



Global Journal Sport Science

<https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/gjss>

Volume 3, Nomor 3 Juli 2025

e-ISSN: 3031-396J

DOI.10.35458

Partisipasi Mahasiswa dalam Kegiatan Olahraga Kampus: Analisis Fenomenologis

Muh. Syahrul Syamsuddin¹

¹Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

muh.syahrul.syamsuddin@unm.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan memahami secara mendalam pengalaman hidup mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan (FIKK) Universitas Negeri Makassar dalam berpartisipasi pada kegiatan olahraga kampus. Menggunakan pendekatan fenomenologis deskriptif, penelitian ini melibatkan 12 informan yang dipilih melalui teknik purposive sampling dengan kriteria mahasiswa aktif FIKK UNM yang telah mengikuti kegiatan olahraga kampus minimal selama satu semester. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur, observasi partisipatif, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan metode Colaizzi yang meliputi tahapan ekstraksi pernyataan signifikan, formulasi makna, kategorisasi tema, dan validasi temuan kepada partisipan. Hasil penelitian mengungkapkan lima tema utama yang muncul dari pengalaman partisipasi mahasiswa: (1) motivasi intrinsik dan ekstrinsik dalam berpartisipasi, (2) dinamika interaksi sosial dan pembentukan identitas komunitas, (3) tantangan dan hambatan dalam mempertahankan konsistensi partisipasi, (4) makna kesehatan fisik dan mental yang diperoleh, dan (5) transformasi karakter dan soft skills melalui aktivitas olahraga. Temuan menunjukkan bahwa partisipasi dalam kegiatan olahraga kampus tidak hanya memberikan manfaat kesehatan fisik, tetapi juga berkontribusi signifikan terhadap pengembangan kepribadian, keterampilan sosial, dan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Penelitian ini memberikan implikasi penting bagi pengembangan kebijakan dan program olahraga kampus yang lebih responsif terhadap kebutuhan dan pengalaman mahasiswa.

Kata Kunci: partisipasi mahasiswa, olahraga kampus, fenomenologi, FIKK UNM, pengalaman hidup

PENDAHULUAN

Pendidikan tinggi di Indonesia mengalami transformasi paradigmatis yang tidak hanya menekankan pada pencapaian akademik semata, tetapi juga pada pengembangan karakter, kesehatan, dan keterampilan holistik mahasiswa. Dalam konteks ini, kegiatan olahraga kampus menjadi salah satu wahana penting yang berkontribusi terhadap pembentukan mahasiswa yang sehat secara fisik, mental, dan sosial (Hidayat & Arifin, 2021). Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan (FIKK) Universitas Negeri Makassar sebagai lembaga pendidikan tinggi yang fokus pada pengembangan ilmu keolahragaan memiliki posisi strategis dalam menyelenggarakan berbagai kegiatan olahraga yang tidak hanya bersifat kompetitif tetapi juga rekreatif dan edukatif.

Partisipasi mahasiswa dalam kegiatan olahraga kampus merupakan fenomena kompleks yang melibatkan berbagai dimensi psikologis, sosial, dan kultural. Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa aktivitas fisik dan olahraga di lingkungan kampus memberikan dampak positif yang signifikan terhadap kesehatan fisik mahasiswa, termasuk peningkatan kebugaran kardiorespiratori, pengurangan

risiko penyakit degeneratif, dan peningkatan kualitas tidur (Rahmawati & Kusuma, 2020). Namun demikian, manfaat partisipasi dalam olahraga kampus melampaui aspek kesehatan fisik semata. Penelitian-penelitian terkini menunjukkan bahwa keterlibatan dalam aktivitas olahraga di kampus juga berkontribusi terhadap kesehatan mental, pengurangan stres akademik, peningkatan kepercayaan diri, dan pengembangan keterampilan kepemimpinan (Permana & Wijaya, 2022).

Meskipun berbagai manfaat partisipasi dalam olahraga kampus telah terdokumentasi dengan baik, data empiris menunjukkan adanya variasi yang cukup besar dalam tingkat partisipasi mahasiswa. Survei yang dilakukan oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi menunjukkan bahwa hanya sekitar 35-40 persen mahasiswa di Indonesia yang secara aktif dan konsisten terlibat dalam kegiatan olahraga kampus (Santoso et al., 2021). Fenomena rendahnya partisipasi ini juga diamati di berbagai perguruan tinggi, termasuk di FIKK UNM, meskipun fakultas ini memiliki fasilitas olahraga yang memadai dan berbagai program olahraga yang beragam. Kondisi paradoksal ini mengundang pertanyaan penting tentang faktor-faktor yang mempengaruhi keputusan mahasiswa untuk berpartisipasi atau tidak berpartisipasi dalam kegiatan olahraga kampus, serta bagaimana mereka mengalami dan memaknai pengalaman partisipasi tersebut.

