

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Penelitian**

Prestasi atlet merupakan hasil dari berbagai upaya yang melibatkan kombinasi faktor-faktor fisiologis, psikologis, sosial, dan lingkungan. Sebagai manifestasi dari dedikasi dan kerja keras, prestasi atlet mencerminkan tidak hanya kemampuan individu tetapi juga dukungan dari berbagai elemen dalam ekosistem olahraga. Untuk mencapai puncak performa, seorang atlet harus mengintegrasikan berbagai aspek yang saling berhubungan dan berinteraksi dalam membentuk kinerja yang optimal. Faktor fisiologis seperti kondisi fisik, kekuatan otot, daya tahan, fleksibilitas, dan kapasitas aerobik sangat penting untuk prestasi atlet. Latihan yang terstruktur dan program nutrisi yang tepat dapat meningkatkan kondisi fisik atlet (Kraemer & Fleck, 2007). Genetika menurut (Bouchard et al., 1997) menyatakan bahwa faktor genetik memainkan peran penting dalam menentukan potensi kinerja atlet. Genetika dapat mempengaruhi berbagai aspek seperti kapasitas aerobik, komposisi tubuh, dan kemampuan pemulihan. Selain itu, faktor psikologis juga memiliki pengaruh besar terhadap prestasi atlet. Motivasi, ketangguhan mental, dan kemampuan mengelola stres adalah beberapa aspek psikologis yang krusial. Motivasi yang tinggi dapat mendorong atlet untuk mencapai tujuan mereka dan mengatasi rintangan yang dihadapi. Dukungan dari keluarga, pelatih, dan rekan tim juga berperan penting dalam membentuk mentalitas yang kuat dan daya juang yang tinggi (Cox, 1990). Mental toughness mengembangkan konsep ketangguhan mental (mental toughness) yang mencakup kemampuan untuk tetap fokus, mengendalikan emosi, dan bertahan dalam situasi tekanan tinggi. Ketangguhan mental dianggap sebagai salah satu faktor kunci dalam mencapai prestasi tinggi (Clough et al., 2002).

Dukungan sosial dari keluarga, pelatih, dan teman-teman dapat meningkatkan rasa percaya diri dan motivasi atlet. Dukungan sosial juga dapat membantu atlet mengatasi stres dan tekanan kompetisi (Bandura, 1977). Menyoroti pentingnya lingkungan latihan yang mendukung, termasuk fasilitas yang memadai, program pelatihan yang baik, dan akses ke teknologi olahraga terbaru (Weineck, 1983).

Akses ke sumber daya ekonomi dan pendidikan dapat mempengaruhi peluang atlet untuk berkembang. Atlet dari latar belakang ekonomi yang lebih tinggi sering memiliki akses yang lebih baik ke pelatihan, peralatan, dan bimbingan yang berkualitas (Bourdieu, 2008). Pengaruh budaya mengemukakan bahwa budaya dan nilai-nilai dalam masyarakat dapat mempengaruhi partisipasi dan prestasi atlet. Misalnya, masyarakat yang menghargai olahraga akan lebih mendukung perkembangan atletik (Putnam, 2000).

Pelatih dan peneliti olahraga, menekankan pentingnya periodisasi dan individualisasi dalam program pelatihan. Menyesuaikan program pelatihan dengan kebutuhan individu atlet dapat meningkatkan efektivitasnya (Bompa & Haff, 2009). Penggunaan teknologi modern dalam analisis kinerja dan pemantauan kondisi fisik atlet, seperti teknologi *wearable* dan analisis video, dapat memberikan data yang akurat untuk meningkatkan program pelatihan (Price et al., 2004). Prestasi atlet merupakan hasil dari integrasi berbagai pemahaman yang komprehensif tentang setiap faktor dapat membantu dalam mengembangkan strategi yang efektif untuk meningkatkan kinerja atlet.

Ciri-ciri tertentu dari olahraga yang dapat mencapai prestasi puncak atau meraih medali dapat bervariasi tergantung pada berbagai karakteristik umum misalnya fasilitas dan infrastruktur yang memadai, akses ke fasilitas latihan yang berkualitas tinggi dan pelatihan dengan peralatan yang canggih dan modern (Joyce et al., 2013). Dukungan finansial dan sponsor, pendanaan yang memadai untuk biaya latihan, perjalanan, dan kompetisi, dukungan dari sponsor yang dapat membantu dalam penyediaan fasilitas dan pelatihan. Pelatihan dan pembinaan yang berkualitas, pelatih dengan pengalaman dan reputasi internasional dan program pelatihan yang disesuaikan dengan kebutuhan individu atlet (Joyce et al., 2013). Program pengembangan bakat seperti identifikasi dan pengembangan bakat sejak usia dini dan program pembinaan yang berkelanjutan dari tingkat pemula hingga profesional. Pendekatan ilmiah dalam Latihan, penggunaan data dan analisis performa untuk mengoptimalkan latihan, integrasi teknologi dalam pemantauan dan evaluasi kinerja atlet (Øyvind Sandbakk, 2023). Dukungan medis dan nutrisi seperti akses ke tim medis dan nutrisisionis yang kompeten dan program nutrisi yang disesuaikan untuk mendukung performa dan pemulihan atlet (Mazzeo, 2006).

