

BAB I PENDAHULUAN

1. Latar Belakang Penelitian

Kebijakan adalah keputusan otoritas negara yang bertujuan mengatur kehidupan bersama (Nugroho, 2003). Analisis kebijakan merupakan metode penelitian untuk mendapatkan informasi yang relevan dengan kebijakan, sehingga dapat dimanfaatkan di tingkat politik dalam memecahkan masalah-masalah kebijakan (Dunn, 2000, hlm. 1). Tiongkok memiliki kebijakan olahraga, mulai dari olahraga elit dan olahraga massal hingga acara olahraga besar, dan professional (Zheng et al., 2018). Indonesia sendiri yang memegang peran penting kebijakan adalah pemerintah, dan pemerintah yang mengeluarkan peraturan- peraturan itu. Pemerintah memainkan peran strategis dalam menentukan kebijakan pengembangan olahraga, serta pemerintah Indonesia memegang control atas pengambilan keputusan pemerintah daerah (Ma'mun, 2019). Kebijakan olahraga Indonesia didukung oleh pemerintah dan merekomendasikan setiap provinsi menggunakan otonomi untuk mendirikan sekolah olahraga dengan pendanaan melalui pemerintah, sponsor, dan yayasan swasta (Ma'mun, 2019).

Kebijakan olahraga di Eropa salah satunya adalah untuk meningkatkan partisipasi olahraga dalam rangka kesehatan dan kesejahteraan individu warga negara (Silva, Monteiro, & Sobreiro, 2019). Prioritas kebijakan mempunyai harapan untuk dicapai dan diadopsi oleh masyarakat (Millar, Clutterbuck, & Doherty, 2020). Tidak semua kebijakan yang di buat oleh pemerintah dijalankan dengan baik atau sesuai yang diinginkan, banyak kendala yang perlu dihadapi dalam menjalankan kebijakan apa lagi mengenai olahraga. Seperti contoh kebijakan olahraga di Brazil menjauh dari model organisasi yang berpusat pada negara, akan tetapi mereka mempunyai dana publik untuk mempertahankan olahraga di negaranya (Mezzadri, Moraes, Figuêroa, & Starepravo, 2015).

Pemerintah Jawa Barat mempunyai visi yaitu Jawa Barat Maju dan Sejahtera untuk semua. Salah satu misi Jawa Barat mengokohkan kehidupan sosial kemasyarakatan melalui peningkatan peran pemuda, olahraga, seni dan budaya

dalam bingkai kearifan lokal. Maka dari itu Dinas olahraga dan pemuda Jawa Barat mempunyai visi menjadi penggerak utama kemandirian pemuda dan kejayaan olahraga Jawa Barat (Mandiri Jaya Raga). Misinya “mewujudkan kemandirian pemuda prestasi olahraga Jawa Barat, serta meningkatkan kapasitas sumber daya pelayanan organisasi.” (Rensta DISPORA JABAR 2015) Dari itu gubernur Jawa Barat membuat Peraturan Daerah Provinsi Jawa Barat (PERDA) nomor 1 tahun 2015 tentang penyelenggaraan keolahragaan pada pasal 20 sentra pembinaan olahraga pelajar, dalam ayat 1 menyebutkan Pemerintah daerah provinsi melakukan pembinaan dan pengembangan pelajar yang memiliki bakat kemampuan dan potensi olahraga untuk mencapai prestasi, secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan dengan dukungan IPTEK keolahragaan. Dalam ayat 3 pembinaan dan pengembangan pelajar melalui sentra pembinaan olahraga pelajar dilaksanakan melalui: sekolah khusus olahraga dan pusat pembinaan dan latihan pelajar (PERDA, 2015). Dalam peraturan daerah Jawa Barat ini sudah jelas disebutkan bahwa Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP) harus dilaksanakan dengan menggunakan dukungan IPTEK keolahragaan yang dimaksud untuk pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi melalui jalur pelajar.