Penelitian-penelitian sebelumnya tentang partisipasi mahasiswa dalam olahraga kampus cenderung menggunakan pendekatan kuantitatif dengan fokus pada identifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi partisipasi, seperti motivasi, persepsi terhadap manfaat, hambatan, dan dukungan sosial (Nugroho & Setiawan, 2020). Pendekatan ini telah memberikan kontribusi penting dalam memahami pola-pola umum partisipasi mahasiswa. Namun, pendekatan kuantitatif memiliki keterbatasan dalam menangkap kompleksitas pengalaman subjektif mahasiswa, makna yang mereka konstruksi dari pengalaman tersebut, dan konteks sosio-kultural yang membentuk partisipasi mereka. Untuk mengisi kesenjangan ini, diperlukan pendekatan penelitian yang mampu mengeksplorasi secara mendalam dimensi eksperiensial dan interpretatif dari fenomena partisipasi mahasiswa dalam olahraga kampus.

Pendekatan fenomenologis menawarkan kerangka metodologis yang tepat untuk mengeksplorasi esensi pengalaman hidup manusia tentang fenomena tertentu (Hasibuan & Lubis, 2023). Dalam konteks penelitian ini, pendekatan fenomenologis memungkinkan peneliti untuk memahami secara mendalam bagaimana mahasiswa FIKK UNM mengalami, memaknai, dan menginterpretasikan partisipasi mereka dalam kegiatan olahraga kampus. Melalui pendekatan ini, peneliti dapat mengungkap struktur makna yang mendasari pengalaman partisipasi, memahami konteks kehidupan mahasiswa yang membentuk pengalaman tersebut, dan mengidentifikasi tema-tema esensial yang muncul dari pengalaman hidup mereka (Maulana & Prasetyo, 2021).

FIKK UNM dipilih sebagai lokus penelitian ini karena beberapa pertimbangan strategis. Pertama, sebagai fakultas yang secara khusus berfokus pada pendidikan dan pengembangan ilmu keolahragaan, FIKK UNM memiliki berbagai program olahraga kampus yang terstruktur dan beragam, mulai dari olahraga kompetitif seperti sepak bola, bola basket, dan atletik, hingga olahraga rekreatif seperti yoga, senam, dan olahraga tradisional. Kedua, mahasiswa FIKK UNM memiliki karakteristik unik karena latar belakang pendidikan mereka yang berkaitan dengan keolahragaan, sehingga pengalaman dan persepsi mereka tentang partisipasi dalam olahraga kampus dapat memberikan wawasan yang lebih kaya dan mendalam. Ketiga, FIKK UNM memiliki fasilitas olahraga yang memadai dan dukungan institusional yang kuat untuk pengembangan kegiatan olahraga, namun tantangan dalam mempertahankan tingkat partisipasi mahasiswa yang konsisten tetap menjadi isu yang relevan.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dan praktis yang signifikan. Secara teoretis, penelitian ini akan memperkaya pemahaman tentang fenomena partisipasi mahasiswa dalam olahraga kampus dari perspektif fenomenologis, yang selama ini masih terbatas dalam literatur Indonesia. Secara praktis, temuan penelitian ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan kebijakan dan program olahraga kampus yang lebih responsif terhadap kebutuhan, pengalaman, dan makna yang dikonstruksi oleh mahasiswa. Dengan memahami secara mendalam pengalaman hidup mahasiswa, institusi pendidikan tinggi dapat merancang strategi yang lebih efektif untuk meningkatkan partisipasi dan memaksimalkan manfaat kegiatan olahraga bagi pengembangan holistik mahasiswa (Wibowo & Kurniawan, 2022).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologis deskriptif untuk mengeksplorasi pengalaman hidup mahasiswa FIKK UNM dalam berpartisipasi pada kegiatan olahraga kampus. Fenomenologi deskriptif dipilih karena fokusnya pada deskripsi yang kaya dan mendalam tentang pengalaman hidup manusia sebagaimana dialami oleh individu, tanpa interpretasi teoretis yang berlebihan dari peneliti. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk memahami esensi dan struktur makna dari pengalaman partisipasi mahasiswa dalam olahraga kampus dari perspektif partisipan sendiri (Susanto & Rahayu, 2020).

Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Makassar pada periode Maret hingga Agustus 2024. Lokasi penelitian mencakup berbagai fasilitas olahraga kampus seperti lapangan sepak bola, gedung olahraga, kolam renang, dan area olahraga outdoor lainnya di lingkungan FIKK UNM. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada pertimbangan bahwa FIKK UNM merupakan salah satu fakultas dengan program kegiatan olahraga yang beragam dan partisipasi mahasiswa yang cukup signifikan, sehingga memberikan konteks yang kaya untuk eksplorasi fenomenologis.

Partisipan penelitian dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria inklusi yang telah ditetapkan. Kriteria tersebut meliputi mahasiswa aktif FIKK UNM yang terdaftar pada program studi di lingkungan fakultas, telah mengikuti kegiatan olahraga kampus minimal selama satu semester akademik, bersedia memberikan informasi secara sukarela dan menandatangani informed consent, serta mampu mengomunikasikan pengalamannya dengan baik. Jumlah partisipan ditentukan berdasarkan prinsip saturasi data, di mana pengumpulan data dihentikan ketika tidak ada lagi informasi baru yang signifikan yang muncul dari wawancara. Dalam penelitian ini, saturasi data tercapai pada partisipan ke-12, yang terdiri dari enam mahasiswa laki-laki dan enam mahasiswa perempuan dari berbagai program studi dan tingkat semester yang berbeda (Andriani & Mahmud, 2021).

Pengumpulan data dilakukan melalui tiga metode utama untuk mencapai triangulasi data dan meningkatkan kredibilitas temuan. Metode pertama adalah wawancara mendalam semi-terstruktur yang menjadi sumber data utama dalam penelitian ini. Wawancara dilakukan secara individual dengan durasi rata-rata 60-90 menit per sesi, menggunakan panduan wawancara yang telah dikembangkan berdasarkan tinjauan literatur dan tujuan penelitian. Pertanyaan wawancara bersifat terbuka dan dirancang untuk mengeksplorasi berbagai aspek pengalaman partisipasi mahasiswa, seperti motivasi, proses pengalaman, makna yang dikonstruksi, tantangan yang dihadapi, dan dampak yang dirasakan. Semua wawancara direkam menggunakan audio recorder dengan izin partisipan dan kemudian ditranskrip verbatim untuk keperluan analisis.

Metode kedua adalah observasi partisipatif yang dilakukan oleh peneliti di berbagai kegiatan olahraga kampus. Observasi ini bertujuan untuk memahami konteks sosial dan situasional di mana partisipasi mahasiswa berlangsung, mengamati interaksi antar mahasiswa, dinamika kegiatan, dan aspek-aspek non-verbal dari pengalaman partisipasi. Peneliti mencatat hasil observasi dalam bentuk fieldnotes yang kemudian digunakan sebagai data pelengkap untuk memperkaya pemahaman tentang pengalaman partisipan. Metode ketiga adalah dokumentasi yang meliputi pengumpulan dokumen-dokumen relevan seperti jadwal kegiatan olahraga kampus, data partisipasi mahasiswa, foto-foto kegiatan, dan dokumen institusional lainnya yang dapat memberikan konteks tambahan untuk memahami fenomena yang diteliti (Firmansyah & Iskandar, 2023).

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode Colaizzi, yang merupakan salah satu metode analisis fenomenologis yang sistematis dan terstruktur. Tahap pertama adalah peneliti membaca dan membaca ulang seluruh transkrip wawancara untuk mendapatkan pemahaman menyeluruh tentang pengalaman partisipan. Tahap kedua adalah ekstraksi pernyataan signifikan dari setiap transkrip, yaitu identifikasi kata-kata, frasa, atau kalimat yang secara langsung berkaitan dengan fenomena yang diteliti. Tahap ketiga adalah formulasi makna, di mana peneliti menginterpretasikan makna yang tersembunyi di balik pernyataan signifikan dengan tetap setia pada pengalaman partisipan. Tahap keempat adalah pengorganisasian formulasi makna ke dalam kluster-kluster tema yang koheren. Tahap kelima adalah integrasi tema-tema ke dalam deskripsi mendalam tentang fenomena yang diteliti. Tahap keenam adalah penyusunan deskripsi esensi dari fenomena, yang merupakan struktur fundamental dari pengalaman partisipasi mahasiswa dalam olahraga kampus.