Kompetisi dan pengalaman internasional hingga kesempatan untuk berkompetisi di tingkat internasional guna mendapatkan pengalaman dan eksposur, partisipasi dalam berbagai kejuaraan untuk mengukur kemampuan dan performa. Mental dan psikologis yang kuat sehingga dukungan psikologis untuk membantu atlet mengatasi tekanan dan stres kompetisi dan program pelatihan mental untuk meningkatkan fokus dan ketahanan mental (Collins et al., 2009). Dari beberapa karakteristik yang dapat membantu dalam mencapai prestasi puncak dalam olahraga. Integrasi dari berbagai elemen ini, didukung oleh penelitian dan pembinaan yang berkualitas, dapat meningkatkan peluang atlet untuk meraih medali di berbagai kompetisi.

Prestasi olahraga pada masa kini dapat bervariasi tergantung negara, cabang olahraga, dan kompetisi yang bersangkutan (Baker et al., 2018). Namun, secara umum, prestasi olahraga saat ini mencerminkan sebuah kombinasi dari pencapaian atlet, pengembangan infrastruktur olahraga, dukungan pemerintah, teknologi, dan budaya olahraga suatu negara. Di beberapa negara, prestasi olahraga mungkin sedang mengalami tren peningkatan berkat investasi yang besar dalam program pembinaan atlet, pengembangan infrastruktur, dan pendanaan yang memadai. Negara-negara seperti Amerika Serikat, Cina, Inggris, dan negara-negara Eropa lainnya memiliki sejarah yang kaya dalam prestasi olahraga dan terus mengembangkan atlet-atlet berkualitas tinggi. Di sisi lain, negara-negara berkembang mungkin menghadapi tantangan dalam membangun infrastruktur olahraga yang memadai, kurangnya dana untuk program pembinaan atlet, dan masalah sosial-ekonomi lainnya yang memengaruhi prestasi olahraga mereka. Namun demikian, beberapa negara berkembang juga telah menunjukkan kemajuan yang signifikan dalam beberapa cabang olahraga tertentu dan mulai memperoleh pengakuan di tingkat internasional.

Secara global, teknologi juga telah memainkan peran penting dalam meningkatkan prestasi olahraga, baik melalui pengembangan peralatan olahraga yang lebih canggih, analisis data untuk meningkatkan pelatihan atlet, atau bahkan penggunaan teknologi untuk meningkatkan pengalaman penonton. Secara keseluruhan, prestasi olahraga saat ini mencerminkan dinamika yang kompleks antara berbagai faktor seperti bakat individual, latihan, dukungan sistemik, dan

perkembangan teknologi. Terus terjadi perubahan dalam kompetisi olahraga, serta harapan dan tujuan atlet dan negara dalam mencapai keunggulan dalam berbagai cabang olahraga.

Prestasi olahraga merupakan pencapaian atau hasil dari kompetisi atau aktivitas olahraga yang mencerminkan tingkat keterampilan, kecakapan, dan kemampuan atlet atau tim dalam berbagai cabang olahraga. Prestasi olahraga dapat diukur melalui berbagai parameter, termasuk jumlah medali yang dimenangkan dalam kompetisi tingkat lokal, nasional, atau internasional, rekor dunia yang terpecahkan, atau peningkatan performa atlet dari waktu ke waktu. Prestasi olahraga tidak hanya mencakup pencapaian dalam hal kemenangan atau medali, tetapi juga melibatkan aspek-aspek lain seperti fair play, dedikasi, kerja keras, disiplin, dan semangat sportivitas. Prestasi olahraga tidak hanya menjadi sumber kebanggaan bagi atlet, tetapi juga bagi negara dan komunitas olahraga secara keseluruhan. Dalam konteks yang lebih luas, prestasi olahraga juga dapat memiliki dampak sosial, ekonomi, dan politik. Secara sosial, prestasi olahraga dapat menginspirasi generasi muda, mempromosikan gaya hidup sehat, dan memupuk rasa solidaritas dan identitas nasional. Secara ekonomi, prestasi olahraga dapat meningkatkan pariwisata, memperluas peluang investasi, dan memberikan dampak positif pada industri terkait. Secara politik, prestasi olahraga sering kali menjadi bagian dari diplomasi olahraga dan dapat memengaruhi hubungan antar negara serta citra negara di dunia internasional.

