

**STRATEGI MENGHADAPI TANTANGAN MENUJU PON
2024
(STUDI AUTOETNOGRAFI ATLET DRUMBAND DKI
JAKARTA)**



**SITI NURUL LITA
1603621001**

**Proposal Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Olahraga**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2025**

STRATEGI MENGHADAPI TANTANGAN MENUJU PON 2024 (STUDI AUTOETNOGRAFI ATLET DRUMBAND DKI JAKARTA)

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk merefleksikan secara mendalam pengalaman pribadi penulis sebagai atlet drumband DKI Jakarta dalam menghadapi tantangan menuju Pekan Olahraga Nasional (PON) 2024. Menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode autoetnografi, penulis memposisikan diri sebagai subjek sekaligus objek penelitian yang mengalami langsung proses seleksi, latihan intensif, hingga kompetisi nasional. Melalui narasi reflektif, penelitian ini mengungkap dinamika fisik, mental, dan sosial yang dialami selama masa persiapan, termasuk tantangan cedera, tekanan performa, konflik tim, serta dinamika gender dalam dunia olahraga drumband. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi yang diterapkan untuk menghadapi hambatan tersebut mencakup penguatan mental, adaptasi sosial, disiplin fisik, serta refleksi spiritual. Selain membentuk ketahanan pribadi, proses ini juga menumbuhkan nilai-nilai kekeluargaan, solidaritas tim, dan transformasi identitas sebagai atlet. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pemahaman tentang pembinaan atlet berbasis pengalaman personal, serta memperkaya kajian autoetnografi dalam konteks keolahragaan Indonesia.

Kata Kunci: Autoetnografi, Drumband, Identitas Atlet, PON 2024, Strategi Adaptasi

**COPING STRATEGIES IN PREPARATION FOR PON 2024
(AN AUTOETHNOGRAPHIC STUDY OF A DRUM BAND ATHLETE FROM
JAKARTA)**

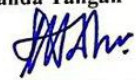
ABSTRACT

This study aims to reflect deeply on the personal experiences of the author as a drum band athlete representing DKI Jakarta in preparation for the 2024 National Sports Week (PON). Employing a qualitative approach through the method of autoethnography, the author serves as both the subject and object of the research, directly experiencing the rigorous processes of selection, intensive training, and national-level competition. Through reflective narrative, the study explores the physical, mental, and social dynamics encountered throughout the preparation period, including injury challenges, performance pressure, team conflicts, and gender dynamics within the drum band sport. The findings reveal that strategies used to overcome these obstacles include mental resilience, social adaptation, physical discipline, and spiritual reflection. Beyond personal endurance, the process also fostered values of familial bonding, team solidarity, and a transformation of athletic identity. This research is expected to contribute to a deeper understanding of athlete development based on personal experience and to enrich autoethnographic studies within the context of Indonesian sports.

Keywords: *Adaptation Strategies, Athlete Identity, Autoethnography, DrumBand, PON 2024*

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama Pembimbing 1, Dr. Heni Widyaningsih, S.E., M.SE. NIP. 197201221999032001 Pembimbing 2, Dr. Albert Wolter Aridan Tangkudung, S.Sos., M.Pd, NIP. 198308272015041001	Tanda Tangan  	Tanggal 29/7-2025
--	--	---

Nama 1. Dr. Mansur Jauhari, M.Si NIP. 197408152005011003 2. Dinan Mitsalina, M.Or NIP. 199504252020122016 3. Dr. Heni Widyaningsih, S.E M.SE NIP. 197201221999032001 4. Dr. Albert Wolter Aridan Tangkudung, S.Sos., M.Pd, NIP. 198308272015041001 5. Dr. Kuswahyudi, S.Or., M.Pd. NIP. 198509252015041003	Jabatan Ketua Sekretaris Anggota Anggota Anggota	Tanda Tangan      	Tanggal 29/7 2025 30/7 2025 29/7-2025 30/7 2025 29/7 2025
--	---	---	--

Tanggal Lulus : 25 Juli 2025

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini merupakan karya 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 pihak lain, kecuali arahan dari dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dan 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 sesuai norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 07 Juli 2025
Yang membuat pernyataan



SITI NURUL LITA
1603621001



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
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 : Siti Nurul Lita
NIM : 1603621001
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan/Ilmu Keolahragaan
Alamat email : Litasiti12@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 :

