

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menggali perjalanan seorang atlet selancar angin dalam mempersiapkan diri menuju Pekan Olahraga Nasional (PON) XXI Aceh-Sumatera Utara 2024. Menggunakan pendekatan autoetnografi, penelitian ini mengungkapkan tantangan teknis, mental, dan infrastruktur yang dihadapi, serta peran pola makan, pola tidur, dan dukungan sosial dalam mendukung performa atlet. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adaptasi terhadap peralatan baru *iQFoil* menjadi tantangan utama yang memerlukan penguasaan teknik baru. Pola makan seimbang dan tidur berkualitas terbukti penting dalam menjaga stamina dan pemulihan atlet. Selain itu, dukungan dari pelatih, keluarga, dan sponsor sangat berpengaruh dalam membangun motivasi dan ketahanan mental. Namun, keterbatasan fasilitas latihan dan kompetisi domestik yang berkualitas masih menjadi hambatan signifikan dalam pembinaan olahraga selancar angin di Indonesia. Penelitian ini merekomendasikan peningkatan fasilitas, kompetisi domestik, serta pelatihan pelatih dengan standar internasional untuk mendukung pengembangan atlet. Dengan investasi jangka panjang dalam infrastruktur dan program pembinaan, Indonesia berpotensi mencetak atlet selancar angin berprestasi di tingkat internasional.

Kata Kunci: Selancar Angin, Autoetnografi, PON XXI, Pembinaan Atlet, Dukungan Sosial



ABSTRACT

This study aims to explore the journey of a Windsurfing athlete in preparing for the XXI National Sports Week (PON) Aceh-North Sumatra 2024. Using an autoethnographic approach, the study reveals the technical, mental, and infrastructural challenges faced by the athlete, as well as the roles of nutrition, sleep, and social support in maintaining athletic performance. The findings indicate that adapting to the new iQFoil equipment was a major challenge, requiring mastery of new techniques. Balanced nutrition and quality sleep proved crucial in maintaining stamina and recovery. Moreover, support from coaches, family, and sponsors significantly influenced the athlete's motivation and mental resilience. However, limited training facilities and high-quality domestic competitions remain substantial barriers to Windsurfing development in Indonesia. This study recommends improving facilities, organizing domestic competitions, and offering internationally certified coaching programs to enhance athlete development. With long-term investments in infrastructure and training programs, Indonesia has the potential to produce world-class Windsurfing athletes.

Keywords: Windsurfing, Autoethnography, PON XXI, Athlete Development, Social Support