Tahap terakhir adalah validasi temuan dengan mengembalikan deskripsi esensi kepada beberapa partisipan untuk memastikan bahwa deskripsi tersebut secara akurat merepresentasikan pengalaman mereka (Rahman & Sutrisno, 2022).

Untuk memastikan kualitas dan keabsahan penelitian, beberapa strategi validasi diterapkan. Kredibilitas dicapai melalui prolonged engagement di lapangan, triangulasi sumber data dan metode pengumpulan data, serta member checking untuk memvalidasi interpretasi peneliti. Transferabilitas dijamin melalui penyediaan deskripsi tebal tentang konteks penelitian dan karakteristik partisipan, sehingga pembaca dapat menilai kemungkinan transfer temuan ke konteks lain. Dependabilitas dicapai melalui audit trail yang jelas, di mana semua tahapan penelitian didokumentasikan secara sistematis. Konfirmabilitas dijamin melalui reflexivity, di mana peneliti secara kritis merefleksikan posisi, asumsi, dan bias yang mungkin mempengaruhi proses penelitian dan interpretasi data. Penelitian ini juga telah memperoleh persetujuan etik dari komite etik penelitian institusi, dan semua partisipan telah memberikan informed consent sebelum berpartisipasi dalam penelitian (Cahyono & Budiman, 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis fenomenologis terhadap pengalaman 12 partisipan dalam penelitian ini menghasilkan lima tema utama yang mencerminkan esensi dari partisipasi mahasiswa FIKK UNM dalam kegiatan olahraga kampus. Kelima tema tersebut saling terkait dan membentuk struktur makna yang kompleks tentang bagaimana mahasiswa mengalami, memaknai, dan mentransformasi pengalaman partisipasi mereka menjadi bagian integral dari kehidupan kampus dan pengembangan diri mereka.

Tema pertama yang muncul adalah motivasi intrinsik dan ekstrinsik dalam berpartisipasi yang membentuk fondasi awal keputusan mahasiswa untuk terlibat dalam kegiatan olahraga kampus. Partisipan mengungkapkan bahwa motivasi intrinsik mereka berakar pada kecintaan terhadap olahraga sejak masa kanak-kanak, kebutuhan untuk menjaga kesehatan dan kebugaran, serta keinginan untuk mengembangkan keterampilan olahraga tertentu. Salah satu partisipan menjelaskan bahwa partisipasinya dalam kegiatan sepak bola kampus didorong oleh passion yang telah ia miliki sejak kecil dan keinginan untuk terus mengasah kemampuannya di lingkungan yang kompetitif namun supportif. Pengalaman ini resonan dengan konsep self-determination theory yang menekankan pentingnya motivasi intrinsik dalam mempertahankan perilaku aktivitas fisik jangka panjang (Pratama & Setiawan, 2020). Di sisi lain, motivasi ekstrinsik juga memainkan peran penting, terutama yang berkaitan dengan pengakuan sosial, kesempatan untuk mewakili fakultas dalam kompetisi antarfakultas atau antar-universitas, serta kebutuhan untuk memenuhi persyaratan akademik tertentu yang mengharuskan partisipasi dalam kegiatan kemahasiswaan. Beberapa partisipan menyebutkan bahwa mereka awalnya termotivasi oleh ajakan teman atau dorongan dari dosen, namun seiring waktu motivasi ekstrinsik ini bertransformasi menjadi motivasi intrinsik ketika mereka mulai merasakan manfaat dan kepuasan dari partisipasi tersebut.

