

BAB II

TINJAUAN UMUM FASILITAS OLAH RAGA REKREASI DAN CIRI FISILOGIS MANUSIA

2.1. Tinjauan Fasilitas Olah Raga Rekreasi

2.1.1. Pengertian Olah Raga Rekreasi

Olah raga atau *sport* berasal dari bahasa Latin “disportase” yang artinya menyenangkan atau menghibur untuk bergembira. Dalam arti lain yaitu kesibukan manusia untuk menggembirakan diri sambil memelihara jasmaniah¹.

Olah raga adalah gerak manusia yang dilakukan secara sadar dengan cara-cara tertentu yang berdaya guna untuk memelihara dan meningkatkan kualitas manusia dengan memandang manusia sebagai satu totalitas sistem psikofisik yang kompleks².

Rekreasi, dalam bahasa Inggris *recreation*, berasal dari kata *re* dan *create*. *Re* berarti kembali, mengembalikan; *create* berarti kreasi, daya cipta. Rekreasi adalah penyegaran kembali badan dan pikiran; sesuatu yang menggembirakan hati dan menyegarkan³.

Rekreasi dirasakan sebagai suatu bentuk pengalaman; rekreasi adalah spirit hidup dan karena itu dianggap sebagai pernyataan jiwa, pihak tertentu memandang sebagai lawan dari kerja⁴.

Olahraga rekreasi adalah suatu aktivitas manusia untuk menyegarkan dan mengembalikan kondisi fisik dalam bentuk menikmati pemandangan dan kegiatan fisik⁵.

¹ Engkos Kosasih, Olah raga teknik dan program latihan, Akademika Pressindo, 1985

² Soepartono, konsep Olah raga sebagai satu disiplin ilmu, Seminar Olahraga Nasional, Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan Yogyakarta, 1991

³ Kamus Besar Bahasa Indonesia, Depdikbud RI, 1998

⁴ Wing Haryono, *Pariwisata Rekreasi dan Entertainmen*, Ilmu Publisher, Bandung, 1988. h.13

⁵ Lawson dan Bound Bovy, Swasto 17

2.1.2. Jenis Olah raga Rekreasi

Jenis olah raga rekreasi yang sering dilakukan berdasarkan kategorinya, yaitu:

1. Olahraga permainan

Yaitu olah raga yang bersifat hiburan seperti : *billiard, jackpot, bowling*, sepatu roda.

2. Olah raga Teknis⁶

Yaitu olah raga yang bersifat teknis seperti : *tennis, golf, volley, bulutangkis, bola basket, squash*, dan lain-lain.

3. Olah raga Kebugaran

Yaitu olah raga yang bersifat santai untuk kebugaran dan mengembalikan stamina tubuh, seperti : *fitness*, senam kebugaran, meditasi, yoga, renang, dan lain-lain.

4. Olah raga Khusus⁷

Yaitu olah raga yang dilakukn di alam bebas dengan tingkat resiko tinggi atau petualangan. Olah raga ini dibagi menjadi tiga, yaitu :

- a. *Land Sports* yaitu olah raga yang dilakukan di darat dan pegunungan seperti : *tracking, horsing, natural climbing, artifical climbing, mountain bike, motor cycle*.
- b. *Water Sports* yaitu olah raga yang dilakukan di air, seperti : *kanoeing, rafting, ski*, berlayar, selancar.
- c. *Aerosports* yaitu olah raga yang dilakukan di udara, seperti : terjun payung, terjun bebas, terbang layang, dan lain-lain.

Kesimpulan

Jenis Olah raga rekreasi yang akan diwadahi pada pembangunan fasilitas olah raga rekreasi adalah : *billiard, tennis, bulutangkis, bola basket, fitness, senam, renang, tracking*, sepatu roda.

2.1.3. Kategori Fasilitas Olah raga

Fasilitas olah raga dan kebugaran ini ditawarkan oleh satu sarana olah raga. Klub olah raga atau perkumpulan olah raga biasanya menawarkan fasilitas olah raga seperti tennis, squash, bola basket, bulutangkis, biliar,

⁶ Engkos Kosasih, Olah raga teknik dan program latihan, Akademika Pressindo, 1985

⁷ [Http://: www.se*ri*ous sport.com](http://www.se*ri*ous sport.com)

dan fasilitas kebugaran seperti sauna, kolam renang, restoran, serta ruang pertemuan⁸. Pada proyek ini, klub adalah fasilitas penunjang yang disediakan.

Komponen yang masuk ke dalam klub olah raga adalah :

1. *Pavvilians*

Merupakan bagian sari klub yang mewadahi kegiatan pendukung dan sifatnya pelengkap bangunan seperti ruang ganti pria dan wanita, gudang/locker, bar dan lain sebagainya⁹.

2. *Clubhouse*

Bangunan yang ditempati oleh sebuah klub dan mewadahi kegiatan klub yang lebih sosial sifatnya seperti ruang pertemuan, restoran, fasilitas kebugaran, sauna dan lain-lain¹⁰.

3. *Mini Sport Center*

Merupakan fasilitas olah raga di dalam dan di luar ruangan (indoor dan outdoor sport) dimana jenis dan sifat fasilitas olah raganya disesuaikan dengan kebutuhan dan ketertarikan masyarakat pengguna seperti tennis, renang, squash, fitness, golf dan lain-lain.

