

PROFIL ATLET HOKI MOCHAMAD FATHUR ROHMAN DALAM MERAH PRESTASI DIKANCAH NASIONAL DAN INTERNASIONAL

Uais Al Qorni

Program Studi S1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya

e-mail: uais.18063@mhs.unesa.ac.id

Mohammad Faruk

Dosen Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya

e-mail: mohammadfaruk@unesa.ac.id

Abstrak

Mochamad Fathur Rohman lahir di Malang pada 30 Januari 2000, dari pasangan ibu Juwariyah dan bapak Ngateman. Fathur bertempat tinggal di desa Bantur di kabupaten Malang wilayah selatan. Saat ini Fathur menempuh pendidikan sarjananya di Universitas Negeri Surabaya dan mengambil jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga. Fathur adalah atlet hoki jawa timur yang meraih banyak prestasi baik di kancah nasional maupun internasional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana tahapan yang dilalui Fathur dalam mencapai prestasinya hingga sampai sekarang, mulai dari prestasi dalam kancah nasional maupun internasional serta penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor apa saja yang mempengaruhi kesuksesannya. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan metode pendekatan deskriptif kualitatif untuk mendeskripsikan perilaku, peristiwa, hingga kegiatan secara detail. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik wawancara dan dokumentasi. Data yang telah dikumpulkan kemudian dilanjutkan dengan analisis berdasarkan rumusan masalah. Dan dalam proses menganalisis data tersebut ditinjau dengan studi pustaka sesuai dengan landasan teori pada kajian pustaka. Berdasarkan data yang diambil dan telah diolah, maka menghasilkan kesimpulan bahwa ada banyak faktor yang mempengaruhi Fathur dalam meraih prestasinya. Mulai dari faktor internal yang meliputi fisik, teknik, taktik serta mental. Kemudian dari faktor eksternal yang meliputi pelatih, lingkungan, keluarga serta sarana dan prasarana. Dari semua faktor tersebut, itulah yang membuat Fathur menjadi atlet sukses seperti sekarang ini yang telah memenangkan berbagai gelar tim ataupun individu di kancah nasional maupun internasional.

Kata Kunci : Profil Atlet, Prestasi, Hoki

Abstract

Mochamad Fathur Rohman was born in Malang on January 30, 2000, to Juwariyah's mother and Ngateman's father. Fathur lives in the village of Bantur in the southern district of Malang. Currently Fathur is pursuing his undergraduate education at the State University of Surabaya and majoring in Sports Coaching Education. Fathur is an East Java hockey athlete who has won many achievements both nationally and internationally. The purpose of this study was to find out how the stages that Fathur went through in achievements up to now, starting from achievements in the national and international levels and the purpose of this study was to find out what factors influence his success. This type of research is a qualitative research with a qualitative descriptive approach to describe behaviors, events, and activities in detail. Data collection techniques in this study used interview and documentation techniques. The data that has been collected is then continued with analysis based on the formulation of the problem, and in the process of analyzing the data, it is reviewed with a literature study in accordance with the theoretical basis in the literature review. Based on the data that has been taken and has been processed, it can be concluded that there are many factors that influence Fathur in achieving his achievement. Starting from internal factors which include physical technical, tactical and mental. Then from external factors which include trainers, environment, family and facilities and infrastructure. Of all these factors, that is what makes Fathur the successful athlete he is today who has won various team or individual title at the national and international levels.

Keywords : Athlete Profile, Achievements, Hockey

PENDAHULUAN

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh prestasi yang diraih oleh Mochammad Farhur Rohman sebagai mahasiswa jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga yang menarik perhatian peneliti untuk mempelajari faktor-faktor baik internal ataupun eksternal yang dapat menunjang prestasi sehingga dapat digunakan acuan untuk atlet lain sebagai langkah untuk mengikuti jejaknya.

Membahas prestasi, prestasi adalah hasil yang telah dicapai seseorang dari apa yang telah dikerjakan. Prestasi dapat diraih secara individu atau secara kerjasama suatu kelompok tertentu. Prestasi mencakup pembahasan yang sangat luas, tergantung dengan tujuan yang akan dicapai oleh masing-masing kepentingan. Tolak ukur sebuah prestasi juga berbeda seriap orang, ada yang mengukur keberhasilan lewat jumlah medali yang diraih pada suatu kejuaraan, ada yang melihat keberhasilan secara lebih kedalam pribadi perkembangan atletnya secara individu, ada juga yang mengaitkan dengan kepedulian masyarakat dan dukungan pemerintah pada suatu daerah dan lainnya. (Maiyanti et al., 2012)

Olahraga dapat melatih tubuh seseorang, tidak hanya secara jasmani saja tetapi juga rohani. Pada dasarnya olahraga adalah aktivitas atau kerja fisik yang bisa membantu memaksimalkan dan juga mengoptimalkan perkembangan tubuh lewat gerakan-gerakan yang didasari dengan gerak otot. Olahraga merupakan bentuk-bentuk kegiatan jasmani yang dalam pelaksanaannya dilakukan secara sengaja untuk memperoleh kesenangan dan prestasi yang optimal (Akbar, 2014).