Dengan demikian bahwa provinsi Jawa Barat telah mempunyai kebijakan mengenai pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi melalui jalur PPLP. Sebagai salah satu sentra pembinaan olahraga pelajar di Jawa Barat dibentuk Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP). Maksud dan tujuan dari PPLP didirikan adalah: a) sebagai wadah pembinaan olahragawan pelajar yang potensial untuk prestasi di tingkat nasional maupun internasional, b) membina olahragawan yang memiliki dedikasi tinggi untuk mengharumkan nama bangsa dan negara, c) membina prestasi akademik olahragawan pelajar guna mendukung jaminan masa depan (Widodo, 2005). Seperti di negara Cina banyak sekolah-sekolah olahraga yang dibuka dengan tujuan untuk melatih calon atlet olimpiade, mereka dilatih saat masih berusia 6 atau 7 tahun dalam asrama yang hanya boleh pulang saat tahun baru imlek (Tsai & Zhou, 2016). Salah satu contoh kebijakan pembinaan atlet PPLP di provinsi Sulawesi Tenggara dari aspek perencanaan, sarana dan prasarana, dan

penganggaran belum berjalan dengan baik, akan tetapi rekrutmen atlet dan pelatih, sistem akademik dan program latihan sudah berjalan dengan baik (Bahtiar, 2018).

Pembinaan dan pengembangan dalam olahraga melalui tahapan pengenalan olahraga, pemantauan, pemanduan, pengembangan bakat dan peningkatan prestasi (Bahtiar, 2018). Tujuan dari PPLP di Jawa Barat untuk menampung para atlet usia muda yang memiliki potensi di berbagai cabang olahraga. Tidak semua cabang olahraga yang ada dalam PPLP, contohnya disorot Jawa Barat sendiri hanya 10 cabang olahraga saja yaitu: angkat besi, atletik, judo, dayung, gulat, karate, pencak silat, senam dan taekwondo. Semua atlet selama mengikuti PPLP tinggal di asrama dengan tujuan agar dapat fokus dalam pelatihan dan pembinaan. Selama mengikuti PPLP, para atlet diberikan porsi latihan sesuai dengan cabang olahraga yang mereka ambil. Dalam Pembinaan PPLP Jawa Barat menggunakan sistem degradasi dimana atlet dituntut untuk memiliki prestasi akademik dan menunjukkan perkembangan di cabang olahraga yang mereka pilih. Dalam perjalanannya PPLP Jawa Barat memegang peringkat 1 Pekan Olahraga Pelajar Nasional, dengan mencetak sejarah hattrik juara umum POPNAS yaitu pada tahun 2015, 2017, dan 2019 (JABAR, 2019). Dengan pencapaian yang maksimal ini dapat dikatakan pembinaan dan pengembangan olahraga pelajar di Jawa Barat sangat baik. Dilihat dari hasil ini dapat dikatakan bahwa dinas pemuda dan olahraga Jawa Barat telah berhasil dalam pengelolaan Pusat Pendidikan dan Latihan olahraga Pelajar. Kementerian pemuda dan olahraga telah membuat pedoman pengelolaan pusat pendidikan dan latihan olahraga pelajar, untuk prestasi olahraga yang terdiri dari: perencanaan, pengorganisasian, program latihan, pengelolaan sarana dan prasarana, rekrutmen atlet dan pelatih, sistem akademik, dan pendanaan (Kemenpora, 2017).

Beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan pembinaan prestasi atlet yaitu: Tersedianya atlet profesional (*Talented Athletes*) yang mencukupi, tersedianya pelatih profesional dan dapat menerapkan IPTEK, tersedianya sarana dan prasarana dan kelengkapan yang memadai, adanya program yang berjenjang dan berkelanjutan, perlu diadakannya tes dan pengukuran atlet secara periodik (Danardono, 2012). Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi harus didukung dengan ilmu olahraga, seperti yang telah diterangkan dalam PERDA Jawa

