available online at http://ikeor.ppj.unp.ac.id/index.php/ikeor/index

Jurnal Ilmu Keolahragaan, 3 (2), 2025, 330-336

E-ISSN 3026-2674

ANALISIS POTENSI OLAHRAGA REKREASI TREKKING DI GOA NGALAU INDAH PANGIAN KECAMATAN LINTAU BUO

Septia Dila Restu[1] *, Wilda Welis [2], Yogi Andria[3], Andri Gemaini[4]

[1] Universitas Negeri Padang. Kesehatan Rekreasi, Padang, 25132, Indonesia.
[2] Universitas Negeri Padang. Kesehatan Rekreasi, Padang, 25132, Indonesia.
[3] Universitas Negeri Padang. Kesehatan Rekreasi, Padang, 25132, Indonesia.
[4] Universitas Negeri Padang. Kesehatan Rekreasi, Padang, 25132, Indonesia.
* Coressponding Author. E-mail: restuseptiadila@gmail.com

Received: 20 february artikel dikirim; Revised: 3 Maret artikel revisi; Accepted:30 Maret artikel diterima

Abstrak:
Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui potensi olahraga rekreasi trekking di Goa Ngalau Indah Pangian Kecamatan Lintau Buo. Metode yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data observasi, dokumentasi, dan wawancara dengan melibatkan 10 orang responden. Teknik analisa yang digunakan adalah statistik deskriptif kualitatif dan analisa SWOT. Hasil penelitian diperoleh kesimpulan bahwa kawasan Goa Ngalau Indah Pangian memiliki potensi untuk dikembangkannya olahraga rekreasi trekking, hal ini disebabkan karena kondisi almnya, kondisi jaknnya, dan kondisi jalurnya yang sangat cocok untuk dikembangkannya olahraga rekreasi trekking. Dan tidak hanya itu, jalan yang dilalui untuk menuju lokasi trekking juga memadai dan prasarana pendukung *trekking*..
.

Kata Kunci: Olahraga Rekreasi, *Trekking*, Goa Ngalau Indah Pangian.

The Effect of Ladder Drill Exercise on the Agility and Speed of Gemilang Futsal Athletes in Batang Hari Regency

Abstract:. *This study aims to determine the potential for recreational sports trekking in Ngalau Indah Pangian Cave, Lintau Buo District. The method used is descriptive qualitative with data collection techniques of observation, documentation, and interviews involving 10 respondents. The analysis technique used is descriptive qualitative statistics and SWOT analysis. The results of the study concluded that the Ngalau Indah Pangian Cave area has the potential for the development of recreational sports trekking, this is due to its natural conditions, road conditions, and track conditions which are very suitable for the development of recreational sports trekking. And not only that, the road that is traversed to get to the trekking location is also adequate and trekking supporting infrastructure.*
Keywords: *Recreational Sports, Trekking, Goa Ngalau Indah Pangian.*

How to Cite: Pertama, P., & Kedua, P. (2020). Petunjuk penulisan naskah Jurnal Ilmu Keolahragaan. *Jurnal Ilmu Keolahragaan, X*(Y), 1-3. doi:https://doi.org/10.21831/jk.vXiY.00001

PENDAHULUAN

Olahraga rekreasi termasuk kedalam ketagori rekreasi yang dilaksanakan dengan banyak melibatkan fisik (aktivitas secara fisik) seperti : melakukan olahraga permainan, pertualangan, penjelajahan alam, dan sebagainya. Olahraga rekreasi harus dibina dan dikembangkan pada seluruh aspek-aspeknya. Hal ini sesuai dengan kebijakan pemerintah indonesia yang dijelaskan dalam Undang – Undang Republik Indoneisa Nomor 4 tahun 2022 Tentang Pedoman Pembinaan dan Pengembangan Olahraga Rekreasi BAB II Pasal 4 yang berbunyi "Pembinaan dan pengembangan olahraga rekreasi dilaksanakan dan diarahkan untuk : a. memassalkan olahraga sebagai upaya mengembangkan kesedaran masyarakat dalam meningkatkan kesehatan, kebugaran, kegembiraan, dan hubungan sosial. b. Menggali, Mengembangkan, melestarikan, serta memanfaatkan olahraga tradisional yang tumbuh dan berkembang sebagai budaya masyarakat".

