
KINERJA PELATIH SENAM AEROBIK (Studi Korelasional antara Kepemimpinan, Prestasi Kerja, dan Kinerja Pelatih Senam Aerobik di Kota Yogyakarta)

Oleh: Endang Rini Sukamti

Dosen Jurusan Pendidikan Keperawatan FIK UNY

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi antara kepemimpinan, prestasi kerja, dan kinerja pelatih senam aerobik di Kota Yogyakarta.

Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah metode survei. Teknik statistik yang digunakan adalah analisis korelasional, dengan variabel terikat adalah kinerja pelatih senam aerobik dan variabel bebas yaitu kepemimpinan dan prestasi kerja pelatih senam aerobik. Responden penelitian berjumlah 12 orang pelatih senam aerobik di Kota Yogyakarta. Teknik analisis data berupa pengujian prasyarat analisis dan teknik pengujian hipotesis.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kepemimpinan dan kinerja pelatih senam aerobik, dengan koefisien korelasi sebesar 0,83 dan kontribusi kepemimpinan sebesar 0,68. Hal ini berarti meningkat atau menurunnya suatu unit kepemimpinan akan diikuti kenaikan atau penurunan kinerja pelatih senam aerobik rata-rata sebesar 68 %. Antara prestasi kerja dan kinerja terdapat hubungan positif, dengan koefisien korelasi sebesar 0,85 dan kontribusi prestasi kerja sebesar 0,72. Hal ini berarti meningkat atau menurunnya satu unit prestasi kerja akan diikuti kenaikan atau penurunan kinerja pelatih senam aerobik rata-rata 72 %. Terdapat hubungan positif antara kepemimpinan, prestasi kerja, dan kinerja pelatih senam aerobik di Kota Yogyakarta.

Kata Kunci: kepemimpinan, prestasi kerja dan kinerja pelatih senam aerobik

Berolahraga sangat diyakini merupakan alternatif terbaik untuk memelihara dan menjaga kebugaran fisik. Dengan kesadaran itu dibangun pusat-pusat kebugaran dengan sarana dan prasarana yang lengkap. Pembangunan pusat-pusat kebugaran sebagai tempat aktivitas berolahraga, selain merupakan solusi yang dipilih untuk aktivitas pemeliharaan kesehatan, juga dalam konteks yang sama dari sisi kaca mata bisnis merupakan fenomena yang diyakini merupakan peluang bisnis yang menguntungkan.

Kegiatan yang paling menonjol dilakukan di tempat tersebut adalah adanya kegiatan senam aerobik. Dalam kegiatan ini banyak faktor yang mendukung sehingga kegiatan senam aerobik dapat berjalan. Komponen yang paling dibutuhkan adalah adanya pelatih senam aerobik yang membimbing dan memandu peserta untuk melakukan senam aerobik. Seorang pelatih senam aerobik dituntut untuk membekali diri dan memperkaya ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan kegiatannya. Pendidikan formal dalam bidang olahraga dan kepelatihan olahraga sangat membantu dari segi kognitif dan psikomotor. Setiap pelatih harus menemukan sendiri, cara dan gaya yang paling berhasil, dan gaya yang kurang berhasil. Begitu juga dengan pelatih senam aerobik harus menemukan format dan program yang jelas dalam menjalankan pekerjaannya. Dalam melakukan pekerjaan ini, tiap-tiap pelatih senam aerobik akan berinteraksi dengan lingkungan pekerjaan, baik dari segi komunikasi antarpersonal maupun bersinggungan dengan pengelolaan manajemen pusat kebugaran itu sendiri.

Dalam melakukan pekerjaan, individu selalu melibatkan aspek yang ada pada dirinya, yaitu fisik dan psikis. Hal tersebut berlaku pula pada cara menanggapi dari hasil pekerjaan yang dilakukan. Salah satu bentuk tanggapan yang berkaitan dengan pekerjaan, ditinjau dari aspek psikis adalah perasaan senang atau tidak senang. Perasaan senang akan menimbulkan dorongan untuk melakukan lagi pekerjaan yang sama, sedangkan yang menimbulkan ketidaksenangan cenderung dihindari.

Kinerja mencerminkan perasaan seseorang terhadap pekerjaannya. Maksud pernyataan tersebut adalah berhubungan dengan perasaan seseorang terhadap yang dikerjakan dan yang diterima dari tempat kerjanya sesuai atau tidak dengan harapan atau keinginannya. Kinerja biasanya diketahui berdasarkan hasil penyelidikan terhadap pekerja. Seseorang bisa ditanya "dipuaskankah Anda oleh pekerjaan Anda?" Maksud pernyataan itu adalah pertanyaan yang meminta jawaban dari seseorang yang bekerja pada suatu bidang pekerjaan yang berhubungan dengan perasaan mereka. Jawaban terhadap pertanyaan ini dapat bermacam-macam mulai yang bagus hingga yang sangat tidak bagus. Meskipun demikian pertanyaan yang sifatnya umum seperti ini lebih banyak gagal memberikan informasi yang bersifat diagnostik.