STRATEGI MENGHADAPI TANTANGAN MENUJU PON 2024 (STUDI AUTOETNOGRAFI
ATLET DRUMBAND 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, 1 Agustus 2025

Penulis

(
Siti Nurul Lita
)

LEMBAR PERSEMBAHAN

Dengan segala puji syukur kepada Allah SWT dan atas dukungan serta doa dari orang-orang tercinta, akhirnya skripsi ini dapat di selesaikan tepat pada waktunya. Oleh karena itu, dengan rasa bangga dan bahagia Lita haturkan rasa syukur serta terimakasih kepada:

1. Allah SWT, karena hanya atas izin serta ridhonya maka skripsi ini dapat dibuat dan di selesaikan tepat pada waktunya. Puji syukur yang tak terhingga kepada Allah SWT tuhan semesta alam yang meridhoi dan mengabulkan doa-doa Lita.
2. Orang Tua, Ayah Iwang Wahyudin dan Mamah Tuty Nurhayati yang telah memberikan dukungan moril maupun materi serta doa yang tiada henti untuk kesuksesan Lita, karena tiada kata seindah lantunan doa dan tiada doa yang paling mustajab selain doa orang tua. Ucapan terimakasih saja tidak pernah cukup untuk membalas kebikan mamah dan ayah, karena itu terimalah persembahan bukti bakti dan cinta Lita untuk Mamah dan Ayah.
3. Bapak dan Ibu Dosen Pembimbing, penguji, dan pengajar yang selama ini telah tulus dan ikhlas meluangkan waktunya untuk menuntun dan mengajarkan Lita, memberikan bimbingan dan pelajaran yang tiada ternilai harganya, agar Lita bisa menjadi pribadi yang lebih baik. Terimakasih banyak Bapak dan Ibu dosen, jasa kalian tidak akan pernah terlupakan.
4. Organisasi, Gita Shymphonia DC, Gita Swara Perkasa DC, KOP

Floorball UNJ, PDBI DKI JAKARTA, serta sosok-sosok luar biasa yang telah kebersamai dan memberi semangat dalam setiap proses perjuangan ini yaitu Brigjen Panca, para pelatih PDBI dan rekan rekan PDBI

5. Serta tak kalah penting, kepada sahabat saya yang sangat spesial, Cut Almaida Dirantona, S.Pd. Terima kasih atas segala bentuk dukungan, semangat yang terus menguatkan, tempat bersandar di saat suka maupun duka. Terima kasih atas waktu, doa, dan seluruh kebaikan yang selalu engkau berikan selama ini.



KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Strategi Menghadapi Tantangan Menuju PON 2024 (Studi Autoetnografi Atlet Drumband DKI Jakarta)**”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Jakarta.

Dalam kesempatan ini, peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada berbagai pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, dan semangat selama proses penyusunan skripsi ini. Ucapan terima kasih secara khusus peneliti sampaikan kepada:

1. **Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd.**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Jakarta.
2. **Dr. Heni Widyaningsih, S.E M.SE**, selaku Ketua Program Studi Ilmu keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta.
3. **Dr. Kuswahyudi, S.Or., M.Or**, selaku Penasehat Akademik, yang telah memberikan arahan dan dukungan selama masa studi.
4. **Dr. Heni Widyaningsih, S.E., M.SE**, selaku Dosen Pembimbing I, dan **Bapak Dr. Albert Wolter Aridan Tangkudung, S.Sos., M.Pd**, selaku Dosen Pembimbing II, atas segala waktu, tenaga, dan pikiran yang telah dicurahkan untuk membimbing penulis selama penyusunan skripsi ini.
5. Bapak **Iwang Wahyudin** dan Ibu **Tuty Nurhayati**, kedua orang tua tercinta, atas doa, cinta, dan dukungan yang tak ternilai. Semoga Bapak dan Ibu selalu bangga atas perjuangan ini.

Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh keluarga, sahabat, serta semua pihak yang telah memberikan dorongan dan bantuan, baik secara langsung maupun tidak langsung, dalam menyelesaikan karya ini.

Akhir kata, peneliti berharap semoga Allah SWT membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini dapat

memberikan manfaat dan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan,
khususnya dalam bidang keolahragaan dan studi autoetnografi di Indonesia.

