

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang Masalah

Kebugaran jasmani merupakan suatu keadaan yang sangat diinginkan oleh setiap orang, Karena Derajat kebugaran jasmani seseorang sangat menentukan kemampuan fisiknya dalam melaksanakan tugas sehari-hari. Semakin tinggi kebugaran jasmani seseorang semakin tinggi pula kemampuan kerja fisiknya. Pada dasarnya kebugaran jasmani adalah keadaan kemampuan jasmani yang dapat menyesuaikan fungsi alat-alat tubuhnya terhadap tugas jasmani tertentu dan terhadap lingkungan yang harus diatasi dengan cara yang efisien tanpa kelelahan yang berlebihan. Tidak menimbulkan kelelahan yang berlebihan yang berarti adalah setelah seseorang melakukan kegiatan, ia masih memiliki cukup tenaga dan semangat untuk menikmati waktu luangnya dan untuk kegiatan-kegiatan yang bersifat mendadak. Dalam perkembangannya, istilah kebugaran jasmani menjadi terjemahan yang populer bagi istilah *physical fitness*.

Fitness adalah kegiatan olahraga pembentukan otot-otot tubuh atau fisik yang dilakukan secara rutin dan berkala, yang bertujuan untuk menjaga vitalitas tubuh dan berlatih disiplin. Memiliki otot tubuh yang ideal dan profesional adalah idaman setiap individu, yang mana hal ini cukup mempengaruhi performa kita dipandangan mata orang lain. Untuk memperoleh bentuk tubuh ideal diperlukan usaha yang tidaklah sesingkat hitungan detik. Diperlukan disiplin waktu dan asupan makanan yang dikonsumsi. Berlatih secara berkala merupakan

faktor penentu guna memperoleh bentuk tubuh yang ideal. *Fitness* sudah menjadi gaya hidup trend saat ini. Ada banyak sekali sarana atau tempat-tempat yang mengkhususkan fasilitasnya untuk berkegiatan *fitness*, salah satunya yaitu di kota Semarang, di kota Semarang *fitness* berkembang dengan pesat, berdirinya beberapa *fitness center* berskala besar dengan skala industri, berada di lokasi-lokasi yang sangat strategis seperti di hotel-hotel kota Semarang, sehingga terciptanya peluang dalam penyediaan sarana prasarana *fitness center* dengan konsep mega gym. Berdirinya *fitness center* besar tersebut memberikan dampak yang kuat pengaruhnya terhadap minat masyarakat dalam menentukan dimana mereka akan melakukan aktivitas olahraga.

Dalam prosesnya fenomena yang terjadi dalam industri *fitness center* berkaitan dengan kualitas pelayanan kepada pengguna jasa tersebut masih relatif rendah. Hal ini terbukti dari fasilitas yang terbatas, pelayanan yang kurang baik dan sarana prasarana pendukung kurang lengkap akan berdampak buruk bagi *fitness center* itu sendiri. sehingga *Fitness Center* dituntut harus dapat memberikan pelayanan yang terbaik kepada pengguna jasa pelayanan secara cepat dan tepat. Cepat artinya pelayanan yang diberikan dilaksanakan dalam waktu yang singkat, sedangkan tepat maksudnya dapat memenuhi kebutuhan jasa kebugaran seperti yang dikehendaki. Terpenuhi atau tidaknya kebutuhan *member* atau pengguna jasa *fitnes center*, sangat erat kaitannya dengan masalah kepuasan. sehingga Kepuasan pengguna menjadi tolak ukur keberhasilan *fitness center*. Dengan memberikan pelayanan yang berkualitas sehingga mempengaruhi kepuasan kepada *member* maka *fitness center* tersebut akan mengalami

peningkatan pelanggan atau *member*. Adapun program yang ditawarkan oleh pusat kebugaran berupa penurunan berat badan, penambahan berat badan, pembentukan otot (*body building*). Program latihan yang ditawarkan tersebut diharapkan dapat menjadikan suatu daya tarik bagi masyarakat. Terutama bagi masyarakat yang belum mempunyai dasar latihan beban dan ingin memperoleh kebugaran dengan melakukan latihan beban. Hal tersebut dilakukan oleh manajemen pusat kebugaran dengan menyediakan jasa *personal trainer*.

