

Analisis Motivasi Remaja Bergabung pada Komunitas Arung Jeram di Kabupaten Aceh Tengah

Diyo Setiawan^{1*}, Novia Rozalini², Irfandi³

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Jasmani dan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bina Bangsa Getsempena, Jl. Tanggul Krueng Lamnyong No.34, Rukoh, Kec. Syiah Kuala, Kota Banda Aceh, Aceh
setiawandiyo2@gmail.com

Abstract

Rafting has become more than a recreational sport, serving as a medium for character building, teamwork, and the development of adolescents' physical and mental abilities. The growing participation of adolescents in rafting communities highlights the importance of understanding the factors that motivate their involvement. This study aimed to analyze the intrinsic motivation, extrinsic motivation, and obstacles experienced by adolescents in joining a white-water rafting community in Central Aceh Regency. A qualitative descriptive approach was employed involving 13 informants, consisting of six athletes, six non-athletes, and one coach from the Uning Rafting Community. Data were collected through observation, in-depth interviews, and documentation, and analyzed using data reduction, data display, and conclusion drawing. Intrinsic motivation included interest in water sports, the desire for new experiences and challenges, personal enjoyment, and self-development. Extrinsic motivation was influenced by peers, family support, coach encouragement, and opportunities to participate in competitions and achieve achievements. The main obstacles included weather and environmental conditions, physical limitations, and psychological barriers during training and competitions. Both intrinsic and extrinsic motivation play a significant role in encouraging adolescents to join and sustain their participation in the rafting community in Central Aceh Regency.

Keywords: Motivation, Adolescents, Rafting, Sports Community, Participation

Abstrak

Arung jeram tidak hanya berkembang sebagai olahraga rekreasi, tetapi juga menjadi wadah pembentukan karakter, kerja sama, serta pengembangan kemampuan fisik dan mental remaja. Meningkatnya partisipasi remaja dalam komunitas arung jeram mendorong pentingnya kajian mengenai faktor-faktor yang memengaruhi keterlibatan mereka. Penelitian ini bertujuan menganalisis motivasi intrinsik, motivasi ekstrinsik, serta hambatan yang dihadapi remaja dalam bergabung pada komunitas arung jeram di Kabupaten Aceh Tengah. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Informan berjumlah 13 orang yang terdiri atas 6 atlet, 6 nonatlet, dan 1 pelatih pada Komunitas Arung Jeram Uning Kabupaten Aceh Tengah. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi, kemudian dianalisis melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Motivasi intrinsik meliputi hobi, minat terhadap olahraga air, keinginan memperoleh pengalaman dan tantangan baru, kepuasan pribadi, serta pengembangan kemampuan diri. Motivasi ekstrinsik dipengaruhi oleh teman, lingkungan, keluarga, pelatih, serta peluang mengikuti event dan meraih prestasi. Hambatan yang ditemukan meliputi kondisi cuaca, keterbatasan fisik, dan hambatan mental saat latihan maupun perlombaan. Motivasi intrinsik dan ekstrinsik berperan penting dalam mendorong remaja bergabung dan mempertahankan partisipasinya dalam komunitas arung jeram di Kabupaten Aceh Tengah.

Kata Kunci: Motivasi, Remaja, Arung Jeram, Komunitas Olahraga, Partisipasi

Copyright (c) 2026 Diyo Setiawan, Novia Rozalini, Irfandi

✉ Corresponding author: Diyo Setiawan

Email Address: setiawandiyo2@gmail.com (Jl. Tanggul Krueng Lamnyong No.34, Kota Banda Aceh, Aceh)

Received 01 June 2026, Accepted 15 June 2026, Published 02 July 2026

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan aktivitas yang berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup karena tidak hanya berfungsi menjaga kebugaran jasmani, tetapi juga membentuk karakter, kedisiplinan, kemampuan mengendalikan emosi, serta keterampilan bekerja sama (Kurniawan & Kartiko, 2023). Perkembangan olahraga pada era modern menunjukkan bahwa aktivitas fisik telah menjadi media pembelajaran sosial dan psikologis yang mampu menumbuhkan sportivitas, kepemimpinan, tanggung

jawab, dan daya saing individu (Agustin et al., 2022; Fajjel et al., 2021). Kondisi tersebut menjadikan olahraga sebagai bagian penting dalam pembangunan sumber daya manusia yang sehat, tangguh, dan produktif (Komaini et al., 2022).

