

**KEBIJAKAN PEMBINAAN OLAHRAGA PRESTASI
MELALUI PPLP JAWA BARAT
(Studi Evaluasi Penerapan Gizi Atlet Periode 2013-2018)**

Tesis

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat
Memperoleh Gelar Magister Pendidikan
Program Studi Pendidikan Olahraga



**Oleh
Ninoy Yudhistya Sulistiyono
1808660**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA
SEKOLAH PASCASARJANA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2020**

**Kebijakan Pembinaan Olahraga Prestasi Melalui PPLP Jawa Barat
(Studi Evaluasi Penerapan Gizi Atlet Periode 2013-2018)**

Oleh:

Ninoy Yudhistya Sulistiyono

S.Si Universitas Pendidikan Indonesia Bandung, 2013

Sebuah Tesis yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Magister Pendidikan (M.Pd) pada Sekolah Pasca Sarjana

© Ninoy Yudhistya Sulistiyono 2020

Universitas Pendidikan Indonesia

Desember 2020

Hak Cipta dilindungi undang-undang

Tesis ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
Dengan di cetak ulang, difotocopy, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

NINOY YUDHISTYA SULISTIYONO

KEBIJAKAN PEMBINAAN OLAHRAGA PRESTASI
MELALUI PPLP JAWA BARAT
(Studi Evaluasi Penerapan Gizi Atlet Periode 2013-2018)

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I,



Prof. Dr. H. Yudha M. Saputra, M.Ed.

NIP: 196303121989011002

Pembimbing II,



Dr. Nuryadi, M.Pd.

NIP: 197101171998021001

Mengetahui:

Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga
Sekolah Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia



Prof. Dr. H. Amung Ma'mun, M.Pd.

NIP: 196001191986031002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Dengan ini menyatakan Tesis yang berjudul **“Kebijakan Pembinaan Olahraga Prestasi Melalui PPLP Jawa Barat (Study Evaluasi Penerapan Gizi Atlet Periode 2013-2018)”** beserta isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Tidak ada bagian didalamnya yang merupakan plagiat dari karya orang lain dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, 25 November 2020
Yang Membuat Pernyataaan



Ninoy Yudhistya Sulistiyono
NIM. 1808660

Ninoy Yudhistya Sulistiyono

ABSTRAK

Kebijakan pembinaan olahraga prestasi adalah suatu kombinasi yang berhubungan dengan rumusan, formulasi, adopsi, implementasi, dan evaluasi. Dalam pembinaan olahraga prestasi banyak ilmu yang mendukung salah satunya ilmu gizi. Oleh karena itu perlu adanya penerapan gizi yang baik bagi atlet. Tujuan penelitian ini untuk melihat kebijakan penerapan gizi atlet dan prestasi atlet PPLP Jawa Barat pada periode 2013-2018. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain penelitian studi evaluasi. Menggunakan teknik wawancara semi-terstruktur dan menggunakan analisis triangulasi data. Responden diambil menggunakan teknik purposive sampling yang berjumlah empat orang. Dari hasil penelitian dilapangan terungkap beberapa kesimpulan antara lain. Penerapan gizi atlet sudah dibuat dan tertuang dalam anggaran kerja dengan menghitung kebutuhan gizi atlet tiap cabang olahraga pada perodesasi pra kompetisi. Semua responden menyampaikan bahwa masih ada kekurangan dalam penerapan gizi atlet karena belum adanya ahli gizi. Implementasinya bahwa semua atlet makan secara prasmanan dengan mengkonsumsi makanan yang sama. Untuk varian menu semua responden menyatakan sangat bervariasi. Penerapan gizi dan status gizi atlet masih belum ada yang mengevaluasi secara berkala. Semua responden mengatakan prestasi atlet PPLP Jawa Barat selama periode ini telah meraih juara umum POPNAS sebanyak tiga kali berturut-turut pada tahun 2015, 2017, 2019.

