



PROFIL ATLET DAYUNG BAYU PRASETYO DALAM MENCAPAI PRESTASI DIKANCAH NASIONAL

Bayu Prasetyo, Muhammad

S1 Pendidikan Kevelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya
bayu.19139@unesa.ac.id

Dikirim: 16-05-2026; Direview: 17-05-2026; Diterima: 22-05-2026;
Diterbitkan: 22-05-2026

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tahapan perjalanan karier serta faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan atlet dayung Bayu Prasetyo dalam mencapai prestasi di tingkat nasional. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dan dokumentasi untuk memperoleh informasi mengenai perjalanan prestasi, proses pembinaan, serta faktor pendukung keberhasilan atlet. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif dengan mengacu pada kajian pustaka yang relevan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan Bayu Prasetyo dalam mencapai prestasi nasional dipengaruhi oleh beberapa faktor internal, meliputi kondisi fisik, kemampuan teknik, taktik, mental, serta konsistensi latihan dan proses pembinaan yang berkelanjutan. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa pencapaian prestasi atlet tidak hanya ditentukan oleh kemampuan individu, tetapi juga dipengaruhi oleh proses latihan yang sistematis dan dukungan pembinaan olahraga.

Kata Kunci: Bayu Prasetyo, atlet dayung, prestasi nasional, faktor keberhasilan, penelitian kualitatif.

Abstract

This study aims to identify the stages of Bayu Prasetyo's athletic career development and the factors influencing his success in achieving national-level accomplishments in rowing. This study employed a qualitative approach using a descriptive method. Data collection techniques included interviews and documentation to obtain information regarding athletic achievements, training processes, and supporting factors contributing to success. The collected data were analyzed descriptively based on relevant literature reviews. The findings indicate that Bayu Prasetyo's success in achieving national-level accomplishments is influenced by several internal factors, including physical condition, technical ability, tactical skills, mental aspects, consistency in training, and continuous coaching processes. These findings suggest that athletic achievement is determined not only by individual capabilities but also by systematic training and adequate sports development support.

Keywords: Bayu Prasetyo, rowing athlete, national achievement, success factors, qualitative research

1. PENDAHULUAN

Olahraga dayung merupakan salah satu cabang olahraga prestasi yang memanfaatkan media air dengan perahu dan dayung sebagai sarana utama. Dayung merupakan cabang olahraga yang kompetitif (Ilham & Rifki, 2020). Olahraga dayung dapat dilakukan secara individual maupun berkelompok. Olahraga dayung terdiri dari beberapa nomor, di antaranya rowing, canoeing, kayak, dan dragon boat, yang masing-masing memiliki karakteristik teknik dan kebutuhan kondisi fisik berbeda. Dayung merupakan olahraga individu atau tim yang memuat nilai-nilai olahraga. Nilai-nilai olahraga yang dimaksud adalah dengan membangun

kerjasama yang baik dalam sebuah tim, membangun nilai-nilai juang sebagai sebuah tim dan mengembangkan solidaritas antar atlet (Izzuddin & Gemael, 2020). Dragon Boat sendiri merupakan salah satu nomor perlombaan dalam cabang olahraga dayung berbentuk tim yang menggunakan beberapa permainan diantaranya perahu naga, gendang, kemudi, dan dayung. Lalu untuk Canoe dan Kayak adalah olahraga individu maupun tim dengan 1-4 pendayung (Azizah et al., 2019). Sedangkan Rowing merupakan salah satu nomor dalam olahraga dayung yang dilakukan dengan menggerakkan perahu menggunakan dayung melalui gerakan dorong-tarik secara terkoordinasi untuk mencapai kecepatan optimal.

Prestasi olahraga merupakan hasil dari proses pembinaan yang dilakukan secara terencana, sistematis, dan berkesinambungan. Tujuan dari prestasi olahraga ialah untuk mencapai prestasi di cabang olahraga yang diperlombakan di tingkat regional, nasional, dan internasional (Tambunan dalam Agustiani, 2019). Untuk mencapai prestasi di bidang olahraga tertentu, tiap individu perlu melibatkan sejumlah faktor, serta kemampuan perlu dilatih dalam jangka waktu yang lama (Irwanto & Romas, 2010). Keberhasilan seorang atlet dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi kemampuan fisik, teknik, taktik, kondisi psikologis, motivasi, serta disiplin latihan, sedangkan faktor eksternal dapat berupa kualitas pelatih, dukungan lingkungan, dan sistem pembinaan olahraga. Untuk mencapai prestasi maksimal, seorang atlet harus melakukan latihan yang progresif dan berkesinambungan. Tingkat latihan yang sesuai dengan usia atlet juga menjadi faktor penting dalam keberhasilan kinerja atlet (Tamtomo & Subagio, 2016).

