

**SOSIOLOGI OLAHRAGA DAN PEMBENTUKAN SOLIDARITAS SOSIAL:
STUDI LITERATUR**

Rezky Agung Daulay¹, Jemli Faomusododo Daeli², Yulfi Sani Efendi³,
Ferdinand Bondar⁴, M. Roihan Heriandi⁵, Fauzan Rahmi⁶, Nurkadri⁷
Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Medan
rezkyagungdly28@gmail.com¹, jemlidaeli9@gmail.com²,
yulfinasution0302@gmail.com³, bondarferdinand@gmail.com⁴,
mhd.roihan17@gmail.com⁵, fauzanrahmi7522@gmail.com⁶,
nurkadri@unimed.ac.id⁷

ABSTRACT

Sport not only functions as a physical activity but also plays a vital role in social life. From a sociological perspective, sport serves as a means of social interaction that fosters cooperation, a sense of togetherness, and social solidarity between individuals and groups. This study aims to analyze the role of sport in fostering social solidarity through a literature review approach. The method used is a literature review, compiling various sources, including books and scientific journals, relevant to the sociology of sport and social solidarity. The results indicate that sporting activities can strengthen social relationships, enhance sportsmanship, foster a sense of unity, and foster positive social interactions within the community. Furthermore, both traditional and modern sports play a role in maintaining cultural values and strengthening relationships between social groups. Thus, sport plays a significant role in building social solidarity and creating a more harmonious community life.

Keywords: *Sociology of sport, social solidarity, social interaction, sport, literature review*

ABSTRAK

Olahraga tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas fisik, tetapi juga memiliki peran penting dalam kehidupan sosial masyarakat. Dalam perspektif sosiologi, olahraga menjadi sarana interaksi sosial yang mampu membangun kerja sama, rasa kebersamaan, dan solidaritas sosial antarindividu maupun kelompok. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran olahraga dalam pembentukan solidaritas sosial melalui pendekatan studi literatur. Metode yang digunakan adalah kajian pustaka dengan mengumpulkan berbagai sumber berupa buku dan jurnal ilmiah yang relevan dengan tema sosiologi olahraga dan solidaritas sosial. Hasil kajian menunjukkan bahwa aktivitas olahraga dapat memperkuat hubungan sosial, meningkatkan nilai sportivitas, membangun rasa persatuan, serta menciptakan interaksi sosial yang positif di lingkungan masyarakat. Selain itu, olahraga tradisional maupun modern juga berperan dalam mempertahankan nilai budaya dan mempererat hubungan antarkelompok sosial. Dengan demikian, olahraga memiliki kontribusi yang besar dalam

membangun solidaritas sosial dan menciptakan kehidupan masyarakat yang lebih harmonis.

Kata Kunci: Sosiologi olahraga, solidaritas sosial, interaksi sosial, olahraga, studi literatur

A. PENDAHULUAN

Olahraga merupakan salah satu aktivitas yang memiliki peran penting dalam kehidupan masyarakat. Selain berfungsi untuk menjaga masyarakat dan kebugaran tubuh, olahraga juga menjadi sarana interaksi masyarakat yang mampu mempererat hubungan antarindividu maupun kelompok. Dalam perspektif sosiologi, olahraga tidak hanya dipandang sebagai aktivitas fisik, tetapi juga sebagai bagian dari fenomena masyarakat yang berkaitan dengan nilai, norma, budaya, dan pola interaksi masyarakat. Menurut Delaney dan Madigan (2021), olahraga memiliki hubungan yang erat dengan kehidupan masyarakat karena di dalamnya terdapat proses kerja sama, komunikasi, persaingan, dan pembentukan identitas kelompok.

Kegiatan olahraga dapat menciptakan hubungan masyarakat yang positif melalui interaksi yang terjadi antaranggota masyarakat. Aktivitas olahraga yang dilakukan secara masyarakat-sama mampu membangun

rasa kebersamaan, persatuan, dan solidaritas masyarakat. Norden dan Weiss (2021) menyatakan bahwa olahraga menjadi media masyarakat yang efektif dalam membentuk hubungan masyarakat serta memperkuat integrasi masyarakat. Melalui kegiatan olahraga, individu dapat belajar mengenai kerja sama, tanggung jawab, sportivitas, dan rasa saling menghargai.