Prestasi olahraga merupakan pencapaian hasil kumulatif selama latihan yang ditunjukkan oleh atlet berdasarkan kemampuannya (Sukadiyanto & Muluk, 2011). (Adisasmitho, 2007) juga mengemukakan pengertian serupa, prestasi olahraga merupakan serangkaian pencapaian yang diperoleh oleh atlet dalam menjalankan dan menyelesaikan aktivitas dalam dunia olahraga. Prestasi seorang atlet dapat dinilai dari seberapa sering mereka berkompetisi dan berhasil mencatat kemenangan. Prestasi yang optimal terwujud ketika atlet memanfaatkan seluruh potensi dan komitmennya untuk terus berkembang. Pencapaian olahraga merujuk pada hasil terbaik yang diperoleh oleh seorang atlet sebagai ekspresi dari dedikasi yang mereka berikan, sejalan dengan kemampuan dan keterampilan yang dimiliki dalam menyelesaikan tugas-tugas olahraga. Teori pencapaian prestasi mengacu

pada perilaku individu yang menunjukkan kemampuan (kinerja) untuk mencapai tujuan yang diinginkan (Nichols, Dweck, Maehr, & Ames, 2019).

Prestasi dapat dinilai berdasarkan usaha individu dalam mencapai keberhasilan (Zusho & Clayton, 2011; Madjar, Bachner, & Kushnir, 2012; Hassan & Morgan, 2015). Prestasi olahraga dapat dicapai baik secara individu maupun dalam bentuk tim. Konsep prestasi sangatlah luas dan bervariasi tergantung pada tujuan yang ingin dicapai oleh berbagai pihak, termasuk atlet, pelatih, dan organisasi (Maiyanti et al., 2012). Pengukuran prestasi dapat dilakukan dengan menghitung jumlah medali yang diperoleh dalam berbagai tingkatan kejuaraan, mulai dari tingkat provinsi hingga internasional (Periantalo, 2015), atau dengan memantau perkembangan individu atlet selama latihan dan pertandingan (Maiyanti et al., 2012). Dengan demikian dapat disimpulkan, prestasi olahraga mencerminkan kemampuan optimal dalam menjalankan tugas olahraga dan perkembangan pribadi atlet secara berkesinambungan. Prestasi olahraga bisa diukur dengan mengumpulkan data prestasi puncak atlet, seperti jumlah medali yang diraih dalam kejuaraan antara tahun 2012 hingga 2017.

Pengembangan prestasi olahraga merupakan proses multifaset yang melibatkan berbagai faktor. (Rahman, 2022) menekankan pentingnya identifikasi dan pengembangan bakat, khususnya selama masa sekolah, sebagai landasan penting bagi prestasi olahraga. (Balsevich, 1996) lebih jauh menggaris bawahi peran pelatihan yang diarahkan pada tujuan dalam memastikan kondisi fisik, fungsional, koordinasi, dan psikologis yang diperlukan untuk prestasi olahraga yang tinggi. Pengaruh keterlibatan dan pencapaian olahraga orang tua terhadap pengembangan keahlian atlet disoroti oleh (S. G. Wilson, Wilson, & Baker, 2018), dengan penekanan khusus pada peran ayah. (Prasetya, 2021) membandingkan sistem olahraga prestasi di Indonesia dan Tiongkok, menekankan perlunya dukungan pemerintah dan peran universitas dalam meningkatkan kualitas dan kompetensi olahraga. Studi-studi ini secara kolektif menggaris bawahi pentingnya pengembangan bakat, pelatihan, dan sistem pendukung dalam pengembangan prestasi olahraga.

Untuk mendapatkan prestasi puncak atlet, tidak mungkin lepas dari kualitas dan kuantitas komponen fisiologis yang dimiliki oleh atlet. Komponen fisiologis

yang dimiliki atlet tentu berbeda tiap jenis cabang olahraga yang ditekuni, seperti cabang olahraga atletik komponen fisik yang harus dimiliki antara lain yaitu kecepatan, kecepatan merujuk pada kapasitas fisik tubuh untuk bergerak atau memindahkan diri dengan secepat mungkin, sedangkan fleksibilitas atau kelenturan merupakan upaya untuk meningkatkan kekuatan otot dan kemampuan tubuh untuk melakukan gerakan dengan rentang yang luas (Hoffman, 2002). Latihan fleksibilitas tubuh harus dilakukan secara progresif dan dengan cermat, tanpa memaksa tubuh melebihi batasnya. Fleksibilitas atau kelenturan sendi merupakan kemampuan maksimum untuk mengurangi risiko cedera. Kekuatan dan daya tahan mengacu pada kemampuan otot untuk menahan beban dan menjalankan aktivitas secara konsisten, sementara daya tahan adalah kemampuan individu untuk menggunakan sistem jantung, paru-paru, serta sistem pernapasan dan peredaran darah secara optimal. Ini memungkinkan individu untuk menjalankan aktivitas tanpa henti secara berkelanjutan.

Keberhasilan atlet dalam kompetisi atau kejuaraan olahraga tidak hanya bergantung pada aspek fisik (Apollaro et al., 2022). Prestasi atlet dalam mencapai keberhasilan juga dipengaruhi oleh keterampilan teknis, strategi, dan kekuatan mental (Trecruci et al., 2020). Fisik umumnya merujuk pada tubuh yang sering digunakan sebagai alat untuk melakukan gerakan atau aktivitas fisik (Wibowo, 2013). Seorang atlet yang sukses memerlukan kondisi fisik yang prima, keterampilan teknis yang baik, motivasi, dedikasi, disiplin yang tinggi, dan ketahanan mental. Kondisi fisik yang prima tidak akan memberikan hasil optimal tanpa dukungan dari kesehatan mental.