https://doi.org/10.21831/jk.vXiY.00001

This is an open access article under the CC–BY-SA

Berdasarkan kutipan sebelumnya, maka dapat dikemukakan bahwa tujuan pengembangan olahraga rekreasi dilaksanakan adalah untuk meningkatkan kesehatan, kebugaran, kegembiraan dan hubungan sosial serta untuk mengembangkan kesadaran masyarakat dalam meningkatkan kegiatan rekreasi. Menurut Suryadi Damanik (2014:11) olahraga rekreasi adalah sebuah kegiatan didalamnya terkandung unsur-unsur atau nilai-nilai aktifitas olahraga yang dilakukan pada tempat tertentu dengan tujuan mendapatkan suatu kepuasan tersendiri, tanpa ada rasa beban. Olahraga rekreasi adalah olahraga yang dilakukan oleh masyarakat dengan kegemaran dan kemampuan yang tumbuh dan berkembang sesuai dengan kondisi dan nilai budaya masyarakat setempat untuk kesehatan, kebugaran, dan kegembiraan. Olahraga rekreasi dilakukan pada waktu senggang atau waktu luang.

Berbagai jenis olahraga rekreasi sudah banyak di kelola dan dikembangkan, bahkan dibawah naungan pemerintah daerah. Salah satu jenis olahraga rekreasi yang bisa dikelola dan dikembangkan yaitu wisata alam. wisata alam yang berpotensi dikembangkannya olahraga rekreasi yaitu Goa Ngalau Indah Pangian, Kecamatan Lintau Buo Kabupaten Tanah Datar.

Mengembangkan olahraga rekreasi ini akan berdampak sangat luas dalam pengembangan ekonomi, upaya-upaya pelestarian sumber daya alam dan lingkungan serta akan berdampak terhadap lingkungan sosial budaya masyarakat terutama masyarakat lokal. Pengembangan kawasan wisata mampu memberikan kontribusi pada pendapatan asli daerah, membuka peluang usaha dan kesempatan kerja sekaligus berfungsi menjaga dan melestarikan kekayaan alam hayati. Pengembangan olahraga rekreasi sebagai salah satu sektor pembangunan secara umum dan diharapkan menjadi daerah yang berpengaruh baik bagi kehidupan masyarakat terutama masyarakat lokal dan mampu mendorong pengembangan berbagai sektor lain baik ekonomi,social,maupun budaya.

Pengembangan olahraga rekreasi tersebut harus dilakukan secara menyeluruh,baik jenis permainan tradisional,permainan rekayasa,jenis pertualangan,maupun out bound. Keberhasilan pengembangan olahraga rekreasi itu akan sangat ditentukan oleh factor sumber daya manusia dan kinerja pemerintah setempat.

Potensi rekreasi di Goa Ngalau Indah Pangian termasuk kedalam Environmental tourist yaitu wisatawan yang senang menjelajah alam seperti menikmati pemandangan alam. Menurut Rosdiani (2015:3) dari pengertian suku kata maka dapat mendefinisikan rekreasi adalah usaha yang dilakukan oleh manusia/seseorang dalam upaya untuk mengembalikan keadaan kondisi fisik pada semula. Bagi masyarakat atau individu yang melakukan kegiatan rekreasi banyak manfaat dan keuntunganya, seperti: bertambahnya keterampilan, terjalin hubungan sosial, untuk memulihkan kembali kesegaran dan lain-lain. Karena itu rekreasi sangat penting dilakukan manusia agar dapat mengembalikan jasmani, rohani, dan emosi (Sepdanius et al., 2018).

Pada saat sekarang ini olahraga rekreasi sudah banyak dikelola dan di kembangkan salah satunya yaitu wisata alam. Wisata alam merupakan tempat rekreasi yang banyak diminati oleh masyarakat. Selain melakukan olaraga rekreasi masyarakat juga bisa menikmati keindahan alam yang ada disekitarnya, serta menikmati udara yang sejuk. Melakukan olahraga rekreasi juga memiliki dampak positif yang sangat banyak baik secara jasmani dan rohani. Melakukan olahraga rekreasi juga tergolong kegiatan yang memiliki banyak peminatnya karena bisa menonjolkan nilai-nilai sosial, kepercayaan dan solidaritas. Salah satu kegiatan olahraga rekreasi yang berpotensi dikembangkan yaitu Goa Ngalau Indah Pangian Kecamatan Lintau Buo. Dari hasil observasi, kegiatan yang bisa dikembangkan di Goa Ngalau Indah Pangian yaitu, Trekking.

Objek wisata ini masih asri dan alami, hijaunya hutan akan anda jumpai bila berkunjung ke tempat tersebut. Menurut L. Deharveng A. Bedos seorang penelusur gua asal Prancis menyebutkan bahwa, Ngalau Indah Pengian merupakan gua terindah di Asia Tenggara.

