

MINAT ATLET WANITA PADA OLAHRAGA GULAT

Syallomita Elsaday Pompayo¹, Rostina Uduas², Melky Pangemanan³

Program Studi Pendidikan Rekreasi dan Kesehatan, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Masyarakat, Universitas Negeri Manado

Alamat: Jln. Kampus Unima, Tonsaru, Kec. Tondano Selatan, Kabupaten Minahasa Sulawesi Utara

Korespondensi penulis: syallomitapompayo@gmail.com, Uduasrostina@gmail.com, Melkypangemanan@unima.ac.id

Abstract. *The purpose of this study is to characterize women's involvement in the martial arts sport of wrestling in the setting of West Javan training centers. This kind of study is called a qualitative descriptive one. Female martial artists who wrestled were the study's subjects. In-depth interviews were used as part of the data gathering approaches to get precise information on the problem's focal point. The study's findings clarify that some phenomena, such as (a) shifts in views from those who once felt inferior or frightened to appear in public to those who now feel more comfortable doing so, are indicative of women who practice the martial arts sport of wrestling. (b) roles in the social space have changed, which used to be inactive in activities or in school organizations or in the village, after participating in the martial arts Wrestling they became more active in activities and in school organizations and in the village, (c) habits change to be more positive, which used to be lazy to exercise, become happy and routinely exercise, (d) and those who used to be embarrassed or embarrassed to mix with men are now not embarrassed and they consider it normal for women to mix with men. There is a negative view from society that considers women incapable and unsuitable to participate in the martial arts sport of Wrestling which is identical to men. Women who follow the martial art of Wrestling respond to it with indifference and feel it is suitable to continue pursuing the martial art of Wrestling to achieve even higher achievements.*

Keywords: *Women, athletics, martial arts, wrestling*

Abstrak. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkarakterisasikan perilaku wanita keterlibatan dalam olahraga bela diri gulat di lingkungan balai latihan di Jawa Barat. Jenis penelitian ini disebut deskriptif kualitatif. Beladiri wanita seniman gulat menjadi subjek penelitian. wawancara digunakan sebagai bagian dari pengumpulan data pendekatan untuk mendapatkan informasi yang tepat tentang masalah tersebut titik fokus. Temuan penelitian ini menjelaskan bahwa beberapa Fenomena seperti (a) adanya pergeseran pandangan dari mereka yang dulunya merasa minder atau takut tampil di depan umum menjadi mereka yang kini merasa lebih nyaman melakukannya, merupakan ciri khas wanita yang menekuni olahraga beladiri gulat. (b) adanya perubahan peran dalam ruang sosial, yang dulunya tidak aktif dalam kegiatan atau organisasi sekolah maupun di desa, setelah mengikuti olahraga beladiri gulat menjadi lebih aktif dalam kegiatan dan organisasi sekolah maupun di desa, (c) adanya perubahan kebiasaan menjadi lebih positif, yang dulunya malas berolahraga menjadi senang dan rutin berolahraga, (d) dan mereka yang dulunya malu atau sungkan untuk bergaul dengan laki-laki, kini tidak malu lagi dan menganggap wajar jika wanita bergaul dengan laki-laki. Adanya pandangan negatif dari masyarakat yang menganggap wanita tidak mampu dan tidak cocok untuk menekuni olahraga beladiri gulat yang identik dengan laki-laki. Wanita yang menekuni olahraga beladiri gulat menyikapinya dengan acuh tak acuh dan merasa cocok untuk terus menekuni olahraga beladiri gulat untuk meraih prestasi yang lebih tinggi lagi.

