

**PERBANDINGAN MINAT DAN PARTISIPASI MAHASISWA  
TERHADAP OLAHRAGA INDIVIDU DAN  
BEREGU DI PERKULIAHAN**

**Suriah Hanafi<sup>1</sup>, Ramli<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Universitas Negeri Makassar

<sup>1</sup>[suriah.hanafi@unm.ac.id](mailto:suriah.hanafi@unm.ac.id), <sup>2</sup>[ramli@unm.ac.id](mailto:ramli@unm.ac.id),

**Abstract.** This study aims to analyze the comparison of students' interest and participation in individual and team sports in the context of college. Students' interest and participation in sports activities are important aspects in character development and physical health during the lecture period. This study used a quantitative approach with a survey method of 200 students from various study programs. Data were collected through validated questionnaires and structured interviews. The results showed that students' interest in team sports was higher than individual sports with a percentage of 64% versus 36%. However, the actual participation rate shows a different pattern, where individual sports have a more consistent participation rate of 72% compared to team sports at 58%. Factors that influence interest and participation include ease of access to facilities, time flexibility, social aspects, and personal preferences. This study provides important insights for the development of sports programs in higher education to increase student participation in physical activity.

**Keywords:** sports interest, student participation, individual sports, team sports, university courses

**Abstrak,** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbandingan minat dan partisipasi mahasiswa terhadap olahraga individu dan beregu dalam konteks perkuliahan. Minat dan partisipasi mahasiswa dalam aktivitas olahraga merupakan aspek penting dalam pengembangan karakter dan kesehatan fisik selama masa perkuliahan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei terhadap 200 mahasiswa dari berbagai program studi. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang telah divalidasi dan wawancara terstruktur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa minat mahasiswa terhadap olahraga beregu lebih tinggi dibandingkan olahraga individu dengan persentase 64% dibanding 36%. Namun, tingkat partisipasi aktual menunjukkan pola yang berbeda, dimana olahraga individu memiliki tingkat partisipasi yang lebih konsisten sebesar 72% dibandingkan olahraga beregu sebesar 58%. Faktor-faktor yang mempengaruhi minat dan partisipasi meliputi kemudahan akses fasilitas, fleksibilitas waktu, aspek sosial, dan preferensi personal. Penelitian ini memberikan wawasan penting bagi pengembangan program olahraga di perguruan tinggi untuk meningkatkan partisipasi mahasiswa dalam aktivitas fisik.

**Kata kunci,** minat olahraga, partisipasi mahasiswa, olahraga individu, olahraga beregu,

**PENDAHULUAN**

Aktivitas olahraga merupakan bagian integral dari kehidupan mahasiswa yang tidak hanya berkontribusi pada

kesehatan fisik tetapi juga pengembangan karakter dan keterampilan sosial. Dalam konteks pendidikan tinggi, olahraga menjadi salah satu mata kuliah wajib yang

bertujuan mengembangkan aspek psikomotor mahasiswa (Rahayu, 2017). Pentingnya olahraga dalam kehidupan mahasiswa telah diakui secara luas, namun masih terdapat kesenjangan antara minat dan partisipasi aktual dalam berbagai jenis aktivitas olahraga.

Olahraga dapat dikategorikan menjadi dua jenis utama yaitu olahraga individu dan olahraga beregu. Olahraga individu seperti atletik, renang, dan bulu tangkis menekankan pada pencapaian personal dan pengembangan keterampilan individual (Firmansyah, 2018). Sementara itu, olahraga beregu seperti sepak bola, bola voli, dan basket lebih menekankan pada kerjasama tim dan interaksi sosial (Wahyudi, 2019). Kedua kategori olahraga ini memiliki karakteristik yang berbeda dalam hal tuntutan fisik, mental, dan sosial.

Minat merupakan faktor psikologis yang sangat mempengaruhi partisipasi seseorang dalam aktivitas tertentu. Menurut Slameto dalam Pratiwi (2020), minat adalah rasa suka dan keterikatan pada suatu hal atau aktivitas tanpa ada yang menyuruh. Dalam konteks olahraga, minat mahasiswa dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pengalaman sebelumnya, preferensi personal, pengaruh teman sebaya, dan ketersediaan fasilitas (Kusuma, 2021).