Penekanan kinerja terletak pada individu dan wujudnya tampak pada sikapnya terhadap pekerjaan yang sedang dilakukan maupun dari pengalaman kerja yang diperolehnya. Keadaan menyenangkan dapat dicapai jika sifat dan jenis pekerjaan yang harus dilakukan sesuai dengan kebutuhan dan nilai yang dimilikinya.

Menurut Harsono (1997), pelatih adalah senantiasa seorang pendidik, seorang guru; akan tetapi seorang guru belum tentu selalu seorang pelatih. Seorang pelatih mencerminkan manusia yang tumbuh dan berkembang di bawah asuhannya. Artinya, hasil yang diperoleh oleh anak asuh merupakan cerminan orang yang melatihnya. Setiap perkembangan dan kemajuan atau kemunduran hasil yang diperoleh bergantung pada polesan sang pelatih. Adapun senam aerobik merupakan salah satu senam yang berkembang di masyarakat

secara populer. Hal ini didukung dengan munculnya pusat-pusat kebugaran, sanggar senam dan klub-klub olahraga yang menyajikan aneka jenis paket senam aerobik yang menarik, agar banyak yang berminat untuk menjadi anggotanya. Pengertian senam menurut Imam Hidayat dkk (1992) ialah latihan tubuh yang dipilih dan diciptakan dengan berencana, disusun secara sistematis dengan tujuan membentuk dan mengembangkan pribadi secara harmonis. Lebih lanjut Aip Syarifuddin (1991) menyatakan bahwa senam adalah suatu bentuk gerakan tubuh yang direncanakan dan disusun dengan tujuan untuk memperbaiki sikap dan bentuk badan, membina dan meningkatkan kesegaran jasmani, membentuk dan mengembangkan keterampilan serta kepribadian yang selaras. Adapun pengertian aerobik menurut Sadoso Sumosarjuno (1990) adalah aktivitas atau latihan yang dilakukan dengan adanya oksigen, yaitu adanya kemampuan yang bersangkutan untuk menggunakan oksigen yang cukup untuk memenuhi kebutuhan pada waktu melakukan latihan olahraga.

Sistematika sebuah kelas senam aerobik harus dimulai dengan pemanasan, yang kemudian dilaksanakan secara bertahap melalui kecepatan dan *range of motion* gerakan kaki dan tangan. Setelah badan terasa panas dan denyut nadi dalam batas pemanasan sekitar 60 % dari denyut nadi maksimal, dilanjutkan dengan melakukan latihan inti dengan menggunakan sistem *aercal (aerobic calisthenic)*. *Target Zone* latihan harus dicapai pada saat *peak aerobic* (puncak aerobik), kemudian diturunkan untuk melakukan calisthenic dan diakhiri dengan pendinginan sistematika ini adalah rekomendasi dari IDEA-AFAA-ACMS.

Pelatih senam aerobik adalah seorang individu yang menguasai rangkaian gerak senam yang diiringi dengan irama atau lagu. Pada umumnya pelatih berasal dari lembaga pendidikan olahraga atau hasil didikan sanggar-sanggar senam. Pelatih yang berasal dari lembaga pendidikan olahraga, selain menguasai teknik gerakan senam, juga dibekali dengan ilmu pendukung seperti kesehatan olahraga, pendidikan jasmani, kepelatihan, dan ilmu olahraga.

Jadi, yang dimaksud dengan pelatih senam aerobik adalah seorang individu yang menguasai pengetahuan senam aerobik, serta memberikan pelatihan di sanggar-sanggar maupun pusat-pusat kebugaran dengan tujuan meningkatkan dan mempertahankan kebugaran fisik pesertanya.

Kepemimpinan menurut Stephen P. Robbins (1996) adalah kemampuan memengaruhi suatu kelompok ke arah pencapaian tujuan. Artinya, kemampuan seseorang dalam memimpin sekelompok orang dan mampu mengarahkannya mencapai tujuan yang ingin dicapai. Gibson, Ivancevich, dan Donnely (1997) mendefinisikan kepemimpinan sebagai suatu usaha menggunakan suatu gaya memengaruhi dan tidak memaksa untuk memotivasi individu dalam mencapai tujuan. Pendapat Gibson mengandung arti bahwa yang dilakukan seseorang memengaruhi orang lain dengan memotivasi dan tidak melalui paksaan untuk mencapai tujuan.

Kegiatan paling penting yang dilakukan oleh sebuah organisasi adalah menilai prestasi kerja individu-individu yang bergabung di dalamnya. Penilaian ini perlu diterapkan guna

mengukur kinerja tiap-tiap individu dengan beban pekerjaan yang dipegangnya. Hal ini menjadi penting karena akan berhubungan dengan tujuan yang ditetapkan oleh pihak manajemen. Menurut Agus D. Dharma (1990) prestasi kerja merupakan perbandingan antara penampilan kerja seseorang dan hasil yang diharapkan. Artinya, seseorang dinilai baik atau buruk pekerjaannya merupakan perbandingan dari hasil pekerjaan dengan target atau sasaran yang ditetapkan.

