

**PERJALANAN MEREBut EMAS PON CABANG OLAHRAGA
BOLA TANGAN *INDOOR* PUTRI PADA PON XXI ACEH-
SUMATERA UTARA 2024 (STUDI AUTOETNOGRAFI ATLET
BOLA TANGAN PUTRI DKI JAKARTA)**



Intelligentia - Dignitas

Veren Brigita Budi Asih

1601620058

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

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2024

LEMBAR PUBLIKASI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.uni.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 : Veren Brigita Budi Asih
NIM : 1601620058
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Keolahragaan & Kesehatan / Pendidikan Jasmani
Alamat email : verenbrigita2311@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 :
Perjalanan Merebut Emas PON Cabang Olahraga
Bola Tangan Indoor Putri Pada PON XXI Aceh - Sumatera
Utara 2024 (Studi Autoetnografi Atlet Bola Tangan Putri DKI Jakarta)

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, 13 Februari 2025


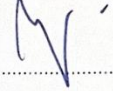



Penulis

(Veren Brigita Budi Asih.)
nama dan tanda tangan

LEMBAR PENGESAHAN

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I <u>Dr. Eka Fitri Novitasari, M.Pd</u> NIP. 197908252005012002		/01/2025

Pembimbing II <u>Dr. Slamet Sukriadi, M.Pd</u> NIP. 198210282015041002		/01/2025
---	--	----------

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd.</u> <u>M.Kes, AIFO</u> NIP. 197205222006042001	Ketua		/01/2025
2. <u>Dr. Eva Julianti Pramudyawardhani,</u> <u>SE, M.Sc</u> NIP. 197207192005012001	Sekretaris		/01/2025
3. <u>Dr. Muhamad Gilang Ramadhan,</u> <u>M.Pd</u> NIP. 199402162024061003	Anggota		/01/2025
4. <u>Dr. Eka Fitri Novitasari, M.Pd</u> NIP. 197908252005012002	Anggota		/01/2025
5. <u>Dr. Slamet Sukradi, M.Pd</u> NIP. 198210282015041002	Anggota		/01/2025

Tanggal Lulus : Senin, 20 Januari 2025

PERNYATAAN ORISINALITAS

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 ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan 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 ketidakbenaran 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, Januari 2025

Yang membuat Pernyataan,



Veren Brigita Budi Asih

NIM. 1601620058

PERJALANAN MEREBut EMAS PON CABANG OLAHRAGA BOLA TANGAN *INDOOR* PUTRI PADA PON XXI ACEH-SUMATERA UTARA 2024 (STUDI AUTOETNOGRAFI ATLET BOLA TANGAN PUTRI DKI JAKARTA)

ABSTRAK

Pekan Olahraga Nasional (PON) adalah ajang olahraga terbesar di Indonesia, yang melibatkan seluruh provinsi yang ada di Indonesia. PON ini di adakan setiap empat tahun sekali. Penelitian ini menggunakan pendekatan autoetnografi dimana untuk mendokumentasikan perjalanan serta pengalaman penulis sebagai seorang atlet yang mengikuti Pekan Olahraga Nasional pada cabang olahraga Bola Tangan Putri DKI Jakarta. Penulis merefleksikan berbagai tantangan yang dilalui selama proses latihan, serta pentingnya dukungan dari pelatih, orang tua, teman satu tim, serta kerabat. Selain itu, penelitian ini membahas proses latihan yang panjang, mulai dari persiapan umum, persiapan khusus, pra-kompetisi serta berbagai tes parameter untuk meningkatkan performa atlet. Penelitian ini menggambarkan bagaimana dedikasi, disiplin, dan sinergi dengan lingkungan pendukung keberhasilan seorang atlet. Pendekatan autoetnografi memberikan ruang refleksi menalam atas pengalaman pribadi yang tidak hanya bermanfaat bagi penulis tetapi juga bagi atlet, pelatih dan lainnya untuk memahami faktor-faktor penting dalam perjalanan mencapai prestasi. Penelitian ini juga menyoroti peran kelaorasi dan dukungan kolektif dalam menciptakan lingkungan yang kondusif untuk pengembangan atlet.