Sarana olah raga yang mewadahi fasilitas klub, dilihat dari system keanggotaan yang dipakai, tujuan dan kelengkapan fasilitasnya, dibedakan menjadi tiga kategori, yaitu¹¹ :

a). Klub olah raga prestasi

Merupakan klub olah raga yang semata-mata didirikan untuk melatih dan membina serta menciptakan pemain-pemain berprestasi, khususnya dalam cabang olah raga bulutangkis. Contohnya seperti Bimantara Tangkas, Jaya Raya dan sekolah tennis Kemayoran.

b). Klub yang khusus disediakan untuk para eksekutif dan keompok professional tertentu

Klub ini memang dikhususkan untuk para eksekutif lebih-lebih sarana yang tersediapun sangat pekat dengan suasana bisnis

⁸ Mulya, Dipa, 1996, h.20

⁹ Perrin, Gerald A, 1979, h.13

¹⁰ supriyanto, 1995, h.28

¹¹ Secaatmaja, Deny, 1996, h.30

misalnya ruang rapat, pub, tempat bersantai dan lain-lain. Contoh dari kategori ini adalah Mercantile Athletic Club di lantai 6 Gedung World Trade Center, Jakarta selatan..

c). Klub yang merupakan kombinasi dari kategori (a) dan (b)

Dengan sasaran utama adalah semua anggota keluarga. Konsekuensinya klub ini harus lebih perhatian dalam manajemen dan keharusan lengkapnya fasilitas olah raga dan rekreasi untuk keluarga. Contohnya : Prisma Sport Club di perumahan Taman Kedoya Permai, Billabong Sport Club di pemukiman Bilabong Parung Bogor, dan Lippo Cikarang.

Kesimpulan :

Klub yang dipilih sebagai fasilitas penunjang dalam proyek Fasilitas Olah raga dan Rekreasi ini adalah klub dengan kategori campuran (a) dan (b), karena sasaran pembangunan fasilitas olah raga dan rekreasi ini adalah untuk semua masyarakat.

2.1.4. Keanggotaan Perkumpulan Olahraga

Keanggotaan sebuah perkumpulan olah raga (klub) dapat dibagi menjadi dua berdasarkan sifat dari keanggotaannya tersebut, yaitu :

1. Keanggotaan tetap (member)

Yaitu keanggotaan dimana para anggotanya dapat memakai fasilitas yang ada setiap saat dan setiap waktu untuk jangka waktu tertentu keanggotaannya. Disini anggotanya diwajibkan untuk membayar iuran pangkal dan iuran bulanan untuk jangka waktu tertentu.

Keanggotaan aktif atau tetap ini dibagi lagi menjadi :

- a. Keanggotaan biasa, dapat berupa perorangan atau keluarga.
- b. Keanggotaan menurut perusahaan, dimana sebuah perusahaan memberikan kesempatan bagi para pegawainya untuk menjadi anggota perkumpulan sebagai bagian dari fasilitas dan kesejahteraan bagi pegawainya ataupun sebuah perkumpulan tertentu mengadakan kerja sama dengan pengelola perkumpulan olah raga untuk memberikan fasilitas bagi anggotanya.
- c. Keanggotaan warga negara asing.

2. Keanggotaan tidak tetap

Yaitu keanggotaan dimana seseorang dapat menggunakan fasilitas di dalam perkumpulan olah raga pada waktu dia datang dan sifatnya sementara sesuai dengan biaya yang dikeluarkan dan jenis olah raga yang akan digunakan.