Olahraga petualangan (*adventure sport*) berkembang sebagai alternatif aktivitas yang memadukan tantangan, eksplorasi alam, dan kemampuan beradaptasi terhadap lingkungan (Novianti et al., 2025). Arung jeram menjadi salah satu cabang olahraga yang mengalami perkembangan pesat karena menuntut kerja sama tim, kemampuan mengambil keputusan, serta ketahanan fisik dan mental dalam menghadapi karakteristik arus sungai yang dinamis (Harwindito et al., 2024). Aktivitas tersebut tidak hanya berorientasi pada aspek rekreatif, tetapi juga memberikan pengalaman belajar mengenai kepemimpinan, kepercayaan, dan tanggung jawab (Aris Kastori Frawarna et al., 2025). Penelitian menunjukkan bahwa pengelolaan arung jeram yang profesional berpengaruh terhadap keselamatan serta keberlanjutan partisipasi peserta.

Komunitas olahraga menjadi sarana strategis dalam mengembangkan potensi remaja karena menyediakan ruang untuk berinteraksi, berlatih, serta membangun identitas diri melalui aktivitas positif (Deci & Ryan, 2022). Keterlibatan remaja dalam komunitas arung jeram dipengaruhi oleh motivasi intrinsik, seperti kesenangan, minat, dan kebutuhan akan tantangan, maupun motivasi ekstrinsik berupa dukungan keluarga, teman sebaya, pelatih, serta peluang memperoleh prestasi (Ginting et al., 2021; Komaini et al., 2022). Kajian sebelumnya menjelaskan bahwa motivasi masyarakat mengikuti arung jeram umumnya didorong oleh kebutuhan rekreasi, interaksi sosial, dan pelepasan dari rutinitas, sedangkan persepsi terhadap risiko dan keterbatasan fasilitas masih menjadi faktor penghambat partisipasi (Anggara et al., 2023).

Kabupaten Aceh Tengah memiliki potensi yang besar dalam pengembangan olahraga arung jeram karena didukung bentang alam pegunungan serta sungai berarus deras yang sesuai untuk aktivitas olahraga petualangan (Bappeda Aceh Tengah, 2023). Sungai Uning di Kecamatan Pegasing berkembang sebagai lokasi pembinaan atlet sekaligus destinasi wisata arung jeram yang dikelola bersama oleh Koperasi Wisata Alam Gayo dan Federasi Arung Jeram Indonesia (FAJI) Aceh Tengah (Federasi Arung Jeram Indonesia, 2020). Hasil observasi awal pada 09 Januari 2026 menunjukkan bahwa pembinaan atlet telah berlangsung secara terstruktur melalui latihan rutin, kegiatan komunitas, serta partisipasi dalam berbagai kejuaraan (Setiawan, 2026). Kondisi tersebut memperlihatkan kesiapan kelembagaan, meskipun partisipasi remaja lokal masih menghadapi kendala berupa minimnya promosi, keterbatasan pelatihan serta persepsi terhadap risiko olahraga arus deras (Toyib & Soenyoto, 2020).

Penelitian mengenai arung jeram telah banyak dilakukan, tetapi sebagian besar masih berfokus pada aspek pengelolaan wisata, keselamatan, manajemen organisasi, dan motivasi peserta secara umum (Arianti, 2020). Kajian Kurniawan & Kartiko (2023) menitikberatkan pada potensi pengembangan wisata olahraga, sedangkan Ginting et al. (2021) mengidentifikasi motivasi rekreasi dan interaksi sosial, namun belum mengungkap secara mendalam hubungan antara motivasi intrinsik, motivasi ekstrinsik, dan hambatan remaja dalam konteks komunitas arung jeram di daerah.

