

FENOMENA “MENDADAK ATLET”

Andi Sahrul Jahrir¹, Shermina Oruh², Andi Agustang³

^{1,3}Universitas Negeri Makassar

²Universitas Pejuang Republik Indonesia

Email Korespondensi: andi.sahrul.jahrir@unm.ac.id

ABSTRACT

The “Sudden Athlete” phenomenon reflects a sudden change in people's participation in sporting activities. The two main factors that influence this phenomenon are internal and external factors. Internal factors involve efforts to maintain fitness, changing lifestyle, releasing stress, and personal achievement through exercise. Meanwhile, external factors include physical conditions and medical recommendations, social trends, and inspiration from other people. The impact of this phenomenon involves the formation of sports communities, sportainment concepts that combine sports and entertainment, the growth of the sports industry, and the development of sports tourism. The writing method used in this research uses literary studies, this article presents a comprehensive overview of the aspects related to the "Sudden Athlete" phenomenon and its impact on society, entertainment, industry and sports tourism.

Keywords: Phenomenon, Social, Sudden athlete.

ABSTRAK

fenomena "Mendadak Atlet" yang mencerminkan perubahan mendadak dalam partisipasi masyarakat dalam kegiatan olahraga. Dua faktor utama yang mempengaruhi fenomena ini adalah faktor internal dan eksternal. Faktor internal melibatkan upaya menjaga kebugaran, merubah gaya hidup, pelampiasan stres, dan pencapaian pribadi melalui olahraga. Sementara itu, faktor eksternal termasuk kondisi fisik dan rekomendasi medis, trend sosial, dan inspirasi dari orang lain. Dampak dari fenomena ini melibatkan pembentukan komunitas olahraga, konsep sportainment yang menggabungkan olahraga dan hiburan, pertumbuhan industri olahraga, dan perkembangan pariwisata olahraga. Metode penulisan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kajian studi literatur, artikel ini menyajikan gambaran komprehensif tentang aspek-aspek yang terkait dengan fenomena "Mendadak Atlet" dan dampaknya pada masyarakat, hiburan, industri, dan pariwisata olahraga.

kata kunci : Fenomena, Sosial, Mendadak atlet.

PENDAHULUAN

Dalam dunia olahraga, Menurut kamus besar bahasa Indonesia arti dari kata atlet adalah olahragawan yang terlatih kekuatan, ketangkasan dan kecepatannya untuk diikuti sertakan dalam pertandingan. Atlet berasal dari bahasa Yunani yaitu athlos yang berarti "kontes". Istilah lain atlet adalah atlitele yaitu orang yang terlatih untuk diadu kekuatannya agar mencapai prestasi atlet merupakan seseorang yang berkecimpung pada salah satu cabang olahraga tertentu, Atlet adalah individu yang secara profesional atau amatir terlibat dalam berbagai cabang olahraga dengan tujuan untuk mencapai prestasi tinggi dalam kompetisi atau perlombaan. Mereka menjalani latihan intensif, mengembangkan keahlian khusus dalam disiplin olahraga tertentu, dan berkompetisi di berbagai tingkatan (Setiyawan, 2017)

Berkaitan dengan atlet dan olahraga, terjadi sebuah fenomena sosial yang terjadi di kalangan masyarakat, terdapat fenomena yang cukup menarik perhatian, yaitu sebuah kegiatan atau sebuah perilaku yang kini kerap dilakukan oleh seseorang, sekelompok orang, fenomena sosial merupakan suatu proses perubahan, modifikasi atau penyesuaian yang terjadi dalam pola hidup masyarakat (Kartini, n.d.).

Kegiatan olahraga massal sudah lama terjadi namun perilaku ini lebih terlihat muncul drastis pada saat pembatasan sosial yang dilakukan oleh pemerintah pada saat virus covid 19 melanda Indonesia.

