



ANALISIS FAKTOR MELAKUKAN OLAHRAGA DI GOR AGUS SALIM KOTA PADANG

**Ilham Surya Pratama¹, Ahmad Chaeroni², Nugroho Susanto³,
Anggun Permata Sari⁴**

¹Universitas Negeri Padang.Kesehatan dan Rekreasi, Padang,Indonesia.

²Universitas Negeri Padang.Kesehatan dan Rekreasi, Padang,Indonesia.

³Universitas Negeri Padang.Kesehatan dan Rekreasi, Padang,Indonesia.

⁴Universitas Negeri Padang.Kesehatan dan Rekreasi, Padang,Indonesia.

Email : uyatamaa167@gmail.com

Received: artikel dikirim 23 Juni 2025 ; Revised: artikel revisi 10 Juli 2025; Accepted: artikel diterima 11 Agustus 2025

ABSTRAK

Olahraga merupakan aktivitas penting untuk menjaga kesehatan dan kebugaran jasmani serta rohani. Sejalan dengan hal tersebut, Gelanggang Olahraga (GOR) Agus Salim di Kota Padang menjadi salah satu fasilitas publik yang populer dan ramai dikunjungi oleh berbagai kalangan masyarakat untuk berolahraga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor masyarakat melakukan olahraga di GOR Agus Salim Kota Padang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif, yang berlokasi di Gelanggang Olahraga (GOR) Agus Salim, Kota Padang. Subjek penelitiannya berjumlah seratus orang, yaitu masyarakat yang aktif berolahraga di GOR Agus Salim, dan dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Selanjutnya, seluruh data dianalisis menggunakan teknik analisis interaktif model Miles dan Huberman.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipasi masyarakat dalam berolahraga di GOR Agus Salim dipengaruhi secara signifikan oleh kombinasi faktor internal dan eksternal yang saling mendukung. Faktor internal meliputi motivasi awal yang beragam (seperti persiapan masuk angkatan, mengisi waktu luang, menjaga penampilan, persiapan ibadah Umroh, hingga persiapan Paskibraka), kesadaran kesehatan yang tinggi (ditunjukkan oleh keinginan untuk menjaga kesehatan dan menerapkan pola hidup sehat), serta kesenangan dan kepuasan pribadi yang diperoleh dari aktivitas olahraga itu sendiri. Sementara itu, faktor eksternal mencakup lokasi GOR Agus Salim yang strategis di pusat kota, kondisi fasilitas yang lengkap dan memadai, serta suasana dan lingkungan GOR yang ramai dan nyaman yang menciptakan ekosistem sosial suportif. Interaksi kompleks antara faktor-faktor ini secara kolektif membentuk keputusan dan konsistensi partisipasi masyarakat.

Kata Kunci : Faktor, Olahraga, GOR Agus Salim

ABSTRACT

Exercise is an important activity for maintaining physical and mental health and fitness. Accordingly, the Agus Salim Sports Center (GOR) in Padang City is a popular public facility, frequented by a wide range of people. This study aims to determine the factors that influence people to exercise at the Agus Salim Sports Center in Padang City. This study used a qualitative approach with descriptive methods, located at the Agus Salim Sports Center (GOR) in Padang City.

How to Cite: Ilham Surya Pratama, Ahmad Chaeroni, Nugroho Susanto, Anggun Permata Sari (2025). Analisis Faktor Melakukan Olahraga Di GOR Agus Salim Kota Padang. Jurnal Ilmu Keolahragaan, 3(4), 55-62. <https://doi.org/10.21831/jk.vXiY.00001>



The study subjects were one hundred people, members of the public actively exercising at the Agus Salim Sports Center, selected through purposive sampling. Data collection was conducted through in-depth interviews, observation, and documentation. Furthermore, all data were analyzed using the interactive analysis model of Miles and Huberman. The results of the study indicate that community participation in sports at the Agus Salim Sports Hall is significantly influenced by a combination of mutually supportive internal and external factors. Internal factors include various initial motivations (such as preparation for joining the military, filling free time, maintaining appearance, preparing for the Umrah pilgrimage, to preparing for the Paskibraka), high health awareness (indicated by the desire to maintain health and adopt a healthy lifestyle), as well as personal pleasure and satisfaction obtained from the sports activity itself. Meanwhile, external factors include the strategic location of the Agus Salim Sports Hall in the city center, the condition of complete and adequate facilities, as well as the atmosphere and environment of the sports hall which is lively and comfortable which creates a supportive social ecosystem. The complex interaction between these factors collectively shapes the decision and consistency of community participation.