Proses penilaian prestasi kerja ini menghasilkan suatu evaluasi berdasarkan peristiwa yang lalu dan selanjutnya dapat memprediksi prestasi kerja untuk masa yang akan datang. Karena itu, ketepatan dalam penilaian menjadi hal yang utama. Selanjutnya, karyawan harus diberi umpan balik atas evaluasi ini agar mereka dapat meningkatkan atau memperbaiki prestasi kerjanya dan berguna bagi kemajuan kariernya. Hal tersebut sesuai dengan pendapat T. Hani Handoko (1996) bahwa kegiatan paling penting untuk memajukan karier adalah prestasi kerja yang baik, karena hal ini mendasari semua kegiatan pengembangan karier lainnya. Kemajuan karier sangat bergantung pada prestasi kerja. Maksudnya, prestasi kerja yang baik akan mempermudah seseorang untuk berkarier ke jenjang yang lebih tinggi, sedangkan yang prestasi kerjanya buruk kariernya akan terhambat.

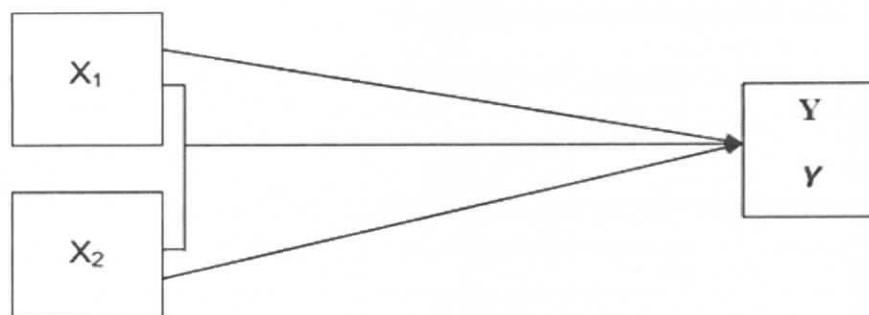
Berdasarkan uraian-uraian di atas, perlu kiranya dilakukan penelitian mengenai hubungan kepemimpinan dan prestasi kerja dengan kinerja pelatih senam aerobik. Penelitian ini berjudul "Kinerja Pelatih Senam Aerobik (Studi Korelasional Antara Kepemimpinan, Prestasi Kerja, dan Kinerja Pelatih Senam Aerobik di Kota Yogyakarta).

Rumusan masalah yang hendak dikaji adalah (1) "adakah hubungan antara kepemimpinan dan kinerja pelatih senam aerobik di Kota Yogyakarta?" (2) "adakah hubungan antara prestasi kerja dan kinerja pelatih senam aerobik di Kota Yogyakarta?" (3) "adakah hubungan kepemimpinan dan prestasi kerja secara bersama-sama dengan kinerja pelatih senam aerobik di Kota Yogyakarta?"

METODE PENELITIAN

Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah metode survei karena peneliti tidak memberikan perlakuan hanya mengambil data di lapangan. Teknik statistik yang dipergunakan adalah analisis korelasional yaitu menghubungkan dua variabel antara variabel bebas dan variabel terikat. Subjek penelitian yaitu pelatih senam aerobik yang berjumlah 12 orang.

Dalam penelitian ini terdapat dua macam variabel, yaitu variabel terikat dan variabel bebas, variabel terikat adalah kinerja (Y), sedangkan variabel bebas terdapat dua variabel yaitu kepemimpinan (X_1) dan prestasi kerja (X_2). Adapun konstelasi penelitian dapat dilihat pada gambar berikut ini:



Gambar 1. Konstelasi Penelitian

Keterangan:

X_1 = Kepemimpinan

X_2 = Prestasi Kerja

Y = Kinerja

Dalam penelitian ini teknik analisis penelitian yang dipakai adalah (1) pengujian persyaratan analisis dan (2) teknik pengujian hipotesis dalam penelitian.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data penelitian untuk skor kinerja pelatih senam aerobik, diperoleh skor terendah 168, skor tertinggi 204, dengan rentang skor 36. Dari hasil analisis data diperoleh rata-rata 185,52; simpangan baku 9,97; median 187,11; dan modus 189,95; dengan banyak kelas 7 dan panjang kelas 7.