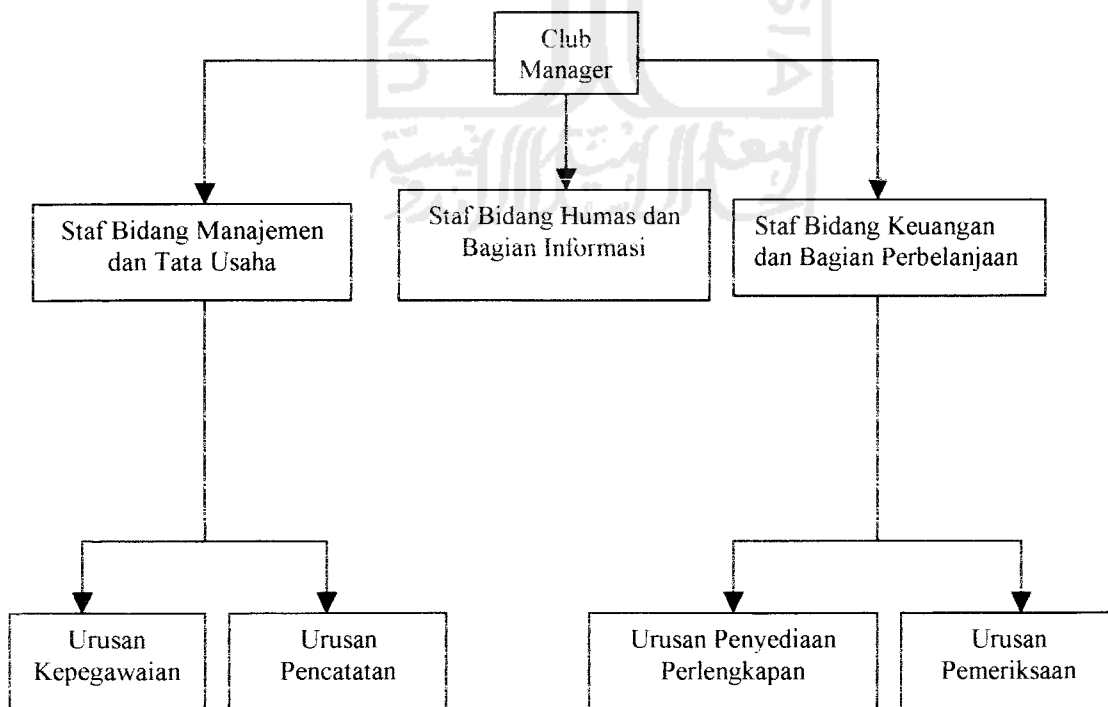
Kesimpulan

Jenis keanggotaan pada proyek fasilitas olahraga rekreasi disini adalah jenis keanggotaan aktif dan pasif.

2.1.5. Struktur Organisasi Pelayanan Sport Club

Struktur organisasi sebagai bagian dari manajemen sebuah club memiliki peran penting sebagai pengontrol jalannya perkembangan Fasilitas Olahraga ini. Organisasi yang terbentuk merupakan suatu organisasi informal dengan tujuan menyelenggarakan kegiatan rekreasi olahraga. Dalam hal ini sebuah sport club membutuhkan orang-orang yang dapat menangani keberlangsungan program sport club.

Adapun struktur organisasinya adalah sebagai berikut :



Gambar 2.1 Struktur Organisasi Pelayanan Club

Sumber : Horne John, 1987, Sport, Leisure and social, Recreation, Routledge and Paul, Ltd, New York

2.1.5. Karakter Kegiatan Olah raga Rekreasi

2.1.5.1. Sifat Kegiatan Olahraga Rekreasi

Dilihat dari sifat kegiatan pelaku, kegiatan olah raga rekreasi digolongkan atas :

1. Kegiatan Aktif (obyektif)

Yaitu kegiatan yang dilakukan dengan menggunakan banyak tenaga dan keahlian. Kegiatan ini untuk mengembangkan kemampuan atau untuk menghilangkan rasa jenuh, seperti tennis, bulutangkis, bola basket, dan lain-lain.

2. Kegiatan Pasif (subyektif)

Yaitu kegiatan yang dilakukan tidak banyak memerlukan tenaga besar dan tidak memerlukan keahlian. Kegiatan ini lebih kepada kegiatan penyegaran fisik dan mental yang bersifat santai, yaitu :

- a. Menonton
- b. Menikmati keindahan alam
- c. Makan dan minum
- d. Bersantai

2.1.5.2. Program Kegiatan

Program kegiatan terbagi kedalam kelompok kegiatan, yaitu :

1. Kegiatan utama

- a. Kegiatan Khusus, yaitu berupa kegiatan untuk menambah pengetahuan tentang olah raga berupa latihan, teori, praktek terhadap suatu jenis olah raga tertentu.
- b. Kegiatan umum, yaitu berupa kegiatan kompetisi yang dilakukan oleh pengunjung maupun pengelola.

2. Kegiatan penunjang

Berupa kegiatan perkumpulan (klub) dengan karakter kegiatan bersantai dan bersenang-senang dengan fasilitas yang ada.

3. Kegiatan pengelola

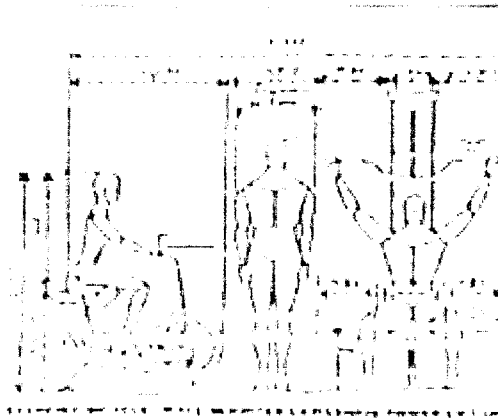
Berupa kegiatan mengatur dan mengelola fasilitas yang ada.

2.1.6. Macam-macam Olahraga rekreasi

1. Fitnes
 - a. Dapat dilakukan perorangan dengan bimbingan programmer.
 - b. Olah raga ini dilakukan dengan menggunakan alat-alat Bantu, guna membantu jalannya aktifitas olah raga ini.
 - c. Dilakukan diatas lantai keras (lantai keramik) atau lantai dapat dilapisi karpet untuk memberikan kenyamanan pemakai terhadap lantai vs badan.
 - d. Alat bantu yang digunakan :
 - i. Electric ergometer
 - ii. Proffesional cycle
 - iii. Jogger
 - iv. Chair belt massager
 - v. Portable steam bath
 - vi. Exerbench
 - vii. Triamgym
 - viii. Gangging for health
 - ix. Twin tower
 - e. Dimensi ruang standart fitness :