Keterbatasan penelitian terdahulu menunjukkan masih terdapat ruang untuk mengkaji motivasi remaja secara lebih komprehensif dalam komunitas olahraga berbasis alam (Bandura, 2019). Remaja merupakan kelompok yang sedang berada pada fase pembentukan identitas sehingga keputusan bergabung dalam suatu komunitas dipengaruhi oleh kebutuhan akan kompetensi, otonomi, dan keterhubungan sosial sebagaimana dijelaskan dalam *Self-Determination Theory* (Deci & Ryan, 2022; Vasconcellos et al., 2025) serta teori perkembangan Erikson (Santrock, 2021). Kebaruan penelitian ini terletak pada analisis terpadu mengenai motivasi intrinsik, motivasi ekstrinsik, dan hambatan partisipasi remaja dalam komunitas arung jeram di Kabupaten Aceh Tengah yang belum banyak dikaji pada penelitian sebelumnya.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif untuk menganalisis motivasi remaja bergabung pada Komunitas Arung Jeram di Kabupaten Aceh Tengah. Penelitian dilaksanakan di Sungai Uning dan Sungai Lukup Badak yang merupakan pusat kegiatan arung jeram di Aceh Tengah. Informan penelitian berjumlah 13 orang yang terdiri atas 6 atlet remaja, 6 remaja nonatlet, dan 1 pelatih yang dipilih secara purposive berdasarkan keterlibatannya dalam kegiatan arung jeram. Data diperoleh melalui observasi partisipatif, wawancara mendalam, dan dokumentasi, sedangkan keabsahan data diuji menggunakan triangulasi sumber, triangulasi metode, *member checking*, dan *audit trail*. Analisis data dilakukan secara interaktif melalui tahapan reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan, dan verifikasi sehingga menghasilkan temuan yang mendalam mengenai motivasi intrinsik, motivasi ekstrinsik, serta hambatan yang memengaruhi partisipasi remaja dalam komunitas arung jeram di Kabupaten Aceh Tengah (Creswell & Poth, 2020; Moleong, 2021; Sugiyono, 2022).

HASIL DAN DISKUSI

Hasil Penelitian

Hasil wawancara terhadap 13 informan yang terdiri atas 6 atlet, 6 nonatlet, dan 1 pelatih menunjukkan bahwa motivasi intrinsik menjadi faktor utama yang mendorong remaja bergabung dalam Komunitas Arung Jeram Uning Kabupaten Aceh Tengah. Motivasi tersebut tercermin dari hobi dan minat terhadap olahraga air, keinginan memperoleh pengalaman dan tantangan baru, rasa senang serta kepuasan pribadi, dan keinginan mengembangkan kemampuan diri (Sipayung et al., 2019). Keempat aspek tersebut muncul secara konsisten pada sebagian besar informan dan menjadi alasan utama mereka tetap aktif mengikuti latihan maupun kegiatan arung jeram.

Hobi dan Minat terhadap Olahraga Air

Hobi dan minat terhadap olahraga air menjadi motivasi intrinsik yang paling awal mendorong remaja untuk mengenal dan bergabung dengan komunitas arung jeram. Sebagian besar informan mengaku telah memiliki ketertarikan terhadap aktivitas alam terbuka sehingga arung jeram dipandang sebagai olahraga yang mampu memberikan pengalaman berbeda sekaligus menyalurkan minat tersebut.

Ketertarikan ini berkembang menjadi komitmen untuk mengikuti latihan secara rutin dan terus meningkatkan kemampuan.

Salah seorang informan menjelaskan bahwa ketertarikannya terhadap arung jeram muncul karena sejak awal menyukai aktivitas yang berhubungan dengan sungai dan olahraga alam.

"...Saya memang suka kegiatan di alam, terutama yang berhubungan dengan air. Setelah mencoba arung jeram, saya merasa olahraga ini sesuai dengan minat saya karena memberikan pengalaman yang berbeda dan membuat saya semakin tertarik untuk terus mengikuti latihan..."

Temuan tersebut menunjukkan bahwa minat terhadap olahraga air menjadi modal awal yang memperkuat keterlibatan remaja dalam komunitas arung jeram.