Solidaritas masyarakat merupakan kondisi yang menunjukkan adanya rasa kebersamaan dan hubungan masyarakat yang kuat antaranggota masyarakat. Dalam kegiatan olahraga, solidaritas masyarakat dapat terbentuk melalui kerja sama tim, komunikasi, dan rasa saling mendukung untuk mencapai tujuan masyarakat. Doob (2018) menjelaskan bahwa olahraga beregu mampu menciptakan hubungan masyarakat yang erat karena setiap individu memiliki peran dan tanggung jawab dalam kelompok. Hal tersebut menunjukkan bahwa olahraga memiliki kontribusi

dalam membangun hubungan masyarakat yang harmonis di masyarakat.

Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa olahraga memiliki pengaruh terhadap pembentukan solidaritas masyarakat. Penelitian Andi dkk. (2025) menunjukkan bahwa kegiatan olahraga bola voli dapat meningkatkan interaksi masyarakat dan memperkuat solidaritas masyarakat. Selain itu, Rahman dkk. (2023) menyatakan bahwa olahraga dapat menjadi sarana penguat hubungan masyarakat dalam kegiatan masyarakat dan lingkungan masyarakat. Aktivitas olahraga tidak hanya menciptakan hiburan, tetapi juga mampu membangun komunikasi dan kerja sama masyarakat antarindividu.

Perkembangan olahraga modern juga menunjukkan adanya perubahan dalam pola interaksi masyarakat masyarakat. Pratama dkk. (2024) menjelaskan bahwa e-sports sebagai bentuk olahraga modern mampu menciptakan solidaritas masyarakat dan interaksi antaranggota komunitas. Di sisi lain, olahraga tradisional tetap memiliki peran penting dalam mempertahankan nilai budaya dan mempererat hubungan

masyarakat masyarakat. Yusuf dkk. (2025) menyatakan bahwa olahraga tradisional dapat memperkuat solidaritas masyarakat serta meningkatkan ketahanan masyarakat masyarakat melalui partisipasi masyarakat dalam kegiatan budaya.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa olahraga memiliki peran yang penting dalam kehidupan masyarakat masyarakat, khususnya dalam pembentukan solidaritas masyarakat. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran olahraga dalam membentuk solidaritas masyarakat melalui pendekatan studi literatur. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai pentingnya olahraga sebagai sarana memperkuat hubungan masyarakat dan menciptakan kehidupan masyarakat yang harmonis.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur atau kajian pustaka. Studi literatur merupakan metode penelitian yang dilakukan dengan mengumpulkan dan menganalisis berbagai sumber tertulis yang berkaitan dengan topik

penelitian. Menurut Sugiyono (2019), studi literatur digunakan untuk memperoleh data dan informasi melalui berbagai referensi seperti buku, jurnal ilmiah, artikel, dan dokumen yang relevan dengan penelitian.

Sumber data dalam penelitian ini berasal dari buku dan jurnal ilmiah yang membahas sosiologi olahraga, solidaritas sosial, interaksi sosial, serta peran olahraga dalam kehidupan masyarakat. Literatur yang digunakan dipilih berdasarkan relevansi tema, tahun terbit, dan kesesuaian dengan fokus penelitian. Penelitian ini menggunakan beberapa jurnal nasional dan buku yang diterbitkan dalam beberapa tahun terakhir agar informasi yang diperoleh lebih aktual dan sesuai dengan perkembangan sosial masyarakat.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui proses identifikasi, pengelompokan, dan penelaahan berbagai referensi yang berkaitan dengan topik penelitian. Peneliti membaca serta memahami isi dari setiap sumber untuk memperoleh informasi mengenai hubungan olahraga dengan pembentukan solidaritas sosial. Data yang diperoleh

kemudian dicatat dan disusun sesuai dengan fokus pembahasan penelitian.