Tabel 1. Daftar Frekuensi Skor Kinerja Pelatih Senam Aerobik

| No. | Kelas Interval | Frekuensi | | |
|-----|----------------|-----------|-------------|---------------|
| | | Absolut | Relatif (%) | Kumulatif (%) |
| 1. | 168 – 173 | 8 | 16 | 16 |
| 2. | 174 – 179 | 8 | 16 | 32 |
| 3. | 180 – 185 | 6 | 12 | 44 |
| 4. | 186 – 191 | 13 | 26 | 70 |
| 5. | 192 – 197 | 9 | 18 | 88 |
| 6. | 198 – 203 | 5 | 10 | 92 |
| 7. | 204 – 209 | 1 | 2 | 100 |
| | Jumlah | 50 | 100 | |

Data mengenai kepemimpinan pelatih senam aerobik yang diperoleh melalui angket menunjukkan simpangan baku 13,49; modus 131,42; dan median sebesar 132,5; dengan jumlah kelas interval 7 dan panjang kelas 7.

Tabel 2. Daftar Frekuensi Skor Kepemimpinan Pelatih Senam Aerobik

| No. | Kelas Interval | Frekuensi | | |
|-----|----------------|-----------|-------------|---------------|
| | | Absolut | Relatif (%) | Kumulatif (%) |
| 1. | 105 – 111 | 1 | 2 | 2 |
| 2. | 112 – 118 | 3 | 6 | 8 |
| 3. | 119 – 125 | 5 | 10 | 18 |
| 4. | 126 – 132 | 16 | 32 | 50 |
| 5. | 133 – 139 | 14 | 28 | 78 |
| 6. | 140 – 146 | 6 | 12 | 90 |
| 7. | 147 – 153 | 5 | 10 | 100 |
| | Jumlah | 50 | 100 | |

Data prestasi kerja pelatih senam aerobik dari hasil penelitian menunjukkan simpangan baku 10,15; modus 120,67; dan median 117,63; dengan jumlah kelas interval 7 dan panjang kelas interval 7.

Tabel 3. Daftar Frekuensi Skor Prestasi Kerja Pelatih Senam Aerobik

| No. | Kelas Interval | Frekuensi | | |
|-----|----------------|-----------|-------------|---------------|
| | | Absolut | Relatif (%) | Kumulatif (%) |
| 1. | 92 – 98 | 3 | 6 | 6 |
| 2. | 99 – 105 | 3 | 6 | 12 |
| 3. | 106 – 112 | 10 | 20 | 32 |
| 4. | 113 – 119 | 13 | 26 | 58 |
| 5. | 120 – 126 | 15 | 30 | 88 |
| 6. | 127 – 133 | 5 | 10 | 98 |
| 7. | 134 – 140 | 1 | 2 | 100 |
| | Jumlah | 50 | 100 | |

Pengujian Persyaratan Analisis

Ada tiga syarat yang harus dipenuhi sebelum melakukan analisis regresi, baik regresi linear sederhana maupun regresi ganda, yaitu : (1) syarat normalitas galat taksiran ($Y - v$) dari suatu regresi sederhana; (2) syarat homogenitas varians kelompok-kelompok skor Y yang dikelompokkan berdasarkan kesamaan data variabel prediktor (X) ; dan (3) syarat linearitas bentuk regresi Y atas X . Dari ketiga persyaratan tersebut, ada dua persyaratan yang disajikan pengujiannya pada bagian ini, yaitu persyaratan normalitas galat taksiran regresi Y atas X dan uji persyaratan homogenitas varians kelompok-kelompok skor Y berdasarkan kesamaan data X_1 , sedangkan uji linearitas bentuk regresi sederhana Y atas X_1 akan diuji pada bagian pengujian hipotesis penelitian.

Dari perhitungan regresi sederhana untuk variabel kinerja pelatih senam aerobik atas kepemimpinan dihitung nilai-nilai Y , v dan $(Y - v)$ kemudian diperoleh persamaan $= 79,08 + 0,8X_1$. Harga L_{hitung} diperoleh sebesar 0,0742 sedangkan L_{tabel} dengan dk pembilang 1 dan dk penyebut 48, pada taraf signifikansi $\alpha = 0.05$ adalah $0,0742 < 0,1253$ ($L_{hitung} < L_{tabel}$). Karena $L_{hitung} < L_{tabel}$ maka H_0 diterima. Ini berarti galat baku taksiran dari persamaan $v = 79,08 + 0,8X_1$ berdistribusi normal. Dari hasil pengujian dapat disimpulkan bahwa koefisien arah regresi Y atas X_1 cukup berarti pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$

Dari perhitungan regresi sederhana untuk variabel kinerja pelatih atas disiplin kerja dihitung nilai-nilai Y , v dan $(Y - v)$ kemudian diperoleh persamaan $= 86,47 + 0,85X_2$. Harga L_{hitung} diperoleh sebesar 0,0956 sedangkan L_{tabel} dengan dk pembilang 1 dan dk penyebut 48, pada taraf signifikansi $\alpha = 0.05$ adalah $0,0956 < 0,1253$ ($L_{hitung} < L_{tabel}$). Karena $L_{hitung} < L_{tabel}$ H_0 diterima. Ini berarti galat baku taksiran dari persamaan $v = 86,47 + 0,85X_2$ berdistribusi normal. Dari hasil pengujian dapat disimpulkan bahwa koefisien arah regresi Y atas X_2 cukup berarti pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$.