Kata kunci: *Wanita, atletik, seni bela diri, gulat*

Received: November 14, 2024; Revised: November 21 2024; Accepted: Desember 7 2024; Online Available: Desember 19, 2024;

* Syallomita Elsaday Pompayo, syallomitapompayo@gmail.com

1. LATAR BELAKANG

Salah satu ciri unik gulat adalah bahwa para pesaing saling berhadapan dan menggunakan tubuh mereka untuk menundukkan yang lain dengan cara menarik, mendorong, membanting, menjegal, dan mengunci dalam upaya untuk membuat posisi bahu kedua lawan menyentuh matras, yang menandakan *touche* (kemenangan total). Sejak zaman kuno, perempuan hanya diberi tanggung jawab domestik seperti membersihkan rumah dan mengasuh anak. *Touche* digunakan untuk menunjukkan bahwa seorang pegulat telah kalah menggunakan teknik jatuh. Pembebasan perempuan muncul karena keinginan mereka untuk berpartisipasi secara bebas dalam lebih banyak kegiatan, termasuk olahraga, dalam skala yang lebih besar.

Kemandirian perempuan bahkan belum ada di Amerika hingga akhir abad ke-16, dan keterlibatan perempuan dalam atletik menghadirkan sejumlah pertanyaan menarik bagi sosiolog olahraga untuk dijelajahi guna menjelaskan lebih lanjut tentang keterlibatan ini. Gerakan sosial perempuan global, yang menekankan bahwa perempuan harus menggunakan kapasitas intelektual dan fisik mereka semaksimal mungkin, jelas merupakan katalisator bagi masuknya perempuan ke dalam ranah maskulinitas [4]. Keterlibatan perempuan dalam olahraga dapat dikatakan bersumber dari sudut pandang agama. Berdasarkan pembahasan yang telah dilakukan, Islam membenarkan keterlibatan perempuan dalam aktivitas fisik baik yang dilakukan sebagai bagian dari rutinitas atau sebagai karier, seperti atlet perempuan yang kegiatan olahraganya berpusat pada peluncuran karier atau profesi diri [4]. Berdasarkan pengamatan dan pengalaman pribadi, perempuan kurang menunjukkan minat terhadap olahraga, termasuk gulat, yang berarti ketika pertandingan dijadwalkan, potensi Atlet gulat selalu dicari untuk mengisi kelas putri.

Hal ini sering terjadi ketika ada pertandingan. Berdasarkan hasil uraian di atas, penulis bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul "Minat Atlet Gulat Putri: Studi Deskriptif Pegulat Putri Jawa Barat dan Sparing Partner-nya". Menunjukkan minat yang besar terhadap olahraga, termasuk gulat, yang berarti bahwa ketika pertandingan dijadwalkan, atlet potensial selalu dicari untuk mengisi kelas putri. Hal ini sering terjadi ketika ada pertandingan. Berdasarkan temuan uraian sebelumnya, penulis bermaksud

untuk melakukan penelitian dengan judul "Minat atlet putri terhadap gulat: studi deskriptif pegulat putri di Jawa Barat dan sparring partner mereka."

2. METODE PENELITIAN

Metode kualitatif merupakan penelitian yang dilakukan dengan setting tertentu yang ada dalam kehidupan nyata (alami) dengan maksud untuk menyelidiki dan memahami fenomena: apa yang terjadi, mengapa terjadi, dan bagaimana kejadiannya? Artinya, penelitian kualitatif berlandaskan pada konsep *going exploring* yang melibatkan penelitian mendalam berorientasi pada kasus atau sejumlah kasus – atau kasus tunggal. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang menggunakan setting alamiah dengan maksud untuk menginterpretasi suatu fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan melibatkan berbagai metode yang ada. Penelitian kualitatif berupaya untuk menemukan dan menggambarkan secara naratif kegiatan-kegiatan yang dilakukan serta dampak dari tindakan yang dilakukan terhadap kehidupannya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara dengan atlet wanita dalam cabang olahraga gulat. Penelitian ini menunjukkan bahwa fenomena simptomatik Gulat merupakan kegiatan beladiri yang melibatkan lima komponen utama bagi peserta perempuan: perubahan sikap, peran sosial, perubahan kebiasaan, perubahan perspektif, dan pandangan masyarakat yang kurang baik. Kelima hal tersebut akan menjadi subtema yang akan diteliti dalam penelitian ini. Pernyataan atau ungkapan yang disampaikan oleh peserta tersebut kemudian disajikan dengan menggunakan nama-nama fiktif dalam hasil penelitian dan pembahasan, demi menegakkan etika penelitian.