Perkembangan prestasi olahraga merupakan hasil yang diperoleh dari perpaduan kemampuan teknik, fisik, taktik dan mental seorang atlet yang dicapai dari sebuah proses latihan dan pembinaan yang benar. Agar dapat mencapai prestasi yang maksimal seorang atlet harus melakukan latihan yang bertahap dan berkelanjutan. Jenjang latihan yang sesuai tingkat usia atlet juga menjadi faktor penting dalam keberhasilan prestasi atlet (Tamtomo, 2016). Jadi tujuan olahraga itu sesuai dengan olahraga yang dilakukan dan ada bermacam-macam, akan tetapi tujuan olahraga secara umum ialah memelihara dan meningkatkan kesegaran serta memelihara kesegaran jasmani, meningkatkan kegemaran manusia berolahraga sebagai rekreasi dan juga menjaga sekaligus meningkatkan prestasi olahraga sesuai cabang olahraga yang ditekuni setinggi-tingginya (Akbar, 2014).

Hoki adalah olahraga yang dimainkan dengan menggunakan stik dan bola yang masuk pada ukuran bola kecil. Hoki adalah olahraga yang dimainkan dengan cara dipukul atau didorong. Hoki termasuk olahraga yang membutuhkan banyak energi, oleh karena itu atlet dituntut untuk memiliki kondisi fisik yang baik agar mendapat prestasi yang maksimal. Hoki adalah permainan dengan

gaya cepat, mengumpan bola dengan cepat, sedikit mengolah bola, berlari ke arah gawang lawan dan berusaha memasukan bola ke gawang lawan (Atmaja, 2013). Hoki dalam arti lain adalah olahraga ketahanan tangan yang melibatkan *sprint*, gerakan dengan bola dan tanpa bola. Selain itu, hoki adalah permainan yang menuntut kapasitas fisiologis yang besar, karena pemain hoki diharuskan memiliki tingkat kekuatan otot yang tinggi untuk *sprint*, serta kapasitas daya tahan aerobik yang baik (Lemos et al., 2017).

Setiap cabang olahraga pasti memiliki teknik dasar yang berbeda-beda, karena dengan perbedaan ini yang membedakan satu cabang olahraga dengan olahraga yang lain. (Siregar et al., 2020) menyatakan bahwa karakteristik olahraga hoki moderen ialah pemain yang mempunyai *skill*, kekuatan, stamina dan pengetahuan rekayasa dalam bermain atau bisa dikatakan cerdas dalam mengambil keputusan. Bucky Swisler juga menjelaskan bahwa permainan hoki membutuhkan keterampilan yang sangat baik pada setiap pemain disetiap posisi seperti contohnya kemampuan mengoper, menerima, menggiring, menekel dan menembak bola. Untuk memiliki semua keterampilan tersebut harus dilakukan latihan sejak usia dini. Program latihan yang teratur dan tepat adalah hal yang sangat menentukan kesuksesan atlet.

Olahraga hoki adalah salah satu olahraga yang dapat dilombakan dalam kejuaraan *multievent*. Menurut Primadi Tabrani pada penelitian (Akbar, 2014) hoki adalah suatu permainan yg dimainkan oleh dua tim atau regu dimana setiap regu memegang *stick* yang bertujuan untuk menggerakkan, mengontrol, menggiring dan memukul bola. Permainan ini juga tidak diperkenankan menggunakan kaki untuk menggiring ataupun mengontrol bola melainkan harus menggunakan *stick*. Bentuk permainan hoki hampir sama dengan olahraga futsal ataupun sepakbola yakni memasukan bola kedalam gawang lawan. Hoki merupakan salah satu dari cabang permainan olahraga yang masuk dalam cabang olahraga olimpiade yang mulai berkembang di benua eropa pada tahun 1950-an dan hoki pertama kali dipertandingkan pada olimpiade London di tahun 1908 (Hollander, et.al, 2018).

Federation International Hockey adalah induk organisasi internasional yang menaungi olahraga hoki dunia, dan di Indonesia sendiri dinaungi oleh FHI (Federasi *Hockey* Indonesia). Dalam memajukan prestasinya, Federasi *Hockey* Indonesia (FHI) mengadakan pertandingan atau kompetisi disetiap tahunnya. Selain rutin mengadakan kompetisi ditingkat nasional, disetiap daerah juga mengadakan kompetisi, hal ini sangat mendukung federasi untuk menjaring atlet-atlet berbakat yang kemudian akan dikirim untuk kejuaraan yang lebih tinggi mewakili Indonesia. Perkembangan olahraga hoki di Indonesia cukup merata karena tidak hanya terpusat di pulau Jawa saja akan tetapi hoki juga

berkembang di daerah luar Jawa dan dalam perkembangannya tidak kalah dengan di pulau Jawa (Atmaja, 2013). Hoki di Indonesia sudah menjadi bagian dari olahraga nasional pada tahun 1960 kemudian ditahun berikutnya resmi masuk menjadi cabang olahraga prestasi di PON. Kita ketahui bersama bahwa PON sendiri merupakan *event* bergengsi di Indonesia yang pada pelaksanaannya sudah diatur dalam Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 46 (UUSKN, 2005) dan peraturan daerah, dan *event* PON ini merupakan puncak pembinaan prestasi olahraga di Indonesia (Yulianto & Kusnanik, 2021).