Tabel 4. Hasil Pengujian Normalitas

| No. | Galat Taksirat Y atas X_i | Nilai L_{hitung} | Nilai L_{tabel} | Keputusan |
|-----|-----------------------------|--------------------|-------------------|-----------|
| 1. | Y atas X_1 | 0,0742 | 0,1253 | Normal |
| 2. | Y atas X_2 | 0,0956 | 0,1253 | Normal |

Uji homogenitas varians dimaksudkan untuk menguji homogenitas varians antara kelompok-kelompok data Y yang dikelompokkan berdasarkan kesamaan nilai X_1 . Pengujian homogenitas varians dilakukan dengan uji Bartlett. Kriteria pengujian adalah diterima H_0 jika X^2 hitung lebih kecil atau sama dengan X^2 tabel pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$.

Proses pengujian yang ditempuh adalah pertama-tama membuat pengelompokan data Y berdasarkan kesamaan data X . Selanjutnya dihitung nilai-nilai dk , $1/dk$, varians s_1^2 , $(dk) \log s_1^2$, $(dk) s_1^2$. Dari nilai-nilai tersebut dihitung nilai X^2 dan hasilnya disebut X^2 hitung.

Hasil perhitungan untuk pengujian homogenitas varians Y atas X_1 diperoleh $X^2 = 5,86$. Nilai ini lebih kecil dari $X_1^2(0,95;10) = 18,5$. Jadi $X^2 = 5,86 < 18,5$ sehingga H_0 diterima dan H_1 ditolak. Ini berarti bahwa varians kelompok-kelompok Y atas X_1 adalah homogen.

Hasil perhitungan untuk pengujian homogenitas varians Y atas X_2 diperoleh $X^2 = 8,91$. Nilai ini lebih kecil dari $X_1^2(0,95;9) = 20,3$. Jadi $X^2 = 8,91 < 20,3$ sehingga H_0 diterima dan H_1 ditolak. Ini berarti bahwa varians kelompok-kelompok Y atas X_2 adalah homogen. Keseluruhan hasil uji homogenitas varians seperti yang telah disajikan, dirangkum pada Tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Pengujian Homogenitas

| No. | Galat Taksirat Y atas X_1 | Nilai $X_{2hitung}$ | Nilai X_{2tabel} | Keputusan |
|-----|-----------------------------|---------------------|--------------------|-----------|
| 1. | Y atas X_1 | 5,86 | 18,5 | Homogen |
| 2. | Y atas X_2 | 8,91 | 20,3 | Homogen |

Analisis Regresi Linear

Hasil analisis regresi linear sederhana antara pasangan data kepemimpinan pelatih senam aerobik (variabel X_1) dan kinerja pelatih senam aerobik (variabel Y), diketahui bahwa koefisien regresi b adalah sebesar 0,8 dan konstanta a sebesar 79,08. Dengan demikian diperoleh persamaan regresi antara variabel kepemimpinan pelatih senam aerobik dan kinerja pelatih senam aerobik adalah $v = 79,08 + 0,9X_1$.

Agar dapat mengetahui apakah model persamaan regresi tersebut dapat digunakan untuk menarik kesimpulan atau apakah persamaan regresi yang telah diperoleh signifikan atau tidak, dapat diketahui dengan menggunakan analisis varians (uji-F).

Tabel 6. Anava untuk Uji Signifikansi dan Uji Linearitas Persamaan Regresi $v = 79,08 + 0,8X_1$

| Sumber Varians | dk | JK | R JK | F_{hitung} | F_{tabel} | |
|----------------|----|-----------|---------|--------------------|-----------------|-----------------|
| | | | | | $\alpha = 0.01$ | $\alpha = 0.05$ |
| Total | 50 | 1725756 | | | | |
| Regresi (a) | 1 | 172088,52 | | | | |
| Regresi (b/a) | 1 | 3307,68 | 3307,68 | 101,46** | 7,19 | 4,04 |
| Sisa | 48 | 1564,8 | 32,6 | | | |
| Tuna Cocok | 12 | 735,195 | 61,27 | 2,65 ^{ns} | 3,52 | 1,97 |
| Galat | 36 | 829,605 | 23,0446 | | | |

Berdasarkan hasil pengujian tabel 6 disimpulkan, bahwa persamaan regresi $v = 79,08 + 0,8X_1$ adalah signifikan dan linear. Bentuk hubungan antara kepemimpinan pelatih senam aerobik dan kinerja pelatih senam aerobik, dengan persamaan regresi $v = 79,08 + 0,8X_1$

Tabel 7. Uji Signifikansi Koefisien Korelasi

| Variabel | n | r_{y1} | r_{y1}^2 | dk | t_{hitung} | t_{tabel} | |
|-------------|----|----------|------------|----|--------------|-----------------|-----------------|
| | | | | | | $\alpha = 0.01$ | $\alpha = 0.05$ |
| Y dan X_1 | 50 | 0,83 | 0,68 | 48 | 10,09** | 2,42 | 1,68 |

