

**Prestasi Indonesia pada SEA Games
ke-31 Hanoi Vietnam dalam Perspektif
Sosiologi Olahraga**

**UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA
NOMOR 28 TAHUN 2014 TENTANG HAK CIPTA**

LINGKUP HAK CIPTA

Pasal 1

1. Hak Cipta adalah hak eksklusif pencipta yang timbul secara otomatis berdasarkan prinsip deklaratif setelah suatu ciptaan diwujudkan dalam bentuk nyata tanpa mengurangi pembatasan sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

KETENTUAN PIDANA

Pasal 113

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
3. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/ atau pidana denda paling banyak Rp1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
4. Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

Prestasi Indonesia pada SEA Games

**ke-31 Hanoi Vietnam dalam Perspektif
Sosiologi Olahraga**

**Firdaus Hendry Prabowo Yudho,
Rismanto, Risnawati, dkk.**



**Prestasi Indonesia pada SEA Games ke-31 Hanoi Vietnam
dalam Perspektif Sosiologi Olahraga**

Penulis:

Firdaus Hendry Prabowo Yudho, Rismanto, Risnawati, dkk

All rights reserved

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Hak Penerbitan pada Jejak Pustaka

Isi di Luar Tanggung Jawab Penerbit

ISBN: (kosongkan)

Editor:

R. Ari Nugroho

Tata Letak Isi:

Fahrul Rozi

Desain Cover:

Bayu Aji Setiawan

vi + 146 hlm: 15,5 x 23 cm

Cetakan Pertama, Agustus 2022

Penerbit

Jejak Pustaka

Anggota IKAPI No. 141/DIY/2021

Wirokerten RT.002 Desa Wirokerten

Banguntapan Bantul Yogyakarta

jejakpustaka@gmail.com

081320748380

PRAKATA

Puji syukur kami ucapkan ke hadirat Allah Swt. atas segala rahmat-Nya sehingga buku ini dapat tersusun hingga diterbitkan. Tidak lupa kami mengucapkan terima kasih kepada Prof. Firmansyah Dis, M.Pd., yang telah memberikan bimbingan dan arahnya dalam keilmuan ilmu sosiologi terapan pada bidang Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Terima kasih juga kepada semua pihak dan seluruh penulis yang telah berkontribusi dengan memberikan sumbangan baik pikiran maupun materinya dalam setiap bab dalam buku ini.

Penulis sangat berharap semoga buku ini dapat menambah pengetahuan dan pengalaman bagi pembaca terutama mengenai literasi capaian Indonesia pada *multi event* SEA Games sebagai salah satu tolak ukur keberhasilan pembinaan olahraga prestasi nasional. Kami berharap buku ini bisa dimaknai secara lebih jauh oleh para pembaca dalam kehidupan sehari-hari, terutama dalam kiprahnya dalam proses pembinaan olahraga di tanah air secara umum ataupun spesifik per cabang olahraga dalam sudut pandang sosiologi dan analisis ilmiah pembinaan capaian prestasi olahraga di Indonesia.

Kami sebagai penyusun merasakan bahwa masih banyak kekurangan dalam penyusunan buku ini dikarenakan keterbatasan waktu, pengetahuan, dan pengalaman kami dalam menggali data pada ruang lingkup yang lebih luas dan metode yang lebih mendalam. Untuk itu kami sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca demi kesempurnaan buku ini di masa yang akan datang.

Penulis

Daftar Isi

PRAKATA	V
Prestasi Olahraga Senam Artistik Firdaus Hendry Prabowo Yudho	1
Prestasi Olahraga Bola Tangan Rismanto	21
Perbandingan Prestasi Atlet Putri Indonesia Cabang Olahraga Atletik Risnawati	37
Prestasi Tim Triathlon Indonesia M. Iqbal Hasanuddin	47
Tim Putri Basket 3x3 Indonesia Rizki Yuliandra	59
Prestasi Cabang Olahraga Taekwondo Maria Herlinda Dos Santos	69
Prestasi Cabang Olahraga Dayung Nana Suryana Nasution	79
Prestasi Cabang Olahraga Finswimming Abdul Kholik	85
Perbandingan Pembinaan Bola Basket di Indonesia dan Filipina (Finalis Bola Basket Putra SEA Games Vietnam 2021) Aris Mulyono	93
Evaluasi Prestasi Cabang Olahraga Panahan Nita Eka Aryanti	111
Evaluasi Prestasi Cabang Olahraga Badminton Aisya Kemala	119
Prestasi Karate Indonesia Arif Hidayat	125
Prestasi Cabang Bola Voli Indoor Putra Devaron Suardi	135
TENTANG PENULIS	141

Prestasi Olahraga Senam Artistik

Firdaus Hendry Prabowo Yudho

A. Kompetisi Senam Artistik dari Masa ke Masa

Kata senam berasal dari kata sifat Yunani umum (*gymnos*), melalui kata kerja terkait (*gymnazo*), yang artinya adalah “melatih telanjang”, “berlatih dalam latihan senam”, umumnya “melatih, untuk latihan”. Kata kerja memiliki arti ini karena atlet pada zaman dahulu berolahraga dan bertanding tanpa busana.

Federasi Senam Internasional (FIG) didirikan di Liege pada tahun 1881. Pada akhir abad kesembilan belas, kompetisi senam pria cukup populer untuk dimasukkan dalam olimpiade modern pertama pada tahun 1896. Sejak saat itu hingga awal 1950-an, baik kompetisi nasional maupun internasional melibatkan berbagai perubahan latihan yang dikumpulkan di bawah rubrik, senam, yang meliputi, misalnya, senam lantai tim yang sinkron, panjat tali, lompat tinggi, lari, dan tangga horizontal.

Selama tahun 1920-an, wanita mengorganisir dan berpartisipasi dalam acara senam. Kompetisi olimpiade wanita pertama terbatas, hanya melibatkan senam dan trek dan lapangan yang disinkronkan. Permainan ini diadakan pada tahun 1928, di Amsterdam. Pada tahun 1954, peralatan dan acara olimpiade untuk pria dan wanita telah distandarisasi dalam format modern, dan struktur penilaian yang seragam (termasuk sistem poin dari 1 hingga 15) telah disepakati. Saat ini, pesenam Soviet mengejutkan dunia dengan penampilan yang sangat disiplin dan sulit menjadi preseden yang terus berlanjut. Televisi telah

membantu mempublikasikan dan memulai era modern senam. Senam pria dan wanita sekarang menarik minat internasional yang cukup besar, dan pesenam yang sangat baik dapat ditemukan di setiap benua.

Pada tahun 2006, sistem poin baru untuk senam Artistik diberlakukan. Dengan skor A (atau skor D) sebagai skor kesulitan, yang pada tahun 2009 didasarkan pada 8 elemen skor tinggi teratas secara rutin (tidak termasuk Vault). Skor B (atau Skor E) adalah skor untuk eksekusi dan diberikan untuk seberapa baik keterampilan dilakukan. Senam yang dipertandingkan dalam kompetisi FIG terdiri atas Senam Artistik Putra, Senam Artistik Putri, Senam Ritmik, Senam Akrobatik, Trampoline, dan Aerobic Gymnastics.

Senam Artistik terbagi menjadi Senam Artistik Putra dan Senam Artistik Putri. Pesenam pria bersaing di enam acara lomba, yakni Alat Lantai, Kuda Pommel, Gelang-gelang, Meja Lompat, Palang Sejajar, dan Palang Tunggal, sementara pesenam Artistik Putri bersaing di empat alat, yakni Meja Lompat, Palang Bertingkat, Balok Keseimbangan, dan Alat Lantai. Di beberapa negara, wanita pada suatu waktu pernah berkompetisi di ring, palang tinggi, dan palang sejajar (misalnya, pada 1950-an di Uni Soviet).

Pada tahun 2006, FIG memperkenalkan sistem poin baru untuk senam Artistik di mana skor tidak lagi dibatasi hingga 10 poin. Sistem ini digunakan di AS untuk kompetisi tingkat elite. Berbeda dengan kode poin lama, ada dua skor terpisah, skor eksekusi dan skor kesulitan. Pada sistem sebelumnya, skor eksekusi adalah satu-satunya skor. Skor itu masih di luar nilai 10.00 poin, kecuali untuk penampilan singkat. Selama penampilan pesenam, juri hanya mengurangi skor ini. Jatuh, di dalam atau di luar arena, adalah pengurangan 1,00, dalam senam tingkat elite. Kode poin baru memungkinkan pesenam untuk mendapatkan skor yang lebih tinggi berdasarkan kesulitan keterampilan yang mereka lakukan dan eksekusi dari gerakan tersebut. Tidak ada skor maksimum untuk tingkat kesulitan karena dapat terus meningkat seiring dengan meningkatnya kesulitan keterampilan yang ditampilkan.

B. Karakteristik Senam Artistik dan Program *High Performance*

Olahraga senam artistik memiliki karakteristik yang berbeda dengan cabang olahraga lain, yang membuatnya unik dan menarik untuk digeluti dan disaksikan penampilannya. Karakteristik keterampilan senam artistik tersebut di antaranya adalah sebagai berikut.

Progresif. Persyaratan keterampilan harus dimulai dengan gerakan dasar dan bagian kecil dari keterampilan dan kemajuan untuk menyelesaikan keterampilan yang dilakukan secara mandiri. Seorang pelatih harus dapat melacak persyaratan keterampilan dari tingkat pemula hingga tingkat lanjutan dalam bentuk yang sedikit lebih menantang seiring dengan meningkatnya tingkat kesulitan.

Peralatan khusus. Persyaratan keterampilan dalam senam rekreasi mungkin memerlukan anyaman tambahan, seperti tikar baji, tikar panel, atau segi delapan untuk pesenam pemula dan bahkan menengah agar dapat berhasil.

Realistis. Senam adalah olahraga yang menantang yang membutuhkan banyak pengulangan, kekuatan, dan keterampilan teknis. Memecah keterampilan menjadi beberapa bagian memungkinkan pesenam menjadi sukses dalam bergerak melalui level dengan kecepatan yang tepat.

Menggunakan rencana latihan yang baik. Persyaratan keterampilan hanya efektif jika digunakan dalam rencana pelajaran program. Tanpa rencana pelajaran, sulit untuk melacak berapa kali atlet mengerjakan setiap persyaratan keterampilan.

Dalam praktik peningkatan prestasi cabang olahraga senam sendiri, FIG selaku induk organisasi senam artistik dunia telah memberikan panduan mengenai jenjang dan tingkatan tujuan program latihan yang terstruktur bagi semua peminat olahraga senam artistik di dunia. Program tersebut secara umum terbagi dua menjadi program latihan dasar (*basic*) dan program latihan lanjutan/tingkat tinggi (*High Performance program*). Program *High Performance Stream* dibagi menjadi tujuh Kelas Kompetisi Progresif. Kelas HP1 dan HP2 sama dengan Aliran Partisipasi. Kemudian, *High Performance Stream* menjadi lebih sulit dengan dua Kelas Kompetisi terakhir menjadi Junior Level (menggunakan aturan FIG Junior tetapi bukan usia FIG Junior) dan Senior Level. Lima dari tujuh Kelas Kompetisi pertama untuk *High Performance*

Stream termasuk latihan wajib. Pengalaman telah menunjukkan bahwa latihan wajib berfungsi untuk mengarahkan pelatihan menuju kinerja tinggi dan berfungsi sebagai bentuk pendidikan untuk dan kontrol atas pelatih.

Tabel 1. Program High Performance menurut FIG

FIG Age Group Program - Men's Competition Structure and Program								
Participation Stream			High Performance Stream					
Class P1	Age 8 - 9 Age 10 - 12 Age 13 - 15 Age ≥16	1x compulsory	Class HP1	Age 8 - 9	1x compulsory			
Class P2	Age 10 - 12 Age 13 - 15 Age ≥16	1x compulsory	Class HP2	Age 10 - 11	1x compulsory			
Class P3	Age 10 - 12 Age 13 - 15 Age ≥16	1x optional						
Class P4	Age 13 - 15 Age ≥16	1x optional						
						Class HP3	Age 12 - 13	1x compulsory 1x optional
						Class HP4	Age 14 - 15	1x compulsory 1x optional
			Junior	Age 15 – 18 (not FIG Junior Competition Ages)	FIG Junior rules – 1x optional			
			Senior	FIG ages	FIG – 1x optional			

Note: In the interests of development, there is no Junior designation with FIG ages (FIG age 14-17) for this Competition Program. See note above.

Tabel 2. Program Latihan per Alat

Apparatus Specifications

Class P1 & HP1	Class P2 & HP2	Class P3	Class P4	Class HP3	Class HP4
Floor FIG 12m x 12m	Floor FIG 12m x 12m	Floor FIG 12m x 12m	Floor FIG 12m x 12m	Floor FIG 12m x 12m	Floor FIG 12m x 12m
Pommel Horse Mushroom with 10 cm mats covering base	Pommel Horse Mushroom with 10 cm mats covering base An X is taped on the mushroom	Pommel Horse FIG height with pommels - can use sprign board to mount	Pommel Horse FIG height with pommels	Pommel Horse FIG height with pommels	Pommel Horse FIG Height Horse with pommels
Rings FIG Standard Height with up to 60 cm of additional mats	Rings FIG Standard Height with up to 60 cm of additional mats	Rings FIG Standard Height 20 cm Safety mats permitted	Rings FIG Standard Height 20 cm Safety mat permitted	Rings FIG Standard Height 20 cm Safety mat permitted	Rings FIG Standard Height 20 cm Safety mat permitted
Vault 80 cm stack	Vault Table at any height (min 1m10, max. 1m35)	Vault Table at 1m15 to 1m35	Vault Table at 1m15 to 1m35 Yurchenko Collar	Vault 115-135 stack of mats Table at 1m15 to 1m35 Yurchenko Collar	Vault FIG Standard Height Yurchenko Collar
Parallel Bars Low parallel bars that permit a jump to support. 20 cm Safety mats permitted	Parallel Bars High enough to swing in bent knee position without touching floor (max FIG height) 20 cm Safety mats permitted	Parallel Bars High enough to swing in bent knee position without touching floor (max FIG height) 20 cm Safety mats permitted	Parallel Bars High enough to swing in bent knee position without touching floor (max FIG height) 20 cm Safety mat permitted	Parallel Bars FIG Standard Height 20 cm Safety mat permitted	Parallel Bars FIG Standard Height 20 cm Safety mat permitted
Horizontal Bar High enough to accommodate the tallest gymnast. Bar may be lowered or mats may be added before competition.	Horizontal Bar High enough to accommodate the tallest gymnast. Bar may be lowered or mats may be added before competition.	Horizontal Bar FIG Standard Height. Additional Safety mats may be used	Horizontal Bar FIG Standard Height 20 cm Safety mat permitted	Horizontal Bar FIG Standard Height 20 cm Safety mat permitted	Horizontal Bar FIG Standard Height 20 cm Safety mat permitted

Pelatih diingatkan untuk meninjau prinsip-prinsip dasar adaptasi jaringan untuk pelatihan kekuatan, fleksibilitas, kekuatan dan daya tahan seperti yang disajikan dalam Program Akademi FIG. Semua

jaringan (otot, tendon, ligamen, tulang, tulang rawan, kulit) dan sistem tubuh beradaptasi dengan stres yang dipaksakan selama sisa atau periode pemulihan. Pesenam harus disiapkan secara bertahap selama beberapa tahun untuk dapat mempertahankan dan menghasilkan kekuatan yang dibutuhkan dalam proses latihan senam dengan aman.

Tabel 3. Jenis Latihan Kemampuan Fisik Cabang Senam

Strength Training Guidelines & Order of Training	Strength Training Principles (for all tissues)	Sequencing Strength & Power Training
Train for safety – landings, core, proprioception	Specificity	Muscular Endurance
Large muscle groups first	Progressive Overload	Speed with low force
Muscle Balance	Recovery	Muscle hypertrophy
Skill specific patterns	Reversibility	Specific strength
Maximum force and speed (power)	Individualization Variation	Power – strength with low speed
	Diminishing Returns	Power – maximum force and speed

C. Analisis Prestasi

Kita dapat melihat tingkat perolehan medali Indonesia dari masa ke masa sebagai bahan diskusi utama, untuk kemudian membuat refleksi dan kajian sederhana untuk dapat menarik analisis permasalahan dan solusi pembinaan olahraga senam secara umum dari beberapa sudut pandang, lalu mencari solusi dari permasalahan tersebut. Pertama kalinya Indonesia mengirimkan tim senam pada Event regional di Kawasan Asia Tenggara (disebut SEA Games) adalah pada SEA Games X, yaitu Sea Games yang diselenggarakan di Jakarta, tahun 1979. SEA Games X ini adalah SEA Games kedua bagi Kontingen Indonesia, yang mulai terlibat dalam SEA Games ini untuk pertama kalinya pada SEA Games IX/1977 di Kuala Lumpur. Sebelumnya, SEA Games hanya dikhususkan bagi negara-negara semenanjung seperti Muangthai,

Birma, Malaysia, Laos dan Kamboja, dan karenanya semula bernama SEAP Games (Southeast Asia Peninsular Games).

Pada SEA Games X tersebut, Tim Senam Indonesia berhasil menyumbangkan 5 medali emas, 7 perak, dan 2 perunggu. Sejak saat itu tim senam Indonesia menunjukkan prestasinya yang dominan di kawasan Asia Tenggara, meskipun diwarnai fluktuasi prestasi, dan menunjukkan penurunan pada SEA Games terakhir di Malaysia, dengan hanya memperoleh 2 emas, 4 perak dan 6 perunggu. Untuk meninjau perjalanan prestasi tim senam Indonesia dari masa ke masa, maka di bawah ini akan diturunkan sejarah perolehan medali senam dari SEA Games ke SEA Games; tepatnya dari SEA Games X hingga SEA Games XXI.

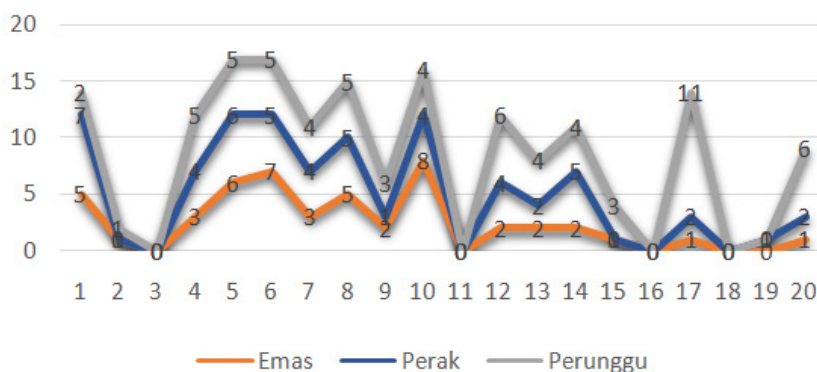
Tabel 4. Perolehan medali cabang olahraga senam pada SEA Games

SEA Games	Emas	Perak	Perunggu
1. SEA Games X/1979 Jakarta-Indonesia	5	7	2
2. SEA Games XI/1981, Manila-Philipina	1	0	1
3. SEA Games XII/1983: Singapore*			
4. SEA Games XIII/1985: Bangkok-Thailand	3	4	5
5. SEA Games XIV/1987: Jakarta-Indonesia	6	6	5
6. SEA Games XV/1989: Kuala Lumpur-Malaysia	7	5	5
7. SEA Games XVI/1991: Manila-Philipina	3	4	4
8. SEA Games XVII/1993: Singapore	5	5	5
9. SEA Games XVIII/1995: Chiang May-Thailand	2	1	3
10. SEA Games XIX/1997: Jakarta-Indonesia	8	4	4
11. SEA games XX/1999: Brunei Darussalam*			

12. SEA Games XXI/2001: Kuala Lumpur-Malaysia	2	4	6
13. SEA Games XXII/2003: Hanoi - Vietnam	2	2	4
14. SEA Games XXI/2005: Manila - Phillipine	2	5	4
15. SEA Games XXI/2007: Nakhorn Ratchasima - Thailand	1	0	3
16. SEA Games XXI/2009: Vientiene - Laos*			
17. SEA Games XXI/2011: Jakarta - Palembang - Indonesia	1	2	11
18. SEA Games XXI/2013: Naypyidaw - Myanmar*			
19. SEA Games XXI/2015: Singapore	0	1	0
20. SEA Games XXI/2017: Kuala Lumpur-Malaysia	1	2	6
21. SEA Games XXI/2019: Clark - Philipines	2	4	2

*Cabang Olahraga Senam tidak dipertandingkan

Grafik 1. Perolehan medali cabang olahraga senam Indonesia pada event SEA Games



Tabel 5. Perolehan Juara Umum SEA Games dari Waktu ke Waktu

List of Southeast Asian Games							
Event	Tahun	Tuan Rumah	Cabor	Juml Pert	Negara	Peserta	Juara Umum
<u>Southeast Asian Peninsular Games</u>							
<u>1</u>	1959	 Bangkok, Thailand	12	N/A	6	518	 Thailand (THA)
<u>2</u>	1961	 Yangon, Burma	13	N/A	7	623	 Burma (BIR)
1963 <i>Awarded to Cambodia, cancelled due to domestic political situation</i>							
<u>3</u>	1965	 Kuala Lumpur, Malaysia	14	N/A	6	963	 Thailand (THA)
<u>4</u>	1967	 Bangkok, Thailand	16	N/A	6	984	 Thailand (THA)
<u>5</u>	1969	 Yangon, Burma	15	N/A	6	920	 Burma (BIR)
<u>6</u>	1971	 Kuala Lumpur, Malaysia	15	N/A	7	957	 Thailand (THA)
<u>7</u>	1973	 Singapore	16	N/A	7	1632	 Thailand (THA)
<u>8</u>	1975	 Bangkok, Thailand	18	N/A	4	1142	 Thailand (THA)
Southeast Asian Games							
<u>9</u>	1977	 Kuala Lumpur, Malaysia	18	N/A	7	N/A	 Indonesia (INA)
<u>10</u>	1979	 Jakarta, Indonesia	18	N/A	7	N/A	 Indonesia (INA)
<u>11</u>	1981	 Manila, Philippines	18	N/A	7	≈1800	 Indonesia (INA)
<u>12</u>	1983	 Singapore	18	N/A	8	N/A	 Indonesia (INA)
<u>13</u>	1985	 Bangkok, Thailand	18	N/A	8	N/A	 Thailand (THA)
<u>14</u>	1987	 Jakarta, Indonesia	26	N/A	8	N/A	 Indonesia (INA)
<u>15</u>	1989	 Kuala Lumpur, Malaysia	24	N/A	9	≈2800	 Indonesia (INA)
<u>16</u>	1991	 Manila, Philippines	28	N/A	9	N/A	 Indonesia (INA)
<u>17</u>	1993	 Singapore	29	N/A	9	≈3000	 Indonesia (INA)
<u>18</u>	1995	 Chiang Mai, Thailand	28	N/A	10	3262	 Thailand (THA)
<u>19</u>	1997	 Jakarta, Indonesia	36	490	10	5179	 Indonesia (INA)
<u>20</u>	1999	 Bandar Seri Begawan, Brunei	21	233	10	2365	 Thailand (THA)
<u>21</u>	2001	 Kuala Lumpur, Malaysia	32	391	10	4165	 Malaysia (MAS)
<u>22</u>	2003	 Hanoi and Ho Chi Minh City, Vietnam	32	442	11	≈5000	 Vietnam (VIE)
<u>23</u>	2005	 Manila, Philippines	40	443	11	5336	 Philippines (PHI)
<u>24</u>	2007	 Nakhon Ratchasima, Thailand	43	475	11	5282	 Thailand (THA)
<u>25</u>	2009	 Vientiane, Laos	29	372	11	3100	 Thailand (THA)
<u>26</u>	2011	 Jakarta and Palembang, Indonesia	44	545	11	5965	 Indonesia (INA)
<u>27</u>	2013	 Naypyidaw, Myanmar	37	460	11	4730	 Thailand (THA)
<u>28</u>	2015	 Singapore	36	402	11	4370	 Thailand (THA)
<u>29</u>	2017	 Kuala Lumpur, Malaysia	38	404	11	4709	 Malaysia (MAS)
<u>30</u>	2019	 Philippines [®]	56	530	11	5630	 Philippines (PHI)

Tabel 6. Raihan Medali Cabang Olahraga Senam pada SEAG 2021 Vietnam

No	Disiplin	Nomor	Emas	Perak	Perunggu
1	MAG	FE			
2		VT			
3		PB			
4		HB			
5		SR			
6		PH			
7		All-Around			

8		Team			
9	WAG	FE	1		
10		VT			1
11		UB			
12		BB			
13		All-Around	1		
14		Team			
15	RG	Hoop			
16		Balls			
17		Clubs			
18		Ribbon			
19		All-Around			
20		Team			
21	AG	IM			
22		IW			
23		MP			
24		Trios			
25		Groups			
Jumlah Medali			2	0	1

Tabel 7. Rekapitulasi Raihan Medali per Negara pada SEAG 2021 Vietnam (Vietnam, 2022)

Negara	Emas	Perak	Perunggu	Total Raihan Medali
Vietnam	205	125	116	446
Thailand	92	103	137	332
Indonesia	69	91	81	241
Philippines	52	70	105	227
Singapore	47	46	73	166
Malaysia	39	45	90	174
Myanmar	9	18	35	62
Cambodia	9	13	41	63
Laos	2	7	33	42

Brunei Darus-salam	1	1	1	3
Timor Leste	0	3	2	5
Total Medali	525	522	714	

Usaha dalam meningkatkan prestasi olahraga di Indonesia dapat dilakukan melalui perbaikan dari berbagai macam aspek, yakni aspek kebijakan, pemasyarakatan olahraga senam, penyediaan sarana dan prasarana yang memadai dan berstandar Internasional, serta pembinaan potensi atlet, pelatih, dan juri yang berkelanjutan. Strategi kebijakan Nasional dalam pembinaan olahraga mencakup berbagai tingkat sistemik, lingkungan, sosial, dan individu yang dioperasionalkan dalam model ekologis.

Temuan menunjukkan bahwa masalah citra tubuh dalam lingkungan olahraga adalah kompleks dan memerlukan strategi multifaset yang memprioritaskan pengelolaan masalah kondisi tubuh dan pengembangan kondisi tubuh (Koulanova et al., 2021). Selain daripada itu, kebijakan kesehatan masyarakat seharusnya tidak hanya fokus pada aktivitas olahraga, tetapi harus mencakup strategi spesifik kelompok sasaran untuk membentuk persepsi individu tentang penuaan terhadap pandangan yang lebih positif tentang penuaan, sambil mempertimbangkan heterogenitas kelompok usia menengah dan lebih tua. (Faß et al., 2020).

Data penelitian menunjukkan bahwa *performance* yang luar biasa dalam kegiatan olahraga dapat mendukung pariwisata dan pembangunan ekonomi di negara asal dari tim olahraga tersebut. Kebijakan yang bertujuan untuk mempromosikan tim olahraga nasional dengan demikian dapat memiliki efek signifikan pada sektor ekonomi dan lain sebagainya (Gholipour et al., 2020). Partisipasi dalam kegiatan olahraga dan rekreasi sendiri memiliki beberapa manfaat fisik, psikologis, dan kesehatan bagi remaja, akan tetapi beberapa kegiatan olahraga dan rekreasi juga memiliki risiko cedera yang lebih besar.

Hasil penelitian menginformasikan terdapat beberapa jenis olahraga yang dapat diterapkan dalam strategi pengawasan dan pencegahan cedera prospektif yang optimal di antara siswa usia sekolah menengah atas (Black et al., 2021) sehingga intervensi dari pemangku

kebijakan dalam memberikan pemahaman kepada masyarakat dalam beraktivitas olahraga sangat diperlukan, terutama bagi orang dewasa dan lansia. Orang dewasa yang lebih tua bermain olahraga untuk berbagai alasan yang berhubungan dengan kesehatan dan sosial yang dapat berkontribusi pada pengalaman penuaan yang sukses.

Strategi untuk meningkatkan partisipasi olahraga oleh orang dewasa yang lebih tua harus fokus pada mempromosikan aspek-aspek ini. (Stenner et al., 2020). Imbauan dari pemangku kebijakan olahraga terhadap tingkat aktivitas fisik yang merata juga mutlak diperlukan agar jenis pengaturan aktivitas fisik dan tingkat aktivitas fisik yang di dorong dan sering menjadi perhatian tidak hanya sebatas untuk anak laki-laki (Bocarro et al., 2012) namun juga untuk anak perempuan.

Menurut data penelitian mengenai aktivitas fisik nasional di Inggris yang ditargetkan untuk anak-anak dan remaja, yang menjadi bidang paling signifikan sebagai pedoman aktivitas fisik nasional menetapkan target prevalensi, merampingkan sistem pengawasan, dan berinvestasi dalam pendidikan publik dengan berbagai kebijakan. Lingkungan dan peluang yang mendukung dapat memperkuat upaya kebijakan nasional untuk meningkatkan aktivitas fisik dan mengurangi perilaku pasif (Chalkley & Milton, 2021)(2).

Penelitian di Indonesia sendiri menyebutkan bahwasanya terdapat tingkat ketertarikan yang cukup daripada masyarakat terhadap aktivitas ritmik sebagai salah satu kegiatan yang menarik untuk menjaga kebugaran tubuh dengan hasil rata-rata responden perempuan relatif lebih menyukai aktivitas ritmik secara umum dibanding laki-laki (Yudho et al., 2020). Penelitian mengenai ketertarikan masyarakat akan aktivitas fisik dan olahraga di Indonesia harus ditingkatkan lagi untuk melihat lebih detail dan komprehensif mengenai kondisi partisipasi masyarakat luas dalam kegiatan fisik aktif.

Data menunjukkan bahwa hingga saat ini universitas dengan publikasi terbanyak mengenai aktivitas fisik dan olahraga berasal dari Australia (University of Western Australia, University of Queensland, Curtin University, Victoria University, University of Wollongong, dan Australian Catholic University), Hong Kong (University of Hong Kong), Selandia Baru (University of Otago), Singapura (Nanyang Technological

University), dan Taiwan (National Taiwan Sport University). Tingkat kerja sama peneliti di Indonesia dengan peneliti ahli dari luar negeri pun harus ditingkatkan melalui kerja sama penelitian Bersama antara negara-negara di kawasan Asia dan Pasifik Selatan serta di luar kawasan. Sebagian besar kolaborasi di luar wilayah ini dengan Amerika Serikat dan Inggris (Khoo et al., 2021).

Dalam aspek pembinaan olahraga senam sendiri secara spesifik, setiap atlet harus belajar bagaimana menciptakan performa secara konsisten pada waktu kompetisi dengan keadaan kinerja yang ideal (pikiran, perasaan, dan respons fisik) biasanya terkait dengan pemuncakan prestasi atlet. Hal ini tidak akan terjadi jika persiapan pra-kompetisi dan perilaku kompetisi dibiarkan secara kebetulan dengan pola istirahat yang buruk (Jemni, 2018). Dalam hal ini, peran orang tua yang relevan dalam mendukung atlet karier atlet anak-anaknya serta informasi tentang strategi dukungan orang tua menjadi sangat penting dalam pengembangan kualitas atlet itu sendiri. Selain itu, kebutuhan program pendidikan untuk orang tua dan kebutuhan keterlibatan orang tua-atlet-guru dan pelatih dianggap penting untuk memfasilitasi intervensi orang tua yang sukses di tingkat akademik atau olahraga dan untuk membatasi potensi efek negatif dari pengasuhan atlet yang buruk (Tessitore et al., 2021).

Pada akhirnya, fungsi pelatih dan instruktur senam bagi pembinaan atlet muda merupakan tulang punggung dari proses pembinaan cabang olahraga senam ini. Tuntutan yang sangat teknis untuk melakukan setiap gerakan dan pengondisian fisik yang ketat untuk mendukung kinerja dan performa atlet memerlukan bimbingan yang tepat dari mentor yang cakap dan memiliki kompetensi yang baik (American Sport Education, 2011).

Medali Sea Games tahun 2021 untuk Indonesia disumbangkan salah satunya oleh cabang olahraga senam artistik putri. Atlet senam putri Indonesia, Rifda Irfanaluthfi, menyabet medali emas Sea Games 2021 di nomor *all-around* (semua alat). Rifda Irfanaluthfi mengumpulkan 49.650 poin dan berhak atas medali emas Sea Games 2021 dalam lomba di Quan Ngua Sport Complex, Hanoi, Sabtu (14/5/2022) (Mukti, 2022).



Rifda Irfanaluthfi (Indonesia, 2022)

Adapun pesenam yang dikirim adalah Rifda Irfanaluthfi, Ameera Rahmajanni, Dwi Samsul Arifin, dan Abiyu Rafi. Manajer pelatnas senam Indonesia, Dian Arifin, mengungkapkan bahwa Pengurus Besar Persatuan Senam Seluruh Indonesia (PB Persani) memutuskan untuk menggelar pelatnas secara terpisah. Rifda dan Ameera saat ini tengah fokus berlatih di Jakarta, sedangkan sisanya berlatih di Jawa Timur. “Dwi Samsul dan Abiyu Rafi terus mempersiapkan diri di daerahnya karena memang fasilitas di DKI Jakarta untuk alat bantu harus diperbanyak lagi,” ujar Dian (dikutip dari *Antara*). Meski berlatih secara terpisah, lanjut Dian, persiapan berjalan dengan lancar. Dia pun terus berkoordinasi dengan tim pelatih. “Secara teknis untuk Rifda dan Ameera sudah mulai rutin melakukan gerakan-gerakan pada setiap alat,” ujarnya. “Kami juga terus berkoordinasi dengan para pelatih sehingga diharapkan nanti di SEA Games Hanoi dapat meraih hasil maksimal,” tuturnya.

Adapun alasan PB Persani hanya mengirim empat atlet ke Hanoi adalah karena keterbatasan anggaran dari Kemenpora. Padahal, sedianya, ada 19 atlet yang disiapkan, terdiri dari 12 atlet untuk artistik dan tujuh atlet aerobik. Kendati hanya empat atlet yang berangkat ke SEA Games Hanoi, PB Persani tetap mencanangkan target membawa pulang dua medali emas. Hal ini didasarkan pada hasil tim senam

Indonesia di SEA Games Manila 2019, yang berhasil meraih dua emas, empat perak, dan dua perunggu. Medali emas berasal dari Agus Adi Prayoko dan Rifda Irfanaluthfi. Keduanya turun di nomor artistik vault putra dan putri.

Pada 2019, Rifda juga meraih tiga perak, masing-masing pada nomor *all-around*, *balance beam*, dan *floor*. Satu perak lagi disumbangkan tim aerobik mixed trio. Adapun dua perunggu diraih masing-masing melalui nomor aerobik mixed pair dan Dwi Arifin yang turun pada artistik rings putra (Wiratama, 2022). Pada awalnya, Tim Senam Indonesia menyiapkan 19 nama untuk mengikuti Pelatnas yang terdiri dari 12 atlet senam artistik (6 putra-6 putri) dan tujuh senam aerobik. Sedangkan untuk senam ritmik, disiplin yang dialami Sutjiati Narendra, tak dapat di-Pelatnas-kan karena di luar kriteria yang ditetapkan. Kriteria ditetapkan berdasar raihan prestasi masing-masing disiplin dalam SEA Games 2019 di mana artistik mampu meraih emas, aerobik dapat perak, dan ritmik nir medali. Meski demikian, atlet senam ritmik masih tetap bisa berlatih di daerah masing-masing dan sejak awal diniatkan berangkat ke SEA Games 2021 secara mandiri.