Dalam konteks olahraga dayung di Indonesia, kajian mengenai profil perjalanan atlet berprestasi nasional masih relatif terbatas, khususnya yang menelaah proses perkembangan karier dan faktor-faktor keberhasilan atlet secara mendalam. Salah satu atlet dayung yang berhasil menunjukkan prestasi pada tingkat nasional adalah Bayu Prasetyo yang telah berpartisipasi pada berbagai kompetisi nasional dan memperoleh capaian prestasi bagi Jawa Timur. Profil perjalanan atlet ini penting dikaji untuk memperoleh gambaran mengenai proses pembinaan, perjalanan karier, serta faktor pendukung keberhasilan dalam mencapai prestasi olahraga.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tahapan perjalanan karier Bayu Prasetyo serta faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilannya dalam mencapai prestasi di tingkat nasional.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain penelitian deskriptif. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian bertujuan untuk memperoleh pemahaman secara mendalam mengenai profil atlet dayung Bayu Prasetyo dalam mencapai prestasi pada tingkat nasional, termasuk faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilannya selama menjalani proses pembinaan dan kompetisi. Pendekatan deskriptif digunakan untuk menggambarkan

pengalaman, perjalanan karier, serta kondisi yang berkaitan dengan pencapaian prestasi atlet secara sistematis.

Subjek dalam penelitian ini adalah Bayu Prasetyo, seorang atlet dayung nomor rowing yang pernah berprestasi pada tingkat nasional. Penelitian difokuskan pada pengalaman atlet selama proses latihan, kompetisi, faktor pendukung dan penghambat prestasi, serta strategi yang dilakukan dalam mempertahankan performa olahraga.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Wawancara digunakan untuk memperoleh informasi secara mendalam terkait perjalanan karier, pengalaman latihan, motivasi, hambatan, serta faktor-faktor yang memengaruhi pencapaian prestasi atlet. Observasi dilakukan untuk memperoleh gambaran mengenai aktivitas, lingkungan, dan proses pembinaan atlet. Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa catatan prestasi, foto kegiatan, maupun arsip yang berkaitan dengan riwayat atlet.

Keabsahan data dilakukan melalui triangulasi sumber dan teknik untuk meningkatkan validitas informasi yang diperoleh. Triangulasi dilakukan dengan membandingkan hasil wawancara, hasil observasi, dan data dokumentasi sehingga informasi yang diperoleh dapat diuji konsistensinya.

Teknik analisis data dilakukan secara deskriptif kualitatif melalui tiga tahapan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan memilih dan menyederhanakan data yang relevan dengan fokus penelitian. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk uraian naratif agar memudahkan proses interpretasi. Tahap akhir dilakukan dengan menarik kesimpulan berdasarkan hasil temuan penelitian mengenai profil atlet dan faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan Bayu Prasetyo dalam mencapai prestasi nasional.

3. HASIL

Profil Perjalanan Karier Atlet

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Bayu Prasetyo merupakan atlet dayung nomor rowing yang mulai menekuni olahraga dayung sejak duduk di bangku sekolah menengah atas (SMA). Pada tahap awal pembinaan, Bayu Prasetyo tidak langsung mengikuti nomor rowing, melainkan memulai latihan pada nomor dragon boat (perahu naga). Pemilihan nomor tersebut dipengaruhi oleh kondisi fisik dan

postur tubuh yang dinilai sesuai dengan kebutuhan cabang olahraga dayung.

Seiring dengan perkembangan kemampuan dan hasil evaluasi pelatih, Bayu Prasetyo diarahkan untuk berlatih pada nomor rowing spesialis sweep. Proses pembinaan yang dilakukan secara berkelanjutan selama masa sekolah menengah memberikan peningkatan kemampuan fisik, teknik, dan pengalaman bertanding sehingga mendukung perkembangan prestasinya.

