen serta karyawan kampus, artinya mereka akan berebut jadwal untuk dapat bermain di gor kampus, karena memang gor kampus ini terbuka dan sangat memberikan kesempatan bagi siapapun yang ingin bermain bulutangkis di gor kampus.

Dalam mengikuti sebuah pertandingan tentu saja banyak yang harus dipersiapkan, tidak hanya dari peralatan yang memadai tetapi juga dari kondisi tubuhpun perlu di perhatikan. Tidak sedikit dari civitas akademika ataupun atlet bulutangkis Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung yang mengabaikan kesehatan dirinya sebelum mengikuti sebuah pertandingan, artinya kesadaran mereka terhadap kondisi kesehatan diri mereka sebelum mengikuti sebuah pertandingan sangat kurang, tentu hal ini perlu diteliti karena kesehatan fisik dan mental sangat berpengaruh terhadap performa mereka saat pertandingan. Dengan mengetahui tingkat kesadaran kesehatan civitas akademika Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, tentunya akan ada hal-hal untuk mempersiapkan program atau intervensi yang tepat untuk memastikan semua peserta dalam kondisi yang optimal. Ini juga membantu mencegah cedera dan masalah kesehatan lain yang bisa muncul saat pertandingan berlangsung, hasil penelitian ini bisa jadi dasar untuk meningkatkan kualitas kesehatan bagi civitas akademika Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung.

Kesehatan berpengaruh terhadap olahraga bulutangkis karena tubuh yang sehat akan lebih siap untuk menghadapi tantangan fisik yang intens. Sebelum bermain bulutangkis kondisi kesehatan yang baik memastikan otot-otot, jantung, dan sistem bekerja dengan optimal, sehingga resiko cedera atau kelelahan berkurang. Selama bermain bulutangkis, kesehatan yang prima memungkinkan tubuh untuk bergerak cepat, bertahan lama, dan bereaksi dengan baik terhadap gerakan mendadak. Ini juga menjaga konsentrasi dan koordinasi seluruh anggota

tubuh yang krusial dalam permainan bulutangkis. Tanpa kondisi kesehatan yang baik, performa bisa menurun dan rentan terhadap cedera seperti kram otot atau masalah sendi.

Berolahraga merupakan suatu kegiatan yang terukur dan terencana yang bertujuan untuk memperbaiki olah kerja fisik. Bisa dikatakan bahwa perbaikan penampilan fisik dilakukan dengan berbagai tujuan, seperti agar bisa bekerja pada waktu tanpa mengalami kelelahan berlebihan serta tetap mampu menjalankan aktivitas tambahan dalam situasi darurat. Tujuannya untuk memperkuat otot, menjaga kesehatan jantung dan pembuluh darah, serta meningkatkan kapasitas pernapasan. Selain itu, juga berperan dalam memulihkan kondisi fisik setelah mengalami cedera. Semua itu diketahui sebagai olahraga untuk menuju relaksasi dan refleksi. Berdasarkan Sistem Keolahragaan Nasional, olahraga mencakup tiga bidang utama, yaitu olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, dan olahraga prestasi. Olahraga pendidikan merupakan bagian dari proses pembelajaran yang dimulai sejak usia dini dengan pendampingan tenaga keolahragaan yang terlatih. Sementara itu, olahraga rekreasi adalah aktivitas fisik yang dilakukan oleh individu untuk memulihkan kesehatan dan meningkatkan kebugaran tubuh.

Demikian juga memiliki tujuan untuk memperoleh kebahagiaan dan kesenangan, menumbuhkan hubungan sosial, serta dapat meningkatkan kemewahan. Olahraga rekreasi juga berfungsi untuk menjaga dan melestarikan kebudayaan Indonesia. Sedangkan olahraga prestasi ditujukan bagi mereka yang memiliki bakat, potensi, dan keterampilan khusus di bidang olahraga tertentu.

Dalam hal ini, olahraga yang berfokus pada kesehatan dan pemulihan tubuh digolongkan sebagai olahraga rekreasi. Salah satu jenis yang dilakukan dan terpaku pada apa yang diperlukan. Jenis olahraga prestasi dibutuhkan takaran yang lebih tinggi dan program latihan yang lebih terarah dan teratur, selain itu, jenis olahraga yang diikuti, apakah aerobik atau anaerobik, juga mempengaruhi. Untuk olahraga rekreasi, diperlukan intensitas yang lebih rendah, yakni pada tingkat ringan hingga sedang, namun tetap dilakukan dalam suasana yang menyenangkan. Olahraga rekreasi biasanya dilakukan di lingkungan yang nyaman dan didukung oleh interaksi positif dengan masyarakat sekitar. Di sisi lain, olahraga rehabilitasi

memerlukan penyesuaian khusus berdasarkan jenis cedera atau kondisi kesehatan yang dialami. Untuk penderita penyakit jantung dan stroke, olahraga secara teratur dengan intensitas ringan hingga sedang, khususnya jenis aerobik, sangat dianjurkan, dengan durasi lebih dari 30 menit per hari. Olahraga tersebut yaitu jalan, jogging, dan bersepeda. Begitupun dengan olahraga untuk penderita diabetes (gula darah tinggi) membutuhkan ukuran olahraga yang sama dengan olahraga pada penderita sakit jantung. Disebutkan bahwa olahraga yang terstruktur, dapat membantu meningkatkan fungsi paru-paru, menurunkan tekanan darah, memperbaiki sirkulasi darah, menurunkan berat badan, meningkatkan kesehatan seksual, memperbaiki kondisi mental, mengurangi stres, serta memperpanjang harapan hidup dengan kualitas yang lebih baik..

