



Original Article

Review Perolehan Medali Cabor Renang 2025: Kebangkitan Era Baru Perenang Muda Indonesia

Ahmad Taufiq^{1✉}, Rahmat Efendi², Aldi Karimullah³, Nazmatus Zahira⁴

^{1,2,3}Universitas Islam Majapahit, Indonesia

Korespondensi Author: taufiq@unim.ac.id

Abstrak:

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kontribusi atlet renang usia remaja (di bawah 21 tahun) terhadap perolehan medali tim nasional akuatik Indonesia pada ajang SEA Games 2025 serta menelaah implikasinya terhadap keberlanjutan prestasi menuju level Asian Games dan Olimpiade. Penelitian menggunakan desain deskriptif analitis dengan pendekatan studi literatur dan observasi media digital (netnografi ringan). Data sekunder diperoleh dari tabel resmi perolehan medali SEA Games 2025 dan laporan World Aquatics, sedangkan data primer dikumpulkan melalui analisis rekaman pertandingan dan wawancara atlet yang tersedia di media digital. Analisis dilakukan melalui komparasi kelompok usia (senior dan U-21), analisis konten audiovisual, serta evaluasi progresi performa berdasarkan perbandingan seed time dan final time. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari 60% medali emas cabang akuatik Indonesia disumbangkan oleh atlet usia remaja, dengan dominasi signifikan pada nomor gaya dada, gaya punggung, dan estafet. Temuan ini menandai keberhasilan program regenerasi atlet berbasis Long-Term Athlete Development (LTAD) serta integrasi sport science dan pelatihan internasional. Penelitian ini menyimpulkan bahwa SEA Games 2025 merupakan titik balik penting bagi kebangkitan renang Indonesia, sekaligus menegaskan perlunya strategi keberlanjutan berupa perlindungan psikologis, manajemen karier jangka panjang, dan peningkatan jam terbang internasional bagi atlet muda.

Keywords: Atlet Remaja, Renang, SEA Games 2025, Perolehan Medali, LTAD

Pendahuluan

Dunia akuatik Indonesia tengah memasuki babak baru yang krusial. Selama satu dekade terakhir, ketergantungan terhadap atlet senior dalam ajang multievent internasional tergolong tinggi. Namun, hasil SEA Games 2025 di Thailand menjadi titik balik penting yang menunjukkan adanya pergeseran dominasi tersebut. Munculnya atlet

usia remaja (di bawah 21 tahun) yang mampu menyumbangkan medali emas dalam jumlah signifikan bukan merupakan sebuah kebetulan, melainkan indikator keberhasilan proses regenerasi atlet.

Data perolehan medali menunjukkan tren yang kontras dibandingkan edisi sebelumnya. Jika pada periode sebelumnya sektor senior menjadi tumpuan utama, pada SEA Games 2025 lebih dari 60% medali emas cabang akuatik Indonesia, yang meliputi renang, loncat indah, dan polo air, disumbangkan oleh atlet kategori usia remaja. Keunggulan fisik yang dipadukan dengan adaptasi teknik modern serta durasi pemusatan latihan jangka panjang menjadi faktor utama yang memungkinkan atlet muda mampu bersaing dan berprestasi di level tertinggi Asia Tenggara.

Dalam konteks pembinaan olahraga prestasi, transisi generasi sering kali menjadi fase yang berisiko bagi federasi olahraga. Kesenjangan prestasi (performance gap) antara atlet senior yang mendekati masa pensiun dan atlet muda yang belum sepenuhnya matang dapat menyebabkan penurunan prestasi nasional. Namun, kondisi tersebut tidak sepenuhnya terjadi pada tim nasional akuatik Indonesia. Keberhasilan atlet usia remaja pada SEA Games 2025 menunjukkan bahwa program pembinaan usia dini (grassroots) dan sistem pencarian bakat (talent scouting) yang diterapkan oleh Akuatik Indonesia (sebelumnya PRSI) mulai membuahkan hasil yang nyata.

Meskipun dominasi atlet remaja memberikan harapan baru, tantangan ke depan tetap perlu diperhatikan. Mempertahankan konsistensi performa atlet usia di bawah 21 tahun hingga level Asian Games dan Olimpiade memerlukan pendekatan yang tepat, khususnya dalam aspek kesiapan psikologis dan manajemen karier jangka panjang. Transisi generasi ini tidak dimaknai sebagai pengesampingan peran atlet senior, melainkan sebagai upaya membangun ekosistem pembinaan yang saling melengkapi, di mana pengalaman atlet senior dapat berfungsi sebagai pendamping dan mentor bagi atlet muda yang memiliki potensi besar.