Teknik analisis data dilakukan secara deskriptif kualitatif, yaitu dengan mendeskripsikan dan membandingkan berbagai pendapat serta hasil penelitian yang telah diperoleh dari sumber pustaka. Menurut Miles dan Huberman (2014), analisis data kualitatif dilakukan melalui proses reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Dalam penelitian ini, data dianalisis untuk mengetahui bagaimana olahraga berperan dalam membangun solidaritas sosial di masyarakat berdasarkan hasil kajian dari berbagai sumber literatur.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Sosiologi Olahraga dalam Kehidupan Sosial Masyarakat

Sosiologi olahraga merupakan cabang ilmu sosiologi yang membahas hubungan antara olahraga dan kehidupan sosial masyarakat. Dalam perspektif sosiologi, olahraga tidak hanya dipahami sebagai aktivitas fisik untuk menjaga kesehatan, tetapi juga sebagai aktivitas sosial yang melibatkan interaksi antarindividu maupun

kelompok. Delaney dan Madigan (2021) menjelaskan bahwa olahraga memiliki hubungan erat dengan berbagai aspek kehidupan sosial, seperti budaya, nilai sosial, identitas kelompok, dan pola interaksi masyarakat.

Dalam kehidupan masyarakat, olahraga sering menjadi sarana yang mempertemukan individu dari berbagai latar belakang sosial, budaya, dan ekonomi. Kegiatan olahraga dapat menciptakan ruang interaksi sosial yang mendorong terbentuknya hubungan sosial yang lebih erat. Hal ini terlihat dalam berbagai kegiatan olahraga di lingkungan masyarakat, sekolah, maupun komunitas, di mana individu dapat saling berkomunikasi, bekerja sama, dan membangun rasa kebersamaan.

Norden dan Weiss (2021) menyatakan bahwa olahraga berfungsi sebagai media integrasi sosial karena mampu menyatukan individu dalam suatu aktivitas bersama. Melalui olahraga, masyarakat dapat membangun hubungan sosial yang lebih harmonis serta menciptakan solidaritas sosial di lingkungan sekitarnya. Selain itu,

olahraga juga memiliki fungsi sebagai sarana hiburan dan rekreasi yang mampu meningkatkan partisipasi sosial masyarakat.

Perkembangan olahraga modern juga menunjukkan bahwa olahraga telah menjadi bagian dari gaya hidup masyarakat. Tidak hanya olahraga konvensional, perkembangan e-sports juga menciptakan pola interaksi sosial baru di kalangan generasi muda. Pratama dkk. (2024) menjelaskan bahwa e-sports mampu membentuk komunitas sosial yang memiliki hubungan solidaritas melalui komunikasi dan kerja sama antarpemain. Hal tersebut menunjukkan bahwa olahraga terus mengalami perkembangan sesuai dengan perubahan sosial masyarakat.

2. Olahraga sebagai Sarana Pembentukan Solidaritas Sosial

Solidaritas sosial merupakan rasa kebersamaan, persatuan, dan hubungan sosial yang kuat antaranggota masyarakat. Dalam kegiatan olahraga, solidaritas sosial dapat terbentuk melalui kerja sama, komunikasi, dan interaksi yang dilakukan secara bersama-sama. Aktivitas olahraga mengajarkan

individu untuk bekerja sama dalam mencapai tujuan bersama serta menghargai peran setiap anggota kelompok.

Doob (2018) menjelaskan bahwa olahraga beregu memiliki pengaruh besar terhadap pembentukan solidaritas sosial karena setiap anggota tim memiliki tanggung jawab dan peran masing-masing. Keberhasilan dalam olahraga tidak hanya bergantung pada kemampuan individu, tetapi juga pada kekompakan dan kerja sama tim. Kondisi tersebut mampu menciptakan rasa saling percaya dan memperkuat hubungan sosial antaranggota kelompok.

Penelitian Andi dkk. (2025) menunjukkan bahwa kegiatan olahraga bola voli di lingkungan masyarakat dapat meningkatkan interaksi sosial dan mempererat solidaritas sosial antarwarga. Kegiatan olahraga bersama membuat masyarakat lebih aktif dalam berkomunikasi dan bekerja sama sehingga tercipta hubungan sosial yang lebih baik. Selain itu, olahraga juga mampu mengurangi konflik sosial karena adanya rasa kebersamaan yang terbentuk melalui aktivitas bersama.