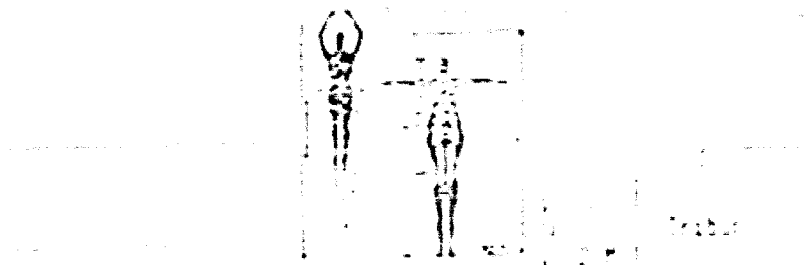
Gambar 2.1a. Olah raga Fitness



Gambar 2.1b. Standart ruang fitness
Sumber : Neufert Ernst, 1994 Architec Data

2. Senam Kebugaran

- a. Menurut Dr. Walujo Soerjodibroto Ph.D,DSG : Seluruh anggota tubuh harus efektif dipakai, sehingga menghindari rumus bahwa jaringan yang kurang dipakai akan cepat mundur kondisinya. Jika otot dan jaringan terjaga kondisinya, tubuhpun akan selalu terlihat kencang dan tidak keriput. Yang ideal adalah ikut dalam suatu klub kebugaran, sehingga badan bis digerakkan dengan benar. Yang terbaik adalah olahraga aerobik sebab bisa menggerakkan hampir semua organ, dan mampu mambakar lemak secara optimal¹².
- b. Dilakukan perorangan atau berpasangan secara bersama-sama dibawah bimbingan seorang instruktur.
- c. Olah raga ini dilakukan dengan bebas biasanya diiringi dengan musik sebagai alat untuk memacu pergerakan.
- d. Dilakukan diatas lantai yang dilapisi bahan karpet vynil.
- e. Dimensi ruang standar senam :

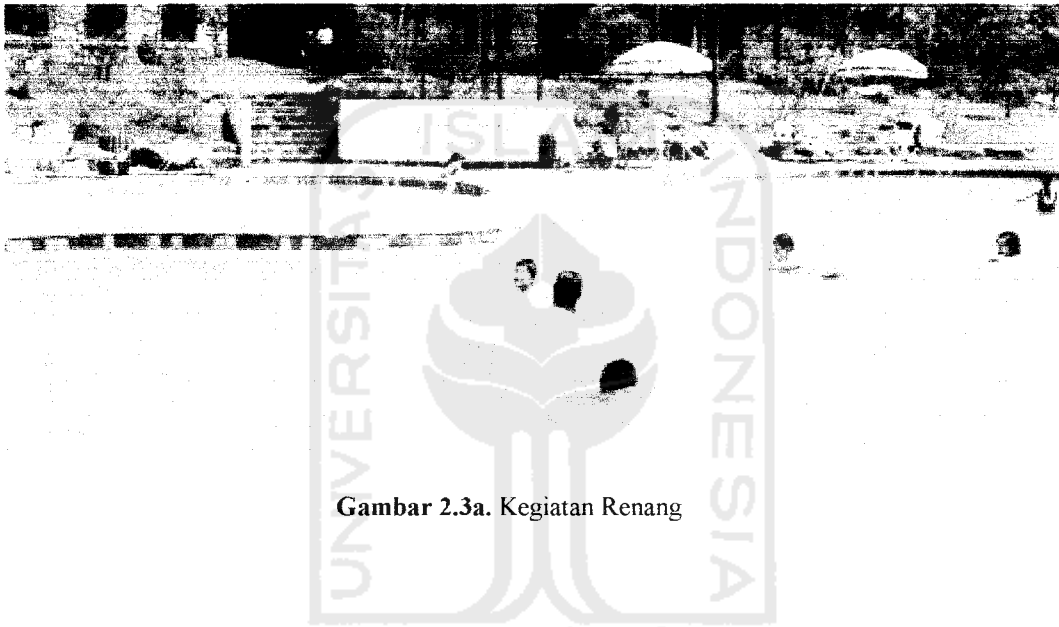


Gambar 2.2. Standart ruang senam
Sumber : Neufert Ernst, 1994 Architec Data

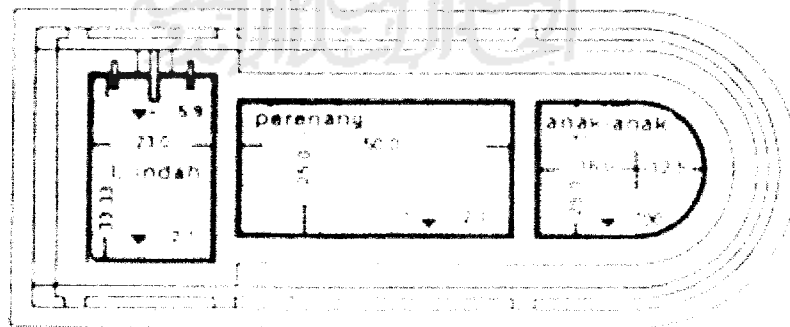
¹² Majalah Sartika, Jakarta, Februari, 1998, h.31

3. Renang

- a. Olah raga ini dapat dilakukan perorangan dari tingkat usia anak-anak hingga orang dewasa (putra-putri).
- b. Arena renang berupa kolam besar
- c. Jenis olah raga yang diwadahi tidak menuntut prestasi sehingga tuntutan ruang bebas dan santai.
- d. Luas kolam berdasarkan tuntutan keamanan.
- e. Dimensi kolam renang terbuka