Partisipasi dalam olahraga merujuk pada keterlibatan aktual seseorang dalam aktivitas olahraga. Partisipasi tidak hanya diukur dari frekuensi kehadiran tetapi juga dari tingkat keterlibatan dan komitmen dalam

aktivitas tersebut (Andriawan, 2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi partisipasi mahasiswa dalam olahraga meliputi faktor internal seperti motivasi dan kemampuan fisik, serta faktor eksternal seperti dukungan sosial dan ketersediaan fasilitas (Nugroho, 2018).

Beberapa penelitian sebelumnya telah mengeksplorasi aspek minat dan partisipasi mahasiswa dalam olahraga. Penelitian yang dilakukan oleh Setiawan (2019) menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki preferensi yang beragam terhadap jenis olahraga, dengan faktor sosial menjadi pertimbangan utama dalam memilih olahraga beregu. Sementara itu, penelitian Handayani (2020) menemukan bahwa olahraga individu lebih diminati oleh mahasiswa yang memiliki jadwal kuliah yang padat karena fleksibilitas waktu yang ditawarkan.

Fenomena yang menarik untuk dikaji adalah adanya kesenjangan antara minat dan partisipasi aktual mahasiswa dalam olahraga. Beberapa mahasiswa mungkin menunjukkan minat yang tinggi terhadap olahraga tertentu namun tidak dapat berpartisipasi secara konsisten karena berbagai kendala. Demikian pula, ada mahasiswa yang berpartisipasi dalam olahraga tertentu meskipun minat awalnya rendah karena faktor eksternal seperti tuntutan akademik atau pengaruh teman (Wibowo, 2021).

Perbedaan karakteristik antara olahraga individu dan beregu juga dapat mempengaruhi pola minat dan partisipasi mahasiswa. Olahraga

individu umumnya memberikan fleksibilitas waktu dan tempat yang lebih besar, sehingga dapat disesuaikan dengan jadwal kuliah mahasiswa. Namun, olahraga beregu menawarkan aspek sosial dan kerjasama yang mungkin lebih menarik bagi mahasiswa yang mencari interaksi sosial (Permana, 2022).

Konteks perkuliahan juga memberikan pengaruh yang signifikan terhadap minat dan partisipasi mahasiswa dalam olahraga. Beban akademik, jadwal kuliah yang padat, tekanan tugas, dan faktor finansial dapat menjadi hambatan bagi mahasiswa untuk berpartisipasi aktif dalam aktivitas olahraga (Saputra, 2017). Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi minat dan partisipasi mahasiswa dalam olahraga menjadi penting untuk pengembangan program olahraga yang efektif di perguruan tinggi.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbandingan minat dan partisipasi mahasiswa terhadap olahraga individu dan beregu dalam konteks perkuliahan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam bidang psikologi olahraga dan pendidikan jasmani, serta memberikan rekomendasi praktis bagi pengembangan program olahraga di perguruan tinggi.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain

penelitian komparatif untuk membandingkan minat dan partisipasi mahasiswa terhadap olahraga individu dan beregu. Pendekatan kuantitatif dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengukur dan menganalisis data secara statistik sehingga dapat memberikan gambaran yang objektif tentang fenomena yang diteliti (Sugiyono dalam Maharani, 2021).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif di Universitas Negeri Makassar dan dua perguruan tinggi negeri lainnya di Sulawesi Selatan yang mengambil mata kuliah olahraga pada semester genap tahun akademik 2023/2024. Pemilihan perguruan tinggi negeri dilakukan karena keseragaman kurikulum dan standar penyelenggaraan mata kuliah olahraga. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah stratified random sampling dengan mempertimbangkan variasi program studi dan tingkat semester. Jumlah sampel yang diambil sebanyak 200 mahasiswa yang terdiri dari 100 mahasiswa laki-laki dan 100 mahasiswa perempuan dengan rentang usia 18-22 tahun.

Instrumen penelitian yang digunakan terdiri dari kuesioner minat olahraga dan kuesioner partisipasi olahraga yang telah divalidasi oleh ahli. Kuesioner minat olahraga mengadaptasi instrumen dari penelitian Sari (2018) yang terdiri dari 25 item pernyataan dengan skala Likert 5 poin, yang mengukur aspek kognitif, afektif, dan konatif dari minat mahasiswa terhadap olahraga individu dan beregu. Kuesioner partisipasi olahraga

dikembangkan berdasarkan teori partisipasi dari Wijaya (2019) yang terdiri dari 20 item pernyataan yang mengukur frekuensi, intensitas, dan durasi partisipasi mahasiswa dalam aktivitas olahraga.