Kata Kunci: Kebijakan Olahraga, Penerapan Gizi, Prestasi Olahraga

DAFTAR ISI

ABSTRAK	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI	6
DAFTAR TABEL	9
DAFTAR GAMBAR	10
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1. Latar Belakang Penelitian	Error! Bookmark not defined.
2. Rumusan Masalah Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
4. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
5. Struktur Organisasi Tesis	Error! Bookmark not defined.
BAB II KAJIAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
1. Analisis Kebijakan	Error! Bookmark not defined.
1.1. Analisis	Error! Bookmark not defined.
1.2. Kebijakan	Error! Bookmark not defined.
1.3. Analisis Kebijakan	Error! Bookmark not defined.
1.4. Metode Analisis Kebijakan.....	Error! Bookmark not defined.
2. Pembinaan Olahraga Prestasi	Error! Bookmark not defined.
2.1 Pembinaan.....	Error! Bookmark not defined.
2.2 Olahraga Prestasi.....	Error! Bookmark not defined.
2.3 Pembinaan dan Pengembangan Olahraga Prestasi.....	Error! Bookmark not defined.
3. Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP) Jawa Barat . Error! Bookmark not defined.	
4. Gizi	Error! Bookmark not defined.
4.1 Pengertian	Error! Bookmark not defined.
4.2 Index Massa Tubuh.....	Error! Bookmark not defined.
3.1. Gizi Olahraga	Error! Bookmark not defined.
5. Peraturan Pemerintah	Error! Bookmark not defined.
5.1. UU No 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan. Error! Bookmark not defined.	

5.2.	PERDA No 1 Tahun 2015 Tetang Penyelenggaraan Keolahragaan ...	Error! Bookmark not defined.
6.	Penelitian Terdahulu	Error! Bookmark not defined.
7.	Kerangka Pemikiran	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN		Error! Bookmark not defined.
1.	Desain Penelitian	Error! Bookmark not defined.
2.	Lokasi dan Sampel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
2.1.	Lokasi Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
2.2.	Sampel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
2.3.	Karateristik Sampel.....	Error! Bookmark not defined.
3.	Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.
3.1.	Analisis kebijakan	Error! Bookmark not defined.
3.2.	Olahraga.....	Error! Bookmark not defined.
3.3.	Program pendidikan dan latihan pelajar PPLP.....	Error! Bookmark not defined. defined.
3.4.	Penerapan gizi	Error! Bookmark not defined.
4.	Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
5.	Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
5.1.	Observasi.....	Error! Bookmark not defined.
5.2.	Wawancara.....	Error! Bookmark not defined.
5.3.	Dokumentasi	Error! Bookmark not defined.
5.4.	Triangulasi	Error! Bookmark not defined.
6.	Pengolahan dan Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
6.1.	Pengolahan data	Error! Bookmark not defined.
6.2.	Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN		Error! Bookmark not defined.
1.	Temuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.1.	Hasil Wawancara	Error! Bookmark not defined.
1.1.1.	Responden 1	Error! Bookmark not defined.
1.1.1.1.	Rumusan Kebijakan	Error! Bookmark not defined.
1.1.1.2.	Formulasi Kebijakan	Error! Bookmark not defined.
1.1.1.3.	Adopsi Kebijakan.....	Error! Bookmark not defined.