Personal trainer adalah profesi yang dilengkapi pendidikan dan pelatihan khusus bersertifikat dalam urusan metode menjaga kebugaran tubuh, anatomi tubuh, psikologi dan hal lainnya sesuai ketentuan resmi yang berlaku untuk mencapai suatu tujuan dari kegiatan latihan fisik dari *fitness center*. Berkembangnya pusat kebugaran yang ada di hotel kota Semarang diimbangi juga dengan banyaknya orang yang ingin menjadi seorang *personal trainer* tanpa mengetahui ilmu yang ada didalam *personal trainer* tersebut. Hasilnya pada saat *member* membutuhkan informasi yang menyangkut program latihan yang baik dan benar tidak ada jawabannya, dengan demikian jasa pelayanan dari *personal trainer* tersebut dinilai tidak kompeten, dikarenakan kurangnya pengetahuan dan keterampilan terhadap bidang *personal trainer*. Pembuatan program latihan serta pelayanan yang diberikan *personal trainer* berbeda-beda yang menyebabkan tingkat keberhasilan *member* satu dengan yang lain berbeda. Hal ini dikarenakan banyak faktor yang mempengaruhi, salah satu diantaranya terbatasnya *personal trainer* yang memiliki pendidikan sarjana olahraga dengan kompetensi pengelolaan *fitness* terkadang membuat program-program yang ditawarkan di

fitness center tidak bisa berjalan sesuai kaidah-kaidah latihan yang benar, seperti sistem evaluasi program, cara pembebanan, dan cara pemantauan program. Bagi pusat kebugaran yang memiliki *personal trainer* berkompotensi yang memadai tentu tujuan yang akan dicapai oleh *member* akan dapat dijalankan dengan benar.

Sesuai dengan hasil observasi yang dilakukan kepada *member* banyak *member* yang memilih jasa pelayanan *personal trainer* komplain terhadap hasil program latihan dikarenakan kurangnya pengetahuan dan keterampilan *personal trainer* mengenai program latihan sehingga apa yang ingin dicapai oleh *member* tidak sesuai dengan harapannya. Hal ini dikarenakan banyak faktor yang mempengaruhi, salah satu diantaranya kompetensi seorang *personal trainer* itu sendiri terhadap bidangnya, padahal harga untuk menggunakan jasa pelayanan seorang *personal trainer* sangat mahal, maka dari itu *member* mengharapkan seorang *personal trainer* harus profesional, akan tetapi banyak seorang *personal trainer* yang bekerja berdasarkan dari pengalaman pribadi sewaktu menjadi *member* di *fitness center* atau pernah menjuarai dalam berbagai kompetisi fisik, angkat berat atau binaraga. Oleh karena itu, peneliti tertarik ingin mengambil tema tentang “Analisis Profesional *Personal Trainer* di *Fitness Center* Hotel Kota Semarang Tengah Tahun 2019”.

Kompetensi seorang *personal trainer* sangat penting karena mempengaruhi hasil dari program latihan, seorang *personal trainer* yang profesional akan dapat memberikan pelayanan yang baik terhadap *member* sehingga tujuan dari seorang *member* dapat tercapai. Ada tiga komponen utama dalam pembentukan profesional yang diantaranya meliputi: pengetahuan,

keterampilan dan sikap. Jadi *personal trainer* dikatakan profesional apabila sudah memenuhi dari semua yang ada pada komponen kompetensi tersebut.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan maka dapat diidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi kompetensi *personal trainer* di *fitness center* hotel kota Semarang Tengah. Faktor-faktor tersebut yaitu kompetensi profesional *personal trainer* yang meliputi kognitif, afektif dan psikomotor.

1.3 Batasan Masalah

Kompetensi seorang *personal trainer* sangat berpengaruh terhadap keberhasilan dalam melatih *member*. Hal ini dikarenakan seorang *personal trainer* yang baik membutuhkan kognitif, afektif dan psikomotor yang memadai.

Mengingat luasnya cakupan masalah, keterbatasan waktu dan dana dalam penelitian ini, maka batasan dalam penelitian ini yaitu Seberapa Profesional *Personal Trainer* di Hotel Kota Semarang Tengah Tahun 2019 Tentang Kompetensi Kognitif, Afektif dan Psikomotor.

1.4 Rumusan Masalah

Dari latar belakang dan batasan masalah diatas maka dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini yaitu Bagaimana Kompetensi Profesional *Personal Trainer* di *Fitness Center* Hotel Kota Semarang Tengah Tahun 2019 ?

1.5 Tujuan Penelitian

Sejalan dengan rumusan penelitian di atas maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah Untuk Menganalisis Kompetensi Profesional *Personal Trainer* di *Fitness Center* Hotel Kota Semarang Tengah Tahun 2019.

1.6 Manfaat Penelitian

1). Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi ilmu pengetahuan olahraga khususnya yang terkait dengan perkembangan kualitas pelayanan dalam pusat kebugaran (*fitness center*). dan bermanfaat bagi pihak yang akan melakukan penelitian lebih lanjut.

2). Secara praktis

a). Bermanfaat bagi *personal trainer* untuk mendorong mereka dalam meningkatkan kemampuan guna tercapainya Pelayanan yang baik, khususnya yang berada di daerah kota semarang.

b). Bermanfaat bagi pengguna sebagai informasi bagi *member fitness* di kota Semarang mengenai cara memilih *personal trainer* yang sesuai harapan dan berkompeten dibidangnya.