

**JALAN TERJAL MENUJU OLIMPIADE
(STUDI AUTOETNOGRAFI ATLET SENAM ARTISTIK INDONESIA)**



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

RIFDA IRFANALUTHFI

1602617037

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidika**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2024

JALAN TERJAL MENUJU OLIMPIADE (STUDI AUTOETNOGRAFI ATLET SENAM ARTISTIK INDONESIA)

ABSTRAK

Olimpiade adalah salah satu *multi event* yang sangat bergengsi di tingkat dunia yang biasanya diadakan empat tahunan. Olimpiade telah berkembang, merujuk pada manifestasi seni dan budaya yang muncul sebagai hasil dari transformasi menuju kehidupan modern. Senam memiliki sejarah Panjang sebagai olahraga, dimana senam artistik menjadi kategori yang dipertandingkan sejak Olimpiade era modern pada tahun 1896 Athena Yunani. atlet senam artistik Indonesia menghadapi berbagai masalah, termasuk kurangnya dukungan dan persaingan yang sengit di tingkat global. Penelitian ini menggunakan autoetnografi sebagai alat metodologis dalam mengungkap kisah perjalanan atlet senam artistik Indonesia menuju Olimpiade 2024. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan perjalanan dan pengalaman atlet senam artistik Indonesia dalam menuju Olimpiade Paris 2024. Melalui wawancara mendalam dengan beberapa narasumber, diperoleh gambaran mengenai persiapan, hambatan, peluang dan pengalaman lainnya yang dialami atlet dalam perjalanan menuju Olimpiade. Mempelajari pengalaman ini dapat memberikan wawasan mendalam tentang perjuangan atlet dan mengidentifikasi area yang perlu ditingkatkan untuk mencapai prestasi luar biasa di tingkat internasional.

Kata Kunci: Senam Artistik, Studi Autoetnograf, Olimpiade



**THE STEEP ROAD to THE OLYMPICS
(AUTOETHNOGRAPHIC STUDY OF INDONESIAN ARTISTIC
GYMNASTICS ATHLETES)**

ABSTRACT

The Olympics is one of the most prestigious multi-events at world level which is usually held every four years. The Olympic Games have evolved, referring to artistic and cultural manifestations that emerged as a result of the transformation towards modern life. Gymnastics has a long history as a sport, where artistic gymnastics has been a category competed in since the modern era Olympics in 1896, Athens, Greece. Indonesian artistic gymnastics athletes face various problems, including a lack of support and fierce competition at the global level. This research uses autoethnography as a methodological tool to reveal the story of the journey of Indonesian artistic gymnastics athletes towards the 2024 Olympics. The aim of this research is to describe the journey and experiences of Indonesian artistic gymnastics athletes towards the 2024 Paris Olympics. Through in-depth interviews with several sources, an overview of the preparations, obstacles, opportunities and other experiences that athletes experience on the road to the Olympics. Studying these experiences can provide deep insight into athletes' struggles and identify areas that need improvement to achieve extraordinary achievements at the international level.

Keywords: *Artistic Gymnastics, Autoethnographic Study, Olympics*



**LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI
PRODI PENDIDIKAN KEPERLATIHAN OLAHRAGA**

Nama : Rifda Irfanaluthfi
NIM : 1602617037
Prodi : Pendidikan Keperlatihan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Judul : "Jalan Terjal Menuju Olimpiade (Studi Autoetnografi Atlet Senam Artistik Indonesia)"

Nama:
Pembimbing 1,

Tanda Tangan:

Tanggal:

Hendro Wardoyo, S.Pd, M.Pd.
NIP. 197205042005011002



05/01/24

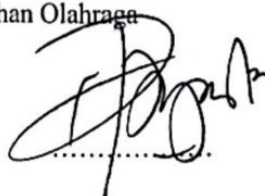
Pembimbing 2,

Prof. Dr Johansyah Lubis, M.Pd.
NIP. 196705081993031001



05/01/24

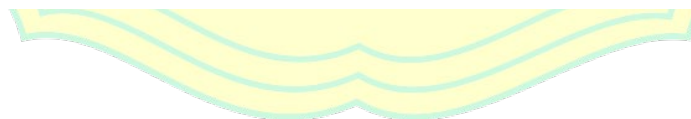
Mengetahui,
Koordinator Prodi Pendidikan Keperlatihan Olahraga



8/01/24.

Dr. Tirto Apriyanto, S.Pd., M.Si.
NIP. 197004171999031002

.....



PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini Saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan Penelitian Saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulisa atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas di cantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini Saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka Saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, ,2024
Yang membuat pernyataan,



Rifda Irfanaluthfi
1602617037



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Rifda Irfanaluthfi
NIM : 1602617037
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Olahraga/Pendidikan Keperawatan Olahraga
Alamat email : rifdairfanaluthfi99@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (... ..)

yang berjudul :
JALAN TERJAL MENUJU OLIMPIADE (STUDI AUTOETNOGRAFI ATLET SENAM ARTISTIK INDONESIA)

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 26 Januari 2024

Penulis

(Rifda Irfanaluthfi)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sajana Pendidikan Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada pengembangan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini.