Dilihat dari sarana prasarana alamnya, Goa Ngalau Indah Pangian yang terletak di jorong koto kociak, Nagari Pangian, kecamatan Lintrau Buo, Kabupaten Tanah Datar memiliki potensi dikembangkannya olahraga rekreasi seperti trekking, yang dimana olahraga trekking tersebut merupakan jenis olahraga rekreasi outdoor. Sarana prasarana yang dimaksud disini adalah keadaan alam atau bentuk alamnya seperti jalannya, hutannya, dan sebagainya. Dilihat dari keadaan alamnya yang masih alami dan menakjubkan, jalur yang ada merupakan jalan setapak yang menurun dengan kondisi yang bervariasi dan memiliki jalur yang tidak terlalu ekstrim dan aman dilalui. waktu yang ditempuh dari pos POKDARWIS menuju pintu mulut Goa yaitu 20 menit dan akses menuju mulut Goa dari pos POKDARWIS kita akan melewati jalan setapak dan tidak terlalu ekstrim disaat cuaca panas, namun disini rintangannya kita akan melewati tepi sungai dan tepi tebing, setelah itu kita juga akan menaiki bebatuan yang besar bekas longsor yang terjadi pada tahun 2015, sehingga perjalanan akan terasa sangat menantang dan menyenangkan bagi orang-orang yang suka bertualang. Maka dari itu Goa Ngalau Indah Pangian memiliki potensi dikembangkan olahraga rekreasi seperti trekking.

Copyright © 2020, Jurnal Ilmu Keolahragaan, ISSN (print), ISSN (online)

Namun dilihat dari fakta yang ada dilapangan, objek wisata Goa Ngalau Indah Pangian belum mengembangkan satupun olahraga rekreasi. masyarakat atau pengelola setempat hanya berfokus terhadap kedatangan para wisatawan tanpa memperhatikan sarana dan prasarana alamnya yang bisa dijadikan untuk olahraga rekreasi. dengan adanya olahraga rekreasi yang di prediksi akan dikembangkan tentunya diperkirakan sangat berpengaruh terhadap daya tarik wisatawan, karena selain melakukan kunjungan ke objek wisata tersebut mereka juga bisa menikmati olahraga rekreasi yang ada.

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti dengan ketua POKDARWIS, Goa Ngalau Indah Pangian berpotensi dikembangkannya olahraga rekreasi seperti trekking,Oleh karena itu peniliti tertarik meneliti tentang olahraga rekreasi trekking di Goa Ngalau Indah Pangian.

METODE (15%)

Penelitian ini termasuk ke dalam penelitian kualitatif. Yaitu suatu bentuk prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa ucapan atau tulisan dan perilaku yang diamati dari suatu objek. Dengan pendekatan kualitatif, penelitian ini diharapkan dapat mengungkapkan fakta-fakta secara komprehensif tentang Potensi Olahraga rekreasi trekking di Goa Ngalau Indah Pangian Kecamatan Lintau Buo Kabupaten Tanah Datar.

Penelitian ini dilaksanakan setelah proposal di seminarkan. Penelitian ini dilaksanakan di Jorong Koto Kociak Nagari Pangian, di Goa Ngalau Indah Pangian Kecamatan Lintau Buo Kabupaten Tanah Datar. Subjek dalam penelitian ini adalah wali nagari, POKDARWIS Ngalau Indah Pangian, tokoh agama, tokoh masyarakat serta masyarakat nagari Pangian Kecamatan Lintau Buo, Kabupaten Tanah Datar. Penentuan subjek atau sumber data dalam penelitian ini dipilih secara purposive yaitu teknik pengambilan sumber data dengan pertimbangan tertentu.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi. Adapun instrumen yang digunakan adalah pedoman wawancara. Dalam penelitian ini, data dianalisis melalui beberapa tahap, yaitu reduksi data (data reduction), penyajian data (data display), penarikan kesimpulan/verifikasi data (*conclusion drawing/ verification*).

HASIL DAN PEMBAHASAN (70%)

A. Deskripsi Data

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah terdapat potensi olahraga rekreasi trekking berdasarkan sumber daya alam dikawasan Goa Ngalau Indah Pangian Kecamatan Lintan Buo Kabupaten Tanah Datar. Maka telah didapatkan data dari hasil penelitian yang telah dianalisa serta pembahasan terkait penelitian ini. Data yang telah dianalisis akan dijelaskan berdasarkan hipotesis serta tujuan yang telah dideskripsikan sebelum penelitian ini diadakan. Menurut data hasil dari penelitian yang diambil dikawasan Goa Ngalau Indah Pangian Kecamatan Lintau Buo Kabupaten Tanah Datar, maka terdapat 6 orang informan yaitu 1) Wali Nagari Pangian 2) POKDARWIS Nagari Pangian 3) Masyarakat setempat 4) Tokoh Masyarakat dan 5) 5 orang wisatawan.

