

PROFIL ATLET ATLETIK LOMPAT TINGGI GALAH (*Pole Vault*) TEUKU TEGAR ABADI DALAM PENCAPAIAN PRESTASI

Wresniwira Wisnu Kresnadi*, Fifit Yeti Wulandari.

S1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

[*wresniwira.18138@mhs.unesa.ac.id](mailto:wresniwira.18138@mhs.unesa.ac.id), fifityeti@unesa.ac.id

Abstrak

Teuku Tegar Abadi salah satu elit atlet di atletik di nomor lompat tinggi galah. Diawali dengan mengikuti kejuaraan antar sekolah hingga akhirnya meraih prestasi tertinggi sampai kancah internasional. Penelitian ini memiliki tujuan yaitu bagaimana tahapan yang di lalui teuku tegar abadi dalam mencapai prestasinya. Jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif karena akan mendeskripsikan suatu keadaan, peristiwa sampai kegiatan secara detail. Hasil penelitian dalam menempuh kariernya atlet harus memiliki motivasi, profesionalisme serta dedikasi yang penuh Samangat terhadap spesialisasinya yang di tekuni agar prestasidapat di tingkatkan, dioptimalkan serta di pertahankan. Selain factor ekonomi, keluarga serta motivasi. Factor lain yaitu disiplin berlatih untuk membangun mental juara dengan baik. Setiap *elite* atlet harus memiliki sifat disiplin waktu, mampu untuk mengatur kehidupan sehari-hari agar tidak mengganggu performa serta prestasi. Kesimpulan Apabila menjadi atlet yang berprestasi dan tetap ingin mempertahankan prestasinya, selain tetap berlatih secara disiplin, terprogram serta *continue* harus memiliki motivasi yang tinggi serta mampu memiliki kesadaran tinggi untuk menjaga kondisi saat diluar pengawasan dari pelatih.

Kata Kunci: Teuku tegar abadi, lompat tinggi galah, prestasi.

Abstract

Teuku is one of the elite athletes in athletics in the Pole Vault. It starts with participating in inter-school championships until the end of achieving the highest achievements to the international arena. The purpose of this study is how the stages passed by Teuku tegar abadi in achieving his achievements. This research uses a qualitative type of research with a descriptive approach because it will describe the circumstances or events, events to activities in detail. The results of research in pursuing their careers athletes must have motivation, professionalism and full Samangat dedication to their specialties that are pursued so that achievements can be improved, optimized and maintained. In addition to economic factors, family and motivation. Another factor is being disciplined to train to build a champion mentality well. Every elite athlete must have a time disciplined nature, able to manage daily life so as not to interfere with performance and achievements. Conclusion If you become an athlete who excels and still wants to maintain his achievements, in addition to continuing to train in a disciplined, programmatic and continuous manner, you must have high motivation and be able to have high awareness to maintain conditions when outside the supervision of the coach.

Keywords: Teuku Tegar Abadi, Pole Vault, Achievement.

PENDAHULUAN

Teuku tegar abadi merupakan atlet kelahiran tuban, jawa timur, 13 Desember 1998. Ia merupakan lulusan dari SMA Negeri Olahraga sidoarjo, Teuku Tegar Abadi merupakan atlet berprestasi dalam cabang atletik khususnya di nomor lompat tinggi galah. Teuku tegar abadi sudah menyukai atletik sejak kelas 8 smp. Awal prestasinya di tingkat provinsi yang di torehkan dalam PORPROV Jawa Timur di madiun 2013. Teuku tegar abadi merupakan atlet yang sudah banyak menjuarai kejuaraan nasional maupun internasional, misalnya di kancah internasional teuku tegar abadi berhasil menyabet medali emas asean school Games 2016. Atlet yang juga mengikuti pemusatan Latihan nasional atletik di jakarta sejak tahun 2014 lalu itu pernah meraih medali perunggu kejuaraan remaja tingkat asia di doha, Qatar tahun 2015.

Akhir – akhir ini teuku tegar abadi menjadi sorotan media setelah menjuarai PON PAPUA setelah mendapatkan medali emas sekaligus memecahkan rekor PON yang sudah bertahan kurang lebih 30th.