Keywords: Factor, Sports, GOR Agus Salim

PENDAHULUAN

Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, dan mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial. Berolahraga adalah salah satu cara yang paling sederhana yang dapat dilakukan masyarakat untuk menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh sambil mengimbangi rutinitas pekerjaan yang sering dilakukan masyarakat dewasa ini (Rahman *et al.*, 2017).

Olahraga juga dapat membantu dalam mewujudkan dan menerapkan nilai-nilai gerakan olimpiade, khususnya dalam hal peningkatan kesehatan, pendidikan, dan kesejahteraan. Setiap orang dipersilakan untuk berpartisipasi dalam kegiatan olahraga, tergantung pada minat, kemampuan, dan peluang mereka. Olahraga dilakukan oleh banyak segmen masyarakat tanpa memandang perbedaan hak, status sosial, atau tingkat pendidikan (Hidayat *et al.*, 2020).

Olahraga yang kita amati saat ini ataupun yang dapat kita lakukan dengan bersama-sama tidak hanya sebuah ajang perlombaan untuk mendapatkan sebuah medali, bukan juga sebuah ajang untuk mengadu otot, bukan juga hanya semata-mata bertujuan untuk mencapai sebuah prestasi akan tetapi lebih dari itu semua ialah sebagai fasilitas untuk mengembangkan serta meningkatkan sumber daya manusia yang lebih baik lagi dari sebelumnya, mutu hidup yang lebih baik, semacam meningkatkan kesehatan fisik, kesehatan mental, sosial serta emosional. Sesuai dengan guna serta tujuan berolahraga, kita dapat memahami bermacam wujud aktivitas berolahraga (Damayanti & Noordia, 2021).

Berdasarkan tingkat intensitasnya, olahraga dibagi menjadi 3 yaitu intensitas ringan, intensitas rendah dan intensitas berat. Olahraga dengan intensitas berat merupakan aktivitas yang dilakukan minimal 10 menit hingga napas dan denyut nadi meningkat lebih dari biasanya, yaitu seperti lari cepat, mendaki gunung, menimba air, mencangkul dan lain sebagainya. Olahraga dengan intensitas sedang yaitu aktivitas yang dilakukan minimal 5 hari ataupun lebih yaitu dengan menggunakan durasi waktu 150 menit dalam satu minggu, seperti berjalan, menyapu, mengepel dan lain sebagainya. Selain pada kriteria diatas maka termasuk dalam olahraga intensitas ringan (Khoirunnisa *et al.*, 2025).

Banyak tempat untuk masyarakat melakukan kegiatan olahraga, tetapi salah satu tempat yang banyak dikunjungi dan disediakan pemerintah untuk melakukan olahraga adalah Gelanggang Olah Raga (GOR) Agus Salim Kota Padang. GOR ini beralamat di Rimbo Kaluang, kec. Padang Barat, Kota Padang, Sumatera Barat. Aktivitas olahraga yang banyak dilakukan masyarakat di GOR Agus Salim adalah bersepeda, jogging, dan jalan santai (Sari & Khaidir, 2019).

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan pada tanggal 8 Desember 2024, banyak ditemui masyarakat sekitar dari berbagai kalangan seperti anak-anak, remaja, dewasa, kaum pelajar, pegawai

sipil maupun swasta melakukan olahraga di GOR Agus Salim. Selain itu, GOR Agus Salim memiliki fasilitas olahraga yang cukup memadai, karena terdapat area yang cukup luas untuk berolahraga dan menjual dagangan bagi pedagang kaki lima sehingga ramai dikunjungi oleh masyarakat. Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul ***“Analisis Faktor Melakukan Olahraga di GOR Agus Salim Kota Padang”***.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis deskriptif, yang berfokus pada pemahaman mendalam terhadap faktor-faktor pendorong partisipasi masyarakat dalam aktivitas olahraga. Lokasi penelitiannya di Gelanggang Olahraga (GOR) Agus Salim, Kota Padang, sebuah pilihan strategis mengingat statusnya sebagai pusat olahraga terbesar dan terpopuler di wilayah tersebut. Adapun waktu pelaksanaan penelitian ini berlangsung selama lima hari, yakni dari tanggal 21 Juli hingga 25 Juli 2025.