Tabel 8. Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Parsial

| Koefisien Korelasi | t_{hitung} | $t_{tabel} \alpha = 0,05$ | $t_{tabel} \alpha = 0,01$ |
|--------------------|--------------|---------------------------|---------------------------|
| $R_{y12} = 0,26$ | 1,9166 | 1,68 | 2,42 |

Berdasarkan uji signifikansi tersebut disimpulkan bahwa dengan mengontrol variabel kepemimpinan pelatih senam aerobik ternyata masih terdapat hubungan positif antara variabel kepemimpinan pelatih senam aerobik dan kinerja pelatih senam aerobik.

Hasil analisis regresi linear sederhana antara pasangan data prestasi kerja pelatih senam aerobik (variabel X_2) dan kinerja pelatih senam aerobik (variabel Y), diketahui bahwa koefisien regresi b adalah sebesar 0,85 dan konstanta a sebesar 86,47.

Dengan demikian diperoleh persamaan regresi antara variabel prestasi kerja pelatih senam aerobik dan kinerja pelatih senam aerobik adalah $v = 86,47 + 0,85X_2$. Untuk mengetahui apakah model persamaan regresi tersebut dapat digunakan untuk menarik kesimpulan atau apakah persamaan regresi tersebut signifikan atau tidak, dapat diketahui dengan menggunakan analisis varians (uji-F). Pengujian signifikansi dan linearitas ada pada Tabel 9.

Tabel 9. Anava untuk Uji Signifikansi dan Uji Linearitas Persamaan Regresi $v = 86,47 + 0,85X_2$

| Sumber Varians | dk | JK | R JK | F_{hitung} | F_{tabel} | |
|----------------|----|-----------|---------|--------------------|-----------------|-----------------|
| | | | | | $\alpha = 0.01$ | $\alpha = 0.05$ |
| Total | 50 | 1725756 | | | | |
| Regresi (a) | 1 | 172088,52 | | | | |
| Regresi (b/a) | 1 | 3643,78 | 3304,68 | 142,46** | 7,19 | 4,04 |
| Sisa | 48 | 1228,7 | 25,5979 | | | |
| Tuna Cocok | 13 | 390,35 | 30,0269 | 1,35 ^{ns} | 4,58 | 1,97 |
| Galat | 35 | 838,35 | 23,9528 | | | |

Berdasarkan hasil pengujian Tabel 9 disimpulkan, bahwa persamaan regresi $v = 86,47 + 0,85X_2$ adalah signifikan dan linear. Bentuk hubungan antara prestasi kerja pelatih senam aerobik dan kinerja pelatih senam aerobik, dengan persamaan regresi $v = 86,47 + 0,85X_2$

Tabel 10. Uji Signifikansi Koefisien Korelasi

| Variabel | n | r_{y1} | r_{y2}^2 | dk | t_{hitung} | t_{tabel} | |
|-------------|----|----------|------------|----|--------------|-----------------|-----------------|
| | | | | | | $\alpha = 0.01$ | $\alpha = 0.05$ |
| Y dan X_2 | 50 | 0,85 | 0,72 | 48 | 11,89** | 2,42 | 1,68 |

Berdasarkan uji signifikansi koefisien korelasi, dapat disimpulkan bahwa koefisien korelasi antara prestasi kerja pelatih senam aerobik (X_2) dan kinerja pelatih senam aerobik (Y) sebesar 0,85 adalah sangat signifikan.

Tabel 11. Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Parsial

| Koefisien Korelasi | t_{hitung} | $t_{tabel} \alpha = 0,05$ | $t_{tabel} \alpha = 0,01$ |
|--------------------|--------------|---------------------------|---------------------------|
| $R_{y21} = 0,40$ | 3,26** | 1,68 | 2,42 |

Berdasarkan uji signifikansi disimpulkan dengan mengontrol variabel prestasi kerja ternyata masih terdapat hubungan positif antara variabel dan kinerja pelatih senam aerobik.

Tabel 12. Anava untuk Uji Signifikansi Persamaan Regresi Jamak

$$v = -4,86 - 0,37X_1 + 1,2X_2$$

| Sumber Varians | dk | JK | R JK | F_{hitung} | F_{tabel} | |
|----------------|----|------------|----------|--------------|-----------------|-----------------|
| | | | | | $\alpha = 0.01$ | $\alpha = 0.05$ |
| Regresi (a) | 2 | 3657,226 | 25,856 | | | |
| Sisa | 47 | 1215,254 | 1828,613 | 70,72** | 5,09 | 3,20 |
| Total | 49 | 12262,5800 | | | | |

Berdasarkan uji signifikansi koefisien korelasi ganda tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif kepemimpinan dan prestasi kerja secara bersama-sama dengan kinerja pelatih senam aerobik ditunjukkan oleh $R^2 = 0,75$ atau 56 %.