Salah satu atlet hoki Jawa Timur yang namanya sedang banyak diperbincangkan di kancah nasional dan internasional saat ini adalah Mochamad Fathur Rohman, atlet yang berasal dari kabupaten Malang ini berhasil membawa Jawa Timur meraih medali perunggu dan berhasil menembus squad Timnas Hoki Indonesia ditahun 2022 ini, serta membawa Timnas Hoki Indonesia lolos kualifikasi Asian Games 2023 Hangzhou China yg berlangsung di Thailand bulan Mei 2022. Itu semua didapatkan berkat usaha kerja keras, disiplin dan pantang menyerah. Banyak sekali faktor-faktor yang mempengaruhi kesuksesan Fathur dalam meraih prestasi, baik dari faktor internal maupun dari faktor eksternal. Berdasarkan paparan yang telah diuraikan, tujuan dari penelitian ini yaitu melakukan wawancara dan analisis data untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi kesuksesan atlet hoki Mochamad Fathur Rohman dalam kancah nasional dan internasional berdasarkan pengalaman pribadi atlet tersebut.

METODE

Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian kualitatif. Berkaca dari maksud dan tujuannya, data yang terkumpul dari penelitian ini merupakan kata-kata tertulis, gambar dan bukan angka. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif dengan berusaha untuk menggambarkan dan memberikan pandangan secara teoritis mengenai objek sesuai apa adanya (Nurajab, 2022). Penelitian kualitatif diibaratkan menggali sebuah sumur, diameter tidak luas akan tetapi sangat dalam (Firmansyah et al., 2021). Maksud dan tujuan dari penelitian ini untuk memperoleh informasi serta gambaran secara jelas mengenai profil atlet hoki Mohammad Fathur Rohman dan faktor-faktor yang mempengaruhinya dalam meraih prestasi.

Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan wawancara dan juga dokumentasi untuk mengambil data. Teknik ini dinamakan triangulasi karena mengumpulkan data dengan cara menggabungkan semua teknik dan sumber data. Penelitian menggunakan berbagai teknik yang berbeda akan

tetapi menggali dari sumber yang sama (Devira & Herdyanto, 2020). Instrumen penelitian dan alat pengumpul data dalam metode kualitatif adalah si peneliti itu sendiri (Henricus Suparlan et al., 2015).

A. Wawancara

Wawancara adalah bentuk pengumpulan data yang paling sering digunakan dalam metode penelitian kualitatif (Rachmawati, 2007). Wawancara atau sering disebut sebagai *interview* atau kuisioner lisan adalah sebuah percakapan yang dilakukan oleh pewawancara untuk mendapatkan informasi dari terwawancara (*interviewer*). (Permatasari, 2015). Pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik wawancara secara langsung dengan narasumber dan juga melakukan wawancara melalui media online dengan pertanyaan-pertanyaan yang sudah disusun berdasarkan rumusan masalahnya.

B. Dokumentasi

Arikanto menjelaskan dokumentasi adalah cara atau metode pengumpulan data seperti catatan, agenda, buku, transkrip, majalah dan surat kabar. Dokumentasi dalam pengertian yang lebih luas lagi adalah setiap proses pembuktian yang didasarkan atas jenis sumber apapun, yang berupa lisan, tulisan, gambaran ataupun arkeologis (Nilamsari, 2014). Peneliti menggunakan teknik dokumentasi dengan catatan dari hasil teknik wawancara kemudian mengumpulkan data berbentuk gambar dari surat kabar dan media sosial.

Metode Dan Analisis Data

Data yang sudah dikumpulkan tersebut dilanjutkan dengan analisis berdasarkan rumusan masalahnya serta dalam proses menganalisis data tersebut ditinjau dengan studi pustaka sesuai dengan landasan teori pada kajian pustaka. Selanjutnya data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan dan dokumentasi, dengan cara menjabarkan dalam unit-unit yang efektif, mengatur data secara teoritis kedalam kategori, menyusun kedalam pola, memilih data yang mana yang penting dan mana yang akan ditindak lanjuti dan menyimpulkan dengan bahasa yang mudah dipahami (Tamtomo, 2016).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Atlet

Mochamad Fathur Rohman lahir di Malang pada 30 Januari 2000, dari pasangan ibu Juwariyah dan bapak Ngateman. Fathur bertempat tinggal di desa bernama desa Bantur di kabupaten Malang wilayah selatan. Saat ini Fathur menempuh pendidikan sarjananya di Universitas Negeri Surabaya dan mengambil jurusan Pendidikan Keolahragaan. Awalnya dia menekuni olahraga futsal dan sepakbola, bukan hanya sekedar hobi namun dia sempat masuk di tim sepakbola junior kabupaten Malang. Anak ke-dua dari empat bersaudara ini pertama kali

bermain hoki pada saat menginjak bangku SMP yaitu di SMP Negeri 1 Bantur kabupaten Malang, yang pada mulanya dia menekuni sepakbola dan memilih untuk benar-benar menekuni olahraga hoki ini karena melihat peluang untuk masa depan olahraga hoki ini terlihat cukup besar karena pada saat itu olahraga hoki belum se-populer sekarang ini.