Perubahan kebijakan pun terjadi seiring ditetapkannya Desain Besar Olahraga Nasional (DBON), per 9 September 2021. Dari tiga disiplin dalam cabang senam, hanya artistik yang masuk dalam prioritas DBON dengan target utama tertuju ke Olimpiade. Walau begitu, tak semua (12) pesenam artistik anggota Pelatnas diberangkatkan ke SEA Games 2021. Hasil review memutuskan hanya empat nama yang masuk program DBON. "Kami terus terang sedih juga karena senam ini butuh pembinaan. Atlet-atlet muda perlu dapat kesempatan masuk tim," ujar Dian Arifin. "Kriteria pertama untuk diberangkatkan adalah hanya mereka yang diproyeksi bisa meraih medali emas. Jadi, hanya Rifda (Irfanaluthfi) dan (Dwi) Samsul (Arifin). Sedangkan dua lagi adalah atlet junior. Sebenarnya ada beberapa atlet junior putra, cuman kembali lagi, kami menghargai keputusan yang diberikan walau dengan berat hati," ujarnya. "Kami menerima keputusan ini. Bagaimana pun

juga kami harus berjuang dan membuktikan gymnastic (senam) ini bisa memberi yang terbaik.”

Dian menyebut Pengprov PB Persani sebetulnya bersedia mendukung atlet berkompetisi secara mandiri di SEA Games 2021, tetapi regulasi tak memungkinkan hal itu terjadi. “Terus terang, kami semua siap mandiri karena yang dibantu DBON cuma empat sehingga ada delapan atlet artistik yang nggak dibiayai,” ujarnya. “Persani juga sudah berkomunikasi dengan Pengprov untuk mencari solusi. Beberapa daerah mendukung atlet untuk bisa bertanding, begitu juga dengan Sutji.”

Terakhir, terkait situasi Sutjiati Narendra, Dian Arifin berharap agar atlet blasteran Indonesia-Amerika Serikat itu tak patah semangat. Sutjiati Narendra masih punya kans memperkuat Indonesia di Islamic Solidarity Games 2022 yang akan digelar di Turki pada Agustus nanti maupun tampil di single event. Jika berprestasi, bukan tak mungkin Sutjiati Narendra bakal masuk kriteria memperkuat tim senam Indonesia di SEA Games 2023 pada tahun depan (Wiratama, 2022). Rekan senegaranya, Dwi Samsul Arifin gagal mendulang medali di nomor gelang. Samsul harus puas berada di urutan keempat dengan perolehan 13.033 poin (Pratama, 15).

D. Desain Besar Olahraga Nasional sebagai Solusi Peningkatan Prestasi Cabang Olahraga Senam Nasional.

Pada tahun 2021 Presiden Republik Indonesia menerbitkan Perpres No. 86 Tahun 2021 yang berisi tentang Desain Besar Olahraga Nasional, atau disingkat DBON, yang bertujuan untuk 1) Meningkatkan budaya Olahraga di Masyarakat; 2) Meningkatkan kapasitas, sinergitas, dan produktivitas Olahraga Prestasi nasional, dan 3) Memajukan perekonomian nasional berbasis Olahraga. DBON sendiri berfungsi untuk memberikan pedoman bagi Pemerintah Pusat, Pemerintah Daerah provinsi, Pemerintah Daerah Kabupaten/Kota, Organisasi Olahraga, Induk Organisasi Cabang Olahraga, dunia usaha dan industri, akademisi, media, dan masyarakat dalam penyelenggaraan Keolahragaan Nasional sehingga pembangunan Keolahragaan Nasional dapat ber-

jalan secara efektif, efisien, unggul, terukur, akuntabel, sistematis, dan berkelanjutan (Indonesia & Indonesia, 2021).

Dengan adanya DBON ini yang secara khusus berbicara dan mengatur tentang peningkatan prestasi olahraga secara nasional dan berkelanjutan, maka diharapkan prestasi olahraga nasional akan mengalami perubahan ke arah yang lebih baik dan meraih peningkatan prestasi yang signifikan di tingkat Internasional.

E. Kesimpulan

Cara meningkatkan prestasi olahraga senam di Indonesia dapat dilakukan dengan cara memaksimalkan jangka waktu yang panjang dan meningkatkan biaya yang besar untuk mendapatkan hasil yang optimal. Keberadaan olahraga sebagai salah satu pilar dalam kemajuan suatu bangsa bisa dilihat dari prestasi olahraga yang dicapai oleh negara tersebut. Tentunya hal ini membutuhkan pengorbanan dan perjuangan semua pihak untuk mewujudkan semua itu. Tidak hanya berfokus kepada pemerintah saja, tetapi harus dimulai dari elemen yang paling bawah untuk mewujudkan prestasi olahraga senam Indonesia yang maksimal. Keberadaan olahraga senam sudah tidak bisa dimungkiri lagi sebagai salah satu alat yang digunakan oleh suatu bangsa untuk menunjukkan eksistensi kepada dunia tentang keberadaannya sebagai suatu negara yang maju dan besar.

Peranan pemerintah dalam mengembangkan prestasi olahraga senam harus mutlak dilakukan. Peranan pemerintah tersebut terlihat pada dengan adanya Undang-Undang No.11 tahun 2022 tentang Keolahragaan, yang diperkuat dengan adanya Desain Besar Olahraga Nasional (DBON). Tentunya hal ini merupakan payung hukum untuk memajukan khususnya olahraga senam prestasi di tingkat nasional. Dukungan sarana, prasarana, pemanfaatan ilmu dan teknologi olahraga senam dan peningkatan mutu SDM dalam bidang olahraga senam yang mendukung untuk pembinaan olahraga senam nasional sudah saatnya untuk diadakan revitalisasi mulai dari level daerah sampai dengan level nasional.

Untuk memperbaiki prestasi olahraga senam sebaiknya kita memperhatikan energi yang kita pakai untuk menjalankan latihan. Tentunya

selama menjalankan latihan ada beberapa hal yang penting, antara lain takaran latihan harus dipenuhi, baik intensitas maupun frekuensinya. Berdasarkan beberapa pengamatan, masih banyak atlet kita yang berlatih dengan takaran yang kurang cukup, terutama takaran intensitasnya tidak mencapai *training zone*. Akibatnya prestasi sukar berkembang, meskipun frekuensi latihan sudah cukup atau bahkan berlebihan. Untuk mendapatkan prestasi yang tinggi berlatih dengan memenuhi ketiga macam takaran tersebut sehingga tidak membuang waktu dan biaya yang banyak untuk latihan-latihan yang tidak sesuai kaidah olahraga. Uraian-uraian di atas secara umum dapat menjelaskan peran berbagai aspek dalam usaha peningkatan olahraga senam yang dapat membantu meningkatkan prestasi atlet secara nasional dan internasional.

Daftar Pustaka

- American Sport Education, P. with U. (2011). *Coaching Youth Gymnastics*.
- Black, A. M., Meeuwisse, D. W., Eliason, P. H., Hagel, B. E., & Emery, C. A. (2021). Sport participation and injury rates in high school students: A Canadian survey of 2029 adolescents. *Journal of Safety Research*, 78, 314–321. <https://doi.org/10.1016/j.jsr.2021.06.008>
- Bocarro, J. N., Kanters, M. A., Cerin, E., Floyd, M. F., Casper, J. M., Suau, L. J., & McKenzie, T. L. (2012). School sport policy and school-based physical activity environments and their association with observed physical activity in middle school children. *Health and Place*, 18(1), 31–38. <https://doi.org/10.1016/j.health-place.2011.08.007>
- Chalkley, A., & Milton, K. (2021). A critical review of national physical activity policies relating to children and young people in England. *Journal of Sport and Health Science*, 10(3), 255–262. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2020.09.010>
- Faß, E., Pyun, H., & Schlesinger, T. (2020). Perception of aging in the relation between sport activity and self-rated health in middle and older age - A longitudinal analysis. *SSM - Population Health*, 11. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2020.100610>
- Gholipour, H. F., Arjomandi, A., Marsiglio, S., & Foroughi, B. (2020). Is outstanding performance in sport events a driver of tourism? *Journal of Destination Marketing and Management*, 18(October), 100507. <https://doi.org/10.1016/j.jdmm.2020.100507>
- Indonesia, R., & Indonesia, R. (2021). *Peraturan Presiden Desain Besar Olahraga Nasional*.
- Jemni, M. (2018). *The Science of Gymnastics - Advance Concepts*.
- Khoo, S., Ansari, P., & Morris, T. (2021). Sport and exercise psychology research from the Asian and South Pacific region: A bibliometric analysis. *Asian Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1(1),

- 21–29. <https://doi.org/10.1016/j.ajsep.2021.03.003>
- Koulanova, A., Sabiston, C. M., Pila, E., Brunet, J., Sylvester, B., Sandmeyer-Graves, A., & Maginn, D. (2021). Ideas for action: Exploring strategies to address body image concerns for adolescent girls involved in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 56(January), 102017. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.102017>
- Mahendra, A. (2012). Sejarah dan Pengertian Senam. *Helda*, Setia Umbara, D., Sulistyowati, L., Insan Noor, T.
- Stenner, B. J., Buckley, J. D., & Mosewich, A. D. (2020). Reasons why older adults play sport: A systematic review. *Journal of Sport and Health Science*, 9(6), 530–541. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2019.11.003>
- Tessitore, A., Capranica, L., Pesce, C., De Bois, N., Gjaka, M., Warrington, G., MacDonncha, C., & Doupona, M. (2021). Parents about parenting dual career athletes: A systematic literature review. *Psychology of Sport and Exercise*, 53, 101833. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101833>
- Yudho, F. H. P., Aryani, M., Rahadian, A., Afriyuardi, A. R., & Pratama, A. K. (2020). Tingkat Persepsi dan Ketertarikan Masyarakat dalam Aktivitas Fisik Berirama dalam Menjaga Kebugaran Fisik. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 5(2), 128–136. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v5i2.28160>

Website:

- [Gymnastics at the 2019 Southeast Asian Games - Wikipedia](#)
- [Gymnastics at the 2017 Southeast Asian Games - Wikipedia](#)
- [Gymnastics at the 2015 Southeast Asian Games - Wikipedia](#)
- [Gymnastics left out of SEA Games in Myanmar - Sports - Vietnam News | Politics, Business, Economy, Society, Life, Sports - VietNam News](#)
- [Gymnastics at the 2011 Southeast Asian Games - Wikipedia](#)
- Indonesia, C. (2022, 5 14). *CNN Indonesia*. Retrieved from CNN Indonesia: <https://www.cnnindonesia.com/olahraga/20220514203748-178-796871/indonesia-raih-emas->

ke-13-sea-games-dari-senam-artistik

- Mukti, T. B. (2022, 5 14). *Sea Games 2021: Atlet Senam Indonesia Raih Medali Emas*. Retrieved from <https://sport.bisnis.com/>: <https://sport.bisnis.com/read/20220514/60/1533258/sea-games-2021-atlet-senam-indonesia-raih-medali-emas>
- Pratama, I. S. (2022, 5 15). *Sportstars.id*. Retrieved from <https://www.sportstars.id/>: <https://www.sportstars.id/read/sea-games-2021-senam-artistik-dan-golf-tambah-medali-bagi-indonesia-B0D44H>
- Rosario, A. (2022, 4 11). *Olahraga*. Diambil kembali dari Olahraga.skor.id: <https://olahraga.skor.id/jelang-sea-games-2021-cabor-senam-gelar-pelatnas-terpisah-01415643>
- Vietnam, S. G. (2022, 6 2). *SEA Games 2021.com*. Retrieved from SEA Games 2021. Results: <https://seagames2021.com/competition-results>
- Wiratama, D. (2022, 4 18). *Olahraga*. Diambil kembali dari Olahraga.skor.id: <https://olahraga.skor.id/sutjiati-narendra-tak-bisa-berangkat-ke-sea-games-2021-manajer-tim-senam-indonesia-beri-penjelasan-01416378>

Prestasi Olahraga Bola Tangan

Rismanto

A. Pendahuluan

Olahraga bola tangan merupakan salah satu olahraga yang sampai saat ini dapat ditelusuri kebenarannya dan telah berusia sangat tua. Sebuah fakta yang meyakinkan telah menunjukkan bahwa seorang laki-laki akan senantiasa lebih mahir menggunakan tangan dibandingkan kakinya.

Sebagai mana telah diklaim oleh sejarawan olahraga terkenal, ia memainkan bola tangan jauh lebih awal daripada sepak bola, walaupun dengan peraturan yang masih kuno. Permainan bola tangan pada masa Yunani Kuno merupakan sebuah syarat terciptanya sebuah bola tangan modern, di mana bentuk permainan dan peraturan masih sangat berbeda.

Permainan "Urania" dimainkan oleh orang-orang Yunani kuno (yang digambarkan oleh Homer dan Odyssey) dan Harpaston dimainkan oleh orang-orang Romawi yang bernama Claudius Galenus (130–200 Masehi). Sebagai mana dalam "Fangballspiel" atau permainan "tangkap bola" yang diperkenalkan dalam sebuah lagu oleh seorang penulis puisi Jerman bernama Walther Von der Volgelwiede (1170–1230 M), di mana sebuah keterangan tersebut merupakan tanda-tanda pasti yang biasa digambarkan sebagai bentuk kuno dari permainan bola tangan.

Di Prancis, seorang yang bernama Rabelais (1494–1533) menggambarkan bentuk permainan bola tangan dengan "mereka bermain bola

tangan menggunakan telapak tangan mereka". Lebih jauh lagi, pada tahun 1793 masyarakat Inuit yang hidup di dataran hijau menggambarkan dan membuat ilustrasi permainan bola dengan menggunakan tangan. Pada tahun 1848, seorang administrasi olahraga Denmark memberikan izin untuk "permainan bola tangan" agar dimainkan di sekolah lanjutan di Ortrup Denmark dan mendorong untuk segera menyertakan aturan dalam permainan bola tangan.

Bola tangan modern dimainkan di kota Danish di bagian Nyborg, Denmark pada tahun 1897, yang memelopori bola tangan. Namun, pendiri bola tangan justru pakar pendidikan jasmani yang memindahkan bola tangan lapangan pada pergantian abad yang berdasarkan dua bentuk permainan "Raffbal" (bola tangkap) dan "Königsbergerball". Di Swedia Wallström juga memperkenalkan permainan bola tangan di negaranya pada tahun 1910.

Pada tahun 1912, seorang kebangsaan Jerman Hirschman mencoba menyebarkan bola tangan lapangan untuk pertama kali. Tahun 1919 seorang guru olahraga di Berlin, Dr. Karl Schelenz memperkenalkan bentuk permainan bola tangan di lapangan besar (*cut door*) di beberapa negara Eropa. Kemudian ia mengembangkan peraturan-peraturan bola tangan yang hingga saat ini dikenal sebagai salah satu pendiri bola tangan lapangan.

Pada tahun 1926, dalam sebuah pertemuan di kota Hague, Kongres Federasi Atletik Amatir Internasional, mengusulkan pada peserta kongres untuk menyusun peraturan Internasional dari bola tangan lapangan sekarang kita pakai dan setiap tahun selalu ada perbaikan sehingga dapat menjaga dan mengatur permainan serta dapat lebih cepat mengembangkan bola tangan.

Pada tahun 1928, International Amateur Handball Federation (IAHF) bertepatan dengan Olimpiade Amsterdam dengan ketua Avery Brundage dari Amerika. Setelah tahun 1936 untuk pertama kali diselenggarakan kejuaraan dunia bola tangan di Jerman. Akhirnya, pada tahun 1946 usulan dan undangan Denmark dan Swedia delapan negara mendeklarasikan Federasi Bola Tangan Internasional atau International Handball Federation (IHF). Delapan negara tersebut adalah Denmark, Finlandia, Prancis, Belanda, Norwegia, Polandia, Swiss, Swedia.

Sampai tahun 2003 IHF memiliki jumlah peserta sebanyak 150 peserta negara dengan 80.000 klub dan 19 juta atlet putra maupun putri.

Sampai saat pecahnya Perang Dunia Dua, saat itu hanya dikenal satu bentuk permainan bola tangan, yang dimainkan oleh 11 pemain pada setiap regunya serta dimainkan di lapangan terbuka (*outdoor*) atau di lapangan sepak bola. Namun, setelah Perang Dunia Dua berakhir, terjadi perubahan yang radikal mengenai permainan bola tangan.

Di Eropa Utara, permainan bola tangan muncul kembali dalam bentuk yang baru dan langsung menjadi populer, yaitu *indoor handball* (permainan bola tangan dalam ruangan). Jumlah pemain dari setiap regu masing-masing 7 ditambah sejumlah cadangan.

Sampai tahun 1952, *field handball* (bola tangan 11 pemain) lebih banyak digemari, sedangkan *indoor handball* (bola tangan 7 pemain) hanya dimainkan di negara-negara Scandinavia. Namun, dari sejak itu, *indoor handball* mengalami kemajuan yang pesat dalam perkembangannya dan akhirnya menjadi suatu bentuk permainan yang lebih banyak dimainkan di seluruh dunia. Sedangkan bola tangan 11 pemain, walau sampai saat ini masih tetap dimainkan, tetapi hanya di Eropa tengah (tetapi bola tangan tujuh pemain juga dimainkan). Di lain tempat terkecuali di Amerika Utara, permainan bola tangan 11 pemain tidak mengalami perkembangan.

B. Olahraga Bola Tangan

Selama dekade terakhir telah ada minat yang meningkat dalam tata kelola dan penerapan olahraga, baik dalam konteks akademik maupun profesional (Pielke et al., 2019). Meskipun ada peningkatan dalam jumlah penelitian terapan yang dilakukan oleh para ilmuwan olahraga, tampaknya masih ada celah ketika diterjemahkan ke dalam praktik dengan para pemangku kepentingan utama (Malone et al., 2019). Dinamika tersebut terjadi di Indonesia, salah satunya dalam usaha pengembangan tata kelola cabang olahraga bola tangan.

Bola tangan adalah cabang olahraga profesional dan Olimpiade (bentuk sebenarnya, sejak 1972) menjadi semakin populer selama beberapa dekade terakhir (Christian T. Bjørndal, Andersen, & Ronglan, 2018). Dalam penggunaan istilah, *handball*/bola tangan merujuk

sebagai permainan bola tangan ruangan dan *Mini-Handball* sebagai modifikasi permainan untuk anak-anak. Pada perkembangan modern di Indonesia, bola tangan kembali berkembang melalui didirikannya PB. ABTI (Pengurus Besar Asosiasi Bola tangan Indonesia) tahun 2007 dalam rangka persiapan *Asian Beach Games* pertama di Bali tahun 2008. Kemudian menjadi anggota *International Handball Federation* (IHF) tahun 2009 (IHF, 2013), dan menjadi anggota KONI Pusat tahun 2013. Tim pelatnas bola tangan pertama terbentuk tahun 2012 dalam rangka persiapan kompetisi IHF Trophy 2012.

Bola tangan adalah permainan yang sederhana yang dapat dimainkan oleh setiap orang baik putra maupun putri. Seperti permainan-permainan yang lain yang ada sekarang, maka adanya atau terciptanya suatu permainan antara lain adalah agar manusia itu bergerak. Demikian juga halnya dengan permainan bola tangan ini, pada mulanya diciptakan untuk memberikan aktivitas gerak kepada anak-anak putri yang kurang meminati permainan sepak bola atau basket.

Kenyataannya permainan bola tangan ini adalah permainan yang sangat ideal karena terdapat unsur-unsur gerak yang dinamis, penuh daya kreasi/mempertinggi kecerdasan, pembentukan otot tubuh yang sempurna dari gerak-gerak yang dilakukan, membentuk ketekunan, dan merupakan pencerminan pribadi seseorang.

Keunggulan lain kenapa permainan bola tangan harus dikembangkan adalah sebagai berikut:

1. Permainannya mudah dilakukan, karena aturannya lebih fleksibel dan mudah dipahami.
2. Bisa dimainkan oleh siapa saja baik laki-laki maupun perempuan.
3. Tempat permainan bisa dilakukan di mana saja. Bisa di dalam ruangan ataupun ruangan, di lantai semen ataupun rumput.
4. Ukuran lapangan fleksibel tergantung dari kondisi yang ada.
5. Bola yang digunakan bisa menggunakan berbagai ukuran.
6. Bola tangan bisa dimainkan oleh berbagai kalangan umur.
7. Bola tangan merupakan olahraga Olympic yang sudah dipertandingkan di ajang Olympiade.

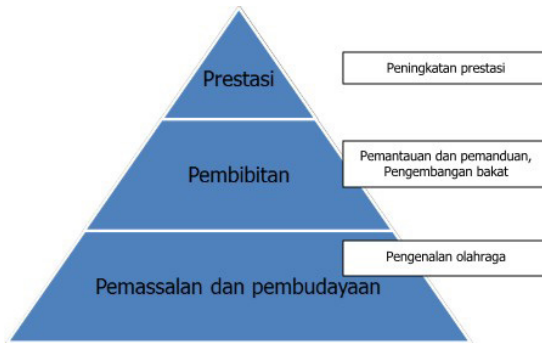
8. Tahun 2008 Indonesia menjadi tuan rumah untuk pertandingan Beach Handball yang pertama kali untuk tingkat Asia.

Di dalam permainan bola tangan, tiap regu terdiri dari 12 pemain (10 pemain lapangan dan 2 penjaga gawang), di mana 7 (6 pemain lapangan dan 1 penjaga gawang) boleh bermain di lapangan pada saat bersamaan (waktu main hanya 7 orang yang masuk lapangan).

Permainan dapat berlangsung bila telah ada paling sedikit lima orang pemain. Satu pemain cadangan dapat ikut bermain setiap saat (masuk dari daerah tempat pergantian pemain) tanpa memberi tahu pencatat waktu atau *referee* dengan catatan pemain yang akan diganti harus meninggalkan lapangan permainan sebelum pemain pengganti memasuki lapangan permainan pemain lapangan harus memakai pakaian seragam, sedangkan penjaga gawang harus memakai pakaian yang berbeda dengan pemain lapangan. Setiap pemain harus bernomor dari 1–12 pada dada dan punggung kaos seragamnya, penjaga gawang bernomor 1 dan 12.

C. Analisis SWOT

Dalam peningkatan prestasi diperlukan untuk memperhatikan ancaman yang dapat mengganggu jalannya pembinaan dan memerlukan manajemen yang tepat sehingga dapat mencetak atlet yang kompeten. Menurut Terry (dalam Handayani, 1992), manajemen merupakan proses yang membedakan perencanaan, pengorganisasian, penggerakan pelaksanaan kerja dan pengawasan dengan memanfaatkan ilmu ataupun seni untuk menyelesaikan tujuan yang telah ditetapkan. Lebih lanjut, Organisasi Olahraga adalah sekumpulan orang yang menjalin kerja sama dengan membentuk organisasi untuk penyelenggaraan olahraga sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan (UU RI Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Bab 1 pasal 1 ayat 24).

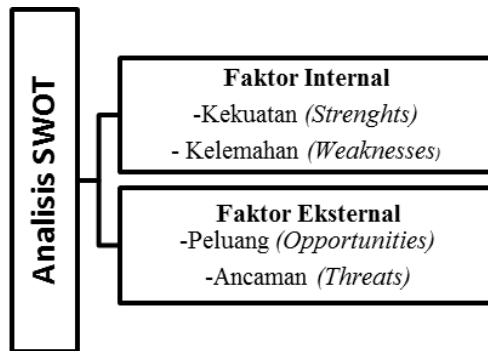


Gambar 1. Sistem Pembinaan Olahraga (Ardiyanto, 2018)

Manajemen berperan penting pada masa kini di segala bidang, termasuk bidang olahraga. Diperlukan kerja keras untuk memajukan sebuah organisasi agar dapat berjalan dengan rapi dan teratur. Menurut Mansoer (1989) Manajemen yang baik, efektif dan efisien diharapkan pula oleh masyarakat tidak hanya terjadi dalam organisasi perusahaan, tetapi dalam organisasi pemerintah dan sosial yang bersifat nirlaba, serta dapat dijabarkan pula bahwa manajemen penting untuk bidang-bidang lainnya yang berhubungan dengan organisasi, baik yang bersifat untuk mencari keuntungan, pelayanan, maupun pembinaan. Hal tersebut dikandung maksud untuk mengetahui sejauh mana peranan manajemen dalam menunjang prestasi organisasi olahraga untuk mencapai tujuan yang diharapkan sesuai target yang telah ditetapkan dan direncanakan, baik rencana jangka pendek maupun rencana jangka panjang.

Sistem pembinaan olahraga yang berlaku di Indonesia adalah sistem piramida yang meliputi 3 tahap yaitu, 1) pemassalan, yakni mempolakan keterampilan dan kesegaran jasmani secara multilateral dan landasan spesialisasi; 2) pembibitan, yang merupakan upaya untuk mencari dan menemukan individu-individu yang memiliki potensi untuk mencapai prestasi olahraga yang setinggi-tingginya di kemudian hari (Bramantha, 2017); 3) peningkatan prestasi, yaitu puncak penam-

pilan atlet yang dia capai dalam suatu pertandingan atau perlombaan, setelah melakukan berbagai macam latihan ataupun uji coba.



Gambar 2. Analisis SWOT (Gürel, 2017)

Analisis SWOT adalah alat yang digunakan untuk perencanaan dan manajemen strategis dalam organisasi. Analisis ini dapat digunakan secara efektif untuk membangun strategi organisasi dan strategi kompetisi. Sesuai dengan Pendekatan Sistem, organisasi adalah keseluruhan yang berinteraksi dengan lingkungannya dan terdiri dari berbagai sub- sistem. Dalam pengertian ini, organisasi ada dalam dua lingkungan, yang satu berada di dalam dirinya sendiri dan yang lainnya berada di luar. Ini adalah keharusan untuk menganalisis lingkungan ini untuk praktik manajemen strategis. Proses pemeriksaan organisasi dan lingkungannya disebut Analisis SWOT (Gürel, 2017).

D. High Performance (Goal Setting)

Penetapan sasaran atau target manajemen yang berorientasi ini dianggap lebih baik karena lebih menekankan pencapaian hasil, kesempatan sehingga memberi manajemen yang sasarannya pada kepada atlet untuk mengerti bagaimana seharusnya bekerja, dan hubungan komunikasi antara atlet dan pelatih lebih terbina karena terjadi interaksi antara yang memberi tugas dengan pelaksana.

Secara umum pengertian *goal setting* itu adalah penetapan sasaran atau target yang akan dicapai seseorang (Tangkudung, 2018:150). Faktor-faktor yang memengaruhi goal setting sebagai berikut:

1. Penerimaan (*acceptance*).
2. Komitmen (*commitment*).
3. Kejelasan (*specificity*).
4. Umpan balik (*feedback*).
5. Partisipasi (*participation*).
6. Tantangan (*challenger*).

E. Analisis Prestasi

Tabel Daftar Partisipasi Kompetisi Internasional Tahun 2012-2019

No.	Nama Kompetisi	Kategori	Tingkat	Tahun
1	<i>IHFTrophy</i>	Putra	Asia Tenggara1B	2012
2	<i>IHFTrophy</i>	Putri	Asia Tenggara1B	2012
3	<i>SEAHAFCChampionship</i>	Putra	Asia Tenggara	2012
4	<i>AsianWomenHandball</i>	Putri	Asia	2012
5	<i>QatarWomanHandball Championship</i>	Putri	Open	2012
6	<i>SEAHAFCChampionship</i>	Putra	Asia Tenggara	2013
7	<i>IHFTrophyJunior</i>	Putra	Asia Tenggara1B	2014
8	<i>IHFTrophyJunior</i>	Putri	Asia Tenggara1B	2014
9	<i>AsianWomenHandball Championship(Host)</i>	Putri	Asia	2015
10	<i>SEAHAFCChampionship</i>	Putra	Asia Tenggara	2015
11	<i>SEAHAFCChampionship</i>	Putri	Asia Tenggara	2015
12	<i>IHFTrophy(Host)</i>	Putra	Asia Tenggara1B	2016
13	<i>IHFTrophy(Host)</i>	Putri	Asia Tenggara1B	2016
14	<i>AsianWomenYouthHandball Championship(Host)</i>	Putri	Asia	2017
15	<i>IHFTrophyJunior</i>	Putra	Asia Tenggara1B	2018
16	<i>IHFTrophyYouth</i>	Putra	Asia Tenggara1B	2018
17	<i>AsianGames(Host)</i>	Putra	Asia	2018
18	<i>AsianGames(Host)</i>	Putri	Asia	2018
19	<i>IHFTrophyJunior(Host)</i>	Putri	Asia Tenggara1B	2019

Catatan: Diolah dari berbagai sumber.

Sebagai cabang olahraga yang baru berkembang, sikap proaktif dimunculkan untuk terus berpartisipasi di tingkat internasional, dengan menjadi tuan rumah 4 kompetisi tingkat Asia dan 1 kompetisi tingkat Asia Tenggara. *Transfers of knowledge* yang diperoleh tidak hanya oleh organisasi, tetapi juga atlet. Kehadiran di acara-acara

olahraga dan partisipasi olahraga membuat warga lebih sadar dan terlibat dalam olahraga (Silva, Monteiro,& Sobreiro, 2019). Pada tahun 2019, total 20 pengurus provinsi telah terbentuk, tercatat 10 provinsi pernah mengirimkan perwakilan dalam membela timnas. Berikut data presentasi penyebarannya:

Tabel Presentasi Penyebaran Atlet Pelatnas Bola Tangan tahun 2012–2019

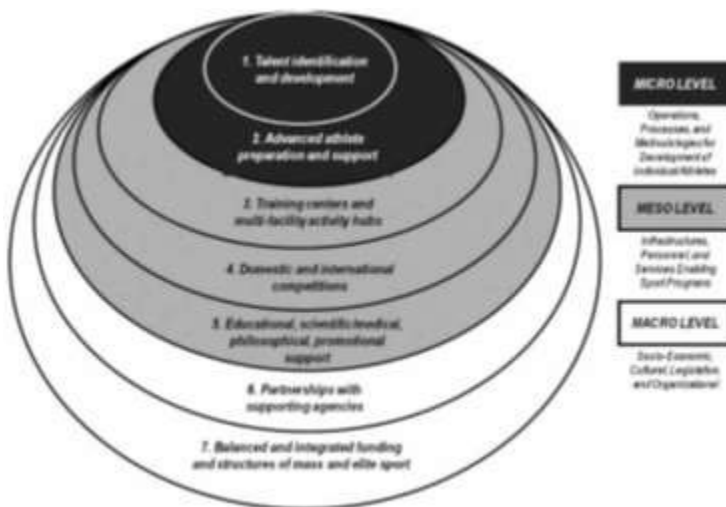
No	Nama Provinsi	Jumlah	Putra	Putri
1	Banten	4,2%	6,3%	2%
2	DKI Jakarta	19,8%	14,2%	24%
3	Jawa Barat	41,3%	51,2%	34%
4	Jawa Tengah	13,5%	11,8%	15%
5	Jawa Timur	2,1%	1,6%	2%
6	Kaltim	14,6%	13,4%	16%
7	Kalimantan Utara	0,7%	1,6%	0%
8	Sumatera Barat	2,1%	0%	4%
9	Sumatera Selatan	0,7%	0%	1%
10	Yogyakarta	1,0%	0%	2%
	Total	100%	100%	100%

Catatan: Diolah dari berbagai sumber.

Keberadaan atlet pelatnas penting dalam rangka merangsang kualitas pelatihan, persaingan, dan kompetisi tingkat nasional dan lokal. Lingkungan pengembangan bakat dan ketangguhan mental sangat penting bagi atlet untuk menyadari potensi atletik mereka (Li, Martindale, & Sun, 2019). Konteks olahraga elite Korea Selatan berfungsi sebagai situs utama eksplorasi karena hampir semua pelatih elite Korea adalah mantan atlet elite yang berbagi pengalaman kolektif dilatih di bawah pelatihan yang resmi (Kim, Dawson, & Cassidy, 2020).

Di masa kini semakin banyak penelitian yang berusaha mengidentifikasi fitur umum dari sistem olahraga elite nasional yang berhasil untuk memperoleh keunggulan kompetitif dalam olahraga elite (Valenti, et al., 2019). Olahraga *High Performance* (HP) telah muncul

sebagai istilah umum yang menangkap sifat, pertumbuhan, dan sifat olahraga elite yang meresap di kancah global (Sotiriadou & Bosscher, 2017). Dilema praktis bagi para pemangku kebijakan olahraga adalah memutuskan model dan pendekatan generik apa yang seharusnya mereka ikuti ketika ada beragam kontribusi di tingkat teoretis (Gulbin, et al., 2013). Salah satu model yang digunakan adalah Model Smolianov dan Zakus. Berikut gambaran model tersebut:



Gambar *Ideal-Type Model of Integrated HP and Mass Sport Development* (Smolianov et al., 2020)

Elemen dan praktik sistemik HP yang relevan dalam model digabung menjadi tujuh elemen yang bersama-sama memberikan perkembangan metodis dari massa ke olahraga elite (Carney, Smolianov, & Zakus, 2012). Melalui kajian ini diharapkan dapat memahami posisi, peran dan strategi pengembangan tata kelola dalam cabang olahraga bola tangan.

Tabel Daftar pelaksanaan kompetisi IOCO nasional 2014–2019




No.	Kompetisi	Tahun	Tingkat	Kategori	Juara 1	Juara 2	Tuan Rumah
1	Kejumas	2014	Senior	Putri	DKI	JawaBarat DKI Jakarta	Jakarta
2	Kejumas	2014	Senior	Putra	DKI	JawaBarat DKI Jakarta	Jakarta
3	Kejumas	2014	Junior	Putri	DKI	JawaBarat DKI Jakarta	Jakarta
4	Kejumas	2014	Junior	Putra	DKI	JawaBarat DKI Jakarta	Jakarta
5	Kejumas	2015	Junior	Putra	Kaltim	JawaBarat	Jawa Tengah
6	Kejumas	2015	Junior	Putri	Jawa	Kaltim Jawa Barat Tengah	
7	Kejumas	2016	Junior	Putra	Jawa	Kaltim DKI Barat	Jakarta
8	Kejumas	2016	Junior	Putri	Kaltim	JawaBarat	DKI Jakarta
9	Eksebisi PON	2016	Senior	Putra	DKI	JawaBarat Jawa Jakarta	
10	Eksebisi PON	2016	Senior	Putri	Jawa	Barat DKI	

11	Kejumas	2017	Youth	Putri	Kaltim	JawaBarat	Kaltim
12	Kejumas	2017	Senior	Putra	Jawa	Kaltim DKI Barat	Jakarta
13	Kejumas	2017	Senior	Putri	Jawa	Kaltim DKI Barat	Jakarta
14	Kejumas	2018	Junior	Putri	Jawa	Jawa JawaBarat Tengah	Barat
15	Kejumas	2018	Youth	Putri	Jawa Barat	Jawa Tengah	Jawa Barat
16	Kejumas/ BK. PON	2019	Senior	Putri	Kaltim	Jawa Tengah	JawaTe ngah
17	Kejumas/ BK. PON	2019	Senior	Putra	Jawa Barat	Kaltim	Jawa Tengah




F. F. Perolehan Medali Bola Tangan Pantai SEA Games 2021

Peringkat pada perolehan medali teratas diurutkan dimulai dari total jumlah emas, kemudian jumlah perak, dan terakhir jumlah perunggu. Peringkat tidak diurutkan berdasarkan total medali keseluruhan.