Bulutangkis dapat juga disebut sebagai hiburan kompetitif yang populer bagi kalangan pemuda atau pemudi dan tua di seluruh dunia. Bulutangkis tidak hanya sekedar olahraga tetapi juga merupakan olahraga yang mempunyai banyak sekali manfaat, termasuk menurunkan berat badan seseorang, terutama untuk wanita yang mengalami kelebihan berat badan. Bulutangkis ini baik untuk menurunkan berat badan, serta menjaga kesehatan jantung sangatlah penting dalam hidup, dan berbagai olahraga juga dapat memberikan efek positif bagi jantung Anda. Bermain bulutangkis secara teratur memperkuat pada otot jantung, meningkatkan kinerja motorik otak. Bermain bulutangkis meningkatkan kinerja otak terutama refleks, kecerdasan, dan produktivitas. Bermain bulutangkis membuat persendian tubuh anda lebih lembut dan meningkatkan kelenturan Anda. Bulutangkis meningkatkan metabolisme tubuh Anda, dan saat Anda bermain bulutangkis, tubuh dan persendian Anda secara alami selalu berkeringat. Setiap bagian tubuh dirangsang dan bergerak secara aktif.

Kaitan antara kesadaran kesehatan dan pengembangan masyarakat Islam sangat penting karena kesehatan fisik dan mental adalah bagian integral dari ajaran Islam. Dalam Islam, menjaga kesehatan merupakan salah satu bentuk ibadah, karena tubuh merupakan amanah dari Allah SWT. yang harus dijaga, dengan kesadaran kesehatan yang lebih baik, masyarakat akan lebih mampu menjalankan ibadah dan tanggung jawab sosial dengan optimal. Pengembangan masyarakat

Islam yang sehat akan memperkuat kehidupan sosial dan spiritual. Misalnya, kesadaran akan pentingnya menjaga kebersihan, pola makan sehat (halalan thayyiban), serta perawatan kesehatan preventif sangat dianjurkan dalam Islam. Hal ini selaras dengan prinsip Islam yang menekankan keseimbangan antara aspek duniawi dan ukhrawi. Masyarakat yang sehat fisik dan mental akan lebih mampu berpartisipasi aktif dalam membangun komunitas yang kuat dan mandiri, termasuk dalam kegiatan keagamaan, pendidikan, dan ekonomi. Kesadaran kesehatan juga berkontribusi dalam mengurangi beban sosial seperti penyakit menular dan kesehatan mental, yang pada akhirnya memperkuat solidaritas dan kesejahteraan dalam masyarakat Islam. Beberapa kaitannya yaitu, Kebersihan dan Kesehatan, Islam sangat menekankan kebersihan dan kesehatan sebagai bagian dari iman. Dengan meningkatnya kesadaran akan pentingnya menjaga kebersihan (misalnya, wudhu, mandi wajib, menjaga lingkungan bersih), masyarakat akan lebih sehat dan terhindar dari penyakit.

Hal ini mendukung pengembangan masyarakat yang bersih, aman, dan sehat. Lalu keseimbangan Jasmani dan Rohani, Islam mengajarkan keseimbangan antara kebutuhan fisik dan spiritual. Dengan kesadaran akan kesehatan, masyarakat dapat menjaga pola hidup yang seimbang (makan sehat, olahraga, istirahat yang cukup), sehingga dapat menjalankan ibadah dengan baik dan berkontribusi lebih dalam pengembangan sosial dan ekonomi. Tetapi juga Peningkatan Produktivitas dan Kesejahteraan, masyarakat yang sehat secara seluruh anggota tubuh dan mental atau pikiran lebih produktif, serta dapat andil untuk berkontribusi lebih besar dalam pembangunan ekonomi, pendidikan, dan keagamaan. Ini akan memperkuat pengembangan masyarakat Islam yang berlandaskan nilai-nilai keadilan dan kesejahteraan bersama. Selain itu perlindungan terhadap Penyakit, Islam mendorong langkah-langkah preventif, seperti vaksinasi, pola hidup sehat, dan menjaga mental yang sehat. Kesadaran kesehatan ini penting untuk mencegah penyebaran penyakit dan masalah kesehatan lainnya, yang dapat merugikan perkembangan masyarakat. Dengan kesadaran kesehatan yang baik, masyarakat Islam dapat berkembang lebih optimal, menjalankan tanggung jawab keagamaan dan sosialnya, serta menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan.

Pada intinya kebugaran pada jasmani berkaitan dengan kemampuan pada tubuh seseorang dalam beradaptasi terhadap perubahan-perubahan fungsi tubuh yang didasari oleh suatu pekerjaan tertentu, dan mengacu pada status kesehatan seseorang untuk berbagai tingkat kesehatan jasmani. Remaja memerlukan bentuk tubuh dan kekuatan fisik yang baik untuk menjalankan kehidupan sehari-hari. Generasi muda yang mempunyai kebugaran jasmani yang baik diharapkan mampu menjaga dan senantiasa mengoptimalkan kebugaran jasmaninya. Bulutangkis adalah olahraga yang populer di kalangan banyak orang, tanpa memandang usia atau jenis kelamin. Bulutangkis identik dengan olah raga yang melelahkan dan banyak melibatkan olah raga anaerobik sehingga bisa berbahaya bagi lansia. Dilihat dari segi fisiologis olahraga, olahraga bulutangkis mempunyai ciri-ciri latihan aerobik dan anaerobik yang relatif seimbang, tergantung pada kepribadian dan gaya bermain pemain dan lawannya.