Penerbit:

LKISPOL (Lembaga Kajian Ilmu Sosial dan Politik)

redaksigovernance@gmail.com/admin@lkispol.or.id

Indexed:



SINTA 5

PKPINDEX



Disaat pembatasan sosial inilah beberapa orang memilih untuk melakukan kegiatan olahraga untuk menjaga kestabilan kondisi fisik agar tidak terdampak covid 19, namun fenomena ini masih berlangsung hingga saat ini, bahkan dapat dilihat fenomena ini semakin menjalar ke semua lapisan masyarakat. Fenomena ini disebut dengan istilah "mendadak atlet". Sebuah fenomena yang terjadi pada beberapa orang tertentu yang awalnya merupakan hanya "orang biasa" yang hanya melakukan kegiatan olahraga seperlunya saja atau bahkan jarang melakukan kegiatan olahraga, namun tiba-tiba dengan serius melakukan kegiatan olahraga yang cukup intens.

Sebuah istilah maupun ungkapan ini tidak muncul begitu saja, ini semua disebabkan oleh berubahnya pola hidup, perilaku sosial, hingga merambah ke gaya hidup atau passion seseorang. Kegiatan olahraga yang dilakukan oleh seseorang yang awalnya mungkin hanya sekedar untuk menjaga kebugaran, stamina dan kesehatan, namun setelah melakukan kegiatan olahraga tersebut, seseorang bisa menjadikannya sebagai hobby hingga menjadi kecanduan. Ditulis dengan istilah "mendadak atlet" dikarenakan orang-orang tersebut yang awalnya "mager" atau malas gerak dalam melakukan kegiatan olahraga namun tiba-tiba aktif dan intens dalam berolahraga bahkan menjadi juara dalam sebuah event perlombaan dan pertandingan

METODE

Tulisan ini merupakan sebuah tulisan dengan metode study literature review. Literatur review adalah sebuah metode yang sistematis, eksplisit dan reproduibel untuk melakukan identifikasi, evaluasi dan sintesis terhadap karya-karya hasil penelitian dan hasil pemikiran yang sudah dihasilkan oleh para peneliti dan praktisi sebelumnya (Rahayu et al., 2019)

PEMBAHASAN

Faktor Penyebab Muculnya Fenomena "Mendadak Atlet"

Meskipun disebutkan dengan kata mendadak, ternyata ada beberapa hal yang mempengaruhi timbulnya fenomena ini dikalangan masyarakat, fenomena ini dapat disebabkan oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan eksternal

1. Faktor internal

a. Menjaga kebugaran

Kegiatan olahraga merupakan suatu usaha untuk menjaga kondisi fisik tetap terjaga, melalui olahraga dapat mencapai level tertentu. Kebugaran jasmani adalah kesanggupan dan kemampuan tubuh melakukan penyesuaian (adaptasi) terhadap pembebasan fisik yang diberikan kepadanya (dari kerja yang dilakukan sehari-hari) tanpamenimbulkan kelelahan yang berlebihan (Silalahi, 2020). Kebugaran merupakan level tertinggi dalam hal kondisi fisik manusia, kebugaran Kebugaran adalah kondisi keseluruhan yang mencakup kesehatan fisik dan mental seseorang. Ini mencakup kemampuan tubuh untuk melakukan aktivitas fisik, mengatasi stres, mempertahankan daya tahan, dan menjaga keseimbangan emosional. Dengan melakukan katifitas fisik, sesorang bisa meraih kondisi fisik yang bugar.

b. Merubah gaya hidup

Gaya hidup merupakan pola hidup yang menentukan bagaimana seseorang memilih untuk menggunakan waktu, uang, dan energi dan merefleksikan nilai-nilai, rasa, dan kesukaan (Zakia et al., 2022) juga mengemukakan bahwa gaya hidup sering kali digambarkan dengan kegiatan, minat, dan opini dari seseorang. Dengan berolahraga seseorang dapat mengalihkan sebuah kebiasaan hidup yang awalnya tidak teratur dengan baik, namun dengan melakukan kegiatan aktifitas fisik seperti berolahraga secara perlahan dapat merubah kebiasaan tersebut menjadi lebih baik. Fenomena yang terjadi ini cukup memberikan efek yang baik bagi seseorang yang ingin hidup lebih berkualitas dan menjalankan gaya hidup sehat melalui olahraga.