Fathur memulai karir profesionalnya di kaneh nasional pada ajang Pra Kualifikasi PON Jawa Barat pada tahun 2016 hoki *outdoor* di Jakarta. Ada hal yang membuat istimewa pemain ini, seperti yang diketahui bahwa cabang olahraga hoki di Indonesia memainkan dua nomor yaitu Hoki indoor dan hoki *outdoor (field)* dan dia adalah pemain yang mahir dan mampu memainkan keduanya. Itulah salah satu keistimewaan Fathur yang tidak dimiliki atlet lain, berikut ini adalah beberapa ajang atau kompetisi nasional yang pernah diikutinya:

- Pra Kualifikasi PON Jawa Barat 2016 Hockey *Outdoor* 2016, Jakarta
- Kejuaraan Hockey Ruang Pelajar Se-Indonesia Piala Rektor UPI Ke 2 Tahun 2017
- Kejuaraan Nasional Hockey *Indoor* Tahun 2017, Jawa Barat
- Pra Kualifikasi PON 2020 Papua Gor ITB Jatinangor Jawa Barat 2019 Hockey *Indoor*
- Pra Kualifikasi Pon 2020 Papua Senayan Jakarta 2019 Hockey *Outdoor*
- PON Papua 2020 Hockey *Indoor*

Pada tahun 2022 merupakan tahun emas bagi Fathur, karena pada tahun ini dia bisa terqualifikasi sebagai pemain tim nasional Indonesia dan berlaga pada ajang Men's AHF Cup Jakarta 2022. Selain masuk pada skuat tim nasional, Fathur juga memperoleh gelar individual *man of the match* pada laga Indonesia vs Singapura. Dia juga salah satu pemain yang sangat berpengaruh terhadap tim nasional Indonesia pada kualifikasi Asian Games di Bangkok karena mampu membawa skuat Garuda lolos pada ajang tersebut dan mengukir sejarah baru bagi Indonesia sekaligus menjadi *man of the match* juga.

Berikut ini adalah beberapa ajang internasional yang pernah Fathur ikuti:

- *Mens AHF Cup Jakarta 2022 Hockey Outdoor*
- *Mens Asian Games Qualifier Bangkok 2022 Hockey Outdoor*
- *Hero Asia Cup Jakarta 2022 Hockey Outdoor*

Berikut ini adalah Prestasi yang pernah dicapai Fathur:

- Juara 2 PORKAB Gresik Hockey *Indoor* Se-Jawa Timur 2016
- Juara 1 Kejuaraan Hockey *Indoor* Piala Bergilir Ketua DPRD Surabaya Antar Pelajar 2017
- Juara 3 Kejuaraan Hoki Ruang Pelajar Se-Indonesia

Piala Rektor UPI Ke-2 Tahun 2017

- Juara 2 Kejuaraan Hockey *Indoor* Se-Jawa Timur Di SMAN 16 Surabaya 2018
- Juara 3 POMNAS Jakarta Tahun 2019
- Juara 1 PORPROV Hockey *Outdoor* Gresik 2019
- Juara 3 PORPROV Hockey *Indoor* Gresik 2019
- Juara 3 PON Papua Hockey *Indoor* 2020
- Juara 3 Men's Asian Games *Qualifier* Bangkok 2022
- *Top Score* Kejuaraan Hoki Ruang Pelajar Se-Indonesia Piala Rektor UPI Ke-2 Tahun 2017
- *Best Player* Kejuaraan Hockey *Indoor* Piala Bergilir Ketua DPRD Surabaya Antar Pelajar 2017
- *Top Score* Kejuaraan Hockey *Indoor* Se-Jawa Timur Di SMAN 16 Surabaya 2018
- *Player Of The Match Mens AHF Cup Jakarta 2022 Hockey Outdoor*
- *Player Of The Match Men's Asian Games Qualifier Bangkok 2022 Hockey Outdoor*

2. Pelatih

Berdasarkan hasil wawancara dengan *coach* Imam Syafi'i pelatih PORPROV (pekan olahraga provinsi) kabupaten Malang yang menangani hoki kabupaten Malang sejak tahun 2017 hingga saat ini, beliau mengatakan Fathur adalah sosok atlet panutan di kabupaten Malang, selain prestasinya yang lebih unggul dibandingkan atlet lainnya, selain itu Fathur juga dikenal dengan sebagai atlet yang agamis dan memiliki kemampuan bersosial yang baik. Dia mengatakan bahwa Fathur memiliki semangat juang yang tinggi dan selalu memaksa dirinya untuk melebihi batas maksimal yang dia miliki. Sebagai atlet, wajar jika menjalankan program latihan di lapangan yang diberikan oleh pelatih, akan tetapi Fathur juga memiliki program pribadi yang dia jalankan di luar program yang distrukturkan oleh pelatih, tidak heran jika performanya di lapangan yang paling menonjol dan menjadikannya sebagai atlet hoki Malang dengan performa terbaik, *coach* Imam pun tidak heran jika dia bisa tembus ke skuat PON Papua 2022 pada cabang olahraga *hockey indoor*.

Dari segi teknik dan taktik, beliau memberikan program latihan dengan porsi yang sama antara satu pemain dengan pemain lainnya, namun program latihan ekstra yang dilakukan masing-masing pemain itu berbeda tergantung kelebihan dan kekurangan setiap individu pemain. Fathur adalah salah satu pemain dengan program latihan tambahan paling berat dan itu dia lakukan atas kemauannya sendiri tanpa permintaan dari pelatihnya. Dalam segi mental dan psikologis, *coach* Imam memberikan perlakuan yang berbeda kepada setiap pemainnya, jika ada salah satu pemain yang performanya menurun beliau akan mengajaknya berbicara saat di luar jam latihan, hal itu sangat penting karena satu saja pemain yang tidak fokus dalam latihan apalagi dalam kompetisi

berlangsung itu akan sangat merusak mental pemain lainnya. Begitupun dengan Fathur, beliau memberikan motivasi dan suntikan moral di luar lapangan agar sang pemain tetap konsisten dalam latihan kerasnya dan tidak cepat puas atas hasil yang telah dicapai.