Keinginan Mencari Pengalaman dan Tantangan Baru

Keinginan memperoleh pengalaman baru dan menghadapi tantangan juga menjadi alasan penting yang mendorong remaja mengikuti kegiatan arung jeram. Aktivitas ini dipersepsikan mampu memberikan pengalaman yang tidak diperoleh dari olahraga lain, terutama dalam menghadapi arus sungai, bekerja sama dalam tim, serta mengambil keputusan secara cepat di lapangan. Pengalaman tersebut memberikan kepuasan tersendiri sehingga memotivasi remaja untuk terus berpartisipasi.

Salah seorang informan mengungkapkan bahwa tantangan yang ada dalam arung jeram justru menjadi alasan utama dirinya bertahan dalam komunitas.

"...Saya ingin mencoba hal-hal baru yang menantang. Di arung jeram setiap latihan selalu ada pengalaman yang berbeda sehingga membuat saya semakin tertarik untuk terus belajar dan mengembangkan kemampuan..."

Rasa Senang dan Kepuasan Pribadi

Hasil wawancara menunjukkan bahwa rasa senang dan kepuasan pribadi merupakan salah satu bentuk motivasi intrinsik yang mendorong remaja untuk tetap aktif mengikuti kegiatan arung jeram. Perasaan tersebut tidak hanya muncul ketika berhasil menyelesaikan aktivitas di sungai, tetapi juga berasal dari pengalaman berinteraksi dengan anggota komunitas, bekerja sama dalam tim, serta memberikan pelayanan kepada wisatawan atau peserta arung jeram. Bagi sebagian besar informan, pengalaman tersebut memberikan kepuasan emosional yang sulit diperoleh melalui aktivitas olahraga lainnya.

Afandi menjelaskan bahwa kepuasan yang dirasakannya tidak hanya berasal dari aktivitas olahraga itu sendiri, melainkan juga dari kebahagiaan ketika melihat peserta menikmati pengalaman arung jeram yang mereka berikan. Menurutnya, keberhasilan memberikan pelayanan yang baik kepada peserta menjadi sumber kepuasan tersendiri dan membuat dirinya semakin termotivasi untuk terus terlibat dalam komunitas.

"Jelas itu memberikan rasa senang, kita melayani orang, jadi kesenangan orang lain juga membuat kita senang. Dalam kegiatan arung jeram ini, kami tidak hanya sekadar melakukan aktivitas olahraga, tetapi juga memberikan pelayanan kepada orang yang ikut serta dalam kegiatan tersebut. Ketika melihat mereka merasa senang, puas, dan menikmati pengalaman arung jeram, hal itu juga memberikan kebahagiaan tersendiri bagi kami. Situasi seperti ini membuat suasana kegiatan menjadi lebih bermakna, karena ada hubungan timbal balik antara"

peserta dan pelaksana kegiatan yang sama-sama merasakan kesenangan dari pengalaman tersebut.”

Pernyataan tersebut memperlihatkan bahwa rasa senang yang dirasakan informan bersifat timbal balik. Kepuasan tidak hanya diperoleh dari keberhasilan menjalankan aktivitas olahraga, tetapi juga dari kemampuan menciptakan pengalaman yang menyenangkan bagi orang lain. Temuan ini menunjukkan bahwa aktivitas arung jeram memiliki dimensi sosial yang kuat karena interaksi antara anggota komunitas dan peserta menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari pengalaman olahraga tersebut.

Temuan serupa juga diungkapkan oleh Raihan Aramiko. Menurutnya, kegiatan arung jeram selalu memberikan rasa puas karena memungkinkan dirinya bertemu dengan banyak orang dan memberikan pengalaman yang berkesan kepada setiap peserta. Respon positif dari tamu menjadi dorongan yang membuatnya semakin bersemangat untuk meningkatkan kemampuan serta memberikan pelayanan yang lebih baik pada setiap kegiatan.

“Pasti kegiatan ini membuat kita senang, membuat kita puas juga. Apalagi kalau tamu yang kita bawa merasa senang. Dalam setiap kegiatan arung jeram yang kami lakukan, ada rasa kebahagiaan tersendiri ketika bisa memberikan pengalaman yang baik kepada orang lain. Kepuasan itu muncul bukan hanya dari kegiatan yang kami jalani, tetapi juga dari respon positif para tamu yang menikmati perjalanan arung jeram tersebut. Hal itu membuat kami semakin bersemangat untuk terus meningkatkan kemampuan dan memberikan pelayanan yang lebih baik lagi di setiap kegiatan berikutnya.”