1.1.1.4.	Implementasi Kebijakan	Error! Bookmark not defined.
1.1.1.5.	Evaluasai Kebijakan.....	Error! Bookmark not defined.
1.1.2.	Responden 2	Error! Bookmark not defined.
1.1.2.1.	Rumusan Kebijakan	Error! Bookmark not defined.
1.1.2.2.	Formulasi Kebijakan.....	Error! Bookmark not defined.
1.1.2.3.	Adopsi Kebijakan.....	Error! Bookmark not defined.
1.1.2.4.	Implementasi Kebijakan	Error! Bookmark not defined.
1.1.2.5.	Evaluasai Kebijakan.....	Error! Bookmark not defined.
1.1.3.	Informan 1	Error! Bookmark not defined.
1.1.3.1.	Rumusan Kebijakan	Error! Bookmark not defined.
1.1.3.2.	Formulasi Kebijakan	Error! Bookmark not defined.
1.1.3.3.	Adopsi Kebijakan.....	Error! Bookmark not defined.
1.1.3.4.	Implementasi Kebijakan	Error! Bookmark not defined.
1.1.3.5.	Evaluasai Kebijakan.....	Error! Bookmark not defined.
1.1.4.	Informan 2	Error! Bookmark not defined.
1.1.4.1.	Rumusan Kebijakan	Error! Bookmark not defined.
1.1.4.2.	Formulasi Kebijakan	Error! Bookmark not defined.
1.1.4.3.	Adopsi Kebijakan.....	Error! Bookmark not defined.
1.1.4.4.	Implementasi Kebijakan	Error! Bookmark not defined.
1.1.4.5.	Evaluasai Kebijakan.....	Error! Bookmark not defined.
1.2.	Hasil Studi Dokumentasi	Error! Bookmark not defined.
2.	Pembahasan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
2.1.	Rumusan Kebijakan	Error! Bookmark not defined.
2.2.	Formulasi Kebijakan	Error! Bookmark not defined.
2.3.	Adopsi Kebijakan	Error! Bookmark not defined.
2.4.	Implementasi Kebijakan	Error! Bookmark not defined.
2.5.	Evaluasi Kebijakan	Error! Bookmark not defined.
2.6.	IMT (Index Massa Tubuh)	Error! Bookmark not defined.
BAB V	SIMPULAN DAN REKOMENDASI	Error! Bookmark not defined.
1.	SIMPULAN	Error! Bookmark not defined.
2.	REKOMENDASI	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.
DATAR RIWAYAT HIDUP	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1: Pengelompokkan olahraga berdasarkan sistem kerja syaraf dan otot untuk penentuan kebutuhan energi dan zat gizi.....	21
Tabel 2.2: IMT menurut kriteria Asia Pasifik	22
Tabel 2.3: Perencanaan Gizi Olahragawan.....	23
Tabel 3.1: Kisi-Kisi Pengumpulan Data Penelitian.....	41
Tabel 3.2: Tahapan Observasi	39
Tabel 4.1: Pemenuhan Gizi Atlet Kebutuhan Energi dan Zat Gizi Makro Berdasar Jenis Cabang Olahraga dan Jenis Kelamin.....	63
Tabel 4.2: Contoh Pemenuhan Gizi Pra Kompetisi Cabang Olahraga Gulat.....	64
Tabel 4.3: Contoh Pemenuhan Gizi Pra Kompetisi Cabang Olahraga Senam....	66
Tabel 4.4: Rata-Rata Tinggi dan Berat Badan Atlet PPLP.....	67
Tabel 4.5: Rata-Rata Index Massa Tubuh Atlet Laki-Laki PPLP Jawa Barat	77
Tabel 4.6: Rata-Rata Index Massa Tubuh Atlet Perempuan PPLP Jawa Barat...	77

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1: Lima Prosedur Analisis Kebijakan	16
Gambar 2.2: Kerangka Pemikiran Penelitian	31
Gambar 3.1: Model <i>Blueprint</i> Penelitian kualitatif	32
Gambar 3.2: <i>Blueprint</i> Analisi Kebijakan Gizi Olahraga	33
Gambar 3.3: Sampel Penelitian	35
Gambar 3.4: Cara Triangulasi Penelitian.....	42
Gambar 4.1: Undang-Undang Republik Indonesia Pasal 20 Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional	58
Gambar 4.2: PERDA JABAR Pasal 11	59
Gambar 4.3: PERDA JABAR Pasal 20	69
Gambar 4.4: PERDA JABAR Pasal 40	60
Gambar 4.5: Struktur organisasi Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar Jawa Barat 2018	61
Gambar 4.6: Parameter Seleksi Atlet PPLP Jawa Barat.....	61
Gambar 4.7: Peraturan dan Tata Tertib PPLP Jawa Barat.....	62
Gambar 4.8: Jadwal Makan Atlet PPLP Jawa Barat	63