Artinya, variasi kinerja pelatih senam aerobik 56 % dapat dijelaskan oleh kepemimpinan dan prestasi kerja pelatih senam aerobik secara bersama-sama melalui persamaan regresi $v = -4,86 - 0,37X_1 + 1,2X_2$. Dari hasil perhitungan seperti yang telah dikemukakan, peringkat kekuatan hubungan kedua variabel bebas yaitu kepemimpinan dan prestasi kerja dengan variabel terikat kinerja pelatih senam aerobik dapat ditunjukkan pada Tabel 12.

Tabel 13. Hubungan Antar-Variabel

| Hubungan antar-Variabel | Koefisien Korelasi Parsial | Peringkat |
|-------------------------|----------------------------|-----------|
| Y atas X_1 | $r_{y12} = 0,26$ | Kedua |
| Y atas X_2 | $r_{y12} = 0,4$ | Pertama |

Pembahasan

Berdasarkan uji signifikansi koefisien korelasi, dapat disimpulkan bahwa koefisien korelasi antara kepemimpinan pelatih senam aerobik (X_1) dan kinerja pelatih senam aerobik (Y) sebesar 0,83 adalah sangat signifikan. Dengan demikian terdapat hubungan positif antara kepemimpinan pelatih senam aerobik (X_1) dan kinerja pelatih senam aerobik (Y) atau dengan kata lain makin baik kepemimpinan pelatih senam aerobik (X_1), makin baik kinerja pelatih aerobik dalam bekerja (Y).

Hubungan antara kepemimpinan pelatih senam aerobik (variabel X_1) dan kinerja pelatih senam aerobik (variabel Y) dapat diketahui dari hasil perhitungan koefisien determinasinya. Koefisien determinasi adalah kuadrat dari koefisien korelasi antara X_1 dengan Y yaitu $r_{y1}^2 = (0,83)^2 = 0,68$. Artinya, 68 % variasi yang terjadi pada kinerja pelatih senam aerobik dapat dijelaskan oleh kepemimpinan pelatih senam aerobik melalui $v = 79,08 + 0,8X_1$.

Dengan demikian terdapat hubungan positif antara prestasi kerja pelatih senam aerobik (X_2) dan kinerja pelatih senam aerobik (Y) atau dengan kata lain makin tinggi prestasi kerja (X_2) makin baik kinerja pelatih senam aerobik bekerja (Y). Hubungan antara prestasi kerja pelatih senam aerobik (variabel X_2) dan kinerja pelatih senam aerobik (variabel Y) dapat diketahui dari hasil perhitungan koefisien determinasinya. Koefisien determinasi adalah kuadrat dari koefisien korelasi antara X_2 dengan Y yaitu $r_{y1}^2 = (0,85)^2 = 0,72$. Artinya, 72 % variasi yang terjadi pada kinerja pelatih senam aerobik dapat dijelaskan oleh disiplin kerja melalui $v = 86,47 + 0,85X_2$. Dengan mengontrol pengaruh variabel kinerja pelatih senam aerobik koefisien korelasi parsial antara prestasi kerja dan kepemimpinan diperoleh $r_{y22} = 0,40$.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, serta pengujian hipotesis, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kepemimpinan dan kinerja pelatih senam aerobik. Hal ini berarti meningkat atau menurunnya satu unit kepemimpinan akan diikuti kenaikan atau penurunan kinerja pelatih senam aerobik. Antara prestasi kerja dan kinerja terdapat hubungan positif, hal ini berarti meningkat atau menurunnya satu unit prestasi kerja akan diikuti kenaikan atau penurunan kinerja pelatih senam aerobik. Secara bersama-sama terdapat hubungan positif antara kepemimpinan dan prestasi kerja

dan kinerja pelatih senam aerobik. Kepemimpinan dan prestasi kerja, baik secara sendiri-sendiri maupun bersama-sama memberikan kontribusi yang berarti terhadap kinerja pelatih senam aerobik.

Hubungan antara kepemimpinan dan kinerja pelatih senam aerobik, apabila variabel prestasi kerja dikontrol ternyata masih cukup kuat. Kemudian hubungan antara prestasi kerja pelatih senam aerobik dan kinerja pelatih senam aerobik, apabila variabel kepemimpinan dikontrol ternyata masih cukup kuat. Hal ini berarti bahwa variabel kepemimpinan dan prestasi kerja pelatih senam aerobik secara sendiri-sendiri maupun bersama-sama secara empiris telah teruji berpengaruh terhadap kinerja pelatih senam aerobik.