Tema kedua adalah dinamika interaksi sosial dan pembentukan identitas komunitas yang menjadi aspek sentral dari pengalaman partisipasi mahasiswa. Partisipan mengungkapkan bahwa kegiatan olahraga kampus menyediakan ruang sosial yang unik di mana mereka dapat membangun relasi yang bermakna dengan mahasiswa lain, baik dari program studi yang sama maupun berbeda. Interaksi sosial dalam konteks olahraga memiliki karakteristik khusus yang berbeda dari interaksi di ruang kelas, yaitu lebih informal, egaliter, dan didasarkan pada kepentingan bersama. Salah satu partisipan menggambarkan bagaimana ia merasa lebih mudah membuka diri dan berteman dengan mahasiswa lain melalui kegiatan olahraga dibandingkan dengan setting akademik formal. Pengalaman ini konsisten dengan penelitian yang menunjukkan bahwa aktivitas olahraga memfasilitasi pembentukan modal sosial dan sense of belonging di kalangan mahasiswa (Hidayat & Arifin, 2021). Lebih lanjut, partisipan juga mengungkapkan bahwa melalui partisipasi konsisten dalam kegiatan olahraga tertentu, mereka mengembangkan identitas sebagai bagian dari komunitas olahraga kampus. Identitas ini tidak hanya sebatas label sebagai anggota tim atau klub, tetapi juga melibatkan internalisasi nilai-nilai seperti sportivitas, kerja sama tim, dedikasi, dan disiplin yang menjadi bagian dari karakter mereka. Proses pembentukan identitas ini sangat penting dalam konteks perkembangan psikososial mahasiswa, di mana mereka sedang dalam fase eksplorasi dan konsolidasi identitas diri (Rahmawati & Kusuma, 2020).

Tema ketiga yang muncul adalah tantangan dan hambatan dalam mempertahankan konsistensi partisipasi, yang mengungkap kompleksitas pengalaman mahasiswa dalam menyeimbangkan berbagai tuntutan kehidupan kampus. Hampir semua partisipan mengidentifikasi tekanan akademik sebagai hambatan utama yang sering kali membuat mereka harus mengurangi atau bahkan menghentikan partisipasi dalam kegiatan olahraga, terutama menjelang periode ujian atau ketika mereka harus menyelesaikan tugas-tugas akademik yang menumpuk. Konflik waktu antara jadwal kuliah, praktikum, tugas kelompok, dan jadwal latihan atau kompetisi olahraga menjadi sumber stres tersendiri bagi mahasiswa. Beberapa partisipan menjelaskan bahwa mereka harus melakukan negosiasi yang konstan antara prioritas akademik dan komitmen terhadap kegiatan olahraga, yang tidak jarang menimbulkan dilema dan perasaan bersalah ketika harus memilih salah satu. Hambatan lain yang disebutkan adalah keterbatasan fasilitas pada jam-jam tertentu, kondisi cuaca yang tidak mendukung untuk olahraga outdoor, keterbatasan finansial untuk membeli peralatan olahraga, serta kurangnya dukungan dari keluarga yang menganggap partisipasi dalam olahraga sebagai aktivitas yang mengalihkan fokus dari studi. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang mengidentifikasi berbagai hambatan struktural dan personal dalam partisipasi aktivitas fisik mahasiswa (Permana & Wijaya, 2022). Namun yang menarik, partisipan juga mengungkapkan berbagai strategi coping yang mereka kembangkan untuk mengatasi hambatan-hambatan tersebut, seperti manajemen waktu yang lebih efektif, komunikasi dengan dosen untuk fleksibilitas jadwal, serta pembentukan sistem dukungan sosial antar-anggota tim yang saling mengingatkan dan memotivasi untuk tetap konsisten berpartisipasi.

Tema keempat adalah makna kesehatan fisik dan mental yang diperoleh dari partisipasi dalam olahraga kampus, yang menunjukkan bahwa manfaat partisipasi melampaui kesehatan fisik semata. Partisipan secara konsisten melaporkan peningkatan kebugaran fisik, stamina, dan energi yang mereka rasakan sejak aktif berpartisipasi dalam kegiatan olahraga kampus. Mereka menggambarkan bagaimana tubuh mereka menjadi lebih bugar, tidur menjadi lebih berkualitas, dan mereka merasa lebih segar serta produktif dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Namun yang sama pentingnya, partisipan juga mengungkapkan dampak signifikan terhadap kesehatan mental mereka. Kegiatan olahraga menjadi outlet untuk melepaskan stres akademik dan tekanan kehidupan kampus, memberikan kesempatan untuk refreshing dan mengalihkan pikiran dari masalah-masalah yang mereka hadapi. Beberapa partisipan menjelaskan bahwa setelah berolahraga, mereka merasa lebih tenang, fokus meningkat, dan mood menjadi lebih baik, yang pada gilirannya berdampak positif pada performa akademik mereka. Pengalaman ini mendukung bukti empiris yang menunjukkan bahwa aktivitas fisik teratur berkontribusi terhadap pengurangan gejala depresi dan kecemasan, serta peningkatan well-being psikologis pada mahasiswa (Santoso et al., 2021). Lebih jauh, partisipan juga memaknai partisipasi dalam olahraga sebagai bentuk self-care dan investasi jangka panjang terhadap kesehatan mereka. Mereka menyadari bahwa kebiasaan berolahraga yang mereka kembangkan selama masa kuliah akan menjadi fondasi penting untuk gaya hidup sehat di masa depan, terutama mengingat risiko penyakit tidak menular yang semakin meningkat pada populasi muda (Nugroho & Setiawan, 2020).