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, S. Z. (2012) Kebijakan Publik. *Jakarta: Salemba Humanika*
- Alwasilah, A. Chaedar. (2006) Pokoknya Kualitatif. Dasar-dasar Merancang dan Melakukan Penelitian Kualitatif. *Jakarta: Pustaka Jaya*
- Ariesta, W.T., (2016) Tingkat Pemahaman Kebutuhan Asupan Gizi Atlet Lari Jarak Jauh. *Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta*
- Arsani, N. L. K. A., Agustini, N. N. M., & Sudarmada, I. N. (2014). Manajemen Gizi Atlet Cabang Olahraga Unggulan di Kabupaten Buleleng. *Jurnal Sains Dan Teknologi* /275, 3(1), 275–287.
- Bahtiar, J. (2018). Kebijakan Pembinaan Atlet Pusat Pendidikan Dan Latihan Pelajar Dinas Kepemudaan Dan Olah Raga Propinsi Sulawesi Tenggara. *Journal Publiuho*, 2621–1351, 1–15.
- Bentley, M. R., Mitchell, N., Sutton, L., & Backhouse, S. H. (2019). Sports nutritionists' perspectives on enablers and barriers to nutritional adherence in high performance sport: A qualitative analysis informed by the COM-B model and theoretical domains framework. *Journal of Sports Sciences*, 00(00), 1–11.
- Burke, L. (2008). Practical issues in nutrition for athletes. *Journal of Sports Sciences*, 13(November), S83–S90.
<https://doi.org/10.1080/02640419508732281>
- Danardono (2012) Program Pembinaan Prestasi Atlet Kota Yogyakarta Pemusatan Latihan Kota Yogyakarta (PUSLATAKOT). *KONI Kota Yogyakarta*
- Dunn, William N. (2000). Pengantar Analisa Kebijakan Publik. *Yogyakarta: Gadjah Mada University Press*
- Giriwijoyo, Santosa (2017) Fisiologi Kerja dan Olahraga. *Jakarta: PT. RajaGraindo Persada*
- GUSTIANTI, F. (2019). Upaya Penerapan Gizi Atlet di Sekolah Olahraga Negeri Sriwijaya (SONS) Sumatera Selatan. *Universitas Sriwijaya, Kesehatan Masyarakat*.
- Holway, F. E., & Spriet, L. L. (2011). Sport-specific nutrition: Practical strategies for team sports. *Journal of Sports Sciences*, 29(SUPPL. 1).
<https://doi.org/10.1080/02640414.2011.605459>

- Indonesia, (2005) Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional.
- Jabar, (2019) POPNAS 2019: Jawa Barat Cetak Sejarah Hat-trick Juara Umum. Diakses dari <https://www.jabarprov.go.id/index.php/news/35349/2019/11/25/POPNAS-2019Jawa-Barat-Cetak-Sejarah-Hat-trick-Juara-Umum>
- Kemenpora (2017). Pedoman Pengelolaan Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar. *Jakarta: Kementerian Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia.*
- Kementerian Kesehatan RI, (2014) Pedoman Gizi Olahraga Prestasi. *Jakarta: Kementerian Kesehatan RI*
- Kusnanik, N. (2013). Evaluasi Manajemen Pembinaan Prestasi PRIMA Pratama Cabang Olahraga Panahan di Surabaya. *IPTEK OLAHRAGA.*
- Kuswari, M., Handayani, F., Giari, N., & Nuzrina, R. (2019). Hubungan Asupan Energi, Zat Gizi Makro dan Mikro terhadap Kebugaran Atlet Dyva Taekwondo Centre Cibinong. *JUARA: Jurnal Olahraga, 5(1).*
- Komamdin. (2006). Pemenuhan Kebutuhan Gizi Atlet untuk Mencapai Prestasi Sepakbola Indonesia. *Medikora, II(2)*, 119–134.
- Lutan, R., Prof,Dr. (2000) Gizi Olahraga. *Departemen Pendidikan Nasional.*
- Ma'mun, A. (2015) Governmental Roles in Indonesia Sport Policy From Past to Present. *The International Journal of the History of Sport*
- Masriani (2017) Implementasi Kebijakan Tentang Perlindungan Anak (Studi Kasus Anak-Anak Pengemis di Kecamatan Mandau). *JOM FISIP Vol. 4 No.2*
- Martindale & Nash, (2014) Sport Science Relevance and Application: Perceptions o UK Coaches. *Jurnal of Sport Sciences, 37-41*
- Mathis, R.,L. (2002) Manajemen Sumber Daya Manusia. *Jakarta: Salemba*
- Meleong, Ley, (2002) Metodologi Penelitian Kualitatif. *Bandung: PT. remaja Rosdakarya*
- Meyer, F., Connor, H. O., Shirreffs, S. M., Meyer, F., Connor, H. O., & Shirreffs, S. M. (2007). Nutrition for the Young Athlete. *Jurnal o Sport Scinces, 0414(November)*, S73–S82.
- Mezzadri, Moraes, Figuêroa, & Starepravo, (2015) Sport Policies in Brazil. *International Jurnal of Sport Policy and Politics*