Subjek penelitian melibatkan seratus individu yang secara aktif berolahraga di GOR Agus Salim. Pemilihan subjek dilakukan melalui teknik *purposive sampling*, didasarkan pada kriteria spesifik yang relevan dengan fokus penelitian. Pengumpulan data dilakukan dari dua sumber utama: data primer yang diperoleh langsung melalui wawancara mendalam dan observasi lapangan, serta data sekunder yang berasal dari dokumen terkait. Peneliti bertindak sebagai instrumen kunci, didukung oleh pedoman wawancara dan lembar observasi yang telah disiapkan.

Metode pengumpulan data mencakup wawancara mendalam yang bersifat semi-terstruktur, observasi langsung untuk mengamati dinamika aktivitas dan lingkungan GOR, serta dokumentasi untuk analisis informasi tertulis. Seluruh data yang berhasil dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis interaktif model Miles dan Huberman, yang meliputi tahap reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Validitas dan reliabilitas temuan penelitian dipastikan melalui penerapan kriteria kredibilitas, transferabilitas, dependabilitas, dan konfirmabilitas, termasuk penggunaan triangulasi sumber dan metode.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipasi masyarakat dalam berolahraga di GOR Agus Salim dipengaruhi secara signifikan oleh dua kategori faktor utama: internal dan eksternal. Interaksi kompleks antara faktor-faktor ini secara kolektif membentuk keputusan dan konsistensi partisipasi masyarakat.

1. Faktor Internal

Faktor internal merujuk pada dorongan dari dalam diri individu yang memengaruhi keputusan mereka untuk berolahraga. Berdasarkan wawancara, terdapat tiga faktor internal utama:

a. Motivasi Awal:

- 1) Persiapan Masuk Angkatan: Sembilan informan memiliki tujuan spesifik untuk persiapan fisik tes masuk angkatan. Contohnya, Zaki menyatakan, "*Saya latihan di GOR Agus Salim ini karena memang lagi persiapan fisik buat tes masuk Angkatan.*" Senada dengan itu, Kemal menambahkan, "*Bisa dibilang, GOR Agus Salim ini jadi 'kantor' kedua saya sekarang, karena*

semua latihan fisik yang saya butuhkan untuk tes masuk angkatan saya lakukan di sini, mulai dari lari sampai pull-up, demi bisa lolos seleksi nanti."

- 2) Mengisi Waktu Luang: Enam informan berolahraga untuk mengisi waktu luang. Faiza menuturkan, *"Awalnya, saya ke GOR Agus Salim ini cuma iseng saja, karena punya banyak waktu luang sepulang kerja atau di akhir pekan. Daripada bengong di rumah atau cuma main ponsel, lebih baik gerak badan di sini."*
- 3) Menjaga Penampilan: Dua informan termotivasi untuk menjaga penampilan fisik. Ahmad mengatakan, *"Awalnya saya ke GOR ini karena merasa badan mulai kurang ideal dan ingin terlibat lebih buger, apalagi dengan tuntutan pekerjaan yang mengharuskan bertemu banyak orang."*
- 4) Persiapan Ibadah Umrah: Satu informan termotivasi karena persiapan Umrah. Nurmaini menjelaskan, *"Saya sengaja rutin latihan di GOR ini sekarang, terutama jalan kaki dan sedikit lari, agar fisik saya prima dan tidak gampang lelah saat berada di Tanah Suci nanti."*
- 5) Persiapan Paskibraka: Satu informan berolahraga untuk persiapan Paskibraka. Aziz mengungkapkan, *"Saya sadar sekali, untuk bisa terpilih dan berdiri gagah sebagai bagian dari tim pengibar bendera pusaka, kondisi fisik saya tidak boleh main-main, harus benar-benar di puncaknya."*
- 6) Fokus Konsisten Berolahraga: Satu informan termotivasi untuk konsisten berolahraga. Ocha menyatakan, *"Dorongan awal saya untuk melangkah kaki ke GOR Agus Salim ini berakar pada tekad kuat untuk menanamkan kebiasaan olahraga yang konsisten dalam hidup saya."*

b. Kesadaran Kesehatan:

- 1) Sebanyak empat puluh delapan informan menyatakan bahwa mereka berolahraga untuk menjaga kesehatan dan pola hidup sehat. Sinta menjelaskan, *"Bagi saya, datang ke GOR Agus Salim ini bukan sekadar rutinitas, tapi sudah jadi kewajiban diri untuk menjaga kesehatan."* Tesa menambahkan, *"Saya sadar kalau kesehatan itu mahal, jadi saya lebih baik investasikan waktu untuk olahraga di GOR Agus Salim daripada keluar uang untuk ke dokter."*

c. Kesenangan dan Kepuasan Pribadi:

- 1) Dua informan secara spesifik menyebutkan kesenangan dan kepuasan pribadi sebagai pendorong. Fadel mengatakan, *"Saya merasa senang dan puas berolahraga di GOR Agus Salim karena tempatnya luas, banyak pilihan olahraga yang bisa dilakukan, dan suasananya ramai. Setelah berolahraga, rasanya semua stres dan penat hilang, badan juga jadi lebih segar."* Windi menambahkan, *"Jujur saja, saya sangat senang berolahraga di GOR Agus Salim karena fasilitasnya lengkap dan lokasinya mudah dijangkau."*

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal berasal dari lingkungan sekitar yang mendukung partisipasi olahraga:

a. Lokasi GOR Agus Salim

Tujuh informan menyatakan bahwa lokasi GOR yang strategis adalah alasan utama mereka berolahraga di sana. Azaldi mengungkapkan, *"Lokasi GOR Agus Salim ini sangat membantu saya. Karena letaknya di pusat kota, saya jadi tidak perlu menghabiskan banyak waktu di jalan."*

b. Kondisi Fasilitas GOR Agus Salim

Tujuh belas informan memilih GOR Agus Salim karena fasilitasnya yang lengkap dan memadai. Dwi menyatakan, *"Saya suka berolahraga di GOR Agus Salim karena fasilitasnya lengkap dan bagus. Di sini ada lapangan basket, futsal, dan lari, jadi saya punya banyak pilihan."*

c. Suasana dan Lingkungan GOR Agus Salim

Enam informan terdorong oleh suasana dan lingkungan GOR yang ramai dan nyaman. Mulyati mengatakan, *"Justru karena ramai, saya jadi betah. Rasanya seperti jadi bagian dari komunitas olahraga yang besar."*

PEMBAHASAN

Pembahasan menguraikan interaksi kompleks antara faktor-faktor internal dan eksternal yang ditemukan dalam hasil penelitian. Motivasi awal yang bervariasi menunjukkan bahwa GOR Agus Salim melayani berbagai tujuan individu, dari yang sangat spesifik (misalnya, persiapan militer) hingga kebutuhan rekreasi umum. Kesadaran kesehatan menjadi pendorong dominan dan berkelanjutan, di mana masyarakat secara proaktif berinvestasi pada kesehatan sebagai upaya preventif. Kesenangan dan kepuasan pribadi juga esensial, mengubah olahraga dari kewajiban menjadi kegiatan yang dinikmati, sebagian besar berkat pelepasan endorfin dan otonomi dalam memilih aktivitas.

1. Faktor Internal

Faktor internal merupakan dorongan personal yang signifikan dalam membentuk keputusan individu untuk berolahraga, khususnya di GOR Agus Salim (Raihanna *et al.*, 2023). Tiga faktor internal utama yang teridentifikasi dalam penelitian ini adalah motivasi awal, kesadaran kesehatan, serta kesenangan dan kepuasan pribadi.