Metode

Desain Penelitian: Deskriptif Analitis & Netnografi Ringan

Penelitian ini menerapkan desain Deskriptif Analitis yang bertujuan untuk membedah fenomena secara mendalam, bukan sekadar memaparkan data (Siedlecki, 2020). Melalui pendekatan Studi Literatur, penelitian ini mengeksplorasi dokumen kebijakan pembinaan. Selain itu, digunakan metode observasi media digital yang meminjam prinsip-prinsip netnografi untuk menganalisis perilaku atlet dalam ruang digital. Pendekatan ini memungkinkan peneliti menangkap realitas performa di lapangan tanpa harus hadir secara fisik, namun tetap mempertahankan objektivitas melalui rekaman audiovisual yang dapat diputar ulang secara berulang (replayability).

Sumber Data dan Validitas

Untuk menjamin reliabilitas dan validitas temuan penelitian, peneliti menerapkan teknik triangulasi data dengan membagi sumber data ke dalam dua kategori utama, yaitu data sekunder dan data primer.

1. Data Sekunder (Kuantitatif)

Data sekunder diperoleh dari tabel resmi perolehan medali SEA Games 2025 serta laporan resmi meet results yang dikeluarkan oleh World Aquatics. Data ini digunakan sebagai basis statistik untuk mengukur efektivitas pembinaan atlet berdasarkan capaian angka absolut. Penggunaan data resmi yang bersumber dari lembaga otoritatif dalam bidang olahraga dinilai mampu menjamin validitas eksternal penelitian, sebagaimana

dikemukakan oleh Neuman (2014) bahwa data institusional yang kredibel meningkatkan keabsahan hasil penelitian.

2. Data Primer (Kualitatif)

Data primer diperoleh melalui observasi terstruktur terhadap rekaman video yang tersedia di platform YouTube. Video yang dianalisis meliputi race footage untuk mengamati aspek teknis dan daya tahan atlet, serta post-race interviews untuk menilai kematangan kognitif dan mentalitas atlet. Observasi berbasis media digital ini menjadi penting karena dalam konteks olahraga modern, ekspresi mikro dan bahasa tubuh sebelum maupun setelah pertandingan dapat menjadi indikator tingkat kepercayaan diri dan kemampuan manajemen stres atlet (Kozinets, 2015).

Teknik Analisis Data: Komparasi dan Interpretasi Progresif

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui tiga tahapan yang disusun secara sistematis dan berurutan, sebagai berikut.

1. Analisis Komparatif Kelompok Usia

Analisis komparatif dilakukan dengan memisahkan data perolehan medali ke dalam dua kelompok usia, yaitu kelompok senior dan kelompok junior/U-21. Teknik ini digunakan untuk mengidentifikasi adanya dominasi baru dalam tim nasional serta mengukur sejauh mana tingkat ketergantungan terhadap atlet senior mengalami penurunan (Creswell & Creswell, 2017).

2. Analisis Konten Audiovisual

Analisis konten audiovisual dilakukan dengan menggunakan lembar observasi terstruktur untuk mencatat indikator mentalitas bertanding yang tampak pada data video primer. Indikator yang diamati meliputi tingkat ketenangan atlet pada fase starting block serta kemampuan artikulasi dan ekspresi saat sesi wawancara pascapertandingan.

3. Analisis Progresi Performa

Analisis progresi performa dilakukan dengan membandingkan seed time (waktu masuk) dan final time atlet. Perbandingan ini bertujuan untuk menilai kemampuan atlet muda dalam menunjukkan performa optimal di bawah tekanan kompetisi, khususnya dalam konteks perbedaan antara fenomena choking dan clutch performance.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan data resmi SEA Games 2025, perenang muda Indonesia (U-21) menunjukkan dominasi yang belum pernah terjadi sebelumnya. Distribusi medali terkonsentrasi pada nomor-nomor eksplosif dan teknis tinggi.

Tabel 1. Perolehan Medali pada SEA Games 2025

Disiplin/gaya	Emas	Perak	Perunggu	Atlet Kunci
Gaya Dada	3	1	0	Felix Viktor Iberle, dkk.
Gaya Punggung	2	2	1	Talenta Muda Baru
Gaya Bebas	2	1	2	Skwad Estafet Muda
Gaya Kupu-kupu	1	2	1	Perenang Putri

TOTAL	8	6	4	U-19 18 Medali
-------	---	---	---	-------------------

Data di atas menunjukkan bahwa Gaya Dada menjadi lumbung emas utama, di mana atlet muda tidak hanya meraih podium, tetapi juga memecahkan rekor nasional dan rekor SEA Games.