Unsur anaerobik dalam bulutangkis menuntut keterampilan fisik yang hebat dari para pemainnya. Misalnya, unsur aerobik bulutangkis, seperti servis dan reli panjang, tidak melibatkan shuttle. Sebaliknya, gerakan memukul shuttlecock dengan cepat, memukul kuat dan cepat merupakan unsur anaerobik, dan gerakan anaerobik tersebut merupakan hal yang memiliki resiko bagi lansia yang mengalami cedera saat bermain bulutangkis. Tentu dalam hal ini kegiatan Rektor Cup Unit kegiatan mahasiswa persatuan Bulutangkis mahasiswa dapat meningkatkan kondisi Kesehatan Masyarakat kampus. Pada masyarakat kampus yang mengikuti kegiatan ini tentunya diharapkan untuk mendapatkan manfaat dari kegiatan terutama dalam meningkatkan kondisi Kesehatan serta daya tarik pada olahraga Bulutangkis untuk menjadi minat dan bakat civitas akademika.

B. Fokus Penelitian

1. Bagaimana sikap kesadaran kesehatan civitas akademika dalam mengikuti kegiatan Rektor Cup UKM Perbama Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung?
2. Apa saja faktor-faktor yang memengaruhi kesadaran civitas akademika

terhadap kesehatan melalui olahraga bulutangkis?

3. Bagaimana hasil dalam kegiatan Rektor cup pada kesadaran kesehatan civitas akademika?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui kondisi kesehatan dan kesiapan civitas akademika yang akan mengikuti sebuah pertandingan.
2. Untuk mengetahui hubungan antara kesadaran kesehatan civitas akademika melalui olahraga bulutangkis.
3. Untuk mengetahui hasil Rektor Cup pada kesehatan dan kesiapan civitas akademika dalam mengikuti pertandingan.

D. Kegunaan Penelitian

1. Secara Akademis

Dikerjakannya penelitian ini bertujuan untuk memberikan kontribusi sebagai sumber pengetahuan baru yang dapat bermanfaat bagi penulis, pembaca, serta pengembangan ilmu pengetahuan, terutama dalam hal pemberdayaan masyarakat pada Program Studi Pengembangan Masyarakat Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Sunan Gunung Djati Bandung.

2. Secara Praktis

Dilakukannya penelitian ini untuk memberikan manfaat juga bagi pengetahuan umum terutama mengenai pemberdayaan pada olahraga bulutangkis sebagai Upaya mencapai kesadaran kesehatan bagi masyarakat dan civitas akademika, serta dapat dijadikan sebagai bahan untuk evaluasi bagi berbagai individu maupun kelompok terkait pemberdayaan dan pengembangan masyarakat.

E. Landasan Pemikiran

1. Hasil penelitian sebelumnya

Didalam menjalankan penelitian ini penulis telah melakukan peninjauan dan mempelajari beberapa penelitian terdahulu yang bisa diakutkan dengan penelitian yang dikerjakan oleh penulis, untuk digunakan sebagai landasan pemikiran mengenai penelitian tersebut. Adapun beberapa penelitian yang penulis jadikan sebagai landasan pemikiran oleh penulis antara lain:

Pertama, skripsi yang dibuat oleh Jamaludin Yusuf dan tim, Universitas Muhammdiyah Pekajangan Pekalongan, tahun 2021 yang berjudul “Pelatihan Olahraga Bulutangkis di Desa Langensari Kabupaten Pekalongan”. Persamaan pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui proses dan strategi dalam pemberdayaan Masyarakat melalui kegiatan olahraga badminton atau bulutangkis. Sedangkan perbedaannya yaitu pada penelitian kali ini peneliti ingin meneliti dampak dari Kesehatan, minat, dan bakat pada masyarakat yang mengikuti Kegiatan Rektor Cup UKM Perbama. Hasil dari penelitiannya adalah kesempatan masyarakat setempat untuk meningkatkan kondisi Kesehatan Masyarakat serta minat dan bakat pada olahraga bulutangkis.

Kedua, skripsi yang disusun oleh Zar'I Imani, UIN K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, tahun 2022 yang berjudul “Peran Guru Terhadap Pengembangan Bakat dan Minat olahraga di SD Negeri 1 Banjarkerta Purbalingga”. Persamaan didalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui strategi dalam melakukan pemberdayaan pada minat dan bakat olahraga Masyarakat yang mengikuti kegiatan olahraga bulutangkis. Sedangkan perbedaannya yaitu dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui dampak olahraga badminton pada Masyarakat yang mengikuti kegiatan Rektor Cup UKM Perbama. Hasil dari penelitiannya yaitu adanya perubahan yang dialami oleh masyarakat terutama dibidang keterampilan minat dan bakat.

Ketiga, skripsi yang disusun oleh Qorby Haqquul Adam, UIN Walisongo Semarang, tahun 2018 yang berjudul “Pemberdayaan

Masyarakat di Kelurahan Wonosari Melalui Olahraga”. Persamaan dalam penelitian ini yaitu ingin mengetahui strategi dalam peningkatan kondisi Kesehatan pada Masyarakat yang mengikuti kegiatan olahraga. Sedangkan perbedaannya yaitu dalam penelitian ini peniliti ingin mengetahui dampak Kesehatan olahraga badminton pada Masyarakat yang mengikuti kegiatan Rektor Cup UKM Perbama. Hasil dari penelitiannya yaitu adanya perubahan kondisi Kesehatan yang di alami oleh masyarakat.