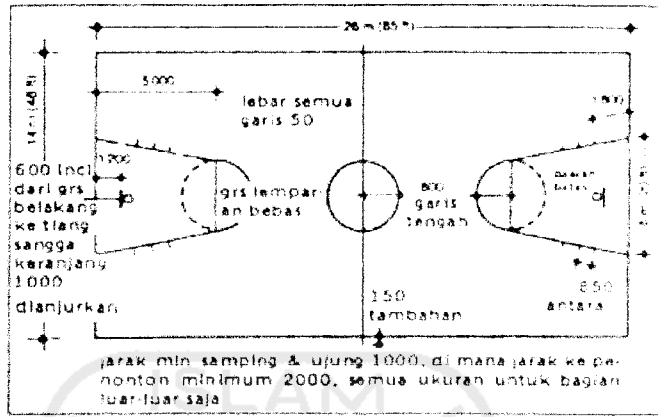
Gambar 2.3a. Kegiatan Renang



Gambar 2.3b. Kolam renang terbuka
Sumber : Neufert Ernst, 1994 Architec Data

4. Bola Basket

- a. Olah raga ini dilakukan dua grup dengan satu grup terdiri dari 5 orang pemain.
- b. Lapangan yang digunakan



15 Bola basket

Gambar 2.4 Standart Lapangan bola Basket

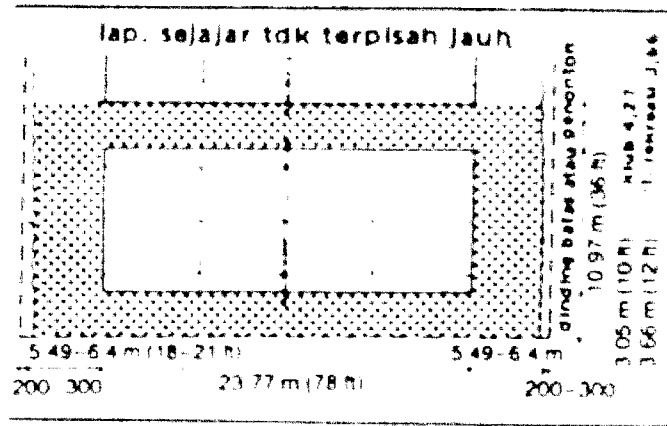
Sumber : Neufert Ernst, 1994 Architec Data

5. Tenis

- a. Olah raga ini dapat dilakukan perorangan maupun pasangan yang terdiri dari dua orang.
- b. Lapangan yang digunakan



Gambar 2.5a. Olah raga Tenis

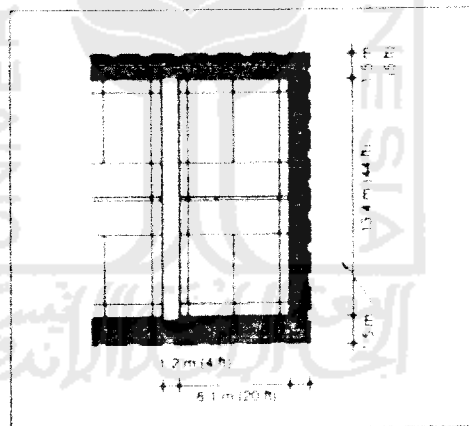


Tennis

Gambar 2.5b. Standart Lapangan Tennis
Sumber : Neufert Ernst, 1994 Architec Data

6. Bulutangkis

- Olah raga ini dapat dilakukan perorangan ataupun ganda
- Lapangan yang digunakan

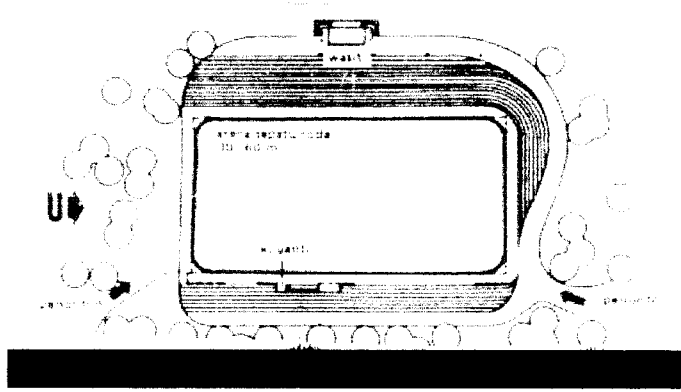


1. Bulutangkis: tinggi min 7.600 (25 ft)

Gambar 2.6. Arena Lapangan Bulutangkis
Sumber : Neufert Ernst, 1994 Architec Data

7. Sepatu roda

- Olahraga ini dapat dilakukan perorangan dari tingkatan usia anak-anak hingga orang dewasa (putra-putri)
- Dilakukan dalam suatu arena khusus sepatu roda
- Dimensi arena yang digunakan