Setelah menyelesaikan pendidikan tingkat SMA, Bayu Prasetyo berhasil bergabung dalam program Pusat Latihan Daerah (Puslatda) Jawa Timur dan mengikuti berbagai kejuaraan tingkat nasional. Dalam ajang PRAPON, Bayu Prasetyo berhasil memperoleh medali perunggu sekaligus lolos kualifikasi untuk mengikuti Pekan Olahraga Nasional (PON) di Papua. Pada ajang tersebut, Bayu Prasetyo berhasil menyumbangkan medali perak pada nomor M8+ bagi Provinsi Jawa Timur.

Prestasi Bayu Prasetyo pada Kejuaraan Nasional

Tabel 1 menunjukkan capaian prestasi Bayu Prasetyo selama menjadi atlet dayung pada beberapa kompetisi nasional.

Tabel 1. Hasil prestasi Bayu Prasetyo

No	Perlombaan	Lokasi	Kategori	Pencapaian
1	Majapahit Dragon Boat Race	Mojokerto	Perahu naga	Emas
2	Kejurnas	Palembang	M8+	Perak
3	Prapon	Bandung	M8+	Perunggu
4	Pon	Papua	M8+	Perak

Berdasarkan Tabel 1, Bayu Prasetyo menunjukkan perkembangan prestasi yang konsisten pada berbagai kompetisi nasional. Capaian tersebut menunjukkan bahwa proses latihan dan pembinaan yang dijalani memberikan kontribusi terhadap peningkatan performa atlet hingga mampu bersaing pada tingkat nasional.

Faktor Keberhasilan Atlet

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan Bayu Prasetyo dipengaruhi oleh beberapa faktor internal, yaitu kondisi fisik, kemampuan teknik, pemahaman taktik, kesiapan mental, serta konsistensi latihan. Selain itu, proses pembinaan yang dilakukan secara berkelanjutan dan pengalaman mengikuti kompetisi turut berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan atlet dalam mencapai prestasi.

4. PEMBAHASAN

Perjalanan Karier Atlet dalam Mencapai Prestasi Nasional

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pencapaian prestasi Bayu Prasetyo tidak diperoleh secara instan, melainkan melalui proses pembinaan dan latihan yang berlangsung secara bertahap. Bayu Prasetyo memulai keterlibatannya dalam olahraga dayung sejak masa sekolah menengah atas (SMA) melalui nomor dragon boat sebelum beralih pada nomor rowing spesialis *sweep*. Perubahan nomor pertandingan tersebut menunjukkan adanya proses identifikasi potensi atlet berdasarkan karakteristik fisik dan kebutuhan cabang olahraga.

Temuan ini sejalan dengan konsep pembinaan olahraga yang menyatakan bahwa perkembangan prestasi atlet dipengaruhi oleh proses latihan jangka panjang, sistematis, dan berkelanjutan. Dalam proses pembinaan atlet, penyesuaian nomor spesialis berdasarkan kemampuan fisik dan potensi individu menjadi bagian penting dalam pengembangan performa olahraga. Usia Bayu Prasetyo yang mulai menekuni nomor spesialis rowing pada rentang remaja juga sejalan dengan teori perkembangan atlet yang menjelaskan bahwa masa remaja merupakan fase penting untuk peningkatan kapasitas fisik, penguasaan teknik, dan spesialisasi cabang olahraga.

Keberhasilan Bayu Prasetyo memasuki program Pusat Latihan Daerah (Puslatda) dan mengikuti kompetisi seperti PRAPON hingga PON menunjukkan bahwa pengalaman bertanding turut menjadi faktor penting dalam peningkatan kemampuan atlet. Pengalaman kompetisi memungkinkan atlet memperoleh adaptasi terhadap tekanan pertandingan, meningkatkan kesiapan mental, serta memperkuat kemampuan teknis dan taktis selama perlombaan.

Faktor-Faktor Keberhasilan Atlet dalam Mencapai Prestasi

Berdasarkan hasil penelitian, keberhasilan Bayu Prasetyo dipengaruhi oleh beberapa faktor internal, yaitu kondisi fisik, kemampuan teknik, taktik, mental, dan konsistensi latihan. Kondisi fisik menjadi aspek penting karena olahraga dayung membutuhkan daya tahan, kekuatan otot, koordinasi gerak, dan kapasitas aerobik yang baik untuk mendukung performa selama perlombaan.