Total Perolehan Medali

Ranking	Negara	Emas	Perak	Perunggu	Total
1	 Vietnam	1	0	0	1
2	 Filipina	0	1	0	1
3	 Thailand	0	0	1	1
TOTAL		1	1	1	3

Peraih Medali

Event		Emas	Perak	Perunggu
Tim putra <i>(detail)</i>	 Vietnam	 Filipina	 Thailand	

Negara	Emas	Perak	Perunggu	Total Raihan Medali
Vietnam	205	125	116	446
Thailand	92	103	137	332
Indonesia	69	91	81	241
Philip-pines	52	70	105	227
Singapore	47	46	73	166
Malaysia	39	45	90	174
Myanmar	9	18	35	62
Cambodia	9	13	41	63
Laos	2	7	33	42
Brunei Darussalam	1	1	1	3
Timor Leste	0	3	2	5
Total Medali	525	522	714	

Cabang Olahraga SEA Games 2021

#[Anggar](#), #[Angkat Besi](#), #[Atletik](#), #[Biliar](#), #[Binaraga](#), #[Bola Basket](#), #[Bola Basket 3x3](#), #[Bola Tangan](#), #[Bola Tangan](#)
 (Rekapitulasi Raihan Medali Per Negara pada SEAG 2021 (Vietnam, 2022))

G. Desain Besar Olahraga Nasional sebagai Solusi Peningkatan Prestasi Cabang Olahraga Bola Tangan Nasional

Pada tahun 2021, Presiden Republik Indonesia menerbitkan Perpres No. 86 tahun 2021 yang berisi tentang Desain Besar Olahraga Nasional, atau disingkat DBON, yang bertujuan untuk 1) meningkatkan budaya olahraga di masyarakat; 2) meningkatkan kapasitas, sinergitas, dan produktivitas olahraga prestasi nasional, dan 3) memajukan perekonomian nasional berbasis olahraga.

DBON sendiri berfungsi untuk memberikan pedoman bagi Pemerintah Pusat, Pemerintah Daerah, Pemerintah Daerah Kabupaten/Kota, Organisasi Olahraga, Induk Organisasi Cabang Olahraga, dunia usaha dan industri, akademisi, media, dan masyarakat dalam penyelenggaraan keolahragaan nasional sehingga pembangunan keolahragaan nasional dapat berjalan secara efektif, efisien, unggul, terukur, akuntabel, sistematis, dan berkelanjutan (Indonesia & Indonesia, 2021). Dengan adanya DBON yang secara khusus berbicara dan mengatur tentang peningkatan prestasi olahraga secara nasional dan berkelanjutan, maka diharapkan prestasi olahraga nasional akan mengalami perubahan ke arah yang lebih baik dan meraih peningkatan prestasi yang signifikan di tingkat internasional.

Dalam skala makro, sangat penting mengembangkan sistem komunikasi untuk menjangkau konstituen, kemudian melibatkan konstituen dalam menciptakan dan memajukan program (Smolianov et al., 2015). Keterlibatan IOCO untuk memastikan berjalannya roda pertandingan sepanjang tahun yang didesain sebagai kompetisi yang berkelanjutan menjadi sangat dominan, di mana tidak sedikit dalam kompetisi nasional seperti ini, negara atau pemerintah menaruh perhatian sehingga sering kali memberikan bantuan, khususnya terhadap cabang olahraga yang jauh dari perhatian publik (Ma'mun, 2018a: 124).

Sebagai cabang olahraga yang baru berkembang, sangat penting mengembangkan bola tangan di tingkat universitas sehingga lulusan guru dengan latar belakang bola tangan yang baik dapat memberikan pembelajaran penjas ataupun ekstrakurikuler di sekolah. Pengembangan atlet dalam olahraga individu dan tim ditempatkan dan diorganisir

dalam model organisasi multi-sentris dari klub, sekolah, kegiatan yang digerakkan asosiasi regional (Christian Thue Bjørndal & Gjesdal, 2020).

Sebagai Induk Organisasi Cabang Olahraga (IOCO), ABTI memiliki tugas dan kewajiban yang amat besar untuk terus berinterelasi terhadap pemangku kebijakan di setiap level dalam rangka mengembangkan tata kelola sistem olahraga elite. Kompetisi berkelanjutan sepanjang tahun merupakan fokus utama dalam rangka mengembangkan partisipasi dan prestasi. Dalam rangka mengembangkan bola tangan dalam kurikulum di setiap tingkat pendidikan, diperlukan pengembangan bola tangan ditingkat universitas, melalui guru dengan latar belakang bola tangan yang kuat memiliki potensi yang lebih baik dalam memberikan pengaruh positif.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi)*. Jakarta: Rineka Cipta. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., & Sandford, R. (2009). The educational benefits claimed for physical education and school sport: An academic review. *Research Papers in Education*, 24(1), 1–27. <https://doi.org/10.1080/02671520701809817>
- Bailey, R., & Morley, D. (2006). Towards a model of talent development in physical education. *Sport, Education and Society*, 11(3), 211–230. <https://doi.org/10.1080/13573320600813366>
- Bjørndal, Christian T., Andersen, S. S., & Ronglan, L. T. (2018). Successful and unsuccessful transitions to the elite level: The youth national team pathways in Norwegian handball. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 13(4), 533–544. <https://doi.org/10.1177/1747954117740014>
- Bjørndal, Christian Thue, & Gjesdal, S. (2020). The role of sport school programmes in athlete development in Norwegian handball and football. *European Journal for Sport and Society*, 0(0), 1–23. <https://doi.org/10.1080/16138171.2020.1792131>
- Carney, M., Smolianov, P., & Zakus, D. H. (2012). Comparing the practices of USA Rugby against a global model for integrated development of mass and high performancesport. *Managing Leisure*, 17(2–3), 182–206. <https://doi.org/10.1080/13606719.2012.674394>
- de Zeeuw, M., Smolianov, P., Dion, S., & Schoen, C. (2017). Comparing the practices of Dutch swimming against a global model for integrated development of mass and high performance sport. *Managing Sport and Leisure*, 22(2), 91–112. <https://doi.org/10.1080/23750472.2017.1394797>
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to Design and Evaluate Research in Education*. (M. Ryan, Ed.). New York: The McGraw-Hill Companies, In

Perbandingan Prestasi Atlet Putri Indonesia Cabang Olahraga Atletik

Risnawati

Atletik adalah cabang olahraga yang meliputi jalan, lari, lempar, dan lompat. Gerakan-gerakan tersebut merupakan gerakan dasar dari berbagai cabang olahraga lainnya. Oleh karena itu, olahraga atletik sering dijadikan sebagai kegiatan pembuka dan penutup dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga (PJOK) di sekolah dasar begitu pun dalam *event*. Atletik dapat menyalurkan unsur kegembiraan dan kualitas tertentu seperti ketekunan, semangat bersaing, dan kualitas lainnya.

Istilah atletik seperti yang kita kenal berasal dari bahasa Yunani, yaitu *athlon* yang berarti berlomba atau bertanding. Demikian dilihat dari sejarah atletik yang telah ada selama ini, seperti dikutip dari *Encyclopaedia Britannica*, sejarah atletik diperkirakan berasal dari peradaban Mesir sekitar 3000 SM. Kemudian dapat disebutkan juga pada awal tahun 1829 SM, diadakan *Tailteann Games* di *Festival Lugnasad*. Termasuk berbagai bentuk balapan trek dan lapangan. Olimpiade kuno di Yunani yang dimulai pada 776 SM, selama sebelas abad dipertandingkan di beberapa cabang atletik. Namun, sejarah olahraga atletik saat ini sebagaimana dipertandingkan baru dimulai dan berkembang di Inggris pada tahun 1154 M. Olahraga ini mengalami pasang surut sehingga akhirnya diadakan perlombaan amatir pertama di Inggris pada tahun 1825.

Baru pada tahun 1860-an nama atletik di Inggris mulai muncul. Apalagi sejak terbentuknya Amateur Athletic Club (AAC) pada tahun

1866 yang kemudian berubah menjadi Amateur Athletic Association (AAA). Sedangkan di Amerika Serikat pada tahun 1879 dibentuk National Association of Amateur Athletes of America (NAAAA). Catatan sejarah atletik, pada tahun 1912 International Amateur Athletic Federation (IAAF) didirikan untuk tingkat dunia di Stockholm, Swedia. IAAF ditugaskan untuk menstandarisasi ketepatan waktu dan rekor dunia serta menyelenggarakan kompetisi atletik di seluruh dunia. Sementara itu, dalam sejarah atletik di Indonesia, perhimpunan atletik pertama didirikan pada tanggal 3 September 1950 di Semarang. Kini perkumpulan tersebut bernama Persatuan Atletik Seluruh Indonesia (PASI). Jauh sebelumnya, klub-klub atletik sudah berdiri sejak masa pemerintahan Hindia Belanda di beberapa kota besar di pulau Jawa.

Peranan olahraga saat ini tidak hanya tentang meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani serta peningkatan prestasi sebagai seorang individu. Namun, olahraga juga berperan besar dalam meningkatkan eksistensi kelompok dalam suatu lingkup tertentu, bahkan eksistensi suatu bangsa dan negara di kancah internasional. Melalui kegiatan olahraga, nama bangsa dan negara dapat dikenal di mata dunia.

Semua negara telah berusaha meningkatkan prestasi olahraganya, demi mengangkat nama baik dan martabat bangsa dan negara melalui olahraga, termasuk Indonesia. Terdapat berbagai ajang olahraga bergensi yang rutin dilaksanakan hingga saat ini, mulai dari *Olympics* (Olimpiade) yang merupakan ajang olahraga terbesar dan terkemuka di dunia (internasional) yang dilaksanakan setiap empat tahun sekali. Ada juga *ASIAN Games* yang juga dilaksanakan dalam empat tahun sekali dan merupakan ajang olahraga terbesar untuk kawasan Asia. Kemudian yang baru-baru ini dilaksanakan di Hanoi, Vietnam, yakni SEA Games, ajang olahraga terbesar kawasan Asia Tenggara yang dilaksanakan setiap dua tahun sekali, dan terdapat banyak lagi ajang olahraga lainnya.

SEA Games ke-31 yang diselenggarakan di Hanoi, Vietnam dari tanggal 12 sampai dengan 23 Mei 2022 diikuti oleh 11 negara, termasuk Indonesia. Semula, SEA Games 31 dijadwalkan pada November dan Desember 2021. Namun, terpaksa ditunda karena pandemi Covid-19. Upacara pembukaan akan dilakukan pada pukul 8 malam pada

tanggal 12 Mei di Stadion My Dinh, dengan 10.000 atlet diproyeksikan bersaing dalam 40 cabang olahraga. Indonesia sendiri mengirim 476 atlet dari 31 cabang olahraga (cabor). Dilansir dari JawaPos.com, Menteri Pemuda dan Olahraga (Menpora) Zainudin Amali kemarin (30/3) merilis daftar cabang olahraga (cabor) yang akan berlaga di ajang SEA Games 2021 Vietnam, yaitu 31 cabor dengan 476 atlet. Jumlah cabor yang disiapkan tersebut mengalami penurunan 43 persen jika dibandingkan saat SEA Games 2019 Filipina. Saat itu Indonesia mengirimkan 52 cabor dengan 841 atlet.

Pada ajang SEA Games 2021 Vietnam ini, untuk cabang olahraga atletik Indonesia mengirim 23 atlet yang terdiri dari 11 atlet putri dan 12 atlet putra. Pada tulisan kali ini kita akan fokus membahas prestasi atlet putri cabang olahraga atletik Indonesia pada ajang SEA Games dari tahun ke tahun. Berikut ini daftar nama atlet putri cabang olahraga atletik Indonesia pada SEA Games ke-31 Vietnam:

NO	NAMA	AKDITASI	ASAL DAERAH
1.	Eki Ekawati Febri	014161	Jawa Barat
2.	Emilia Nova	014163	DKI Jakarta
3.	Erna Nuryanti	014166	Jawa Barat
4.	Jeany Nuraini Amelia Agreta	014251	DKI Jakarta
5.	Agustina Mardika Manik	014273	Sumatera Utara
6.	Maria Natalia Londa	014278	Bali
7.	Odekta Elvina Naibaho	014314	DKI Jakarta
8.	Sri Maya Sari	014339	Sumatra Selatan
9.	Tyas Murtiningsih	014342	Jawa Barat
10.	Hasruni Rahim	014345	Bengkulu
11.	Valentin Vanesa Lonteng	014346	Sulawesi Utara

Dari 11 atlet putri tersebut empat di antaranya berhasil menyumbangkan medali untuk Indonesia. *Pertama*, Eki Ekawati Febri berhasil menyumbangkan medali emas dari cabang olahraga tolak peluru. Eki Ekawati Febri pernah menyumbangkan medali emas pada SEA Games 2017 di Kuala Lumpur, Malaysia. Ketika itu, Eki menjadi yang terbaik

setelah membukukan lemparan sejauh 15,39 meter. Eki mengalahkan dua wakil Thailand yang masing-masing membawa pulang perak dan perunggu, yakni Areerat Intadis (15,33 meter) dan Sawitri Thongchao (14,26 meter). Kemudian pada SEA Games 2019 di Filipina, Eki meraih perak usai membukukan lemparan sejauh 15,08 meter. Eki kalah dari Areerat Intadis yang meraih emas dengan 15,80 meter. Sementara medali perunggu SEA Games 2019 juga diraih wakil Thailand atas nama Athima Saowaphaiboon dengan 13,36 meter.

Kedua, Emilia Nova menyumbangkan medali perak setelah berhasil *finish* di urutan kedua dengan catatan waktu 13,69 detik. Catatan waktu tersebut lebih cepat jika dibandingkan dengan saat dia meraih emas PON Papua 2021 dan pada ajang 82nd Singapore Open Track & Field Championships 2022 di Home of Athletics, Kallang *Sports Centre*, Singapura, April lalu, dengan 13,74 detik. Namun, tidak jauh lebih baik jika dibandingkan dengan saat Emilia meraih medali emas SEA Games Filipina 2019 dengan 13,61 detik. Emil harus puas dengan medali perak setelah Bu Thi Nguyen dari Vietnam lebih cepat dengan catatan waktu 13,51 detik, sementara Jelly Dianne Paragle dari Filipina mencatatkan waktu 13,72 detik untuk membawa pulang medali perunggu. Pada SEA Games 2017 Malaysia, Emil juga menyumbangkan medali perak untuk Indonesia.

Ketiga, sedangkan medali perak lainnya juga disumbangkan dari nomor lari 800 meter putri. Agustina Manik Mardika harus puas dengan pencapaian tersebut, setelah menduduki posisi kedua, setelah mencatatkan waktu terbaik 2 menit 9,990 detik.

Keempat, Odekta Elvina Naibaho berhasil menyumbang medali emas. Kemenangannya menjadi balas dendam atas kegagalan Odekta pada [SEA Games](#) Filipina 2019. Kala itu Odekta yang memimpin perlombaan sejak awal terjatuh sekitar 600 meter menjelang finis dan tak bisa melanjutkan perlombaan.

Berdasarkan hasil tersebut prestasi Indonesia di cabang olahraga atletik SEA Games 2021 jauh dari harapan. Yang sebelumnya menargetkan delapan medali emas, mereka cuma mampu membawa pulang dua dan harus puas *finish* di tempat kelima dalam klasemen perolehan medali. Rinciannya, atletik Indonesia meraih total 11 medali, yakni dua

emas, lima perak, dan empat perunggu. Jumlah itu menurun dari edisi 2019 di mana tim Merah Putih membawa pulang lima medali emas, enam perak, dan lima perunggu. Dua emas yang diraih atletik Indonesia di SEA Games 2021 datang dari Eki Febri Ekawati yang tampil di nomor tolak peluru putri dan Odekta Elvina Naibaho dari nomor lari maraton putri. Berikut tabel pencapaian medali cabor atletik ajang SEA Games 2019 dan 2021:

Tabel Pencapaian Prestasi SEA Games

Cabor	Hasil SEA Games 2019			Hasil SEA Games 2021			Total	Rank
	Emas	Perak	Perunggu	Emas	Perak	Perunggu		
Atletik	5	6	5	2	5	4	11	5

Penurunan prestasi tersebut tentu saja dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor eksternal maupun faktor internal dari atlet itu sendiri. Namun, sebelum membahas lebih jauh mengenai faktor apa saja yang memengaruhi prestasi atlet, kita akan membahas mengenai apa itu prestasi terlebih dahulu.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia prestasi adalah hasil yang telah dicapai, dilakukan, dilakukan dan sebagainya. Prestasi olahraga adalah hasil yang diperoleh untuk usaha dan kerja keras di bidang olahraga. Sebagai contoh, seorang atlet mendapat medali emas di tempat pertama diraih saat menghadiri Pekan Olahraga Nasional (PON).

Prestasi dapat digunakan untuk meningkatkan potensi kita. Berikut ini adalah arti penting prestasi:

1. Prestasi adalah wujud nyata dari kualitas dan kuantitas yang diperoleh oleh seseorang di bisnis yang diperoleh.
2. Prestasi adalah sebuah pengalaman yang orang mengalami dan bisa menjadi pelajaran berharga untuk masa depan.
3. Prestasi adalah kebanggaan bagi diri sendiri, keluarga, kelompok, masyarakat, bangsa dan negara.

4. Prestasi digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan, kecerdasan, dan keterampilan seseorang, kelompok, masyarakat, bangsa dan negara.

Sikap yang mendukung seseorang dalam berprestasi di antaranya:

1. Berorientasi masa depan dan cita-cita.
2. Keberhasilan berorientasi.
3. Berani mengambil atau berisiko.
4. Sebuah rasa tanggung jawab yang besar.
5. Menerima dan menggunakan kritik sebagai umpan balik.
6. Memiliki sikap kreatif dan inovatif, dan mampu mengatur waktu dengan baik.

Semua orang berperilaku benar-benar dalam memproduksi sesuatu. Namun, prestasi atau keberhasilan yang dicapai tidak terlepas dari bantuan orang lain. Misalnya, membantu spiritual, material, dan bantuan lainnya. Dalam proses mencapai kesuksesan, semua orang akan menghadapi tantangan, termasuk:

- a. Berasal dari diri-sendiri
Tantangan dari diri-sendiri adalah bakat, potensi, kecerdasan atau kecerdasan, minat, motivasi, kebiasaan, emosi, kesehatan dan pengalaman pribadi.
- b. Berasal dari lingkungan
Tantangan lingkungan dalam bentuk tantangan dari keluarga, sekolah, masyarakat, infrastruktur, fasilitas, gizi, dan tempat tinggal.

Pada dasarnya prestasi adalah hasil dari suatu tindakan yang diupayakan. Sementara itu, definisi olahraga berarti aktivitas pengolahan raga atau jasmani. Prestasi olahraga sendiri dapat dikaitkan dengan jenis olahraga, yaitu olahraga prestasi. Olahraga prestasi olahraga kompetitif adalah jenis olahraga yang menekankan pada pencapaian prestasi, kemenangan, atau keunggulan dalam perlombaan atau pertandingan (Lutan, R., 1992: 23). Oleh sebab itu, prestasi olahraga cenderung merujuk pada pencapaian prestasi dalam kelompok olahraga prestasi tersebut. Berdasarkan uraian tersebut, maka pada dasarnya prestasi olahraga dapat dikatakan sebagai pencapaian hasil

penilaian yang diperoleh dari kegiatan olahraga, terutama pada jenis olahraga prestasi.

Prestasi olahraga sendiri tidak dapat dicapai dengan jalan pintas, tetapi harus melalui proses yang panjang mulai pemassalan dalam upaya pembudayaan olahraga, pembibitan termasuk pemanduan dan pengembangan atlet berbakat sampai pembinaan dan pengembangan prestasi (Mutohir, T.C dan A. Maksum, 2007: 9). Hal demikian menunjukkan bahwa pencapaian prestasi secara berkelanjutan hanya dimungkinkan apabila terdapat proses yang berjenjang dan berkelanjutan dengan pondasi budaya olahraga dalam masyarakat.

Sementara itu, menurut Lutan (1992: 13), faktor-faktor yang memengaruhi pencapaian prestasi dalam suatu cabang olahraga secara garis besar dapat dikelompokkan menjadi dua kategori, yaitu faktor eksogen dan faktor endogen. Faktor endogen adalah atribut atau ciri-ciri yang melekat pada aspek fisik dan psikis seseorang, sementara faktor eksogen diartikan sebagai semua faktor di luar individu, baik yang terdapat di lingkungan tempat berlatih maupun di lingkungan yang lebih umum pengertiannya seperti lingkungan fisik-geografis, ekonomi, sosial, dan budaya, bahkan tradisi kegiatan yang telah melekat di suatu lingkungan masyarakat tertentu yang terkait dengan prestasi olahraga. Menurut Muntohir (dalam Sudarko, R.A., 2009: 5), guna meningkatkan prestasi olahraga diperlukan beberapa komponen penting yang berkaitan dengan olahraga prestasi, di antaranya:

1. Perlunya pembinaan berjenjang dan berkelanjutan;
2. Prioritas cabang olahraga;
3. Identifikasi pemanduan bakat;
4. Optimalisasi pembinaan Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar PPLP, Pusat Pendidikan dan Latihan Mahasiswa PPLM dan sekolah khusus olahraga;
5. Investasi dan implementasi IPTEK keolahragaan;
6. Pemberdayaan semua jalur pembinaan;
7. Sistem jaminan kesejahteraan dan masa depan.

Sementara menurut Hidayat (2008: 70), salah satu faktor terpenting yang memengaruhi pencapaian prestasi olahraga adalah motivasi dari dalam diri atlet sendiri. Motivasi yang dimaksud berkaitan

dengan kemauan dari dalam diri untuk berprestasi yang dimiliki atlet. Tanpa motivasi yang kuat, maka seseorang akan sulit didorong untuk berprestasi. Olahraga atau latihan fisik bertujuan untuk meningkatkan ketahanan fisik kebugaran dan meningkatkan kesehatan dengan menurunkan faktor risiko terjadinya gangguan kesehatan.

Stamina merupakan salah satu faktor penting dan sangat menunjang prestasi atlet. Stamina atlet yang baik hanya dapat diperoleh apabila atlet mengkonsumsi gizi sesuai dengan kebutuhan baik pada waktu latihan maupun pada saat bertanding. Kebutuhan gizi bagi para atlet mempunyai kekhususan karena tergantung pada cabang olahraga yang dilakukan. Oleh karena itu, untuk mendapatkan prestasi olahraga yang baik, faktor gizi sangat perlu diperhatikan sejak pembinaan di tempat pelatihan sampai pada saat pertandingan (Primana, D.A., 2000: 16).

Guna membuat tujuan tersebut tercapai, program latihan harus dilakukan dengan intensitas, durasi waktu, frekuensi, jenis dan progresi yang tepat (Blair, S. N., 1995: 342). Berikut merupakan keterangan dari masing-masing proses tersebut:

a. Intensitas

Intensitas latihan ditetapkan secara spesifik pada setiap individu sesuai dengan kapasitas fisik yang dalam pelaksanaannya memerlukan pengawasan secara terus-menerus agar intensitas latihan benar-benar mencapai intensitas yang diprogramkan (Jette, A. M., M. Lachman, M. M. Giorgetti, S. F. Assmann, B. A. Harris, C. Levenson, M. Wernick, dan D. Krebs, 1999: 66). Hal yang perlu diperhatikan adalah kemampuan seseorang mempertahankan intensitas latihan berbeda dengan orang lain. Perbedaan tersebut disebabkan oleh perbedaan intensitas latihan.

b. Durasi

Durasi latihan inti berkisar antara 15 sampai dengan 60 menit (Blair, S. N., 1995: 352). Durasi waktu tersebut dibutuhkan untuk meningkatkan kapasitas fungsional tubuh. Durasi waktu yang dilaksanakan berbanding terbalik dengan intensitas latihan. Latihan dengan intensitas tinggi dan durasi latihan pendek menimbulkan respons tubuh yang sama dengan latihan dengan

intensitas rendah dan durasi yang lama. Walaupun demikian, latihan dengan intensitas tinggi dan durasi yang pendek dalam hal ini lebih sulit untuk diterapkan pada kebanyakan orang sehingga lebih disarankan untuk melaksanakan program latihan dengan intensitas yang sedang dan durasi yang lebih lama (Kraemer, W. J., dan N. A. Ratamess, 2004: 67).

c. Frekuensi

Frekuensi latihan tergantung dari durasi dan intensitas latihan. Frekuensi latihan yang dapat dilakukan tergantung jenis latihan, keadaan fisik, dan tujuan latihan (Kraemer W. J., dan N. A. Ratamess, 2004: 67). Apabila tidak dilakukan dengan tepat, frekuensi latihan berlebihan dapat meningkatkan risiko cedera (Andersen, R. E., 1999: 54).

Sementara itu, menurut Irianto (2002), secara garis besar faktor penentu prestasi olahraga terbagi menjadi faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berkaitan dengan dua unsur utama, yaitu bakat potensial yang dibawa seseorang sejak lahir dan motivasi atau dorongan dari dalam diri untuk meraih prestasi. Kedua faktor tersebut dinilai menjadi faktor pendukung utama tercapainya prestasi olahragawan, sebab faktor tersebut datang dari dalam diri olahragawan sendiri sehingga dapat memberikan dorongan yang sifatnya lebih stabil dan kuat. Kelompok kedua adalah kelompok faktor eksternal. Faktor eksternal merupakan penguat yang berpengaruh terhadap kualitas latihan yang selanjutnya akan memengaruhi prestasi. Beberapa bentuk faktor eksternal tersebut adalah kemampuan dan kepribadian pelatih, fasilitas fisik dana, peralatan, teknologi dan fasilitas nonfisik suasana kondusif, motivasi pihak lain, hasil riset terkait metode pelatihan yang efektif, dan pertandingan. Pertandingan dalam hal ini merupakan muara pembinaan prestasi, karena kompetisi dapat menjadi bagian upaya evaluasi atas hasil latihan yang telah dijalani.

Daftar Pustaka

- 123Dok. 2022. "Faktor-faktor yang Memengaruhi Prestasi Olahraga". <https://text-id.123dok.com/document/ozll79e2z-faktor-faktor-yang-mempengaruhi-prestasi-olahraga.html>. Diakses pada 9 Juni 2022 pukul 14.20.
- Kempenpora. 2022. "Eki Febri Sukses Persembahkan Emas Pertama Cabor Atletik di SEA Games 2021 Vietnam". <https://www.kempenpora.go.id/detail/1954/eki-febri-sukses-persembahkan-emas-pertama-cabor-atletik-di-sea-games-2021-vietnam>. Diakses pada 9 Juni 2022 pukul 13.23.
- Kompas.com. 2022. "SEA Games Vietnam 2021: Ini Jumlah Total Cabang Olahraga Pertandingan". <https://www.kompas.com/sports/read/2022/05/10/21210028/sea-games-vietnam-2021--ini-jumlah-total-cabang-olahraga-pertandingan?page=all>. Diakses pada 9 Juni 2022 pukul 13.20.
- Majid, Abdu. 2022. Tribunnews.com "Jumlah Kontingen Indonesia di SEA Games 2022 Meramping, Menpora Laporkan Hal ini ke Presiden". <https://www.tribunnews.com/sport/2022/05/09/jumlah-kontingen-indonesia-di-sea-games-2022-meramping-menpora-laporkan-hal-ini-ke-presiden>. Diakses pada 9 Juni 2022 pukul 13.41.
- Solopos.com. 2022. "SEA Games: Emilia Nova Sumbang Medali Perak Lari Gawang 100 Meter Putri". <https://www.solopos.com/sea-games-emilia-nova-sumbang-medali-perak-lari-gawang-100-meter-putri-1317684>. Diakses pada 9 Juni 2022 pukul 14.20.
- Sport.com. 2022. "Odekta Naibaho Persembahkan Kemenangan di SEA Games untuk Keluarga". <https://www.suara.com/sport/2022/05/19/114449/odekta-naibaho-persembahkan-kemenangan-di-sea-games-untuk-keluarga>. Diakses pada 9 Juni 2022 pukul 14.21.
- Umami Asihatun Nadiroh. 2022 "Emilia Nova Jadi Atlet Wanita Pertama yang Membawa Bendera di Ajang SEA Games, Ini Biodata dan Profil Lengkap". <https://kabarlumajang.pikiran-rakyat.com/author/3320/ummi-asihatun-nadiroh>. Diakses pada 9 Juni 2022 pukul 14.21.

Prestasi Tim Triathlon Indonesia

M. Iqbal Hasanuddin

A. Pendahuluan

Pesta Olahraga Asia Tenggara, sering dikenal sebagai SEA Games, adalah turnamen multi-olahraga dua tahunan yang melibatkan 11 negara dari Asia Tenggara saat ini. Peraturan pertandingan di SEA Games di bawah naungan Federasi Pesta Olahraga Asia Tenggara (Southeast Asian Games Federation) dengan pengawasan dari Komite Olimpiade Internasional (IOC) dan Dewan Olimpiade Asia (OCA) (Southeast Asian games, 2001). Pesta Olahraga Asia Tenggara adalah salah satu dari lima pertandingan subregional (OCA) Dewan Olimpiade Asia. Asian Games Tengah, Asian Games Pemuda Asia Timur, Asian Games Selatan, dan Asian Games Barat adalah yang lainnya (Olympic Council of Asia, 2001).

South East Asian Peninsular Games, atau SEAP Games, adalah cikal bakal SEA Games. Pada tanggal 22 Mei 1958, perwakilan dari negara-negara Asia Tenggara yang menghadiri Asian Games di Tokyo, Jepang bertemu dan sepakat untuk membentuk sebuah organisasi olahraga. Luang Sukhum Nayapradit, Wakil Presiden Komite Olimpiade Thailand saat itu, menyusun SEAP Games. Alasan yang ditawarkan adalah bahwa acara olahraga regional akan membantu dalam mempromosikan kerja sama, pemahaman, dan hubungan di antara negara-negara Asia Tenggara.

Kata "*triathlon*" berasal dari bahasa Yunani, yaitu "*treis*" yang berarti tiga dan "*athlos*" yang berarti kompetisi. Triathlon pertama kali dicip-

takan oleh Scott Tinley yang berasal dari Negara Prancis pada tahun 1920-an. Kemudian populer kembali pada tahun 1970-an dengan penambahan aturan yang lebih spesifik lagi (Trifiana, 2021). Barulah di Pelabuhan Mission San Diego pada 1974 perlombaan Triathlon resmi dipertandingkan (Romadhon, 2021). Nama trilomba disematkan untuk perlombaan yang terjadi dari tahun 1920 sampai dengan 1930-an yang disebut *La Course des Débrouillards* dan *La saja des Touche Tout a*. Perlombaan ini rutin diadakan setiap tahun di Prancis tepatnya di Joinville le Pont, di Meulan dan Poissy. Sebelumnya pada tahun 1902, trilomba hanya terdiri dari berjalan, bersepeda, dan diakhiri dengan kano.

Pada tahun 1920, surat kabar L'Auto Prancis melaporkan bahwa ada kompetisi yang disebut Les Trois. Olahraga ini terdiri dari lari 3 km, sepeda 12 km, dan berenang. Ketiga bagian itu dilakukan tanpa istirahat apa pun. Pada tahun 1921, di Marseilles diselenggarakan acara serupa dengan urutan perlombaan dimulai dengan sepeda, lari, dan renang (Da'Yerimon, 2016). Olahraga trilomba mulai dirintis di Indonesia sejak tahun 1995. Mark Sungkar adalah salah satu pendiri Federasi Trilomba Indonesia. Pada tahun 2006, dia bersama Syahrial Oesman, Gubernur Sumatera Selatan saat itu mendeklarasikan Federasi Trilomba Indonesia. Mark Sungkar sempat menjabat sebagai Presiden Trilomba Indonesia dan sedang menulis buku mengenai sejarah trilomba di Indonesia (Sungkar, 2015).

Triathlon atau yang disebut juga dengan Trilomba adalah sebuah kompetisi yang terdiri dari serangkaian cabang olahraga, yaitu renang, balap sepeda, dan lari. Perlombaan ini dilakukan secara berkesinambungan dalam satu kesatuan waktu. Trilomba ini juga merupakan kompetisi kecepatan waktu di mana peserta harus dapat membagi tenaga dalam setiap tahapnya (Romadhon, 2021). Secara alurnya, perlombaan triathlon ini dilakukan secara berurutan dengan transisi di antara renang ke sepeda dan sepeda ke Lari. Pemenang perlombaan ini dihitung berdasarkan penamat lomba tercepat termasuk waktu transisi.

Perlombaan ini memiliki jarak yang bervariasi pada ajang olimpiade. Pertama ada Sprint Distance di mana jarak 750 m untuk renang,

20 km untuk sepeda, dan 5 km untuk lari. Kemudian ada Standard atau Olympic Distance dengan jara 1500 m untuk renang, 40 km untuk sepeda, dan 10 km untuk lari. Lomba triathlon ini pada umumnya dilakukan di dekat perairan terbuka seperti laut, danau, sungai, dan kolam buatan *outdoor*. Kemudian rute sepeda bisa mengambil lokasi di jalan raya ataupun *offroad* untuk *cross* triathlon. Untuk rute lari sendiri bisa dilakukan di jalan raya, pedestrian, pantai, tanah dan di pegunungan.

B. Organisasi Olahraga Triathlon di Dunia dan Indonesia

International Triathlon Union (ITU) didirikan pada tahun 1989 sebagai badan internasional olahraga ini, dengan tujuan utama, pada saat itu, menempatkan triathlon pada program Olimpiade. World Triathlon Corporation (WTC) adalah perusahaan swasta yang mengatur Ironman dan Ironman 70,3 ras setiap tahun. Ras ini berfungsi sebagai babak kualifikasi untuk kejuaraan dunia tahunan. Ironman World Championship diadakan setiap tahun di Kailua-Kona, Hawaii pada bulan Oktober sementara Ironman World Championship 70,3 diadakan pada bulan September dan lokasinya selalu berubah setiap tahun. The “Ironman” dan “Iron” adalah merek milik dari WTC (Da’Yerimon, 2016).

Olahraga Triathlon mulai dirintis di Indonesia sejak tahun 1995. Mark Sungkar adalah orang yang bisa dikatakan mengenalkan triathlon di Indonesia setelah sebelumnya terlibat pembicaraan President ITU (International Triathlon Union), Les McDonald. Dua tahun kemudian tepatnya 1997, Mark Sungkar, dibantu oleh Helmy Sungkar, berencana menggelar Lomba Triathlon tingkat ESEAN di Danau Atas-Danau Bawah Sumatra Barat, tetapi batal dilaksanakan karena krisis moneter saat itu. April 2005, Mark Sungkar dan kawan-kawan kembali mencoba mengadakan lomba triathlon tingkat nasional di Belitung, tapi lagi-lagi gagal. Hingga pada 17 Juni 2006 Federasi Triathlon Indonesia (FTI) resmi didirikan.

Pada kompetisi di dunia, perlombaan triathlon modern pertama kali diadakan di San Diego, California Selatan, Amerika Serikat, tahun 1974, hanya diikuti oleh 46 peserta. Para peserta ini terdiri dari teman-teman panitia lomba saja. Olahraga ini memulai debutnya pada program

Olimpiade pada Olimpiade Sydney tahun 2000. Selama Olimpiade jarak yang dilombakan adalah berenang 1.5 km, sepeda 40 km, dan lari 10 km. Pada tahun 2006, Triathlon untuk pertama kalinya dilombakan dalam Asian Games di Doha-Qatar, dalam perlombaan kategori yang diselenggarakan adalah Olimpiade yang terdiri dari 1.5 km renang, 40 km sepeda, dan lari 10 Km. Semula jarak lomba ini disebut dengan Olympic Distance. Namun pada kongres ITU tahun 2009, diputuskan untuk sebutan Olympic Distance diganti dengan Standard Distance. Adapun jarak lomba untuk Sprint Distance adalah 750 m renang, 20 km bersepeda, dan lari 5 km. Dan untuk tahun ini khususnya di Olimpiade Rio de Janeiro di Brasil akan dilombakan pertama kalinya Paratriathlon, yakni triathlon untuk para atlet yang mengalami gangguan fisik atau cacat.

Sedangkan pada kompetisi nasional, pelaksanaan triathlon di Indonesia sudah mulai rutin dijalankan. Pada 2014 lalu diselenggarakan Pariaman Triathlon di Pantai Gandoriah, Sumatera Barat. Juni 2015 ada Bali International Triathlon. Di Indonesia, triathlon ini sudah kerap dilaksanakan antara lain di Jakarta, Bogor, Surabaya, Bali, Bintan, Palembang, Pariaman, Sungailiat, Belitung, Jepara, Sibolga, Tapanuli Tengah, dan Pangandaran.