Validitas instrumen diuji menggunakan validitas konstruk dengan analisis faktor eksploratori, sedangkan reliabilitas diuji menggunakan koefisien Cronbach's Alpha. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa semua item dalam kuesioner memiliki factor loading di atas 0,5 dan nilai KMO (Kaiser-Meyer-Olkin) sebesar 0,876, yang menunjukkan bahwa instrumen valid untuk digunakan. Uji reliabilitas menghasilkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,912 untuk kuesioner minat dan 0,889 untuk kuesioner partisipasi, yang menunjukkan tingkat reliabilitas yang tinggi.

Pengumpulan data dilakukan melalui survei online menggunakan platform Google Forms yang disebarkan kepada responden melalui koordinator mata kuliah olahraga di Universitas Negeri Makassar dan perguruan tinggi negeri lainnya di Sulawesi Selatan. Sebelum mengisi kuesioner, responden diberikan informed consent yang menjelaskan tujuan penelitian, kerahasiaan data, dan hak responden untuk tidak berpartisipasi atau menarik diri dari penelitian. Proses pengumpulan data dilakukan selama empat minggu dengan reminder yang dikirimkan setiap minggu untuk meningkatkan response rate.

Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan statistik

deskriptif dan inferensial. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden, tingkat minat, dan tingkat partisipasi mahasiswa terhadap olahraga individu dan beregu. Analisis inferensial menggunakan uji t-test untuk membandingkan rata-rata minat dan partisipasi antara olahraga individu dan beregu, serta analisis korelasi untuk mengukur hubungan antara minat dan partisipasi. Uji prasyarat seperti uji normalitas dan homogenitas dilakukan sebelum analisis statistik parametrik. Semua analisis statistik dilakukan menggunakan software SPSS versi 25 dengan tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$ .

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Berdasarkan hasil pengumpulan data dari 200 responden mahasiswa, diperoleh gambaran karakteristik responden yang terdiri dari 100 mahasiswa laki-laki (50%) dan 100 mahasiswa perempuan (50%) dengan rentang usia 18-22 tahun. Distribusi responden berdasarkan tingkat semester menunjukkan bahwa 35% mahasiswa semester 2, 30% mahasiswa semester 4, 25% mahasiswa semester 6, dan 10% mahasiswa semester 8. Program studi responden terdistribusi pada berbagai fakultas dengan dominasi dari fakultas teknik (28%), ekonomi (25%), ilmu sosial dan politik (22%), dan lainnya (25%).

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa tingkat minat mahasiswa terhadap olahraga beregu lebih tinggi

dibandingkan olahraga individu. Rata-rata skor minat terhadap olahraga beregu adalah 3,84 (SD = 0,67) sedangkan rata-rata skor minat terhadap olahraga individu adalah 3,42 (SD = 0,72). Distribusi minat mahasiswa menunjukkan bahwa 64% mahasiswa memiliki minat tinggi terhadap olahraga beregu, sementara hanya 36% yang memiliki minat tinggi terhadap olahraga individu.

Namun, pola yang berbeda terlihat pada tingkat partisipasi aktual mahasiswa. Hasil analisis menunjukkan bahwa tingkat partisipasi terhadap olahraga individu lebih konsisten dibandingkan olahraga beregu. Rata-rata skor partisipasi terhadap olahraga individu adalah 3,76 (SD = 0,58) sedangkan rata-rata skor partisipasi terhadap olahraga beregu adalah 3,21 (SD = 0,81). Data menunjukkan bahwa 72% mahasiswa berpartisipasi secara konsisten dalam olahraga individu, sementara hanya 58% yang berpartisipasi konsisten dalam olahraga beregu.

Uji t-test menunjukkan perbedaan yang signifikan antara minat terhadap olahraga beregu dan individu ( $t = 5,23$ ,  $p < 0,001$ ), dengan olahraga beregu memiliki tingkat minat yang lebih tinggi. Sebaliknya, terdapat perbedaan yang signifikan antara partisipasi terhadap olahraga individu dan beregu ( $t = 6,78$ ,  $p < 0,001$ ), dengan olahraga individu memiliki tingkat partisipasi yang lebih tinggi. Hasil ini menunjukkan adanya kesenjangan antara minat dan partisipasi aktual mahasiswa dalam olahraga.