Tema kelima adalah transformasi karakter dan soft skills melalui aktivitas olahraga, yang mengungkap dimensi pembentukan karakter yang menjadi outcome penting dari partisipasi mahasiswa. Partisipan melaporkan bahwa melalui keterlibatan dalam kegiatan olahraga kampus, mereka mengembangkan berbagai keterampilan non-teknis yang sangat berharga, baik untuk kehidupan kampus maupun persiapan karir profesional mereka. Keterampilan kerja sama tim menjadi salah satu yang paling sering disebutkan, di mana partisipan belajar bagaimana berkomunikasi efektif, menghargai perbedaan, berkompromi, dan bekerja menuju tujuan bersama dalam konteks tim olahraga. Pengalaman menghadapi kemenangan dan kekalahan dalam kompetisi juga mengajarkan mereka tentang resiliensi, sportivitas, dan kemampuan untuk bangkit dari kegagalan. Salah satu partisipan menceritakan pengalaman transformatif ketika timnya mengalami kekalahan dalam final kompetisi antar-fakultas, yang awalnya sangat mengecewakan namun kemudian menjadi momen pembelajaran penting tentang menerima hasil dengan lapang dada dan menggunakan kegagalan sebagai motivasi untuk berkembang lebih baik. Keterampilan kepemimpinan juga berkembang, terutama bagi partisipan yang memegang posisi sebagai kapten tim atau pengurus organisasi olahraga mahasiswa. Mereka belajar bagaimana memimpin dengan memberi contoh, memotivasi anggota tim, mengelola konflik, dan membuat keputusan di bawah tekanan. Disiplin dan manajemen waktu juga

menjadi keterampilan penting yang berkembang, karena partisipasi dalam olahraga menuntut komitmen waktu yang konsisten dan kemampuan untuk menyeimbangkan berbagai prioritas. Temuan ini konsisten dengan penelitian yang menunjukkan bahwa partisipasi dalam olahraga berkontribusi signifikan terhadap pengembangan soft skills yang sangat dibutuhkan dalam dunia kerja kontemporer (Wibowo & Kurniawan, 2022).

Selain kelima tema utama tersebut, analisis juga mengungkap beberapa sub-tema yang memperkaya pemahaman tentang kompleksitas pengalaman partisipasi mahasiswa. Sub-tema tersebut termasuk peran teknologi dan media sosial dalam memfasilitasi koordinasi dan membangun komunitas olahraga virtual, pentingnya dukungan institusional dalam bentuk penyediaan fasilitas yang memadai dan pengakuan terhadap prestasi olahraga mahasiswa, serta dinamika gender dalam partisipasi olahraga di mana mahasiswi menghadapi tantangan spesifik yang berkaitan dengan norma dan ekspektasi sosial. Beberapa partisipan perempuan mengungkapkan bahwa mereka awalnya menghadapi stigma atau skeptisme ketika memutuskan untuk berpartisipasi dalam olahraga yang secara tradisional didominasi oleh laki-laki, namun melalui konsistensi dan prestasi mereka, stigma tersebut perlahan berkurang dan bahkan mengubah persepsi orang lain tentang kemampuan perempuan dalam olahraga (Hasibuan & Lubis, 2023).

Pembahasan temuan penelitian ini dalam konteks yang lebih luas mengungkap beberapa implikasi penting. Pertama, pengalaman partisipasi mahasiswa dalam olahraga kampus tidak dapat dipahami hanya dari perspektif manfaat kesehatan fisik atau pencapaian prestasi olahraga semata, tetapi harus dilihat sebagai pengalaman holistik yang melibatkan dimensi fisik, psikologis, sosial, dan karakter. Pemahaman holistik ini penting untuk pengembangan program olahraga kampus yang lebih komprehensif dan responsif terhadap kebutuhan multidimensional mahasiswa. Kedua, hambatan dan tantangan yang dihadapi mahasiswa dalam mempertahankan konsistensi partisipasi memerlukan respons sistemik dari institusi, bukan hanya sekedar penyediaan fasilitas tetapi juga kebijakan yang lebih fleksibel dalam mengintegrasikan kegiatan olahraga dengan tuntutan akademik. Ketiga, peran komunitas dan interaksi sosial dalam konteks olahraga kampus menunjukkan pentingnya menciptakan lingkungan yang inklusif dan supportif yang dapat menarik dan mempertahankan partisipasi mahasiswa yang beragam (Maulana & Prasetyo, 2021).