Selain faktor fisik, kemampuan teknik dan taktik juga berkontribusi terhadap pencapaian prestasi. Dalam olahraga dayung, teknik kayuhan

yang efektif serta strategi perlombaan menentukan efisiensi gerak dan hasil pertandingan. Atlet yang memiliki kemampuan teknik yang baik cenderung mampu mempertahankan performa secara optimal selama kompetisi.

Aspek mental juga menjadi faktor penting dalam menunjang keberhasilan atlet. Motivasi, disiplin, kesiapan menghadapi tekanan kompetisi, dan kemampuan menjaga fokus selama pertandingan menjadi unsur yang mendukung pencapaian prestasi. Temuan penelitian ini mendukung pandangan bahwa prestasi olahraga merupakan hasil integrasi berbagai komponen, meliputi kemampuan fisik, teknik, taktik, mental, serta pembinaan yang dilakukan secara berkelanjutan.

5. SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa perjalanan karier Bayu Prasetyo dalam mencapai prestasi nasional berlangsung melalui proses pembinaan dan latihan yang dilakukan secara bertahap serta berkesinambungan. Bayu Prasetyo memulai karier olahraga dayung sejak masa sekolah menengah atas (SMA) melalui nomor *dragon boat* sebelum berkembang pada nomor *rowing* spesialis *sweep* hingga berhasil berkompetisi pada tingkat nasional, termasuk PRAPON dan PON.

Keberhasilan Bayu Prasetyo dalam mencapai prestasi nasional dipengaruhi oleh beberapa faktor internal, meliputi kondisi fisik, kemampuan teknik, pemahaman taktik, kesiapan mental, serta konsistensi latihan. Selain itu, pengalaman bertanding dan proses pembinaan olahraga yang dilakukan secara sistematis turut memberikan kontribusi terhadap peningkatan performa dan pencapaian prestasi atlet.

Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian, pelatih dan pembina olahraga dayung diharapkan dapat menerapkan program pembinaan yang terencana, sistematis, dan berkelanjutan dengan memperhatikan aspek fisik, teknik, taktik, dan mental atlet sejak usia pembinaan. Atlet juga diharapkan mampu menjaga disiplin latihan, motivasi, serta kesiapan fisik dan mental guna mendukung pencapaian prestasi secara optimal.

Selain itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan kajian mengenai faktor-

faktor keberhasilan atlet dayung dengan melibatkan lebih banyak subjek penelitian atau pendekatan yang berbeda sehingga diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai pembinaan atlet berprestasi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, serta kontribusi selama proses penyusunan penelitian ini. Ucapan terima kasih disampaikan kepada dosen pembimbing, subjek penelitian, serta pihak-pihak terkait yang telah membantu dalam proses pengumpulan data, penyusunan, hingga penyelesaian artikel ilmiah ini sehingga penelitian dapat diselesaikan dengan baik.

REFERENSI

- Agustiani, I. (2019). Pengetahuan Overtraining Mahasiswa Gambaran Tentang Pada Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia. Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Jurusan Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi, Program Keperawatan. Studi D
- Azizah, N. S., Keolahragaan, I., Kesehatan Dan Rekreasi, P., Ilmu Olahraga, F., & Widodo, A. S. (2019). Evaluasi Kondisi Fisik Atlet Dayung Kayak Puslatda Jawa Timur 510 Evaluasi Kondisi Fisik Atlet Dayung Kayak Puslatda Jatim.
- Irwanto, & Romas, M. Z. (2010). Profil Peran Psikologi Olahraga Dalam Meningkatkan Prestasi Atlet di Serang-Banten Menuju Jawara. Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga, 1–14.
- Izzuddin, D. A., & Gemael, Q. A. (2020). Model Latihan Dayung Berbasis Modifikasi Alat Untuk Atlet Pemula. Sporta Saintika.
- Moleong, L. J. (2005). Metodologi Penelitian Kualitatif (PT. Remaja, Ed.). Rosdakarya.
- 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. In Journal of Physical and Outdoor Education (Vol. 4, Issue 1).
- Sugiyono. (2012). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&B (Alfabeta, Ed.). alfabetan.
- Suharsimi Arikunto. (2013). Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik. Rineka cipta.
- Tamtomo, W. A., & Subagio, I. (2016). Profil Atlet Selam Indonesia Priscilia Gunawan Dalam Kancah Nasional Dan Internasional. Pendidikan Keperawatan Olahraga UNESA