

# WANITA DALAM BIDANG OLAHRAGA

Oleh:

FX. Sugiyanto

FIK - UNY

# Latar Belakang Wanita Dalam Bidang Olahraga:

- ❑ Memberi gambaran yang membantu dlm memahami dan menilai pengalaman olahraga mrk masa kini.
- ❑ Menjadi dasar ide-ide, terutama mitos yang merugikan wanita yang berambisi untuk bersaing dlm olahraga.

Dewi Athena, Artemis, dan Atlanta

# Mitos Melawan Realita

- ❑ Olahraga membahayakan fisik
- ❑ Wanita berolahraga bukan untuk memperoleh persamaan
- ❑ Wanita sesungguhnya tidak tertarik pada olahraga

## Mitos 1. Olahraga Membahayakan Fisik

- Anggapan tradisional bhw wanita fisiknya lemah
- Olahraga menyebabkan otot besar
- Terlukanya alat reproduksi, buah dada, uterus, gangguan menstruasi dan kehamilan
- Argumen pria lebih kuat dan besar pd aktivitas fisik

## Argumen yg Mematahkan Mitos di atas :

- Berat badan wanita lebih ringan, sambungan lutut lebih luas shg lebih stabil.
- Wanita mencapai kekuatan maksimum usia 12,5 th dimana pada saat itu pertumbuhan laki2 masih lambat.
- Pemecah rekor renang, senam wanita di olimpiade dengan usia dibawah 18 th, walaupun atlet pria belum mencapai prestasi maksimum.

## Dua alasan mengapa wanita tidak memiliki otot yang menonjol :

- Jumlah lemak badan wanita rata-rata 22-14 % dari pria
- Wanita hanya menghasilkan 5-10 % androgen

Klafs dan Lion menyimpulkan :

bhw faktor2 keturunan morfologis dan endokrin bertanggung jwb atas kefeminiman bukan aktivitas fisik yang keras

## Mitos 2. wanita berolahraga bukan untuk memperoleh persamaan

“Tidak baik wanita berolahraga hanya untuk memperoleh persamaan”

Argumen ini tidak logis dan tidak rasional

## Mitos 3. Gadis sesungguhnya tidak tertarik olahraga

- Hal ini lebih didasarkan khayalan daripada kenyataan.
- Dalam topik “Kecenderungan Masa Kini” kecenderungan olahraga menunjukkan jika program yang bermutu ditawarkan tanggapan sangat bagus.

# Pemasyarakatan Olahraga pada Wanita

- ❑ Di AS olahraga di masyarakatkan pd remaja putra, sedang remaja putri dijauhkan
- ❑ 3 kelompok dlm pemasyarakatan olahraga
  - 1) Kualitas personel, seperti *sikap, konsep kefeminiman, konsep pribadi dan kepribadian*
  - 2) Pelaku pemsy olahraga yg penting :  
Kelompok referensi dan kelompok lain.  
Kelompok terpenting keluarga, kelompok seusia, sekolah, guru dan anggota masyarakat

### 3) Struktur masyarakat

Greendorfer memperhatikan bgmn wanita berpartisipasi dlm olahraga melalui:

1. Keluarga
2. Teman sebaya, dan
3. Sekolah, selama 3 tingkatan kehidupan: masa kanak2, masa remaja, dan masa dewasa muda

- Pada masa kanak-kanak wanita dipengaruhi teman sebaya dan keluarga
- Masa remaja oleh teman sebaya, guru dan pelatih
- Masa dewasa muda pengaruh keluarga menurun dan teman sebaya tetap dominan.

Model teori peran diselidiki Greendorfer. Diduga pria jadi model peran yg paling berpengaruh dan memberi keunggulan olahraga dlm masy. Hal ini menjadi alasan kurangnya wanita dlm berolahraga. Pria jadi model yg pd masa remaja wanita jadi model masa dewasa.

# Motivasi berprestasi

- Dua mitos umum yg terkait dg wanita menurut Birel:
  1. Merasa tdk memiliki keinginan berprestasi
  2. Motivasi prestasi berkembang sendiri akibat latihan pd masa awal kanak2.
- Kaitan antara motivasi berprestasi hrs betul2 diwujudkan baik untuk wanita maupun pria

# Media

- Dua gambaran negatip wanita oleh media:
  1. Sebagai obyek sek
  2. Sebagai ibu rumah tangga. Jarang wanita diproyeksikan sbg individu mandiri dan aktif secara fisik.
- Studi tentang iklan di Ladies Home Journal
- Gambaran wanita yg ikut olimpiade, terlukis pd Kornelia Ender
- Titik balik perjuangan wanita dlm dunia olahraga mrpk kelanjutan tak berguna.