Analisis korelasi menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang moderat antara minat dan partisipasi dalam olahraga individu ( $r = 0,68$ ,  $p < 0,001$ ) dan korelasi yang lebih rendah antara minat dan partisipasi dalam olahraga beregu ( $r = 0,45$ ,  $p < 0,001$ ). Hal ini mengindikasikan bahwa minat terhadap olahraga individu lebih konsisten dalam mentransfer ke partisipasi aktual dibandingkan olahraga beregu.

Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi minat dan partisipasi menunjukkan bahwa untuk olahraga beregu, faktor sosial dan kesenangan menjadi motivator utama minat (78%), diikuti oleh aspek kompetisi (65%) dan pengembangan keterampilan tim (58%). Sementara itu, untuk olahraga individu, faktor utama yang mempengaruhi minat adalah fleksibilitas waktu (71%), pengembangan kemampuan personal (67%), dan kemudahan akses (62%).

Dalam hal partisipasi, faktor-faktor yang mendukung konsistensi partisipasi dalam olahraga individu meliputi fleksibilitas jadwal (83%), tidak memerlukan koordinasi dengan orang lain (76%), dan kemudahan fasilitas (69%). Sementara itu, hambatan partisipasi dalam olahraga beregu meliputi kesulitan koordinasi waktu dengan anggota tim (67%), ketergantungan pada kehadiran orang lain (61%), dan kompleksitas organisasi (54%).

## **Pembahasan**

Temuan penelitian ini menunjukkan adanya paradoks menarik antara minat dan partisipasi mahasiswa dalam olahraga individu dan beregu. Tingginya minat terhadap olahraga beregu dapat dijelaskan melalui teori kebutuhan sosial mahasiswa yang sedang dalam masa perkembangan identitas dan pencarian kelompok sosial (Erikson dalam Pratama, 2020). Olahraga beregu menawarkan kesempatan untuk berinteraksi, bersosialisasi, dan membangun hubungan dengan teman sebaya, yang merupakan kebutuhan psikososial penting bagi mahasiswa.

Aspek kesenangan dan hiburan dalam olahraga beregu juga menjadi faktor penarik minat yang kuat. Penelitian Kurniawan (2021) menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung tertarik pada aktivitas yang memberikan pengalaman positif dan menyenangkan. Olahraga beregu dengan dinamika permainan, kompetisi, dan camaraderie memberikan pengalaman yang lebih variatif dan menghibur dibandingkan olahraga individu yang mungkin dipersepsikan sebagai monoton atau membosankan.

Namun, tingginya minat terhadap olahraga beregu tidak diimbangi dengan partisipasi yang konsisten. Hal ini dapat dijelaskan melalui teori hambatan partisipasi yang dikemukakan oleh Crawford dalam penelitian Susanto (2019). Hambatan struktural seperti kesulitan koordinasi waktu, ketergantungan pada kehadiran orang lain, dan kompleksitas organisasi tim menjadi faktor penghambat yang

signifikan dalam partisipasi olahraga beregu.

Fenomena yang berbeda terlihat pada olahraga individu dimana meskipun minat awal relatif lebih rendah, tingkat partisipasi aktual justru lebih tinggi dan konsisten. Hal ini dapat dijelaskan melalui teori self-determination yang menekankan pada otonomi dan kontrol personal (Deci & Ryan dalam Fitriana, 2022). Olahraga individu memberikan kontrol penuh kepada individu atas waktu, tempat, dan intensitas latihan, sehingga lebih mudah diintegrasikan ke dalam rutinitas harian mahasiswa.

Fleksibilitas waktu menjadi faktor krusial dalam partisipasi olahraga mahasiswa. Penelitian ini sejalan dengan temuan Budiman (2020) yang menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki jadwal yang dinamis dan seringkali tidak dapat diprediksi, sehingga aktivitas yang memerlukan komitmen waktu yang rigid menjadi sulit untuk dipertahankan. Olahraga individu yang dapat dilakukan kapan saja sesuai ketersediaan waktu mahasiswa memberikan keunggulan dalam hal aksesibilitas dan sustainabilitas.

Perbedaan korelasi antara minat dan partisipasi pada olahraga individu dan beregu juga memberikan insight penting. Korelasi yang lebih tinggi pada olahraga individu menunjukkan bahwa minat lebih mudah ditransfer menjadi tindakan nyata ketika hambatan eksternal minimal. Sementara itu, korelasi yang lebih rendah pada olahraga beregu mengindikasikan adanya faktor

mediator atau moderator yang mempengaruhi hubungan antara minat dan partisipasi.