Peningkatan perhatian para pelatih, media, dan akademisi terhadap pembinaan olahraga telah menjadi fokus utama. Hal ini tercermin dalam upaya meningkatkan prestasi olahraga di berbagai negara, termasuk Indonesia. Peningkatan prestasi dalam dunia olahraga tidak lagi hanya bergantung pada pengalaman atletik seorang pelatih di masa lalu. Saat ini, seorang pelatih harus terus mengembangkan diri dan meningkatkan kualifikasi melalui pelatihan dan sertifikasi untuk memperoleh pengetahuan baru yang dapat diterapkan dalam pembinaan atlet (Martindale & Nash, 2012). Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan prestasi dalam olahraga memerlukan pengetahuan baru yang diharapkan dapat meningkatkan kinerja atlet

(Williams, 2005). Dukungan dari perkembangan teknologi informasi (TI) juga memungkinkan pelatih untuk lebih efektif dalam pembinaan atlet. Tuntutan ini tidak hanya berlaku bagi pelatih, tetapi juga bagi para atlet untuk memperoleh manfaat dari pengetahuan dan teknologi (IPTEK) (Abidin, 2016).

Prestasi olahraga internasional mengacu pada pencapaian atlet, tim, dan negara dalam berbagai kompetisi dan event olahraga yang diakui secara global (Bosscher et al., 2008). Prestasi olahraga internasional juga mencerminkan sejumlah faktor seperti dedikasi atlet, investasi dalam pembinaan atlet, dukungan pemerintah, infrastruktur olahraga, dan budaya olahraga di negara tersebut (Aeles et al., 2021). Melalui kompetisi internasional, dunia olahraga menjadi panggung bagi atlet untuk menunjukkan keterampilan dan semangat kompetitif mereka, sambil memupuk hubungan antarnegara dan mempromosikan nilai-nilai sportivitas dan persatuan. Prestasi olahraga internasional merujuk pada pencapaian dan keberhasilan atlet atau tim olahraga dari suatu negara dalam berbagai kompetisi dan kejuaraan olahraga yang berskala internasional (Baker et al., 2018a). Prestasi ini mencakup perolehan medali, prestasi individu atau kelompok, dan pengakuan atas keunggulan dalam berbagai cabang olahraga yang diakui secara global. Faktor-faktor seperti persiapan fisik, strategi taktis, manajemen tim, dan dukungan infrastruktur menjadi kunci dalam meraih prestasi olahraga internasional. Prestasi tersebut sering kali menjadi sumber kebanggaan nasional dan dapat memainkan peran penting dalam memperkuat citra dan identitas suatu negara di tingkat global. Berbagai faktor yang mempengaruhi Kesuksesan olahraga internasional suatu negara, termasuk aspek sosial, budaya, dan politik (Bosscher, Shibli, Westerbeek, & van Bottenburg, 2016). Keberhasilan ini dapat meningkatkan kebanggaan nasional, tetapi tidak selalu berdampak positif di mata dunia (Haut, Gassmann, Emrich, Meyer, & Pierdzioch, 2020). Menurut (Cha, 2016), olahraga juga memainkan peran penting dalam hubungan internasional karena berfungsi sebagai cara untuk membangun bangsa, mengekspresikan politik, dan menetapkan posisi global. Pengalaman setiap atlet, terutama atlet Portugal, dapat membantu menjelaskan kesulitan dan dampak yang memengaruhi jalan mereka menuju kesuksesan dalam olahraga (Pereira et al., 2016).

Prestasi olahraga nasional tidak dapat dicapai tanpa fondasi yang kokoh, mengingat prestasi tersebut tidak dapat timbul secara tiba-tiba atau instan. Prestasi memerlukan pembangunan yang terencana, berjenjang, dan berkelanjutan, didukung oleh upaya pembinaan dan pengembangan yang terstruktur, serta pemanfaatan pengetahuan dan teknologi dalam dunia olahraga. Secara mendasar, prestasi olahraga memberikan dampak signifikan bagi suatu wilayah (baik itu kota, kabupaten, atau negara), menjadi sumber kebanggaan dan prestise yang diakui oleh wilayah lain, mendapatkan pengakuan di ranah politik, dan bahkan berdampak pada sektor ekonomi (Houlihan & Green, 2008). Belakangan ini, semua lapisan masyarakat di seluruh negeri telah menantikan keberhasilan yang dapat diperoleh para atlet yang berkompetisi dalam berbagai ajang olahraga. Prestasi yang diharapkan dari para atlet tersebut dapat meningkatkan citra dan kebanggaan bangsa Indonesia, yang sedang menghadapi tantangan. Masyarakat Indonesia telah lama menanti momen pengibaran Bendera Merah Putih sambil menyanyikan lagu Indonesia Raya dalam sebuah acara yang dinanti-nantikan. Untuk mewujudkan peristiwa tersebut, pengelolaan olahraga prestasi seharusnya dilakukan dengan cermat, karena pencapaian prestasi tidak dapat dicapai secara instan dan spontan.