Jakarta, 7 Juli 2025

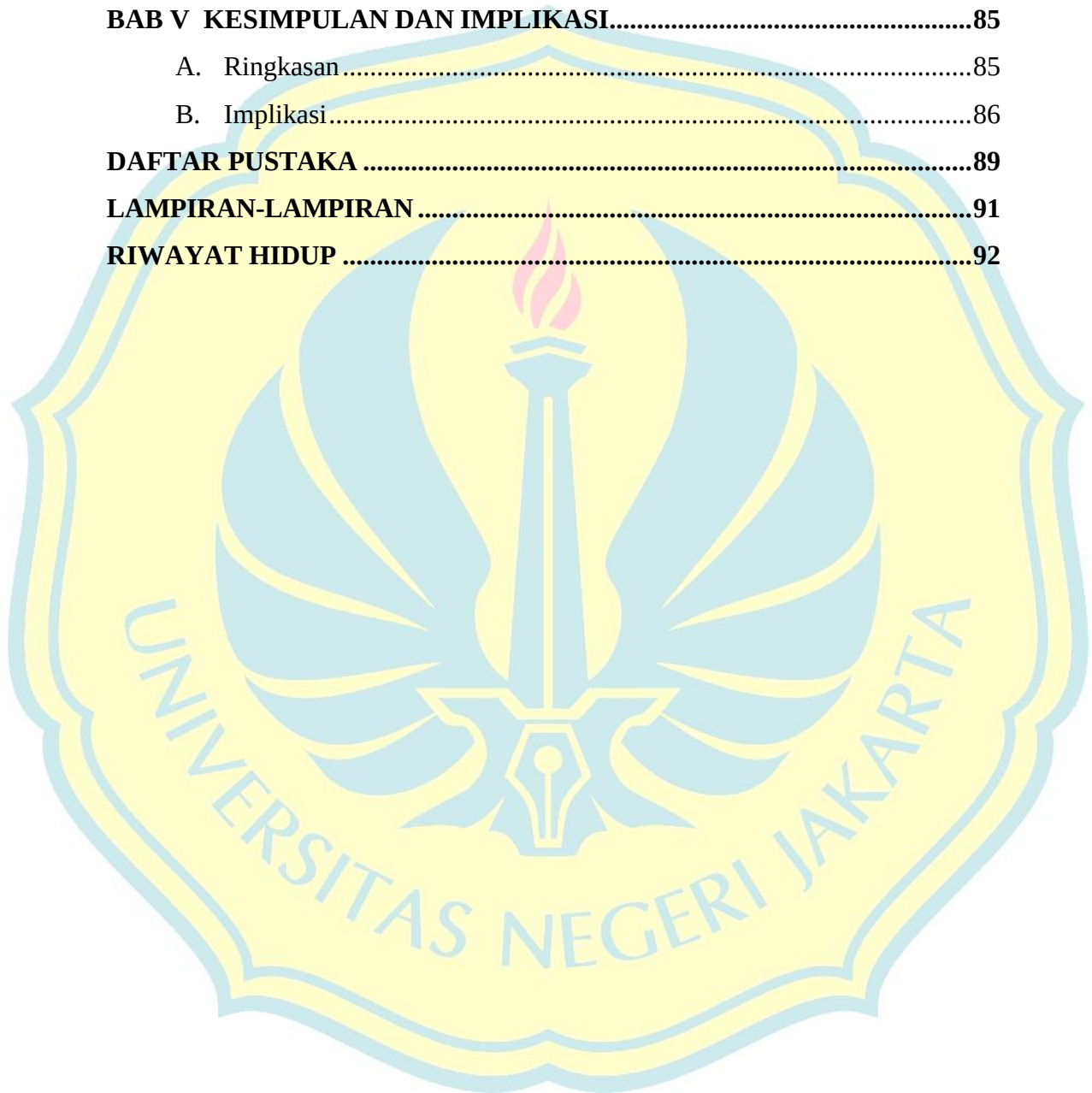
Siti Nurul Lita



DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
LEMBAR PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Kontekstualisasi	1
B. Perkenalan Diri	4
C. Rumusan Masalah	8
D. Tujuan Penulisan	8
E. Manfaat Penelitian	11
BAB II NARASI (CERITA)	14
A. Sejarah Drumband.....	14
B. Karakteristik Cabang Olahraga Drumband	20
C. Menceritakan Pengalaman	22
D. Pencarian Makna	38
E. Penggunaan Bahasa.....	44
BAB III METODOLOGI PENULISAN	46
A. Pendekatan Penelitian	46
B. Teknik Pengumpulan Data	47
C. Teknik Penulisan	49
D. Validitas dan Kejujuran Refleksi	49
E. Keterbatasan Penelitian	50
BAB IV ANALISIS.....	52
A. Interpretasi Pengalaman	52
B. Refleksi Diri	64
C. Penggunaan Teori.....	68