Tak berbeda cerita dengan apa yang dikatakan *coach* Rohim, *coach* yang bernama lengkap Abdul Haq Habibur Rohim, beliau melatih tim hoki Jawa Timur sejak tahun 2014 sampai sekarang termasuk di PON Papua 2020, dia mengatakan bahwa Fathur adalah sosok *real athlete modern*, dia sadar bahwa dia adalah seorang atlet dan dia sadar betul bahwa seorang atlet harus menjaga semua kegiatannya, baik itu diluar ataupun di dalam lapangan. Tanpa berniat membanding-bandingkan dengan atlet lain tapi pada fakta dilapangan, performa fisik Fathur menjadi salah satu yang terbaik dan itu dibuktikan dengan dia mampu masuk di skuat timnas hoki 2022. *Coach* Rohim mengatakan Fathur sadar betul bahwa dirinya adalah seorang atlet, dia betul-betul menjaga pola makan, pola tidur dan aktifitas yang lainnya. *Coach* Rohim juga membongkar sedikit rahasia yang dilakukan Fathur dalam menjaga fisiknya yaitu selain dengan berlatih tambahan diluar jam latihan dia juga mengkonsumsi minuman tradisional yang dikenal dengan naman jamu, yaitu telur Jawa mentah yang Fathur konsumsi setiap harinya.

Berikut ini adalah hasil tes fisik TC Puslatda Jatim Cabor Hockey Field PON Papua 2020 :

Tabel 1. Hasil Tes Sit Up, Chin Up, Dips dan Superman Back Hold.

14 Target			50	12	12	5 Kg. 60 Sec
No	Name	Gender	Sit Up	Chin Up	Dips	Superman Back Hold
1	M. FATHUR ROHMAN	Male	42	12	15	33

Tabel 2. Hasil Tes 3 RM Single Leg Squad, Russian Twist dan Juggling.

14 Target			15 Kg				10 Kg. 10 Sec	60 Sec
No	Name	Gender	3 RM Single Leg Squad				Russian Twist	Juggling
			Right	Load	Left	Load		
1	M. FATHUR ROHMAN	Male	3	15 Kg	3	15Kg	12.54	83

Tabel 3. Hasil tes Hamstring, Tripple Jump, Sprint, Illinois, Bronco dan Watt bike.

14 Target			3	8 M	3.0 Sec	15 Sec	6 Minute	16 W/Kg
No	Name	Gender	Hamstring	Tripple Jump	Sprint	Illinois	Bronco	Watt bike
1	M. FATHUR ROHMAN	Male	1	7.3	3.2	14.6	5.37	18.8

Tabel 4. Hasil tes Flexibility, Set And Reach dan Ankle.

14 Target			0	0	0	20	15	15	Masuk Target
No	Name	Gender	Flexibility			Set And Reach	Ankle		
			Back	Right	Left		Right	Left	

3. Orangtua Dan Sahabat

Saiful Anam yang merupakan kakak kandung dari Fathur dalam wawancara, dia mengatakan bahwa Fathur adalah sosok pribadi pekerja keras dan berbakti kepada orangtua. Sejak kecil bakat pada dunia olahraga sudah terlihat dari diri seorang Fathur, di masa sekolah dasar dia diikutkan sekolah sepak bola di daerahnya. Tak hanya di sepak bola dia juga sempat menjadi atlet yang diperebutkan pelatih PUSLATCAB (pusat latihan cabang) kabupaten Malang pada cabang olahraga atletik yaitu pada nomer 500 meter, namun dia lebih memilih masuk pada skuat tim hoki kabupaten Malang pada saat itu. Salah satu faktor yang menurut dia sangat berpengaruh di dalam dia meraih prestasi adalah konsisten dalam latihan. Fathur selalu datang latihan tepat waktu dan menambah jam latihannya sendiri dirumah, baik berupa latihan fisik seperti *jogging* setiap pagi, ataupun latihan teknik seperti *stick handling* yang dia lakukan di teras rumahnya. Hal yang membuat Fathur seperti ini juga tak terlepas dari dukungan orang tuanya, dia mendapat dukungan penuh baik dari fasilitas dan juga kebebasan waktu dalam berlatih. Hal itu sangat berpengaruh pada psikologis dan semangatnya dalam meraih prestasi hingga bisa menembus skuat tim nasional Indonesia di tahun 2022 ini.

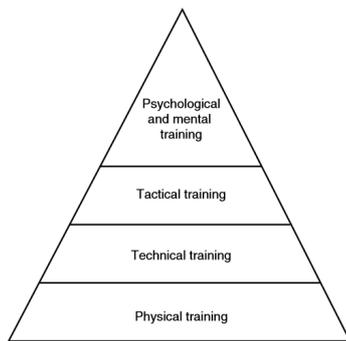
Adi Setiawan adalah sahabat dekat Fathur, dia mengenal Fathur sejak berkuliah di Universitas Negeri Surabaya ditahun 2018, jauh sebelum itu dia sering dipertemukan dalam pertandingan tingkat pelajar dimana Fathur membela kota Malang dan Adi kota Surabaya. Adi mengatakan Fathur adalah sosok yang sederhana, disiplin dan totalitas dalam melakukan sesuatu. Menurut dia Fathur bisa seperti saat ini adalah karena kerja kerasnya, Fathur sangat disiplin dan hampir disetiap harinya dihabiskan untuk latihan baik tim ataupun latihan tambahan sendiri. Sejak pertama dia menegenal Fathur banyak sekali ilmu yang dia dapat dari seorang fathur, seperti kerja kerasnya, kedisiplinannya, kesopanan dan kerendahan hatinya, hingga dia bisa menembus squad tim nasional Hoki indonesia seperti sekarang ini.