Prestasi olahraga di Nusa Tenggara Barat (NTB) merujuk pada pencapaian atlet atau tim olahraga yang berasal dari provinsi tersebut dalam berbagai kompetisi dan kejuaraan olahraga, baik di tingkat nasional maupun internasional. Prestasi ini mencakup sejumlah aspek, seperti perolehan medali, prestasi individu atau kelompok, serta pengakuan atas keunggulan dalam cabang-cabang olahraga tertentu. Faktor-faktor yang dapat memengaruhi prestasi olahraga di NTB melibatkan berbagai aspek, termasuk dukungan infrastruktur olahraga, program pembinaan atlet, ketersediaan fasilitas pelatihan, dan partisipasi aktif masyarakat dalam kegiatan olahraga. Selain itu, nilai-nilai budaya dan tradisional di NTB juga dapat memainkan peran dalam membentuk dan memotivasi prestasi olahraga di tingkat provinsi ini. Prestasi olahraga yang baik di NTB tidak hanya dapat meningkatkan kebanggaan lokal, tetapi juga dapat memberikan dampak positif pada pembangunan komunitas dan meningkatkan citra provinsi tersebut di dunia olahraga nasional. Oleh karena itu, optimalisasi pengembangan potensi atlet,



peningkatan fasilitas olahraga, dan pembinaan yang baik menjadi faktor penting untuk meningkatkan prestasi olahraga di NTB.

Nusa Tenggara Barat, yang mencakup pulau Lombok dan Sumbawa, sebelumnya merupakan bagian dari kepulauan Sunda Kecil, yang terletak di sebelah timur Pulau Jawa. Kedua pulau besar di Provinsi Nusa Tenggara Barat ini memiliki perbedaan geografis yang mencolok, termasuk dalam hal kepadatan kesuburan dan curah hujan, menurut data statistik yang ada. Secara geografis, Nusa Tenggara Barat terletak di jalur lalu lintas Nusantara yang sering dilewati oleh berbagai suku bangsa dalam pelayaran antarpulau di masa lampau dan saat ini. Sebagian besar populasi yang tinggal di Provinsi Nusa Tenggara Barat berasal dari suku asli setempat, dengan persentase mencapai 93,33%. Di antara mereka, suku Sasak mencakup 67,57%, sementara suku lainnya seperti Bima, Sumbawa, Dompu, dan yang lainnya, menyumbang sebesar 25,76%. Data ini diperoleh dari Sensus Penduduk Indonesia 2010 yang menunjukkan komposisi etnis atau suku bangsa di Provinsi Nusa Tenggara Barat. Perkembangan olahraga di Provinsi NTB mengalami fluktuatif. Pada PON XVIII Riau Provinsi NTB berada pada peringkat 12 dengan perolehan medali 11 emas, 5 perak dan 8 perunggu. Untuk PON Jawa Barat Provinsi NTB berada pada peringkat 14 dengan perolehan medali 11 emas, 10 perak dan 18 perunggu, dan pada PON XX yang diselenggarakan di Papua, Provinsi NTB berada pada peringkat 9 dengan perolehan medali 15 emas, 11 perak dan 12 perunggu. Provinsi NTB bersama dengan NTT dipercaya menjadi tuan rumah bersama PON XXII yang akan diselenggarakan pada Tahun 2028 ([ntbprov.go.id](http://ntbprov.go.id), 2022).

Di Nusa Tenggara Barat (NTB), beberapa cabang olahraga yang telah dibina dan mencapai prestasi mencakup bola voli pantai, tinju, dan atletik. Bola Voli Pantai, pembinaan olahraga bola voli pantai di NTB masih dalam tahap perkembangan. Meskipun program pembinaan sudah berjalan, hasil evaluasi menunjukkan bahwa input dan proses masih perlu banyak perbaikan. Namun, secara umum, produk dari pembinaan ini sudah menunjukkan beberapa prestasi yang baik (Irmansyah, 2017; Ridwan Lubis et al., 2017). Atlet-atlet tinju dari NTB telah menunjukkan prestasi yang membanggakan di berbagai kejuaraan nasional dan internasional. Misalnya, mereka sering kali meraih medali dalam ajang-ajang

nasional seperti PON (Pekan Olahraga Nasional). Dalam bidang atletik, NTB juga menghasilkan beberapa atlet berprestasi yang telah meraih medali di berbagai kejuaraan nasional. Program pembinaan yang berfokus pada pengembangan fisik dan teknik telah memberikan hasil positif dalam bentuk peningkatan prestasi atlet. Prestasi-prestasi ini menunjukkan bahwa meskipun terdapat tantangan dalam proses pembinaan, upaya yang terus-menerus dari berbagai pihak di NTB telah membuahkan hasil yang signifikan dalam mengembangkan olahraga dan menghasilkan atlet-atlet berprestasi.