• Perubahan sikap

Perubahan sikap terjadi pada individu perempuan yang mengikuti olahraga bela diri Gulat. Data wawancara yang menunjukkan bahwa individu yang sebelumnya malu-malu menjadi lebih percaya diri saat berbicara di depan umum menunjukkan adanya perubahan pola pikir. Menurut Putri, "Dulu saya pemalu saat bertemu banyak orang, setelah ikut saya tidak merasa malu lagi, saya justru merasa lebih percaya diri". Selain komentar tersebut, gaya bicara Putri selama wawancara juga menunjukkan adanya perubahan pola pikir dari malu-malu atau takut menjadi lebih percaya diri. Putri

menjawab setiap pertanyaan dalam wawancara dengan percaya diri, volume suara, dan bahasa tubuh yang lancar, seolah-olah dia sudah terbiasa berbicara di depan audiens. Dia juga tidak menunjukkan tanda-tanda malu.

- **Peran dalam Ruang Sosial**

Peran yang diharapkan dari perempuan yang berlatih seni bela diri gulat berubah di lingkungan komunal mereka. Salah satu cara mereka berubah adalah dengan bersedia berbicara dan memimpin pertemuan kelompok pemuda sebagai moderator. Menurut salah satu responden, orang-orang yang dulunya menghindari situasi sosial dan malu atau tidak nyaman di depan umum telah berubah menjadi orang yang supel, percaya diri, dan mudah bergaul. Perubahan ini terlihat jelas dalam hasil wawancara. Pernyataan Anggi bahwa "kalau di masyarakat, saya lebih sering ikut organisasi, berani menyampaikan pendapat saat rapat sehingga bisa bertemu banyak orang" menunjukkan hal ini.

- **Peran dalam ruang sosial**

Putri juga menuturkan hal senada, "Dulu sebelum ikut, saya kurang pede kalau kumpul sama teman-teman muda, kalau ditunjuk jadi moderator saya tidak mau dan jarang kumpul karena malu, tetapi setelah ikut pencak silat ini saya lebih pede kalau kumpul dan tidak malu lagi kalau ditunjuk jadi moderator, tidak canggung lagi". Kaum perempuan yang menekuni pencak silat gulat juga lebih aktif berperan sosial di kegiatan sekolah, antara lain ikut klub-klub sekolah dan berani ikut lomba antar kelas (acara class meet).

Menurut Zahra yang mengungkapkan hal ini dalam sebuah wawancara, "Saya juga menjadi lebih aktif dalam kegiatan sekolah setelah mengikuti seni bela diri ini, seperti mengikuti organisasi OSIS, saya menjadi bendahara." Penelitian ini memberikan penjelasan tentang bagaimana olahraga dapat mengubah peran sosial. Hal ini sesuai dengan pandangan Bucher (1995: 248-249). Menurut saya ada tujuh peran sosial dalam olahraga, yaitu: Pelepasan emosi, klarifikasi identitas, kontrol sosial, sosialisasi, agen perubahan, kolektivitas hati nurani, dan kesuksesan adalah tujuh faktor pertama.

Hal ini diperkuat oleh pernyataan Ruseski (2014: 396) bahwa melakukan aktivitas fisik dan olahraga secara teratur dapat menurunkan risiko terkena penyakit kronis, mengurangi stres dan depresi, meningkatkan kesehatan emosional, tingkat energi, kepercayaan diri, dan kesenangan dalam kegiatan sosial.