Temuan penelitian ini juga memberikan wawasan tentang proses transformasi motivasi dari ekstrinsik ke intrinsik yang terjadi seiring dengan partisipasi yang konsisten, yang menunjukkan bahwa strategi promosi partisipasi olahraga kampus perlu mempertimbangkan perbedaan antara menarik mahasiswa untuk mulai berpartisipasi dan mempertahankan partisipasi jangka panjang. Strategi awal mungkin perlu lebih menekankan manfaat ekstrinsik seperti kesempatan sosialisasi, pengakuan, atau insentif lain, sementara dalam jangka panjang fokus perlu bergeser ke pengembangan motivasi intrinsik melalui pengalaman yang meaningful dan pengembangan identitas sebagai bagian dari komunitas olahraga. Selain itu, temuan tentang pengembangan soft skills melalui olahraga memberikan argumentasi kuat untuk mengintegrasikan kegiatan olahraga sebagai bagian formal dari kurikulum pendidikan tinggi, bukan hanya sebagai aktivitas ekstrakurikuler yang bersifat opsional (Susanto & Rahayu, 2020).

Dari perspektif teoretis, penelitian ini memperkaya literatur fenomenologi dalam konteks pendidikan olahraga di Indonesia dan menunjukkan bahwa pendekatan fenomenologis memberikan kedalaman pemahaman yang sulit dicapai melalui pendekatan kuantitatif. Struktur makna yang terungkap dari pengalaman hidup partisipan menunjukkan bahwa partisipasi dalam olahraga kampus adalah fenomena yang deeply personal namun juga socially situated, di mana makna yang dikonstruksi oleh individu dipengaruhi oleh interaksi dengan orang lain, norma sosial, dan konteks institusional. Temuan ini mendukung perspektif sosial-konstruktivis tentang pengalaman manusia dan menekankan pentingnya memahami fenomena dalam konteks kehidupan yang lebih luas (Andriani & Mahmud, 2021).

SIMPULAN

Penelitian ini mengungkapkan bahwa partisipasi mahasiswa FIKK UNM dalam kegiatan olahraga kampus merupakan pengalaman multidimensional yang mencakup lima tema utama: motivasi intrinsik dan ekstrinsik yang kompleks, dinamika interaksi sosial dan pembentukan identitas komunitas, tantangan dalam mempertahankan konsistensi partisipasi, makna kesehatan fisik dan mental yang holistik, serta transformasi karakter dan pengembangan soft skills. Pengalaman

partisipasi tidak hanya memberikan manfaat kesehatan fisik tetapi juga berkontribusi signifikan terhadap pengembangan psikososial, pembentukan karakter, dan persiapan mahasiswa untuk kehidupan profesional. Temuan penelitian menunjukkan bahwa meskipun mahasiswa menghadapi berbagai hambatan struktural dan personal, mereka mengembangkan strategi coping yang kreatif dan menemukan makna mendalam dari pengalaman partisipasi mereka yang melampaui manfaat instrumental semata.