Dian menambahkan bahwa rasa senang juga dipengaruhi oleh suasana kekeluargaan yang terbangun di dalam komunitas. Hubungan yang akrab antarsesama anggota membuat proses latihan terasa lebih nyaman meskipun aktivitas yang dilakukan membutuhkan tenaga dan konsentrasi tinggi. Lingkungan yang saling mendukung tersebut menjadikan komunitas bukan hanya sebagai tempat berlatih, tetapi juga sebagai ruang untuk membangun hubungan sosial yang erat.

“Senang sih, karena di sini ada rasa kekeluargaan dan kekompakan. Setiap kegiatan yang dilakukan bersama teman-teman di komunitas arung jeram selalu terasa hangat dan menyenangkan, karena kami saling mendukung satu sama lain dalam setiap proses latihan maupun kegiatan di lapangan. Suasana kekeluargaan ini membuat saya merasa diterima dan nyaman berada di dalam komunitas, sehingga bukan hanya sekadar tempat berolahraga, tetapi juga menjadi lingkungan yang memberikan rasa kebersamaan yang kuat dan membuat saya semakin betah untuk terus aktif mengikuti kegiatan.”

Berdasarkan keseluruhan hasil wawancara, dapat dipahami bahwa rasa senang dan kepuasan pribadi menjadi salah satu motivasi intrinsik yang berperan penting dalam mempertahankan partisipasi remaja di Komunitas Arung Jeram Uning Kabupaten Aceh Tengah. Kepuasan tersebut lahir dari pengalaman berolahraga, keberhasilan bekerja sama dalam tim, interaksi sosial yang positif, serta kesempatan memberikan pengalaman yang menyenangkan kepada peserta arung jeram. Temuan ini menunjukkan bahwa arung jeram tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas olahraga, tetapi juga menjadi media yang mampu memberikan kepuasan emosional dan memperkuat ikatan sosial antaranggota komunitas.

Diskusi

Motivasi Intrinsik Remaja Bergabung pada Komunitas Arung Jeram

Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi intrinsik menjadi faktor utama yang mendorong remaja bergabung pada Komunitas Arung Jeram Uning Kabupaten Aceh Tengah. Motivasi tersebut tercermin melalui hobi dan minat terhadap olahraga air, keinginan memperoleh pengalaman dan tantangan baru, rasa senang serta kepuasan pribadi, serta dorongan untuk mengembangkan kemampuan diri. Temuan ini menunjukkan bahwa keterlibatan remaja lebih banyak dipengaruhi oleh dorongan yang berasal dari dalam diri dibandingkan faktor eksternal. Aktivitas arung jeram dipandang sebagai media yang mampu memenuhi kebutuhan psikologis remaja untuk memperoleh pengalaman bermakna, meningkatkan rasa percaya diri, serta mengembangkan potensi yang dimiliki (O'Rourke et al., 2020).

Temuan tersebut sejalan dengan *Self-Determination Theory* yang dikemukakan oleh Deci & Ryan (2022), yang menjelaskan bahwa motivasi intrinsik berkembang ketika individu melakukan suatu aktivitas karena memperoleh rasa senang, kepuasan, dan kesempatan untuk mengembangkan kompetensinya. Dalam penelitian ini, kegiatan arung jeram memberikan ruang bagi remaja untuk meningkatkan kemampuan fisik, mental, serta keterampilan bekerja sama dalam tim. Proses latihan yang dilakukan secara rutin memungkinkan remaja memperoleh pengalaman belajar secara langsung sehingga menumbuhkan rasa mampu (*competence*), kebebasan dalam memilih aktivitas (*autonomy*), dan hubungan sosial yang positif (*relatedness*). Ketiga aspek tersebut menjadi fondasi terbentuknya motivasi intrinsik yang kuat.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Fikri et al. (2022) yang menyatakan bahwa pengalaman baru dan aktivitas di alam terbuka menjadi faktor penting yang mendorong seseorang mengikuti kegiatan arung jeram. Penelitian ini memberikan temuan yang lebih spesifik karena menunjukkan bahwa pengalaman tersebut tidak hanya menghasilkan kepuasan sesaat, tetapi juga berkontribusi terhadap pembentukan karakter, peningkatan disiplin, keberanian, dan kemampuan bekerja sama. Oleh karena itu, komunitas arung jeram tidak hanya berfungsi sebagai wadah olahraga, tetapi juga menjadi sarana pengembangan diri dan pembentukan karakter remaja melalui pengalaman yang diperoleh secara berkelanjutan.