Pembahasan

Faktor-faktor penentu pencapaian kesuksesan dalam prestasi atlet secara garis besar terdiri dari dua faktor yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal atau indogen adalah faktor-faktor yang berasal dari diri atlet itu sendiri, dalam hal ini meliputi kesehatan mental dan juga fisik, penguasaan dalam teknik dan juga taktik, memiliki kepribadian dan kejiwaan yang baik. Kemudian faktor yang kedua adalah faktor eksternal atau eksogen, yaitu faktor yang berasal dari luar, faktor eksternal meliputi pelatih, sarana dan prasarana, organisasi, lingkungan, dsb (Pendidikan et al., 2011). Berdasarkan hasil penelitian diatas, Fathur sudah membuktikan

dengan melakukan hal-hal yang menjadikannya atlet sukses dan berprestasi seperti saat ini.

Faktor Internal



Gambar 1. Piramida Faktor Latihan

Fisik

Persiapan kondisi fisik, taktik, teknik dan mental merupakan faktor yang saling berhubungan antara satu dengan yang lain (Bompa & Haff, 2009). Latihan fisik merupakan komponen terpenting dalam sebuah latihan dan dapat memberikan perubahan pada semua sistem fungsi tubuh. Berdasarkan hasil tes fisik yang dilakukan oleh tim pelatih Puslatda Jatim, kondisi fisik dari Fathur berada di posisi ke-7 dari 14 atlet yang mengikuti TC Puslatda *hockey field* Jawa Timur. Dari hasil tes yang diikuti tersebut dia masih mendapat beberapa nilai merah atau tidak mencapai target, yaitu dalam tes *sit up*, *Superman Back Hold*, *russian twist*, *hamstring*, *triple jump*, *sprint*, dan *ankle* pada kaki kanan. Namun pada tes *VO2Max* Fathur menjadi yang terbaik dengan hasil di level 14,2. *VO2Max* merupakan kemampuan seseorang dalam menggunakan oksigen selama kegiatan semaksimal mungkin. Besarnya pasokan energi berasal dari sistem aerobik maksimal (Jasmani et al., 2021). Dengan hasil diatas tak heran jika Fathur bisa masuk di squad Hoki timnas Indonesia dan meraih berbagai prestasi diajarg yang diikuti.

Teknik

Penguasaan terhadap teknik dasar permainan hoki bukanlah hal yang mudah, karena olahraga hoki merupakan olahraga yang kompetitif dan dinamis yang menuntut pemainnya untuk bergerak dari satu tempat ke tempat yang lain melalui strategi yang digunakan (Saprudin Edwin, 2012). Berdasarkan hasil wawancara dengan Fathur dan juga pelatih, Fathur menguasai semua teknik-teknik dalam olahrag hoki seperti (mendorong bola), *hit* (memukul bola), *stop* (menahan bola), *dribble* (menggiring bola), *flick* (mencukil bola), *jab* (menjangkau bola) dan *scoop* (mengangkat bola). Dari semua teknik tersebut Fathur mengatakan teknik yang paling dia unggulkan adalah *dribble* (menggiring bola) hal

itu dia dapat dengan melakukan latihan tambahan yang rutin dia lakukan di luar jam latihan dirumah.

Kepribadian Dan Mental

Konsep kepribadian manusia menekankan pada dimensi biososial, tubuh pikiran, yang dihubungkan terutama dengan aspek psikologis dan sosial (Ja'far, 2016). Kepribadian seorang atlet sangat berpengaruh dalam langkahnya meraih prestasi, dari hasil wawancara diatas baik wawancara dengan pelatih dan orangtua, peneliti menyimpulkan Fathur memiliki kepribadian yang baik, sopan, taat beribadah dan pantang menyerah. Segala bentuk latihan mental hendaknya dapat menguatkan seluruh unsur psikologis dalam hal itu berhubungan dengan aspek kognitif, konatif dan emosional (Dewi & Sahrulah, 2017).

Dari segi mental dan psikologis Fathur mendapatkan perhatian khusus dari pelatihnya, dengan cara sering memberikan motivasi didalam dan berbicara empat mata diluar lapangan, hal tersebut membuatnya tidak segan lagi menyampaikan masalah pribadinya ataupun permasalahan yang terjadi di dalam lapangan dan mendapatkan solusi terbaik untuk membuat mental dan pesikologisnya terjaga. Tidak jauh berbeda dengan keterampilan fisik, keterampilan psikologis seperti meningkatkan kepercayaan, memelihara dan memfokuskan perhatian serta memelihara motivasi atlet juga diperlukan latihan yang sistematis (Nopiyanto et al., 2019).

Faktor Eksternal

faktor eksternal atau eksogen meliputi faktor yang berasal dari luar, seperti pelatih, sarana dan prasarana, organisasi dan lingkungan.