Keempat, Jurnal yang disusun oleh Veny Juniardi Hardi dan tim, Sekolah Tinggi Ilmu Keguruan dan Ilmu Pendidikan Pasundan Cimahi, tahun 2021 yang berjudul “ Survey Kesadaran Masyarakat dalam Meningkatkan Kesehatan Fisik di Masa Pandemi “. Pada hasil analisis penelitian ini menyatakan bahwa kesadaran kesehatan pada setiap orang mungkin bisa berbeda, utamanya yang berkaitan dengan tata cara sudut pandang dalam pola konsumsi makanan. Sehingga perlunya menggunakan metode pendekatan dalam menyampaikan pengetahuan tentang pentingnya kesadaran kesehatan khususnya dalam pola konsumsi makanan yang alami dan sehat. (Kutresnaningdian & Albari, 2012) . Kesehatan pada tubuh manusia sangat penting bagi manusia, karena tanpa kesehatan yang baik, setiap manusia akan sulit dalam melakukan dan melaksanakan aktivitasnya sehari-hari. Salah satu cara supaya kesehatan pada manusia tetap terjaga dengan baik adalah melalui berolahraga (Prasetyo, 2013) Berdasarkan faktor tersebut maka diperlukan perubahan perilaku baik dari tenaga kesehatan ataupun dari masyarakat. Strategi perubahan perilaku yaitu dengan memberikan informasi tentang cara menjauhi dari penyakit dan untuk mengembangkan pengetahuan masyarakat. Harapannya dengan pengetahuan yang diperoleh tersebut dapat menumbuhkan kesadaran kesehatan di antara masyarakat untuk berperilaku sesuai dengan perilaku sehat (Prasetya, 2015). Pola hidup sehat adalah upaya seseorang untuk menjaga tubuhnya agar tetap sehat. Pola hidup sehat dapat dilakukan dengan cara mengkonsumsi makanan bergizi, olahraga secara rutin, dan istirahat yang cukup. Perilaku hidup bersih dan sehat baik sebelum masa pandemi

maupun selama pandemi covid 19 yakni dengan tetap berolahraga dan menjaga pola hidup bersih dan sehat. Jenis olahraga yang banyak dilakukan selama masa pandemi covid 19 dengan presentase tertinggi adalah Senam, Jogging dan Bersepeda. Sedangkan untuk aktivitas fisik di rumah dengan presentase tertinggi yang banyak dilakukan adalah membersihkan rumah dan memasak. Menerapkan pola hidup bersih dan sehat sudah seharusnya diterapkan oleh semua orang. Hal ini merupakan wujud perilaku yang baik karena merupakan langkah tepat dalam penanggulangan berbagai penyakit yang masuk ke dalam tubuh.(Ardiyanto et al., 2020)

Kelima, Jurnal yang disusun oleh Ernawati dan tim, Universitas Tarumanagara Jakarta, tahun 2023 yang berjudul “ Upaya Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Terhadap Anemia Dan Pencegahannya Pada Komunitas Lanjut Usia “. Hasil pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Panti Lanjut Usia Santa Anna melibatkan 50 responden kelompok lanjut usia. Adapun seluruh responden mengikuti berbagai kegiatan pada penyuluhan melalui Anemia pada lansia cenderung tidak terdiagnosis, dan meningkatkan risiko pada individu yang lebih tua. Individu yang dicurigai mempunyai anemia seharusnya diperiksa dengan seksama.(Ferreira et al., 2018) lansia yang tinggal di panti jompo cenderung memiliki indeks massa tubuh (IMT) yang lebih rendah, dan mengalami defisiensi nutrisi.(Saghafi-Asl & Vaghef Mehrabany, 2017) Kondisi ini menyebabkan individu lansia di panti jompo lebih rentan terhadap anemia. Proporsi anemia tanpa penyebab yang jelas kian meningkat seiring dengan usia. Terdapat berbagai penyebab anemia pada lansia di panti jompo, namun diperkirakan 45% dari penyebab tidak dapat ditentukan. Beberapa faktor yang terkait dengan anemia diantaranya adalah kurangnya asupan gizi (zat besi, vitamin B12, folat), perdarahan, inflamasi kronik, keganasan, masalah ginjal, diabetes melitus, dan penyakit tiroid. Penting juga untuk mengevaluasi obat-obatan yang dikonsumsi oleh individu terkait karena terdapat berbagai jenis obat yang dapat memengaruhi dan berkontribusi terhadap anemia. Obat-obat yang terkait

dengan pendarahan gastrointestinal (antikoagulan, antiplatelet, kortikosteroid, bifosfonat, dan OAINS), obat yang dapat memengaruhi asam folat (fenitoin, metotrexat, primidone, dkk), obat yang dapat mengurangi absorpsi vitamin B12 (metformin, kolkisin, PPI, bloker histamine), ataupun obat yang dapat menyebabkan myelosupresi (azathioprine, siklofosfamide, hidroksiurea, dkk) perlu diperhatikan penggunaannya. (Abid et al., 2019)

2. Landasan Teoritis

Kesadaran kesehatan disebut dengan *health consciousness*, yakni kesadaran kesehatan adalah suatu yang berkaitan erat pada tingkah laku hidup sehat seseorang dan tidak berkaitan dengan perilaku tidak sehat. Kesadaran kesehatan membahas keberhasilan yang terletak bagaimana individu tersebut memiliki tingkat kesadaran yang tinggi (Gould, 1990). Definisi lainnya, Kesadaran kesehatan adalah kecermatan bagaimana sikap dan tingkah laku hidup sehat seseorang dalam perawatan dan pencegahan penyakit (Gould, 1988). Adapun, Hong berpendapat bentuk kesadaran kesehatan adalah suatu usaha mencegah dan melakukan tindakan preventif terhadap suatu penyakit setelah adanya pengetahuan informasi tentang kesehatan (Hong, 2009). Dengan kata lain, *health consciousness* adalah sebuah tindakan seseorang agar dapat melakukan langkah preventif dalam mempertahankan kesehatannya dalam kehidupan sehari-hari. Terdapat empat aspek dasar yang menjadi dasar terbentuknya kesadaran kesehatan (*health consciousness*) menurut (Gould, 1990). Yaitu, aspek *health self-consciousness* (kesadaran diri kesehatan), *health alertness* (kewaspadaan kesehatan), *health self-monitoring* (pemantauan kesehatan diri), dan *health involvement* (keterlibatan kesehatan). Aspek *health self-consciousness* (kesadaran diri kesehatan) mengutamakan kesadaran individu bisa memunculkan suatu semangat dalam memelihara kondisi kesehatan tubuhnya.