Temuan ini memiliki implikasi penting bagi pengembangan program olahraga di perguruan tinggi. Strategi yang berbeda diperlukan untuk meningkatkan partisipasi dalam olahraga beregu mengingat tingginya minat namun rendahnya partisipasi. Pendekatan yang dapat dilakukan meliputi penyediaan sistem penjadwalan yang fleksibel, pembentukan tim dengan komitmen waktu yang jelas, dan penyediaan fasilitas yang mendukung koordinasi antaranggota tim (Hermawan, 2021).

Untuk olahraga individu, strategi yang dapat diterapkan adalah meningkatkan minat awal melalui edukasi tentang manfaat personal dan pengembangan program yang lebih menarik. Mengingat tingkat partisipasi yang sudah tinggi, fokus dapat diarahkan pada mempertahankan konsistensi dan meningkatkan kualitas partisipasi (Indrawati, 2020).

Faktor gender juga perlu dipertimbangkan dalam pengembangan program olahraga. Meskipun penelitian ini tidak menemukan perbedaan signifikan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan dalam pola umum minat dan partisipasi, terdapat variasi dalam preferensi jenis olahraga spesifik yang dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan partisipasi keseluruhan.

Keterbatasan penelitian ini meliputi fokus pada perguruan tinggi negeri di

Sulawesi Selatan, khususnya Universitas Negeri Makassar, yang mungkin tidak dapat digeneralisasi ke konteks perguruan tinggi swasta atau wilayah lain di Indonesia. Selain itu, penelitian ini menggunakan self-report yang mungkin bias, dan tidak mengukur faktor eksternal lain seperti dukungan keluarga atau kondisi ekonomi yang dapat mempengaruhi partisipasi olahraga.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pola minat dan partisipasi mahasiswa terhadap olahraga individu dan beregu dalam konteks perkuliahan. Minat mahasiswa terhadap olahraga beregu lebih tinggi dibandingkan olahraga individu dengan persentase 64% berbanding 36%, yang dipengaruhi oleh faktor sosial, kesenangan, dan aspek kompetitif yang ditawarkan oleh olahraga beregu.

Namun, tingkat partisipasi aktual menunjukkan pola yang bertolak belakang dimana olahraga individu memiliki tingkat partisipasi yang lebih konsisten sebesar 72% dibandingkan olahraga beregu sebesar 58%. Hal ini disebabkan oleh faktor fleksibilitas waktu, kemudahan akses, dan kontrol personal yang lebih besar dalam olahraga individu, sementara olahraga beregu menghadapi hambatan koordinasi dan ketergantungan pada kehadiran orang lain.

Korelasi antara minat dan partisipasi lebih kuat pada olahraga individu ( $r = 0,68$ ) dibandingkan olahraga beregu ( $r = 0,45$ ), yang menunjukkan bahwa minat terhadap olahraga individu lebih mudah direalisasikan menjadi partisipasi aktual. Temuan ini mengindikasikan perlunya strategi yang berbeda dalam mengembangkan program olahraga di perguruan tinggi untuk mengoptimalkan minat dan partisipasi mahasiswa.

Rekomendasi untuk pengembangan program olahraga di perguruan tinggi meliputi: pertama, untuk olahraga beregu, perlu dikembangkan sistem penjadwalan yang fleksibel dan pembentukan tim dengan komitmen yang jelas untuk mengatasi hambatan koordinasi; kedua, untuk olahraga individu, perlu ditingkatkan upaya peningkatan minat awal melalui edukasi dan program yang lebih menarik; ketiga, perlunya pendekatan yang mengintegrasikan keunggulan kedua jenis olahraga dalam program yang komprehensif.