Terdapat beberapa atlet potensial yang berasal dari NTB yang mewakili Indonesia di kancah internasional diantaranya adalah Atlet dengan etnis Sasak yaitu sprinter Indonesia itu mengukir tonggak sejarah di atletik Indonesia dengan meraih medali emas dan gelar juara dunia nomor 100m Kejuaraan Dunia Junior IAAF 2018 yang digelar di Tampere, Finlandia, dengan catatan waktu 10,18 detik. Prestasi ini menandai kemajuan yang signifikan bagi atletik Indonesia. Sebelum prestasi tersebut, prestasi terbaik Indonesia pada Kejuaraan Dunia Atletik junior lari 100m adalah finis kedelapan pada babak penyisihan pada tahun 1986. Selain itu, pada Kejuaraan Atletik Junior Asia 2018 di Jepang, atlet tersebut juga meraih medali emas pada nomor lari 100m dengan waktu 10,27 detik. Atlet dengan etnis Samawa yaitu atlet yang memegang Rekor Nasional Indonesia dalam Lompat Jauh. Pada U20 Thailand Open 2010, mereka meraih emas di nomor 100 dan 200 meter. Selanjutnya mereka berkompetisi di Kejuaraan Atletik Dunia 2013 di nomor 100 meter putra. Pada tahun 2019, mereka keluar sebagai pemenang dalam kategori Lompat Jauh di Asian Games Tenggara. Mewakili negaranya, atlet etnis Mbojo ini berspesialisasi dalam cabang olahraga lari cepat dan mengikuti Kejuaraan Dunia 2011. Pada Kejuaraan Asian Games 2018 cabang atletik nomor estafet putra 4x100 meter putra atlet tersebut mempersembahkan medali perak, medali tersebut menjadi ajang terakhirnya memperkuat Indonesia. Seorang atlet Indonesia yang berasal dari etnis Sasak telah menunjukkan prestasi gemilang dalam cabang karate putra pada Pesta Olahraga Asia Tenggara 2019 di Manila, Filipina, dengan memenangkan medali emas dalam nomor kata individu putra. Pencapaiannya tersebut juga diikuti dengan meraih medali emas pada nomor kata individu putra pada Pesta Olahraga Asia Tenggara 2021 di Hanoi, Vietnam. Atlet Voli Pantai Indonesia yang berasal

dari etnis Sasak dan etnis Mbojo tersebut telah berpasangan sejak tahun 2011. Di ajang internasional, mereka berhasil memenangkan medali emas pada Pesta Olahraga Solidaritas Islam 2013, serta meraih medali perunggu pada Pesta Olahraga Pantai Asia 2014 di Phuket, Thailand. Pada tahun 2018, mereka kembali meraih medali perunggu pada Pesta Olahraga Asia. Dengan prestasi mereka, mereka telah mengukir nama Indonesia di dunia olahraga internasional. Dan ke Enam atlet tersebut merupakan putra putri asli daerah berasal dari NTB.

Fisiologi olahraga mencakup berbagai kepentingan ilmiah luas dan beragam (Jakeman et al., 2014). Fisiologi Olahraga adalah disiplin ilmu fisiologi yang mengkaji transformasi fisiologis yang terjadi dalam tubuh ketika melakukan aktivitas olahraga. Dengan memahami perubahan ini, seseorang dapat merencanakan program olahraga yang dapat menghasilkan perubahan yang diinginkan secara optimal. Menurut (Anggriawan, 2015) Penerapan pengetahuan tentang Faal Olahraga dalam meningkatkan kinerja atlet menjadi sangat penting dalam menentukan tingkat kegiatan latihan dan menilai pencapaian atlet selama proses latihan yang berjenjang. Penentuan intensitas latihan dilakukan di laboratorium Fisiologi Olahraga, dan hasilnya disampaikan kepada pelatih untuk diimplementasikan selama pelatihan. Menurut Saibene (2003), penggunaan teknologi menjadi sangat penting, terutama dengan adopsi peralatan canggih yang memberikan informasi tentang dampak fisiologis dari latihan yang dijalankan. Fisiologi olahraga mempelajari perubahan dalam fungsi organ tubuh, baik secara sementara (akut) maupun secara permanen, yang disebabkan oleh aktivitas fisik. Fisiologi Olahraga menguraikan dan menjelaskan perubahan dalam fungsi tubuh yang diakibatkan oleh latihan tunggal (*acute exercise*) maupun latihan berulang (*chronic exercise*), dengan tujuan untuk meningkatkan respons fisiologis terhadap berbagai variabel seperti intensitas, durasi, frekuensi latihan, kondisi lingkungan, dan kondisi fisiologis individu. Organ-organ tubuh akan terus beradaptasi untuk mempertahankan keseimbangan internal yang stabil, yang dikenal sebagai "Homeostasis" (Hammond et.al., 2007).