Oleh karena itu, Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Bapak **Dr. Hernawan, S.E, M.Pd.** selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Bapak **Dr. Tirto Apriyanto, S.Pd, M.Si.** selaku Ketua Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Bapak **Dr. Juriana, S.Psi, M.Si.** selaku Penasehat Akademik yang telah membimbing peneliti selama perkuliahan. Bapak **Hendro Wardoyo, S.Pd, M.Pd.** selaku Dosen Pembimbing I dan Ibu **Prof. Dr. Johansyah Lubis, M.Pd.** selaku Dosen Pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk saya dalam pengembangan skripsi ini dan membimbing peneliti selama perkuliahan sampai penyelesaian skripsi ini.

Teristimewa kepada kedua orang tua Penulis Bapak **Ir. Utu Solihin** dan Ibu **Dra. Yulies Andriana** telah memberikan dukungan moral maupun materil, dan semua keluarga juga pihak yang terlibat peneliti ucapkan terimakasih

Akhir kata, peneliti berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, 04 Januari 2024

R.I

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
LEMBAR PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian	4
C. Perumusan Masalah	4
D. Kegunaan Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	6
A. Konsep Autoetnografi.....	6
B. Olimpiade.....	10
C. Pengembangan Diri dan Perjalanan Menuju Olimpiade	13
D. Senam	18
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	25

A. Tujuan Penelitian	25
B. Tempat dan Waktu Penelitian	25
C. Pendekatan dan Metode Penelitian	26
1. Pendekatan Penelitian Kualitatif.....	26
2. Metode Penelitian Autoetnografi.....	27
D. Teknik Pengumpulan Data	28
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	33
A. Hasil Penelitian	33
1. Persiapan Latihan, <i>Multi Event</i> dan <i>Single Event</i>	33
2. Pentingnya Dukungan Orang Tua dan Pelatih.....	55
3. Hambatan Selama Perjalan Karir Sebagai Atlet Senam Artistik.....	65
4. Peluang dan Perolehan Prestasi Rifda Irfanaluthfi	87
B. Pembahasan.....	107
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	111
A. Kesimpulan	111
B. Saran.....	112
DAFTAR PUSTAKA.....	115
LAMPIRAN.....	122
RIWAYAT HIDUP	129

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Try out Galsgow.....	35
Gambar 4. 2 Penyerahan Medali <i>Individual Islamic Solidarity Games</i>	39
Gambar 4. 3 Penyerahan Medali <i>Team Islamic Solidarity Games</i>	39
Gambar 4. 4 Perolehan Medali <i>World Challenge Cup 2018</i> di Turki	43
Gambar 4. 5 FIG <i>World Challenge Cup</i> di Varna	46
Gambar 4. 6 Analisis <i>Flexibility</i>	50
Gambar 4. 7 Analisis Kekuatan	51
Gambar 4. 8 Latihan <i>Weight Training</i>	54
Gambar 4. 9 Dukungan Keluarga <i>SEA Games 2017</i>	60
Gambar 4. 10 Dukungan Orang Tua pada <i>Asian Games 2018</i>	62
Gambar 4. 11 Dukungan Keluarga Besar pada <i>Asian Games 2018</i>	63
Gambar 4. 12 Foto Bersama Keluarga di <i>SEA Games 2019</i>	64
Gambar 4. 13 Cidera Lutut Kanan	67
Gambar 4. 14 Bunda Rifda mendokumentasikan pertandingan.....	68
Gambar 4. 15 <i>Ankle Sprain</i>	72
Gambar 4. 16 <i>Meniscus</i>	73
Gambar 4. 17 <i>Elbow Impingement</i>	75
Gambar 4. 18 <i>Illiopsoas (Illiacus dan Psoas)</i>	76
Gambar 4. 19 <i>Stress Fracture</i>	78
Gambar 4. 20 <i>Labrum Tear</i>	79
Gambar 4. 21 <i>De Quervain</i>	81
Gambar 4. 22 <i>Soft tissue Injury</i>	82
Gambar 4. 23 <i>Meniscus dan ACL (Anterior Cruciate Ligament)</i>	84
Gambar 4. 24 Mendapatkan Medali Perak Nomor <i>Floor Exercise</i>	88
Gambar 4. 25 Penyerahan Medali PON 2016 Jawa Barat	90
Gambar 4. 26 Perolehan Medali <i>Team SEA Games 2017</i>	91
Gambar 4. 27 Perolehan Medali <i>Team dan Perorangan SEA Games 2017</i>	92

Gambar 4. 28 Memperoleh Medali Perak *Asian Games* 2018..... 94
Gambar 4. 29 Memperoleh Medali Emas pada *SEA Games* 2019 95
Gambar 4. 30 Tim DKI Mendapatkan Medali Emas Beregu PON XX Papua..... 96
Gambar 4. 31 Rifda Mendapatkan Medali PON XX Papua 97



DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Hasil Tes Fisik	48
Tabel 4. 2 Komposisi Tim Indonesia Tahun 2023	98
Tabel 4. 3 Hasil <i>World Cup</i> Mesir Nomor <i>Vaulting Table</i>	100
Tabel 4. 4 <i>Final Floor Exercise</i>	101
Tabel 4. 5 Nilai <i>All-around</i>	102
Tabel 4. 6 Nilai <i>Individual</i> Kualifikasi	102
Tabel 4. 7 Nilai <i>Individual</i> Final	103
Tabel 4. 8 Hasil <i>52nd FIG Artistic Gymnastics World Championships</i>	106



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Penelitian.....	123
Lampiran 2. Instrumen Penelitian.....	124
Lampiran 3. Data Prestasi.....	127