Prestasi olahraga terbentuk dengan beberapa komponen dan bisa dilatih dengan waktu yang Panjang. Dengan proses pembinaan dan Latihan yang tepat juga keberhasilan dalam mencapai prestasi dapat dengan mudah diraih, dan membutuhkan konsisten diri dalam melakukan Latihan agar bisa meraih prestasi yang diinginkan (Irwanto & Romas, 2019).

Prestasi olahraga memiliki metode segitiga yang dibagi 4 bagian yaitu fisik, taktik, teknik dan mental yang dilatih secara bertahap dan konsisten dengan jangka waktu panjang. Proses latihan menentukan tercapainya hasil akhir di dalam perlombaan, dan mental adalah salah satu senjata dalam menghadapi perlombaan (Gumelar, 2017). Fisik

yang siap agar memberikan kemudahan atlet untuk menunjang teknik baik (Dongoran et al., 2020). Di dalam metode tersebut selain fisik dan teknik, taktik dan mental juga penting untuk diasah dengan pengalaman proses latihan, uji coba dan pertandingan (Purba, 2015).

Perkembangan atau pencapaian suatu prestasi olahraga yaitu hasil dari beberapa perpaduan antara kemampuan fisik, teknik, taktik serta mental. Keberhasilan pencapaian prestasi dalam olahraga juga ditentukan dengan latihan sesuai dengan tingkat usia (Ujang Rohman, 2019). Untuk meraih prestasi yang maksimal diperlukan proses latihan secara kontinu, bertahap serta berkelanjutan. Dengan melakukan proses latihan yang kontinu artinya atlet harus melakukan hal itu secara terus menerus (Irwanto & Romas, 2019).

Pada latihan atau fase perkembangan prestasi banyak pelatih dan atlet yang mengabaikan bahwa tubuh juga dapat mengalami kelelahan jika dihiraukan akan menyebabkan cedera. Menurut (Turi & Wulandari, 2021) kebanyakan dari gerakan berulang saat latihan merupakan alasan untuk terjadinya *overuse* bahkan sampai cedera traumatis. Cedera bisa disembuhkan dengan rehabilitasi. Rehabilitasi salah satu rangkaian yang mempunyai tujuan untuk melakukan pencegahan cedera, peningkatan, penyembuhan serta pemulihan kemampuan individu yang membutuhkan penanganan khusus (Arovah, 2010). Hubungan dengan cedera olahraga tersebut yaitu sebagai tindakan rehabilitasi yang sangat diperlukan, hal tersebut didasari atas masalah yang dialami oleh tiap-tiap individu atau atlet, penanganan cedera olahraga diberikan secara berkesinambungan (bompa, 2000). Dengan adanya metode yang terbaru yaitu rehabilitasi, atlet diharapkan bisa kembali ke performa dan pencapaian prestasi yang tinggi dan maksimal. Hal ini akan bisa membuat rasa percaya diri tumbuh serta berkembang lebih baik (Ilham, 2017). Oleh karena itu atlet dapat mencapai puncak prestasinya pasti disertai tertanamnya jiwa sportivitas yang tinggi dan juga rasa percaya diri yang baik maka dapat mendukung tercapainya prestasi.

Berdasarkan penjelasan di atas, faktor apa saja yang mempengaruhi meningkatnya prestasi pada cabang olahraga atletik khususnya di nomor lompat tinggi galah adalah mengikuti latihan sejak usia dini atau di masa Pendidikan sekolah. Maka peneliti melakukan penelitian dengan judul “Profil Atlet atletik teuku tegar abadi Dalam Pencapaian Prestasi” berdasarkan pengalaman pribadi atlet yang dimaksud.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan menggunakan metode pendekatan deskriptif. Sebab hasil atau data yang didapat berupa kata-kata. Menurut (Moleong, 2005) penelitian kualitatif penelitian untuk memahami fenomena atau peristiwa yang dialami oleh subyek

penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan lain-lain. Secara holistik, dan bahasa dalam suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah (Moleong, 2005).