Berdasarkan hasil diatas, Fathur mendapat dukungan yang cukup baik dari faktor eksternal. Mulai dari pelatih, dia ditangani pelatih-pelatih hebat dan berpengalaman dibidangnya. Seorang pelatih dalam menjalankan tugasnya sebagai pelatih dituntut untuk memiliki keahlian tertentu yang harus dikuasai, sehingga pekerjaan sebagai pelatih dapat dikatakan sebagai suatu profesional (Hadi, 2011). Fathur mulai dari pertama kali bermain hoki di tingkat SMP, hingga di tingkat daerah ditangani oleh *coach* Imam yg merupakan mantan atlet dan lulusan Sarjana Kepelatihan Olahraga di UNESA, kemudian di level provinsi ia dipegang oleh *coach* Rohim yang juga merupakan mantan pelatih timnas Indonesia. Jadi dari faktor pelatih dia mendapatkan dukungan yang sangat baik.

Kemudian dari sarana prasarana, penggunaan dan pengertian sarana prasarana masih banyak orang yang salah dalam mnegartikanya. Pada dasarnya sarana prasarana diartikan sebagai fasilitas, akan tetapi dalam penggunaannya harus disesuaikan dengan fungsi dan tujuanya (Mahasiswa et al., 2013). Dalam hal sarana dia

mendapatkan fasilitas yang cukup, yang dipenuhi oleh orang tuanya, berupa alat-alat olahraga seperti *stick*, bola, sepatu dsb. Namun mungkin dalam hal prasarana di daerahnya terkhusus di kota Malang masih kurang dalam fasilitas olahraganya seperti lapangan yang memenuhi standart, dan tempat-tempat untuk meningkatkan fisik seperti *gym* dsb.

Faktor eksternal yang tidak kalah penting lainnya adalah dari universitas yang saat ini tempati untuk menempuh sarjananya yaitu Universitas Negeri Surabaya, banyak sekali dukungan atau fasilitas yang diberikan pihak universitas kepadanya. Seperti kebebasan dalam menggunakan fasilitas lapangan latihan, dia juga diperbolehkan bertempat tinggal di UKM (unit kegiatan mahasiswa) secatra gratis. Dalam hal perkuliahan Fathur mendapat dispensasi pada sa'at melaksanakan kejuaraan tanpa harus memikirkan absensi dan nilai, bahkan pada semester akhir ini dia diberikan keringanan dalam skripsinya, yaitu hanya sebagai prasarat tanpa adanya sidang dan revisi. Fathur juga sering mendapat uang pembinaan dari kampus pada setiap memenangkan kejuaraan tertentu, bahkan dalam PON 2020 kemarin dia diberikan *reward* berupa bebas tidak membayar UKT selama satu semester.

Berdasarkan hasil wawancara diatas juga disimpulkan bahwa lingkungan Fathur sangat mendukung untuk dia berprestasi, mulai dari keluarga, sahabat, sekolah atau universitas dsb.

PENUTUP

Simpulan

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti menyimpulkan bahwa prestasi tidak didapat hanya dengan bermodal bakat saja, akan tetapi prestasi di dapat dengan kerja keras dan konsisten dalam berlatih dan di dukung dengan program latihan yang tepat. Peran orang tua juga sangat berpengaruh dalam meraih prestasi, hal terpenting lainnya agar dapat menjadi atlet profesional yang berprestasi adalah dengan menjaga pola hidup sehat dan menjalani pola hidup layaknya seorang atlet. Dan dalam mencapai prestasi banyak sekali faktor-faktor yang mempengaruhinya, mulai dari faktor internal meliputi fisik, teknik, taktik dan mental, dan faktor eksternal meliputi pelatih, sarana dan prasarana, organisasi, lingkungan, dsb.

Saran

Berdasarkan dari simpulan diatas, saran yang dapat diberikan kepada atlet hoki adalah jika tujuan awal serius untuk meraih prestasi untuk lebih bekerja keras lagi dalam menjalani program latihan baik jangka pendek maupun jangka panjang dan konsisten disetiap prosesnya. Dan juga tak mudah puas atas apa yang telah dicapai dengan menambah porsi latihannya di luar jam latihan.

Kemudian Untuk pelatih, harapanya pelatih mampu membuat program latihan yang lebih bervariasi, tersusun secara sistematis dan kreatif untuk menunjang prestasi atlet. Tak hanya pada bidang fisik dan teknik akan tetapi juga mental dan psikologis atlet tersebut. Dan dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menjadi wawasan dan inspirasi baik para atlet dan juga pelatih demi kemajuan olahraga hoki di Indonesia.