Pertama, motivasi awal partisipan untuk datang ke GOR Agus Salim sangat bervariasi, mencerminkan spektrum kebutuhan dan tujuan yang luas di masyarakat. Sebagaimana hasil wawancara menunjukkan, motivasi ini berkisar dari tujuan yang sangat spesifik dan berjangka pendek, hingga kebutuhan yang lebih umum. Sebagai contoh, sembilan informan memiliki tujuan terfokus pada persiapan fisik untuk tes masuk angkatan. Pernyataan Zaki, *"Saya latihan di GOR Agus Salim ini karena memang lagi persiapan fisik buat tes masuk Angkatan,"* dan Kemal, *"Bisa dibilang, GOR Agus Salim ini jadi 'kantor' kedua saya sekarang, karena semua latihan fisik yang saya butuhkan untuk tes masuk angkatan saya lakukan di sini, mulai dari lari sampai pull-up, demi bisa lolos seleksi nanti,"* menunjukkan bahwa adanya tujuan yang jelas dan krusial menjadi pendorong utama yang sangat kuat, menghasilkan tingkat komitmen yang tinggi karena adanya target yang terukur dan batas waktu yang jelas. Di sisi lain, GOR Agus Salim juga menarik masyarakat dengan motivasi yang lebih umum, seperti mengisi waktu luang (enam informan), sebagaimana dituturkan Faiza, *"Awalnya, saya ke GOR Agus Salim ini cuma iseng saja, karena punya banyak waktu luang sepulang kerja,"* serta menjaga penampilan (dua informan), yang diungkapkan Ahmad, *"Awalnya saya ke GOR ini karena merasa badan mulai kurang ideal dan ingin terlibat lebih buger."* Motivasi unik lainnya seperti persiapan Paskibraka (Aziz) dan ibadah Umrah (Nurmaini) memperkuat temuan bahwa GOR ini merupakan fasilitas yang sangat fleksibel dan mampu mengakomodasi beragam kebutuhan.

Kedua, kesadaran kesehatan menjadi pendorong paling dominan dan berkelanjutan, seperti yang ditunjukkan oleh empat puluh delapan informan. Pernyataan Sinta, *"Bagi saya, datang ke GOR Agus Salim ini bukan sekadar rutinitas, tapi sudah jadi kewajiban diri untuk menjaga kesehatan,"* mencerminkan adanya motivasi intrinsik yang kuat. Masyarakat berolahraga bukan karena paksaan, melainkan karena kesadaran penuh akan manfaat kesehatan jangka panjang yang mereka rasakan secara langsung, yang merupakan wujud dari otonomi individu dalam memilih aktivitas yang memberikan manfaat bagi dirinya. Tesa lebih lugas menyatakan, *"Saya sadar kalau kesehatan itu mahal,*

jadi saya lebih baik investasikan waktu untuk olahraga di GOR Agus Salim daripada keluar uang untuk ke dokter," menunjukkan adanya pergeseran pola pikir masyarakat dari reaktif menjadi preventif. Pandangan ini juga diperkuat oleh pengakuan informan yang telah merasakan manfaat langsung dari berolahraga, seperti peningkatan stamina, berat badan ideal, dan kualitas tidur yang lebih baik. Pengalaman positif ini berfungsi sebagai penguat yang mendorong mereka untuk terus berolahraga secara konsisten.

Ketiga, kesenangan dan kepuasan pribadi adalah faktor kunci yang membuat kebiasaan olahraga bertahan. Meskipun kesadaran kesehatan seringkali menjadi pemicu awal, perasaan senang dan puas yang didapatkan dari aktivitas itu sendirilah yang mengubahnya menjadi kebiasaan. Dua informan, Fadel dan Windi, secara spesifik menyebutkan faktor ini, tetapi esensinya dirasakan oleh banyak informan lainnya. Pernyataan Fadel, *"Setelah berolahraga, rasanya semua stres dan penat hilang, badan juga jadi lebih segar,"* menunjukkan bahwa GOR Agus Salim menyediakan ruang untuk manfaat psikologis, yaitu sebagai katarsis atau pelepasan stres melalui pelepasan endorfin. Rasa senang ini juga muncul dari kebebasan memilih jenis olahraga yang paling diminati, memberikan otonomi dan mengurangi rasa terpaksa. Selain kesenangan, kepuasan pribadi juga menjadi faktor penguat yang signifikan, timbul dari pencapaian target yang dibuat secara pribadi dan penguasaan keterampilan baru, seperti berhasil menyelesaikan putaran lari lebih cepat atau mencapai target angkat beban. Rasa keberhasilan kecil ini secara internal memperkuat komitmen untuk terus berolahraga, menciptakan lingkaran umpan balik yang sangat kuat yang selaras dengan teori psikologi tentang penguasaan dan kompetensi sebagai pendorong utama motivasi intrinsik (Susanto *et al.*, 2022).