Gambar 2.7. Standart sepatu roda
Sumber : Neufert Ernst, 1994 Architec Data

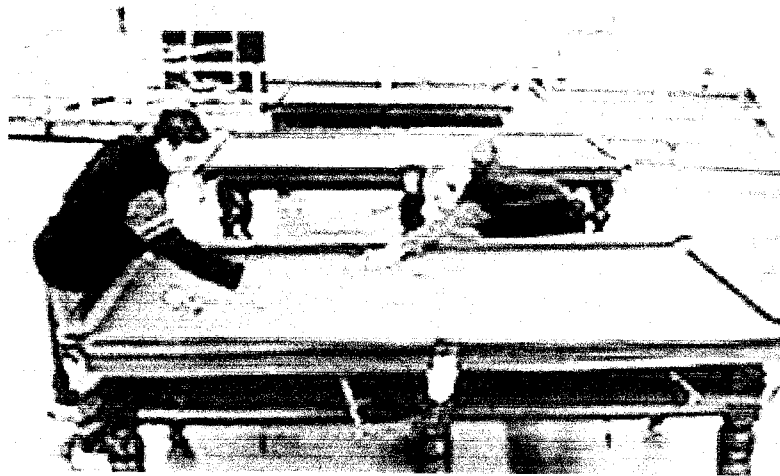
8. Jogging Track

- a. Menurut Dr. Sadoso Sumosardjuno DSKO : Olahraga harus disesuaikan dengan usia dan kemampuan. Salah satu jenis olahraga yang baik dilakukan oleh orang tua dan muda adalah jalan kaki. Manfaatnya menguatkan otot-otot kaki dan jantung¹³.
- b. Merupakan olah raga yang bersifat santai dan bebas tidak dituntut prestasi
- c. Dilakukan pada track dengan bahan konblok
- d. Ukuran track standar : 2m x 200m

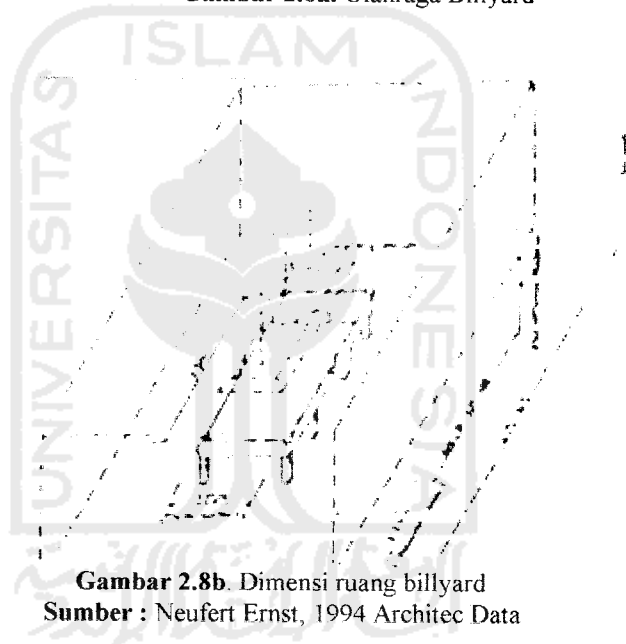
9. Bilyard

- a. Permainan ini dapat dilakukan minimal 2 orang
- b. Sistem permainan dengan memasukkan bola dengan menggunakan stik (tongkat sodok) kedalam lubang yang terdapat pada meja.
- c. Menggunakan meja dengan dilapisi bahan sintesis sebagai media permainan
- d. Peralatan yang digunakan berupa :
 - i. Meja billiard standar 225 x 140 cm
 - ii. Scorer board
 - iii. Rak stik
 - iv. Stik (panjang 130 – 150 cm)

¹³ Majalah Sartika, Jakarta, Februari, 1998, h.28



Gambar 2.8a. Olahraga Bilyard



Gambar 2.8b. Dimensi ruang bilyard
Sumber : Neufert Ernst, 1994 Architec Data

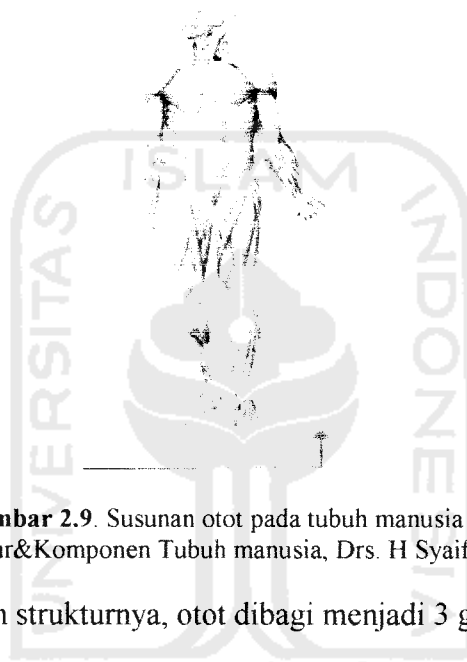
2.2. Tinjauan Ciri Fisiologis Manusia

Berdasarkan kajian fisiologisnya yaitu berdasarkan kerja dari organ-organ tubuh pada waktu melakukan suatu gerakan. Gerakan-gerakan dalam olahraga dapat memberikan pengaruh yang baik pada tubuh kita jika gerakan tersebut dilakukan secara teratur.

Pengaruh tersebut dapat terjadi pada pertumbuhan ataupun dalam perkembangan serta membawa efisiensi kerja terhadap alat-alat tubuh. Karena olahraga dapat merangsang tubuh, bukan hanya otot yang dirangsangnya, tetapi peredaran darah dan pernapasan.