Sumber Data Penelitian

Pada penelitian ini mengumpulkan sumber data yaitu berupa kata-kata, tindakan obyek yang diamati, sumber data tertulis, dan dokumentasi/foto. Menurut (Moleong, 2005) sumber data utama dalam penelitian kualitatif adalah kata dan tindakan, selebihnya adalah data dan tambahan seperti dokumen dan lain-lain. Sedangkan menurut (Moleong, 2005) kata-kata dan tindakan orang yang diamati atau diwawancarai merupakan sumber data utama. Sumber data utama dicatat melalui catatan tertulis atau melalui rekaman *video/ audio tapes*, pengambilan foto atau film.

Teknik Pengumpulan Data

Data setelah terkumpul atau hasil wawancara akan digunakan sebagai informasi untuk memecahkan masalah dari penelitian ini. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Pengamatan (*Observation*)

Dalam pengumpulan data ini teknik yang paling utama wawancara serta pengamatan. Dalam kedua metode yang digunakan dapat digunakan bersamaan, yang artinya selama melakukan wawancara dapat melakukan pengamatan atau sebaliknya. metode pengamatan juga di gunakan, dimana peneliti mengamati secara langsung kenyataan yang terjadi di lapangan. Dan melalui pengamatan peneliti bisa dapat belajar tentang perilaku serta makna dari perilaku (Suharsimi Arikunto, 2013).

Observasi bisa dilakukan dengan dua cara, yaitu:

- a) Observasi non-sistematis. Dilakukan oleh peneliti dengan tidak menggunakan instrumen pengamatan.
- b) Observasi sistematis. Dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan pedoman sebagai instrumen pengamatan Arikunto (Suharsimi Arikunto, 2013).

2. Wawancara (*interview*)

Wawancara ialah dialog antara dua orang atau lebih yang dilakukan oleh pewawancara untuk memperoleh informasi dari terwawancara. Menurut pendapat (Sugiyono, 2012) “Wawancara merupakan teknik pengumpulan data jika peneliti melakukan studi untuk menemukan permasalahan yang diteliti, dan jika peneliti ingin mengetahui lebih mendalam dari responden”. Menurut (Moleong, 2005) penelitian kualitatif sebaiknya menggunakan wawancara terbuka yang subjeknya sudah mengetahui bahwa sedang diwawancarai serta sudah mengetahui tujuan dilakukan wawancara.

HASIL

Teuku Tegar Abadi merupakan atlet atletik di nomor lompat tinggi galah yang berprestasi, Teuku tegar abadi awal menjadi atlet sejak duduk di bangku SMP waktu itu teuku tegar mengikuti kejuaraan antar SMP sekabupaten tuban, saat itu teuku tegar abadi mengikuti lomba di nomor lari 800m dan 1500m, teuku tegar menjuarai di nomor 800m dari hasil tersebut teuku tegar langsung ditawarkan mengikuti salah satu club di kab. Tuban. Setelah bergabung teuku tegar di latih di beberapa nomor diantaranya lompat jauh, lompatangkit dan lari, pertama kali mengikuti kejuaraan di jawa timur yaitu pekan Olahraga pelajar daerah (POPPDA) di kejuaraan tersebut teuku tegar turun di lompatangkit dan mendapatkan hasil yaitu juara 2. Pertama kali turun lompat tinggi galah yaitu pada kejuaraan pekan olahraga provinsi (PORPROV) tahun 2013 Dikejuaraan tersebut teuku tegar juara 3 atau medali perunggu. Setelah kejuaraan tersebut tegar di panggil untuk mengikuti seleknas atau seleksi nasional dan hasilnya teuku tegar terpilih. Dan hasilnya teuku tegar menorehkan prestasi pertamanya setelah Latihan keras di Jakarta yaitu 2 medali emas di Pekan Olahraga Nasional remaja (PON REMAJA) di nomor lompatangkit dan lompat tinggi galah.

Suka dan duka juga di alami atlet yang berasal dari kab. Tuban jawa timur ini, banyak berbagai factor yang mempengaruhi dalam menjalani dunia atlet. Suka yang di alami tegar yaitu Ketika kejuaraan mendapatkan medali dan memecahkan record remaja, Yuniior dan senior. Rasa Duka menjadi penentu dari salah satu hal yang menjadi factor pendukung tegar bisa menjadi atlet andalan jawa timur ataupun Indonesia, hal tersebut dikarenakan segala kegaglan, masalah yang dialami dijadikan motivasi untuk maju dengan mengambil segi positif dari kejadian – kejadian tersebut.