1. Gambaran umum daerah penelitian

Kawasan Goa Ngalau Indah pangian yang berada di Kecamatan Lintau Buo Kabupaten Tanah Sumatera Barat tepatnya di Jorong Koto Kociak, Nagari Pangian. Kawasan wisata Goa Ngalau Indah Pangian memiliki keindahan tersendiri disetiap sudut kawasannya dan juga memilki potensi untuk dikembangkannya Olahraga rekreasi trekking yang ditinjau berdasarkan sumber daya alamnya. Untuk menuju ke lokasi Goa Ngalau Indah Pangian dari ibu kota kabupaten Tanah Datar yaitu Batusangkar menempuh waktu selama 60 menit sedangkan jalan dari pintu masuk Goa Ngalau Indah menuju Goa nya lebih kurang di tempuh selama 20 menit.

Kabupaten Tanah Datar dikenal dengan nama "Luhak Nan Tuo" merupakan wilayah yang terletak dibagian tengah provinsi Sumatera Barat dengan luas 1.336 km² dengan ibu kota Batusangkar. Tanah datar merupakan daerah yang mempunyai potensi objek wisata dan daya Tarik wisata yang bermacam-macam. Tanah Datar mempunyai berbagai macam wisata seperti wisata alam,wisata budaya,wisata bahari,kegiatan seni tradisional dan wisata lainnya yang berjumlah sekitar 150 buah.

Batas-batas wilayah kabupaten Tanah Datar adalah sebagai berikut :

a. Sebelah Utara : kabupaten Agam dan Lima Puluh Kota.
b. Sebelah Selatan : Kabupaten Solok.
c. Sebelah Timur : Kabupaten Sijunjung dan Kota Sawahlunto.

Copyright © 2020, Jurnal Ilmu Keolahragaan, ISSN (print), ISSN (online)

d. Sebelah Barat : Kota Padang Panjang.

Kabupaten Tanah Datar terletak ditengah Provinsi Sumatera Barat sehingga muda di akses dari kota-kota sekitaran Tanah Datar seperti kota padang,Bukit Tinggi,Payahkumbuh,Sijunjung,Sawahlunto,Solok dan Padang Panjang. Menurut Geografis wilayah Kabupaten Tanah Datar dilintasi oleh garis Khatulistiwa dan berada pada 00º17" LS - 00º39" LS dan 100º19" BT – 100º51" BT, dengan luas wilayah 1.336 km² atau 133.600 Ha dan terdiri dari 14 Kecamatan, 75 Nagari, serta 395 Jorong. Kecamatan terluas yaitu Kecamatan Lintau Buo Utara dengan luas 204,31 km² atau 15.29% dari luas Kabupaten Tanah Datar secara keselurusan sedangkan Kecamatan yang memiliki luas terkecil yaitu Kecamatan Tajung Baru dengan luas 43,15 km² atau sekitar 3.23% dari luas kabupaten Tanah datar. Dilihat dari jumlah Nagari yang ada, Kecamatan Sungai Tarab memiliki jumlah Nagari terbanyak 10 Nagari. Posisi Kabupaten Tanah Datar terletas antara 3 buah gunung yaitu Gunung marapi,Gunung Singgalang dan Gunung Sago.

2. Sumber Daya Alam

Nagari Pangian merupakan wilayah dataran rendah yang sekelilingnya terdapat bukit-bukit hutan-hutan yang masih alami. Ada beberapa potensi-potensi olahraga rekreasi yang berada dikawasan Goa Ngalau Indah Pangain Yaitu trekking,toobing,dan panjat tebing, namun peneliti tertarik untuk meneliti olahraga trekking ,yang mana sarana dan prasarana alamnya sangat mendukung untuk dilakukannya olahraga trekking.