2.2.1. Jaringan Otot¹⁴

Struktur jaringan otot dikhususkan untuk melakukan gerakan, baik oleh badan secara keseluruhan maupun oleh berbagai bagian tubuh yang satu terhadap yang lainnya. Pada jaringan otot, sel-sel dan serabut-serabut otot biasanya bergabung dalam berkas-berkas sehingga jaringan otot tidak hanya terdiri atas serabut-serabut otot saja. Karena otot harus melakukan kerja mekanis, serabut otot memerlukan banyak kapiler darah untuk mendatangkan makanan dan oksigen serta menyangkut produk sisa yang toksik.



Gambar 2.9. Susunan otot pada tubuh manusia

Sumber: Struktur&Komponen Tubuh manusia, Drs. H Syaifuddin, B.Ac

Berdasarkan strukturnya, otot dibagi menjadi 3 golongan, yaitu :

a. Otot Rangka

Otot rangka merupakan otot lurik yang volunter terikat pada tulang atau fascia dan membentuk daging dari anggota badan dan dinding tubuh. Kekuatan suatu otot tidak bergantung pada panjang serabut otot, tetapi bergantung pada jumlah total serabut-serabut yang ada dalam otot itu. Pada otot dalam keadaan relaksasi, gurat-gurat jelas terlihat pada potongan memanjang.

b. Otot Jantung

Otot jantung yang bersifat lurik dan involunter berkontraksi secara ritmik hanya terdapat pada miokard (lapisan otot jantung) dan dinding pembuluh darah jantung. Berupa serabut-serabut yang jalannya terutama paralel dengan banyak guratan melintang.

¹⁴ Drs. H. Syaifuddin, B.Ac, Struktur&Komponen Tubuh Manusia, Widya Medika, Jakarta 2000, h.28

c. Otot Polos

Disebut juga dengan otot volunteer, terdapat di bagian visceral yang membentuk bagian kontraktile pada dinding saluran cerna dari pertengahan esofagus sampai ke anus, system pernafasan, system perkemihan, dan alat reproduksi. Sel otot polos tersebar berkelompok kecil-kecil berhubungan erat dengan jaringan ikat.

2.2.2 Peredaran Darah¹⁵

Sistem peredaran darah pada manusia terdiri atas darah dan alat peredaran darah. Darah terdiri dari bagian yang cair dan yang padat. Alat peredaran darah terdiri dari jantung dan pembuluh-pembuluh darah.

Pembuluh darah adalah prasarana jalan bagi aliran darah ke seluruh tubuh. Saluran darah ini merupakan sistem tertutup dan jantung sebagai pemompanya. Fungsi pembuluh darah adalah mengangkut (transportasi) darah dari jantung ke seluruh bagian tubuh dan mengangkut kembali darah yang sudah dipakai kembali ke jantung.



Gambar 4.2. Peredaran darah manusia.

Gambar 2.10. Peredaran darah

Sumber : Struktur&Komponen Tubuh manusia, Drs. H Syaifuddin, B.Ac

¹⁵ Sutarmo Setiadji. V, Dr. Buku Kuliah Anatomi Fisiologi, Jakarta:Fakultas Kedokteran UI, 1990

2.2.3. Pernapasan¹⁶

Pernapasan atau respirasi adalah suatu peristiwa ketika tubuh kekurangan oksigen (O^2) di dalam tubuh, oksigen yang berada di luar tubuh dihirup (inspirasi) melalui organ-organ pernapasan. Pada keadaan tertentu, bila tubuh kelebihan karbon dioksida (CO^2) maka tubuh berusaha untuk mengeluarkan kelebihan CO^2 yang ada dalam tubuh tersebut dengan jalan menghembuskan napas (ekspirasi) sehingga terjadi suatu keseimbangan antara oksigendan karbon dioksida dalam tubuh.

2.3. Tinjauan daerah Istimewa Jogjakarta

2.3.1. Kondisi Wilayah

Daerah Istimewa Jogjakarta sebagai salah satu daerah yang diistimewakan karena memiliki berbagai macam sebutan dan kekhususan tertentu antara lain sebagai kota budaya, kota pelajar, kota pariwisata dan lain sebagainya. Sekarang telah mengalami perkembangan yang cukup pesat dengan perluasan wilayah dan pertumbuhan penduduknya.

2.3.1.1 Keadaan Fisik Wilayah

Daerah Istimewa Jogjakarta dengan luas wilayah 3186,80 m² meliputi 4 kabupaten, yaitu Kabupaten Kulon Progo, Kabupaten bantul, Kabupaten Gunung Kidul dan Kabupaten Sleman serta 1 kotamadya yaitu Kotamadya Jogjakarta. Posisi terletak pada arah Selatan dengan topografi yang cenderung berbukit-bukit dan bertemperatur udara berkisar antara 23°C - 30°C.

2.3.1.2 Keadaan Kependudukan

Dalam hal jumlah penduduk terjadi peningkatan yang cukup besar yaitu pada tahun 1990 dengan jumlah penduduk sebesar 2.999.332 jiwa menjadi 3.178.461 jiwa pada tahun 1994. Kepadatan penduduk terbesar terjadi pada kota Jogjakarta yaitu dari 432.500 menjadi 469.563, hal ini disebabkan karena kota Jogjakarta merupakan pusat pelayanan dan pusat pemerintahan.

Untuk keadaan perekonomian masyarakat, khususnya yang berhubungan dengan pendapatan dan pengeluaran perkapita terjadi

¹⁶ Drs. H. Syaifuddin, B.Ac, Struktur&Komponen Tubuh Manusia, Widya Medika, Jakarta 2000, h.109

kenaikan yang cukup berarti, hal ini dapat dilihat dari penurunan prosentase jumlah penduduk yang tergolong miskin.