Teuku tegar abadi saat ini menjadi salah satu team atlet nasional yang di persiapkan menghadapi sea games, dimana hal tersebut tidak menjadikan dalam kariernya. Ada beberapa tujuan yang masih ingin di capai oleh teuku tegar abadi diantaranya:

1. Mengasah kemampuan hingga batas maksimal.
2. Menambah pengalaman dengan mengikuti kejuaraan – kejuaraan.
3. Menjadi juara dan memecahkan record
4. Mengeanalkan olahraga atletik khususnya di nomor lompat tinggi galah di lingkungan sekitar.

Teuku tegar menorehkan berbagai prestasi semenjak menjadi atlet mulai dari kejuaraan daerah sampai internasional

Berikut prestasi prestasi yang pernah di raih teuku tegar abadi :

Tabel 1. Hasil kejuaraan Teuku Tegar Abadi

No.	Event	Medali	Tahun
1.	PON REMAJA	EMAS	2014
2.	ASIAN YOUTH CHAMPIONSHIP	PERUNGGU	2015
3.	ASIAN SCHOOL GAMES	EMAS	2015

4	ASEAN SCHOOL GAMES	EMAS	2016
5	PON JABAR	PERAK	2016
6	SINGAPORE OPEN	EMAS	2017
7	KEJURNAS	EMAS	2018
8	POMNAS	PERAK	2019
9	PON PAPUA	EMAS	2021

PEMBAHASAN

Dalam pembahasan ini hasil dari penelitian yang dapat diperoleh dalam penelitian ini akan di jelaskan di sub bab ini.

Sebagai atlet elit yang pernah menorehkan prestasi di kancah internasional selalu mementing atau mendahulukan mana yang baik untuk kariernya. Baik secara teknis maupun non teknis. Teuku tegar adalah atlet nasional yang berasal dari kab. Tuban jawa timur dinomor spesialis lompat tinggi galah.

Mereka mulai mengikuti olahraga atletik sejak usia 14th atau sejak duduk di bangku SMP, dan mulai benar – benar mendalami dunia atletik Ketika masuk atau duduk di bangku SMA atau sekitar umur 16th. Menurut pengertian bempa di dalam bukunya usia yang tepat untuk terjun di nomor spesialisnya yaitu Ketika beranjak umur 16th.

Teuku tegar abadi belatar belakang dari keluarga yang sederhana, sehingga dari situlah motivasi untuk berprestasi di dunia olahraga, maka dari itu teuku tegar memiliki tekad yang tinggi untuk merubah ekonomi dan nasibnya melalui reward dan hadiah yang diraih Ketika menjuara kejuaraan. Hal – hal tersebut yang membuat tegar mampu mempertahankan motivasi berlatih, mempertahankan prestasi, serta mental juaranya. Sehingga prestasi tegar hingga saat ini stabil. Menurut (Irwanto & Romas, 2019) bonus merupakan pendorong untuk meraih prestasi para atlet.

Dalam prosesnya menjadi atlet dan meraih prestasi tertinggi tegar berlatih sangat keras dan disiplin dan memaksimalkan sarana dan prasarana yang sebenarnya ada beberapa yang kurang mendukung untuk mencapai prestasi tertingginya. Namun tegar memiliki cara tersendiri untuk mengatasi masalah – masalah tersebut. Dengan memodifikasi sarana dan prasarana yang tegar butuhkan tetapi tidak merubah tujuan dari inti Latihan atau program Latihan.