Prestasi terbaik seorang atlet dapat terwujud melalui kombinasi bakat alami dan proses pembinaan yang terstruktur serta berkelanjutan. Proses pembinaan atlet yang terstruktur bertujuan untuk meningkatkan kondisi fisik dan fisiologis yang

sesuai dengan tuntutan cabang olahraga yang bersangkutan. Perubahan kondisi fisik fisiologis atlet sesudah melakukan latihan dapat dievaluasi dengan tes fisiologi atlet. Hasil tes ini dapat menunjukkan perubahan kemampuan kondisi fisik fisiologis atlet dan dapat pula digunakan secara berkala untuk mengevaluasi efektivitas latihan sejak tahap pembibitan, penjarangan dan sampai tahap akhir pada program latihan atlet periode usia emas. Atlet memiliki potensi untuk mencapai performa terbaik dalam cabang olahraga tertentu dengan mengikuti program pembinaan olahraga yang menerapkan prinsip-prinsip ilmu faal olahraga dalam menyusun program periodisasi latihan. Pelaksanaan program latihan dilakukan secara sistematis dan berjenjang yang terdiri dari lima tahapan yaitu; pembibitan, pemanduan bakat, sistem pembinaan berjenjang sejak usia dini, menerapkan IPTEK olahraga pada program latihan dan program latihan spesifik pada atlet usia emas (Purba, 2019).

Untuk mencapai prestasi atlet olahraga yang optimal, selain melakukan latihan yang direncanakan dan terprogram dengan mengikuti prinsip-prinsip latihan, penting juga untuk memperhatikan nutrisi yang dikonsumsi oleh atlet. Untuk memberi atlet kesempatan untuk menerapkan taktik dan teknik yang mereka pelajari selama pelatihan di lapangan dalam kompetisi yang sebenarnya, sangat penting untuk mengadakan kompetisi secara teratur. Pengalaman kompetisi yang luas akan membantu para atlet lebih mampu menangani situasi yang berubah-ubah selama pertandingan. Tujuan pembinaan olahraga prestasi adalah untuk mengembangkan atlet secara sistematis, bertahap, dan berkesinambungan melalui partisipasi dalam kompetisi dengan tujuan mencapai hasil yang optimal. Untuk mencapai tujuan ini, pembinaan olahraga prestasi menggunakan teknologi dan ilmu pengetahuan keolahragaan. Oleh karena itu, cabang olahraga lain tidak mendapatkan prioritas pendanaan yang memadai karena kekurangan dana pemerintah. Oleh karena itu, perlu mencari dana dari sektor swasta dan masyarakat.

Pembinaan olahraga prestasi mengadopsi pola piramida atau model segitiga yang bertumpu pada proses pembinaan yang berkelanjutan. Konsep ini menekankan pentingnya melihat program pemassalan dan pembibitan sebagai landasan bagi pembinaan prestasi, dengan memperhatikan program pendidikan jasmani yang komprehensif, pengembangan klub olahraga sekolah, kegiatan

kompetisi intramural, serta partisipasi dalam kompetisi intersklastik. Selain itu, pemuncaknya terjadi melalui pelaksanaan training camp bagi atlet muda berbakat. Untuk mendorong pengembangan olahraga, diperlukan promosi partisipasi masyarakat dalam kegiatan olahraga secara proaktif, berkelanjutan, dan disertai pemahaman akan tujuan sejati olahraga. Hal ini hanya dapat dicapai melalui penyelenggaraan sistem manajemen olahraga nasional yang terencana, terintegrasi, dan berkelanjutan, dengan keterlibatan aktif dari berbagai lapisan masyarakat. Namun, sayangnya, pembinaan atlet di kalangan pelajar seringkali tidak terhubung secara berkesinambungan dengan pengembangan cabang olahraga yang diberikan secara prioritas.

Studi pembinaan olahraga adalah bagian dari ilmu olahraga, dengan disiplin ilmu fisiologi olahraga, psikologi olahraga dan biomekanik yang mendasari teori dan penelitian empiris mengenai proses pembinaan (Potrac et al., 2000). Meskipun semakin diakuinya pembinaan sebagai kegiatan sosial dan kontekstual, sedikit penelitian secara khusus berfokus pada rincian konstitutif dari tindakan sosial yang terdiri dari proses pembinaan. Kemajuan teoritis dalam rekonseptualisasi pembinaan belum sesuai dengan studi empiris yang diperlukan untuk menetapkan secara mendalam apa saja kegiatan sosial kompleks ini (Evans, 2017).