C. Manfaat Olahraga Triathlon

Menurut Trifiana (2021), bahwa ada banyak sekali manfaat dari melakukan olahraga triathlon, di antaranya: *cross-training*; menjaga berat badan; menyehatkan jantung; dan meningkatkan kepercayaan diri. Lanjut yang dikutip *Health Fitness Revolution* (dalam Sadheli, 2022), bahwa ada beberapa manfaat triathlon bagi jasmani dan rohani, di antaranya: membuat percaya diri; meningkatkan kesehatan; menurunkan berat badan yang ideal; membuat lebih berenergi; menguatkan tubuh secara keseluruhan; dan mengurangi risiko cedera.

Beragam manfaat ini pula yang membuat triathlon menjadi semakin populer dalam beberapa tahun ke belakang. Dalam riset industri yang dimuat di Reuters, terdapat kenaikan minat melakukan olahraga triathlon hingga 60% dalam satu dekade terakhir sejak tahun 2013.

D. Atlet Triathlon Indonesia SEA Games 2021

Federasi Triathlon Indonesia (FTI) menyiapkan 8 (delapan) atlet untuk SEA Games 2021. Mereka adalah Jauhari Johan kelahiran 1983, Rudi Febriade kelahiran 1995, Ronald Bintang Setiawan kelahiran 1983, dan Aloysius Reckyardo Mardian kelahiran 1999 di sektor putra. Lalu, ada Eva Desiana kelahiran 1988, Zahra Bulan Aprillia Putri kelahiran 2004, Nethavani Octaria kelahiran 2000, dan Inge Prasetyo kelahiran 1980 di sektor putri.

Seorang atlet triathlon harus dapat 3 (tiga) cabang olahraga ini secara bertahap pada setiap lintasan, beratnya olahraga yang menuntut kekuatan fisik, mental dan kematangan strategi yang akan berpeluang memenangkan olahraga ini, tidaklah sembarangan apabila sang juara kemudian dijuluki The Ironman (Da'Yerimon, 2016).

E. Persiapan Atlet Triathlon Indonesia Menuju SEA Games 2021

Para atlet tim triathlon Indonesia menjalani persiapan menuju SEA Games 2021 di Bandung, Jawa Barat. Menurut Dika (AntaraneWS, 2022), bahwa TC (*Training Centre*) dimulau sejak 3 Januari dan sampai sekarang sudah lebih dari 4 (empat) bulan atlet melakukan persiapan serta sudah melakukan *try in* 1 (satu) kali di PIK (Pantai Indah Kapuk). Selain disiplin berlatih, atlet juga ketat dalam menjaga pola makan. Ada tim nutrisisionis yang selalu mengontrol atlet, jadi atlet akan diberikan denda khusus apabila makan tidak sesuai dengan saran nutrisisionis.

Manajer timnas triathlon Indonesia, Dika Chrisna Irzandi (Tim VOI, 2022) mengatakan para atlet tidak mudik lebaran karena sudah diberi kesempatan bertemu dengan keluarga sebelum Ramadan. Dika juga mengungkapkan bahwa pelatnas kali ini cukup ketat karena kondisi masih dalam pandemi Covid-19. Selain itu, para atlet juga sangat disiplin dalam menjalankan program latihan dari pelatih. Tim pelatih telah menyusun program latihan untuk mendapatkan *peak performance* saat berlomba pada pesta olahraga terbesar di Asia Tenggara edisi ke-31 itu bergulir.

Mereka akan turun pada 4 (empat) nomor perlombaan, yakni triathlon putra dan putri (renang, lari, dan sepeda). Rencananya tim triathlon Indonesia akan bertolak ke Vietnam pada 6 Mei 2022. Jadwal

perlombaannya pada tanggal 14–15 Mei 2022. Jadi, mereka berangkat lebih awal agar atlet aklimatisasi atau adatasi dengan cuaca, kelembapan suhu. Jadi, diharapkan waktunya pas pada saat berlomba sudah adaptif dengan kondisi di sana.

F. Hasil Perlombaan Team Triathlon Indonesia pada SEA Games 2021

Cabang olahraga triathlon pada SEA Games Hanoi, Vietnam telah menyelesaikan seluruh rangkaian perlombaan dan Indonesia membawa pulang 2 (dua) medali perak dan 3 (tiga) medali perunggu. Secara keseluruhan, terdapat 4 (empat) medali emas yang diperebutkan selama 2 (dua) hari lomba di Sunset Bay, Tuan Chau pada hari Sabtu-Minggu (14-15/5/2022) yakni triathlon putra dan putri serta duathlon atau dwilomba putra dan putri. Dari seluruh nomor yang diperlombakan, atlet Indonesia selalu menempatkan diri di podium (Ramdan, 2022).

Hasil perlombaan untuk nomor triathlon perorangan putra, yaitu di posisi pertama (medali emas) ada atlet Fernando Jose Casares Tan dari Filipina mencatatkan waktu tercepat 01:56:57 dengan rincian waktu renang (00:21:35), balap sepeda (00:59:26), dan lari (00:35:05); di posisi kedua (medali perak) ada atlet Andrew Remolino dari Filipina dengan mencatatkan waktu tercepat kedua (01:59:16) rincian waktu renang (00:21:31), balap sepeda (00:59:31), dan lari (00:37:27); di posisi ketiga (medali perunggu) ada atlet Ronald Bintang Setiawan dari Indonesia mencatatkan waktu tercepat ketiga (02:01:35) dengan rincian waktu renang (00:21:31), balap sepeda (00:39:29), dan lari (00:39:46). Dari hasil perlombaan ini, atlet Filipina berhasil menyabet 2 (dua) medali, yaitu emas dan perak sedangkan untuk atlet Indonesia berhasil menyabet medali perunggu.

Hasil perlombaan untuk nomor triathlon perorangan putri, yaitu di posisi pertama (medali emas) ada atlet Kim Marion Kim Mangrobang dari Filipina mencatatkan waktu tercepat 02:13:31 dengan rincian waktu renang (00:22:16), balap sepeda (01:07:06), dan lari (00:43:13); di posisi kedua (medali perak) ada atlet Inge Prasetyo dari Indonesia mencatatkan waktu tercepat kedua (02:16:38) dengan rincian waktu

renang (00:24:34), balap sepeda (01:06:21), dan lari (00:44:39); di posisi ketiga (medali perunggu) ada atlet Raven Faith Alcosoba Tan dari Filipina mencatatkan waktu tercepat ketiga (02:18:30) dengan rincian waktu renang (00:22:24), balap sepeda (01:08:35), dan lari (00:46:33). Dari hasil perlombaan ini, atlet Filipina berhasil menyabet 2 (dua) medali, yaitu emas dan perunggu sedangkan untuk atlet Indonesia berhasil menyabet medali perak.

Hasil perlombaan untuk nomor duathlon perorangan putra, yaitu di posisi pertama (medali emas) ada atlet San Pham Tien dari Vietnam mencatatkan waktu tercepat 01:55:58 dengan rincian waktu renang (00:34:14), balap sepeda (01:03:58), dan lari (00:17:11); di posisi kedua (medali perak) ada atlet Rudi Febriade dari Indonesia mencatatkan waktu tercepat kedua (01:56:12) dengan rincian waktu renang (00:34:16), balap sepeda (01:04:00), dan lari (00:17:22); di posisi ketiga (medali perunggu) ada atlet Jauhari Johan dari Indonesia mencatatkan waktu tercepat ketiga (01:57:36) dengan rincian waktu renang (00:34:16), balap sepeda (01:04:00), dan lari (00:18:33). Dari hasil perlombaan ini, atlet Vietnam berhasil menyabet medali emas sedangkan untuk atlet Indonesia berhasil menyabet 2 (dua) medali perak dan perunggu.

Hasil perlombaan untuk nomor duathlon perorangan putri, yaitu di posisi pertama (medali emas) ada atlet Marion Kim Mangrobang dari Filipina mencatatkan waktu tercepat 02:13:12 dengan rincian waktu renang (00:42:51), balap sepeda (01:09:51), dan lari (00:19:51); di posisi kedua (medali perak) ada atlet Tahira Najmunisaa Muhammad Zaid dari Malaysia mencatatkan waktu tercepat kedua (02:14:22) dengan rincian waktu renang (00:42:51), balap sepeda (01:09:55), dan lari (00:20:57); di posisi ketiga (medali perunggu) ada atlet Zahra Putri Bulan Aprillia dari Indonesia mencatatkan waktu tercepat ketiga (02:14:49) dengan rincian waktu renang (00:42:50), balap sepeda (01:09:54), dan lari (00:21:27). Dari hasil perlombaan ini, atlet Filipina berhasil menyabet medali emas, atlet Malaysia berhasil menyabet medali perak dan atlet Indonesia berhasil menyabet medali perunggu.

Berdasarkan hasil perlombaan di atas, dapat disimpulkan bahwa dari nomor triathlon dan duathlon dikuasai oleh atlet dari Filipina

dengan meraih 3 (tiga) medali emas, 1 (satu) perak, dan 1 (satu) perunggu; di peringkat kedua ada atlet dari Vietnam dengan meraih 1 (satu) medali emas; kemudian di peringkat ketiga ada atlet dari Indonesia dengan meraih 2 (dua) medali perak, dan 3 (tiga) medali perunggu (Triathlon, Results: 2022 Hanoi South East Asian Games, 2022). Prestasi atlet triathlon Indonesia di SEA Games 2021 sudah luar biasa walaupun tidak meraih medali emas. Berbeda dengan SEA Games 2019, atlet Indonesia berhasil meraih 1 (satu) emas dan 3 (tiga) perunggu (Triathlon, 2019).

G. Perolehan Medali Team Triathlon SEA Games 2021

Berikut daftar peraih medali pada cabang olahraga triathlon SEA Games Vietnam:

1. Triathlon – Perorangan Putra

NO.	NAMA	NEGARA	MEDALI
1	Fernando Jose Casares Tan	Filipina	Emas
2	Andrew Remolino	Filipina	Perak
3	Ronald Bintang Setiawan	Indonesia	Perunggu

2. Triathlon – Perorangan Putri

NO.	NAMA	NEGARA	MEDALI
1	Marion Kim Mangrobang	Filipina	Emas
2	Inge Prasetyo	Indonesia	Perak
3	Raven Faith Alcoseba Tan	Filipina	Perunggu

3. Duathlon – Perorangan Putra

NO.	NAMA	NEGARA	MEDALI
1	San Pham Tien	Vietnam	Emas
2	Rudi Febriade	Indonesia	Perak
3	Jauhari Johan	Indonesia	Perunggu

4. Duathlon - Perorangan Putri

NO.	NAMA	NEGARA	MEDALI
1	Marion Kim Mangrobang	Filipina	Emas
2	Tahira Najmunisaa Muhammad Zaid	Malaysia	Perak
3	Zahra Putri Bulan Aprillia	Indonesia	Perunggu

H. Kesimpulan

Prestasi atlet olahraga triathlon pada SEA Games 2021 yang di adakan pada tanggal 14–15 di Hanoi, Vietnam sudah sangat luar biasa. Persiapannya juga sudah sangat luar biasa dengan meihat para atlet berlatih dengan penuh semangat untuk acara multi-olahraga paling bergengsi di Asia Tenggara. Perjuangan para atlet Indonesia sudah memberikan yang terbaik pada saat perlombaan. Untuk duathlon putri, walupun ada kendala kewanitaan pada atlet tetapi debut bagi Zahra Putri Bulan Aprillia langsung meraih medali sungguh membanggakan hingga berhasil *finish* secara tergepoh-gepoh (Ramdan, 2022). Namun, secara keseluruhan tim triathlon Indonesia sudah memberikan yang terbaik bagi prestasi olahraga Indonesia di kancah Asia Tenggara.

Beberapa atlet triathlon Indonesia yang berlaga di SEA Games 2021 sudah memasuki usia tua dalam artian sudah tidak muda lagi. Betul, pengalaman atlet senior sangat dibutuhkan bagi atlet muda olahraga triathlon dalam mendongkrak prestasi di cabang tersebut. Contohnya, atlet Jauhari Johan yang sudah memasuki usia 37 tahun. Di SEA Games 2019 di Filipina, Johan Jauhari berhasil mendapatkan prestasi yang luar biasa dengan menyabet medali emas pada nomor duathlon perorangan putra, sedangkan di SEA Games 2021 di nomor yang sama hanya mendapatkan medali perunggu. Ini berarti usia sangat berpengaruh terhadap prestasi. Diharapkan di *event* selanjutnya tim Indonesia dapat mendongkrak prestasi yang maksimal lagi khususnya dalam pembinaan atlet muda agar dapat meraih medali emas dan bisa menduduki peringkat pertama klasemen dalam cabang olahraga triathlon.

DAFTAR RUJUKAN

- AntaraneWS. (2022, 4 23). *Jelang Sea Games Vietnam, Persiapan Atlet Triathlon Indonesia Terus Digeber*. Retrieved 6 2022, from Sport Bisnis: <https://sport.bisnis.com/read/20220423/60/1526275/jelang-sea-games-vietnam-persiapan-atlet-triatlon-indonesia-terus-digeber>
- Da'Yerimon, P. M. (2016, 1 26). *Mengenal Triathlon, Olahraga Uji Kekuatan Fisik*. Retrieved 6 2022, from Indosport.com: <https://www.indosport.com/multi-event/20160126/mengenal-triatlon-olahraga-uji-kekuatan-fisik/sejarah>
- Olympic Council of Asia. (2001, 1 15). Retrieved 6 2022, from Wikipedia: https://en.wikipedia.org/wiki/Olympic_Council_of_Asia
- Ramdan, M. (2022, 5 15). *Triathlon Indonesia Raih Dua Perak dan Tiga Perunggu SEA Games Vietnam*. Retrieved 6 2022, from Antara: <https://www.antaranews.com/berita/2881609/triatlon-indonesia-raih-dua-perak-dan-tiga-perunggu-sea-games-vietnam>
- Romadhon, T. A. (2021, 6 5). *101 Tahun Lalu Perlombaan Multi Olahraga Triathlon Diciptakan, tak Sekadar Lari*. Retrieved 6 2022, from Sport Tempo: <https://sport.tempo.co/read/1469277/101-tahun-laluperlombaan-multi-olahraga-triatlon-diciptakan-tak-sekadar-lari>
- Sadheli, M. (2022, 4 16). *Apa Itu Olahraga Triathlon?* Retrieved 6 2022, from Kompas: <https://www.kompas.com/sports/read/2022/04/16/00010068/apa-itu-olahraga-triatlon-?page=all>
- Southeast Asian games. (2001, 1 15). Retrieved 6 2022, from Wikipedia: https://en.wikipedia.org/wiki/Southeast_Asian_Games
- Sungkar, M. (2015). *Akuaponik Ala Mark Sungkar*. Jakarta: PT. Agro-media Pustaka.
- Tim VOI. (2022, 5 1). *Jalani Persiapan SEA Games 2021, Tim Triathlon Indonesia Lebaran Jauh dari Keluarga*. Retrieved 6 2022, from VOI: <https://voi.id/olahraga/163664/jalani-persiapan-sea-games-2021-tim-triatlon-indonesia-leb->

aran-jauh-dari-keluarga

Triathlon, W. (2019, 12 01-05). *Result: 2019 Subic South East Asian Games*. Retrieved 6 2022, from Triathlon: <https://triathlon.org/results>

Triathlon, W. (2022, 5 14-15). *Results: 2022 Hanoi South East Asian Games*. Retrieved 6 2022, from Triathlon: <https://triathlon.org/results>

Trifiana, A. (2021, 8 16). *Olahraga Triathlon Bukan Hanya untuk Atlet, Ini Strategi Berlatihnya*. Retrieved 6 2022, from SehatQ: <https://www.sehatq.com/artikel/olahraga-triathlon>

Tim Putri Basket 3x3 Indonesia

Rizki Yuliandra

A. Bola Basket

Permainan bola basket adalah permainan yang menggunakan bola besar yang dimainkan dengan menggunakan satu tangan dan dua tangan. Permainan ini dimainkan secara beregu yang terdiri atas dua tim yang beranggotakan masing-masing lima orang yang saling bertanding, mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam ring lawan. Pada cabang olahraga bola basket selain diajarkan pada mata pelajaran pendidikan jasmani, kegiatan ini juga merupakan ekstrakurikuler yang ada di setiap sekolah. Sesuai dengan pembinaan pola usia dini, kegiatan ini sebenarnya bisa memberikan kontribusi yang berarti kepada regenerasi peserta didik untuk menjadikan mereka berprestasi pada cabang olahraga bola basket (Arwih, 2019).

Bola basket merupakan permainan yang memerlukan kemampuan dan ketrampilan baik secara individu maupun tim (Putro et al., 2018). Permainan bola basket pada zaman sekarang ini banyak sekali peningkatan dan semakin banyak digemari oleh masyarakat, khususnya di Indonesia bahkan telah menjadi *trend setter* bagi kalangan remaja-remaja. Bola basket merupakan cabang olahraga yang cukup kompleks dimana melibatkan berbagai aspek kebugaran jasmani di dalamnya. Beberapa penelitian sebelumnya yang membahas tentang aspek kebugaran/fisik yang harus dikuasai secara dominan untuk dapat tampil lebih baik dari lawannya atau sekadar meningkatkan performa

terbaiknya. Kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk dapat mengubah arah ataupun mengubah kecepatan dengan tetap menjaga kecepatan terbaiknya saat merespons stimulus. Aspek kebugaran ini sangat sesuai dikuasai oleh seorang atlet bola basket karena ukuran lapangan bola basket yang tidak begitu luas mengharuskan seorang pemain bergerak secepat mungkin saat melewati lawannya (Hidayatullah, 2018).

Olahraga bola basket merupakan olahraga yang memiliki aktivitas gerak yang menuntut berbagai kemampuan, teknik, dan taktik untuk mencapai tujuan permainan. Permainan bola basket adalah olahraga yang berdasarkan kebiasaan, artinya untuk menjadi seorang atlet bola basket yang baik sangat dibutuhkan proses latihan atau bermain secara berulang-ulang atau berkelanjutan (*continue*) agar memperoleh teknik, taktik, dan kondisi prima dalam permainan yang bagus. Bola basket adalah olahraga yang membutuhkan fisik dan fisiologi yang merupakan faktor terpenting terhadap keberhasilan pemain. Berdasarkan pendapat di atas menjelaskan bahwa olahraga bola basket merupakan olahraga multi aspek baik fisik dan berkontribusi besar terhadap keberhasilan pemain. Performa dalam bola basket beragam dan tergantung pada interaksi yang kompleks dari beberapa faktor, dengan berkembang dengan baik kebugaran fisik dianggap sebagai salah satu yang paling penting (Candra, 2020).

B. SEA Games

Sejarah singkat [SEA Games](#) yang tidak diketahui banyak orang, pesta olahraga bergengsi se-Asia Tenggara ini sering disebut dengan nama SEA Games. Namun, apakah Anda tahu jika SEA Games memiliki sejarah panjang hingga akhirnya terus dilaksanakan dua tahun sekali. SEA Games merupakan akronim dari Southeast Asian Games yang juga diartikan sebagai Pesta Olahraga Semenanjung Asia Tenggara.

Pada awal mulanya, pesta olahraga bergengsi se-Asia Tenggara ini dinamai dengan SEAP Games. SEAP Games sendiri singkatan dari Southeast Asian Peninsular Games. Pada tanggal 22 Mei 1958, delegasi dari negara-negara Southeast Asian Peninsular menghadiri Asian Games di Tokyo, Jepang. Keduanya mengadakan pertemuan dan

menyetujui penetapan organisasi keolahragaan. Setelah diputuskan, konsep SEAP Games langsung dibuat oleh Wakil Presiden Komite Olimpiade Thailand bernama Laung Sukhumnaipradit.

Di awal penyelenggaraan SEA Games, perhelatan ini tak lepas dari beberapa negara penggagas. Adapun negara itu adalah Thailand, Myanmar, Malaysia, Laos, Vietnam, dan Kamboja. Latar belakang dibentuknya SEAP Games atau SEA Games adalah untuk mengeratkan kerja sama, pemahaman, dan hubungan antar negara di kawasan Asia Tenggara (ASEAN). SEAP Games pertama kali diselenggarakan di Bangkok pada 12–17 Desember tahun 1959. Kala itu diikuti lebih dari 527 atlet dan panitia dari Thailand, Myanmar, Malaysia, Singapura, Vietnam dan Laos yang berlaga di 12 cabang olahraga.

Singkat kata, barulah pada 1975, SEAP Games berubah nama menjadi SEA Games. Bersamaan dengan mulai masuknya sejumlah negara Asia Tenggara yang turut berkompetisi di pesta olahraga Asia Tenggara ini. Indonesia sendiri tidak masuk negara penggagas SEA Games. Federasi SEAP baru mempertimbangkan masuknya Indonesia dan Filipina pada 1977.

Pada tahun ini terdapat 40 cabang olahraga yang dipertandingkan di SEA Games 2021 yang diselenggarakan di Vietnam tepatnya di kota Hanoi.

Negara	Emas	Perak	Perunggu	Total
Vietnam	205	125	116	446
Thailand	92	103	136	331
Indonesia	69	91	81	241
Filipina	52	70	105	227
Singapura	47	46	71	164

Gambar. 1 Peringkat dan perolehan medali Indonesia pada SEA GAMES 2021

Pada keikutsertaannya di SEA Games 2021 Indonesia harus puas menempati peringkat ketiga di bawah Thailand yang berada di peringkat kedua dan peringkat pertama diisi oleh tuan rumah Vietnam. Indonesia sendiri mendapatkan 69 medali emas, 91 medali perak, dan 81 medali perunggu dengan total pelorehan medali sebanyak 241 medali.

5. Cabang Olahraga Bola Basket 3x3 Putri

Indonesia vs Vietnam

Kekuatan

Timnas 3x3 yang diperkuat Adelaide Wongsohardjo, Dewa Ayu Made Sriartha, Kimberley Pierre Louis, dan Nathania Claresta itu bakal melakoni dua laga tersisa fase penyisihan kontra. Tim putri Indonesia membuka perjalanan dengan melawan tim tuan rumah, Vietnam. Kedua tim turun dengan skuad yang nyaris sama dengan yang turun di ABL 3X3 Internasional Champions Cup. Tercatat hanya Adelaide Callista Wongsohardjo yang tidak turun bermain di Bali.

Indonesia lantas menambah poin melalui *offensive rebound* dan *layup* Ayu Sriartha. Vietnam kembali menyamakan kedudukan kali ini oleh Kaylynne Truong. Di sisa tiga detik gim, Kimberley Pierre-Louis melakukan *post up* dan sebuah *hook shot* sempurna yang tepat mengakhiri pertandingan. Tim putri Indonesia memiliki pemain yang memiliki *speed* yang sangat bagus dan postur tubuh yang lebih unggul dibandingkan tim putri Vietnam dan memiliki kondisi fisik yang tidak kalah jauh baiknya dari Vietnam.

Dalam laga pertandingan tersebut Indonesia mampu bermain dengan cukup baik dengan *movement* dan strategi yang dimainkan saat pertandingan. Tim basket 3x3 putra dan putri Indonesia gagal mencapai final usai ditaklukkan oleh Vietnam. Tim putra Indonesia dipaksa menyerah oleh Vietnam dengan skor 21-15, sedangkan tim putri Indonesia takluk dengan skor 19-16. Meski kalah di partai semifinal, Indonesia masih memiliki kesempatan menyabet medali perunggu. Filipina pun menjadi lawan Indonesia.

Kelemahan

Timnas basket 3x3 putri saat laga pertandingan melawan Vietnam cukup baik, tetapi *defense* saat pertandingan tersebut kurang *hustle* sehingga musuh sering melakukan penyerangan yang berakibat poin.

Selain itu, *rebound* timnas Indonesia sering tidak dapat dan sering terjadi *turnover*.

Saat melakukan penyerangan timnas Indonesia sering membuang kesempatan tersebut dan saat melakukan *shooting* jarang masuk ke ring. Hal tersebut menyebabkan timnas Indonesia kalah di partai final dengan skor 19-16 dengan Vietnam.

Peluang

Kedua tim sama-sama memiliki 5 *foul*, tetapi keduanya memiliki *finishing freethrow* dengan persentase yang berbeda. Tim Vietnam dapat memanfaatkan *fouls* tersebut dengan baik di mana 5 kali *fouls* mendapat 5 kali poin. Sedangkan tim Indonesia mendapat 5 *fouls* juga, tetapi gagal 1x di mana hanya mendapatkan 4 poin. Selain itu, tim Indonesia sering sekali melakukan *turnover* seperti terkena *still* oleh tim Vietnam hingga itu dimanfaatkan oleh tim Vietnam untuk mendapatkan poin.

Ancaman

Dari hasil pertandingan tersebut faktor ancaman untuk tim Indonesia adalah transisi dari *offense* ke *defense* kurang unggul dibandingkan Vietnam, di mana tim Vietnam mampu mendapatkan *defensive rebound* atau *offensive rebound* yang lebih baik dan itu dapat dimanfaatkan oleh tim Vietnam. Peluang tembak Indonesia pun cukup banyak, tetapi sayangnya akurasinya kurang baik sehingga peluang terbuang. Dengan postur tubuh tim yang keduanya hampir sama, permainan cukup sengit. Keduanya bermain dengan baik, tetapi persentase tembakan pemain Indonesia kurang tepat sehingga menutup peluang untuk ke final.

Indonesia vs Malaysia

Kekuatan

Team Basket Putri Indonesia harus puas dengan hasil pertandingan melawan Team Basket Putri Malaysia pada ajang SEA Games tahun

2022 ini. Team Basket Putri Indonesia mendapatkan skor yang cukup bagus dalam pertandingan melawan Team Basket Malaysia, yaitu 21 – 11. Pada awal pertandingan, Team Basket Indonesia menurunkan pemain, yaitu Ayu, Nathania, Adelaide, sudah mendapatkan ritme pertandingan. Nathania berhasil mencetak poin *under ring* pertama melalui *passing* dari Ayu. Lalu, poin kedua dicetak oleh Ayu. Adelaide mencetak dua poin dengan tembakan tiga angkanya.

Louise menggantikan Nathania dan langsung mencetak 2 poin berturut-turut sehingga kedudukan Indonesia 5-0. Selanjutnya, Nathania mencetak 5 point berturut-turut untuk Tim Indonesia. Saat menit ke-5 Malaysia berusaha menipiskan angka ketertinggalan, yaitu 10 poin, tetapi Indonesia terus meningkatkan selisih angka Tim Indonesia menjadi 21 poin, dan Malaysia 11 poin.

Berdasarkan analisis permainan tim Indonesia lebih memiliki kekuatan antara lain, yaitu keakurasian tembakan dan *drive* yang sangat bagus. Dan Indonesia sangat sedikit melakukan *turnover*. Walaupun team Malaysia banyak melakukan *turnover*, tim Malaysia berhasil mengatur ritme permainan sehingga dapat menyusul poin tim Indonesia.

Kelemahan

Pada pertandingan SEA Games 2022, Tim Basket Putri Indonesia melawan Malaysia dengan akhir skor 21-11, kemenangan diraih oleh Indonesia. Kelemahan dari tim Malaysia, yaitu tembakan 2 poin ataupun 3 poin akurasinya kurang baik. Di saat pertandingan, Malaysia sedikit kurang baik dalam *defense*-nya, saat *offense* banyak bola yang *turnover*, Malaysia terlihat lebih tidak tenang ketika dalam penguasaan bola, sedikit terlihat kesulitan ketika tim Malaysia ingin *driver* ke dalam. Beberapa kali tim Malaysia tidak dapat mengontrol *passing* dan bola sering kali terlepas.

Sedangkan kelemahan tim Indonesia beberapa kali terjadi *turnover* di bawah ring sehingga banyak sekali peluang poin yang terbuang sia-sia saat melakukan *offense*. Pada menit ke 2:45 tim Indonesia melakukan *passing* yang kurang baik sehingga terjadi bola yang lepas dari tim

Indonesia (*turnover*). Tim Indonesia juga saat melakukan *pick* terlalu cepat untuk *roll* sehingga tidak dapat saat melakukan *pick and roll*.

Peluang

Dari pertandingan Indonesia melawan Malaysia dapat dilihat bahwa banyak sekali peluang yang sebenarnya didapat oleh tim Indonesia, salah satunya tim Malaysia sering kali melakukan *fouls* terhadap tim Indonesia. Tim Indonesia beberapa kali mendapatkan kesempatan untuk menambah perolehan angka melalui tembakan *free throw* karena Tim Indonesia memiliki akurasi *free throw* yang lumayan baik. Selain itu, peluang yang didapatkan oleh tim Malaysia, yaitu melonggarnya *defense* Indonesia saat menit ke-5 dan seterusnya sehingga dimanfaatkan oleh tim Malaysia untuk memperoleh angka.

Ancaman

Dari hasil video pertandingan SEA Games 2022 3x3 Tim Putri Indonesia banyak beberapa faktor yang membuat ancaman terhadap tim Malaysia, yaitu dalam pertandingan Tim Indonesia sering kali menceetak poin dengan *shooting* 2 atau 3 poin sehingga tim dari Malaysia dalam pertandingan ini terlihat tidak tenang. Dalam pertandingan ini juga tim Malaysia melakukan *finishing* yang kurang baik sehingga dalam pertandingan tertinggal skor oleh Indonesia. Tim Malaysia ini melakukan tembakan-tembakan 2 poin dan 3 poin yang sedikit tidak akurat sehingga Malaysia tertinggal poin. Tim Malaysia yang beberapa kali melakukan *turnover* membuat Indonesia bisa lebih unggul dibandingkan dengan tim Malaysia.

Indonesia vs Thailand

Kekuatan

Ada empat nama yang akan dipilih untuk mewakili Indonesia di kategori 3x3 pada SEA Games nanti. Mereka adalah Adelaide Wongsohardjo Callista, Dewa Ayu Made Sriartha Kusuma Dewi, Kimberley Pierre

Louis, dan Nathania Claresta Orville. Dengan rekor tanding 2 menang, 1 kalah, tim putri Indonesia *finish* keempat pada babak penyisihan grup dan melaju ke semifinal terbuka lebar. Namun, tim putri Indonesia harus lebih dulu menuntaskan laga babak penyisihan grup dengan melawan Malaysia, Filipina, dan Kamboja pada Sabtu (14/5/2022).

Kelemahan

Tim putri Indonesia memiliki *speed* yang sangat bagus dan postur tubuh yang lebih unggul dibandingkan tim putri Thailand dan memiliki kondisi fisik yang tidak kalah jauh baiknya dari Thailand.

Namun sayang, di awal game tim Indonesia sedikit terburu-buru dan juga kurang komunikasi antar pemain sehingga beberapa kali terjadi *turnover*. Pemain dari Indonesia juga sering melakukan *foul-foul* yang cukup menguntungkan bagi pemain Thailand sehingga poin yang dihasilkan hanya berselisih 1 atau 2 poin.

Peluang

Pada awal kuartir pertama, Indonesia tampak terburu-buru mencetak angka sehingga membuang peluang di depan ring. Di sisi lain, Thailand mampu mendulang poin dengan mudah sehingga memimpin.

Memasuki kuartir dua, pertandingan berjalan semakin seru dan menarik. Kedua tim saling jual-beli serangan dalam tempo yang cukup cepat. Setelah itu tim Thailand menjaga keunggulan hingga pertandingan berakhir. Mereka menutupnya dengan kemenangan 20-17.

Ancaman

Dari hasil pertandingan ini, ancaman untuk tim Indonesia adalah kurangnya transisi *offense* ke *defense*, meskipun banyak mendapatkan *rebound* dan *layup* yang cukup baik, sayang tim Indonesia kurang bisa memaksimalkan dalam melakukan serangan balik.

Keduanya bermain dengan cukup baik, tetapi sayang tim Indonesia harus menerima kekalahan dari tim Thailand dengan skor akhir 20-17.

DAFTAR PUSTAKA

- Arwih, Z. M. (2019). *Hubungan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring pada Permainan Bola Basket Mahasiswa Jurusan Ilmu Keolahragaan Angkatan 2017 FKIP UHO*. 18(1), 63–71.
- Candra, O. (2020). *Tingkat Kemampuan Vo2max pada Atlet Bola Basket Puteri Pomnas Riau Oki*. 5, 106–115.
- Hidayatullah, F. (2018). *Hubungan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola Basket Mahasiswa Baru Program Studi Pendidikan Olahraga STKIP Bangkalan*. July. <https://doi.org/10.30814/Sportarea.V3i1.1555>
- Putro, B. N., Kurniawan, A., Fudin, M. S., & Trenggalek, S. P. (2018). *Pengembangan Buku Pedoman Man to Man Defense Bola Basket untuk Pelatih*.
- Sitepu, I. D., Keolahragaan, F. I., & Medan, U. N. (2018). *Manfaat Permainan Bola Basket untuk Anak Usia Dini*. 2(3), 27–33.
<https://sports.okezone.com/read/2022/05/14/43/2594227/sejarah-singkat-sea-games-yang-tidak-diketahui-banyak-orang?page=2>

Prestasi Cabang Olahraga Taekwondo

Maria Herlinda Dos Santos

Taekwondo merupakan salah satu olahraga bela diri yang banyak diminati oleh berbagai kalangan. Tidak bisa dimungkiri secara tidak langsung seni bela diri memberikan efek dari berbagai aspek, seperti mengembangkan potensi seseorang, aspek kesehatan mental, memiliki jiwa kepemimpinan dan kemampuan dalam mempertahankan dan membela diri.

A. Sejarah Taekwondo

Seni bela diri yang berasal dari Korea Selatan ini memiliki makna dari kata “taekwondo”. Maknanya sebagai berikut:

Tae	: kaki
Kwon	: pukulan dengan tangan/tinju
Do	: sistem/cara/seni

Arti keseluruhannya adalah seni bela diri yang menggunakan kaki dan tangan sebagai senjata bela diri untuk menaklukkan lawan.

Menurut sejarah, taekwondo berkembang sejak tahun 37M, pada masa dinasti Koguryo di Korea. Masyarakat menyebutnya dengan nama berbeda, yaitu Subak, Taekkyon, taeyon. Taekwondo kerap dijadikan pertunjukan acara ritual yang dilakukan oleh bangsa Korea. Bela diri taekwondo menjadi senjata bela diri andalan para kesatria. Taekwondo memiliki sejarah panjang di Korea pada dinasti Chosun kuno, kerajaan Shilla, dan dinasti Koryo pada masa kejayaannya. Pada saat

Korea merdeka tahun 1945, rakyat Korea berusaha mengembangkan taekwondo yang merupakan seni bela diri tradisional Korea sehingga o diterima dan berkembang pesat di seluruh dunia.

World Taekwondo Federation (WTF) adalah suatu badan Federasi Taekwondo Dunia yang resmi berdiri pada tanggal 28 Mei 1973 sebagai Presiden adalah Kim Un Yong bermarkas di Kukkiwon (Seoul) Korea Selatan. WTF merupakan program resmi pertahanan nasional kalangan polisi dan tentara. WTF beranggotakan lebih dari 186 negara. Kejuaraan Dunia pertama kali diadakan oleh WTF pada tanggal 25–27 Mei 1973 di Seoul diikuti oleh 18 Negara.