Barat tahun 2015. Tujuan penggunaan IPTEK keolahragaan ini untuk membantu dan mendukung peningkatkan performa dan prestasi atlet. Pembinaan olahraga banyak ilmu yang mendukung tercapainya prestasi, seperti psikologi, anatomi, fisiologi, pendidikan, kesehatan olahraga, ilmu gizi, dan lainnya (Arsani, Agustini, & Sudarmada, 2014). Hampir semua IPTEK keolahragaan sudah digunakan dalam PPLP Jawa Barat, tetapi untuk pengaturan gizi atlet masih belum diatur secara baik. Kelebihan gizi tidak meningkatkan prestasi olahraga, bahkan lebih banyak merugikan. Sebaliknya juga jika tata gizi tidak seimbang dapat menurunkan prestasi olahraga (Giriwijoyo, 2017, hlm. 382). Kebutuhan gizi atlet sangat khusus sesuai dengan cabang olahraga yang dilakukannya, sehingga perlu diatur dengan perhitungan tertentu. “Komposisi gizi bagi atlet-atlet intensitas tinggi selama masa pelatihan dan kompetisi dengan perbandingan adalah: karbohidrat 60-70%, Lemak < 30%, dan protein 12-15%” (Giriwijoyo, 2017, hlm. 378). Gizi olahraga tim perlu pengetahuan tentang fisiologis saat latihan dan pertandingan secara benar untuk bisa menerapkan diet dalam ilmu olahraga dan kesehatan serta oleh staf pelatih. Pendekatan secara individu diperlukan untuk memenuhi kebutuhan gizi dan hidrasi setiap atlet (Holway & Spriet, 2011).

Pengaturan gizi atlet harus dilakukan dengan baik hal ini bertujuan sebagai penunjang energi dan stamina yang digunakan para atlet untuk latihan dan saat bertanding. Kebiasaan makan dan minum atlet basket elit di Spanyol asupan protein, lemak melebihi asupan harian yang di rekomendasikan sedangkan karbohidrat dan vitamin tidak memenuhi pedoman gizi, maka perlunya pengetahuan dari ahli gizi olahraga (Schröder, Navarro, Mora, Seco, & Torregrosa, 2007). Banyak para atlet tidak menerapkan gizi yang baik untuk memaksimalkan prestasi mereka. Ada beberapa faktor yang mempengaruhinya seperti kurangnya pengetahuan gizi, diet yang tidak baik, memilih dan menyiapkan makanya yang tidak tepat, gaya hidup yang tidak baik (Burke, 2008). Pengetahuan atau pemantauan gizi atlet harus dilakukan sebagai salah satu sumber energi atlet dalam latihan serta sebagai penunjang buat bertanding.

Berat badan dalam olahraga beladiri sangat penting, karena olahraga ini kelas yang dipertandingan dilihat dari berat badan. Sehingga pengaturan gizi sangat

berpengaruh dan dibutuhkan oleh atletnya. Pengaturan gizi yang baik dapat menjaga berat badan atlet tetap ideal atau tetap berada di kelasnya. Atlet beladiri Australia untuk olimpiade menunjukkan bahwa atlet taekwondo memiliki massa tubuh bagian bawah lebih besar, sedangkan judo, gulat dan tinju memiliki massa tubuh bagian atas lebih besar (Reale, Burke, Cox, & Slater, 2019). Untuk menjaga berat badan saat penimbangan, atlet yang memiliki berat badan lebih harus menurunkan berat badan. Biasanya atlet tersebut menurunkan berat badan dengan cara instan. Peningkatan olahraga dan pembatasan asupan makanan serta cairan dilakukan untuk menurunkan kadar air dan berat badan dalam usus, jika praktek ini dilakukan secara ekstrim akan berbahaya. (Reale, Slater, & Burke, 2017).