Health alertness (kewaspadaan kesehatan) merupakan suatu perilaku meningkatnya keketatan menjaga kesehatan yang berbeda dengan kecemasan. Health self-monitoring (pemantauan kesehatan diri) ialah aspek cara seseorang menjaga sikap dalam beradaptasi dengan tuntutan kualitas dalam lingkungan sosial. Sedangkan, health involvement (keterlibatan kesehatan) adalah bagaimana individu dapat mempengaruhi tingkat kesadaran kesehatan. Lebih lanjut, individu yang mempunyai health consciousness yang rendah akan cenderung tidak mempedulikan kesehatan dan kurang merawat dirinya. Hal ini ditunjukkan pada penelitian (Sumargi & Patila, 2017) bahwa wanita cenderung acuh tidak acuh dalam menjaga kesehatan dan kurang ingin mencari informasi sehingga menimbulkan gejala penyakit. Selaras dengan penelitian sebelumnya, orang yang yang memiliki health consciousness rendah tidak mempertimbangkan sumber kredibilitas kesehatan sumber informasi kesehatan (Meng et al., 2019). Juga, dalam penelitian (Michaelidou & Hassan, 2008) menunjukkan rendahnya kesadaran kesehatan individu kurang terdorong.

Kesadaran kesehatan dimaknai sebagai bentuk suatu sikap yang mana orang-orang menyadari akan pentingnya kesehatan dalam makanan dan gaya hidup mereka (Yang et al., 2014). Kesadaran terhadap kesehatan merujuk pada tingkat dimana perhatian akan kesehatan terlaksana pada aktivitas sehari-hari seseorang (Jayanti dan Burns, 1998). Kesadaran kesehatan dianggap sebagai niat atau motivasi subjektif untuk meningkatkan kesehatan individu. Berkaitan dengan konteks makanan organik, Suh et al (2012) menyimpulkan bahwa sikap-sikap yang bersifat positif terhadap makanan organik oleh konsumen dapat timbul dari keyakinan bahwa makanan organik baik untuk kesehatan, dengan demikian, mereka dapat mengkonsumsi tanpa ada rasa ketakutan dan kekhawatiran. Kesadaran terhadap kesehatan dimuat disini untuk memprediksi sikap konsumen terhadap makanan organik. Kesadaran kesehatan yang menilai tingkat kesiapan untuk melakukan aksi sehat merupakan konsep yang lebih luas untuk menjelaskan kesiapan seseorang untuk melakukan sesuatu hal

untuk kesehatannya. Penelitian sebelumnya menyatakan salah satu alasan utama pembelian makanan organik yaitu untuk kesadaran kesehatan (Wandel dan Bugge, 1997). Hasil penelitian Tarkiainen dan Sundqvist (2005) dan Chen (2009) menyatakan bahwa kesadaran kesehatan secara positif dan signifikan sangat berpengaruh pada sikap untuk membeli makanan organik.

Partisipasi memiliki makna yang sangat banyak sehingga memiliki makna yang dapat berbeda-beda (Kely & Vlaenderen, 1995). Menurut Pelling (1998) partisipasi adalah lebih pada instrumen, sehingga dapat dimaknai partisipasi sebagai keterlibatan masyarakat secara aktif pada keseluruhan proses rangkaian kegiatan yang diikuti, sebagai media atau tempat pengembangan kohesifitas antar masyarakat, masyarakat dengan pemerintah juga menggalang timbulnya rasa memiliki dan tanggung jawab pada program yang dilaksanakan. Partisipasi sama saja dengan arti peran serta, ikut serta, keterlibatan atau proses bersama saling memahami, merencanakan, menganalisis, dan melakukan suatu sikap oleh sejumlah anggota masyarakat. Pentingnya partisipasi tumbuh dari pengakuan yang dimiliki orang dalam ekonomi rendah di dunia yang menderita akibat perkembangan, sehingga semua orang perlu dilibatkan dalam pengambilan keputusan, implementasi dan manfaat sehingga tidak ada definisi yang disepakati (Midgley & Hall, 2004). Hal yang menyebabkan partisipasi dan pemberdayaan terjadi merupakan hasil partisipatif proses pengembangan sehingga partisipasi adalah tentang pengambilan keputusan (Pelling, 1998).

Walaupun dibeberapa ayat Al-Qur'an dan Hadis dapat dipakai untuk dasar dalam pengembangan masyarakat, tetapi diperlukan juga sumber hukum tambahan seperti halnya ijma ulama dan kajian ke Islaman yang dilakukan secara berkelanjutan. Tentu ini sangat diperlukan, supaya konsep pemberdayaan masyarakat sebagai sumber amalan yang akan terus mengalir, serta dapat tersampaikan dan diamalkan tidak hanya bagi sekelompok umat muslim, namun umat muslim secara lebih luas lagi. Sehingga, kegiatan filantropi islam tidak terkesan eksklusif pada kegiatan

atau amalan keagamaan yang sempit, namun juga dapat lebih bermanfaat bagi masyarakat, khususnya umat muslim sendiri. Ada beberapa perbedaan yang mungkin menjadi perhatian lebih dalam sebelum menetapkan untuk melaksanakan pemberdayaan pada masyarakat.