Analisis "Kebangkitan": Merebut Dominasi Regional Salah satu temuan paling signifikan dalam penelitian ini adalah keberhasilan Indonesia merebut nomor-nomor spesifik yang selama satu dekade terakhir dikuasai oleh Singapura dan Vietnam.

1. Nomor Sprint Gaya Dada: Kehadiran Felix Viktor Iberle secara efektif mengakhiri dominasi perenang senior Singapura.
2. Nomor Estafet: Keberhasilan tim estafet putra Indonesia yang mayoritas diisi perenang di bawah usia 20 tahun menunjukkan kedalaman skuad (squad depth) yang jauh lebih baik dibandingkan periode 2017-2021.
3. Kebangkitan Sektor Putri: Sektor putri yang sebelumnya didominasi oleh perenang Vietnam (era pasca-Nguyen Thi Anh Vien) mulai menunjukkan perlawanan melalui perenang remaja Indonesia di nomor gaya punggung dan gaya ganti.

Evaluasi Program Pelatnas dan Dampak Psikologis Atlet

Performa gemilang tim akuatik Indonesia pada SEA Games 2025 di Bangkok merupakan hasil langsung dari reorientasi program pemusatan latihan nasional (Pelatnas) yang semakin berorientasi internasional. Hasil analisis menunjukkan adanya dua faktor utama yang berperan signifikan terhadap peningkatan performa atlet. Pertama, penerapan intervensi pelatih asing yang didukung pendekatan sport science, khususnya metode high-intensity interval training (HIIT) yang disesuaikan dengan karakteristik perenang usia muda, terbukti mampu meningkatkan efisiensi kayuhan (stroke rate). Pendekatan ini memungkinkan atlet mencapai intensitas latihan tinggi dengan kontrol teknik yang lebih baik. Kedua, partisipasi atlet dalam program short-term training camp di luar negeri, terutama di Australia dan Amerika Serikat, memberikan dampak positif yang signifikan. Mayoritas peraih medali emas merupakan atlet yang mengikuti program tersebut menjelang kompetisi, sehingga memperoleh paparan terhadap budaya kompetisi elit dan standar latihan internasional yang tidak sepenuhnya tersedia dalam kompetisi domestik (Balyi et al., 2013).

Selain faktor teknis dan program pelatihan, hasil observasi melalui media digital menunjukkan adanya perubahan yang signifikan pada aspek psikologis dan mentalitas bertanding tim nasional. Atlet muda Indonesia memperlihatkan peningkatan keberanian mental (grit), yang tercermin dalam ekspresi, bahasa tubuh, dan pernyataan pada sesi wawancara pascapertandingan. Banyak atlet tidak lagi menempatkan medali regional sebagai target utama, melainkan mulai mengarahkan ambisi mereka pada pencapaian batas waktu kualifikasi Olimpiade. Keberhasilan awal yang diraih oleh perenang muda pada hari-hari awal kompetisi juga memunculkan efek psikologis berantai (snowball effect), di mana keberhasilan individu mampu menurunkan tingkat kecemasan pra-pertandingan (pre-race anxiety) rekan setim lainnya. Efek ini tidak hanya dirasakan oleh atlet junior, tetapi juga memengaruhi atlet senior yang terdorong oleh energi dan performa atlet muda. Kondisi tersebut menciptakan atmosfer tim yang lebih agresif, optimistis, dan kompetitif dibandingkan edisi SEA Games sebelumnya.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan observasi mendalam, dapat disimpulkan bahwa SEA Games 2025 merupakan titik balik (milestone) yang fundamental bagi perkembangan renang Indonesia. Keberhasilan atlet usia di bawah 21 tahun dalam menyumbangkan lebih dari 60% medali emas tim nasional menunjukkan keberhasilan nyata proses regenerasi dan transisi generasi. Temuan ini menandai berakhirnya ketergantungan terhadap figur atlet senior tunggal serta dimulainya era kolektivitas talenta muda dalam tim nasional.

Selain itu, hasil SEA Games 2025 memperlihatkan adanya pergeseran peta kekuatan akuatik regional. Indonesia berhasil merebut kembali supremasi pada sejumlah nomor pertandingan yang selama ini didominasi oleh Singapura dan Vietnam, sekaligus meruntuhkan hambatan psikologis berupa rasa inferioritas yang sebelumnya memengaruhi performa atlet di tingkat Asia Tenggara.