- Mulyadi, A., D. (2015). Evaluasi Program Pembinaan Sepakbola Klub Persijap Jepara. *Jurnal Ilmiah PENJAS. (Online) Vol. 1 (2): hal. 1-18*
- Millar, P., Clutterbuck, R., & Doherty, A. (2020). Managing Sport and Leisure Understanding the adoption of long-term athlete development in one community sport club. *Managing Sport and Leisure, 0(0)*, 1–16. <https://doi.org/10.1080/23750472.2020.1713197>
- Nugroho, R. (2003) Kebijakan Publik Formulasi, Implementasi, dan Evaluasi *Jakarta: PT Elex Media Komputindo*
- Pemuda, Olahraga, & Indonesia, (2017) Peraturan Menteri Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia Nomor 24 Tahun 2017.
- PERDA, J. (2015) Peraturan Daerah Provinsi Jawa Barat Nomor 1 Tahun 2015 Tentang Penyelenggaraan Keolahragaan: *Bandung*
- Potgieter, (2013) Sport Nutrition: A Review o The Latest Guidelines For Eercise and Sport Nutrition From The American College of Sport Nutrition, The Internasional Olympic Committee and The Internasional Society For Sport Nutrition. *South African Journal of Clinical Nutrition, Volume 26*
- Rangkuti, F (2005) Analisis SWOT Teknik Membedah Kasus Bisnis. *Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama*
- Reale, R., Burke, L. M., Cox, G. R., & Slater, G. (2019). Body composition of elite Olympic combat sport athletes. *European Journal of Sport Science, 0(0)*, 1–10. <https://doi.org/10.1080/17461391.2019.1616826>
- Reale, R., Slater, G., & Burke, L. M. (2017). Individualised dietary strategies for Olympic combat sports: Acute weight loss, recovery and competition nutrition. *European Journal of Sport Science, 17(6)*, 727–740. <https://doi.org/10.1080/17461391.2017.1297489>
- Saputra, Y. M. (2015) RENSRA DISPORA JAWA BARAT 2015-2018. *Pemerintah Provinsi Jawa Barat*
- Schröder, H., Navarro, E., Mora, J., Seco, J., & Torregrosa, J. M. (2007). Dietary Habits and Fluid Intake of a Group of Elite Spanish Basketball Players : A Need for Professional Advice ? *European Journal of Sport Science, (October 2014)*, 37–41. <https://doi.org/10.1080/17461390400074204>
- Skinner,J., Edwards,A., & Corbett, B. (2015) Research Metode for Sport Management. *London And New York: Routledge*
- Sugiyono (2011) Metode Pendekatan Kuantitatif, Kuantutatif, dan R&D. *Bandung: Alfabeta*
- Silva, A., Monteiro, D., & Sobreiro, P. (2019). Effects of sports participation and the perceived value of elite sport on subjective well-being. *Sport in Society,*

0(0), 1–22. <https://doi.org/10.1080/17430437.2019.1613376>

- Syauqy, A. (2017). JASMANI MAHASISWA PRODI KEDOKTERAN UNJA. *Jambi Medical Jurnal*, 5(1), 87–93.
- Tahir, A. F., & Basith, I. (2019). Survei Status Gizi Atlet PPLP Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2019. *Universitas Negeri Makasar, Ilmu Keolahragaan*, 1–9.
- Tsai, C. L., & Zhou, L. (2016). The history of sports and physical education in China. *World Leisure Journal*
- Widodo, S. (2005) Manajemen Pembinaan Sepak Bola Pada Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP) Jawa Tengah di Salatiga. *Semarang: Universitas Negeri Semarang*
- Williams & Serratos, (2006). Nutrition on Match day. *Jurnal o Sport Sciences*, 37-41
- Zheng et al, (2018) Sport Policy in China (Mainland). *International Journal of Sport Policy and Politics*