Manajemen gizi atlet kabupaten buleleng belum diatur secara baik, serta asupan kebutuhan energi belum sesuai kalorinya yang dibutuhkan dan belum sesuai perhitungan dengan baik (Arsani et al., 2014). Pengaturan gizi yang baik dalam pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi yaitu: pada masa persiapan umum dan khusus tujuan pemberian gizi untuk memperbaiki dan memelihara status gizi atlet. Pada pra kompetisi dan kompetisi utama sudah masuk pada gizi sebelum pertandingan, saat pertandingan, dan pemulihan setelah pertandingan (Depkes, 2000). Pengaturan makan atlet harus diatur dengan tepat sesuai dengan tahapan latihan seperti yang disampaikan (Komarudin, 2006) yaitu:

1. Periode Pelatihan

Sesuai latihan, makanan yang di konsumsi harus mengandung energi yang cukup terutama makanan yang mengandung karbohidrat, mineral, dan air untuk mengganti cadangan energi yang telah dipakai selama latihan. Atlet sendiri harus menjaga berat badan normal.

2. Periode Pertandingan

Periode ini dibagi menjadi tiga pengaturan

- a. Pra pertandingan: makan kira-kira 3-4 jam sebelum pertandingan, atlet dapat mengkonsumsi makanan lengkap dan sebaiknya makanan yang diberikan harus mudah dicerna. Makanan kecil dan minuman, bisa diberikan kira-kira 1-2 jam sebelum pertandingan.

- b. Selama pertandingan: minum sebanyak 1-1.5 gelas 1 jam saat istirahat. Selama pertandingan juga harus dilakukan setiap ada kesempatan, jangan menunggu timbul rasa haus.
 - c. Pasca pertandingan: selesai pertandingan atlet harus diberikan minum air dingin dengan suhu 10-15 celcius sebanyak satu gelas. Setelah kurang lebih 3-4 jam pertandingan atlet dapat diberikan makanan biasa dengan gizi seimbang sesuai dengan kebutuhan.
3. Periode Pemulihan (*Recovery*)

Periode istirahat atlet dapat makan makanan biasa untuk mempertahankan dan meningkatkan kondisi fisik. Serta pemantauan status gizi secara berkala harus dilakukan, seperti menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan untuk mengukur IMT.

Di PPLP Jawa Barat usia atlet kira-kira 12 sampai 18 tahun dimana pada usia ini masih dalam masa pertumbuhan. Agar pertumbuhan maksimal dibutuhkan gizi yang sesuai dengan kebutuhan masing-masing orang. Untuk mengoptimalkan kinerja ada beberapa atlet yang harus menikan berat badan dan kandungan lemak ini dapat meningkatkan resiko mereka mengalami keterlambatan pertumbuhan, penurunan kepadatan tulang dan gangguan makan (Meyer et al., 2007). Oleh karena itu atlet di PPLP harus dijaga dalam pemenuhan gizi, tiap harinya. Supaya tidak mengakibatkan cedera bahkan menurunnya kesehatan yang berdampak pada karir atlet tersebut. Kerena tujuan dari PPLP itu sendiri untuk menampung atlet muda yang memiliki potensi, serta untuk menyiapkan atlet muda untuk berkompetisi di level selanjutnya. Dalam pengaturan gizi sepak bola junior di Australia, orang tua yang sangat berperan penting untuk mengatur gizi khususnya pasca pertandingan (Elliott, Velardo, Drummond, & Drummond, 2016)Pengatahuan atlet terhadap gizi yang baik masih sangat rendah, tidak hanya atlet pelatih juga masih sangat kurang pengetahuan gizi untuk para atletnya sendiri.

Pada dasarnya kebijakan mengenai olahraga ditetapkan oleh pemerintah pusat maupun daerah untuk meningkatkan prestasi olahraga di Indonesia. Kebijakan mengenai olahraga di Jawa Barat telah diatur dalam peraturan daerah nomor 1 tahun 2015. Didalamnya memuat PPLP harus dilaksanakan serta perlu

didukung dengan IPTEK keolahragaan. Dalam pembinaan dan pengembangan di PPLP itu sendiri banyak ilmu yang perlu dipakai untuk meningkatkan prestasi atlet. Karena dalam pembinaan olahraga banyak ilmu yang mendukung tercapainya prestasi, seperti psikologi, anatomi, fisiologi, pendidikan, kesehatan olahraga, ilmu gizi, dan lainya (Arsani et al., 2014). Gizi atau ilmu gizi ini sangat membantu dan berperan penting untuk meningkatkan performa dan prestasi, karena sumber tenaga atlet berasal dari apa yang dimakannya. Keseimbangan karbohidrat yang optimal, protein, dan lemak, sangat penting untuk mewujudkan kesehatan dan hasil kinerja (Bentley, Mitchell, Sutton, & Backhouse, 2019). Manajemen gizi atlet kabupaten buleleng belum diatur secara baik, serta asupan kebutuhan energi belum sesuai kalorinya yang dibutuhkan dan belum sesuai perhitungan dengan baik (Arsani et al., 2014).