Kata kunci : Pekan Olahraga Nasional, Bola tangan, Autoetnografi

**THE JOURNEY TO WIN PON GOLD IN THE WOMEN'S INDOOR
HANDBALL SPORT AT THE XXI PON ACEH-NORTH SUMATRA 2024
(AUTOETHNOGRAPHIC STUDY OF DKI JAKARTA WOMEN'S
HANDBALL ATHLETES)**

ABSTRACT

National Sports Week (PON) is the biggest sporting event in Indonesia, involving all provinces in Indonesia. This PON is held every four years. This research uses an autoethnographic approach to document the author's journey and experiences as an athlete participating in the National Sports Week in the DKI Jakarta Women's Handball sport. The author reflects on the various challenges faced during the training process, as well as the importance of support from coaches, parents, teammates and relatives. Apart from that, this research discusses the long training process, starting from general preparation, special preparation, pre-competition as well as various parameter tests to improve athlete performance. This research illustrates how dedication, discipline, and synergy with the environment support an athlete's success. The autoethnographic approach provides space for in-depth reflection on personal experiences which is not only useful for writers but also for athletes, coaches and others to understand important factors in the journey to achieve achievement. This research also highlights the role of collaboration and collective support in creating an environment conducive to athlete development.

Keywords: National Sports Week, Handball, Autoethnography

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan berkat-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Perjalanan Merebut Emas PON cabang olahraga Bola Tangan *Indoor* Putri Pada PON XXI Aceh-Sumatera Utara 2024 (Studi Autoetnografi Atlet Bola Tangan Putri DKI Jakarta)” hingga selesai.

Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan, Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi penulis untuk menyelesaikan Skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak **Prof. Dr. Komarudin, M.Si** selaku Rektor Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu **Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd** selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta.
3. Bapak **Dr. Iwan Setiawan, M.Pd** selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani.
4. Ibu **Dr. Eva Julianti Pramudyawardhani, S.E., M.Sc** selaku Dosen Pembimbing Akademik.
5. Ibu **Dr. Eka Fitri Novita Sari, M.Pd** selaku Dosen Pembimbing I.
6. Bapak **Dr. Slamet Sukriadi, M.Pd** selaku Dosen Pembimbing II.

7. Bapak **Muhamad Arif, M.Pd** dan Bapak **Dr. Yansen Huru Jutalo, M.Pd** yang bersedia meluangkan waktu untuk memberikan saran dan bimbingan sampai penulisan ini selesai
8. Bapak **Budiarto** (Ayah), Ibu **Mariana** (Ibu) yang telah membesarkan dan mendidik penulis dengan penuh kasih sayang dan membawa ke jenjang ini dengan ketekukanannya.

Terima Kasih untuk teman-teman Fakultas Ilmu Keolahragaan Angkatan 2020dd "**Golden Summit**". Terima kasih kepada pelatih, asisten pelatih, atlet, serta **pengurus Bola Tangan DKI Jakarta, Tim Bola Tangan Universitas Negeri Jakarta, Penggerak Olahraga DKI Jakarta**, teman-teman terdekat **Diana, Satria, Bilkis, Savira, Solin, Maria, Liana, Irma, Lili, Erul, dan Rehan** yang telah mengiringi langkah penulis dalam penulisan skripsi ini. Penulis juga berterima kasih kepada diri sendiri karena tidak menyerah, meskipun banyak hal sulit yang telah di lalui hingga pada titik ini.

Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini berguna bagi para pembaca dan pihak-pihak yang berkepentingan.