Motivasi Ekstrinsik Remaja Bergabung pada Komunitas Arung Jeram

Selain motivasi intrinsik, hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi ekstrinsik juga berperan penting dalam mendorong remaja bergabung dan bertahan pada Komunitas Arung Jeram Uning Kabupaten Aceh Tengah. Faktor-faktor yang memengaruhi motivasi tersebut meliputi dukungan teman sebaya, dukungan keluarga, peran pelatih, serta adanya kesempatan mengikuti perlombaan dan meraih prestasi. Dukungan dari lingkungan sosial memberikan dorongan bagi remaja untuk mencoba aktivitas arung jeram sekaligus meningkatkan keyakinan mereka untuk terus mengikuti latihan. Temuan ini menunjukkan bahwa lingkungan sosial memiliki kontribusi yang besar dalam membentuk keputusan remaja untuk berpartisipasi dalam komunitas olahraga.

Peran teman sebaya menjadi faktor yang paling dominan dalam memperkenalkan arung jeram

kepada remaja. Interaksi dengan teman yang telah lebih dahulu bergabung mampu membangun rasa ingin tahu dan meningkatkan keberanian untuk mencoba olahraga tersebut. Dukungan keluarga juga memberikan pengaruh yang signifikan karena izin, perhatian, dan motivasi dari orang tua membuat remaja merasa lebih percaya diri dalam mengikuti kegiatan yang memiliki tingkat risiko tertentu. Di sisi lain, pelatih tidak hanya berperan sebagai instruktur teknis, tetapi juga menjadi pembimbing yang memberikan motivasi, arahan, dan evaluasi selama proses latihan sehingga mampu meningkatkan semangat anggota komunitas.

Temuan tersebut sesuai dengan teori motivasi yang menyatakan bahwa faktor eksternal berupa dukungan sosial, penghargaan, dan kesempatan berprestasi mampu memperkuat keterlibatan individu dalam suatu aktivitas. Penelitian Fanani et al. (2023) juga menjelaskan bahwa lingkungan sosial memiliki pengaruh yang besar terhadap keberhasilan pembinaan olahraga karena mampu meningkatkan komitmen dan konsistensi atlet dalam mengikuti latihan. Penelitian ini memperkuat temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa motivasi ekstrinsik tidak berdiri sendiri, melainkan berinteraksi dengan motivasi intrinsik sehingga membentuk komitmen yang lebih kuat untuk tetap aktif dalam komunitas arung jeram.

Hambatan yang Dihadapi Remaja dalam Mengikuti Kegiatan Arung Jeram

Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja menghadapi beberapa hambatan selama mengikuti kegiatan arung jeram, yaitu kondisi cuaca dan karakteristik alam, hambatan fisik, serta hambatan mental. Faktor cuaca menjadi kendala utama karena perubahan debit air, arus sungai, dan kondisi lingkungan dapat memengaruhi pelaksanaan latihan maupun perlombaan. Hambatan fisik juga dirasakan oleh anggota baru yang belum memiliki daya tahan tubuh dan keterampilan teknis yang memadai. Selain itu, rasa takut, kurang percaya diri, dan kecemasan ketika menghadapi arus deras menjadi hambatan psikologis yang cukup sering dialami pada tahap awal mengikuti kegiatan arung jeram (Cachón-Zagalaz et al., 2020).