- **Perubahan kebiasaan**

Berdasarkan hasil wawancara, terdapat beberapa perubahan kebiasaan pada wanita yang mengikuti beladiri Tarung Gulat. Perubahan kebiasaan tersebut terkait dengan kedisiplinan dan ketepatan waktu. Seperti yang diungkapkan Anggi, "menurut saya, dulunya saya kurang disiplin, setelah mengikuti beladiri ini, sekarang saya disiplin". Hasil wawancara menunjukkan bahwa wanita yang menekuni beladiri Tarung Gulat mengalami sejumlah perubahan perilaku. Perubahan kebiasaan tersebut terkait dengan kedisiplinan dan ketepatan waktu. Menurut Anggi, "menurut saya, dulunya saya kurang disiplin, setelah mengikuti beladiri ini, sekarang saya disiplin".

Hal ini dibuktikan dengan Ayu yang datang tepat waktu pada sesi wawancara. Setelah mempelajari beladiri gulat, ia mengubah kebiasaannya yang lain, dari malas berolahraga menjadi lebih fokus pada olahraga. Beberapa responden menyatakan bahwa wanita yang menekuni beladiri gulat mengalami perubahan yang cukup signifikan pada gaya hidup mereka, yang khusus dialami oleh atlet wanita.

Mereka menjadi lebih fokus dan bersemangat dalam latihannya. Menurut Silvi, "Teruslah bergulat, peluang menang lebih mudah, terutama bagi wanita karena atlet wanita masih sedikit". Mendengar pernyataan tersebut, Silvi pun semakin giat berlatih agar dapat mengikuti perlombaan tingkat provinsi dan meraih medali. Dari berbagai tanggapan yang diberikan, peneliti dapat menyimpulkan bahwa wanita yang berlatih gulat telah mengubah gaya hidup atau perilakunya. Orang yang sebelumnya malas berolahraga kini menjadi suka, dan yang sebelumnya kurang tekun menjadi lebih disiplin. Perubahan perilaku atau cara hidup atlet wanita bergulat Mereka bergulat untuk mencapai tujuan dan meningkatkan kesejahteraannya.

Disiplin dalam KBBI adalah ketaatan pada hukum dan norma. Disiplin adalah keadaan yang terbentuk melalui serangkaian tindakan dan tata cara yang menunjukkan nilai-nilai kesetiaan, ketaatan, kepatuhan, dan/atau ketertiban. Disiplin dapat dilatih dan ditumbuhkan. Menurut Prijodarminto (2020: 15-17; 23-24), disiplin terbentuk karena alasan-alasan berikut ini :

1. Melalui instruksi, pelatihan, penanaman kebiasaan, dan kehadiran panutan, disiplin akan berkembang dan dapat dipupuk. Sejak kecil, instruksi ini telah diperoleh dari konteks keluarga.
2. Dimulai dengan setiap individu, disiplin dapat tertanam bahkan dalam unit, organisasi, atau kelompok terkecil:
3. Bimbingan awal, dimulai dengan keluarga dan pendidikan, diperlukan untuk menanamkan disiplin pada anak-anak;
4. Kesadaran diri membuat disiplin lebih mudah diterapkan; dan
5. Atasan dapat memberikan contoh disiplin bagi bawahan. Olahraga, khususnya gulat, adalah salah satu dari lima strategi untuk mengembangkan disiplin. Atlet, khususnya wanita, akan memiliki kesempatan untuk menerima pelatihan gulat yang tepat waktu dan tepat.

- **Pergeseran cara pandang**

Hal ini menunjukkan bahwa ia harus mampu mengalahkan lawan dengan tepat sasaran dan bahwa disiplin waktu adalah sesuatu yang tidak dapat dikompromikan. Setiap orang juga berpartisipasi dalam komunitas atau organisasi seni bela diri yang disebut Gulat. Instruksi gulat juga menumbuhkan kesadaran diri, yang mendorong perolehan keterampilan baru dan mengganti perilaku negatif dengan yang positif. Dalam pemanasan dan latihan lainnya, atlet juga dapat memimpin dan membimbing atlet lain, baik pria maupun wanita. Dengan demikian, temuan disiplin dalam hal ini menegaskan penilaian ahli yang disebutkan di atas bahwa banyak tindakan dapat dilakukan untuk meningkatkan disiplin, khususnya melalui partisipasi dalam olahraga, yang sama untuk pria. Mereka juga mampu berpartisipasi dalam kegiatan seperti gulat, yang eksklusif untuk pria. Menurut Kharisma :