3. Sumber Daya Manusia

Kawasan Goa Ngalau Indah pangian yang berada di Jorong Koto Kociak Nagari Pangian sangat membantu dalam perekonomian masyarakat sekitar kawasan Goa Ngalau Indah Pangian. Tidak hanya mendapat pendapat dari hasil penjualan tiket masuk saja, namun masyarakat sekitar juga terbantu khususnya bagi yang berjualan disekitar kawasan Goa Ngalau Indah Pangian. Menurut salah seorang masyarakat Nagari Pangian yang diwawancarai peneliti pada tanggal 15 Juni 2023 mengatakan bahwa Kawasan Goa Ngalau Indah Pangian kalau dikembangkannya olahraga rekreasi trekking dapat meningkatkan ekonomi masyarakat dengan semakin banyaknya pengunjung semakin banyak juga pendapatan, seperti pedagang yang bisa berdagang di kawasan Goa Ngalau Indah Pangian, karena banyak wisatawan yang datang untuk melihat keindahan alam sehingga masyarakat dapat berjualan dan mendapat untung lebih banyak dari yang biasanya. Masyarakat sekitar menyediakan makanan, minuman dan banyak lainnya. Dan pemuda setempat juga ikut terbantu untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari mereka dengan menjadi pengelola Goa Ngalau Indah Pangian.

B. Hasil Penelitian

1. Kekuatan

Kekuatan potensi yang dimiliki oleh objek wisata Goa ngalau indah untuk dilakukannya olahraga rekreasi trekking adalah dimana trek yang dimiliki oleh Goa Ngalau indah ini adalah Goa Terindah se Asia tenggara yang dimana Goa tersebut sudah pernah diteliti oleh peneliti asal prancis pada tahun 2015. Selain itu Goa Ngalau Indah pangian sangat menarik dan sangat menantang adrenalin ,yang dimana kita akan melalaui jalan yang mendaki dan berliku, dan kita akan melalui tepi tebing dan sungai. hal ini diperkuat dengan wawancara bersama sekretaris wali nagari pangian bapak NOVARISMAN pada tanggal (16 juni 2023).

Sedangkan berdasarkan menurut ketua POKDARWIS bapak Amuri pada tanggal (15 juni 2023) kekuatan yang dimiliki oleh Goa Ngalau indah yaitu Goa Ngalau Indah memiliki alam yang sangat bagus yang dimana alamnya masih asri dan sih segar, dan jalur treknya yang sangat bagus dan mendukung untuk dilakukannya olahraga rekreasi trekking, Goa Ngalau Indah pangian memiliki Tantangan tersendiri yang sangat menarik dilakukanya olahraga trekking yaitu dimana kita akan melalui bebatuan besar yang longsor pada tahun 2015.

Kekuatan yang sangat besar menjadi daya tarik untuk pemuda dan pemudi yang suka olahraga yang sangat menantang, yang dimana anak-anak muda-mudi sekarang lebih suka olahraga ysang memacu adrenalin seperti olahraga trekking , yang dimana Goa Ngalau indah pangian ini memiliki potensi yang sangat bagus untuk dilakukannya olahraga trekking dilihat dari segi alamnya yang masih asri,segar,sejuk dan jalurnya yang sangat menantang seperti jalannya yang mendaki,berliki-liku dan nelalui tepi tebing dan melalui sungai. Hal itu yang sangat disukai oleh pemuda zaman sekarang,hal ini dikatakan oleh Tokoh Masyrakat oleh bapak Arif pada tanggal (22 juni 2023).

Objek wisata Goa Ngalau indah Pangian ini tempatnya sangat bagus untuk dikembangkannya olahraga rekreasi trekking karena sarana dan prasarana alamnya sudah sangat memadai seperti,jalurnya yang cukup ekstrim,dan jalurnya yang memacu adrenalin dan Goa Ngalau Indah pangian cukup memenuhi

Copyright © 2020, Jurnal Ilmu Keolahragaan, ISSN (print), ISSN (online)

persyaratan untuk dilakukannya olahraga trekking yang dimana memilliki waktu tempuh kurang lebih 20-30 menit, dan loksasinya yang mendukung,yang diperkuat oleh Ahli trekking saudara ichsan pada tanggal (06 juni 2023).

2. Peluang

Objek wisata Goa Ngalau Indah pangiam sangat berpeluang untuk dibukaknya jalur trekking disana, karena disana merupakan objek wisata dan jika dibukaknya jalur trekking disana jadi sangat komplit kegiatan disana,dikarenakan objek wisata Goa Ngalau Indah pangian memeiliki alam yang sangat mendukung untuk dibukaknya jalur trekking di perkuat oleh bapak sekretaris wali nagari NOVARISMAN (16 juni 2023)

Goa Ngalau indah sangat berpeluang besar untuk dikembangkannya atau dibukaknya jaur trekking di Goa Ngalau Indah pangian ,karena beberapa kali kegiatan tersebut banyak peminat yang ingin melakukan karena jalurnya yang memacu adrenalin dan memliki jalur yang cukup ekstrim dilakukannya olahraga trekking dengan jalur yang mendaki dan berliku dan dimana jalurnya yang lebih menarik yaitu melalui bebatuan besar yang terjadi karena longsor pada tahun 2015 yang dimana jalur itu menjadi tantangan yang ekstrim dan banyak peminat untuk melakukannya, sesampainya di lokasi lelah kita akan terbayar karena keindahan alamnya. Yang dimana di perkuat oleh hasil wawancara dengan Ketua POKDARWIS Bapak Amuri pada tanggal (15 juni 2023).