Saran-Saran

Pihak manajemen *fitness center* hendaknya mengembangkan situasi yang kondusif di lingkungan organisasi dengan cara menciptakan hubungan interpersonal yang kondusif, sehingga atmosfir tempat kerja menyejukkan dan menyamankan setiap insan yang bernaung di lembaga tersebut. Kepemimpinan hendaknya tertanam dari dalam pribadi setiap pelatih senam aerobik dengan cara membiasakan menjadi seorang panutan, bukan karena adanya pemantauan dari pihak pengelola *fitness center*, tetapi karena rasa bangga atas tanggung jawab yang dibebankan pada tugas, dan penghargaan yang patut diberikan karena prestasi maupun atas kedisiplinan yang telah dijalankan. Pihak pengelola hendaknya berupaya agar dapat memberikan kesempatan pada pelatih senam aerobik untuk meningkatkan pengetahuan dan profesinya, baik berupa pelatihan maupun kegiatan-kegiatan profesional lainnya. Pelatih senam aerobik hendaknya memiliki kecerdasan emosional kepemimpinan dengan cara mengontrol dan menjaga stabilitas emosi, meningkatkan pengetahuan serta keterampilan dalam membaca situasi dan kondisi organisasi. Mendalami hubungan manusiawi, keterampilan manajerial, dan keterampilan teknis kepelatihan, agar mampu mewujudkan perilaku kepemimpinan yang sesuai dengan kebutuhan pelatih. Lembaga hendaknya dapat memelihara dan meningkatkan kinerja dengan cara memperhatikan ganjaran yang pantas, kondisi kerja, dukungan, kepemimpinan, dan prestasi kerja, baik secara internal seperti menumbuhkan rasa percaya diri, rasa memiliki profesi pelatih, tanggung jawab, pengakuan dan prestasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus D. Dharma. (1990). *Manajemen Prestasi Kerja: Pedoman Praktis Bagi para Penyelia Untuk Meningkatkan Prestasi Kerja*. Jakarta: Rajawali Press.
- Aip Syarifuddin. (1991). *Belajar Aktif Senam Ketangkasan*. Jakarta: PT Gramedia Widiswara Indonesia
- Dessler, Garry. 1997. *Human Resource Management*. 7th Edition (Alih bahasa oleh Benyamin Molan). New Jersey: Prentice-Hall, Inc A Simon & Schuster Company.

- Endang Sudoby. (1998). "Latar Belakang Manfaat dan Penyajian Aerobic Dance Sebagai Bagian dari General Gymnastic." *Makalah HUT PKO VII* Jakarta.
- Flippo, B. Edwin. (1996). *Personel Management*. Sixth Edition. Jilid 2. (Alih bahasa oleh Moh. Masud). Jakarta: Erlangga.
- _____. (1984). *Personel Management*. (Alih bahasa Moh. Masud). Arizona: Mc Draw-Hill International Edition.
- Fraser. (1993). *Stres dan Kepuasan Kerja*. (Alih bahasa Ny. L. Mulyana). Jakarta: IPPM dan Pustaka Binaman Presindo.
- Hani T. Handoko. (1996). *Manajemen Personalia dan Sumberdaya Manusia*. Yogyakarta: BPFE.
- Harsono. (1997). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: Tambak Kusuma.
- Leadership Resource W/bpages*. <http://www.unyo.edu/A%26S/comm/donaghy/linkpages.html>.
- Husein Umar, (1997). *Studi Kelayakan Bisnis*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Imam Hidayat dkk. (1992). *Senam dan Metodik*. Jakarta: CV Sinar Pengetahuan.
- James L. Gibson, John M. Ivancevich, James H. Donnelly Jr. (1997). *Organizations* 9th Edition. Boston: a Times Mirror Higher Education Group, Inc Company.
- _____. (1994). *Organizations*. 5th Edition (Alih bahasa Safitri Soekisno). Jakarta: Erlangga
- _____. (1997). *Organization: Behavior, Structure, Processes*. Boston: a Times Mirror Higher Education Group, Inc Company.
- Robbins. P. Stephen. (1996). *Organizational Behavior: Concepts, Controversies, Applications*. Seventh Edition alih bahasa oleh Hadyana Pujaatmaka. New Jersey: Prentice Hall, Inc. A Simon & Schuster Company.
- Sadoso Sumosarjuno. (1990). *Pengetahuan Praktis Kesehatan dalam Olahraga 2*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Stoner, James A.F. R. Edward Freeman. 1992. *Manajemen*. (Alih bahasa Wilhelmus W. Bakowatun). New Jersey: Prentice Hall A Division of Simon & Schuster, Inc.
- Sudjana. (1992). *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Terence R. Mitchell. (1992). *People in Organizations an Introduction to Organizational Behavior*. Tokyo: Mc Grow Hill Book Company.
- Hani T. Handoko. (1996). *Manajemen Personalia dan Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta: BPFE.

Transformational Change. <http://.mbc.co.uk/services/art../limerickt.ht>

Siagian, Sondang P. (1988). *Teori dan Praktek Kepemimpinan*. Jakarta: Bina Aksara.

Wether. B. William, Jr dan Keith Davis. (1996). *Human Reources and Personnel Management*. Fifth Edition. New York: McGraw-Hill Book Company.