Olahraga juga menjadi media yang efektif untuk mempererat hubungan sosial di lingkungan pendidikan. Rahman dkk. (2023) menyatakan bahwa kegiatan olahraga dalam lingkungan kampus mampu meningkatkan interaksi sosial antarmahasiswa dan memperkuat rasa persatuan. Kegiatan olahraga bersama menciptakan suasana yang lebih akrab serta meningkatkan kerja sama antarindividu dalam lingkungan sosial.

Selain olahraga modern, olahraga tradisional juga memiliki peran penting dalam membangun solidaritas sosial masyarakat. Yusuf dkk. (2025) menjelaskan bahwa olahraga tradisional mampu memperkuat hubungan sosial dan mempertahankan nilai budaya masyarakat melalui partisipasi bersama dalam kegiatan olahraga. Kegiatan tersebut tidak hanya menjadi sarana hiburan, tetapi juga menjadi media untuk menjaga persatuan dan identitas sosial masyarakat.

3. Nilai Sportivitas dalam Kehidupan Sosial

Salah satu nilai penting dalam olahraga adalah sportivitas.

Sportivitas merupakan sikap menghargai aturan, menghormati lawan, jujur, disiplin, dan menerima hasil pertandingan dengan baik. Nilai sportivitas tidak hanya diterapkan dalam pertandingan olahraga, tetapi juga dapat diterapkan dalam kehidupan sosial sehari-hari.

Melalui olahraga, individu belajar mengenai pentingnya menghargai orang lain dan bekerja sama dalam kelompok. Nilai sportivitas dapat membantu menciptakan hubungan sosial yang harmonis karena individu terbiasa untuk bersikap adil dan menghormati perbedaan. Norden dan Weiss (2021) menjelaskan bahwa olahraga memiliki kontribusi dalam pembentukan karakter sosial individu, seperti disiplin, tanggung jawab, dan kerja sama sosial.

Dalam lingkungan pendidikan, olahraga sering digunakan sebagai sarana pembentukan karakter peserta didik. Kegiatan olahraga di sekolah maupun perguruan tinggi dapat membantu peserta didik belajar mengenai pentingnya solidaritas sosial dan kerja sama. Selain itu, olahraga juga dapat meningkatkan

rasa percaya diri dan kemampuan komunikasi sosial individu.

Nilai sportivitas dalam olahraga juga dapat mengurangi perilaku negatif dalam kehidupan sosial. Individu yang terbiasa menerapkan sikap sportivitas cenderung lebih mampu menyelesaikan konflik dengan baik dan menjaga hubungan sosial yang positif dengan orang lain. Oleh karena itu, olahraga memiliki peran penting dalam membentuk perilaku sosial masyarakat yang lebih baik.

4. Olahraga Tradisional dan Pelestarian Nilai Sosial Budaya

Olahraga tradisional merupakan bagian dari budaya masyarakat yang memiliki nilai sosial dan budaya dalam kehidupan masyarakat. Berbagai jenis olahraga tradisional di Indonesia berkembang sebagai bagian dari tradisi dan identitas budaya daerah. Selain berfungsi sebagai hiburan, olahraga tradisional juga menjadi media interaksi sosial yang mampu mempererat hubungan antarmasyarakat.

Yusuf dkk. (2025) menyatakan bahwa olahraga tradisional dapat memperkuat solidaritas sosial dan

ketahanan sosial masyarakat karena melibatkan partisipasi bersama dalam kegiatan budaya. Kegiatan olahraga tradisional biasanya dilakukan secara kolektif sehingga mampu menciptakan rasa kebersamaan dan persatuan antaranggota masyarakat.

Hidayat dkk. (2024) menjelaskan bahwa olahraga tradisional memiliki peran penting dalam mempertahankan nilai budaya dan nilai sosial masyarakat di tengah perkembangan olahraga modern. Melalui olahraga tradisional, masyarakat dapat menjaga identitas budaya serta memperkuat hubungan sosial antarwarga. Selain itu, olahraga tradisional juga dapat menjadi sarana pendidikan sosial bagi generasi muda mengenai pentingnya kerja sama dan solidaritas sosial.