Hormat Penulis

Jakarta, Januari 2025

V.B.B.A

DAFTAR ISI

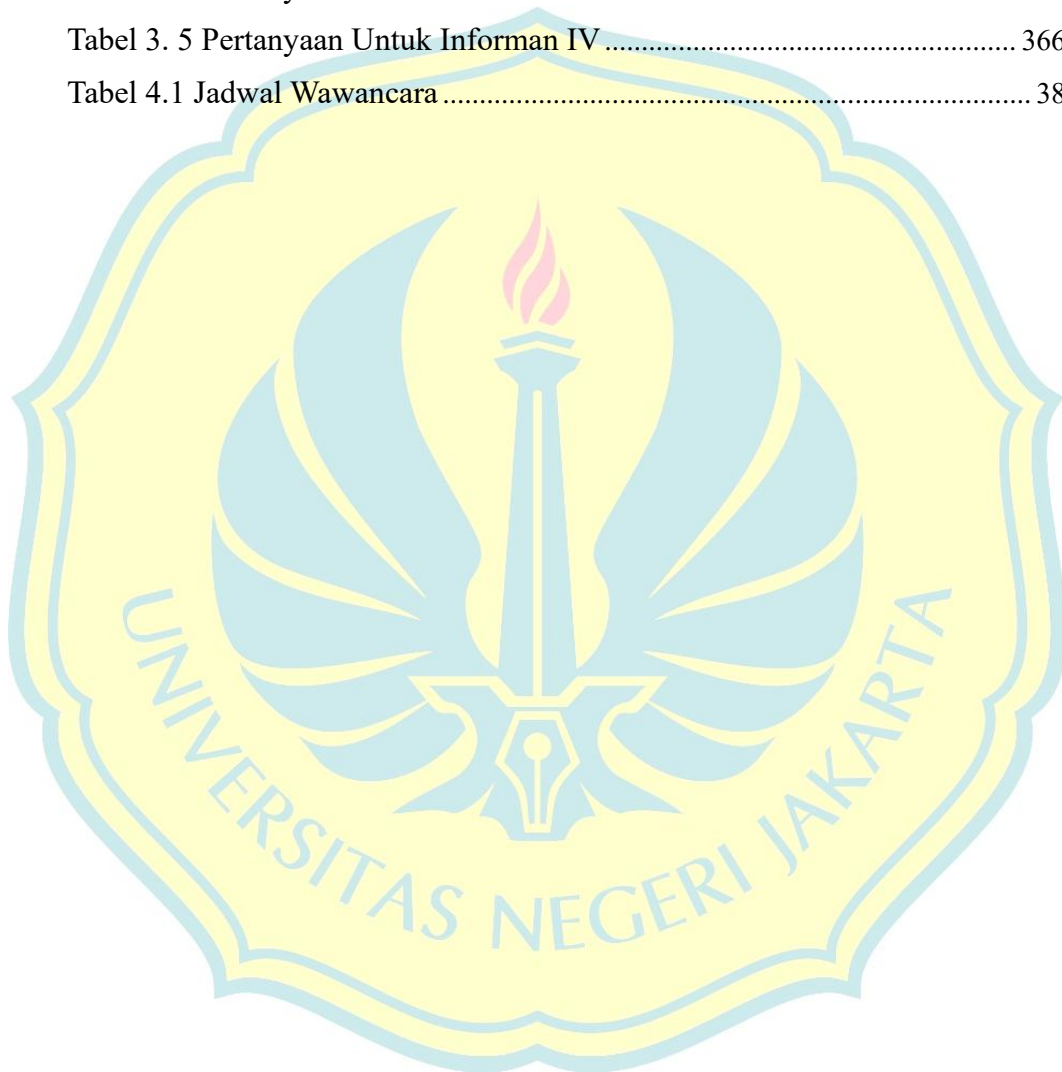
LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian.....	4
C. Perumusan Masalah	4
D. Tujuan Penelitian.....	5
E. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
A. Konsep Autoetnografi	7
B. Pekan Olahraga Nasional	10
C. Pengembangan Diri Seorang Atlet.....	13
F. Bola Tangan.....	16
G. Bola Tangan DKI Jakarta	19
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	22
A. Tujuan Penelitian	22
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	22
C. Pendekatan dan Metode Penelitian	23
BAB IV	37
HASIL PENELITIAN.....	37
A. Hasil Penelitian.....	37
B. Pembahasan.....	44
1. Persiapan Latihan, Multi Event, dan Single Event	44
2. Pentingnya Dukungan Orang Tua dan Pelatih	55

3. Hambatan Selama Perjalanan Karir Sebagai Atlet Bola Tangan DKI Jakarta	65
4. Peluang dan Perolehan Prestasi Veren	73
BAB V KESIMPULAN DNA SARAN	79
A. Kesimpulan	79
B. Saran.....	80
DAFTAR PUSTAKA.....	83
LAMPIRAN.....	86
RIWAYAT HIDUP.....	91



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Daftar Partisipan Pendukung	31
Tabel 3. 2 Pertanyaan Untuk Informan I.....	344
Tabel 3. 3 Pertanyaan Untuk Informan II.....	34
Tabel 3. 4 Pertanyaan Untuk Informan III	35
Tabel 3. 5 Pertanyaan Untuk Informan IV	366
Tabel 4.1 Jadwal Wawancara	38



DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Kejurnas UPI Bandung 2022.....	46
Gambar 4.2 Kejurnas UPI Bandung 2022.....	47
Gambar 4.3 Babak Kualifikasi PON 2023	48
Gambar 4.4 Training Camp Jakarta	51
Gambar 4.5 Tryout Thailand	54
Gambar 4.6 Kepulangan dari Aceh	57
Gambar 4.7 Persiapan PON	66
Gambar 4.8 Babak Kualifikasi PON 2023	73
Gambar 4.9 Medali Emas PON XXI Aceh-Sumut 2024	78