Pembibitan cabang olahraga selama ini masih bersifat ikutan-ikutan dari provinsi lain, padahal secara geografis NTB memiliki 3 wilayah yang berbeda-beda. Dan bukan mustahil dari masing-masing wilayah/suku atau etnis tersebut memiliki potensi baik untuk kecabangan maupun pembinaannya. Pembinaan baik pemilihan cabang dan proses pembinaan di NTB sampai sekarang belum terpolakan berdasarkan wilayah sendiri. Untuk itu perlu kiranya ada data otentik tentang prestasi atlet dari masing-masing etnis yang ada di NTB. Atau bisa jadi, pembinaan atlet dan pemilihan cabang olahraga di suatu wilayah yang ideal itu mestinya berdasarkan etnis di lingkungan NTB namun sampai sekarang data prestasi atlet dan etnis di NTB Belum tersedia oleh karena itu saya tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Kajian Aspek fisiologis, Antropometri dan Demografis Dengan Prestasi Atlet Berdasarkan Etnis di NTB” guna untuk melihat gambaran dan hal tersebut.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah dijelaskan di atas, masalah yang dirumuskan penelitian ini adalah:

- 1.2.1 Apakah terdapat hubungan aspek fisiologis dengan prestasi atlet berdasarkan etnis di NTB?
- 1.2.2 Apakah terdapat hubungan aspek antropometri dengan prestasi atlet berdasarkan etnis di NTB?
- 1.2.3 Apakah terdapat hubungan aspek demografis dengan prestasi berdasarkan etnis NTB?
- 1.2.4 Faktor apa yang berkontribusi paling besar terhadap prestasi atlet berdasarkan etnis NTB?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah diuraikan sebelumnya, tujuan utama dari penelitian ini adalah:

- 1.3.1 Untuk mengkaji apakah terdapat hubungan aspek fisiologis dengan prestasi atlet berdasarkan etnis di NTB.
- 1.3.2 Untuk mengkaji apakah terdapat hubungan aspek antropometri dengan prestasi atlet berdasarkan etnis di NTB.
- 1.3.3 Untuk mengkaji apakah terdapat hubungan aspek demografis dengan prestasi atlet berdasarkan etnis di NTB.
- 1.3.4 Untuk mengetahui faktor apa yang berkontribusi paling besar terhadap prestasi atlet berdasarkan etnis di NTB.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Secara Teoritis**

Secara teoritis, tujuan penelitian ini adalah untuk menghasilkan temuan keilmuan baru mengenai gambaran prestasi atlet yang mungkin dari keragaman etnis di NTB. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat membantu kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK), khususnya dalam hal prestasi atlet yang dilihat dari sudut pandang fisiologis.

#### **1.4.2 Manfaat Secara Kebijakan**

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi pemangku kebijakan dalam menerapkan pembinaan atlet prestasi melalui kajian aspek fisiologis.

#### **1.4.3 Manfaat Secara Praktis**

Dapat di jadikan sebagai bahan pertimbangan bagi para pelatih dalam pembinaan atlet prestasi untuk mencari atlet berprestasi melalui kajian aspek fisiologis.

#### **1.4.4 Manfaat dari segi Isu serta aksi sosial**

Dengan penelitian ini diharapkan pembinaan atlet prestasi dapat dijalankan dengan baik oleh pemerintah daerah dan menentukan cabang olahraga unggulan yang ada di NTB.

### **1.5 Struktur Organisasi**

Peraturan Rektor Universitas Pendidikan Indonesia Nomor 7867/UN40/HK/2019, pedoman penulisan karya ilmiah UPI tahun 2019, mengatur cara penulisan disertasi ini di antaranya:

#### **1.5.1 Bab I Pendahuluan**

Bab I menjelaskan latar belakang masalah yang berkaitan dengan prestasi, Aspek fisiologis, antropometri, demografis dan etnis NTB serta hasil penelitian. Selanjutnya, masalah penelitian diidentifikasi dan dirumuskan dalam rumusan masalah, yang akan digunakan untuk menemukan jawabannya melalui penelitian ini. Bab ini juga membahas tujuan disertasi, manfaat, dan strukturnya.

#### **1.5.2 Bab II Kajian Pustaka**

Bab II mencakup pokok bahasan disertasi dan teori-teori yang relevan. Bab II membahas lebih lanjut tentang Prestasi atlet, aspek fisiologis, aspek antropometri, aspek demografis dan Etnis NTB. Untuk membuat kerangka berpikir untuk merumuskan hipotesis penelitian, bab ini membahas temuan penelitian tentang prestasi atlet dan etnis NTB. Selain itu, teori ilmu fisiologi olahraga dikaji secara logis berdasarkan temuan empirik.

### **1.5.3 Bab III Metode Penelitian**

Bab III membahas metode dan desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini. Ini mencakup teknik sampling untuk menentukan partisipan, instrumen yang digunakan, dan prosedur dan langkah-langkah penelitian dari awal hingga akhir.

### **1.5.4 Bab IV Temuan dan Pembahasan**

Bab IV membahas hasil penelitian melalui pengolahan dan analisis data statistik untuk membuktikan hipotesis. Hasil penelitian ini akan dibahas secara menyeluruh di bab ini.

### **1.5.5 Bab V Simpulan, Implikasi dan Rekomendasi**

Bab V mencakup kesimpulan, bukti hipotesis penelitian, dan alasan untuk menjawab rumusan masalah. Ini juga membahas potensi relevansi hasil penelitian untuk praktik, kebijakan, teori, dan penelitian selanjutnya.