Menurut tokoh masyarakat Bapak Arif pada tanggal (22 juni 2023). Wisata Goa Ngalau Indah Pangian sangat berpeluang di kembangkannya olahraga rekreasi trekking, dikarenakan jalurnya yang berliku dengan ditambahnya melalui tepi tebing, dan melalui sungai itu akan sangat menarik peminat wisatawan dan pecinta alam, yang dimana kami telah pernah mempromosikan Objek wisata goa Ngalau Indah pangian ini melalui event satu nagari dengan cangkupan Kabupaten Tanah Datar.

Memiliki alam yang masih asri,masih segar,dan sejuk itu merupakan hal yang sangat di sukai oleh para pecinta alam uang dimana alamnya yang masih alami dimana kita bisa mendengarkan suara air yang mengalir jadi bisa memebuat kita tenang, dengan berpeluangnya dibukak olahraga relktreasi trekking di Goa Ngalau Indah Pangian, itu sangat banyak akan datangnya pengunjung pecinta alama untuk melakukan olahhrga rekreasi trekking ,jadi di Goa Ngalau Indah Pangian sangat berpeluang besar dikembangkannya olahraga rekreasi trekking.menurut wawancara dengan ahli ttrekking (06 juni 2023).

3. Kelemahan

Untuk objek wisata Goa Ngalau Indah Pangian juga memilki beberapa kelemahan,tapi untuk kelemahan sebetulnya Goa Ngalau Indah tidak ada, tetapi disana kami masih belum memiliki fasilitas pendukung untuk melakukannya olahraga rekrasi trekking. menurut bapak sektretaris Wali Nagari Pangian NOVARISMAN pada tanggal (16 juni 2023).

Kelamahan yang kami miliki untuk dikembangkannya Goa Ngalau Indah pangian ini terletak pada seperti alat atau perlengkapan trekking, dan seperti sarana pendukung trekking ini dan seperti papan pengunguman,papan petunjuk yang belum ada, dan kelemahan yang paling utama yaitu seperti cuaca buruk kita tidak boleh melakukan kegiatan trekking ataupun kegiatan wisata di Goa Ngalau Indah pangian ini,dikarenakan karena cuaca buruk pernah terjadinya longsor. Yang diperkuat oleh ketua POKDARWIS bapak Amuri pada tanggal (15 juni 2023).

Menurut ahli trekking saudara ichsan pada tanggal (06 juni 2023) mengatakan bahawa kelemahan yang dimiliki oleh Goa Ngalau Indah untuk dilakukannya kegiatan olahraga rekreasi trekking yaitu terletak pada sarana dan prasarana pendukungnya, yaitu seperti alat perlengkapan ,yang dimana gaitnya yang belum ada,alat-alat p3k, dan trekking poolnya

Yang perlu dibenahi untuk melakukannya olahraga rekreasi trekking yaitu seperti sarana dan prasarana pendukung trekking seperti petunjuk jalurnya papan pengunguman dan seperti simbol-simbol. diperkuat oleh pengunjung dan masayrakat stempat. pada tanggal (22 juni 2023).

Dapat disimpulkan bahwa kekuatan Goa Ngalau indah Pangian berpotensi dikembangkannya olahraga rrekreasi trekking, dikarenakan alamnya yang indah,dan jalurnya bagus, dan sarana prasasrana pendukungnya yang sangat cocok untuk dikembangkannya olahraga rekreasi trekking, dan juga mendapatkan dukungan dari pemerintah Nagari stempat,pengeolala setempat,tokoh masyarakat,masyarakat stempat,dan dukungan dari pengunjung. Berdasarkan dari wawancara yang telah peneliti lakukan

4. Ancaman/tantangan

Menurut ketua POKDARWIS bapak Amuri pada tanggal (15 juni 2023). Mengatakan bahwa tantangan yang kami miliki disini adalah seperti kami yang belum memiliki sarana dan prasarana pendukung untuk dilakukannya trekking seperti papan pengunguman dan papan perutnjuk, dan tantangan utamanya itu terletak pada sdm (sumber daya manusia) yang dimana kami memiliki tantangan tersebut karena kami kekurangan beberapa anggota.