c. Pelampiasan stres

Stres adalah respons fisiologis dan psikologis tubuh terhadap tekanan atau beban tertentu. Ini adalah reaksi normal yang dihasilkan ketika individu merasa adanya tantangan atau ancaman terhadap keseimbangan psikofisiologisnya (Pati, 2022). Stres dapat berasal dari berbagai sumber, termasuk tuntutan pekerjaan, tekanan sosial, masalah keuangan, atau

Penerbit:

LKISPOL (Lembaga Kajian Ilmu Sosial dan Politik)

redaksigovernance@gmail.com/admin@lkispol.or.id

Indexed:



SINTA 5

PKP|INDEX



perubahan dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Sigmund Freud (Psikoanalisis): Freud melihat stres sebagai konflik antara kebutuhan individu dan tuntutan lingkungan. Stres, menurut Freud, dapat muncul dari ketidakseimbangan antara tiga komponen kepribadian: id, ego, dan superego (Febriani, 2018). Dalam kehidupan sehari-hari seseorang tidak bisa lepas dari sebuah tekanan yang dapat mengakibatkan stress. Berolahraga dikatakan dapat mengurangi stress karena Selama berolahraga tubuh kita menghasilkan enzim yang disebut endorphin, satu jenis morfin alami yang memicu rasa senang dan rileks, sehingga dengan olahraga bisa menjadi salah satu pilihan dalam melampiaskan maupun menghilangkan tekanan yang dialami.

d. **Motivasi Pribadi**

Motivasi adalah suatu faktor yang mendorong seseorang untuk melakukan suatu aktivitas tertentu, oleh karena itu motivasi sering kali diartikan pula sebagai faktor pendorong perilaku seseorang (Maslow, H, 2019). Penting untuk diingat bahwa setiap orang memiliki motivasi dan kemampuan yang berbeda, sehingga pencapaian pribadi dapat sangat bervariasi. Hal terpenting adalah bahwa pencapaian tersebut memberikan kepuasan dan motivasi pribadi, hal ini yang menjadi pendorong dan motivasi bagi seseorang untuk mencatatkan rekor bagi dirinya sendiri. Pencapaian pribadi dalam olahraga adalah setiap kemajuan atau prestasi yang seseorang raih dalam konteks aktivitas fisik atau olahraga yang dijalankannya. Pencapaian ini dapat bersifat relatif dan bervariasi untuk setiap individu, tergantung pada tujuan, tingkat kebugaran, dan jenis olahraga yang ditekuni.

2. **Faktor Eksternal**

a. **Kondisi Fisik dan Rekomendasi Medis**

Kondisi fisik adalah indikator kesehatan yang penting. Mereka menyoroti bahwa kondisi fisik yang baik tidak hanya memengaruhi kesehatan tubuh, tetapi juga berkontribusi pada kesejahteraan psikologis dan sosial (Nurmala & KM, 2020). meliputi keadaan fisik dan psikis serta kesiapan seorang atlet terhadap tuntutan-tuntutan khusus suatu cabang Olahraga. Setiap orang sudah pasti memiliki kondisi fisik yang berbeda-beda dan juga punya cara yang berbeda dalam menjaga dan meningkatkannya, dari beberapa orang yang terjangkit fenomena ini, disebabkan oleh mendapatkan sebuah anjuran dari medis yang mengaruskannya untuk berolahraga untuk menjaga kestabilan kesehatannya. Dengan mendapatkan rekomendasi medis dari ahlinya kita bisa mengetahui bagaimana dan olahraga apa yang sesuai untuk memperoleh kondisi fisik yang stabil. Sayangnya masih ada beberapa kejadian fatal yang terjadi kepada beberapa orang karena tidak memeriksakan kesehatannya terlebih dahulu kemudian melakukan olahraga, sehingga tidak mampu mengukur kemampuannya dalam melakukan sebuah olahraga tertentu.