Meskipun demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa hambatan tersebut tidak menjadi alasan bagi remaja untuk menghentikan partisipasinya dalam komunitas. Latihan yang dilakukan secara bertahap, pendampingan dari pelatih, serta dukungan sesama anggota membantu mereka beradaptasi terhadap berbagai tantangan yang dihadapi. Pengalaman yang diperoleh selama latihan secara perlahan meningkatkan kemampuan fisik, membangun keberanian, dan memperkuat kepercayaan diri sehingga hambatan yang sebelumnya dirasakan menjadi semakin berkurang. Hal tersebut menunjukkan bahwa proses pembinaan yang terstruktur memiliki peran penting dalam membentuk kesiapan fisik maupun mental anggota komunitas.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Abildaeva et al. (2017) yang menjelaskan bahwa olahraga arung jeram memiliki risiko yang dipengaruhi oleh faktor alam dan kesiapan individu sehingga memerlukan pembinaan yang sistematis serta penerapan prosedur keselamatan yang baik. Penelitian ini memperluas temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa hambatan yang dihadapi remaja tidak hanya berkaitan dengan aspek teknis, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor psikologis dan sosial. Oleh karena

itu, pengembangan komunitas arung jeram tidak hanya berfokus pada peningkatan keterampilan olahraga, tetapi juga perlu memperhatikan pembinaan mental, penguatan motivasi, dan dukungan sosial agar remaja mampu bertahan serta berkembang secara optimal dalam komunitas.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa motivasi remaja bergabung pada Komunitas Arung Jeram di Kabupaten Aceh Tengah dipengaruhi oleh perpaduan motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik yang saling memperkuat. Motivasi intrinsik berupa hobi dan minat terhadap olahraga air, keinginan memperoleh pengalaman dan tantangan baru, rasa senang serta kepuasan pribadi, dan dorongan mengembangkan kemampuan diri menjadi faktor utama yang mendorong remaja untuk bergabung dan bertahan dalam komunitas, sedangkan motivasi ekstrinsik yang berasal dari dukungan teman sebaya, keluarga, pelatih, serta peluang mengikuti perlombaan dan meraih prestasi semakin memperkuat partisipasi mereka. Meskipun demikian, remaja masih menghadapi hambatan berupa kondisi cuaca dan karakteristik alam, keterbatasan kemampuan fisik, serta hambatan mental selama mengikuti latihan maupun kompetisi. Temuan ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian motivasi pada olahraga petualangan dengan menunjukkan bahwa keberlanjutan partisipasi remaja tidak hanya ditentukan oleh dorongan internal, tetapi juga dipengaruhi oleh dukungan lingkungan sosial dan sistem pembinaan yang berkelanjutan. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan bagi Federasi Arung Jeram Indonesia (FAJI), pengelola komunitas, dan pemerintah daerah dalam merancang program pembinaan yang mampu meningkatkan motivasi, membentuk karakter, serta memperluas partisipasi remaja dalam olahraga arung jeram, sedangkan penelitian selanjutnya disarankan menggunakan pendekatan kuantitatif atau mixed methods dengan cakupan wilayah dan karakteristik responden yang lebih luas agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi motivasi remaja dalam komunitas olahraga berbasis alam.

REFERENSI

- Abildaeva, G., Mayur, M., Zharnitskiy, V., & Shilova, V. (2017). The interplay of dominant factors that influence adolescents' academic performance: Motivation type and pressure vs involvement. *Frontiers in Education*, 7(1), 912744. <https://doi.org/10.3389/feduc.2022.912744>
- Agustin, D. S., Mafticha, E., Putri, A. D., Irawati, D., & Sulistyawati, W. (2022). Faktor yang berpengaruh terhadap aktivitas fisik pada remaja di MAN 2 Kabupaten Mojokerto. *Al-Tamimi Kesmas: Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 13(2), 298–306. <https://doi.org/10.35328/kesmas.v13i2.2825>
- Anggara, F., Hasan, M., & Saiful, A. (2023). Peran komunitas olahraga terhadap pembentukan identitas remaja di Sulawesi Tenggara. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 8(2), 45–59.
- Arianti, R. (2020). Motivasi remaja dalam mengikuti kegiatan komunitas olahraga. *Jurnal Pendidikan*