Pertama, tak seperti halnya mendermakan masjid atau peralatan untuk ibadah sholat yang dapat dilakukan secara kapan saja atau secara isntan, pemberdayaan pada masyarakat merupakan proses panjang yang tidak hanya mengurangi materi, tetapi bisa juga tenaga dan pikiran. Jika kita tidak keberatan untuk ikut serta dalam keseluruhan proses tersebut, tentu akan apa yang telah kita berikan dan lakukan untuk kemaslahatan umat juga turut memberatkan timbangan amal baik di akhirat nanti.

Kedua, dalam melaksanakan pemberdayaan pada masyarakat, ada kemungkinan untuk mengarah pada kegagalan, sehingga baik materi, waktu dan pikiran yang kita tujukan kemungkinan tidak akan memberikan dampak yang signifikan atau terlihat secara nyata pada masyarakat. Meskipun demikian, dalam melakukan upaya pemberdayaan yang kita lakukan tidak akan sepenuhnya sia-sia. Kembali pada semua yang tergantung kepada niatan untuk melakukan pemberdayaan. Oleh karena itu, dalam pemberdayaan pada masyarakat, penting sekali untuk melakukan evaluasi secara berkala dan bermitra dengan beberapa orang atau stakeholder yang memang memiliki kemampuan dan kapasitas dalam melakukan pemberdayaan masyarakat.

Ketiga, adapun pemberdayaan yang telah kita lakukan bisa berhasil meningkatkan taraf atau kualitas hidup masyarakat, belum tentu masyarakat yang derajatnya telah kita tingkatkan dan kembangkan secara ekonomi dapat menerapkan nilai-nilai kebaikan sebagaimana yang kita harapkan.

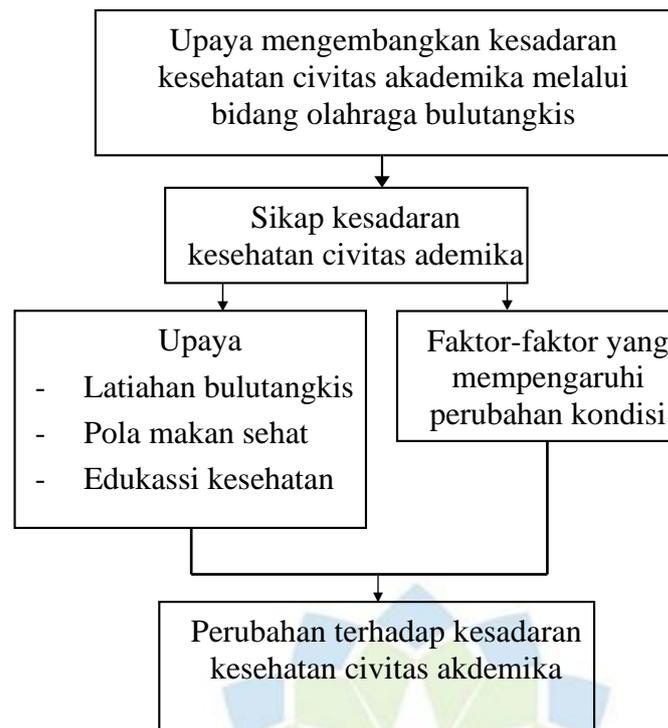
3. Landasan Konseptual

Mardikanto dan Soebiato (2012:61) menerangkan bahwa, pemberdayaan sebagai sebuah proses adalah merupakan serangkaian

kegiatan untuk memperkuat dan mengoptimalkan keberdayaan (dalam arti kemampuan dan keunggulan bersaing) kelompok lemah dalam masyarakat, termasuk didalamnya individu-individu yang mengalami masalah kemiskinan. Sebagai bentuk proses, pemberdayaan meliputi pada kemampuan untuk berpartisipasi, memperoleh kesempatan dan mengakses sumber daya, serta layanan yang dibutuhkan untuk memperbaiki kualitas hidup (baik secara individual, kelompok dan masyarakat dalam arti yang luas). Dengan pengertian tersebut, pemberdayaan dapat dimaknai sebagai suatu proses yang terstruktur untuk meningkatkan skala/up grade utilitas dari objek yang akan diberdayakan. Pemberdayaan masyarakat, dapat dimaksudkan sebagai suatu tindakan atau sikap sosial dimana penduduk atau masyarakat sebuah komunitas mengorganisasikan diri dalam membuat perencanaan dan upaya kolektif, untuk memecahkan masalah sosial atau memenuhi kebutuhan sosial sesuai dengan kemampuan dan sumber daya yang dimiliki oleh masyarakat (Gunawan, 2009: 102).

Upaya meningkatkan kesadaran inilah masyarakat yang mengikuti kegiatan Rektor Cup UKM Perbama dapat menyadari pentingnya olahraga bagi kesehatan dirinya serta untuk menunjukkan mereka memiliki minat terhadap badminton untuk mengasah kemampuan yang mereka miliki. Olahraga badminton merupakan upaya meningkatkan Kesehatan dan produktivitas masyarakat dengan adanya kemampuan untuk menjaga kondisi Kesehatan menjadi lebih baik. Kegiatan ini juga untuk mejalin hubungan baik dengan Masyarakat yang mengikuti kegiatan Rektor Cup UKM Perbama.