Taekwondo aliran WTF berkembang di Indonesia pada tahun 1975. Yang membawa aliran ini adalah Mauritsz Dominggus yang datang ke Indonesia pada tahun 1972 di Tanjung Priok, Jakarta Utara. Pada saat itu, taekwondo di Indonesia belum berkembang karena bela diri karate lebih dulu hadir di Indonesia seperti aliran Karate Shindoka beberapa pelatih di antaranya: Simon Kaihena – Jopi Yan Rainong – Hady Sugianto – William Giritz – Sukanda – Hasan Johan – Hendry Sanuri (Alm) - Drs. Rosid M. Siregar (Alm) – Mujiman (Alm) dan Harry Tomotala (Perguruan Karate PERKINO). Mereka bergabung dengan Mauritsz Dominggus berasal dari Ambon yang merupakan pemegang sabuk hitam taekwondo yang belajar di Belanda dan membentuk perguruan dengan nama KATAEDO. Gabungan kata karate dan taekwondo.

Pada tanggal 15 Juli 1974, atas saran Prof. Kim Ki Ha (Ketua Asosiasi Korea di Indonesia) KATAEDO diganti nama Institut Taekwondo Indonesia (INTIDO). Pada saat itu Prof. Kim Ki Ha sebagai penasihat INTIDO dan atas sarannya INTIDO dipertemukan dengan Duta Besar Korea Selatan dan ia diutus ke Korea Selatan mengikuti sidang umum II WTF pada tanggal 27 Agustus 1975. Dan Prof. Kim Ki Ha memperjuangkan INTIDO untuk dapat diterima sebagai anggota WTF dan persyaratan WTF supaya INTIDO diubah menjadi Federasi Taekwondo Indonesia (FTI) sebagai ketua umum Marsekal Muda (TNI) Sugiri.

Pada tanggal 17 Juni 1976, FTI resmi menjadi anggota WTF ditan-datangani oleh presiden WTF Kim Un Yong. Pada tahun 1976, Indonesia mendatangkan pelatih dari Korea Selatan dalam rangka program peningkatan mutu dan prestasi taekwondo Indonesia bernama Kim

yeong Tae Dan V. Mantan juara kelas berat. Seiring dengan berkembangnya taekwondo di Indonesia ada dua organisasi taekwondo, yaitu FTI (Federasi Taekwondo Indonesia) yang dipimpin oleh Marsekal Muda Sugiri dan PTI (Persatuan Taekwondo Indonesia) dipimpin oleh Leo Lapulisa. FTI dan PTI pada tanggal 28 Maret 1981 menggelar sebuah pertemuan yang bertajuk MUSYARAH NASIONAL I, demi kemajuan taekwondo Indonesia. MUNAS I tersebut melahirkan kesepakatan bersama untuk menyatukan kedua Organisasi tersebut ke dalam sebuah organisasi taekwondo yang sekarang kita kenal Pengurus Besar Taekwondo Indonesia (PBTI) yang diakui oleh WTF dan KONI, sebagai ketua umumnya Bapak Sarwo Edhie Wibowo dengan pelindung langsung dari ketua KONI Pusat Bapak Surono.

Taekwondo (juga dieja Tae Kwon Do, Taekwon-Do) adalah olahraga bela diri asal Korea yang juga populer di Indonesia. Olahraga ini juga merupakan olahraga nasional Korea. Ini adalah seni bela diri yang paling banyak dimainkan di dunia dan juga dipertandingkan di olimpiade. Taekwondo di Indonesia semakin populer sejak dipromosikan secara besar-besaran oleh Saseong Nim Daxon Joetandi (Dan VII Kukkiwon), seorang bankir profesional yang terkenal sebagai pemegang sabuk hitam termuda di Indonesia sejak berumur 7 tahun. Dalam bahasa Korea, *hanja* untuk *tae* berarti “menendang atau menghancurkan dengan kaki”; *kwon* berarti “tinju”; dan *Do* berarti “jalan” atau “seni”. Jadi, Taekwondo dapat diterjemahkan dengan bebas sebagai “seni tangan dan kaki” atau “jalan” atau “cara kaki dan kepala”.

Popularitas taekwondo telah menyebabkan seni ini berkembang dalam berbagai bentuk. Seperti banyak seni bela diri lainnya, taekwondo adalah gabungan dari teknik perkelahian, bela diri, olahraga, olah tubuh, hiburan, dan filsafat. Meskipun ada banyak perbedaan doktriner dan teknik di antara berbagai organisasi taekwondo, seni ini pada umumnya menekankan tendangan yang dilakukan dari suatu sikap bergerak, dengan menggunakan daya jangkauan dan kekuatan kaki yang lebih besar untuk melumpuhkan lawan dari kejauhan. Dalam suatu pertandingan, tendangan berputar, 45 derajat, depan, kapak dan samping adalah yang paling banyak dipergunakan; tendangan yang dilakukan mencakup tendangan melompat, berputar, skip dan

menjatuhkan, sering kali dalam bentuk kombinasi beberapa tendangan. Latihan taekwondo juga mencakup suatu sistem yang menyeluruh dari pukulan dan pertahanan dengan tangan, tetapi pada umumnya tidak menekankan *grappling* (pergulatan).

Tiga materi dalam latihan taekwondo meliputi:

Poomsae atau rangkaian jurus adalah rangkaian teknik gerakan dasar serangan dan pertahanan diri, yang dilakukan melawan yang imajiner, dengan mengikuti diagram tertentu. Setiap diagram rangkaian gerakan *poomsae* didasari oleh filosofi timur yang menggambarkan semangat dan cara pandang bangsa Korea.

Kyukpa atau teknik pemecahan benda keras adalah latihan teknik dengan memakai sasaran/objek benda mati, untuk mengukur kemampuan dan ketepatan tekniknya. Objek sasaran yang biasanya dipakai antara lain papan kayu, batu bata, genting, dan lain-lain. Teknik tersebut dilakukan dengan tendangan, pukulan, sabetan, bahkan tusukan jari tangan.

Kyoruki atau pertarungan adalah latihan yang mengaplikasikan teknik gerakan dasar atau *poomsae*, di mana dua orang yang bertarung saling mempraktikkan teknik serangan dan teknik pertahanan diri.

Filosofi sabuk pada taekwondo:

Putih melambangkan kesucian, awal/dasar dari semua warna, permulaan. Di sini para taekwondoin mempelajari jurus dasar (gibon) 1. Kuning melambangkan bumi, di sinilah mulai ditanamkan dasar-dasar TKD dengan kuat, mempelajari gibon 2 dan 3. Sebelum naik sabuk hijau biasanya naik ke sabuk kuning strip hijau terlebih dahulu. Hijau melambangkan hijaunya pepohonan, pada saat inilah dasar TKD mulai ditumbuhkembangkan (mempelajari taeguk 2). Sebelum naik ke sabuk biru biasanya naik ke sabuk hijau strip biru terlebih dahulu. Biru melambangkan birunya langit yang menyelimuti bumi dan seisinya, memberi arti bahwa kita harus mulai mengetahui apa yang telah kita pelajari (mempelajari taeguk 4).

Sebelum naik sabuk merah biasanya naik ke sabuk biru strip merah terlebih dahulu. Merah melambangkan matahari artinya bahwa kita

mulai menjadi pedoman bagi orang lain dan mengingatkan harus dapat mengontrol setiap sikap dan tindakan kita.(mempelajari taeguk 6). Sebelum naik sabuk hitam, biasanya naik ke sabuk merah strip dua dan merah strip satu dahulu. Maksud dari matahari adalah tingkatan di mana seorang sabuk merah memberi kehangatan atau dalam arti denotasi mulai memberi ilmu atau bimbingan. Hitam melambangkan akhir, kedalaman, kematangan dalam berlatih dan penguasaan diri kita dari takut dan kegelapan. Hitam memiliki tahapan dari Dan 1 hingga Dan 9, juga melambangkan alam semesta.

B. SEA Games 2019

SEA Games merupakan multievent olahraga elite negara-negara di Asia Tenggara. Berada di bawah naungan Southeast Asian Games Federation dengan pengawas dari Komite Olimpiade Internasional, diadakan setiap dua tahun sekali dan melibatkan 11 Negara di Asia Tenggara. Berbagai cabang olahraga dipertandingkan/diperlombakan seperti cabang olahraga akuatik, anggar, angkat besi, arnis, atletik, bersepeda, biliard, binaraga, bisbol, bridge, bola basket, bola jaring, karate, judo, dayung, taekwondo, dan cabang olahraga lainnya.

Berlangsung di Manila, Filipina SEA Games tahun 2019 diikuti oleh 11 negara Asia Tenggara. Indonesia menjadi salah satu negara yang mengikuti multievent olahraga elite ini. Dari total 10,959 atlet yang menjadi peserta SEA Games ini, di antaranya ada 1702 atlet berasal dari Indonesia yang berjuang mengharumkan nama Indonesia. Berhasil menduduki peringkat ke-IV Indonesia membawa pulang 72 medali emas, 84 medali perak, 111 medali perunggu dan total medali 267 menjadikan kebanggaan yang luar biasa bagi atlet, pelatih, *official* dan semua yang turut serta dalam kegiatan tersebut.

Pada SEA Games 2019 di Filipina cabang olahraga atletik menjadi cabang olahraga yang menyumbang banyak medali, yaitu 16 medali (5 emas, 6 perak dan 5 perunggu). Di urutan kedua penyumbang medali terbanyak untuk Indonesia, yaitu cabang olahraga renang dengan total medali 13 (1 emas, 5 perak dan 7 perunggu) dan peringkat ketiga cabang olahraga penyumbang medali terbanyak, yaitu cabang olahraga taekwondo dengan total medali 8 (2 perak dan 6 perunggu).

Timnas cabor taekwondo gagal membawa medali emas untuk Indonesia, medali perak berasal dari *kyorugi* disumbangkan oleh Reynaldi Atmanegara di kelas 54 Kg putra dan Mariska Halinda di kelas -53 kg putri dan 5 medali disumbang dari nomor *poomsae* (jurus). Reynaldi tampil sangat baik di babak penyisihan dengan selisih skor telak, mengalahkan Kamboja kemudian Timor Leste sebelum memasuki babak final. Namun, pada babak final Reynaldi belum bisa mengalahkan keunggulan atlet dari tuan rumah Filipina skor 26-10, Barbosa Kur.








Hal tersebut juga terjadi pada Mariska sukses mencapai final setelah mengalahkan lawannya di babak penyisihan dan berhasil mengalahkan tuan rumah. Namun, di final Mariska gagal mempertahankan emas yang diraihinya di SEA Games Malaysia sebelumnya. Mariska dikalahkan oleh atlet perwakilan Vietnam dengan skor 8-26. Atlet taekwondo Indonesia lainnya juga sudah berusaha untuk memperoleh medali, tetapi semua gagal. Ibrahim Zaman merupakan salah satu atlet peraih SEA Games 2017 di Malaysia yang berhasil membawa pulang medali emas, tetapi di SEA Games tahun 2019 di Vietnam ini dia gagal mempertahankan gelar juaranya setelah dikalahkan oleh Chun Soklo atlet dari Vietnam. Kegagalan membawa medali lainnya juga dirasakan oleh Aqila ramadhani, Muhammad Bassam, Ni Kadek Prikasih. Penurunan prestasi ini begitu jelas karena di SEA Games sebelumnya di Malaysia tahun 2017 timnas Taekwondo Indonesia membawa 2 emas, tetapi pada SEA Games Filipina timnas Taekwondo Indonesia tidak mendapatkan satu pun medali emas.

Berdasarkan hasil SEA Games 2019, manager timnas taekwondo Indonesia yang merupakan Kepala Bidang Pembinaan dan Prestasi Pengurus Besar taekwondo Indonesia (PBTI), Yefi Triaji mengakui performa atlet taekwondo Indonesia perlu banyak pembenahan mulai dari teknis ataupun nonteknis, secara komprehensif serta analisis secara objektif. Evaluasi harus dilakukan dengan tujuan prestasi yang lebih baik di SEA Games 2021 yang akan diadakan di Vietnam.

C. SEA Games 2021

Menduduki peringkat ketiga diajang SEA Games 2021 yang dilaksanakan di Vietnam, Indonesia berhasil memperoleh medali dengan total 242 medali, yang terdiri 69 emas, 92 perak, dan 81 perunggu. Capaian positif diraih wakil Indonesia **Muhammad Bassam Raihan** di cabang olahraga (cabor) taekwondo SEA Games 2021. Ia menyabet medali emas ke-36 untuk kontingen Indonesia. Raihan yang turun di nomor taekwondo pria 63 kilogram bertarung sengit dengan atlet wakil Thailand, Tawin Hanprab, di semifinal. Pada partai final, Raihan berhasil menang 14-3 meyakinkan atas wakil Vietnam, Quang Tien Ngo. Tak hanya medali emas, taekwondo juga menyumbang tiga medali perunggu di hari yang sama. Medali lainnya didapat Mariska Halinda yang turun di nomor 57kg. Ia melaju ke semifinal dan kalah dari Phannapa Harnsujin. Sementara Megawati Maheswari juga harus puas dengan medali perunggu. Ia takluk dari Baby Jessica Noveno di semifinal. Adapun satu medali perunggu lainnya didapat Osnando Naufal. Ia dikalahkan Dave Cea Cuenca di semifinal.

Cabang olahraga taekwondo menyumbang tiga medali perunggu untuk Indonesia di [SEA Games 2021](#) Vietnam. Ini melalui dua dari tiga kategori yang dipertandingkan di Tay Ho Gymnasium, Senin (16/5). Medali perunggu pertama lahir dari kategori Men's Individual Recognize Poomsae. Adalah Muhammad Alfi Kusuma yang mempersembahkannya. Ia mengantongi 7.566 poin. Poinnya sama dengan wakil Thailand Sippakorn Wetchakornpatiwong yang juga mendapat perunggu. Medali perunggu kedua lahir dari tim Muhammad Alfi Kusuma, Muhammad Rizal, dan Muhammad Hafizh. Ini melalui kategori Men's Team Recognize Poomsae. Muhammad Alfi Kusuma dkk. mengoleksi 7.446 poin. Lalu, medali perunggu ketiga lahir dari kategori Woman's Individual Recognize Poomsae. Adalah Defia Rosmaniar yang mengumpulkan 7.549 poin. Berikut adalah total peraih medali.

Ranking	Negara	Emas	Perak	Perunggu	Total
1	 Vietnam	9	5	3	17
2	 Thailand	5	4	3	12
3	 Filipina	2	5	3	10
4	 Indonesia	1	2	9	12
5	 Kamboja	1	1	3	5
6	 Malaysia	1	0	3	4
7	 Myanmar	0	1	3	4
7	 Singapura	0	1	3	4
9	 Laos	0	0	4	4
10	 Timor Leste	0	0	1	1
TO-TAL		19	19	35	73

(sumber: <http://www.idezia.com/2021/08/SEA.Games.2021.Taekwondo.html>)

D. Kesimpulan

Pada SEA Games yang berlangsung di Manila, Filipina tahun 2019 Timnas cabang Taekwondo Indonesia membawa pulang medali 2 perak dan 6 perunggu, sedangkan pada SEA Games tahun 2021 Timnas Taekwondo Indonesia membawa pulang 1 emas, 3 perak dan 9 perunggu. Terjadi peningkatan perolehan medali. Medali emas meningkat 1 medali, medali perak tidak ada peningkatan dan medali perunggu meningkat 1 medali.

Penulis percaya peningkatan tersebut terjadi karena tindak lanjut yang dilakukan dari hasil evaluasi SEA Games tahun 2019 di Filipina. Usaha dalam perbaikan dari manajemen, pelatih, dan atlet berdampak baik dilihat dari hasil perolehan tersebut meskipun hasilnya belum dinilai maksimal. Namun demikian, perolehan emas pada SEA Games 2021 ini belum bisa menyamai perolehan emas pada SEA Games 2017 di Malaysia di mana saat itu Timnas Taekwondo Indonesia mampu membawa 2 medali emas. Evaluasi setelah kegiatan SEA Games ini akan berlanjut guna demi peningkatan prestasi Timnas Taekwondo Indonesia di event olahraga elite berikutnya.

Sumber tautan:

- Hariandja, Fetra. 2019. "SEA Games 2019, Taekwondo Indonesia Sumbang 2 Perak dan 7 Perunggu". *sports.okezone.com*. diakses 5 Juli 2022. <https://sports.okezone.com/read/2019/12/09/43/2139927/sea-games-2019-taekwondo-indonesia-sumbang-2-perak-dan-7-perunggu?page=1>
- Pratama, Andika. 2022. "SEA Games 2021: Taekwondo Panen Medali, Raih 1 Emas dan 3 Perunggu". *merahputih.com*. Diakses 4 Juli 2022. <https://merahputih.com/post/read/sea-games-2021-taekwondo-panen-medali-raih-1-emas-dan-3-perunggu>
- Sufiyanto, Tengku. 2022. "SEA Games 2021: Taekwondo Sumbang 3 Perunggu". *bolaskor.com*. Diakses 4 Juli 2022. <https://bolaskor.com/post/read/sea-games-2021-taekwondo-sumbang-tiga-perunggu>
- Suhaeri. "Sejarah Taekwondo". *suhaeri.weebly.com*. Diakses 4 Juli 2022. <https://suhaeri.weebly.com>
- Hasil Taekwondo SEA Games 2021/2022. <http://www.idezia.com/2021/08/SEA.Games.2021.Taekwondo.html>

Prestasi Cabang Olahraga Dayung

Nana Suryana Nasution

A. Pendahuluan

Olahraga adalah aktivitas gerak manusia menurut teknik tertentu. Dalam pelaksanaannya terdapat unsur bermain, ada rasa senang, dilakukan pada waktu luang, dan kepuasan tersendiri. Manusia sendiri adalah makhluk hidup yang aktivitasnya sangat tinggi. Rutinitas yang sangat tinggi tersebut harus ditunjang dengan kondisi psikologis dan fisik tubuh yang seimbang. Keseimbangan kondisi fisik dan psikologis tersebut dapat dicapai dengan usaha manusia melalui aktivitas olahraga dan rekreasi yang bertujuan mengurangi tegangan-tegangan pada pikiran (*refreshing* dan relaksasi).

Olahraga pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, dan emosional. Olahraga memperlakukan seseorang sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.

Indonesia terus berkembang. Kita menghadapi persaingan yang makin ketat di berbagai bidang masyarakat internasional, termasuk olahraga. Situasi ini memaksa Indonesia untuk terus mengembangkan

pelatihan di bidang olahraga. Demikian juga, para atlet terus berupaya meningkatkan kualitas (Almatsier, 2010).

Secara geografis Indonesia terdiri dari beribu pulau yang sebagian besar wilayahnya merupakan perairan oleh sebab itu Indonesia terkenal dengan sebutan negara maritim. Kondisi semacam ini menyebabkan masyarakat yang hidup di sekitar wilayah laut akan memanfaatkan segala sumber kekayaan sebesar-besarnya dalam memenuhi kebutuhan hidup mereka. Tidak bisa dimungkiri pula bahwa masyarakat yang tinggal di daerah sekitar wilayah laut memiliki kebudayaan yang berbeda dengan masyarakat yang tinggal di wilayah pegunungan ataupun dataran tinggi (Kusumawati, 1993).

Lomban atau cabang olahraga dayung merupakan tradisi tahunan masyarakat Batang. Lomban diselenggarakan sekali dalam setahun, biasanya bertepatan pada Hari Raya Idul Fitri. Kebudayaan cabang olahraga dayung yang diadakan oleh masyarakat Batang tepatnya masyarakat Klidang Lor kecamatan Batang memiliki maksud dan tujuan untuk mempererat tali silaturahmi antar sesama dan melestarikan budaya peninggalan dari generasi ke generasi.

Lomban sendiri merupakan salah satu jenis olahraga yang berlangsung di atas sungai. Dalam Wikipedia menyatakan bahwa mendayung merupakan sebuah olahraga yang menggunakan dayung dan berlangsung di atas sungai, danau, dan laut.

Dalam teknik mendayung dengan oar hanya dikenal dua macam kayuhan, yaitu dayung maju dan dayung mundur. Jika menginginkan perahu bergerak ke depan, digunakan dayung maju sedangkan dayung mundur untuk menghentikan perahu yang sedang bergerak maju atau memang menginginkan perahu bergerak mundur. Jika ingin membelokkan perahu ke kanan maka tangan kiri mendayung maju dan tangan kanan mendayung mundur dan sebaliknya jika ingin membelok ke kiri.

Pada kegiatan olahraga dayung secara tidak langsung terjadi sebuah kompetisi yang merupakan wujud dari interaksi sosial antara masyarakat, baik interaksi antar masyarakat Klidang Lor sendiri, maupun interaksi sosial antara masyarakat Klidang Lor dengan masyarakat di luar desa Klidang Lor mengingat peserta olahraga dayung ini diperuntukkan bagi masyarakat umum (Kusumawati, 1993).

B. Olahraga Dayung

Mendayung merupakan salah satu olahraga yang sarana utamanya adalah air perahu dan dayung. Cabang olahraga dayung ada yang bersifat permainan dan bersifat perlombaan. Olahraga dayung membutuhkan kondisi fisik yang baik. Beberapa komponen kondisi fisik antara lain: kekuatan otot perut, kekuatan otot lengan, daya tahan, power dan kelentukan togok. Mendayung adalah olahraga yang kompetitif (Ilham & Rifki, 2020). Olahraga ini juga dapat dilakukan secara individu maupun kelompok. Dayung terdiri dari 3 nomor: Dragon Boat Race, Rowing, Canoeng.

Dayung adalah olahraga individu atau tim dengan nilai-nilai olahraga. Nilai-nilai olahraga yang dimaksud adalah membangun kerja sama dengan baik dalam sebuah tim, membangun nilai-nilai juang sebagai sebuah tim dan mengembangkan solidaritas antar atlet (Izzuddin & Gemael, 2020). Olahraga dayung dikenal dan berkembang di Indonesia, pada hakikatnya adalah kombinasi dari gabungan tiga cabang, yaitu Canoeing, Rowing, dan Dragon Boat. Di Indonesia, ketiga cabang olahraga tersebut berada di bawah satu induk organisasi, yaitu Persatuan Olahraga Dayung Seluruh Indonesia (PODSI) (Kasmina, Yusrizal, & Syukri, 2020).

C. Persembahkan Medali Emas Pertama untuk Indonesia dalam Olahraga Dayung

Indonesia meraih medali emas pertama di SEA Games 2021 lewat cabang olahraga (cabor) dayung pada Rabu (11/5/2022). Cabor dayung menjadi penyumbang medali emas pertama untuk Indonesia di SEA Games 2021 Vietnam melalui Kakan Rusmana dan Ardi Isedi pada nomor *lightweight men's double sculls* (LM2X) (Veerappen, 2016). Dalam pertandingan yang digelar di Hai Phong Canoeing and Rowing Training Center, Vietnam, Kakan dan Ardi *finish* tercepat dengan catatan waktu tujuh menit 1,385 detik di final SEA Games 2021.

Medali pertama Indonesia hadir dari Cabor Kickboxing Kakan dan Ardi mengalahkan wakil Filipina yang meraih medali perak dengan selisih waktu 4,2 detik. Adapun medali perunggu diraih tuan rumah Vietnam. Sebelumnya, Indonesia meraih medali perak pada nomor

women's quadruple sculls (W4X). Tim yang diperkuat Putri Agni Anugerah, Annisa Meilani Yahya, Maslin Efrilia, dan Dewi Purwanti itu *finish* kedua dengan catatan waktu tujuh menit 23,6 detik. Medali emas nomor tersebut direbut tim tuan rumah Vietnam yang mencatatkan waktu tujuh menit 13,2 detik.

Tim Pencak Silat Indonesia mulai unjuk gigi di SEA Games 2021 Indonesia mengirimkan 34 atlet pada cabang olahraga rowing (dayung) dengan rincian 18 putra dan 16 putri. Di cabang olahraga rowing, ada empat nomor yang dijadwalkan perebutan medali, yaitu *women quadruple sculls*, *lightweight men's double sculls*, *men's double sculls*, dan *women's four*. Dayung menjadi salah satu kontingen Indonesia yang bertanding lebih awal, sebelum upacara pembukaan SEA Games 2021 digelar pada Kamis (12/5/2022).

Hasil Indonesia vs Timor Leste SEA Games 2021: Witan Dua Gol, Indonesia menang telak. "Ini merupakan nomor potensial kita untuk meraih medali emas. Saya harap dukungan dan doa dari masyarakat Indonesia," ujar Ferry J. Kono, Chief de Mission Kontingen Indonesia di SEA Games 2021. Selain cabor dayung, Indonesia berpeluang untuk menambah medali dari cabang pencak silat (11/5/2022). Ada tiga wakil yang bertanding di disiplin seni, tunggal putri, ganda putri dan beregu putra cabor pencak silat.

D. Dayung Perkasa, Sumbang Emas Ke-5

Cabang olahraga dayung kembali menyumbangkan medali emas SEA Games 2019 untuk Indonesia melalui nomor dayung tradisional di Triboa Bay, Subic, Filipina. Regu dayung 12 seat meraih medali emas di SEA Games.

Dari tiga nomor tradisional atau TBR (Traditional Boat Race), Indonesia menjuarai nomor beregu 12 pedayung 200 meter putra. Regu Indonesia mencatat waktu 43,589 detik, 0,398 detik lebih cepat dari kayuhan dayung para atlet Thailand yang harus puas dengan medali perak. Medali perunggu direngkuh para pedayung Myanmar yang mencatat waktu 44,859 detik. Dengan tambahan satu medali emas ini, maka tim dayung sudah menyumbang lima medali emas. Mengomentari sukses tersebut, Manajer Kano, Kayak, dan TBR Indonesia

Hari Sidharta mengatakan bahwa semua itu terjadi berkat persiapan yang matang. “Inilah hasil latihan keras di Pelatnas Dayung sejak awal Januari 2019.” Dia berharap keberhasilan itu membuka mata pemerintah kepada potensi besar dayung dalam mengibarkan Merah Putih pada event yang lebih besar. “Mudah-mudahan dukungan pemerintah untuk event-event yang akan datang seperti Olimpiade Tokyo 2020 dan Asian Games 2022 bisa lebih ditingkatkan lagi,” kata Hari.

Sementara itu, pada nomor TBR 200 meter 22 pedayung campuran, regu Indonesia harus puas dengan medali perak dengan catatan waktu 40,592 detik atau 0,8 detik lebih lambat dari Thailand yang menjadi juara pertama dengan catatan waktu 39,792 detik. Medali perunggu nomor campuran ini diraih tuan rumah Filipina yang mencatatkan waktu 41,527 detik. Pada nomor TBR putri 200 meter empat pedayung, regu Indonesia juga meraih medali perak dengan catatan waktu 56,049 detik. Emas direbut Myanmar yang mencatat waktu 54,947 detik. Perunggu untuk Thailand yang mencatat waktu 58,347 detik.

Lima atlet cabang olah raga dayung Kabupaten Bogor yang sukses menyumbangkan medali di ajang SEA Games 2021 di Vietnam diberi uang Kadeudeuh. Kelima atlet itu sukses menyumbangkan empat medali emas kelas Rowing dan satu perunggu kelas canoeing. Uang Kadedeuh diberikan secara simbolis oleh Ketua PODSI Kabupaten Bogor H. Anton S. Suratto kepada atlet yang meraih medali di Resto Mang Kabayan Pemda Cibinong, Kabupaten Bogor, Minggu (5/06/22). Adapun uang Kadedeuh yang diberikan sebesar 74 juta untuk atlet yang telah menorehkan prestasi untuk Kabupaten Bogor.

Ketua PODSI Kabupaten Bogor sekaligus wakil ketua Komisi 1 DPR RI H. Anton S. Suratto, sangat mengapresiasi dan bangga atas perolehan medali emas pada cabang olahraga dayung, SEA Games 2021 di Vietnam. Dia terus memberi semangat, karena setelah SEA Games, mereka menghadapi event selanjutnya yakni Pekan Olah Raga Provinsi (Perprov) yang akan dilaksanakan pada bulan November 2022 di Pangalengan Jawa Barat. “Semoga di ajang perprov nanti juga bisa mencapai target,” jelasnya. Para Atlet yang meraih medali di antaranya, emas kelas rowing nomor LM 2 – LM 4 Denri Maulidzar Alghifari, Ferdiansyah, emas nomor LM 2 kali, LM 4 kali Kakan Kusmana untuk perunggu kelas Canoe 2 diraih Putri dan Reski Wahyuni.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. (2010). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Ilham, M., & Rifki, M. S. (2020). "Pengaruh Latihan Beban terhadap Peningkatan Hipertrofi Otot Lengan Atlet Dayung". *JURNAL STAMINA*, 3(6), 379–397.
- Izzuddin, D. A., & Gemaël, Q. A. (2020). "Model Latihan Dayung Berbasis Modifikasi Alat untuk Atlet Pemula". *Sporta Sainika*, 5(1), 21–30.
- Kasmiana, Yusrizal, & Syukri, M. (2020). The application of guided discovery learning model to improve students concepts understanding. *Journal of Physics: Conference Series*, 1460(1). <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1460/1/012122>
- Kusumawati, Dian, D. A. K. (1993). "Budaya Olahraga Dayung terhadap Interaksi Sosial Masyarakat Desa Klidang Lor Kabupaten Batang". *Explorations in Economic History*, 24(6), ETG 5-1-ETG 5-17. <https://doi.org/10.1080/00033799300200371>
- Veerappen, T. (2016). *Perbandingan Keberkesanan Kaedah Pembelajaran Koperatif Model Jigsaw bagi tajuk Bumi, Bulan dan Matahari*. Universiti Pendidikan Sultan Idris.

Tautan:

[Blogger: Onboarding](#), di akses pada Selasa 7 Juni 2022.

Lubis, M. Syahrani W (Ed). "[Hasil SEA Games: Dayung Perkasa, Sumbang Emas Ke-5](#)". *Sport Bisnis.com*, diakses pada Selasa, 7 Juni 2022. <https://sport.bisnis.com/read/20191207/60/1178922/hasil-sea-games-dayung-perkasa-sumbang-emas-ke-5>

[Sukses Raih Medali di SEA Games 2021, Lima Atlet Dayung Diberi Uang Kadeudeuh - bogorone.co.id](#), diakses pada Selasa 7 Juni 2022

Prestasi Cabang Olahraga Finswimming

Abdul Kholik

A. Pendahuluan

SEA Games ke-31 di Hanoi, Vietnam merupakan ajang multievent se-Asia Tenggara yang ke-5 kalinya yang diikuti oleh PB POSSI. SEA Games yang pertama pada tahun 2003 di Vietnam pada cabang olahraga Finswimming, SEA Games berikutnya pada tahun 2009 di Laos pada cabang olahraga Finswimming, dan kemudian tahun 2011 di Indonesia.

Pada SEA Games tahun 2011, tim Finswimming Indonesia meraih 7 medali emas, 9 medali perak, dan 1 medali perunggu dari 16 nomor yang diperlombakan. Pada tahun-tahun berikutnya setelah beberapa kali SEA Games tidak diperlombakan cabang olahraga Finswimming, PB POSSI kembali mengikuti SEA Games ke-30 di Filipina pada tahun 2019 pada cabang olahraga Underwater Hockey. Tim Underwater Hockey Indonesia berhasil meraih 1 medali perak dan 3 medali perunggu.

SEA Games ke-31 di Hanoi Vietnam yang dilaksanakan pada tanggal 21–22 Mei 2022, tim Finswimming Indonesia meraih 3 medali emas, 6 medali perak, 3 medali perunggu dari 13 nomor yang diperlombakan. Capaian tersebut melebihi target yang ditetapkan, yaitu 3 medali emas, 3 medali perak, dan 5 medali perunggu.

Persiapan yang dilakukan PB POSSI dalam rangka menghadapi SEA Games ke-31 terbilang cukup singkat, setelah melaksanakan Seleksi Nasional pada 11–13 Januari 2022, kemudian tahapan Promosi Degra-

dasi pada 1–2 Maret 2022 dan dilanjutkan dengan Pemusatan Latihan selama 2 (dua) bulan. PB POSSI berupaya maksimal dalam pembinaan prestasi dan mengevaluasi hasil yang diraih guna mencapai prestasi yang lebih baik ke depannya.

B. Pembentukan Tim Pelatnas

Pembentukan tim Finswimming pelatnas SEA Games 2022 sudah sangat transparan dan adil karena Finswimming merupakan cabang olahraga yang terukur yang artinya atlet mempunyai catatan waktu yang tercepatlah yang akan diambil. Seleksinya sendiri sudah dimulai dari hasil PON Papua 2021, Kejuaraan Jawa Timur Open 2021, dan Seleknas pada bulan Januari 2022, serta Promosi Degradasi pada bulan Maret 2022. Setelah berkoordinasi beberapa kali baik dengan KONI, Menpora, dan NOC maka terbentuklah jumlah atlet sebanyak 14 dan *official* 5 orang. Berikut daftar Atlet dan Pelatih Pelatnas Finswimming SEA Games XXXI/Vietnam 2021 berdasarkan SK PB. POSSI 2022 dan SK NOC tahun 2022:

a. Nama Atlet dan Asal Daerah

1. Wahyu Anggoro Tamtomo (Jawa Timur)
2. Petrol Apostle Kambey (Jawa Timur)
3. Muhammad Zidan Arrif Billah (Jawa Tengah)
4. Dio Novandra Wibawa (Jawa Timur)
5. Harvey Hubert Marcello Hutasuhut (DKI Jakarta)
6. Andityo Panigoro (DKI Jakarta)
7. Bima Dea Sakti Antono (Jawa Timur)
8. Janis Rosalita Suprianto (Jawa Timur)
9. Vania Elvira Elent Rahmadani (Jawa Timur)
10. Ashifa Helsa Ashuroh (Jawa Tengah)
11. Raqiel Az Zahra (Jawa Barat)
12. Andhini Muthia Maulida (Jawa Timur)
13. Joanita Mutiara (DKI Jakarta)
14. Katherina Eda Rahayu (Jawa Barat)

b. Nama Pelatih

1. Mokhammad Riyad (Pelatih Nasional)
2. Abdul Kholik (Pelatih Nasional)
3. Hans Hafner Yosaputra (Pelatih Junior)
4. Mengku Adji Pramukti (Pelatih Junior)
5. Livia Iriana (Pelatih Junior)

Selain daftar nama atlet dan pelatih yang tergabung dalam susunan tim pelatnas cabang olahraga Finswimming, ada juga manager, tenaga pendukung seperti pelatih fisik, tim psikologi, dan tim masuer yang merupakan bagian penting baik dalam pelaksanaan pelatnas Finswimming maupun pada saat perlombaan.

Dari susunan yang sudah terbentuk sangat disayangkan ternyata atlet yang berasal dari pulau Jawa masih sangat mendominasi, ini terbukti tidak ada satu pun atlet yang berasal dari luar Jawa. Padahal dari beberapa *event* yang telah dilaksanakan banyak atlet yang berasal dari luar Jawa, seperti Lampung, Kalimantan Timur, Bali, Sumatera Selatan, Sumatera Barat, Sumatera Utara, Bengkulu dan lain-lain. Ini menunjukkan bahwa ada ketimpangan baik segi sumber daya manusia dalam hal ini pelatih dan atlet, sarana prasarana maupun *sport science* itu sendiri. Ini menjadi pekerjaan rumah untuk PB POSSI agar daerah-daerah di luar pulau Jawa juga maju dalam pembinaan cabang olahraga Finswimming sehingga kompetisi makin sehat dan berkelanjutan di masa yang akan datang. Hal tersebut juga mengingat pada PON 2004 Sumatera Utara dan Aceh akan jadi tuan rumah.

C. Training Center (TC) SEA Games

1. Kolam Renang

Kolam renang Gelora Bung Karno Senayan menjadi pilihan untuk pelaksanaan latihan pelatnas Finswimming karena segala macam fasilitas dan sarana prasarana yang sangat lengkap. Mulai dari segi akomodasi, konsumsi, transportasi, tempat gym, klinik kesehatan dan lain-lain tersedia. Sebelumnya *training center* rencana dilaksanakan

di kawasan Saigon Pasuruan Jawa Timur, tapi ternyata fasilitas dan sarana prasarana tidak selengkap di GBK Senayan.

