

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pekan Olahraga Nasional atau biasa disingkat dengan PON merupakan ajang olahraga tertinggi yang dilaksanakan di Indonesia setiap 4 tahun sekali. PON pertama kali diakan di kota Solo pada tahun 1948 dengan 9 cabang olahraga yang dipertandingkan. Pada tahun 2024 saat ini PON diadakan di 2 provinsi berbeda yaitu di provinsi Aceh dan Sumatera Utara. PON tahun 2024 yang diadakan di Aceh Sumatera Utara ada 33 cabang olahraga yang dipertandingkan yang diikuti sekitar 5.636 atlet dan 2.752 *official*. Provinsi DKI Jakarta menjadi provinsi yang paling banyak menjadi tuan rumah yaitu sebanyak 8 kali pergelaran sekaligus menjadi pemegang rekor juara umum terbanyak yaitu 11 kali juara umum.

PON XXI yang diselenggarakan di Aceh dan Sumatera Utara, dimenangkan oleh Provinsi Jawa Barat dengan peraihan 542 medali, yaitu 195 medali emas, 164 medali perak, dan 183 medali perunggu. Sementara Provinsi DKI Jakarta berada di posisi kedua dengan perolehan medali sebanyak 480 medali. Sedangkan diperingkat ke 3 ada Jawa Timur dengan 424 medali. Perbedaan perolehan medali ini, menandakan persaingan di tiap provinsi dan peningkatan prestasi dari masing-masing provinsi menandakan keberhasilan upaya dan dukungan dari pihak penyelenggara, pembina hingga tim cabang olahraga tersebut.

Olahraga bola tangan merupakan olahraga permainan yang dimainkan secara beregu. Ada 2 kategori dalam permainan bola tangan yaitu kategori putra dan kategori putri. Olahraga bola tangan dimainkan dalam lapangan dengan ukuran

40 x 20 meter. Adapun ukuran bola yang digunakan dalam permainan bola tangan yaitu ukuran 2 untuk kategori putri dan ukuran 3 untuk kategori putra. Dalam olahraga bola tangan dimainkan dengan 6 orang pemain dan 1 orang penjaga gawang. Durasi dalam permainan bola tangan 2 x 30 menit dengan 10 menit waktu istirahat. Keterampilan dalam memainkan bola adalah sebagai dasar dari permainan bola tangan untuk melakukan *dribbling* yang bertujuan untuk mengecoh lawan serta mencari ruang shooting untuk mendapatkan poin. Pada permainan bola tangan shooting merupakan teknik mengarahkan bola ke gawang lawan dengan sekeras – kerasnya untuk mencetak poin (Nopiyanto et al., 2024).

Kemampuan *shooting* dari atlet harus selalu dilatih dan ditingkatkan agar memiliki akurasi yang tepat sehingga bisa mencetak gol dengan mudah. Teknik dalam melakukan *shooting* ada berbagai cara diantaranya *standing shoot*, *jump shoot*, *flying shoot*, *drive shoot*, dan *side shoot* (Sundari, 2022). Bola tangan merupakan olahraga yang kompleks. Kecepatan berpikir serta ketepatan dalam *shooting* dan *defence* harus terus dilakukan dalam 30 menit penuh. Kerja sama dalam tim juga menjadi poin yang sangat diperlukan dalam olahraga ini, sehingga dibutuhkan latihan berulang untuk mencapai permainan yang baik dalam olahraga bola tangan (Segara et al., 2020).

Dalam persiapan menghadapi Pekan Olahraga Nasional 2024 yang diadakan di Aceh- Sumatera Utara Atlet tim bola tangan DKI Jakarta sudah mempersiapkan diri selama 3 tahun sebelum pelaksanaan PON, tujuan dari tim DKI Jakarta mempersiapkan diri lebih dulu karena ingin mendapatkan hasil yang terbaik di PON Aceh- Sumatera Utara 2024. Dengan mempersiapkan diri dalam kurun

waktu yang cukup lama para atlet bola tangan DKI Jakarta harus menjalani program latihan yang panjang dan melelahkan. Adapun berbagai jenis persiapan yang harus dijalani oleh para atlet seperti persiapan umum, persiapan khusus, dan Pra kompetisi. Dalam setiap persiapan para atlet harus melakukan tes parameter yang bertujuan untuk melihat perkembangan fisik dan teknik para atlet. Adapun tes parameter yang harus dilakukan para atlet berupa tes antropometri, tes kemampuan biomotorik, dan tes komponen fisik lainnya.