Berdasarkan temuan penelitian, beberapa saran direkomendasikan untuk berbagai pemangku kepentingan. Bagi institusi perguruan tinggi, khususnya FIKK UNM, disarankan untuk mengembangkan kebijakan yang lebih fleksibel dalam mengintegrasikan kegiatan olahraga dengan tuntutan akademik, seperti pengakuan SKS untuk partisipasi aktif dalam olahraga kampus atau penjadwalan yang lebih akomodatif terhadap kegiatan olahraga. Institusi juga perlu meningkatkan penyediaan fasilitas olahraga yang memadai dan aksesibel, serta mengembangkan program promosi yang tidak hanya menekankan manfaat kesehatan tetapi juga aspek pengembangan karakter dan soft skills. Bagi organisasi kemahasiswaan olahraga, disarankan untuk menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan supportif yang dapat menarik partisipasi mahasiswa dengan berbagai tingkat kemampuan dan latar belakang, serta mengembangkan sistem mentoring atau buddy system untuk membantu mahasiswa baru beradaptasi dengan budaya olahraga kampus. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian longitudinal yang dapat mengeksplorasi transformasi pengalaman partisipasi mahasiswa sepanjang masa studi mereka, serta penelitian komparatif yang membandingkan pengalaman partisipasi di berbagai jenis institusi pendidikan tinggi atau berbagai cabang olahraga untuk mengidentifikasi keunikan dan kesamaan pengalaman. Penelitian lanjutan juga dapat mengeksplorasi secara spesifik pengalaman kelompok mahasiswa tertentu seperti mahasiswa perempuan, mahasiswa dengan disabilitas, atau mahasiswa dari latar belakang sosio-ekonomi tertentu untuk memahami kebutuhan dan tantangan spesifik yang mereka hadapi dalam berpartisipasi dalam olahraga kampus.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh partisipan penelitian yang telah bersedia meluangkan waktu dan berbagi pengalaman berharga mereka dengan terbuka dan jujur. Penghargaan juga disampaikan kepada pimpinan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Makassar yang telah memberikan izin dan dukungan untuk pelaksanaan penelitian ini. Terima kasih juga disampaikan kepada organisasi kemahasiswaan olahraga di FIKK UNM yang telah memfasilitasi akses peneliti ke berbagai kegiatan olahraga kampus. Peneliti juga berterima kasih kepada tim peneliti dan asisten peneliti yang telah membantu dalam proses pengumpulan dan analisis data. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang bermakna bagi pengembangan program olahraga kampus dan kesejahteraan mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, S., & Mahmud, A. (2021). Metodologi penelitian kualitatif: Pendekatan fenomenologis dalam studi pendidikan. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, 7(2), 145-158.
- Cahyono, B., & Budiman, A. (2021). Validitas dan reliabilitas dalam penelitian fenomenologi: Perspektif etika penelitian. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 19(1), 78-92.
- Firmansyah, D., & Iskandar, T. (2023). Triangulasi data dalam penelitian kualitatif: Aplikasi pada penelitian olahraga. *Indonesian Journal of Sport Science*, 5(1), 34-48.
- Hasibuan, R., & Lubis, M. (2023). Fenomenologi dalam penelitian pendidikan jasmani: Tinjauan metodologis. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 8(2), 112-125.
- Hidayat, T., & Arifin, Z. (2021). Peran aktivitas fisik dalam pengembangan karakter mahasiswa: Studi pada perguruan tinggi di Indonesia. *Jurnal Keolahragaan*, 9(1), 45-59.
- Maulana, I., & Prasetyo, Y. (2021). Analisis fenomenologis pengalaman atlet mahasiswa dalam menyeimbangkan prestasi akademik dan olahraga. *Sport Science and Health Journal*, 3(2), 167-182.
- Nugroho, A., & Setiawan, D. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi partisipasi mahasiswa dalam aktivitas fisik di kampus. *Jurnal Olahraga dan Kesehatan*, 15(3), 234-248.
- Permana, H., & Wijaya, A. (2022). Dampak aktivitas olahraga terhadap kesehatan mental mahasiswa: Studi literatur sistematis. *Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 4(1), 89-103.

- Pratama, R., & Setiawan, B. (2020). Motivasi intrinsik dan ekstrinsik dalam partisipasi olahraga mahasiswa. *Jurnal Psikologi Olahraga Indonesia*, 2(2), 156-170.
- Rahman, F., & Sutrisno, E. (2022). Metode Colaizzi dalam analisis data fenomenologi: Panduan praktis untuk peneliti pemula. *Jurnal Metodologi Penelitian Kualitatif*, 6(1), 67-81.
- Rahmawati, D., & Kusuma, I. (2020). Aktivitas fisik dan kesehatan mental mahasiswa: Tinjauan literatur. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(4), 298-312.
- Santoso, B., Widodo, A., & Prasetyo, H. (2021). Pola partisipasi mahasiswa dalam kegiatan olahraga di perguruan tinggi Indonesia: Survei nasional. *Indonesian Journal of Sport and Exercise Science*, 3(2), 45-61.
- Susanto, E., & Rahayu, S. (2020). Pendekatan fenomenologi dalam penelitian pendidikan olahraga: Konsep dan aplikasi. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(3), 201-215.
- Wibowo, A., & Kurniawan, F. (2022). Pengembangan soft skills melalui aktivitas olahraga: Perspektif mahasiswa dan dunia kerja. *Jurnal Manajemen Pendidikan dan Olahraga*, 7(1), 134-149.