Selama latihan di kolam renang Senayan, Tim Finswimming berbagi sesi/jam dengan tim Pelatnas Renang yang kebetulan sudah mulai lebih dulu dari awal Januari. Walaupun berbagi sesi/jam dengan renang tapi Latihan tetap berjalan dengan aman dan lancar, bahkan para pelatih dari kedua cabang olahraga tersebut bisa saling bertukar informasi baik yang berkaitan dengan hal-hal yang bersifat teknis maupun nonteknis. Justru yang menjadi catatan ketika tim Pelatnas menggunakan kolam renang GBK Senayan adalah masih ada retribusi/berbayar dari pihak pengelola. Hal tersebut sangat disayangkan karena tim Finswimming bagaimana pun juga adalah untuk persiapan mengikuti *event* SEA Games yang membawa nama baik bangsa dan negara Indonesia. Semestinya apa pun kegiatan Pelatnas olahraga bebas biaya pemakaian GBK Senayan.

2. Program Latihan

Training center cabang olahraga Finswimming dilakukan kurang lebih selama dua bulan, dan ini menjadi tantangan para pengurus PB. POSSI, khususnya tim pelatih. Para pelatih harus bisa meramu program latihan dengan baik. Jangan sampai atlet yang dikorbankan atau terjadi cedera yang fatal. Walaupun sebenarnya Finswimming merupakan olahraga yang atletnya sering mengalami cedera, khususnya di bagian engkel, lutut, dan punggung. Sedangkan pada nomor bfin bagian yang sering cedera adalah bagian bahu. Seperti yang dikatakan oleh Myranti PJ dkk., adanya gerakan terus-menerus yang terjadi pada bagian bahu perenang dapat menimbulkan timbulnya risiko cedera pada bagian bahu. Cedera tersebut dikenal dengan nama *Swimmer's Shoulder*.

Dalam pelaksanaan latihan pelatnas ini memang terkadang ada sedikit masalah dalam penyusunan *training* unit yang kurang sesuai dengan kondisi atlet pada umumnya, seperti pemberian latihan kecepatan di awal, sedangkan kondisi atlet belum siap untuk melakukan *sprint*. Yang terjadi adalah ada beberapa atlet yang mengalami cedera di bagian engkel dan bahu. Selain itu, penyatuan atlet sprinter dan jarak menengah dalam satu *training* unit hampir selalu terjadi. Padahal dalam latihan cabang olahraga ada prinsip individualisme, seperti

yang diungkapkan oleh Harsono (1988: 102–122), bahwa latihan harus memperhatikan prinsip-prinsip latihan, yaitu prinsip beban lebih (*over load*) perkembangan menyeluruh, spesialisasi, prinsip individualisme, intensitas latihan, kualitas latihan, variasi dalam latihan, dan lama latihan sehingga atlet jarak menengah kurang mengalami perkembangan/prestasi yang maksimal. Berbeda dengan atlet sprinter yang sangat maju perkembangannya. Ini bisa dilihat dari hasil SEA Games. Seperti atlet Janis Suprianto yang ditargetkan emas di 100 meter *surface*, justru dia mendapatkan medali emasnya di nomor 50 meter *surface*.

D. Pelaksanaan Kompetisi

Pada SEA Games 31th Hanoi- Vietnam, Finswimming dipertandingkan dalam 13 nomor terdiri dari 6 (enam) nomor untuk atlet putra, 6 (enam) nomor untuk atlet putri dan 1 (satu) nomor untuk nomor campuran. Berikut nama atlet dan nomor yang diikuti:

Nomor Lomba	Atlet Putra	Atlet Putri
100 M Surface	Petrol Apostle Kambey Muhammad Zidan Arrif Billah	Janis Rosalita Suprianto Ashifa Helsa Ashuroh
100 M Bifins	Harvey Hubert Marcello Hutasuhut Andityo Panigoro	Joanita Mutiara Raquel Az Zahra
Relay 4 x 200 M Surface	Bima Dea Sakti Antono Dio Novandra Wibawa Muhammad Zidan Arrif Billah Petrol Apostle Kambey	Vania Elvira Elent Rahmadani Andhini Muthia Maulida Katherina Eda Rahayu Janis Rosalita Suprianto
50 M Surface	Muhammad Zidan Arrif Billah Wahyu Anggoro Tamtomo	Vania Elvira Elent Rahmadani Janis Rosalita Suprianto
800 M Surface	-	Andhini Muthia Maulida Katherina Eda Rahayu

Relay 4 x 100 M Surface	Dio Novandra Wibawa Bima Dea Sakti Antono Petrol Apostle Kambey Muhammad Zidan Arrif Billah	Ashifa Helsa Ashuroh Vania Elvira Elent Rahmadani Janis Rosalita Suprianto Andhini Muthia Maulida
Relay 4 x 100 M Bifins	Harvey Hubert Marcello Hutasuhut Andityo Panigoro Joanita Mutiara Raquel Az Zahra	

Sedangkan perolehan medalnya adalah sebagai berikut:

1. 3 emas
2. 6 perak
3. 3 perunggu

Capaian ini melebihi target yang dibebankan oleh Kemenpora dan NOC, yaitu 3 emas, 3 perak dan 5 perunggu. Sebetulnya perolehan medali emas bisa bertambah di nomor relay andai kata *technical delegate* (dari Jepang) mengesahkan protes yang dilayangkan oleh tim Indonesia dan tim Thailand. Padahal jelas tim Vietnam melanggar aturan yang sudah ditetapkan oleh CMAS. Namun, yang perlu dicatat di sini khususnya untuk tim Indonesia dan tim Thailand adalah nilai-nilai olimpism sudah mereka jalankan, yaitu nilai *friendship*. Kedua negara tersebut menerima hasil yang sudah ditentukan oleh panitia walaupun mereka dirugikan. Kemenangan penting, tapi persahabatan jauh lebih penting. Mudah-mudahan apa yang dilakukan oleh tim Indonesia dan Tim Thailand bisa ditiru oleh negara-negara lain.

Selain itu, kinerja dari manager, pelatih fisik, tim masuer, dan tim psikologi juga kontribusinya sangat besar terhadap keberhasilan tim Finswimming Indonesia di SEA Games Vietnam. Manager bekerja secara maksimal agar target tercapai. Tim psikologi pun tak kalah hebatnya ketika memberikan *support* secara mental kepada para atlet sebelum berlomba dan sesudah berlomba. Mereka memberikan suntikan moral kepada atlet yang frustrasi dan kecewa. Contohnya adalah ketika ada seorang atlet putri kita yang didiskualifikasi, padahal catatan waktunya sangat bagus dan bisa meraih perak. Peranan tim masuer juga patut diacungi jempol. Mereka tahu *treatment* apa yang harus dilakukan kepada para atlet agar cepat kembali bugar karena ada

beberapa nomor perlombaan yang ternyata *back to back*. Dan ini perlu *recovery* secepatnya agar mereka bisa tampil prima.

Terakhir adalah tidak ada kesuksesan tanpa kerja sama, tidak ada keberhasilan karena kerja sendiri, yang ada adalah kerja tim. Tim Finswimming sudah membuktikan semua itu mulai dari awal pelatnas sampai akhir perlombaan.

No.	Medali	Nama	Nomor Lomba
1	Emas	Janis Rosalita Suprianto	50 M Surface Women
2	Emas	Harvey Hubert Marcello Hutasuhut	100 M Bifins Men
3	Emas	Vania Elvira Elent Rahmadani Andhini Muthia Maulida Katherina Eda Rahayu Janis Rosalita Suprianto	Relay 4 x 200 M Surface Women
4	Perak	Janis Rosalita Suprianto	100 M Surface Women
5	Perak	Wahyu Anggoro Tamtomo	50 M Surface Men
6	Perak	Andhini Muthia Maulida	800 M Surface Women
7	Perak	Bima Dea Sakti Antono Dio Novandra Wibawa Muhammad Zidan Arrif Billah Petrol Apostle Kambey	Relay 4 x 200 M Surface Men
8	Perak	Harvey Hubert Marcello Hutasuhut Andityo Panigoro Joanita Mutiara Raquel Az Zahra	Relay 4 x 100 M Bifins Mixed

9	Perak	Ashifa Helsa Ashuroh Vania Elvira Elent Rahmadani Janis Rosalita Supri- anto Andhini Muthia Maulida	Relay 4 x 100 M Surface Women
10	Perunggu	Andityo Panigoro	100 M Bifins Men
11	Perunggu	Katherina Eda Ra- hayu	800 M Surface Women
12	Perunggu	Dio Novandra Wiba- wa Bima Dea Sakti An- tono Petrol Apostle Kam- bey Muhammad Zidan Arrif Billah	Relay 4 x 100 M Sur- face Men

**Daftar perolehan medali tim Finswimming Indonesia SEA
Games 2022**

Daftar Pustaka

Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: CV. Tambak Kusuma.

Myranti PJ dkk. *Sport and Fitnes Journal* tahun 2019.

Perbandingan Pembinaan Bola Basket di Indonesia dan Filipina (Finalis Bola Basket Putra SEA Games Vietnam 2021)

Aris Mulyono

A. Pendahuluan

Bola basket mungkin saja tidak sepopuler sepak bola yang telah dikenal di seluruh belahan dunia, tetapi ketika seseorang ditanya “Olahraga apa yang paling populer setelah sepak bola?”, tentu tidak sedikit yang akan menyebutkan bola basket. Diciptakan oleh seorang guru pendidikan jasmani, yakni Mr. Naismith, di mana dalam sejarahnya olahraga ini sebenarnya hanya diperuntukkan untuk aktivitas olahraga pada lingkup sekolah ketika musim dingin (*winter*) datang. Namun aktivitas ini makin lama makin populer hingga menyebar ke seluruh belahan dunia. Saat ini diperkirakan bola basket dimainkan pada tingkat amatir hingga profesional di hampir 215 Negara (FIBA, 2019).

Bola basket kini menjelma menjadi salah-satu olahraga terpopuler di kawasan Asia, (Madarame, 2017). Di beberapa negara Afrika salah satunya Nigeria, bola basket menjadi olahraga terpopuler nomor dua setelah sepak bola (Owoeye, Akodu, Oladokun, & Akinbo, 2012) this study aimed at determining the incidence and pattern of injuries among adolescent basketball players in Nigeria. Methods: A prospective observational study involving 141 adolescent basketball players (75 boys and 66 girls; with age range 15 - 18 years. Bola basket saat ini telah dan dapat disetarakan dengan olahraga-olahraga populer lainnya yang ada di dunia, dan berkat kepopulerannya olahraga ini mampu

memberi kebermanfaatan ekonomi yang sangat luas (Bin & Xinyang, 2021), (Khazaeli, Sadeghi, Rahimi, & Mirmoezzi, 2015).

Secara teoretis, pemaknaan olahraga bola basket dapat dipahami sebagai permainan yang menggunakan bola besar yang dimainkan dengan menggunakan satu tangan dan dua tangan, dimainkan secara beregu yang terdiri atas dua tim yang beranggotakan masing-masing lima orang yang saling bertanding, mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam ring lawan (Arwih, 2019). Permainan ini membolehkan pemain mendorong bola, memukul bola dengan telapak tangan, melemparkan, menggelindingkan atau menggiring bola ke segala arah dalam lapangan permainan, adapun dalam mencapai prestasi yang terbaik banyak unsur di dalamnya, di antaranya yang harus diperhatikan, yakni penguasaan teknik, fisik, taktik, dan mental (Maulana Misfajar, 2019).

Beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh peserta didik, yaitu *passing*, *dribbling* dan *shooting*. Ketiga teknik dasar tersebut tidak dapat dipisahkan dalam permainan bola basket (Prakoso & Sugiyanto, 2017). Untuk menjadi pemain bola basket yang sukses, terdapat beberapa hal dasar yang harus dikuasai antara lain teknik-teknik dasar permainan bola basket (menggiring, menembak, dan mengoper) hal tersebut akan sangat berkorelasi dengan kemampuan seseorang bermain bola basket untuk sukses. Hal ini harus ditunjang pula kondisi fisik yang baik (Nugroho & Yuliandra, 2021).

Banyaknya peminat dan semaraknya kompetisi membuat cabang olahraga bola basket ini diperhitungkan untuk meraih prestasi pada gelaran bergengsi, salah-satunya pada ajang internasional Olimpiade dan NBA. Beberapa kompetisi yang aktif di Indonesia saat ini adalah kejuaraan antar klub seperti Kelompok Umur (KU) yang terdiri dari umur 10 tahun, 12 tahun, 14 tahun, 16 tahun, 18 tahun hingga profesional. Sementara di kalangan pelajar yang saat ini masih eksis dan populer, yaitu tingkat SMP (JrBL), tingkat SMA (DBL), tingkat Universitas (LIMA), dan ada juga tingkat nasional seperti Kejurda, Kejurprov, PON, SBL, IBL dan ada lagi *event* besar seperti SEA Games dan Asian Games (Prasetio & Siantoro, 2019).

Sejak keikutsertaannya pada SEA Games IX/1977, Indonesia hampir dipastikan menjadi juara umum. Namun, sejak SEA Games XX/1999,

dominasi Indonesia telah memudar (Nopiyanto et al., 2014). Hasil tersebut berlanjut hingga kini, Indonesia kesulitan untuk mendominasi dan bahkan menjadi juara umum. Hal yang sama juga terjadi di olahraga bola basket. Tim bola basket Indonesia masih belum bisa berbicara banyak dalam *event* internasional seperti Asian Games, Kejuaraan Bola Basket Asia, Pre-Olympic, Pesta Sukan, serta SEA Games (Rahmawan, 2016). Data di lapangan juga memperlihatkan hal yang sama di mana Indonesia kesulitan untuk menandingi kekuatan Filipina, bahkan hingga SEA Games 2019 Indonesia hanya mencatatkan perak 5 kali saja (tahun 2005, 2007, 2015, 2017, 2019).

Berbicara tentang cabang olahraga bola basket pada ajang SEA Games, tentu semua orang akan selalu mengingat dominasi Filipina. Negara ini tercatat mendominasi cabang olahraga bola basket selama 33 tahun, 20 kali perhelatan SEA Games yang mempertandingkan cabang bola basket. Negara ini mampu memperoleh 18 medali emas (bola basket putra), bahkan 14 kali diperoleh secara beruntun. Tidak salah ketika banyak kalangan memberikan gelar *King of men's basketball in the SEA Games*, sama halnya dengan tim bola basket putri, dan 3x3 putra/putri, walaupun tidak sedominan 5x5 bola basket putra.

Dominasi ini kemudian terhenti di ajang SEA Games Vietnam 2021 (pelaksanaan 2022), pada partai final tersebut Filipina berhadapan dengan Indonesia, hasil akhir 81-85 yang dimenangkan Indonesia, oleh berbagai media berita dan jurnalis menjuluki partai final tersebut dengan sebutan "*Miracle in Hanoi*". Untuk tim bola basket putra Indonesia, kesuksesan ini bagaikan *oase* di tengah padang pasir, di mana tim bola basket putra Indonesia mampu meraih prestasi tertinggi dengan merebut medali emas sekaligus mematahkan dominasi Filipina. Prestasi membanggakan tersebut seharusnya menjadi motivasi untuk lebih mengembangkan diri sekaligus menjaga *trend* positif yang telah diraih.

Terdapat faktor-faktor penentu utama dari penampilan gemilang tim bola basket Indonesia sehingga penting untuk lebih mendalami dan menganalisis hal-hal apa saja yang menjadi indikator keberhasilan tersebut. Indikator yang dimaksud tentunya dapat menjadi acuan untuk mempertahankan bahkan meningkatkan prestasi tim

bola basket Indonesia di *event-event* selanjutnya. Berdasarkan hal tersebut maka tujuan dari analisis komparasi ini menggambarkan dan membandingkan model, metode, strategi dan tahapan pembinaan bola basket antara kedua negara finalis cabang olahraga bola basket putra SEA Games Vietnam 2021 (pelaksanaan 2022).

B. Gambaran Model, Metode, Strategi, dan Tahapan Pembinaan Bola Basket di Filipina

1. Secara Umum

Sebagai olahraga rakyat, kita gampang menjumpai lapangan basket di Filipina, yang terbangun secara resmi lewat aturan ataupun pribadi. Bahkan tak sedikit orang yang memanfaatkan jalan raya sebagai arena bermain bola basket. Selain itu, seolah ada aturan dan kebijakan di mana setiap desa mesti mempunyai lapangan bola basket. Ada kebanggaan dari sebuah desa ketika memiliki lapangan bola basket dengan fasilitas yang memadai (kompasiana.com, 2022).

Permainan bola basket menjadi olahraga paling populer di Filipina. Olahraga ini dibina dan dikembangkan secara maksimal baik secara pribadi, swasta, maupun negara. Mungkin karena telah menjadi simbol perjuangan rakyat Filipina melawan kekuatan yang lebih besar (global), dan saat ini berubah menjadi konsumsi (hiburan) rakyat dalam merayakan sensasi subversi dan perjuangan emansipasi bagi jutaan orang Filipina melawan kemiskinan dan marginalisasi (Antolihao, 2010).

Pembinaan dan pengembangan cabang olahraga bola basket dipupuk oleh sistem sekolah, dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi. Bahkan sudah mulai dikembangkan tahun 1938 ketika University Athletic Association of the Philippines (UAAP) lahir. Liga Universitas ini masih hidup dan berjalan hingga saat ini, tercatat dalam kejuaraan ini, ribuan siswa akan datang untuk menyaksikan turnamen tersebut di Araneta Coliseum di setiap musimnya (Cruz, 2017).

College basketball governance in the Philippines: actors, stakeholders, issues, and challenges, menggambarkan permasalahan yang masih menyelimuti pembinaan bola basket Filipina, yaitu dukungan pemerintah yang masih harus ditingkatkan, dominasi yang terlalu kuat dari

petinggi-petinggi organisasi bola basket sehingga terkadang memutuskan hal yang di luar kekuasaannya, dalam lingkup Liga Kampus Nasional hubungan antara pimpinan perguruan tinggi dan pengelola liga belum berjalan sinergis, perpindahan pemain dan pelatih yang terkadang menyalahi aturan, komersialisasi yang berlebihan bahkan untuk tingkat sekolah dan perguruan tinggi, sangat bertumpu pada pelatih dan pemain asing, Aturan Residensi Dua Tahun, Paritas dalam liputan media, (Blanco & Bairner, 2019).

2. Secara Khusus (Tim Nasional Bola Basket Putra)

Persiapan tim ini telah jauh-jauh hari dan juga diprediksi akan menjadi kerangka tim yang akan berlaga di Piala Dunia FIBA 2023 di Indonesia, walaupun dalam hal ini tidak semua pemain bintang Filipina diikutkan karena berbagai macam hambatan (sports.inquirer.net, 2AD).

Salah satu pemain naturalisasi, Moala Delvalle Tautuaa Jr, lahir 30 April 1989, pemain bola basket profesional Filipina-Tongan kelahiran Amerika untuk San Miguel Beermen kini bermain di TNT Tropang Texters (PBA). Dalam karier profesionalnya, sempat terdaftar dalam *list* NBA 2012, tapi tak kunjung mendapatkan kontrak, akhirnya melanjutkan karier di Westports Malaysia Dragons di Liga Bola Basket ASEAN tahun 2013 (en.wikipedia.org, 2022).

Lebron Lopez adalah pemain bola basket Filipina yang memulai kariernya pada usia 15 tahun di lapangan Las Pinas. Ia baru bermain 9 menit untuk Gilas dalam satu laga kualifikasi Piala Asia FIBA 2021 tahun lalu. Selain itu, pemain ini merupakan keturunan *Afro-Amerika* dan Asia (Filipina)" (rappler.com, 2021).

C. Gambaran Model, Metode, Strategi dan Tahapan Pembinaan Bola Basket di Indonesia

1. Secara Umum

Motivasi siswa di salah satu SMA Negeri di Padang dalam kategori "rendah" atau sekitar (62%) untuk tidak memilih kegiatan ekstrakurikuler bola basket (Taufiqurrachman, 2019). Motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler bola basket di salah satu SMA Negeri di

Mojokerto dalam kategori tinggi untuk mengikuti ekstrakurikuler (Oktavian, 2015). Motivasi mahasiswa di salah satu universitas swasta di Nusa Tenggara Barat (NTB) berada pada kategori “sedang” sebesar 52% untuk memilih ekstrakurikuler bola basket (Isnaini & Hananingsih, 2018) and is growing every day, and this requires work on the development of thinking skills necessary for individuals to be able to solve the problems of current and future, a socially acceptable manner. The century this may be a century of human intelligence, and excellence will be a community that works on the development of thinking of its members. We live in an age characterized by the wealth of scientific and modern technology, and this requires multiple methods of thinking to confront them and try to overcome them. Our vehicle for this is science, science and knowledge are power have become the new world. The building and personal growth of normal primary objectives of the educational process, and each individual's unique and distinctive character which is different from the other individuals. So the current is determined by the importance of research, known ways of thinking's favorite (Sternberg. Motivasi siswa dalam memilih dan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket di salah satu SMP Negeri di Kabupaten Tuban dapat dikategorikan tinggi, dengan persentase skor sebesar 72,1% (Yusuf, 2014).

Motivasi siswa dalam bermain bola basket di salah satu SMA Negeri di Makassar menunjukkan kategori sedang (71,66%). Hal tersebut karena dipengaruhi oleh faktor-faktor yang dapat memengaruhi motivasi untuk bermain bola basket, seperti sarana dan prasarana, media pembelajaran, dukungan dari keluarga, dan lain-lain (Gunawan, 2019).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa manajemen organisasi di salah satu klub bola basket di kabupaten Rembang; (1) perencanaan belum terprogram dengan baik; (2) pengorganisasian masih belum berkompeten; (3) pelaksanaan latihan masih sering terhambat karena kurangnya sarana dan prasarana; (4) pengawasan masih belum sempurna karena hanya diserahkan kepada pelatih (Sakti, 2021).

Kegiatan pembinaan di salah satu klub bola basket Kota Payakumbuh dikategorikan belum baik, ini dilihat dari tiga indikator: 1) kualitas pelatih dikategorikan baik karena pelatih memiliki lisensi dan pengala-

man yang baik; 2) sarana dan prasarana dikategorikan belum baik; 3) sumber pendanaan yang belum memadai (Rahman & Argantos, 2019).

Beberapa permasalahan yang membuat pembinaan prestasi bola basket untuk atlet usia di bawah 20 tahun di Jawa Timur terhambat adalah mulai dari pembinaan yang tidak terstruktur, sarana dan prasarana yang kurang memadai, kurangnya kesadaran atlet dalam melakukan suatu latihan untuk mencapai prestasi yang maksimal, dan pelatih yang mementingkan egoisme dalam melatih (Abrar & Fitroni, 2021).

Kegiatan pembinaan bola basket di Kota Madiun sudah berjalan cukup baik meskipun prestasinya belum dapat maksimal dan konsisten (Nugraha & Pratama, 2019). Hasil penelitian menyatakan pelaksanaan manajemen dan pembinaan olahraga bola basket di Kabupaten Tanggamus belum berjalan secara terprogram (Siswoyo, Cahyadi, & Wicaksono, 2020).

2. Secara Khusus (Tim Nasional Bola Basket Putra)

“Sebenarnya TC sudah dimulai sejak Indonesia ditetapkan jadi tuan rumah FIBA Asia World Cup, dua tahun lalu. Tapi ada kendala dimana mereka kembali ke klubnya masing-masing untuk mengikuti IBL,” kata Sekretaris Jenderal Pengurus Pusat Persatuan Bola basket Indonesia (Perbasi), Nirmala Dewi (m.antaranews.com, 2022).

Pemerintah memutuskan mengurangi jumlah cabang olahraga yang akan dikirimkan ke SEA Games 2022 karena pertimbangan keterbatasan anggaran dan tingkat prioritas. Jumlah tersebut menurun sekitar 43,4% dari SEA Games Filipina pada 2019 (Mediaindonesia.com, 2022). Berikut adalah beberapa pernyataan mengenai tim bola basket Indonesia.

“Tim nasional bola basket dimulai dari 1 Februari 2022, namun yang perlu dicatat bahwa kerangka tim ini telah terbentuk dan mengikuti berbagai *event* yang dimulai dari tahun 2019.” (Asisten Pelatih Tim Nasional Bola Basket Putra Indonesia).

“Beberapa pemain yang tergabung dalam tim ini tidak hanya diisi dari pemain yang bermain di Klub IBL, antara lain bermain di liga bola basket Jepang, dan beberapa alumnus NBA Academy.

Untuk usia rata-rata berada di usia di bawah 30 tahun, adapun kekhawatiran yang cukup menjadi perhatian yakni faktor cedera kambuhan dari beberapa pemain, syukurnya selama event berlangsung tidak ada kendala yang berarti.” (Asisten Pelatih Tim Nasional Bola Basket Putra Indonesia).

Tim yang dipimpin oleh *head coach* Milos Pejic menggabungkan senior dan junior. Mayoritas mereka adalah bintang-bintang utama di klub masing-masing di IBL Tokopedia 2022 dan pemain di luar IBL (menjalani studi di Amerika Serikat, bermain di NCAA bersama tim GCU, mengikuti program NBA *Academy* dan liga Jepang) serta pemain naturalisasi (alumni NBA G-League) (iblindonesia.com, 2022).

Pada laga final, pelatih timnas Indonesia Milos Pejic mengatakan para pemain menampilkan *performa* terbaiknya sepanjang pertandingan, “*Mental pemain sangat siap, saling percaya dan bermain sebagai tim*”. Milos juga memuji penampilan Derrick Michael yang dinilai impresif, “*Sebagai debutan bersama timnas, dia mampu memberikan energi positif kepada tim,*” (m.antaranews.com, 2022).

Juan Laurent mengatakan, “*saya sama sekali tidak menyangka akan membuat sejarah baru dalam basket Indonesia, tim yang diperkuatnya kali ini jauh lebih kuat karena adanya asupan pemain naturalisasi. Dari sisi pertahanan, kami jauh lebih kuat dibandingkan SEA Games lalu. Selain itu, kelemahan tim kita selama ini sudah ditutupi karena sudah banyak pemain berpostur tinggi. Kami juga bermain as a team*” (m.antaranews.com, 2022).

“*Kami akan persiapan selama 4 minggu dan juga akan melakukan beberapa uji coba. Tujuan awal adalah menyiapkan tim sebaik mungkin dan setelah itu mempersiapkan untuk meraih medali,*” begitu kata Milos Pejic (mediaindonesia.com, 2022).

Sebelum diberangkatkan ke Hanoi, Timnas Bola basket Indonesia harus menghadapi enam *scrimmage game* yang melawan *imprt select team*. Diawali dengan pertandingan pada Jumat malam (22/4) yang berakhir 78-85 untuk Pasukan Merah Putih. Kemudian *game* berikutnya berlangsung pada 26 April, 28 April, 29 April, 5 Mei, dan 6 Mei. “*Uji coba ini menjadi simulasi lawan-lawan kita di Sea Games.*”

Jadi, secara defend dan sistem select team ini kita pilih dengan memper-timbangkan kemungkinan negara-negara yang akan kita lawan di Sea Games,” ujar Manager Timnas Bola basket 5x5 Putra Jeremy Imanuel Santoso. “Supaya tim kita yang benar-benar baru pertama kali main semua seperti Agassi, Brandon, Arki, Bolden, Abraham, Prastawa, punya chemistry yang bisa dibangun” (Indosport.com, 2022).

Bank Mandiri kembali menegaskan komitmen pada kejayaan olahraga bola basket Nasional. Buktinya, Bank BUMN ini bakal menjadi pendukung utama perhelatan Piala Dunia Basket FIBA (FIBA *World Cup*) 2023, di mana Indonesia ditunjuk menjadi tuan rumah bersama Jepang dan Filipina. Tak hanya itu, Bank Mandiri juga membantu renovasi 25 Lapangan Basket umum di 5 kota besar, (cnbcindonesia.com, 2022).

“Persiapan dianggap mencukupi, mengingat tim ini juga sejak tahun 2019 telah mengikuti berbagai event dan kemudian dapat dimatangkan pada tahapan Pelatnas, apabila di persentasekan rata-rata pemain mengalami peningkatan performa hingga 50%” (Asisten Pelatih Tim Nasional Bola basket Putra Indonesia).

“Anggaran yang dimiliki untuk tahapan persiapan, keberangkatan dan bertanding dapat dikatakan sangat mencukupi, selain dari APBN juga adanya pendanaan yang diterima dari BUMN yakni Bank Mandiri, serta akan adanya bonus yang telah dijanjikan ketika mampu meraih medali emas, namun hal ini juga harus menjadi perhatian lebih, mengingat jangan sampai dengan adanya bonus tersebut membuat pemain cepat puas.” (Asisten Pelatih Tim Nasional Bola basket Putra Indonesia).

D. Deskripsi Hasil Komparasi Model, Metode, Strategi, dan Tahapan Pembinaan Bola Basket di Filipina dan Indonesia

No	Negara Filipina		Negara Indonesia	
	Secara Umum	Secara Khusus	Secara Umum	Secara Khusus
1	<p>a. Bolabasket telah menjadi olahraga rakyat dan menjadi olahraga terfavorit.</p> <p>b. Proses pembinaan dan latihannya sudah sangat terstruktur rapi di hampir setiap tingkatan (sekolah, perguruan tinggi, dan elite)</p> <p>c. Permasalahan</p>	<p>a. Persiapan tim telah jauh-jauh hari dipersiapkan, bahkan diharapkan menjadi kerangka tim yang akan berlaga di Piala Dunia FIBA 2023 di Indonesia.</p> <p>b. Tim ini terdiri dari pemain naturalisasi dan pemain-pemain bintang PBA.</p>	<p>a. Bolabasket masih dalam situasi bertumbuh dan berkembang, di beberapa kategori usia popularitasnya masih kategori sedang.</p> <p>b. Proses pembinaannya masih belum memadai dan terstruktur.</p> <p>c. Permasalahan</p>	<p>a. Persiapan tim dimulai dari 1 Februari 2022, dan pemantapan tim selama 4 minggu, namun yang harus dicatat bahwa kerangka tim pada dasarnya sudah terbentuk dan dipersiapkan sejak tahun 2019.</p>
	<p>yang ada mencakup tentang hal-hal yang muncul akibat dari terlalu populernya olahraga bolabasket</p>	<p>Kolaborasi antara pemain muda dan senior. Beberapa pemain yang memiliki pengalaman bermain di liga bolabasket luar negeri.</p>	<p>yang ada masih bersifat mendasar mulai dari proses pembinaan, fasilitas dan kurangnya kompetisi</p>	<p>b. Tim ini terdiri dari pemain naturalisasi dan pemain-pemain bintang PBA. Kolaborasi antara pemain muda dan senior. Beberapa pemain yang memiliki pengalaman bermain di liga bolabasket luar negeri.</p>

Secara umum model, metode, strategi dan atau tahapan pembinaan bola basket di Filipina sangat jauh lebih baik dan unggul dibandingkan dengan Indonesia. Bahkan dari faktor permasalahan yang masih membayangi baik itu model, metode, strategi maupun tahapan pembinaan bola basket di Filipina dan Indonesia sangat jauh berbeda. Di Indonesia masih berkuat dengan permasalahan mendasar dan teknis, sedangkan di Filipina permasalahan yang muncul akibat dari terlalu populernya cabang olahraga bola basket di negara tersebut.

Adapun secara khusus (tim nasional bola basket putra) terkait model, metode, strategi dan tahapan pembinaan bola basket di Filipina dan Indonesia cenderung sama. Dari segi persiapan, kedua negara telah jauh-jauh hari mempersiapkan tim ini sebagai kerangka tim dalam menghadapi Piala Dunia FIBA 2023 di Indonesia. Adapun dari segi profil pemain pada dasarnya sebanding karena sama-sama diperkuat beberapa pemain naturalisasi dan pemain-pemain bintang IBL dan PBA, juga adanya kolaborasi antara pemain muda dan senior. Kedua negara juga diperkuat oleh beberapa pemain yang memiliki pengalaman bermain di liga bola basket luar negeri.

E. Kesimpulan

Secara umum model, metode, strategi dan atau tahapan pembinaan bola basket di Filipina sangat jauh lebih baik dan unggul dibandingkan dengan Indonesia ditinjau dari berbagai faktor dan *issue*. Secara khusus (tim nasional bola basket putra) terkait model, metode, strategi dan tahapan pembinaan bola basket di Filipina dan Indonesia cenderung sama. Berdasarkan hal tersebut tidak salah jika para pengamat, jurnalis, dan media masa menggambarkan final bola basket putra SEA Games Vietnam 2021 (pelaksanaan 2022) sebagai "*Miracle in Hanoi*".

Apabila lebih dipertajam lagi, hal yang mampu menjadi faktor pembeda dalam partai puncak tersebut adalah kesuksesan dari Tim Bola Basket Putra Indonesia dalam memaksimalkan keberadaan pemain naturalisasinya dan pemain keturunan *Afro-Amerika* yang dimilikinya. Di sisi lain Tim Bola Basket Putra Filipina tidak diperkuat beberapa pemain unggulannya karena berbagai hambatan, bahkan memanggil pemain sudah sangat veteran untuk memperkuat tim dan sempat

dikeluhkan oleh pelatih sehingga tidak salah jika banyak media yang mengungkapkan bahwa Tim Bola Basket Putra Filipina meremehkan kekuatan Tim Bola Basket Putra Indonesia.