2. Faktor Eksternal

Aspek eksternal memainkan peran krusial dalam membentuk keputusan dan konsistensi partisipasi masyarakat dalam berolahraga di GOR Agus Salim. Tiga faktor utama diidentifikasi sebagai pendorong eksternal yang signifikan: lokasi yang strategis, kondisi fasilitas yang lengkap dan memadai, serta suasana dan lingkungan GOR yang ramai dan nyaman.

Pertama, lokasi GOR Agus Salim yang strategis merupakan daya tarik utama. Sebagaimana diungkapkan oleh tujuh informan, kemudahan akses menjadi pertimbangan penting. Pernyataan Azaldi, *"Karena letaknya di pusat kota, saya jadi tidak perlu menghabiskan banyak waktu di jalan,"* dengan jelas mengindikasikan bahwa GOR ini berhasil mengatasi salah satu hambatan terbesar dalam partisipasi olahraga, yaitu efisiensi waktu dan jarak tempuh. Aksesibilitas tinggi ini sangat relevan bagi individu dengan jadwal padat, seperti pelajar dan pekerja, yang ingin mengoptimalkan waktu luang mereka tanpa harus menghadapi perjalanan jauh atau kemacetan. Lokasi GOR di pusat kota juga menjadikannya titik pertemuan ideal yang didukung oleh ketersediaan jalur transportasi publik yang memadai, sehingga meminimalisir alasan klise seperti kendala lokasi yang seringkali menghambat niat berolahraga. Dengan demikian, lokasi GOR Agus Salim tidak hanya sekadar letak geografis, melainkan aset strategis yang secara langsung memengaruhi perilaku sehat masyarakat (Ikhlas & Jafnihirda, 2021). Kedua, kondisi fasilitas GOR Agus Salim yang lengkap dan memadai adalah faktor eksternal yang sangat signifikan, sebagaimana ditekankan oleh tujuh belas informan. GOR ini tidak hanya menyediakan satu jenis fasilitas, melainkan berbagai pilihan sarana olahraga yang terintegrasi, seperti lintasan lari yang terawat, lapangan basket, hingga lapangan futsal. Keberagaman fasilitas ini memberikan fleksibilitas luar biasa bagi pengunjung untuk memilih jenis olahraga yang sesuai dengan minat dan kebutuhan mereka, mencegah kebosanan dan mempertahankan minat jangka panjang. Dwi, salah satu informan, menegaskan, *"Saya suka*

berolahraga di GOR Agus Salim karena fasilitasnya lengkap dan bagus. Di sini ada lapangan basket, futsal, dan lari, jadi saya punya banyak pilihan." Selain itu, kualitas fasilitas yang terawat dengan baik, seperti permukaan lapangan yang mulus dan peralatan fungsional, secara langsung memengaruhi kenyamanan dan keamanan pengguna, menciptakan persepsi positif terhadap GOR sebagai tempat yang profesional. Kualitas ini juga mencakup fasilitas pendukung seperti area parkir yang memadai, kamar ganti yang bersih, dan toilet yang terawat, yang esensial untuk menghilangkan hambatan praktis bagi para pengguna. GOR Agus Salim berhasil menciptakan lingkungan fisik yang tidak hanya fungsional tetapi juga menyenangkan dan aman, yang pada akhirnya mendorong partisipasi yang lebih luas dan berkelanjutan dari masyarakat.

Ketiga, suasana dan lingkungan GOR Agus Salim yang ramai dan nyaman turut menjadi faktor pendorong yang kuat, seperti yang diungkapkan oleh enam informan. Mulyati mengatakan, *"Justru karena ramai, saya jadi betah. Rasanya seperti jadi bagian dari komunitas olahraga yang besar,"* secara kuat mengindikasikan bahwa GOR Agus Salim berhasil menciptakan lingkungan sosial yang suportif dan inklusif. Keramaian di GOR tidak dianggap sebagai gangguan, melainkan sebagai sumber energi positif yang memotivasi. Melihat orang lain berolahraga dapat menumbuhkan rasa persaingan yang sehat, semangat, dan motivasi untuk tidak mudah menyerah. Interaksi dengan sesama pegiat olahraga, baik teman yang datang bersama-sama maupun komunitas yang terbentuk di sana, memberikan dukungan emosional dan instrumental yang terbukti meningkatkan komitmen terhadap aktivitas fisik (Harjo, 2023).