D. Integrasi Pengalaman dan Harapan Masa Depan.....	72
E. Dinamika Gender dalam Olahraga Drumband.....	76
F. Faktor Resiko Cedera Pada Cabang Olahraga Drumband	80
G. Transformasi Identitas Diri	82
BAB V KESIMPULAN DAN IMPLIKASI.....	85
A. Ringkasan.....	85
B. Implikasi.....	86
DAFTAR PUSTAKA	89
LAMPIRAN-LAMPIRAN	91
RIWAYAT HIDUP	92



DAFTAR TABEL

1. Perjalanan dan Pencapaian dalam Dunia Drumband.....	38
2. Riwayat Prestasi Atlet.....	52



DAFTAR GAMBAR

1. Lomba LBB.....	17
2. Seragam LBB	17
3. Seragam LBB	18
4. Lomba LKKB	18
5. Lomba LBJP	19
6. Lomba LUG	20
7. Sertifikat Grand Marching Bekasi 2017	23
8. Sertifikat Transera Bekasi Open Marching Band Competition	24
9. Mengikuti lomba HUT RI Tingkat Kecamatan	24
10. Latihan untuk Marching Band Piala Raja Hamengku Buwono	25
11. Sertifikat Kejayaan HB CUP	26
12. Sertifikat Grand Prix Junior Band ke-XVII Tahun 2019	27
13. Sertifikat Grand Prix Marching Band ke-XXXV.....	27
14. Pengumuman SNMPTN 2021.....	28
15. Latihan floorball.....	29
16. Liga Floorball Indonesia 2021	30
17. Liga Floorball Indonesia 2021	30
18. Sertifikat UNJ Floorball Open IV Tahun 2022.....	30
19. Kejurnas di Kota Madiun	31
20. Sertifikat BK PON LKKB MIX ETAPE 1 & 2	33
21. Latihan di PUSZIAD.....	33
22. Pemanasan sebelum lomba LBJP Kejurnas	35
23. LBJP Putri 400m	35
24. LBJP Mix 800m	36
25. Sertifikat PON nomor lomba LUG	37
26. Sertifikat PON nomor lomba LBB.....	37
27. Keberangkatan menuju PON 2024.....	39
28. Evaluasi setelah latihan	40
29. Upacara pembukaan BK PON	41

30. Lomba LUG PON	41
31. Lomba LBB PON.....	42
32. Penyerahan medali LUG LBB PON	42
33. Mendali PON	43
34. Pengajian dan doa bersama	56
35. Upacara pembukaan PON	56
36. Uji coba LUG PON.....	57
37. Uji coba LBB PON	57
38. Start lomba LKKB Putri PON.....	58
39. Persiapan LKKB putri.....	58
40. Pemanasan musik persiapan LKKB Putri 6.000m PON.....	59
41. Penyerahan medali emas LKKB putri 4.000m PON	59
42. Wartawan mewawancarai	60
43. Sesi diskusi malam di mes yonzipur	62
44. Pengajian rutin	63
45. Support Orangtua	63
46. Latihan	64
47. Latihan	65
48. Latihan	65
49. Kamar mes	66
50. Penyerahan medali oleh ketua PB PDBI.....	67
52. Arahan motivasi diri saat lomba LBJP MIX PON.....	72
53. Arahan Motivasi Sebelum Bertanding	73
54. Latihan LUG di LANUD Suwondo Medan	74
55. Disiplin dan Konsisten dalam Latihan	75
56. Atlet dan Pelatih Perempuan.....	77
57. Latihan Fisik Tim Putri di Yonzipur Medan.....	78
58. Tim Putri Foto Bersama Sebelum Perlombaan LBJP	79

DAFTAR LAMPIRAN

1. Surat Keterangan Selesai Penelitian	91
--	----