Program latihan yang dilakukan oleh para atlet sangatlah berat dan melelahkan. Para atlet proses latihan yang sangat panjang. Adapun jenis program latihan yang dilakukan oleh para atlet seperti program latihan daya tahan tubuh, program latihan kekuatan dan daya ledak, serta program latihan teknik bola tangan. Latihan yang dijalani oleh para atlet selain menguras energi fisik juga menguras mental mereka. Faktor-faktor seperti cedera, perselisihan dengan teman satu tim maupun dengan pelatih, serta masalah terhadap diri sendiri menjadi permasalahan yang terkadang mengganggu pikiran para atlet. Sebab itu, tercapainya prestasi pada PON ini melibatkan banyak faktor bukan hanya sekedar latihan melainkan bagaimana para atlet mampu mengontrol diri mereka sendiri untuk menghadapi faktor-faktor tersebut. Autoetnografi sebagai pendekatan kritis dalam manajemen olahraga: aplikasi saat ini dan arah untuk Penelitian masa depan. Autoetnografi berguna untuk belajar manajemen olahraga karena melawan ideologi dominan dan menunjukkan struktur kekuatan dan ketidaksesuaian. Oleh karena itu, studi autoetnografi yang mendalam diperlukan untuk memahami secara menyeluruh

pengalaman atlet bola tangan putri DKI Jakarta selama persiapan mereka untuk Pekan Olahraga Nasional Aceh-Sumatra Utara 2024.

B. Fokus Penelitian

Penelitian ini berfokus pada persiapan atlet bola tangan DKI Jakarta putri mencapai prestasi tertinggi Indonesia yaitu Pekan Olahraga Nasional yang dilakukan oleh Peneliti sebagai salah satu atlet Bola Tangan DKI Jakarta. Selain itu dalam Penelitian ini akan dipaparkan tentang pengalaman dalam menghadapi perjalanan yang di alami oleh Peneliti menuju Pekan Olahraga Nasional Aceh-Sumut XXI 2024.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang dan fokus penelitian, perumusan masalah dalam karya ilmiah ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana perjalanan tim putri Bola Tangan DKI Jakarta dalam merebut emas pada PON XXI Aceh-Sumatera Utara 2024?
2. Bagaimana strategi latihan yang diterapkan oleh tim Pelatda bola tangan DKI Jakarta dalam persiapan menuju PON XXI?
3. Bagaimana peran motivasi dan dukungan sosial dalam membentuk mental juara atlet bola tangan putri DKI Jakarta?
4. Apa saja hambatan yang dihadapi oleh atlet bola tangan putri DKI Jakarta selama persiapan hingga kompetisi PON XXI?

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan autoetnografi untuk memberikan wawasan tentang pengalaman atlet dalam meraih prestasi olahraga. Melalui penelitian ini, tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan peralanan tim bola tangan putri DKI Jakarta dalam merebut medali emas pada PON XXI Aceh-Sumatera Utara 2024.
2. Menjelaskan peran motivasi dan dukungan sosial dalam membentuk mental juara atlet bola tangan putri DKI Jakarta.
3. Mengidentifikasi hambatan yang dihadapi oleh atlet selama persiapan hingga kompetisi PON XXI dan strategi untuk mengatasinya.
4. Menjelaskan strategi latihan yang diterapkan oleh tim pelatih bola tangan DKI Jakarta dalam persiapan menuju PON XXI

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat yang signifikan dalam pengembangan strategi olahraga dan peningkatan keseimbangan antara dunia akademik dan olahraga. Dengan menganalisis perjalanan seorang atlet dalam mencapai prestasi, penelitian ini memberikan wawasan berharga mengenai pentingnya manajemen waktu, disiplin, serta strategi latihan yang efektif. Hal ini menjadi inspirasi bagi atlet lain untuk tidak hanya fokus pada bidang olahraga, tetapi juga memastikan pencapaian di dunia pendidikan dapat berjalan beriringan.

Selain itu, penelitian ini turut mendukung pengembangan cabang olahraga bola tangan di Indonesia. Dengan menyoroti peran organisasi seperti ABTI dalam memperkenalkan olahraga ini ke berbagai sekolah, penelitian ini memberikan dasar yang kuat untuk mendorong pertumbuhan olahraga di tingkat lokal maupun nasional. Tidak hanya memperkaya literasi olahraga, hasil penelitian ini juga dapat digunakan untuk menarik perhatian sponsor dan pembuat kebijakan agar lebih aktif mendukung perkembangan cabang olahraga bola tangan.

Sebagai motivasi, penelitian ini mengajarkan generasi muda bahwa kesuksesan tidak hanya bergantung pada bakat, tetapi juga pada kerja keras, manajemen diri, dan dukungan dari lingkungan. Dengan mengambil pelajaran dari perjalanan seorang atlet yang sukses, para pembaca dapat terinspirasi untuk mengembangkan potensi terbaik mereka, baik di dunia olahraga maupun pendidikan.