Saat ini tegar mempersiapkan diri untuk persiapan sea games 2022 di Vietnam, tegar sedang mejalani Latihan di Jakarta ditemani oleh pelatihnya yaitu murtoyo.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasar hasil penelitian ini untuk mengetahui Profil Atlet Atletik Lompat Tinggi Galah (*Pole Vault*) Teuku Tegar Abadi Dalam pencapaian Prestasi. Maka dapat diambil kesimpulan, bahwa:

1. Jika ingin menjadi atlet yang berprestasi dan mempertahankan prestasinya, selain tetap berlatih

- secara disiplin, terprogram serta *continue* harus memiliki motivasi yang tinggi serta memiliki kesadaran untuk menjaga kondisi saat diluar pengawasan pelatih.
2. Dalam perjalanan karirnya seorang atlet harus memiliki sifat profesionalisme serta dedikasi penuh terhadap spesialisasi agar prestasinya bisa di tingkatkan, dioptimalkan serta dipertahankan.
 3. Selain dari faktor fisik ,ekonomi dan keluarga, faktor motivasi lain adalah berlatih secara maksimal, tidak mudah menyerah dan menyukai spesialisasi sehingga mental juara dapat terbentuk dengan baik.
 4. Menjadi atlet *elite* harus memiliki sifat disiplin untuk mengatur kehidupan sehari-hari agar tidak mengganggu performa dan prestasi.

Saran

Adapun saran-saran yang disarankan peneliti adalah sebagai berikut:

1. Peneliti mengharapkan jika ingin menjadi atlet yang profesional dan berprestasi tinggi, harus selalu disiplin dengan segala yang berhubungan dengan profesinya tersebut meliputi latihan, menjaga kondisi, menjaga motivasi diri, serta menjauhi hal yang dapat merusak prestasinya.
2. Selalu berdedikasi tinggi terhadap profesi atau spesialisasinya masing-masing dan bertanggung jawab terhadap prestasinya.
3. Peneliti juga berharap agar dapat mengambil contoh dari atlet-atlet berprestasi salah satunya teuku tegar abadi, sehingga dapat dijadikan motivasi baru untuk para atlet-atlet lainnya.

REFERENSI

- Arovah, N. I. (2010). *DIAGNOSIS DAN MANAJEMEN CEDERA OLAHRAGA* dr. Novita Intan Arovah, MPH Dosen Jurusan Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi FIK UNY. *Diagnosis Dan Manajemen Cedera Olahraga*, 1–11.
- bompa. (2000). *Total Training For Young Champions* (University of york (ed.)). canada.
- Dongoran, M. F., Kalalo, C. N., & Syamsudin. (2020). Profil Psikologis Atlet Pekan Olahraga Nasional (PON) Papua Menuju PON XX Tahun 2020. *Journal Sport Area*, 5(1), 13–21. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2020.vol5\(1\).4621](https://doi.org/10.25299/sportarea.2020.vol5(1).4621)
- Gumelar, D. E. (2017). *PROFIL ATLET ATLETIK BERPRESTASI KABUPATEN TULUNGAGUNG (Spesialisasi Lempar Cakram dan Lari 400 Meter Putra)*. 1–12.
- Ilham, Z. (2017). Hubungan Antara Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Hasil Lompat Tinggi Gaya Straddle Siswa Putra Kelas X Smk Yps Prabumulih. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 16(1), 12–21.
- Irwanto, & Romas, M. Z. (2019). Profil Peran Psikologi Olahraga Dalam Meningkatkan Prestasi Atlet di Serang-Banten Menuju Jawara. *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga*, 1–14.
- Moleong, L. J. (2005). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (PT. Remaja (ed.)). Rosdakarya.
- Purba, P. H. (2015). *PROFIL KONDISI FISIK DAN MOTIVASI BERPRESTASI ATLET KARATE SUMUT PERSIAPAN PRA-PON TAHUN 2015 Pangondian*. 72–87.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&B* (Alfabeta (ed.)). alfabetan.
- Suharsimi Arikunto. (2013). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Rineka cipta.
- Turi, M., & Wulandari, F. Y. (2021). Analisis Hasil Tes Kondisi fisik Atlet Lompat Jangkit (Triple Jump) TC Khusus Jatim Tahun 2019 dan Tahun 2020. *Prestasi Olahraga*, 4(5), 47–53.
- Ujang Rohman, M. Y. E. (2019). *Ujang Rohman , 2 Mochamad Yusuf Effendi Correspondence : Universitas PGRI Adi Buana Surabaya , Surabaya , Indonesia Abstrak Kata Kunci : Profil , Kondisi Fisik Abstract Keyword : Profile , Physical condition Introduction Prestasi olahraga di Indonesia saa*. 3(2), 112–121.