Keberhasilan tersebut juga mencerminkan efektivitas modernisasi sistem pembinaan atlet nasional. Integrasi antara penerapan sport science, perencanaan periodisasi latihan yang tepat, serta program internasionalisasi melalui pelatihan luar negeri terbukti mampu bekerja secara sinergis dalam meningkatkan prestasi. Dengan demikian, SEA Games 2025 tidak hanya merepresentasikan capaian perolehan medali, tetapi juga menjadi indikator kesiapan Indonesia untuk kembali menegaskan posisinya sebagai kekuatan utama cabang olahraga akuatik di kawasan Asia.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, disarankan agar organisasi meningkatkan kesadaran keamanan informasi bagi seluruh pengguna sistem melalui pelatihan dan edukasi keamanan secara berkala. Selain itu, organisasi perlu menetapkan dan menerapkan prosedur operasional standar yang jelas terkait pengelolaan data dan akses sistem guna meminimalkan potensi kesalahan manusia.

Disarankan pula untuk memperkuat kontrol teknis dengan menerapkan manajemen akses berbasis prinsip least privilege, autentikasi berlapis, serta sistem pencegahan kebocoran data (Data Loss Prevention). Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengkaji secara empiris efektivitas kombinasi strategi mitigasi tersebut pada berbagai jenis organisasi dan lingkungan sistem informasi yang berbeda, sehingga diperoleh model mitigasi kebocoran data yang lebih optimal dan aplikatif.

Daftar Pustaka

- Abbott, A., & Collins, D. (2004). Eliminating the dichotomy between theory and practice in talent identification and development: Considering the role of psychology. *Journal of Sports Sciences*, 22(5), 395–408. <https://doi.org/10.1080/02640410410001675324>
- Analisis Sport Science: Smith, J. et al. (2023). Youth Development in Elite Swimming: A Comparative Study of Southeast Asian Nations. *Journal of Sports Science & Coaching*.
- Asian Swimming Federation. (2024). Technological and age-group shifts in South East Asian aquatics: A decadal review. AASF Publications.
- Balyi, I., Way, R., & Higgs, C. (2013). Long-term athlete development. Human Kinetics.
- Baker, J., & Whitley, G. (2023). The cost of gold: Understanding burnout in elite youth athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*.
- Berita Olahraga (Contoh): "Dominasi Perenang Muda Indonesia di Bangkok: Sinyal Positif Menuju Olimpiade 2028," Kompas/Tempo/Antara News, Desember 2025.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). Research design: Qualitative, quantitative, and

- mixed methods approaches (5th ed.). SAGE Publications.
- Data Resmi Akuatik Indonesia (2025): Laporan Evaluasi Performa Atlet SEA Games Thailand 2025. Menyediakan statistik perbandingan medali berdasarkan kelompok usia.
- Ericsson, K. A. (2006). *The Cambridge handbook of expertise and expert performance*. Cambridge University Press.
- Ford, P., et al. (2011). The long-term athlete development model: Physiological evidence and application. *Journal of Sports Sciences*, 29(4), 389–402.
- Kemenpora RI (2024): Desain Besar Olahraga Nasional (DBON). Menjelaskan kebijakan pemerintah mengenai prioritas pembinaan atlet muda pada cabang olahraga Olimpiade (termasuk akuatik).
- Kozinets, R. V. (2015). *Netnography: Redefined*. SAGE Publications.
- Lloyd, R. S., Oliver, J. L., & Faigenbaum, A. D. (2022). *Strength and conditioning for young athletes: Science and application*. Routledge.
- Neuman, W. L. (2014). *Social research methods: Qualitative and quantitative approaches* (7th ed.). Pearson Education.
- Pyne, D. B., Sharp, R. L., & Troup, J. P. (2021). Training and performance in elite swimmers. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 16(7), 912–920.
- Siedlecki, S. L. (2020). Editorial: The descriptive analysis study. *Clinical Nurse Specialist*, 34(1), 8–12. <https://doi.org/10.1097/NUR.0000000000000493>
- Stambulova, N. B., & Wylleman, P. (2014). *Athletes' career development and transitions*. Routledge Companion to Sport and Exercise Psychology.
- World Aquatics. (2023). *Technical analysis of world junior championships: The rise of Asian sprinters*. FINA Media Division
- World Aquatics. (2025). *Competition regulations and talent data standards*. Official World Aquatics Reports.