"Ya, banyak orang yang ikut bela diri; namun, wanita jarang melakukannya. Meski begitu, tidak apa-apa jika wanita ingin ikut; ini berarti wanita dapat melakukan aktivitas ini selama mereka memiliki keberanian dan kekuatan yang diperlukan.mampu," kata Alisa, dengan nada yang sama. Berdasarkan penjelasan yang diberikan oleh para narasumber, peneliti menyimpulkan bahwa wanita yang terlibat dalam gulat seni bela diri mengalami perubahan dalam sudut pandang mereka. Mereka percaya bahwa wanita sama

mampu melakukan tugas-tugas berat seperti pria. Secara khusus, gulat seni bela diri adalah olahraga keras yang mirip dengan pria. Selain itu, mereka berpikir bahwa mereka dapat bersosialisasi dan bergaul dengan pria tanpa merasa canggung atau malu. Mirip dengan bagaimana pria dan wanita berlatih kelas seni bela diri campuran berdasarkan tingkat sabuk, mereka melakukannya secara teratur dan tanpa malu-malu.

Perempuan kini dianggap mampu menjalankan peran yang dapat dijalankan oleh laki-laki. Seperti halnya dalam bidang olahraga, bahwa olahraga dapat dilakukan oleh siapa saja tanpa memandang jenis kelamin. Hasil ini sesuai dengan hipotesis yang menyatakan bahwa setiap orang, tanpa memandang jenis kelamin, ras, suku bangsa, atau karakteristik lainnya, dapat berpartisipasi dalam olahraga kapan saja dan di mana saja. Olahraga memberikan sebagai jendela kehidupan sosial suatu negara. Keinginan untuk mengaktualisasikan diri melalui prestasi olahraga mencerminkan harapan dan nilai-nilai luhur suatu masyarakat, dan hal ini tercermin dalam olahraga.

- **Pandangan Miring**

Pandangan Miring dari Masyarakat Bertentangan dengan tema data di atas, yang menunjukkan bahwa 6/8 mayoritas pendapat peserta perempuan adalah bahwa mereka dapat berpartisipasi dalam olahraga yang menuntut fisik, bahwa mereka sama seperti laki-laki, dan bahwa mereka dapat bersosialisasi dengan laki-laki tanpa merasa canggung atau malu. Meskipun demikian, tampaknya hal ini tidak terjadi di rumah dan lingkungan sosial peserta perempuan. Masyarakat masih memandang rendah perempuan yang berpartisipasi dalam gulat bela diri dengan menganggap seorang wanita yang berpartisipasi dalam seni bela diri sama dengan seorang pria dan menganggap wanita tidak layak berpartisipasi dalam seni bela diri Gulat. Putri berkata, "Keluarga jauh tidak setuju, bro."

Seperti pernyataan bagaimana seorang gadis bisa ikut beladiri seperti laki-laki yang tidak beladiri, bulu tangkis adalah satu-satunya hal yang tidak memerlukan pertarungan". "Ada juga yang tidak mendukungnya karena mereka pasti menganggap beladiri ini tidak cocok untuk wanita secara umum," Anggi juga menyatakan dengan cara yang sama. Sudah saatnya untuk mengakhiri pernyataan diskriminatif yang dibuat terhadap praktisi beladiri wanita. Dalam hal ini, hal itu menekan semangat wanita dan membuat mereka merasa kurang layak untuk berpartisipasi dalam beladiri gulat.