Tingkat kecukupan zat gizi makro atlet PPLP Sulawesi Selatan tahun 2019 perhari, zat gizi karbohidrat dan protein dalam katagori kurang sedangkan lemak dalam katagori normal serta kecukupan energi sangat kurang (Tahir & Basith, 2019). Atlet pada cabang olahraga catur, senam, aerobik, voli, dan dayung di SONS masih banyak yang mengkonsumsi makanan atau jajanan yang kurang bergizi serta belum memenuhi kecukupan kalorinya sesuai dengan cabang olahraganya (Gustianti, 2019) Dilihat dari beberapa penelitian di atas mengenai gizi di pusat pendidikan dan latihan pelajar belum ada kebijakan dari daerah untuk mengatur gizi atletnya. Kebanyakan gizi di PPLP dan sekolah olahraga masih dikatakan kurang serta kurang di perhatikan, dikontrol dan di atur sesuai dengan kebutuhan masing-masing cabang olahraga. Kebijakan gizi di pusat pendidikan dan latihan pelajar Jawa Barat sangat menarik untuk diteliti apakah ada kebijakan tersebut dan bagaimana penerapan gizi atlet di berikan untuk dapat meraih 3 kali juara umum POPNAS. Oleh karena itu penulis menggali persoalan dan permasalahan yang berkaitan dengan kebijakan pembinaan olahraga prestasi melalui PPLP Jawa Barat (studi evaluasai penerapan gizi atlet periode 2013-2018).

2. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka perlu diadakan perumusan masalah agar penelitian ini dapat dilakukan sebaik-baiknya. Adapun perumusan masalah dalam penelitian dibuat dalam bentuk pertanyaan penelitian sebagai berikut:

- 2.1. Bagaimana rumusan kebijakan penerapan gizi atlet PPLP Jawa Barat periode 2013-2018?
- 2.2. Bagaimana formulasi kebijakan penerapan gizi atlet PPLP Jawa Barat periode 2013-2018?
- 2.3. Bagaimana adopsi kebijakan penerapan gizi atlet PPLP Jawa Barat periode 2013-2018?
- 2.4. Bagaimana implemantasi kebijakan penerapan gizi atlet PPLP Jawa Barat periode 2013-2018?
- 2.5. Bagaimana evaluasi kebijakan penerapan gizi atlet PPLP Jawa Barat periode 2013-2018?
- 2.6. Bagaimana indeks massa tubuh atlet PPLP Jawa Barat periode 2013-2018?
- 2.7. Bagaimana pembinaan dan pengembangan prestasi atlet di PPLP Jawa Barat periode 2013-2018?

3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah penelitian yang telah dikemukakan diatas maka tujuan dari penelitian ini sebagai berikut:

- 3.1. Mendeskripsikan dan mengetahui rumusan kebijakan gizi atlet PPLP Jawa Barat periode 2013-2018.
- 3.2. Mendeskripsikan dan mengetahui formulasi kebijakan gizi atlet PPLP Jawa Barat periode 2013-2018.
- 3.3. Mendeskripsikan dan mengetahui adopsi kebijakan gizi atlet PPLP Jawa Barat periode 2013-2018
- 3.4. Mendeskripsikan dan mengetahui implemantasi kebijakan gizi atlet PPLP Jawa Barat periode 2013-2018.