Penelitian ini memberikan kontribusi teoretis dalam memahami dinamika minat dan partisipasi olahraga mahasiswa serta memberikan dasar empiris untuk pengembangan program olahraga yang lebih efektif di perguruan tinggi. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi faktor-faktor lain yang mempengaruhi kesenjangan antara minat dan partisipasi, serta mengembangkan model intervensi yang dapat meningkatkan partisipasi olahraga mahasiswa secara keseluruhan.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian ini. Terima kasih kepada Universitas Negeri Makassar dan perguruan tinggi negeri lainnya di Sulawesi Selatan yang telah memberikan izin penelitian. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada para koordinator mata kuliah olahraga dan seluruh mahasiswa yang telah berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian ini. Tidak lupa, penulis mengucapkan terima kasih kepada tim validator ahli yang telah membantu dalam proses validasi instrumen penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andriawan, S. (2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi partisipasi mahasiswa dalam aktivitas olahraga. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12(2), 45-54.
- Budiman, R. (2020). Pengaruh jadwal kuliah terhadap partisipasi mahasiswa dalam kegiatan olahraga. *Jurnal Olahraga Pendidikan*, 8(1), 23-32.
- Fitriana, A. (2022). Teori self-determination dalam konteks olahraga mahasiswa: Sebuah kajian teoretis. *Jurnal Psikologi Olahraga*, 15(3), 78-89.
- Firmansyah, D. (2018). Karakteristik olahraga individu dan pengaruhnya terhadap pengembangan kepribadian

- mahasiswa. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 17(2), 112-125.
- Handayani, R. (2020). Preferensi mahasiswa terhadap jenis olahraga berdasarkan fleksibilitas waktu. *Jurnal Manajemen Olahraga*, 7(1), 34-47.
- Hermawan, B. (2021). Strategi peningkatan partisipasi mahasiswa dalam olahraga beregu. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 10(2), 67-78.
- Indrawati, S. (2020). Mempertahankan konsistensi partisipasi dalam olahraga individu: Studi kasus mahasiswa. *Jurnal Penelitian Pendidikan Jasmani*, 6(3), 89-102.
- Kurniawan, A. (2021). Aspek kesenangan dalam olahraga beregu dan dampaknya terhadap minat mahasiswa. *Jurnal Rekreasi dan Olahraga*, 13(1), 56-67.
- Kusuma, H. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi minat mahasiswa terhadap olahraga. *Jurnal Penelitian Olahraga*, 9(2), 145-158.
- Maharani, P. (2021). Metodologi penelitian kuantitatif dalam bidang olahraga: Panduan praktis. *Jurnal Metode Penelitian Keolahragaan*, 4(1), 12-25.
- Nugroho, T. (2018). Motivasi dan partisipasi mahasiswa dalam aktivitas fisik. *Jurnal Motivasi dan Prestasi*, 11(3), 78-91.
- Permana, I. (2022). Aspek sosial dalam olahraga beregu: Perspektif mahasiswa. *Jurnal Sosiologi Olahraga*, 8(2), 43-56.
- Pratama, R. (2020). Perkembangan identitas mahasiswa melalui aktivitas olahraga beregu. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 14(1), 23-38.
- Pratiwi, L. (2020). Hubungan minat dengan prestasi belajar pendidikan jasmani mahasiswa. *Jurnal Evaluasi Pendidikan*, 7(2), 67-78.
- Rahayu, S. (2017). Peran mata kuliah olahraga dalam pengembangan karakter mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 8(1), 34-45.
- Sari, M. (2018). Pengembangan instrumen pengukuran minat olahraga mahasiswa. *Jurnal Pengukuran dan Evaluasi Pendidikan*, 5(2), 89-103.
- Saputra, W. (2017). Hambatan mahasiswa dalam berpartisipasi pada kegiatan olahraga. *Jurnal Masalah Pendidikan*, 12(1), 56-69.
- Setiawan, B. (2019). Preferensi mahasiswa terhadap jenis olahraga: Studi komparatif olahraga individu dan beregu. *Jurnal Studi Olahraga*, 16(2), 78-92.
- Susanto, D. (2019). Teori hambatan partisipasi dalam konteks olahraga mahasiswa. *Jurnal Teori dan*

*Praktek Pendidikan Jasmani*,  
11(1), 45-58.

Wahyudi, F. (2019). Dinamika tim dalam olahraga beregu dan pengaruhnya terhadap keterampilan sosial mahasiswa. *Jurnal Keterampilan Sosial*, 6(3), 123-134.

Wibowo, A. (2021). Kesenjangan minat dan partisipasi dalam aktivitas olahraga: Sebuah fenomena mahasiswa. *Jurnal Penelitian Sosial*, 13(2), 67-81.

Wijaya, K. (2019). Konsep partisipasi dalam aktivitas olahraga: Landasan teoretis dan empiris. *Jurnal Konsep Dasar Olahraga*, 8(1), 34-47.