b. **Trend Sosial**

Mengikuti sebuah trend atau perubahan merupakan sebuah hal yang wajar dalam kehidupan, "modernitas refleksif," menyoroti perubahan sosial yang disertai dengan refleksivitas, di mana masyarakat terus-menerus mempertanyakan dan mengubah dirinya sendiri (Larasati & Noviani, 2021). Kebiasaan olahraga bukan lagi hanya sekedar aktifitas fisik, olahraga juga telah menjadi sebuah tren tersendiri dikalangan masyarakat. Banyak orang mengikuti sebuah olahraga tertentu dikarenakan sedang menjadi sebuah tren, yang awalnya hanya ikut-ikutan agar bisa bergabung dalam lingkungan sosial tersebut dan dianggap mengikuti sebuah trend sosial terkini.

c. **Terinspirasi dari orang lain**

Ikut berpartisipasi dalam sebuah olahraga tertentu, juga disebabkan karena terinspirasi dari orang lain atau bahkan terkesan "ikut-ikutan", mengidolakan seorang atlet sehingga ikut melakukan aktifitas olahraga yang sama dengan idolanya. Bahkan belakangan ini terlihat sejumlah selebritis mengikuti event dan turnamen olahraga yang mengakibatkan orang-orang ikut melakukan hal yang serupa.

Selain terinspirasi dari orang lain, dengan adanya fenomena ini beberapa orang yang tiba-tiba melakukan kegiatan olahraga awalnya hanya sekedar “ikut-ikutan” atau yang disebut Bandwagon effect adalah sebuah fenomena psikologis saat orang melakukan sesuatu karena melihat banyak orang lain melakukannya, terlepas dari apa yang mereka yakini, yang mungkin mereka abaikan (Hartono, n.d.).

Dampak Dari Fenomena “Mendadak Atlet”

1. Komunitas sosial

Komunitas sosial adalah radisi yang membentuk manusia atau masyarakat menjadi suatu komunitas sosial yang memiliki tingkat pada suatu kelompok yang memiliki tujuan atau visi misi yang sama (Stehan & Suputra, 2021). Fenomena ini juga menjadi pemicu muncul dan terciptanya berbagai komunitas olahraga dikalangan masyarakat, sekelompok orang ini dipertemukan dalam sebuah komunitas dikarenakan memiliki minat dan hobi yang sama pada olahraga tertentu. Dengan terciptanya komunitas, bisa menjadi sebuah wadah untuk berkumpul, melakukan aktifitas olahraga yang sama, berbagi pengalaman dan pengetahuan. Melalui komunitas ini juga seseorang bisa mendapatkan dukungan sosial dan emosional serta bisa menjadikan komunitas tersebut sebagai identitas seseorang. Terdapat banyak komunitas pecinta olahraga seperti, komunitas lari, komunitas sepeda, komunitas bola, komunitas jalan kaki, komunitas night run, dan lain-lain

2. Sportainment

"Sportainment" adalah istilah yang mengacu pada penggabungan antara olahraga (sports) dan hiburan (entertainment). Kegiatan olahraga kini bukan hanya sekedar upaya untuk meningkatkan kebugaran dan stamina, kegiatan olahraga juga kini bisa menjadi sebuah hiburan yang dipertontonkan. Konsep ini merujuk pada upaya untuk mengemas dan menyajikan acara olahraga dengan elemen hiburan yang menarik, sehingga menciptakan pengalaman yang lebih menarik bagi penonton.

Kegiatan olahraga yang menyertakan entertainment didalamnya sudah banyak terlihat di media sosial, dengan adanya event-event dan turnamen yang dikemas sangat menarik bahkan menyertakan beberapa selebritis untuk terjun didalamnya guna menarik penonton.

3. Sport Industry

Sport Industry adalah sebuah industri yang menciptakan nilai tambah dengan memproduksi dan menyediakan olahraga yang berkaitan dengan peralatan dan layanan (Kurnia & Mahendra, 2019). Dengan maraknya kegiatan olahraga yang melibatkan berbagai kalangan masyarakat serta berbagai komunitas olahraga menjadi sebuah peluang bagi para pelaku Industri olahraga. Industri olahraga atau yang lebih dikenal dengan istilah "sports industry," mencakup berbagai sektor ekonomi dan kegiatan bisnis yang terkait dengan dunia olahraga. Industri Olahraga adalah sebuah industry yang menciptakan nilai tambah dengan memproduksi dan menyediakan olahraga yang berkaitan dengan peralatan dan layanan (Sinlaeloe et al., 2021). Industri ini melibatkan berbagai aspek, mulai dari penyelenggaraan pertandingan, produksi dan siaran media, pemasaran dan sponsor, hingga produksi dan penjualan peralatan olahraga. Industri olahraga tidak hanya mencakup aspek hiburan tetapi juga berkontribusi secara signifikan terhadap ekonomi global. Berikut beberapa contoh kegiatan yang terjadi dalam industry olahraga :