- 3.5. Mendeskripsikan dan mengetahui evaluasi kebijakan gizi atlet PPLP Jawa Barat periode 2013-2018.
- 3.6. Mengidentifikasi dan mengetahui indeks massa tubuh atlet PPLP Jawa Barat periode 2013-2018.
- 3.7. Mendeskripsikan dan mengetahui pembinaan dan pengembangan prestasi atlet di PPLP Jawa Barat periode 2013-2018.

4. Manfaat Penelitian

4.1. Manfaat Teoris

Manfaat teoritis dari hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumbangan pemikiran ilmiah terhadap kebijakan penerapan dan pemberian gizi atlet. Namun penelitian spesifik tentang gizi atlet PPLP masih sangat sedikit. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan mampu menyediakan referensi ilmiah dalam ilmu gizi olahraga khususnya tentang penerapan gizi untuk atlet PPLP.

4.2. Manfaat Kebijakan

Manfaat kebijakan dari hasil penelitian ini sebagai referensi bagi semua pihak yang bernaung dalam pembinaan olahraga prestasi untuk menerapkan gizi yang sesuai bagi atlet. Referensi sebagai pemangku kebijakan untuk memperhatikan kebijakan mengenai gizi atlet khususnya di PPLP. Sebagai bahan pertimbangan untuk membuat kebijakan gizi atlet di PPLP Jawa Barat

4.3. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari hasil penelitian dapat dijadikan pedoman perbandingan dan masukan bagi pemerintah dalam menjalankan menerapkan gizi bagi atlet. Dapat menjadi pengetahuan bagi pelatih dan atlet dalam menerapkan dan mengatur kebutuhan gizi atlet PPLP Jawa Barat. Serta dapat menambah wawasan bagi peneliti tentang pengelolaan gizi atlet PPLP Jawa Barat.

4.4. Manfaat Sosial

Manfaat sosial dari hasil penelitian ini berguna untuk menggambarkan kebijakan yang dikeluarkan oleh pemerintah dalam menerapkan gizi atlet PPLP Jawa Barat. Berguna sebagai perbandingan dalam memberikan gizi yang sesuai dengan

kebutuhan atlet masing-masing. Serta menjadi sumbangan pemikiran agar mendorong perubahan dalam penerapan gizi atlet PPLP Jawa Barat.

5. Struktur Organisasi Tesis

Pada struktur organisasi tesis terdiri dari beberapa bagian urutan penulisan pada setiap bab dan terdiri dari bagian bab dalam tesis, mulai dari bab I sampai dengan bab V.

Bab I berisikan tentang pendahuluan yang merupakan bagian awala dari tesis ini yang terdiri dari beberapa bagian yaitu:

- a. Latar belakang penelitian
- b. Rumusan masalah penelitian
- c. Tujuan penelitian
- d. Manfaat penelitian
- e. Struktur organisasi tesis

Pada bab II berisikan tentang kajian pustaka dan hipotesis penelitian. kajian pustak merupakan hal yang terpenting dalam pembuatan tesis sebagai landasan penulis untuk menyusun pertanyaan penelitian, tujuan dan hipotesis dari tesis yang dibuat, dengan urutan sebagai berikut:

- a. Pembahasan teori, rumusan dan konsep dari bidang yang diteliti
- b. Penelitian yang terdahulu yang relevan
- c. Kerangka pemikiran

Pada bab III berisikan tentang rincian metode penelitian yang digunakan dalam tesis mengenai:

- a. Model cetak biru (*Blueprint*)
- b. Desain penelitian
- c. Lokasi, populasi dan sampel penelitian
- d. Definisi operasional
- e. Instrumen peneitian
- f. Pengumpulan data
- g. Pengolahan dan analisis data

Pada bab IV berisikan temuan dan pembahasan yang didapat dari hasil observasi serta penelitian lapangan mengenai:

- a. Temuan Penelitian
- b. Pembahasan penelitian

Pada bab V berisikan simpulan dan rekomendasi yang telah didapat dari keseluruhan penelitian yang dilakukan tentang:

- a. Simpulan penelitian
- b. Rekomendasi yang didapat dan yang berhubungan dengan penelitian