

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

Pada bab ini akan dipaparkan mengenai simpulan yang menyajikan hasil evaluasi temuan penelitian yang menjadi jawaban-jawaban dari rumusan masalah yang ada dalam penelitian ini. Kemudian akan dijelaskan juga mengenai implikasi yang berkaitan dengan temuan yang didapat oleh peneliti, yang bersifat teoritis maupun praktis. Pada akhirnya simpulan dan rekomendasi yang dipaparkan oleh peneliti akan menjadi rekomendasi bagi pemangku kebijakan, pengguna hasil penelitian ini, serta kepada peneliti selanjutnya yang berminat untuk melakukan penelitian yang sama.

#### **1. SIMPULAN**

##### **1.1. Rumusan kebijakan**

PPLP Jawa Barat belum memiliki bagian khusus bidang gizi. Peraturan mengenai kebijakan pengadaan gizi atlet PPLP dibuat oleh kepala dinas dan sudah tertuang dalam KAK (Kerangka Acuan Kerja). Akan tetapi hanya mengambil kebutuhan gizi pada perodesasi pra kompetisi saja. Anggaran untuk gizi atlet PPLP ada dua sumber dari Kementerian Pemuda dan Olahraga serta dari pemerintah daerah. Untuk pengaturan menu atlet semua makan sama tidak ada yang berbeda.

##### **1.2. Formulasi kebijakan**

Kendala dalam penerapan gizi atlet di PPLP Jawa Barat, masih belum punya ahli gizi khusus dan belum punya lab untuk mengukur gizi atlet. Melihat dari formulasi kebijakan penerapan gizi masih perlu dikaji ulang untuk mengatur gizi atlet PPLP Jawa Barat.

##### **1.3. Adopsi kebijakan**

Adopsi kebijakan penerapan gizi atlet PPLP Jawa Barat. Tidak ada pemberian gizi khusus kepada atlet tertentu semuanya sama. Harus ada ahli gizi agar dapat memberi tau pelatih kebutuhan atletnya. Serta lebih memusatkan lagi mulai dari asrama, sekolah, tempat latihan, dan tempat

makan supaya terkontrol semuanya, sampai saat ini sekolah yang masih terpisah jauh dari sarana lainnya.

#### 1.4. Implementasi kebijakan

Implementasi kebijakan penerapan gizi atlet PPLP Jawa Barat. Pemberian menu atau makan atlet diberikan dalam bentuk prasmanan saat pagi dan malam hari, sedangkan siang hari diantar kesekolah atau ketempat latihan. Komposisinya lebih banyak karbohidrat sedangkan lauknya diberikan satu-satu. Untuk varian menu sangat bervariasi dan mana macam akan tetapi bosan. Pengaturan menu secara bervariasi akan tetapi menu yang dibuat dan di hitung sesuai dengan kebutuhan atlet hanya pada saat pra kompetisi saja. Seharusnya yang baik di atur juga saat kompetisi dan pasca kompetisi.

#### 1.5. Evaluasi kebijakan

Evaluasi penerapan gizi dan status gizi atlet PPLP selama ini belum ada yang mengevaluasi karena tidak ada formasi khusus untuk mengawasinya. Untuk tinggi badan dan berat badan ada pengukuran setiap tahun sekali.

#### 1.6. IMT

Index massa tubuh atlet PPLP rata-rata dalam keadaan normal walaupun ada beberapa atlet cabang olahraga tertentu mengalami overweight bahkan ada yang obesitas tingkat I. mungkin ini bisa dikarenakan dari jenis cabang olahraga yang ditekuninya, yang membutuhkan massa otot yang besar.

#### 1.7. Pembinaan dan pengembangan prestasi

Struktur organisasi PPLP Jawa Barat sudah disesuaikan dengan pedoman penyelenggaraan PPLP yang di keluarkan oleh KEMENPORA. Latar belakang pelatih dari mantan atlet dan telah memiliki sertifikat cabang olahraga. sebelum masuk PPLP atlet mengikuti beberapa rangkaian tes dan seleksi seperti tes fisik, keterampilan atau kecabangan medical cek up, dan psikotes. Prestasi PPLP Jawa Barat sudah tidak diragukan lagi telah meraih juara umum POPNAS sebanyak 3 kali berturut-turut, pada tahun 2015, 2017, dan 2019. Pembinaan olahraga prestasi di PPLP dievaluasi selama setahun sekali oleh kemenpora langsung dan Kepala Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Barat.

Dapat disimpulkan secara keseluruhan bahwa pembinaan olahraga prestasi melalui jalur PPLP di Jawa Barat sama seperti dengan pedoman Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar yang dikeluarkan oleh Kemenpora. Serta prestasi yang diraih oleh PPLP Jawa Barat sangat bagus sudah 3 kali berturut-turut menjadi juara umum dalam POPNAS tahun 2015, 2017, dan 2019. Namun dalam penerapan gizi atlet di PPLP Jawa Barat belum sepenuhnya di atur dengan tepat bahkan pengaturan gizi atau menu atlet hanya diterapkan pada pra kompetisi saja. Walaupun penerapan gizi hanya di lakukan pada pra kompetisi saja, prestasi PPLP Jawa Barat sangat bagus di tingkat nasional.

## **2. REKOMENDASI**

Berdasarkan hasil temuan dan analisi yang telah dilakukan oleh peneliti, maka ada beberapa rekomendasi yang bertujuan untuk menjadi bahan evaluasi bagi pihak-pihak tertentu. Serta dapat menjadi rujukan bagi Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar lainnya, atau yang terlibat di dalamnya. Serta dapat menjadi bahan rekomendasi bagi peneliti selanjutnya.

- 2.1. Untuk kedepannya bahwa perlu dirumuskan peraturan gubenur terkait dengan pelaksanaan PPLP yang didalamnya berkaitan dengan gizi untuk para atlet.
- 2.2. Maka diharapkan pemerintah perlu mengadakan ahli gizi khusus bagi pembinaan atlet di PPLP.
- 2.3. Perlu diadakanya wisma atlet dan SKO di komplek PPLP agar lebih terpusat lagi dan lebih terkontrol para atletnya, serta belum adanya ahli gizi.
- 2.4. Pemeriksaan kesehatan secara rutin kepada atlet khususnya mengenai pemeriksaan status gizi atlet.
- 2.5. Pengaturan gizi atlet pra pertandingan di PPLP Jawa Barat dapat diambil sebagai contoh untuk meningkatkan prerstasi atlet, karena dengan penagaturan gizi atlet seperti yang dilakukan. PPLP Jawa Barat dapat meraih juara umum POPNAS sebanyak 3 kali secara berturut-turut.
- 2.6. Berhadap untuk peneliti selanjutnya dapat bias melakukan penelitian terhadap hubungan prestasi atlet dengan asupan gizi yang diberikan kerena ini dapat memberi masukan bagi PPLP di Indonesia.