- a. Pertandingan dan Event Olahraga: Ini mencakup segala hal mulai dari liga olahraga profesional, turnamen, olimpiade, hingga pertandingan lokal. Penjualan tiket, hak siar, dan merchandise terkait dengan acara tersebut adalah bagian penting dari pendapatan industri ini.
- b. Media dan Penyiaran Olahraga: Industri ini melibatkan perusahaan media yang menyelenggarakan siaran langsung pertandingan, membuat highlight, dan menyediakan berbagai konten olahraga melalui televisi, radio, dan platform daring.
- c. Pemasaran dan Sponsorship: Banyak perusahaan ingin terlibat dalam olahraga sebagai bagian dari strategi pemasaran mereka. Pemasaran olahraga melibatkan iklan, promosi, dan sponsorship baik untuk tim, atlet, maupun event olahraga.

- d. Peralatan Olahraga dan Pakaian: Produksi dan penjualan peralatan olahraga, sepatu, dan pakaian khusus untuk berbagai jenis olahraga adalah bagian penting dari industri ini. Perusahaan-perusahaan besar seringkali bermitra dengan atlet terkenal untuk memasarkan produk mereka.
 - e. Industri Kesehatan dan Kebugaran: Seiring dengan meningkatnya kesadaran akan gaya hidup sehat, industri kesehatan dan kebugaran yang mencakup pusat kebugaran, peralatan kebugaran, dan produk-produk kesehatan juga menjadi bagian dari ekosistem olahraga.
 - f. Edukasi dan Penelitian Olahraga: Bidang pendidikan dan penelitian olahraga juga menjadi bagian dari industri ini. Ini mencakup lembaga pendidikan, penelitian kinerja olahraga, dan program pelatihan.
4. Sport Tourism

Sport tourism merupakan perpaduan antara olahraga dan rekreasi (wisata) yang saat ini berkembang pesat dan banyak diminati semua kalangan (Alimuddin et al., 2022). pariwisata olahraga, merujuk pada perjalanan atau kunjungan wisata yang bertujuan utama untuk berpartisipasi dalam atau menyaksikan acara atau kegiatan olahraga. Ini mencakup sejumlah aktivitas, mulai dari orang yang bepergian ke destinasi tertentu untuk bermain olahraga tertentu hingga orang yang pergi untuk menyaksikan pertandingan atau acara olahraga secara langsung. Sport tourism merupakan bentuk khusus dari pariwisata yang ditenagai oleh minat dan keterlibatan dalam dunia olahraga.

Dengan adanya fenomena ini terkait dengan sport tourism, berbagai lokasi wisata telah ditemukan, bahkan tidak kurang dari lokasi pariwisata tersebut dijadikan sebagai lokasi penyelenggaraan event-event olahraga, dengan diselenggarakannya event di lokasi pariwisata yang baru turut memberikan efek positif dalam pengelolaan lokasi pariwisata tersebut.

KESIMPULAN

Fenomena "Mendadak Atlet" memiliki pengaruh signifikan terhadap masyarakat, dan dapat disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi munculnya fenomena ini antara lain adalah menjaga kebugaran, merubah gaya hidup, pelampiasan stres, dan pencapaian pribadi. Melalui olahraga, seseorang dapat mencapai kebugaran fisik dan mental, merubah kebiasaan hidup menjadi lebih baik, melampiaskan stres, serta mencapai pencapaian pribadi sesuai dengan kemampuan dan tujuannya. Faktor eksternal yang memengaruhi fenomena ini mencakup kondisi fisik dan rekomendasi medis, trend sosial, dan terinspirasi dari orang lain. Rekomendasi medis, trend sosial, dan inspirasi dari orang lain dapat menjadi pendorong seseorang untuk terlibat dalam kegiatan olahraga guna menjaga kondisi fisik dan kesehatannya.