- Jasmani Indonesia, 16(2), 123–134.
- Aris Kastori Frawarna, Dwi Wahyuni, Sartika Komalasari, & Karsih. (2025). Kerjasama Tim dalam Organisasi. *Jejak Digital: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(4), 712–719. <https://doi.org/10.63822/wet62c24>
- Bandura, A. (2019). *Social Learning Theory and Behavior Modeling in Contemporary Communities*. Routledge.
- Bappeda Aceh Tengah. (2023). *Rencana Pembangunan Daerah Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2023*. Bappeda Aceh Tengah.
- Cachón-Zagalaz, J., Carrasco-Venturelli, H., Sánchez-Zafra, M., & Zagalaz-Sánchez, M. L. (2020). Motivation toward physical activity and healthy habits of adolescents: A systematic review. *Children*, 10(4), 659. <https://doi.org/10.3390/children10040659>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2020). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches* (4th ed.). Sage Publications.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2022). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
- Fajjel, M. F., Hasanah, U., Rayhani, F. A., Damayanti, A., Suratman, R. A., Maesha, S. P., & Khadijah, A. H. (2021). Self-determination dan flow olahraga pada remaja. *Educate: Journal of Education and Learning*, 2(1). <https://doi.org/10.61994/educate.v2i1.325>
- Fanani, M. N. I., Bawono, M. N., Wahyudi, H., & Widodo, A. (2024). Analisis tingkat motivasi intrinsik dan ekstrinsik pada siswa usia 14–16 tahun mengikuti Sekolah Sepak Bola Amanda Kabupaten Lumajang. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 12(2), 35–46. <https://doi.org/10.26740/jurnal-kesehatan-olahraga.v12i02.55554>
- Federasi Arung Jeram Indonesia. (2020). *Pedoman Standar CHSE dan Panduan Pelaksanaan Wisata Arung Jeram*. Federasi Arung Jeram Indonesia.
- Fikri, A., Danardani, W., & Darmawan, G. E. B. (2022). Tingkat motivasi atlet remaja mengikuti Gladiator Basketball Academy Club. *Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga Undiksha*, 13(3), 89–94. <https://doi.org/10.23887/jjpko.v13i3.53862>
- Ginting, H. C., Togatorop, I., Zebua, H., Matondang, H. N., & Isabella. (2021). Motivasi wisatawan domestik terhadap arung jeram. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 13(1), 63–72. <https://doi.org/10.55081/jsbg.v13i1.3697>
- Harwindito, B., Sulistyowati, R., Armand, T., S., & Sajangbati, B. A. (2024). Pengembangan objek wisata arung jeram sebagai daya tarik di Gayo Rafting Kabupaten Aceh Tengah. *Jurnal Sains Terapan Pariwisata*, 5(2), 115–136.
- Komaini, A., Gemaini, A., & Syaputra, A. (2022). Pelaksanaan olahraga arung jeram di Sungai Batang Sangir Kabupaten Solok Selatan. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(1), 167–175. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v2i1.421>
- Kurniawan, A., & Kartiko, D. C. (2023). Pengaruh lingkungan sosial terhadap motivasi berolahraga

- pada remaja. *Jurnal Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*, 12(2), 88–97.
- Moleong, L. J. (2021). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Remaja Rosdakarya.
- Novianti, F. I. E., Alimansur, M., & Rahayu, K. I. N. (2025). Optimalisasi Fungsi Kardiovaskular Melalui Senam Aerobic Low Impact pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(1), 109–116.
- O'Rourke, D. J., Smith, R. E., Smoll, F. L., & Cumming, S. P. (2020). Athlete motivation and sport participation: A self-determination perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 58(2), 102078.
- Santrock. (2021). *Psikologi Pendidikan*. Kencana.
- Setiawan, D. (2026). Hasil Observasi Awal.
- Sipayung, R., Rifki, A., Bahtra, R., & Fauziah, N. (2019). Pengalaman positif dalam aktivitas olahraga dan pengaruhnya terhadap motivasi remaja. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 20(1), 55–66.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Toyib, A., & Soenyoto, T. (2020). Survei motivasi masyarakat dalam mengikuti komunitas olahraga di Komplek GOR Tri Lomba Juang Semarang. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 4(1), 256–265. <https://doi.org/10.15294/inapes.v4i1.50558>
- Vasconcellos, D., Parker, P. D., Hilland, T., Cinelli, R., Owen, K. B., Kapsal, N., & Lonsdale, C. (2025). Self-determination theory applied to physical education: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Educational Psychology*, 112(7), 1444–1469.