Daftar Pustaka

- Abrar, I. I., & Fitroni, H. (2021). Pembinaan Cabang Olahraga Bola Basket pada Usia di Bawah 20 Tahun di Jawa Timur. *Kesehatan Olahraga, 09*(04), 145–154.
- Anam, Khoirul. (2022). "Bank Mandiri Hadirkan Jago Basket Internasional ke Indonesia". *cncindonesia.com*. Retrieved May 25, 2022. <https://www.cncindonesia.com/news/20220412194650-4-331121/bank-mandiri-hadirkan-jago-basket-internasional-ke-indonesia>
- Antolihao, L. (2010). Rooting for the Underdog Spectatorship and Subalternity in Philippine Basketball. *Philippine Studies, 58*(4), 449–480. Retrieved from <https://www.jstor.org/stable/42634651>
- Arwih, M. Z. (2019). Hubungan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring pada Permainan Bola Basket Mahasiswa Jurusan Ilmu Keolahragaan Angkatan 2017 FKIP UHO. *Jurnal Ilmu Keolahragaan, 18*(1), 146–153. Retrieved from <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/JIK/article/view/12302>
- Bin, L., & Xinyang, X. (2021). Application of Artificial Intelligence in Basketball Sport. *Journal of Education, Health and Sport, 11*(7), 54–67. <https://doi.org/https://doi.org/10.12775/JEHS.2021.11.07.005>
- Blanco, D. V., & Bairner, A. (2019). College basketball governance in the Philippines: actors, stakeholders, issues, and challenges. *Sport in Society, 22*(3), 361–383. <https://doi.org/10.1080/17430437.2018.1490265>
- Cruz, E. D. La. (2017). Why the Philippines is obsessed with Basketball. en.wikipedia.org. (2022). Moala Tautuaa. Retrieved June 6, 2022, from [en.wikipedia.org](https://en.wikipedia.org/wiki/Moala_Tautuaa) website: https://en.wikipedia.org/wiki/Moala_Tautuaa
- FIBA. (2019). *FIBA Table officials Manual* (Route Suis; International Basketball Federation, Ed.). Switzerland: International Basketball Federation.
- Gunawan, E. E. (2019). Motivasi Bermain Bola Basket Siswa Sma

- Negeri 12 Makassar. *Jp.Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 2(2), 14–23. <https://doi.org/10.33503/jpjok.v2i2.447>
- iblindonesia.com. (2022). Bintang-bintang IBL dalam Roster Timnas Basket Putra Indonesia untuk SEA Games 2022. Retrieved May 25, 2022, from iblindonesia.com website: <https://iblindonesia.com/news/bintang-bintang-ibl-dalam-roster-timnas-basket-putra-indonesia-untuk-sea-games-2022>
- Indosport.com. (2022). Timnas Basket Indonesia Simulasi Jelang SEA Games, Tunggu Kedatangan Pemain Akademi NBA. Retrieved May 25, 2022, from indosport.com website: <https://www.indosport.com/basket/20220425/timnas-basket-indonesia-simulasi-jelang-sea-games-tunggu-kedatangan-pemain-akademi-nba>
- Isnaini, L. M. Y., & Hananingsih, W. (2018). Persepsi dan Motivasi Mahasiswa pada UKM Bola Basket di Universitas Nahdlatul Ulama NTB. *Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, 2(1), 262–270.
- Khazaeli, M., Sadeghi, H., Rahimi, A., & Mirmoezzi, M. (2015). Comparison of selected kinematic parameters of the ball movement at free throw and jump shot of basketball adult players. *Indian Journal of Fundamental and Applied Life Sciences*, 5(March 2016), 2549–2553.
- kompasiana.com. (2022). Yang Disoroti Rakyat Filipina Ketika Tim Basket Gagal Raih Emas di SEA Games 2021. Retrieved June 6, 2022, from kompasiana.com website: https://www.kompasiana.com/dosom/628d9729bb44862a036319f2/yang-disoroti-rakyat-filipina-ketika-gagal-raih-emas-di-sea-games-2021?page=1&page_images=1
- m.antaranews.com. (2022). Raih Emas, Basket Putra Indonesia Cetak Sejarah di SEA Games. Retrieved May 25, 2022, from m.antaranews.com website: <https://m.antaranews.com/amp/berita/2895249/raih-emas-basket-putra-indonesia-cetak-sejarah-di-sea-games>
- Madarame, H. (2017). Game-related statistics which discriminate between winning and losing teams in asian and european men's

- basketball championships. *Asian Journal of Sports Medicine*, 8(2), 0–5. <https://doi.org/10.5812/asjasm.42727>
- Maulana Misfajar, S. (2019). Analisis Antropometri dan Kondisi Fisik Pemain Bola Basket Putra. *Indonesia Performance Journal*, 2(1), 8–12.
- mediaindonesia.com. (2022). Perbasi Siap Penuhi Target di SEA Games Vietnam. Retrieved May 25, 2022, from mediaindonesia.com website: <https://mediaindonesia.com/olahraga/477024/perbasi-siap-penuhi-target-di-sea-games-vietnam>
- Mediaindonesia.com. (2022). Jumlah Kontingen Tinju SEA Games Dipangkas, Pertina Kecewa. Retrieved May 21, 2022, from mediaindonesia.com website: <https://mediaindonesia.com/olahraga/484007/jumlah-kontingen-tinju-sea-games-dipangkas-pertina-kecewa>
- Nugraha, P. D., & Pratama, E. B. (2019). Survei Pembinaan Prestasi Atlet Bola basket Kelompok Umur di Bawah 16 dan 18 Tahun. *Journal Sport Area*, 4(1), 240–248.
- Nugroho, R. A., & Yuliandra, R. (2021). Analisis Kemampuan Power Otot Tungkai pada Atlet Bola Basket. *Sport Science and Education Journal*, 2(1), 34–42. <https://doi.org/10.33365/ssej.v2i1.988>
- Oktavian, O. (2015). Pengaruh Penyelenggaraan Unesa Cup Basket terhadap Motivasi Siswa dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 3(1), 132–134.
- Owoeye, O. B. A., Akodu, A. K., Oladokun, B. M., & Akinbo, S. R. A. (2012). Incidence and pattern of injuries among adolescent basketball players in Nigeria. *Sports Medicine, Arthroscopy, Rehabilitation, Therapy and Technology*, 4(1). <https://doi.org/10.1186/1758-2555-4-15>
- Prakoso, G. P. W., & Sugiyanto, F. (2017). Pengaruh Metode Latihan dan Daya Tahan Otot Tungkai terhadap Hasil Peningkatan Kapasitas VO2Max Pemain Bola Basket. *Jurnal Keolahragaan*, 5(2), 151. <https://doi.org/10.21831/jk.v5i2.10177>
- Prasetyo, A. R., & Siantoro, G. (2019). Analisis Pola Defense Tim Nasional Bola Basket 5v5 Putra pada SEA Games 2019. *Jurnal Prestasi*

- Olahraga*, 3(4), 1–11.
- Rahman, Z. A., & Argantos. (2019). Pembinaan Kegiatan Bola Basket. *Jurnal Patriot*, 3(1), 1139–1146.
- Rahmawan, D. A. (2016). Dinamika Kompetisi Bola Basket Utama (Kobatama) Tahun 1982 - 2002. *Avatara*, 5(1), 1417–1431.
- rappler.com. (2021). FAST FACTS: Who is LeBron Lopez and what is the Overtime Elite pro league? Retrieved June 6, 2022, from rappler.com website: <https://www.rappler.com/sports/things-to-know-lebron-lopez-overtime-elite-pro-league/>
- Sakti, G. L. (2021). Manajemen Pembinaan Olahraga Bola Basket di Kobapata (Klub Bola Basket Pamotan) Kabupaten Rembang 2020. *Seminar Nasional Ke-Indonesiaan VI November 2021*, (November), 679–687.
- Siswoyo, J., Cahyadi, A., & Wicaksono, L. (2020). Manajemen Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia (PERBASI) Kabupaten Tanggamus. *Journal Sport Area*, 5(2), 215–225. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2020.vol5\(2\).5219](https://doi.org/10.25299/sportarea.2020.vol5(2).5219)
- sports.inquirer.net. (2AD). With stunning SEA Games victory, Indonesia shreds Philippines' aura of invincibility. Retrieved June 6, 2022, from sports.inquirer.net website: <https://sports.inquirer.net/464008/with-stunning-sea-games-victory-indonesia-shreds-philippines-aura-of-invincibility>
- sumsel.tribunnews.com. (2022). Sosok Profil Milos Pejic Pelatih Basket Indonesia Raih Emas SEA Games 2021, Milos Bertangan Dingin. Retrieved May 25, 2022, from sumsel.tribunnews.com website: <https://sumsel.tribunnews.com/2022/05/22/sosok-profil-milos-pejic-pelatih-basket-indonesia-raih-emas-sea-games-2021-milos-bertangan-dingin?page=2>
- Taufiqurrachman, P. (2019). Tinjauan Motivasi Siswa dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Basket. *Jurnal Patriot*, 1(2), 859–865.
- Yahya Eko Nopiyanto, Dimiyati, Dongoran, F., Kardi, I. S., Arif, B., & Alimuddin. (2014). Karakteristik Psikologis Atlet SEA GAMES Indonesia Ditinjau dari cabang Olahraga Tim. *Jurnal Sporta Saintika*, 4(2), 27–46.

Yusuf, M. (2014). Motivasi Siswa dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Basket di SMPN se-Kecamatan Kutorejo Mojokerto. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 2(2), 493–500.

Evaluasi Prestasi Cabang Olahraga Panahan

Nita Eka Aryanti

A. Pendahuluan

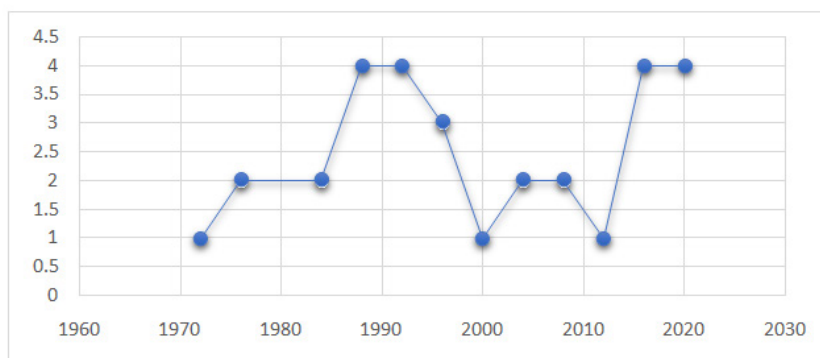
Panahan merupakan salah satu cabang olahraga unggulan Indonesia pada ajang single dan multi kejuaraan internasional. Potensi raihan medali pada multi kejuaraan internasional mulai dari pelaksanaan penyelenggaraan SEA Games, Asian Games sampai dengan Olimpiade.

Panahan sebagai salah satu cabang olahraga yang pernah berkontribusi dalam menghasilkan medali selain cabang olahraga bulu tangkis dan angkat besi. Raihan medali panahan pada pelaksanaan penyelenggaraan olimpiade, yaitu pada penyelenggaraan Olimpiade Seoul tahun 1988 pada nomor *women's team recurve* dengan meraih medali perak yang diraih 3 (tiga) atlet putri Indonesia, yakni Lilies Handayani, Nurfitriyana Saiman, dan Kusuma Wardhani.

Sejak pelaksanaan Olimpiade Munich tahun 1972 sampai dengan Olimpiade Tokyo tahun 2020, panahan selalu meloloskan atlet. Kelolosan atlet dari cabang olahraga panahan menuju Olimpiade melalui babak kualifikasi, bukan melalui adanya *wild card*. Prestasi ini tidaklah dapat dipandang sebelah mata karena pelaksanaan kualifikasi olimpiade melalui proses yang panjang.

Tabel 1. Keikutsertaan Panahan Pada Penyelenggaraan Olimpiade (Tahun 1972-2020)

No	Tahun Penyelenggaraan	Tempat	Jumlah Atlet
1	1972	Munich, German	1
2	1976	Montreal, Canada	2
3	1984	Los Angeles, Amerika Serikat	2
4	1988	Seoul, Korea Selatan	4
5	1992	Barcelona, Argentina	4
6	1996	Atlanta, Amerika Serikat	3
7	2000	Sydney, Australia	1
8	2004	Athena, Yunani	2
9	2008	Beijing, China	2
10	2012	London, Inggris	1
11	2016	Rio de Janeiro, Brazil	4
12	2020	Tokyo, Jepang	4



Gambar 1. Diagram Keikutsertaan Atlet Panahan Pada Olimpiade

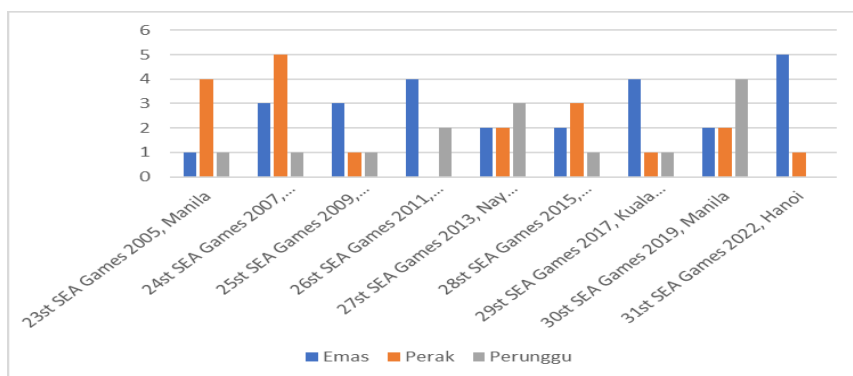
Pada tahun 2021, dikeluarkan Peraturan Pemerintah Nomor 86 Tahun 2021 tentang Desain Besar Olahraga Nasional (DBON). Fokus DBON termasuk di dalamnya adalah cabang olahraga panahan. Panahan ditetapkan menjadi salah satu cabang olahraga DBON atas dasar prestasi yang pernah diraih, mulai dari ajang SEA Games, Asian Games, dan Olimpiade. Prestasi cabang olahraga panahan pada penyelenggaraan Pesta Olahraga Asia Tenggara (SEA Games) menjadikannya sebagai salah satu cabang olahraga unggulan yang menjadi prioritas dalam pengiriman kontingen.

B. Prestasi Panahan pada SEA Games

Indonesia pertama kali berlaga di SEA Games 1977 di Kuala Lumpur, Malaysia. Cabang olahraga panahan menjadi salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan pada SEA Games pertama kontingen Indonesia dengan meraih 5 emas, 2 perak, dan 2 perunggu. Dengan raihan tersebut Tim Panahan Indonesia menduduki ranking ke-2 di bawah Philippines. Hasil tersebut merupakan awal yang sangat baik.

Tabel 2. Perolehan Medali Panahan Indonesia Tahun 2005–2022

No	SEA Games Ke-	Emas	Perak	Perunggu	Total
1	23st SEA Games 2005, Manila	1	4	1	6
2	24st SEA Games 2007, Nakhon Ratchasima	3	5	1	9
3	25st SEA Games 2009, Vientiane	3	1	1	5
4	26st SEA Games 2011, Jakarta-Palembang	4	0	2	6
5	27st SEA Games 2013, Nay Pyi Taw	2	2	3	7
6	28st SEA Games 2015, Singapore	2	3	1	6
7	29st SEA Games 2017, Kuala Lumpur	4	1	1	6
8	30st SEA Games 2019, Manila	2	2	4	8
9	31st SEA Games 2022, Hanoi	5	1	0	6



Gambar 2. Diagram Perolehan Medali Panahan Indonesia Tahun 2005–2022

C. Persiapan Panahan dalam Menghadapi 31st SEA Games 2022 Hanoi, Vietnam

Pada pelaksanaan 31st SEA Games 2022 Hanoi, Vietnam terdapat kebijakan Menteri Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia tentang prioritas pengiriman atlet yang memiliki peluang medali emas yang masuk ke dalam susunan personel kontingen Indonesia dalam rangka SEA Games 2022. Hal ini membuat tidak semua cabang olahraga dapat ikut serta dan juga pemilihan nomor prioritas di cabang olahraga yang diikutsertakan dalam pelaksanaan SEA Games 2022. Pemilihan cabang olahraga dan nomor pertandingan/perlombaan yang direkomendasikan dalam keikutsertaan kontingen SEA Games 2022 dilaksanakan oleh Tim Review Kemenpora RI. Hasil pembahasan Tim Review menyimpulkan terkait personel atlet dan Oficial yang akan disiapkan dalam Pelatnas menggunakan APBN maupun dalam pengiriman kontingen.

Panahan berdasarkan hasil verifikasi Tim Review Kemenpora ditetapkan kuota atlet yang masuk ke dalam Pelatnas DBON sejumlah 10 atlet (2 putri, 8 putra). Kuota ditetapkan berdasarkan *review* peluang medali emas dari cabang olahraga panahan, meskipun di dalam *technical handbook* cabang olahraga panahan tercantum maksimal pendaftaran atlet sejumlah 16 atlet (4 recurve putra, 4 recurve putri, 4 compound putra, 4 nomor putri). Dalam penyiapan atlet panahan sejumlah 16 atlet, tetapi dengan adanya kebijakan dan hasil *review*

tidak dapat mengirimkan dengan maksimal atlet pada pelaksanaan SEA Games 2022.

Tabel 2. Daftar Nama Atlet Panahan Kontingen SEA Games 2022

No	Nama	Perempuan/Laki-Laki	Usia	Event	ASAL DAERAH
1	Sri Ranti	Perempuan	33	Compound	Jawa Barat
2	Deki Adika Hastian	Laki-Laki	25	Compound	Jawa Barat
3	Hendika Pratama Putra	Laki-Laki	22	Compound	Jawa Tengah
4	Prima Wisnu Wardhana	Laki-Laki	27	Compound	DI Yogyakarta
5	Rezza Octavia	Perempuan	22	Recurve	Papua
6	Paride Putu Gina Putri Arista	Laki-Laki	17	Recurve	Papua
7	Alviyanto Bagas Prastyadi	Laki-Laki	20	Recurve	Jawa Tengah
8	Lisnawanto Putra Aditya	Laki-Laki	19	Recurve	DI Yogyakarta
9	Arif Dwi Pangestu	Laki-Laki	18	Recurve	DI Yogyakarta
10	Riau Ega Agata Salsabilla	Laki-Laki	31	Recurve	Jawa Timur

Pada pelaksanaan SEA Games kali ini pada persentase atlet di bawah usia 25 tahun sejumlah 70% dan termasuk di dalamnya 3 atlet di bawah usia 20 tahun. Telah banyak pergantian atlet pada pelaksanaan SEA Games kali ini dari pelaksanaan SEA Games Philippines tahun 2019. Ini menjadi tantangan bagi tim panahan untuk dapat meraih prestasi yang maksimal pada pelaksanaan penyelenggaraan SEA Games tahun 2022. Tim Panahan Indonesia mengikuti 8 nomor dari 10 nomor yang dipertandingkan antara lain 1) Men's Individual Recurve; 2) Men's Team Recurve; 3) Women's Individual Recurve; 4) Mixed Team Recurve; 5) Men's Individual Compound; 6) Men's Team Compound; 7) Women's Individual Compound; 8) Mixed Team Compound. Nomor yang tidak diikuti yakni Women's Team Recurve dan Women's Team Compound dikarenakan jumlah atlet yang tidak memenuhi keikutsertaan pada nomor tersebut, yakni sejumlah 3 atlet.

D. Analisis Pencapaian Prestasi Panahan pada 31st SEA Games 2022 Hanoi, Vietnam

Pelaksanaan persiapan pelatnas SEA Games 2022 di tengah-tengah pandemi Covid-19 tidak menyurutkan hasil prestasi pada pelaksanaan SEA Games 2022. Panahan menempati ranking ke-1 dengan raihan medali 5 emas dan 1 perak. Medali emas diperoleh dari nomor 1) Men's Individual Recurve; 2) Men's Team Recurve; 3) Women's Individual

Recurve; 4) Mixes Team Recurve; 5) Men's Team Compound. Hasil tersebut juga melampaui target yang ditentukan PB ataupun pemerintah.

Tabel 3. Hasil pada Nomor Recurve

Athlete	Event	Qualification Round		Round of 8		Quarterfinals		Semi-finals		Finals		Rank	
		Score	Seed	Score	Seed	Score	Seed	Score	Seed	Opposition	Score		
Riau Ega Agatha	Men's Individual	656	2	No result		7	1	6	1	Pangestu (INA)		2	
Arif Dwi Pangestu		660	1	No result		7	2	6	1	L 2-6 Agatha (INA)			
Alviyanto Prastiyadi Bagas		633	13	Did not advance									
Lisnawanto Aditya Putra		627	17	Did not advance									
Alviyanto Prastiyadi Bagas	Men's Team	N/A				No result		5	2	Vietnam (VIE)		1	
Arif Dwi Pangestu		W 6-2											
Riau Ega Agatha													
Rezza Octavia	Women's Individual	643	1	No result		6	4	6	2	Khunhiranchaiyo (THA) W 6-0		1	
Pande Arista Putu Gina Putri		583	17	1	N/A	Did not advance							
Riau Ega Agatha	Mixed Team	N/A				No result		5	1	Malaysia (MAS)		1	
Rezza Octavia		W 6-2											

Tabel 4. Hasil pada Nomor Compound

Event	Qualification Round		Round of 8		Quarterfinals		Semi-finals		Finals		Rank	
	Score	Seed	Score	Seed	Score	Seed	Score	Seed	Opposition	Score		
Deki Hastian Adika	Men's Individual	696	5	138	9	Did not advance						
Hendika Putra Pratama		695	7	Did not advance								
Prima Wardhana Wisnu		696	6	138	10	Did not advance						
Prima Wardhana Wisnu	Men's Team	N/A				235		1	232	2	Malaysia (MAS)	1
Hendika Putra Pratama		W 230-229										
Deki Hastian Adika												
Sri Ranti	Women's Individual	678	7	137	N/A	134	7	Did not advance				
Sri Ranti	Mixed Team	N/A				151		7	Did not advance			
Prima Wardhana Wisnu												

Adapun analisis pelaksanaan pertandingan sebagai berikut:

1. Men's Individual Recurve

Pada nomor Men's Individual Recurve berhasil mempertahankan medali emas. Arif Dwi Pangestu dengan usia 18 tahun memberikan penampilan yang maksimal dan berhasil mengalahkan lawan tanding pada babak final yang sama-sama merupakan kontingen Indonesia, yakni Riau Ega Agatha.

Pada pelaksanaan babak kualifikasi Arif juga telah mengungguli Riau Ega Agatha. Selain itu, atlet Malaysia atas nama Khairul Anuar

Mohamad yang memiliki ranking 19 dunia dan berada jauh di atas Riau Ega Agatha (Rank 125) dan Arif Dwi Pangestu (Rank 197). Arif Dwi Pangestu dengan usia muda memiliki potensi yang besar dan mental yang tangguh menghadapi lawan dengan prestasi dan pengalaman yang jauh lebih banyak.

2. Men's Team Recurve

Pada nomor Men's Team Recurve masih dapat mempertahankan medali emas dari SEA Games sebelumnya. Meskipun dengan personel yang berbeda dari SEA Games sebelumnya pada nomor Men's Team Recurve 2 atlet muda, yaitu Arif Dwi Pangestu dan Alviyanto Bagus Prastiyadi ditambah 1 atlet senior, yakni Riau Ega Agatha masih dapat mempertahankan medali emas.

3. Women's Individual

Pada nomor Women's Individual Recurve Rezza Oktavia berhasil memperoleh medali emas dengan mengalahkan atlet asal Thailand, Narisara Khunhiranchaiyo. Usia Rezza Oktavia yang cukup muda berhasil meraih medali emas dengan *score* baik pada pelaksanaan kualifikasi sampai dengan babak aduan pada pertandingan final.

4. Mixed Team Recurve

Pada nomor Mixed Team Recurve mengalami peningkatan prestasi dari SEA Games sebelumnya yang meraih medali perak. Pasangan Riau Ega Agatha dan Rezza Oktavia berhasil mengalahkan pasangan dari Malaysia dengan *score* 6-2.

5. Men's Team Compound

Pada nomor Men's Team Compound menghasilkan peningkatan prestasi dengan meraih medali emas sekaligus mengalahkan peraih medali emas yang lalu asal negara Malaysia. Pada nomor compound putri dan mixed gagal untuk memperoleh medali emas. Untuk nomor putri hal ini merupakan penurunan prestasi dari pada SEA Games sebelumnya.

E. Kesimpulan

Pencapaian prestasi cabang olahraga panahan sebagai salah satu cabang olahraga yang diprioritaskan saat ini sangat membanggakan dan dapat mencapai prestasi maksimal pada penyelenggaraan SEA Games tahun 2022. Dapat dikatakan sebagai prestasi cabang olahraga tingkat dunia karena selalu dapat meloloskan atlet menuju Olympic Games. Namun, kebijakan yang ditetapkan terkait pemberangkatan SEA Games 2022 ini Panahan tidak dapat secara optimal untuk mengikuti nomor yang dipertandingkan. Hal ini perlu menjadi evaluasi, mengingat kebijakan pemerintah yang ditetapkan sangat merugikan bagi cabang olahraga potensial yang berpeluang dalam menghasilkan prestasi pada penyelenggaraan multi event.

Berdasarkan hasil yang diraih, panahan telah sukses dengan raihan medali 5 emas dan 1 perak. Hal ini juga menjawab regenerasi atlet dari senior dan junior yang telah berjalan dengan menghasilkan atlet-atlet muda peraih medali.

Evaluasi Prestasi Cabang Olahraga Badminton

Aisya Kemala

A. Pendahuluan

Sejarah Indonesia di cabang olahraga badminton mengikuti SEA Games sejak pertama kali ikut berpartisipasi pada tahun 1977. Sejarah mencatat, total 59 medali emas SEA Games telah direngkuh para atlet bulu tangkis Merah Putih dari masa ke masa. Debut di SEA Games 1977 Kuala Lumpur (Malaysia), Indonesia menurunkan beberapa nama besar, seperti Liem Swie King, Tjun Tjun, Johan Wahjudi, dan Theresia Widadisuti, mampu merebut 4 emas dari sektor perorangan dan 2 emas beregu (putra/putri). Capaian maksimal juga dibukukan kontingen Indonesia saat SEA Games 1981 Manila (Filipina). Ketika itu, Merah Putih sukses menyabet seluruh emas dari cabang badminton baik untuk nomor perorangan maupun sektor beregu (putra/putri). Di Manila 1981, Liem Swie King menjadi jawara tunggal putra. Emas tunggal putri menjadi milik Verawaty Fajrin. Ganda putra dimenangi pasangan Hariamanto Kartono/Rudy Heryanto. Ganda putri menjadi milik Verawaty/Ruth Damayanti. Dan sektor ganda campuran jatuh ke tangan duet Rudy Heryanto/Imelda Wiguna.

Aksi sapu bersih medali emas oleh kontingen badminton Indonesia kembali dicatat saat SEA Games 1987 dan 1997 yang dihelat di Jakarta, serta edisi 2007 di Nakhon Ratchasima, Thailand. Sejauh ini, aksi sapu bersih medali emas badminton SEA Games hanya pernah dilakukan oleh Indonesia. Di SEA Games 2017 lalu di Kuala Lumpur, skuad Merah

Putih membawa pulang 2 medali emas. Hasil tersebut diperoleh dari nomor beregu putra, dan aksi tunggal putra Jonatan Christie dari sektor individu. Di ajang SEA Games 2019 Manila yang akan datang PBSI menargetkan minimal 2 medali emas untuk skuad Indonesia, meski tak menutup kemungkinan peluang atlet Merah Putih meraih 3 emas.

“Untuk target minimal 2 emas, tapi kami berusaha untuk bisa meraih 3 emas, 2 perak, dan 3 perunggu. Sektor yang menjadi andalan kami yaitu beregu putra, tunggal putra, ganda putri dan ganda campuran,” jelas Susi Susanti selaku Kepala Bidang Pembinaan dan Prestasi PBSI, seperti dikutip dari laman PBSI. Badminton SEA Games 2019 akan digelar mulai tanggal 1-9 Desember di Muntinlupa Sport Complex, Filipina.

SEA Games 2022 merupakan penundaan *event* yang seharusnya dilaksanakan pada tahun 2021. Penundaan terjadi akibat pandemi Covid-19 yang melanda seluruh dunia. *Event* yang rutin diadakan setiap dua tahun sekali ini menjadi salah satu prioritas *multievent* yang sangat dinantikan seluruh rakyat Indonesia. Pada SEA Games kali ini Indonesia menargetkan mendapat ranking tiga besar. Dalam empat edisi SEA Games sebelumnya Indonesia mentok di peringkat empat klasemen medali pada 2017 di Myanmar dan 2019 di Filipina. Kontingen Indonesia mengakhiri SEA Games 2021 di posisi ketiga klasemen medali. Berdasarkan klasemen medali SEA Games 2021 dari rilis NOC Indonesia, Merah Putih secara total membawa pulang 241 medali. Dengan rinciannya, kontingen Indonesia meraih 69 emas, 92 perak, dan 80 perunggu.

Tabel 1. Daftar prestasi badminton Indonesia di SEA Games 1977–2021:

No	Event SEA Games	Prestasi
1	SEA Games 1977 Kuala Lumpur	individu 4 emas; beregu 2 emas
2	SEA Games 1979 Jakarta	individu 4 emas; beregu 2 emas
3	SEA Games 1981 Manila	individu 5 emas; beregu 2 emas
4	SEA Games 1983 Singapura	individu 4 emas; beregu 2 emas
5	SEA Games 1985 Bangkok	individu 4 emas; beregu 2 emas

6	SEA Games 1987 Jakarta	individu 5 emas; beregu 2 emas
7	SEA Games 1989 Kuala Lumpur	individu 5 emas; beregu 1 emas (putri)
8	SEA Games 1991 Manila	individu 5 emas; beregu 1 emas (putri)
9	SEA Games 1993 Singapura	individu 4 emas; beregu 2 emas
10	SEA Games 1995 Chiang Mai	4 emas; beregu 2 emas
11	SEA Games 1997 Jakarta	individu 5 emas; beregu 2 emas
12	SEA Games 1999 Bandar Seri Begawan	individu 3 emas; beregu 2 emas
13	SEA Games 2001 Kuala Lumpur	3 emas; beregu 1 emas (putri)
14	SEA Games 2003 Hanoi & Ho Chi Minh	individu 2 emas; beregu 1 emas (putra)
15	SEA Games 2005 Manila	individu 4 emas; beregu 0 emas
16	SEA Games 2007 Nakhon Ratchasima	individu 5 emas; beregu 2 emas
17	SEA Games 2009 Vientiane	individu 3 emas; beregu 1 emas (putra)
18	SEA Games 2011 Palembang & Jakarta	individu 4 emas; beregu 1 emas (putra)
19	SEA Games 2013 Naypyidaw	individu 3 emas, tidak ada beregu
20	SEA Games 2015 Singapura	individu 2 emas; beregu 1 emas (putra)
21	SEA Games 2017 Kuala Lumpur	individu 1 emas; beregu 1 emas (putra)
22	SEA Games 2019 Filipina	Individu 1 emas beregu 2 emas
23	SEA Games 2021 Vietnam	Individu 0 emas, Beregu 2 Emas

Tabel 2. Daftar Atlet Badminton Indonesia di SEA Games 2021 Vietnam

No	Atlet Putra	Atlet Putri
1	Chico Aura Dwi Wardoyo	Gregoria Mariska Tunjung
2	Christian Adinata	Putri Kusuma Wardani
3	Bobby Setiabudi	Sifi Rizka Nurhidayah
4	Yonathan Ramlie	Stephanie Widjaja
5	Pramudya Kusumawardhana	Apriyani Rahayu
6	Yeremia E. Y. Jacob Rambitan	Siti Fadia Silva Ramadhanti
7	Leo Rolly Carnando	Ribka Sugiarto
8	Daniel Marthin	Febby Dwijayanti Gani
9	Rinov Rivaldy	Pitha Haningtyas Mentari
10	Adnan Maulana	Michele Chrystine Bandaso

Tabel 3. Rekapitulasi Raihan Medali Per Negara Pada SEAG 2021 Vietnam (Vietnam, 2022)

Negara	Emas	Perak	Perunggu	Total Raihan Medali
Vietnam	205	125	116	446
Thailand	92	103	137	332
Indonesia	69	91	81	241
Philippines	52	70	105	227
Singapore	47	46	73	166
Malaysia	39	45	90	174
Myanmar	9	18	35	62
Cambodia	9	13	41	63
Laos	2	7	33	42
Brunei Darussalam	1	1	1	3
Timor Leste	0	3	2	5
Total Medali	525	522	714	

Prestasi Badminton pada 31st SEA Games 2022 Hanoi, Vietnam

Dengan mengirimkan 10 atlet putra dan 10 atlet putri terbaik Indonesia di SEA Games 2022 Hanoi, Vietnam, cabang olahraga badminton ditargetkan meraih 2 emas. Persiapan PB PBSI tentu sudah dilakukan secara maksimal dari faktor atlet, pelatih, dan tenaga pendukung lainnya. Meski sebelum berangkat ke SEA Games tim Indonesia baru saja menyelesaikan perlombaan lain, tetapi tidak menurunkan stamina dan performa mereka.

Pasangan ganda putri Apriyani Rahayu/Siti Fadia Silva Ramadhanti naik podium tertinggi di ajang bulu tangkis SEA Games Vietnam 2021. Mereka menyabet medali emas di nomor beregu usai mengandaskan perlawanan ganda Thailand, Benyapa Aimsaard/Nuntakarn Aimsaard dua *game* langsung 21-17, 21-14. Mereka merupakan atlet yang baru dipasangkan setelah sebelumnya Apriyani berpasangan dengan Graycia Poli. Kekompakan mereka mampu beradaptasi dengan cepat membuat permainan saling melengkapi satu sama lain.

Sementara pasangan ganda putra Leo Rolly Carnando/Daniel Marthin memenangi laga *all Indonesian final* di ajang badminton SEA Games Vietnam 2021. Mereka mengalahkan rekan satu pelatnas Pramudya Kusumawardana/Yeremia Erich Yoche Yacob Rambitan dalam laga yang digelar di Bac Giang Gymnasium, Leo/Daniel menang dua *game* langsung 21-17, 21-19 sehingga mendapatkan medali emas dan perak di nomor ganda putra. Dengan mendapat 2 medali emas ini, badminton memenuhi target yang diberikan pemerintah terhadap PB PBSI.

Nomor individu dua tunggal putri Indonesia, Gregoria Mariska Tunjung dan Putri Kusuma Wardani harus puas dengan torehan medali perunggu. Mereka dihadang duo Thailand di babak semi final. Putri Kusuma Wardani dikalahkan unggulan pertama, Pornpawee Chochuwong dengan skor 16-21, 9-21. Kondisi fisik yang menurun menjadi penyebab utama Putri mengalami kekalahan. Tim beregu putri Indonesia mempersempatkan medali perak, mereka dikalahkan tim Thailand yang turun dengan kekuatan penuh dengan skor 0-3.

Prestasi cabang olahraga badminton yang merupakan cabang olahraga prioritas dan masuk dalam pembinaan DBON (Desain Besar Olah-

raga Nasional) merupakan cabang unggulan di olimpiade. Pembinaan yang tidak putus dari klub-klub kecil sampai pelatnas yang disponsori pihak swasta membuat PB PASI memiliki banyak jam terbang *try out* untuk menambah kemampuan atlet dalam berprestasi.

Prestasi Karate Indonesia

Arif Hidayat

Prestasi olahraga yang tertinggi tentu selalu didambakan oleh setiap atlet, terutama bagi atlet yang menekuninya dengan baik secara individu atau kelompok. Untuk mencapai hal tersebut, cara yang tepat dilakukan adalah pembinaan dan latihan untuk setiap cabang olahraga prestasi dengan suatu program latihan yang baik menurut aturan dan ketentuan yang berlaku dalam berlatih. Prestasi adalah hasil upaya maksimal yang dicapai seseorang olahragawan (atlet) atau sekelompok orang (tim/regu) dalam bentuk kemampuan dan keterampilan menyelesaikan tugas gerakan baik dalam kegiatan latihan maupun dalam kompetisi dengan menggunakan parameter-parameter evaluasi yang jelas dan rasional. Menurut UU RI No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, prestasi adalah hasil upaya maksimal yang dicapai olahragawan atau kelompok olahragawan (tim) dalam kegiatan olahraga.

Pada waktu berolahraga menurut Harsono (1988:242), terutama olahraga pertandingan, atlet yang melakukan aktivitas gerakan fisik tidak mungkin akan dapat menghindarkan diri dari pengaruh-pengaruh mental-emosional yang timbul dalam berolahraga. Peranan masalah-masalah kejiwaan mempunyai pengaruh yang penting, malah kadang-kadang menentukan di dalam usaha atlet untuk mencapai prestasi setinggi-tingginya (Harsono, 1988:242). Seperti aspek peranan motivasi, aktivasi, frustrasi, rasa bimbang, ketakutan, *anxiety*, ambisi

untuk menang, dan aspek kejiwaan lainnya. Aspek tersebut perlu dipelajari pelatih untuk dapat menghasilkan atlet yang berprestasi.

Pada olahraga karate kesehatan mental sangat berpengaruh ketika pertandingan dilaksanakan di depan orang banyak dan harus menghadapi lawan sendiri atau di nomor *kata* menghadapi para juri. Olahraga karate merupakan olahraga yang dilakukan baik kelompok ataupun individu, tetapi lebih seringnya diadakan pertandingan perorangan. Adanya pertandingan karate perorangan membuat munculnya perasaan cemas yang dialami oleh para atlet. Kecemasan akan timbul secara alami.

Olahraga bela diri karate juga harus dipupuk dengan motivasi berprestasi karena motivasi berprestasi pada seorang atlet sebagai modal penting untuk mendorong mereka menghadapi pertandingan dengan sebaik mungkin, mampu bermain lepas (optimal), tidak mempedulikan kondisi di lapangan seperti apa, tidak mempedulikan siapa lawan yang dihadapinya. Atlet hanya konsentrasi atau fokus memenangi pertandingan serta mencapai prestasi. Dalam olahraga karate kepercayaan diri menjadi salah satu penyebab merosotnya olahraga karate karena setiap atlet yang sudah berlatih sungguh-sungguh akan timbul percaya diri ketika pengalamannya sudah lebih banyak.