Keberadaan olahraga tradisional menunjukkan bahwa olahraga tidak hanya berkaitan dengan aktivitas fisik, tetapi juga memiliki fungsi sosial dan budaya dalam kehidupan masyarakat. Oleh karena itu, pelestarian olahraga tradisional perlu dilakukan agar nilai-nilai sosial dan budaya yang terkandung di dalamnya tetap terjaga

dan diwariskan kepada generasi berikutnya.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian literatur, dapat disimpulkan bahwa olahraga memiliki peran penting dalam kehidupan sosial masyarakat. Dalam perspektif sosiologi, olahraga tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas fisik untuk menjaga kesehatan, tetapi juga menjadi sarana interaksi sosial yang mampu membangun hubungan antarindividu maupun kelompok. Melalui kegiatan olahraga, masyarakat dapat menciptakan komunikasi, kerja sama, serta rasa kebersamaan yang memperkuat hubungan sosial dalam kehidupan sehari-hari.

Olahraga juga memiliki kontribusi yang besar dalam pembentukan solidaritas sosial. Aktivitas olahraga, terutama olahraga beregu, mampu menumbuhkan rasa persatuan, kerja sama, saling percaya, dan kepedulian antaranggota kelompok. Selain itu, nilai sportivitas yang terdapat dalam olahraga dapat membentuk karakter sosial individu, seperti sikap disiplin, tanggung jawab, dan menghargai

orang lain. Hal tersebut menunjukkan bahwa olahraga dapat menjadi media yang efektif dalam menciptakan hubungan sosial yang harmonis di masyarakat.

Selain olahraga modern, olahraga tradisional juga memiliki peran penting dalam mempertahankan nilai sosial dan budaya masyarakat. Olahraga tradisional mampu memperlerat hubungan sosial serta menjaga identitas budaya melalui partisipasi bersama dalam kegiatan masyarakat. Oleh karena itu, olahraga perlu terus dikembangkan dan dilestarikan karena memiliki manfaat yang besar dalam memperkuat solidaritas sosial dan menciptakan kehidupan masyarakat yang lebih harmonis.

DAFTAR PUSTAKA

- Andi, A., dkk. (2025). Pengaruh olahraga bola voli terhadap solidaritas sosial dan interaksi komunitas. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 8(1).
- Delaney, T., & Madigan, T. (2021). *Sociology of sports*. McFarland.
- Doob, C. B. (2018). *Great expectations: The sociology of survival and success in organized team sports*. Routledge.
- Hidayat, L., dkk. (2024). Sosiologi olahraga tradisional: Peran pendidikan dan budaya dalam mempertahankan nilai sosial di era modern. *JIPS*.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). Sage Publications.
- Norden, G., & Weiss, O. (2021). *Introduction to the sociology of sport*. Brill.
- Nugraha, D., dkk. (2024). Interaksi struktur sosial dan budaya lokal dalam pengembangan aktivitas fisik remaja: Perspektif sosiologi olahraga. *Holistic Journal of Sport Education*.
- Pratama, R., dkk. (2024). Dinamika sosiologi olahraga dalam FIK Expo UNIMED: E-sports sebagai fenomena budaya olahraga baru. *Jurnal Review*

- Pendidikan dan Pengajaran, 7(4). pada perspektif sosiologi. Jurnal Ilmiah Penjas, 10(2).
- Rahman, M., dkk. (2023). Olahraga sebagai sarana penguat interaksi sosial: Studi pada perayaan Dies Natalis UNM. *Sportive: Journal of Physical Education, Sport and Recreation*.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Saputra, F., dkk. (2024). Reproduksi ketidaksetaraan sosial melalui struktur kompetisi olahraga Yusuf, A., dkk. (2025). Constructing solidarity and social resilience through traditional Sisemba sports in South Sulawesi, Indonesia. *JSW (Jurnal Sosiologi Walisongo)*, 9(2).