Perlu adanya penelitian lebih lanjut untuk mendapatkan hasil penelitian yang lebih terbaru dan lebih banyak subjek penelitian yang digunakan, sehingga dapat mengidentifikasi lebih luas mengenai profil atlet hoki lainnya ataupun cabang olahraga lain mengenai prosesnya dalam meraih prestasi dikancah nasional maupun internasional.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, W. dan M. Y. (2014). Kemampuan Daya Tahan Anaerobik Hoki. *Kemampuan Daya Tahan Anaerobik Dan Daya Tahan Aerobik Pemain Hoki Putra Universitas Negeri Yogyakarta*, 12(1), 2.
- Atmaja, T. (2013). *Survei Pembinaan Hockey Di Jawa Tengah Tahun 2012*.
- Bompa, T. O., & Haff, G. G. (2009). *Periodization: theory and methodology for training*.
- Devira, T. M., & Herdyanto, Y. (2020). Profil Atlet Senam Amalia Fauziah Dalam Meraih Prestasi. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 3, 1–7.
- Dewi, E. M. P., & Sahrulah. (2017). *Psikologi Olahraga Mental Training*. 30.
- Firmansyah, M., Masrun, M., & Yudha S, I. D. K. (2021). Esensi Perbedaan Metode Kualitatif Dan Kuantitatif. *Elastisitas - Jurnal Ekonomi Pembangunan*, 3(2), 156–159. <https://doi.org/10.29303/e-jep.v3i2.46>
- Hadi, R. (2011). Peran Pelatih dalam Membentuk Karakter Atlet. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 1(1), 88–93.
- Henricus Suparlan, Marce, T. D., Purbonuswanto, W., Sumarmo, U., Syaikhudin, A., Andiyanto, T., Imam Gunawan, Yusuf, A., Nik Din, N. M. M., Abd Wahid, N., Abd Rahman, N., Osman, K., Nik Din, N. M. M., Pendidikan, I., Koerniantono2, M. E. K., Jannah, F., Stmik, S., Tangerang, R., No, J. S., ... Supendi, P. (2015). Imam Gunawan. *PEDAGOGIA: Jurnal Pendidikan*, 2(1), 59–70. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/sls/article/viewFile/1380/1342%0Ahttp://mpsi.umm.ac.id/files/file/55-58>
- Berliana Henu Cahyani.pdf
- Ja'far, S. (2016). Struktur Kepribadian Manusia Perspektif Psikologi Dan Filsafat. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 209–221. <https://doi.org/10.15575/psy.v2i2.461>
- Jasmani, P., Muhammadiyah, U., Pekalongan, P.,

- Petanque, A., & Pekalongan, K. (2021). *Volume 4 no 1 Tahun 2021 ISSN 2614-2775 (Print) ISSN 2621-8143 (Online) PROFIL KEBUGARAN JASMANI ATLET PETANQUE KABUPATEN PEKALONGAN PENDAHULUAN* *Kebugaran jasmani merupakan salah satu aspek penting yang harus dimiliki setiap siswa agar bisa mengikuti .* 4(I), 126–137.
- Lemos, R. S., Paz, G. A., De Freitas Maia, M., Da Silva, J. B., Lima, V. P., De Castro, J. B. P., & Miranda, H. (2017). Anthropometric and Physical fitness parameters versus specific performance tests in Brazilian field hockey athletes: A pilot study. *Biomedical Human Kinetics*, 9(1), 57–63. <https://doi.org/10.1515/bhk-2017-0009>
- Mahasiswa, P. K., Program, J., Untu, L. A., & Muniaha, H. (2013). *Universitas Halu Oleo. 2019*(Nidn 0002106805), 1–2.
- Maiyanti, S. I., Dwipurwani, O., & Yuliana, R. (2012). Analisis Prestasi Atlet Olah Raga Taekwondo Menggunakan Analisis Jalur. *Jurnal Penelitian Sains*, 15(1A), 6–10.
- Nilamsari, N. (2014). Memahami Studi Dokumen Dalam Penelitian Kualitatif. *Wacana*, 13(2), 177–181.
- Nopiyanto, Y. E., Dimiyati, D., & Dongoran, F. (2019). Karakteristik Psikologis Atlet Sea Games Indonesia Ditinjau Dari Cabang Olahraga Tim. *Sporta Sainika*, 4(2), 27. <https://doi.org/10.24036/sporta.v4i2.109>
- Nurajab, E. (2022). *Analisis Faktor-Faktor Motivasi Atlet Dalam Meraih Prestasi di Kompetisi Liga 3 Analysis Of Athlete ' Motivational Factors in Achieving Achievements in League 3 Competition.* 4(1), 45–54.
- Pendidikan, J., Kesehatan, J., & Rekreasi, D. A. N. (2011). *on-Sight Batang Tahun 2011.*
- Permatasari, I. (2015). No Title על העיוורון על. *Journal of Geotechnical and Geoenvironmental Engineering ASCE*, 120(11), 259.
- Rachmawati, I. N. (2007). Pengumpulan Data Dalam Penelitian Kualitatif: WaRachmawati, I. N. (2007). Pengumpulan Data Dalam Penelitian Kualitatif: Wawancara. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 11(1), 35–40. <https://doi.org/10.7454/jki.v11i1.184wawancara>. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 11(1), 35–40.
- Saprudin Edwin, 2013. (2012). *Edwin Saprudin Basri, 2013 Perbandingan Pengaruh Metode Bagian Dengan Metode Keseluruhan Terhadap Penguasaan Teknik Push Dalam Cabang Olahraga Hoki Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu. 2010, 2010–2011.*
- Siregar, H. F., Akhmad, I., & Sembiring, I. (2020). *Development of a Guidebook Basic Hockey Game Techniques Based on the Truth of Motion.* 488(Aisteel), 42–45. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.201124.010>
- Srianto, W. (2018). Pengembangan Model Latihan Teknik Smash. *Jurnal Pendidikan*, 4, 436–444. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/603600>
- Tamtomo, W. A. (2016). *PROFIL ATLET SELAM INDONESIA PRISCILIA GUNAWAN DALAM KANCAH NASIONAL DAN INTERNASIONAL Wahyu Anggoro Tamtomo *, Irmantara Subagio * Abstrak.* 119–122.
- Yulianto, M. R., & Kusnanik, N. W. (2021). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pencapaian Prestasi Tim Hockey Indoor Putra Kabupaten Gresik di PORPROV 2019. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(4), 158–165. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/39065>