Pesta Olahraga Asia Tenggara (SEA Games)

SEA Games tumbuh dari Semenanjung Asia Tenggara (SEAP) Games, didirikan oleh Thailand sebagai “Little Asian Game” pada akhir 1950-an. Acara ini diadakan setiap tahun sejak 1959 (kecuali 1963), di tahun-tahun “ganjil” antara Olimpiade dan Asian Games. Thailand Komite Olimpiade mendirikan SEA Games dengan dua tujuan dalam pikiran: untuk meningkatkan standar olahraga dan untuk mempromosikan solidaritas regional. Keanggotaan SEAP Games dibatasi. Pertama, permainan itu, seperti namanya, terbatas pada semenanjung Asia Tenggara (Burma, Kamboja, Laos, Malaya, Vietnam Selatan dan Thailand). Satu pengecualian untuk aturan ini adalah Singapura yang disertakan. Konsepsi wilayah ini berasal dari gagasan tentang dominasi regional tertanam dalam sejarah Thailand. Orang Thailand menyebut nama untuk acara tersebut (*kila laem thong*) memasukkan istilah geo-

grafis laem thong “Semenanjung Emas”. Sebagai karakter dalam drama 1937 oleh penulis nasionalis Luang Wichit Wathakan menyatakan, “Kita semua di Semenanjung Emas adalah sama tetapi orang Thailand Siam adalah kakak beradik” (Baker & Pasuk 2005: 129).

Faktor kedua adalah perang anti-komunisme. Peserta tidak selaras (Burma, Kamboja) atau anti-komunis (lainnya), sedangkan Vietnam Utara, satu-satunya negara komunis di “Semenanjung Emas”, tidak hadir. Singkatnya, SEAP Games didirikan atas dasar anti-komunis Thai-sentris regionalisme di daratan Asia Tenggara. Sejak itu Game telah beradaptasi dengan perubahan yang lebih luas di wilayah tersebut. Setelah Laos, Kamboja dan Vietnam Selatan mundur karena pergolakan revolusioner tahun 1975, acara diperluas untuk mencakup Indonesia, Filipina, dan Brunei. dengan pengecualian Brunei, negara-negara berpartisipasi dalam Southeast Asian Games yang diganti namanya adalah anggota Perhimpunan Asia Tenggara Nations (ASEAN), blok anti-komunis di kawasan itu terbentuk pada tahun 1967. Anti-komunisme juga memudar seiring waktu. Membayangkan ekspansi ASEAN sebagai berikut: Kamboja, Laos, dan Vietnam bergabung kembali dengan Olimpiade pada tahun 1980-an. Hari-hari ini SEA Games termasuk sepuluh negara-negara ASEAN ditambah Timor Leste. Menggemakan karya dasar John MacAloon (1984) pada tontonan Olimpiade, SEA Games telah diwujudkan mengubah ide-ide kedaerahan sambil juga memberikan kesempatan untuk menegaskan nasionalisme dan memerankan banyak daerah persaingan.

Peraturan pertandingan SEA Games di bawah naungan Federasi Pesta Olahraga Asia Tenggara (*Southeast Asian Games Federation*) yang dirumuskan di dalam *South East Asian Games Federation Charter and Rules* dengan pengawasan dari Komite Olimpiade Internasional (IOC) dan Dewan Olimpiade Asia (OCA). Dalam penyelenggaraan pertandingan atau perlombaan cabang olahraga di SEA Games, tuan rumah memiliki hak istimewa dalam menyusun cabang olahraga dan peraturan pertandingan atau perlombaan yang mengacu kepada *South East Asian Games Federation Charter and Rules*.

Penetapan cabang olahraga oleh tuan rumah penyelenggara minimal sejumlah 22 cabang olahraga dengan acara yang terkandung di

dalamnya akan ditentukan berdasarkan kriteria sebagai berikut; (1) tidak boleh ada *event* buatan, terutama untuk beregu yang diadopsi, kecuali jika telah dipertandingkan di Olimpiade atau Asian Games, (2) minimal empat NOC (negara peserta) harus berpartisipasi dalam olahraga/acara agar dapat dimasukkan dalam program SEA Games, (3) dengan ketentuan membolehkan memvariasikan sama dan kapan yang dibutuhkan dengan pengecualian Atletik, Akuatik, dan Menembak, cabang olahraga lainnya di SEA Games program tidak boleh lebih dari lima (5%) persen dari total jumlah acara atau perolehan medali, (4) mengikuti pedoman Atletik dan Akuatik yang ada sebagai Olahraga Wajib, dengan minimal 14 cabang olahraga dari Kategori II dan maksimal 8 cabang olahraga dari Kategori III, program olahraga dalam SEA Games harus mengutamakan olahraga tersebut yang sudah termasuk dalam program olahraga IOC dan/atau OCA, (5) setiap olahraga yang diadopsi harus menjadi milik Federasi Olahraga Internasional (IF) dan/atau Federasi Olahraga Asia (ASF) (South East Asian Games Federation, 2010).

Tabel 1. Klasifikasi Cabang Olahraga
South East Asian Games Federation Charter and Rules

Kategori I: Compulsory Sports	Kategori II: Sports In The Olympic Games And The Asian Games (Minimum 14 Sports)	Kategori III: Other Sports (Maximum 8 Sports)
1. Athletics 2. Swimming (including Diving and water polo)	1. Archery 2. Badminton 3. Baseball 4. Basketball 5. Billiards & Snooker 6. Bowling (Tenpin) 7. Boxing 8. Canoeing 9. Cycling 10. Equestrian & Polo 11. Fencing 12. Football 13. Golf 14. Gymnastics 15. Handball 16. Hockey 17. Judo	1. Amis 2. Bodybuilding 3. Chess 4. Dance sport 5. Fin swimming 6. Lawn Bowls 7. Kempo 8. Muay 9. Netball 10. Petanque 11. Pencak Silat 12. Shuttlecock 13. Traditional Boat Race 14. Water skiing 15. Vovinam

	18. Karate-do	
	19. Modern Pentathlon	
	20. Rowing	
	21. Rugby	
	22. Sailing	
	23. Sepak Takraw	
	24. Softball	
	25. Soft Tennis	
	26. Shooting	
	27. Squash	
	28. Table Tennis	
	29. Taekwondo	
	30. Tennis	
	31. Triathlon	
	32. Volleyball	
	33. Weightlifting	
	34. Wrestling	
	35. Wushu	

Cabang Olahraga Karate di SEA Games

Cabang Olahraga Karate mulai dipertandingkan di SEA Games pada tahun 1985 di Bangkok Thailand sampai dengan tahun 2021 di Vietnam. Sedangkan pada tahun 1993, 1999, dan 2015 cabang olahraga karate tidak dipertandingkan, mengingat tuan rumah pada saat itu tidak kuat dalam pembinaan cabang olahraga karate di negaranya. Tim Karate Indonesia selalu mengirimkan atlet-atlet terbaiknya pada pesta penyelenggaraan Asia Tenggara 2 tahunan tersebut. Terakhir di SEA Games Vietnam tahun 2021, Indonesia mengirimkan sebanyak 19 atlet dengan mengikuti 17 nomor yang dipertandingkan. Berikut nama-nama atlet yang tampil di SEA Games 2021:

Putri	Nomor	Hasil
Krisda Putri Aprilia	KATA Individual	Perunggu
Emilia Sri Hanandyta	KATA Team	Perak
Dian Monika	KATA Team	
Anugrah Nurul Lucky	KATA Team	
Ririhena Sharon Verlina	Kumite -50kg	Perunggu
Cok Istri Agung S	Kumite -55kg	Emas
Devina Dea	Kumite -61kg	Perak
Ceyco Georgia H	Kumite -68kg	Perak
Dessynta	Kumite +68kg	Perak
Kumite Team Putri		Perak

Putra		
Ahmad Zig Zaresta Y	Kata	Emas
Andi Tomy Aditya M	Kata Team	Emas
Albiadi	Kata Team	
Andi Dasril Diwi D	Kata Team	
Ani Saputra	Kumite -55kg	Emas
Nurhalim Arlendi	Kumite -60kg	-
Tebing Hutapea	Kumite -67kg	Perak
Ignatius Joshua Kandou	Kumite -75kg	Perak
Claudio F. Nenobesi	Kumite -84kg	-
Sandi Firmansyah	Kumite +84kg	-
Kumite Team Putra		Perak
Total 4 Emas 8 Perak 2 Perunggu		

Dari perhelatan SEA Games 2021 Vietnam Karate Indonesia sukses meraih prestasinya dengan perolehan medali 4 Emas 8 Perak serta 2 Perunggu berhasil masuk di urutan ke-2 setelah Vietnam meraih 7 emas 2 perak 6 perunggu. Berikut tabel perolehan medali cabang olahraga karate di SEA Games 2021 Vietnam:

Rank ↕	Nation ↕	Gold ↕	Silver ↕	Bronze ↕	Total ↕
1	 Vietnam*	7	2	6	15
2	 Indonesia	4	8	2	14
3	 Malaysia	4	0	6	10
4	 Thailand	0	4	5	9
5	 Laos	0	1	0	1
6	 Philippines	0	0	8	8
7	 Cambodia	0	0	3	3
Totals (7 nations)		15	15	30	60

Kategori KATA

Kategori KATA dari 4 nomor yang dipertandingkan Indonesia meraih 2 emas, 1 perak, dan 1 perunggu yang artinya dari seluruh nomor KATA yang dipertandingkan semua nomor Indonesia merebut medali. Prestasi ini masih tetap dipertahankan dari SEA Games 2019 yang lalu sama-sama merebut 2 emas, 1 perak, dan 1 perunggu. Untuk di nomor individual KATA, Putra Ahmad Zigi masih mempertahankan medali emas dengan mengalahkan tuan rumah Vietnam, sedangkan KATA Putri Krisda Putri harus puas dengan medali perunggu yang pada SEA Games sebelumnya di Filipina Krisda merebut emas. Sedangkan untuk di nomor tim putra & putri membuat kejutan dengan masuk babak final. Tim putra berhasil merebut medali emas dengan menumbangkan tim dari Thailand yang sudah 4 kali SEA Games selalu gagal meraih yang terbaik, terakhir merebut emas pada SEA Games tahun 2011 di Jakarta. Sedangkan tim putri harus puas merebut medali perak kalah dari tim tuan rumah Vietnam, tetapi sudah lebih baik dari SEA Games sebelumnya yang hanya meraih perunggu.

Kategori Kumite

Kategori Kumite dari 13 nomor yang dipertandingkan Indonesia berhasil merebut 2 emas, 7 perak, dan 1 perunggu yang pada SEA Games sebelumnya di Filipina kategori kumite hanya mampu merebut 2 perak dan 3 perunggu. Dari seluruh nomor kumite yang dipertandingkan hanya di kelas -60kg, -84kg, dan +84kg yang tidak berhasil membawa medali.

Hasil SEA Games tahun 2021 di Vietnam secara keseluruhan sudah baik dan menunjukkan perbaikan dari edisi sebelumnya. Dari atlet-atlet kumite yang tampil hanya satu atlet yang masih terus bertahan dengan mengikuti 4 kali pergelaran SEA Games, yaitu atas nama Cok Istri Agung S yang masih menunjukkan *performance* dengan baik. Debutan pertamanya turun di SEA Games 2013 Myanmar berhasil merebut medali perunggu. Sedangkan SEA Games 2015 Cabang Olahraga Karate Tidak Dipertandingkan. lalu pada SEA Games 2017 di Malaysia Coky panggilan akrabnya berhasil merebut medali Emas.

Akan tetapi, pada SEA Games 2019 Coky harus menerima pahit dengan gagal membawa medali. Setelah itu Coky bangkit seperti bangun tidur, tidak mau terlena dengan kekalahan tersebut dan tidak mau namanya digantikan oleh atlet lain di Pelatnas. Dengan Latihan keras Coky masih menunjukkan *performance* terbaiknya dan masih tetap menjadi penghuni pelatnas dan terbukti membuahkan hasil pada SEA Games ini dengan meraih medali emas dan mengantarkan Tim Kumite Putri tembus masuk final walaupun dikalahkan oleh tuan rumah Vietnam.

Edisi 5 (Lima) SEA Games Terakhir

Sea Game	Emas	Perak	Perunggu	Peringkat
2011	10	2	4	1
2013	2	7	7	3
2017	3	3	7	3
2019	2	3	4	4
2021	4	8	2	2

Tabel Perolehan Medali Cabang Olahraga Karate 5 (Lima) SEA Games Terakhir

Pada edisi 5 (Lima) SEA Games terakhir ada penurunan yang sangat signifikan setelah SEA Games 2011 di Jakarta-Palembang. Pada saat itu, Indonesia sangat luar biasa menduduki peringkat teratas dengan perolehan 10 Medali Emas 2 Perak dan 4 Perunggu. Namun, setelah itu terjun bebas pada saat SEA Games 2013 menjadi 2 emas walaupun ada 7 perak di sana. *Trend* ini terus berlanjut sampai ke tahun 2019 di Filipina dan hanya menduduki peringkat 4 seperti tabel di atas. Namun, setelah itu pada pelaksanaan SEA Games 2021 ada harapan besar untuk mengembalikan kejayaan prestasi Indonesia dengan menempatkan 12 nomor finalis.

Prestasi Cabang Bola Voli Indoor Putra

Devaron Suardi

A. Bola Voli

Permainan bola voli diciptakan pada tahun 1885 oleh William G. Morgan. Dia adalah seorang pembina dalam pendidikan jasmani pada suatu asosiasi pemuda bernama Young Men Christian Association (YMCA) di kota Holyoke, Massachusetts, Amerika Serikat. Permainan bola voli di Amerika sangat berkembang pesat, yang dipelopori oleh William G. Morgan sehingga YMCA pada tahun 1922 mampu menyelenggarakan kejuaraan nasional bola voli di Amerika Serikat.

Kongres pertama dilaksanakan di Paris pada tanggal 18 April 1947 yang dihadiri 14 negara, yaitu Belgia, Brasil, Cekoslovakia, Mesir, Prancis, Nederland, Hungaria, Italia, Polandia, Portugal, Rumania, Uruguay, Amerika Serikat, dan Yugoslavia. Kongres memutuskan membentuk secara resmi induk organisasi bola voli internasional yang disebut Federation Internationale de Volleyball (FIVB) yang berkantor pusat di Paris. Paul Libaud dari Prancis terpilih sebagai Presiden (FIVB, 2011).

Perkembangan permainan bola voli sangat pesat di masyarakat Indonesia sehingga muncul klub-klub bola voli. Pertandingan bola voli untuk pertama kali dalam Pekan Olahraga Nasional (PON) II pada tahun 1951 di Jakarta, Pekan Olahraga Mahasiswa (POM) I di Yogyakarta, dan PON ke III pada tahun 1953. Dari dasar itulah, maka pada tanggal 22 Januari 1955 didirikan PBVSI (Persatuan Bola Voli Seluruh

Indonesia) di kota Jakarta bersamaan dengan diadakannya kejuaraan nasional bola voli yang pertama.

Bola voli adalah salah satu olahraga yang populer di semua kalangan, dan sangat minim terjadi cedera saat pertandingan karena bisa tidak ada kontak fisik secara langsung. Dan setiap tim diberikan kesempatan bertahan dan menyerang satu kali dalam setiap *rally* yang berlangsung. Permainan yang cepat, aktif, dan variatif merupakan daya tarik tersendiri dalam sebuah pertandingan.

Cepat dapat diartikan pada saat satu tim menyerang pada saat yang bersamaan tim lain berusaha untuk bertahan sekaligus ingin mendapatkan poin dengan cara membendung serangan lawan. Dengan kata lain, masing-masing tim melakukan aksi yang berlawanan demi tujuan yang sama, yaitu mendapatkan poin. Aktif yang dimaksud adalah pemain selalu bergerak dengan atau tanpa bola, karena hal inilah yang akan memengaruhi jalannya pertandingan. Sedangkan variatif adalah kemampuan pemain untuk melakukan penyerangan dengan gerak tipu dan gerakan spiker tanpa bola yang bertujuan untuk mengecoh *blocker* dari tim lawan.

B. SEA Games

SEA Games berawal dari Southeast Asian Peninsula (SEAP) Games, yang didirikan oleh Thailand sebagai "*Little Asian Games*" pada akhir 1950-an. Acara ini diadakan setiap dua tahun sekali sejak 1959 (kecuali 1963), pada tahun-tahun "ganjil" antara Olimpiade dan Asian Games (Creak, 2011).

Keputusan Thailand sebagai negara tuan rumah perintis dan penyelenggara SEAP Games 1959 untuk menjadikan tontonan perdana eksklusif bagi tetangganya yang non-komunis (yaitu Burma, Laos, Malaya, Singapura, dan Vietnam Selatan) dan menolak partisipasi Thailand. Negara-negara olahraga yang lebih kompetitif (yaitu Indonesia dan Filipina) "memiliki tujuan untuk membendung komunisme Vietnam [Utara]" dan "tidak diragukan lagi menyukai atlet Thailand", dengan demikian mencerminkan "mode regionalisme antikomunis yang berpusat pada Thailand yang meliputi daratan Asia Tenggara." Baru pada tahun 2003 seluruh semenanjung dan negara kepulauan

yang tergabung dalam Perhimpunan Bangsa-Bangsa Asia Tenggara (ASEAN) menjadi peserta SEA Games, yaitu Brunei, Kamboja, Timor Leste, Indonesia, Laos, Malaysia, Myanmar, Filipina, Singapura, Thailand dan Vietnam (Bonn, 2020).

C. SEA Games 2019

SEA Games ke-30 Tahun 2019 yang berlangsung di Manila Filipina merupakan salah satu ajang bagi setiap atlet untuk memperlihatkan hasil latihan pada kejuaraan *multievent* pada ruang lingkup negara-negara yang berada pada kawasan Asia Tenggara, termasuk Indonesia. Indonesia mengikuti sebanyak 35 cabang olahraga yang tersebar pada 40 nomor. Secara keseluruhan Indonesia memperoleh 141 total medali dengan sebaran 41 emas, 44 perak, dan 56 perunggu.

Bola voli merupakan indoor putra merupakan salah satu cabang yang berhasil menyumbang medali emas. Putaran pertama tim Indonesia berhasil menang dari tim tuan rumah 3 set langsung dengan jarak poin yang terpaut tipis dengan skor 25-23 untuk set yang pertama. Pada set yang kedua terjadi kejar mengejar angka untuk memperoleh kemenangan sehingga menjelang akhir pertandingan kedua tim memperoleh hasil sama, yaitu 24-24 dan dilanjutkan dengan *duice*. Set kedua yang sulit dapat diamankan oleh tim Indonesia sebagai penantang tuan rumah dengan skor akhir 32-30. Pada set ketiga, Indonesia berhasil mengunci kemenangan penuh terhadap tuan rumah dengan skor akhir 25-20 (Teampilipinas.info, 2019).

Indonesia melaju ke putaran selanjutnya, yaitu putaran semifinal menghadapi Myanmar. Pertandingan berlangsung sengit dengan hasil pada set pertama dapat diamankan oleh Indonesia dengan skor 25-19. Pada set kedua Myanmar memberikan perlawanan sengit, tetapi Indonesia bisa mengantisipasi dan mengamankan poin pada set kedua dengan skor 25-23. Langkah Myanmar untuk meraih medali emas harus kandas pada set ketiga ketika Indonesia berhasil mengunci poin penuh dengan skor akhir 25-15, dan Indonesia memastikan diri menjadi tim yang akan berlaga di partai puncak menunggu pemenang dari

putaran semi final kedua antara tim tuan rumah Filipina berhadapan dengan Thailand (Teampilipinas.info, 2019).

Filipina sebagai tuan rumah menunjukkan kualitasnya dengan berhasil mengalahkan Thailand pada partai semifinal dan melenggang menuju partai final melawan Indonesia. Pertandingan ini merupakan pengulangan pada putaran pertama, di mana Filipina bertemu dengan Indonesia. Pada partai puncak Indonesia berhasil mengamankan set pertama dengan selisih 4 poin dengan skor 21-25. Sebagai tuan rumah Filipina menyuguhkan permainan yang menarik, dan tim nasional kedua negara saling jual beli serangan, tetapi tim nasional Filipina tidak berhasil mengamankan set kedua dan memperoleh kekalahan dengan skor 25-27. Tim nasional Filipina harus puas memperoleh medali perak dengan kekalahan yang dialami di partai puncak *Final Volleyballmen's Indoor SEAGAMES 2019 Philipina* pada set ketiga dengan skor 17-25, dan Indonesia keluar sebagai pemenang dengan perolehan medali emas diiringi lagu Kebangsaan Indonesia Raya (teampilipinas.info, 2019).

D. SEA Games 2020

Perhelatan SEA Games 31 yang semestinya digelar pada tahun 2021 diundur dikarenakan dampak pandemi Covid-19 secara global. SEA Games 31 diselenggarakan di Hanoi Vietnam pada tahun 2022. Indonesia menduduki peringkat umum ketiga dengan perolehan medali secara keseluruhan sebanyak 241. Indonesia mampu meraih 69 medali emas, 92 medali perak, dan 80 medali perunggu (seagames2021.com, 2021).

Tim Bola Voli Indonesia yang menyandang sebagai juara bertahan pada perhelatan SEA Games mampu mempertahankan gelar juara dengan memperoleh medali emas dan keluar sebagai juara. Perjalanan Indonesia untuk keluar sebagai pemenang dalam perhelatan SEA Games pada fase *group stage* Indonesia memperoleh kemenangan gemilang dengan cara memperoleh kemenangan penuh atas semua lawan yang dihadapi. Melawan Myanmar Indonesia menang 3 set penuh dengan skor akhir 25-22, 25-17, 25-19. Berhadapan dengan Tim Nasional tuan rumah Vietnam, Indonesia mendapatkan perlawanan sengit dengan pertandingan set pertama dimenangkan oleh

tuan rumah dengan Skor yang terpaut cukup jauh 12-25. Indonesia berhasil bangkit dan membungkus kemenangan pada 3 set berturut-turut dengan skor 25-15, 25-21, dan set keempat 25-14. Dilanjutkan dengan melawan negara tetangga Malaysia, Indonesia memperoleh kemenangan penuh dengan skor 12-25, 11-25 dan 13-25 (Philsports.ph, 22 C.E.).

Putaran semifinal Indonesia harus bermain sebanyak 4 set saat berhadapan dengan Kamboja. Indonesia memimpin pada set pertama dan kedua dengan skor 25-18 dan 25-15. Kamboja berhasil memperkecil jarak dengan memenangkan set ke-3 dengan skor 22-25, dan membuka peluang untuk berlaga pada partai puncak. Namun, harapan Kamboja untuk berlaga di final kandas setelah mengalami kekalahan pada set ke-4 dengan skor 25-16. Putaran final kembali mempertemukan Indonesia dengan tuan rumah. Indonesia berhasil mendapatkan kemenangan gemilang 3 set tanpa balas dengan skor 25-22, 25-18, dan 25-15 (Philsports.ph, 22 C.E.). Indonesia berhasil keluar sebagai juara dan mempertahankan medali emas untuk Ibu Pertiwi.

E. Kesimpulan

Cabang olahraga bola voli telah menorehkan prestasi yang tinggi di kancah Internasional, dapat dilihat dari perolehan medali dan menjadi unggulan utama dalam perhelatan SEA Games 2019 dan 2022. Namun, dalam beberapa kasus tim nasional bola voli bukan merupakan cabang yang dimasukkan ke dalam *list* DBON (Desain Besar Olahraga Nasional).

Raihan medali dan menjadi salah satu unggulan dalam ruang lingkup Asia Tenggara merupakan salah satu bukti untuk menjadikan bola voli menjadi salah satu cabang yang diprioritaskan untuk meraih prestasi pada ruang lingkup yang lebih tinggi lagi seperti Asian Games, berpartisipasi dalam VNL (Volleyball Nation League) dan bisa ikut serta bahkan meraih medali pada perhelatan Olimpiade. Pembinaan secara terstruktur dengan dorongan dari pemerintah melalui DBON akan memberikan dampak akan perkembangan bola voli di Indonesia.

Referensi

- Bonn, J. (2020). *Politics and Sports Capitalism in the Southeast Asian Games* (C. Kunze, K. Li, & L. Sui (eds.); Issue 9, pp. 30–34). Heinrich Böll Stiftung.
- Creak, S. (2011). Sport as politics and history. *Anthropology Today*, 27(1), 14–19.
- FIVB. (2011). Coaches Manual - Level I. In *Fivb Coaches Manual* (Vol. 1). www.fivb.org
- PhilSports.ph. (22 C.E., May). *Men's Volleyball at the 31st SEA Games (Schedule, Results, Standings, Scores) - PhilSports.ph*. <https://www.philsports.ph/2022/05/mens-volleyball-at-31st-sea-games-schedule-results.html>
- seagames2021.com. (2021). *SEA Games 31 - Trang thông tin chính thức*. Online Article. <https://seagames2021.com/?lang=en-US>
- teampilipinas.info. (2019). *Indonesia def. Philippines, 3-0 (VIDEO) Men's Volleyball Gold | SEA Games 2019 | December 10*. Teampilipinas.Info. https://www.teampilipinas.info/2019/12/philippines-vs-indonesia-live-mens_10.html
- Teampilipinas.info. (2019). *SEA Games 2019 Volleyball Results & Final Standings | Team Philippines*. Teampilipinas.Info. <https://www.teampilipinas.info/2019/12/sea-games-2019-volleyball-schedule.html>

TENTANG PENULIS



Firdaus Hendry Prabowo Yudho, lahir di Cianjur 16 April 1985, lulusan S-1 Pendidikan Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta, dan menyelesaikan studi S-2 di pascasarjana Pendidikan Olahraga, Universitas Negeri Jakarta. Berpengalaman sebagai atlet cabang olahraga Artistic Gymnastics dan beralih menekuni cabang Aerobik Gymnastics. Ikut serta dalam berbagai kompetisi di tingkat daerah, nasional, maupun internasional, serta beberapa kali menjadi instruktur pelatih dan atlet pada berbagai pelatihan pelatih dan atlet PB. Persani. Pengalaman profesi sebagai pengajar di lingkungan pendidikan adalah sebagai dosen luar biasa di FIK Universitas Negeri Jakarta, dosen Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi di FKIP Universitas Negeri Singaperbangsa Karawang, *Physical Education Teacher* di International School of Bogor, dan hingga sekarang aktif sebagai dosen PJKR FKIP Universitas Suryakencana Cianjur, serta tenaga BAN S/M Provinsi Jawa Barat. Email: hendri_firdaus@unsur.ac.id



Risnawati, saya salah satu dosen di Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Program Studi Pendidikan Jasmani. Lahir pada tanggal 04 Juli 1990 di Kabupaten Bantaeng, Provinsi Sulawesi Selatan, anak pertama dari tiga bersaudara, pasangan ayah H. Alim Bahri dan Ruga. Penulis menyelesaikan gelar sarjana Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi di Universitas Negeri Makassar (2013), Pada tahun yang sama pernah bekerja sebagai guru

honorar di SMA Negeri 1 Tompobulu (2013-2014) yang sudah berubah nama menjadi SMA Negeri 3 Kabupaten Bantaeng. Pada tahun 2014 melanjutkan Studi Magister dan mengambil jurusan Pendidikan Jasmani dan Olahraga di Universitas Negeri Makassar (UNM) dan dapat menyelesaikan studi (2016). Pada awal tahun (2017) terdaftar sebagai dosen tetap di STKIP Muhammadiyah Sorong yang berubah nama menjadi Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong sampai saat ini. Dan pada tahun (2021) terdaftar sebagai mahasiswa doktoral di Universitas Negeri Jakarta sampai sekarang.



M. Iqbal Hasanuddin lahir di Ujung Pandang, 22 Juli 1988. Putra pertama dari enam bersaudara. Buah hati dari pasangan Hasanuddin dan Marlinah. Telah menyelesaikan Pendidikan di SD Negeri Paccinang 1 Kota Makassar tahun 2000, SLTP Islam Athirah Kota Makassar pada tahun 2003, dan SMA Negeri 12 Makassar pada tahun 2006. Menyelesaikan Pendidikan S-1 Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi di Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar pada

tahun 2010 dan Pendidikan S-2 pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Olahraga, Pascasarjana Universitas Negeri Makassar pada tahun 2013. Pekerjaan sebagai Dosen Pendidikan Jasmani Universitas Muhammadiyah Palopo 2018 – Sekarang. Jenjang karier penulis antara lain: pernah mengajar sebagai Asisten Dosen Luar Biasa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar pada tahun 2010 – 2018; pernah mengajar di SMK Kesehatan Angkatan Laut Kota Makassar pada tahun 2016 – 2018; pernah menjadi Anggota Pengawas Ruangan pada SBMPTN PANLOK 82 Makassar pada tahun 2017; Pengurus Cabang Olahraga Petanque Kota Palopo periode 2018 – 2022 sebagai Sekretaris Umum; penulis juga sebagai Pelatih Cabang Olahraga Petanque Kota Palopo; penulis juga sudah menerbitkan 2 buku referensi di tahun yang sama yaitu tahun 2020 dengan judul “Mengenali Struktur Tubuh dan Potensi Fisik Melalui Olahraga

Renang” sebagai penulis utama; dan “Model Pendekatan Bermain Pada Peningkatan Kesegaran Jasmani Sekolah Dasar” sebagai penulis kedua. *Email: muhammadiqbhal@gmail.com.*



Rizki Yuliandra, M.Pd., lahir di Bandar Lampung pada tanggal 25 Juli tahun 1990. Penulis merupakan dosen tetap di Program Studi Pendidikan Olahraga Universitas Teknokrat Indonesia di Lampung. Meraih gelar Sarjana di Universitas Lampung dalam Program Studi PENJASKESREK lalu melanjutkan ke Program Magister Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Jakarta, dan saat ini sedang menyelesaikan program Doktor Pendidikan Jasmani di Universitas Negeri Jakarta.



Maria Herlinda Dos Santos mengabdikan sebagai dosen di Universitas Muhammadiyah Bone, Fakultas Ilmu Pendidikan Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga. Menyelesaikan jenjang Studi S-1 (2014) dan jenjang Studi S-2 (2016) pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Kekhususan Sekolah Dasar di Universitas Negeri Makassar. Melanjutkan Studi Doktor (S-3) Pendidikan Olahraga di Universitas Negeri Jakarta (2021). Pernah bekerja Sebagai Guru PJOK di SMP Frater Makassar (2015-2021). Menjadi Ketua Pengurus Pramuka Yayasan Taman Tunas Makassar (2019-2021). Tahun 2021 aktif sebagai Pelatih Pembinaan Fisik di Merah Putih Academy Makassar. Mulai 2018 hingga sekarang menjadi Dosen Pendidikan Kepelatihan Olahraga di UNIM Bone.



Nana Suryana Nasution, dosen program Studi pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Singaperbangsa Karawang Jawa Barat. Sedang menempuh Program Doktorat Pendidikan Jasmani di Universitas Negeri Jakarta Menjadi Direktur Talent Institute Cabang Karawang. Pendiri Sagara Inspirasi, Kanal Ekspresi Budaya Batujaya. Owners Adventure Garden, Provider Outdoor Activity and Experiential Learning.



Abdul Kholik, M.Pd. Penulis merupakan pengurus PB Persatuan Olahraga Selam Seluruh Indonesia (POSSI), Pelatih Nasional Selam/finswimming Sea Games 2011, Pelatih Nasional Finswimming Word Cup series di Spanyol 2011, Pelatih Nasional Finswimming Word Champions di Hungary 2011, Pelatih Nasional Finswimming Word Cup series di Geneva, Swiss 2013, Pelatih Nasional Finswimming Kejuaraan dunia antar mahasiswa di Lignano Sabbiadoro, Italy tahun 2014, Pelatih Tim PON DKI Jakarta tahun 2004, 2008, 2012, Instruktur Selam One Star.



Aris Mulyono, S.Pd., M.Pd. lahir di Purbalingga pada tanggal 5 September 1976. Menyelesaikan program S-1 tahun 1999 di Universitas Negeri Semarang, tahun 2003 menyelesaikan program S-2 di Pascasarjana Universitas Negeri Semarang, dan tahun 2021 aktif sebagai mahasiswa di Program Doktorat Pendidikan Jasmani S-3 Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta. Sejak tahun 2008 sampai saat ini mengajar sebagai Dosen Tetap di Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.



Nita Eka Aryanti adalah seorang dosen di Akademi Olahraga Prestasi Nasional, Program Studi Ilmu Kepelatihan Olahraga. Penulis menyelesaikan gelar Sarjana Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi di Universitas Negeri Jakarta (2009). Sedangkan gelar Magister Pendidikan Olahraga di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta (2013). Pada tahun 2021 penulis memulai studi pada program Doktor di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta. Penulis juga pernah bekerja di Program Indonesia Emas Kemenpora (2011 s.d 2015) dan KONI Pusat (2016 s.d sekarang). Menjadi tim pengolah data kontingen Indonesia pada SEA Games (2011, 2013, 2017 dan 2019), Paralympic Games (2012). Selain itu, penulis pernah memiliki prestasi sebagai atlet pada cabang olahraga Futsal & Sepak bola, Bola voli dan *Softball*. Penulis mulai mengajar di Akademi Olahraga Prestasi Nasional sejak tahun 2016 mengampu mata kuliah Pedagogik, Belajar Motorik, Perkembangan Motorik dan Praktik Bola voli.



Aisya Kemala adalah seorang Dosen di Universitas Islam 45 Bekasi pada prodi Pendidikan Jasmani dan juga seorang pelatih atletik di PPOP DKI Jakarta. Penulis menyelesaikan gelar sarjana pendidikannya di Universitas Negeri Jakarta pada Prodi Kepelatihan, kemudian mengambil gelar Magister Pendidikan Olahraga di PPS Universitas Negeri Jakarta. Selain menjadi dosen dan pelatih penulis juga merupakan penatar untuk para pelatih tingkat dasar atletik. Kecintaannya pada olahraga membuatnya melanjutkan Program Doktor di PPS Universitas Negeri Jakarta.



Arif Hidayat adalah seorang dosen di STKIP Kusuma Negara Jakarta, Prodi Pendidikan Olahraga. Penulis menyelesaikan gelar Sarjana Pendidikan Olahraga (2009) dan Magister Pendidikan Olahraga di Universitas Negeri Jakarta (2014). Saat ini sedang menempuh program Doktor Pendidikan Jasmani di Universitas Negeri Jakarta tahun 2021.

Pernah Bekerja di Komite Olahraga Nasional Indonesia bidang Sport Development (2009-2011). Menjadi *High Performance Director* SATLAK PRIMA (2010-2017). Pernah bertugas ke Belanda, Jepang, Azerbaijan, Cina, Oman, Vietnam, Singapura, Uzbekistan, Polandia, Hongkong, Thailand, Myanmar dan Malaysia. Saat ini juga aktif sebagai pelatih/pengurus di cabang olahraga seperti Karate, Angkat Besi, *Handball* dan juga Taekwondo.



Devaron Suardi, S.Pd., M.Pd. Lahir di Curup, Bengkulu. Penulis merupakan salah satu mahasiswa Pascasarjana Doktoral S-3 Program Studi Pendidikan Jasmani tahun akademik 2021/2022. Teraftar sebagai penerima Beasiswa Pendidikan Indonesia Kemendikbudristek 2021 di Universitas Negeri Jakarta Program Studi Pendidikan Jasmani. Selain menjadi mahasiswa

S-3, juga merupakan dosen Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi di STKIP Syekh Manshur dari 2017 sampai sekarang. Saat ini tinggal di Perum Mitraland Puri Cikoneng Blok A1 No. 22, Palurahan, Kaduhejo, Pandeglang, Banten, 42254.