Copyright © 2020, Jurnal Ilmu Keolahragaan, ISSN (print), ISSN (online)

Tantangan yang kami miliki yaitu yang pertama kami memiliki beberapa kendala seperti kami memiliki jarak yang lumayan jauh dari pusat ibu kota yaitu dengan jarak tempuh 1 jam diperkuat oleh bapak sekretaris wali nagari Pangian bapak NOVARISMAN pada tanggal (16 juni 2023).

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian saya tentang potensi aktivitas rekreasi berdasarkan sumber daya alam dikawasan Goa Ngalau Indah Pangian memiliki potensi olahraga rekreasi yang patut untuk dikembangan yaitu trekking. Olahraga treking merupakan jenis olahraga rekreasi ini merupakan aktivitas lintas alam yang dilakukan dengan berjalan kaki menyusuri hutan dan perbukitan yang jalannya lumayan menanjak. Dengan kondisi alam yang tergolong alami dan juga beberapa rintangan yang di lalui untuk menuju jalur trekking. Maka dari itu olahraga rekreasi seperti trekking sangat cocok untuk dikembangkannya di Goa Ngalau Indah pangian.

Olahraga rekreasi adalahsuatu kegiatan olahraga yang dilakukan pada waktu senggang sehingga memperoleh kepuasan secara emosinal seperti kesenangan, kegembiraan, kebahagiaan, serta memperoleh kepuasan secara fisik-fisiologisseperti terpeliharanya kesehatan dan kebugaran tubuh, sehingga tercapainya kesehatan secara menyeluruh (Husdarta, 2010:148)

Olahraga dan rekreasi erat hubungannya, namun jika kata olahraga dan rekreasi dihubungkan akan mengandung arti sendiri, oleh karena itu mengenai olahraga rekreasi Menurut Suryadi Damanik (2014) olahraga rekreasi adalah sebuah kegiatan didalamnya terkandung unsurunsur atau nilai-nilai aktifitas olahraga yang dilakukan pada tempat tertentu dengan tujuan mendapatkan suatu kepuasan tersendiri, tanpa ada rasa beban. Olahraga rekreasi adalah olahraga yang dilakukan oleh masyarakat dengan kegemaran dan kemampuan yang tumbuh dan berkembang sesuai dengan kondisi dan nilai budaya masyarakat setempat untuk kesehatan, kebugaran, dan kegembiraan.

Dalam melakukan kegiatan olahraga tersebut mengutamakan nilai-nilai kesenangan atau kepuasaan, positif, sehat, tanpa paksaan dam dilakukan dalam konteks waktu senggang (Nababan, 2018). Olahraga rekreasi merupakan salah satu jenis kegiatan wisata yang perkembangannya cukup pesat di Indonesia karena memiliki pegunungan, lautan, sungai dan danau yang begitu luas. Rekreasi adalah kegitan yang dikerjakan oleh seseorang atau secara bersama- sama dengan orang lain, dalam waktu senggang (luang) secara sadar serta sukarela untuk mendapatka kesenangan, kepuasan serta kesegaran pribadi dengan secara langsung dan segera Alfina, I. (2013).

Olahraga rekreasi, termasuk di dalamnya kegiatan rekreasi / wisata di alam terbuka, kegiatan pembinaan kebugaran jasmani, dan olahraga tradisional yang dilakukan oleh masyarakat yang sebenarnya telah tumbuh di Indonesia, tetapi masih berjalan sendiri-sendiri, dan sungguh merupakan sebuah tantangan bagi upaya untuk menggalakkan menjadi gerakan nasional yang dapat mendorong percepatan arah perubahan sosial yang diharapkan,. Olahraga rekreasi trekking merupakan salah satu kegiatan yang mengekspor alam sekitar guna mendapatkan kesenangan bagi diri sendiri ataupun kelompok. (Loviani, 2017) mengemukakan bahwa olahraga rekreasi merupakan olahraga yang dilakukan diwaktu luang didasarkan atas dasar keinginan sendiri berharap dengan aktivitas olahraga rekreasi tersebut mempengaruhi rasa senang. Rasa senang yang diinginkan boleh dari aktivitas olahraga rekreasi, bisa membuat anak bergairah, bersemangat untuk melakukan aktivitas belajar khususnya belajar olahraga. Sama seperti (Sara & Komaini, 2018) menyatakan bahwa olahraga rekreasi adalah olahraga yang mengarahkan kepada aktivitas gerak yang bertujuan untuk kesenangan dan kegembiraan. Wisata trekking selain menjadi aktivitas wisata juga memiliki banyak manfaat terhadap kualitas diri wisatawan, antara lain meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan kesehatan mental dan kreativitas, terapi penyembuhan atau pengaruh terhadap psikologis, memperlancar sirkulasi darah, membentuk otot pada tubuh, membakar kalori, menikmati pesona wisata alam, serta menumbuhkan hubungan sosial (Swadesi et al., 2020).