Selain itu, GOR Agus Salim berfungsi sebagai ruang publik multifungsi yang terintegrasi dengan area kuliner dan rekreasi. Nadia menyoroti aspek ini dengan menyatakan, *"Fasilitasnya lengkap, pilihan makanannya juga banyak. Praktis dan seru banget buat isi waktu luang di sini,"* yang menunjukkan fungsi GOR sebagai pusat rekreasi sosial, bukan hanya sekadar tempat berolahraga. Ketersediaan warung atau kafe di sekitar GOR memungkinkan pengunjung untuk bersantai dan bersosialisasi setelah berolahraga, memperkaya pengalaman mereka secara keseluruhan. Kombinasi antara tempat berolahraga dan tempat bersosialisasi ini menjadikan GOR sebagai ruang publik yang multiguna, meningkatkan daya tariknya dan memperkuat ikatan sosial antar individu di Kota Padang (Wulandari & Erianjoni, 2021).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, disimpulkan bahwa keputusan masyarakat untuk berolahraga di GOR Agus Salim, Kota Padang, merupakan interaksi kompleks antara faktor internal dan eksternal yang saling mendukung. Faktor internal meliputi motivasi yang beragam (seperti tujuan spesifik untuk persiapan fisik, mengisi waktu luang, dan menjaga penampilan), kesadaran tinggi akan pentingnya kesehatan (ditunjukkan oleh keinginan untuk menjaga kesehatan dan menerapkan pola hidup sehat), serta kesenangan dan kepuasan pribadi yang diperoleh dari aktivitas olahraga. Sementara itu, faktor eksternal mencakup lokasi GOR Agus Salim yang strategis di pusat kota, ketersediaan fasilitas yang lengkap dan memadai, serta suasana dan lingkungan GOR yang ramai dan nyaman yang menciptakan ekosistem sosial suportif. GOR Agus Salim berhasil memenuhi kedua kebutuhan ini, menjadikannya pilihan favorit masyarakat Kota Padang untuk berolahraga secara konsisten dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Damayanti, S., & Noordia, A. (2021). Analisis Minat Masyarakat Dalam Melakukan Olahraga Dimasa Pandemi COVID-19. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9(3), 1–10.
- Harjo, I. W. W. (2023). *Pengantar Sosiologi Olahraga*. Universitas Brawijaya Press.
- Hidayat, T., Hudah, M., & Zhannisa, U. H. (2020). Survey Minat Masyarakat Untuk Olahraga Rekreasi Bersepeda Pada Masa Pandemi Covid 19 di Kabupaten Demak. *Journal of Physical Activity and Sports*, 1(1), 80–88.
- Ikhlas, M., & Jafnihirda, L. (2021). Sistem Pendukung Keputusan Penentuan Lokasi Usaha Strategis Bagi Pelaku UMKM di Kota Padang Menggunakan. *Cogito Smart Journal*, 7(2), 240–253.
- Khoirunnisa, H., Harum, E. R., Irsyadi, M. W., Khoirunisa, M. D., & Puspita, F. N. (2025). *Metode Olahraga Dibulan Puasa: Strategi Menjaga Berat Badan dan Kebugaran*. Kramantara JS.
- Rahman, F. A., Kristiyanto, A., & Sugiyanto, S. (2017). Motif, Motivasi, Dan Manfaat Aktivitaspendakian Gunung Sebagai Olahraga Rekreasi Masyarakat. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 16(2), 143–153. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v16i2.4251>
- Raihanna, Kabia, A., Fitri, M., & Paramitha, S. T. (2023). Fitfluence: Menginvestigasi Pengaruh Influencers Kebugaran dalam meningkatkan Kebiasaan Berolahraga pada Generasi Z. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 8(2), 189–198.
- Sari, A. N., & Khaidir, A. (2019). Utilization of the public space in gelanggang olahraga area H. Agus Salim Padang. *JPPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 4(2), 135–138.
- Susanto, N., Pranoto, N. W., Iragraha, S. F., & Anam, K. (2022). nalisis Manajemen Fasilitas Olahraga di Sumatera Barat. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 8(2), 353–360.
- Wulandari, M., & Erianjoni, E. (2021). Perubahan Makna Nongkrong Bagi Remaja (Studi Kasus Remaja yang “Nongkrong” di Kawasan GOR Haji Agus Salim Kota Padang). *Jurnal Perspektif*, 4(1), 113–124