2.3.2. Kegiatan Olahraga Rekreasi di DIY

Kegiatan olah raga rekreasi sebagai kegiatan rekreasi aktif mendapat perhatian yang cukup besar dari masyarakat sebab selain dapat menjaga kebugaran tubuh juga dapat menyegarkan pikiran dan jiwa rohani yang melakukannya.

2.3.2.1. Animo Masyarakat

Keinginan masyarakat untuk melakukan olah raga sebagai kegiatan sosial budaya dan rekreasi ternyata cukup tinggi walaupun mendengarkan radio memperoleh prosentase tertinggi namun kegiatan tersebut tidak bersifat aktif dalam artian tidak menyangkut fisik, sehingga untuk kegiatan olah raga mendapat prosentase tertinggi.

Jenis Kegiatan	Prosentase
Mendengarkan radio	81,04
Menonton televisi	72,25
Menonton film	2,35
Membaca surat kabar	28,69
Melakukan olahraga	36,94
Melakukan kesenian	8,23
Menjadi anggota orsos	61,86
Yang melakukan kegiatan	2.281.328

Tabel 2.1. Prosentase penduduk yang melakukan kegiatan social budaya di Propinsi DIY

Sumber ; BPS Yogya

Sedangkan untuk jenis kegiatan olah raga rekreasi yang sering dilakukan oleh masyarakat terlihat olah raga senam sebagai olah raga kebugaran menempati prosentase tertinggi.

Jenis Olah Raga	Prosentase Penduduk Keseluruhan
Atletik	7,44
Sepak bola	9,77
Bulutangkis	5,30
Bola Voli	23,27
Senam	42,76

Bela diri	1,11
Tenis meja	2,04
Renang	0,53
Lainnya	7,77

Tabel 2.2. Prosentase penduduk menurut jenis olah raga yang sering dilakukan
Sumber : BPS Yogya

2.3.2.2. Sarana Olah raga Rekreasi

- 1) Dilihat dari yang ada, untuk sarana olahraga rekreasi belum banyak yang memasukkan rekreasi dalam kegiatannya.
- 2) Sarana yang ada lebih ditekankan pada kebugaran tubuh melalui gerakan olahraga maupun sifatnya kompetitifnya yang diutamakan sehingga masyarakat merasa segan dan jarang mengunjungi tempat olahraga untuk tujuan rekreasi dan sosialisasi.
- 3) Kridosono dan Mandala Krida sebagai tempat olahraga yang lebih menekankan pada kompetisi dan prestasi.
- 4) Lokasi kawasan Kridosono dan Mandala Krida pada penetapan status kawasan termasuk dalam kawasan Inti Lindung Hijau Kota atau Alami dalam artian bahwa tidak boleh adanya pengembangan dan perluasan area lagi karena letaknya di pusat kota yang tidak mungkin pemekaran lahannya secara horizontal, dan juga wilayah tersebut merupakan daerah hijau kota yang akan dibiarkan alami karena kegiatan tersebut memiliki ruang terbuka yang cukup luas.
- 5) Arah pengembangan pemekaran wilayah kota Jogjakarta adalah Utara, yaitu wilayah Kabupaten Sleman. Wilayah ini cukup strategis untuk kegiatan apa saja termasuk olahraga. Sarana olahraga yang tersedia cukup banyak berada di daerah tersebut, hal ini dapat dilihat dari tabel berikut :

No.	Cabang Olah Raga	Lokasi
1.	Atletik	Mandala Krida
2.	Menembak	Lapangan Tembak AAU
3.	Kempo	GOR Among Rogo
4.	Pencak Silat	Gedung APMD
5.	Sepak Bola	Mandala Krida & Kridosono

6.	Panahan	Lapangan Trirenggo Bantul
7.	Bola Voli	GOR Among Rogo
8.	Bulu Tangkis	Gedung YKPN
9.	Bola Basket	GOR Among Rogo
10.	Sepak Takraw	Gedung YKPN
11.	Tenis Lapangan	FPOK IKIP Jogjakarta
12.	Senam	IKIP Jogjakarta
13.	Tenis Meja	FPOK IKIP Jogjakarta
14.	Renang	Kolam Renang AAU
15.	Karate	Gelanggang UGM
16.	Judo	SKB Banguntapan
17.	Tae Kwon do	UPN Veteran
18.	Hoki	Lapangan Minggiran
19.	Binaraga	Sasono Hinggil
20.	Balap Sepeda	Lapangan Seturan & Mandala Krida
21.	Golf	Lapangan Golf Cangkringan

Tabel 2.3. Lokasi latihan olah raga dan pertandingan olahraga
Sumber : KONI DIY

Pemanfaatan lokasi oleh klub-klub yang mewadahi fasilitas olahraga baik dalam hal latihan rutin maupun pertandingan dengan skala nasional dilakukan pada tempat-tempat tersebut.

Bertambahnya jumlah klub olah raga, hal ini menyebabkan berkurangnya daya tampung arena latihan olahraga. Hal tersebut menyebabkan berkurangnya jadwal latihan klub-klub olahraga tersebut yang pada akhirnya mengakibatkan turunnya prestasi atlet olahraga.