Dampak dari fenomena "Mendadak Atlet" melibatkan berbagai aspek dalam masyarakat, termasuk munculnya komunitas olahraga sebagai akibat dari fenomena ini, di mana orang-orang dengan minat dan hobi yang sama berkumpul, berbagi pengalaman, dan mendukung satu sama lain.. Konsep sportainment, yaitu menggabungkan olahraga dan hiburan, membawa kegiatan olahraga menjadi lebih menarik bagi penonton dengan melibatkan elemen hiburan, termasuk partisipasi selebritis dalam event dan turnamen olahraga. Fenomena ini menciptakan peluang bagi industri olahraga, melibatkan sektor ekonomi dan kegiatan bisnis yang terkait dengan penyelenggaraan pertandingan, media, pemasaran, sponsor, produksi peralatan olahraga, dan lainnya. Pariwisata olahraga menjadi semakin populer, di mana orang melakukan perjalanan wisata untuk berpartisipasi dalam atau menyaksikan acara olahraga. Lokasi pariwisata pun menjadi tuan rumah penyelenggaraan event olahraga, memberikan dampak positif pada pengelolaan dan popularitas lokasi tersebut.

Secara keseluruhan, fenomena "Mendadak Atlet" tidak hanya menciptakan perubahan dalam gaya hidup individu tetapi juga memberikan dampak signifikan dalam bentuk komunitas, hiburan, industri, dan pariwisata olahraga.

REFERENSI

- Alimuddin, A., Haris, F. H. F., & Syafrianto, D. S. D. (2022). Inovasi Desa Wisata Kreatif Berbasis Sport Tourism. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(4), 682–685.
- Febriani, R. (2018). *Sigmund Freud vs Carl Jung: Sebuah Pertikaian Intelektual antarmazhab Psikoanalisis*. Anak Hebat Indonesia.
- Hartono, Y. A. (n.d.). *Fatamorgana: Keraguan Akan Masa Depan*. Jejak Pustaka.
- Kartini, D. S. (n.d.). *Pengertian Perubahan Sosial*.
- Kurnia, M., & Mahendra, A. (2019). Peluang Industri Olahraga di Indonesia. *SEMINAR NASIONAL OLAHRAGA*, 1(1).
- Larasati, R. D., & Noviani, R. (2021). *Melintas perbedaan: suara perempuan, agensi, dan politik solidaritas*. Kepustakaan Populer Gramedia.
- Maslow, H. A. (2019). *Motivasi dan Keperibadian (Teori Motivasi dengan Pendekatan Hierarki Kebutuhan Manusia)*. 22.
- Nurmala, I., & KM, S. (2020). *Promosi kesehatan*. Airlangga University Press.
- Pati, W. C. B. (2022). *Pengantar Psikologi Abnormal: Definisi, Teori, Dan Intervensi*. Penerbit NEM.
- Rahayu, T., Syafril, S., Wekke, I. S., & Erlinda, R. (2019). *Teknik menulis review literatur dalam sebuah artikel ilmiah*.
- Setiawan, S. (2017). Kepribadian atlet dan non atlet. *Jendela Olahraga*, 2(1).
- Silalahi, M. (2020). *MAKALAH Penjasorkes "Aktivitas kebugaran jasmani."*
- Sinlaeloe, A., Nafie, A., Nope, F., & Selan, M. (2021). Penjajakan Peluang Industry Mikro Olahraga pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi UKAW Kupang. *Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(1), 91–96.
- Stehan, H. G., & Supatra, S. (2021). KOMUNITAS SOSIAL "SIGER" DI LAMPUNG. *Jurnal Sains, Teknologi, Urban, Perancangan, Arsitektur (Stupa)*, 3(1), 489–496.
- Zakia, A., Adisti, A. A., & Asmarani, A. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kelas Sosial: Gaya Hidup, Daya Beli dan Tingkat Konsumsi (Literature Review MSDM). *Jurnal Ilmu Manajemen Terapan*, 3(5), 449–457.