Kesimpulan dari kutipan di atas adalah Menurut Kusmaedi (2012:4) olahraga rekreasi merupakan olahraga yang dilakukan untuk tujuan rekreasi atau bersenang-senang.

Kawasan Goa Ngalau Indah Pangian memiliki keindahan alam yang luar biasa karena memiliki keindahan alam yang masih asri dan udaranya yang masih sejuk dan merupakan Goa Terindah Se Asia tenggara. untuk perjalanan menuju Goa Ngalau Indah Pangian kita disuguhi oleh alamnya yang indah, asri dan melalui tepi tebing dan sungai yang dimana kita akan bisa menikmati bunyi sungai dengan tenang sambil menghirup udaranya yang segar. Berdasarkan hasil penelitian di atas olahraga rekreasi trekking dikawasan Goa Ngalau Indah pangian memiliki potensi untuk dikembangkan karena memiliki rute dan lokasi yang strategis untuk dilakukannya olahraga rekreasi tersebut.

Copyright © 2020, Jurnal Ilmu Keolahragaan, ISSN (print), ISSN (online)

SIMP ULA N

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan penelitian yang telah dilaksanakan oleh peneliti mengenai analisis potensi olahraga rekreasi trekking di goa ngalau indah pangian kecamatan Lintau Buo Kabupaten Tanah Datar maka dapat diperoleh kesimpulan yaitu kawasan Goa Ngalau Indah Pangian memiliki Potensi untuk dikembangkannya olahraga rekreasi trekking, hal ini disebabkan karena kondisi alamnya, kondisi jalan, dan kondisi jalurnya yang sangat cocok untuk dikembangkannya olahraga rekreasi *trekking*. Dan tidak hanya itu, jalan yang dilalui untuk menuju lokasi trekking juga memadai dan prasarana *trekking*.

DAFTAR PUSTAKA

Alfina, I. (2013). Manajemen Pengelolaan Fasilitas Outbound Objek Wisata Linggo Asri Sebagai Wahana Pendidikan Rekreasi Di Kabupaten Pekalongan Tahun 2013 (Doctoral Dissertation, Universitas Negeri Semarang).

Husdarta. 2010. Sejarah dan Filsafat Olahraga. Bandung: Alfabeta.

Kusmaedi, Nurlan. (2012). Olahraga Lansia. Bandung: FPOK – UPI.

Loviani, S. D. (2017). PENGARUH OLAHRAGA REKREASI HIKINGTERHADAP KEBUGARAN JASMANI SISWA DI SMA NEGERI 1 CONGGEANG KABUPATEN SUMEDANG. JURNAL EDUKASI SEBELAS APRIL, 3(1), 1–7.

Nababan, Melfa Br, Rahman Dewi, and Imran Akhmad. 2018. "Analisis Pola Pembinaan Dan Pengembangan Olahraga Rekreasi Di Federasi Olahraga Rekreasi Masyarakat Indonesia Sumatera Utara Tahun 2017." Jurnal Pedagogik Olahraga 04: 38–55. https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jp or/article/view/11963.

Rosdiani, Dini. 2015. Pendidikan Rekreasi. Bandung: ALFABETA,cv

Rosmaneli, dkk. 2016. " Konsep Dasar Pendidikan Rekreasi". Padang: UNP

Sara, F. R., & Komaini, A. (2018)." Manajemen Pengelolaan Olahraga Rekreasi Trekking Di Air Terjun Nyarai Lubuk Alung Kab. Padang Pariaman." *Jurnal Stamina*, *1*(1), 325-337.

Sepdanius, E., Komaini, A., & Afriani, R. (2018). Standarization of experiential learning facilitator in West Sumatera. Jurnal Cakrawala Pendidikan, 37(2).

Suryadi Damanik.2014. Olahraga Rekreasi Prinsip dan Aplikasi. Medan:Unimed Press.

Swadesi, I. K. I., Sudiana, I. K., Ary, N. M., & Widiastini, S. (2020). Pengembangan Sdm Pengelolaan Olahraga *Trekking* Dalam Upaya Meningkatkan Ekonomi Desa. Proceeding Senadimas Undiksha, 941.

UNDANG.UNDANG REPUBLIK INDONESIA NOMOR ll TAHUN 2022 *TENTANG KEOLAHRAGAn*

Copyright © 2020, Jurnal Ilmu Keolahragaan, ISSN (print), ISSN (online)