Hal ini yang akan dikerjakan pada penelitian ini akan menjelaskan pemberdayaan masyarakat melalui Upaya mengembangkan kesadaran Kesehatan civitas akademika melalui olahraga bulutangkis sebagai pemberdayaan masyarakat dapat diuraikan melalui bagan berikut :



Tabel 1. 1 Kerangka Koseptual

F. Langkah-Langkah Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian yang dilakukan oleh penulis berlokasi pada kampus 1 dan civitas akademika yang mengikuti kegiatan Rektor Cup UKM Perbama. Peneliti memilih lokasi ini dengan alasan :

- a. Adanya gor badminton yang digunakan untuk kegiatan olahraga bulutangkis masyarakat setempat.
- b. Lokasi penelitian dekat dengan tempat tinggal penulis membuat pencarian data lebih mudah.
- c. Belum ada yang melakukan penelitian terhadap Upaya Mengembangkan Kesadaran Kesehatan Civitas Akademika Melalui Bidang olahraga bulutangkis

2. Paradigma dan Pendekatan

Penelitian ini mengadopsi paradigma kualitatif, yang melihat realitas sosial sebagai sesuatu yang kompleks dan sarat dengan makna. Dalam pendekatan ini, fenomena atau gejala yang muncul dianggap sebagai kejadian alami yang berlangsung secara spontan, tanpa adanya intervensi atau rekayasa dari peneliti. Fenomena tersebut dipandang sebagai representasi dari pengalaman dan perspektif subjek yang diteliti. Pendekatan ini berfokus pada pemahaman mendalam terhadap konteks dan makna yang terkandung dalam setiap fenomena yang terjadi, tanpa berusaha mengubah atau memanipulasi kondisi yang ada. Paradigma ini juga dikenal dengan sebutan *pospositivisme*, yang menekankan bahwa meskipun realitas itu dapat diobservasi dan dipahami secara objektif, peneliti tetap tidak dapat sepenuhnya mengisolasi diri dari perspektif subjektif yang dibawanya.

3. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif, karena metode ini memungkinkan peneliti untuk mengkaji situasi sosial yang diteliti secara menyeluruh dan luas. Dengan pendekatan deskriptif, kegiatan REKTOR CUP dapat dianalisis secara komprehensif, sehingga menghasilkan data yang terstruktur dan terukur sesuai dengan rangkaian informasi yang diperoleh di lapangan. Pendekatan ini membantu peneliti untuk memahami fenomena secara lebih rinci dan sistematis.

4. Jenis Data dan Sumber Data

a. Jenis Data

Jenis data yang diperuntukan pada penelitian ini yaitu data kualitatif, jenis data yang diidentifikasi untuk kegiatan Rektor Cup UKM Perbama dalam strategi dan pelaksanaan kegiatan yang berlangsung pada civitas akademika, kemudian data hasil mengenai kegiatan Rektor Cup UKM Perbama yang dapat digunakan langsung perbedaannya berdasarkan kondisi lapangan tempat dilaksanakannya penelitian berlangsung.

b. Sumber Data

1) Sumber Data Primer

Data primer adalah data yang didapatkan dengan cara langsung dari UKM Perbama dan civitas akademika (dosen, karyawan, mahasiswa) yang mengikut Kegiatan Rektor Cup UKM Perbama melalui wawancara dan observasi, mengenai program tersebut, dalam menyusun strategi, pelaksanaan, dan hasilnya terhadap masyarakat berdasarkan hal-hal yang terjadi di lapangan.

2) Data Sekunder

Data sekunder merupakan data yang diperoleh pada sumber penelitian lain. Data sekunder adalah data hasil mengenai kegiatan Rektor Cup UKM Perbama yang didapat dari anggota dan peserta yang turut serta dalam menjalankan dan mengikuti program tersebut.

5. Penentuan Informan dan Unit Penelitian

a. Informan dan Unit Analisis

Informan yang dipilih dalam penelitian ini adalah anggota UKM Perbama yang memiliki pemahaman yang mendalam dan menyeluruh tentang berbagai kegiatan yang telah dilaksanakan di lokasi penelitian, baik yang bersifat dasar maupun yang lebih kompleks. Mereka dipilih karena memiliki pengalaman langsung dan pengetahuan yang luas mengenai dinamika kegiatan yang terjadi selama ini. Penelitian ini juga melibatkan civitas akademika yang berpartisipasi dalam kegiatan Rektor Cup yang diorganisir oleh UKM Perbama. Civitas akademika ini dianggap relevan karena mereka berperan aktif dalam kegiatan tersebut, sehingga dapat memberikan informasi yang komprehensif mengenai dampak dan implementasi kegiatan tersebut dalam konteks akademik dan sosial di kampus. Dengan demikian, penelitian ini mencakup berbagai perspektif yang dapat menggambarkan secara utuh kegiatan yang sedang dianalisis.

b. Teknik Penentuan Informan

Teknik pemilihan informan, penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling, yang mana pemilihan sampel didasarkan pada pertimbangan yang matang agar dapat memperoleh data yang maksimal (Afifudin & Ahmad S, 2008:66). Informan yang dipilih diharapkan memiliki pengetahuan yang mendalam dan menyeluruh terkait dengan kegiatan pemberdayaan yang sedang diteliti, sehingga dapat memberikan wawasan yang lebih kaya dan relevan untuk penelitian ini.

6. Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi

Observasi merupakan memperhatikan dan menulis hal-hal yang diamati secara sistematis. Hal-hal yang didapati dengan observasi yakni, dengan adanya suatu pengalaman yang lebih luas, karena peneliti akan bertemu langsung dengan objek penelitian. (Sadiah, 2015: 87). Dalam permasalahan ini, pengamatan dilakukan secara langsung terhadap kegiatan Rektor Cup UKM Perbama dengan mengamati kondisi civitas akademika sebelum dan sesudah adanya kegiatan Rektor Cup UKM Perbama. Pengamatan ini dilakukan dari strategi, pelaksanaan dan hasil yang diberikan oleh kegiatan Rektor Cup UKM Perbama.

b. Wawancara

Wawancara adalah kegiatan berdialog antara dua orang atau lebih, dan peneliti meminta subjek atau sekelompok subjek untuk menjawab pertanyaan yang diberikan oleh peneliti (H. Kaelani, 2012: 119). Wawancara ini dilaksanakan untuk memperoleh data yang relevan tentang kegiatan Rektor Cup UKM Perbama mengenai bagaimana penataan yang disusun dalam program pemberdayaan. Bagaimana bentuk pelaksanaan program pemberdayaan masyarakat melalui kegiatan Rektor Cup UKM Perbama, dan

bagaimana hasil yang diberikan dari kegiatan Rektor Cup UKM Perbama tersebut.

c. Studi Dokumentasi

Studi dokumentasi yaitu metode pengumpulan data yang dapat didapatkan dalam bentuk dokumen berupa arsip, catatan, surat, majalah, laporan penelitian, dan lain-lain (Sadiah, 2015: 91).

7. Teknik Penentuan Keabsahan Data

Teknik penelitian ini, keabsahan data dijaga melalui penggunaan teknik triangulasi. Triangulasi ini melibatkan perbandingan dan pengujian informasi yang diperoleh dari berbagai sumber data, seperti hasil wawancara dengan informan yang diteliti, serta hasil observasi yang dilakukan langsung di lapangan. Dengan cara ini, peneliti dapat memverifikasi konsistensi dan kecocokan antara data yang dikumpulkan dari berbagai metode, yang pada gilirannya akan meningkatkan kredibilitas dan keakuratan temuan penelitian. Triangulasi tidak hanya membantu meminimalisir bias yang mungkin timbul dari satu sumber data, tetapi juga memberikan pandangan yang lebih holistik tentang fenomena yang sedang diteliti, sehingga hasil penelitian menjadi lebih valid dan dapat dipertanggungjawabkan (Sadiah, 2015:99).

8. Teknik Analisis Data

Teknik yang digunakan penelitian ini, teknik yang digunakan untuk menganalisis data adalah pendekatan analisis kualitatif. Pendekatan ini mengharuskan peneliti untuk menyusun dan mengorganisir data yang diperoleh dengan cara yang sistematis dan terstruktur. Analisis dilakukan dengan mengkaji informasi yang diperoleh dari berbagai sumber, termasuk wawancara, catatan lapangan, dokumentasi, dan data lain yang relevan. Proses ini bertujuan untuk menggali makna yang terkandung dalam setiap data, serta mengidentifikasi pola atau tema yang muncul dari temuan tersebut. Setelah itu, data yang terkumpul akan disusun secara jelas dan mudah

dipahami, sehingga temuan penelitian dapat disampaikan dengan cara yang informatif kepada masyarakat. Selain itu, analisis kualitatif ini memungkinkan peneliti untuk memberikan penjelasan yang lebih mendalam dan komprehensif mengenai fenomena yang diteliti, yang pada gilirannya dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan pengetahuan dalam bidang yang relevan. Dengan pendekatan ini, hasil penelitian tidak hanya menggambarkan apa yang ditemukan, tetapi juga memberikan pemahaman yang lebih luas dan lebih kontekstual bagi pembaca.

Adapun menurut M. B Miles & A.M Huberman (1984:21-23) langkah- langkah analisis data kualitatif ini memiliki langkah sebagai berikut:

a. Reduksi Data

Reduksi atau disebut rangkuman data merupakan proses yang dikerjakan untuk mencatat kejadian-kejadian di lapangan penelitian kemudian dirangkum dengan mengambil bagian-bagian penting dari suatu fenomena yang dapat mengungkap suatu tema permasalahan. Catatan atau rangkuman tersebut diperoleh dari fakta-fakta di lapangan secara deskriptif, kemudian dalam bentuk refleksi.

b. Display (kategorisasi)

Display data adalah langkah-langkah yang dilakukan untuk mengklasifikasikan data berdasarkan analisis yang relevan dengan permasalahan yang sedang diteliti. Proses ini penting untuk menyederhanakan data yang kompleks agar lebih mudah dipahami dan diinterpretasikan. Salah satu cara untuk menyajikan data adalah dengan menyusun kesimpulan yang tepat dari hasil analisis yang dilakukan. Untuk mempermudah pemahaman, data yang sudah dianalisis dapat disajikan dalam berbagai bentuk visual, seperti grafik, matriks, jaringan (network), atau tabel. Penyajian data dalam format-format ini membantu memperjelas hubungan antar variabel dan memudahkan pembaca dalam memahami

temuan penelitian. Dengan demikian, display data berfungsi sebagai alat untuk merangkum dan mengkomunikasikan hasil penelitian secara efektif.

c. Mengambil keputusan dan verifikasi

Metode terakhir dalam penelitian ini adalah menarik kesimpulan dan membuktikannya dengan data-data baru yang diperoleh, yang pada gilirannya akan mendukung validitas hasil penelitian. Sejak awal, peneliti seharusnya berusaha untuk mencari makna dari data yang diperoleh. Dari data tersebut, peneliti akan mencoba membuat kesimpulan yang mungkin belum sepenuhnya konkret. Namun, seiring dengan bertambahnya data yang terkumpul, kesimpulan tersebut akan semakin teruji, akurat, dan sesuai.