Keputusan untuk menekuni beladiri gulat sebagai bentuk latihan adalah kebebasan seseorang, terlepas dari jenis kelamin yang dipersepsikan dalam aktivitas tersebut. Hal itu datang dengan berbagai akibat.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari hasil penelitian dan pembahasan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa wanita yang berlatih seni bela diri gulat sering mengalami fenomena tertentu. Fenomena ini meliputi penyesuaian sudut pandang, pandangan buruk dari masyarakat, kebiasaan, peran dalam lingkungan sosial, dan sikap. Kejadian-kejadian ini berkembang sebagai akibat dari proses pelatihan dan sosialisasi yang dilalui wanita di lingkungan sekolah olahraga ini. Dalam hal ini, lingkungan dan metode pelatihan sekolah seni bela diri yang mengajarkan gulat memiliki dampak besar pada kehidupan sehari-hari atlet wanita. Dalam penelitian ini, wanita yang ikut menekuni olahraga beladiri Gulat mengalami banyak sekali perubahan, diantaranya perubahan sikap, yang dulunya minder atau takut tampil di muka umum, kini menjadi lebih percaya diri saat tampil di muka umum.

Mengikuti seni bela diri gulat juga menyebabkan perubahan dalam ruang sosial bagi wanita yang menekuni olahraga tersebut. Sebelumnya tidak aktif dalam organisasi sekolah atau desa, para wanita ini sekarang lebih aktif berpartisipasi dalam lingkungan tersebut. Wanita yang menekuni seni bela diri gulat telah mengubah kebiasaan mereka menjadi lebih positif; mereka yang sebelumnya tidak banyak bergerak mulai berolahraga secara teratur dan menjadi bahagia; dan mereka yang malu atau malu ketika mereka berinteraksi dengan pria tidak lagi malu dan melihat itu adalah hal yang normal bagi wanita untuk berinteraksi dengan pria.

Persepsi masyarakat umum terhadap pegulat seni bela diri wanita adalah bahwa mereka termasuk dalam domain pria dan lebih cocok untuk olahraga lainnya. Namun, pendapat wanita yang berpartisipasi dalam seni bela diri Gulat menanggapi dengan acuh tak acuh dan terus berlatih seni bela diri Gulat untuk mencapai prestasi yang lebih tinggi. Wanita melihat seni bela diri gulat sebagai olahraga unik yang dapat mereka tekuni

untuk mengembangkan keahlian dan mencapai prestasi yang signifikan. Ini juga merupakan salah satu olahraga favorit mereka.

Saran

Olahraga gulat ini tidak hanya untuk laki-laki tapi juga untuk perempuan. Perempuan ternyata juga menyukai olahraga ini. Untuk itu perlu untuk mengembangkan serta menerapkan olahraga gulat ini kepada kaum perempuan. Dan ada baiknya dalam mengembangkan olahraga ini perlu adanya dukungan dari masyarakat untuk olahraga ini.

DAFTAR REFERENSI

- Ningsih, H. P., & Jatmiko, T. (2021). Identifikasi kondisi fisik terhadap atlet gulat putra surabaya wrestling club pada masa pandemi covid-19. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(10), 96-104.1.
- Barus, J. B. N. (2020). Tingkat daya tahan aerobik (VO₂MAX) siswa ekstrakurikuler gulat di SMA Negeri 1 Barusjahe Kabupaten Karo. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(1), 108-116.
- Prasetyo, G. A., Fitri, M., & Hamidi, A. (2023). EKSPLORASI MOTIF OLAHRAGA PEMUDA: PERBANDINGAN BERDASARKAN GENDER. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani dan Olah Raga)*, 8(2), 199-206.
- Minges, K. E., Strait, K. M., Owen, N., Dunstan, D. W., Camhi, S. M., Lichtman, J., ... & Krumholz, H. M. (2017). Gender differences in physical activity following acute myocardial infarction in adults: a prospective, observational study. *European journal of preventive cardiology*, 24(2), 192-203.
- Cresswell John, W. (2015). Riset Pendidikan: Perencanaan, Pelaksanaan, Dan Evaluasi Riset Kualitatif Dan Kuantitatif, Jakarta: Pustaka Pelajar.