



## **Identitas Atlet Perempuan dalam Olahraga dari Sudut Pandang Feminis**

Siti Rolijjah<sup>1</sup>, Aref Vai<sup>2</sup>, Rola Angga Lardika<sup>3</sup>.

Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Olahraga FKIP, Universitas Riau, Kota Pekanbaru, Indonesia<sup>123</sup>

[siti.rolijjah2546@student.unri.ac.id](mailto:siti.rolijjah2546@student.unri.ac.id)<sup>1</sup>, [aref.vai@lecturer.unri.ac.id](mailto:aref.vai@lecturer.unri.ac.id)<sup>2</sup>,

[rolaanggaldardika@lecturer.unri.ac.id](mailto:rolaanggaldardika@lecturer.unri.ac.id)<sup>3</sup>

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menggali bagaimana atlet perempuan memahami diri mereka dalam dunia olahraga melalui sudut pandang feminis. Dunia olahraga sering kali diwarnai oleh dominasi maskulinitas yang menempatkan perempuan dalam posisi subordinat, serta menciptakan stereotip yang membatasi ruang gerak dan pengakuan terhadap prestasi atlet perempuan. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode pengumpulan data berupa angket dan wawancara mendalam. Penelitian ini dilakukan terhadap sejumlah atlet perempuan di kota Pekanbaru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa identitas diri atlet perempuan dipengaruhi oleh perjuangan melawan stereotip gender, pengalaman menghadapi ketimpangan struktural, serta dorongan internal untuk membuktikan kemampuan tanpa harus kehilangan identitas sebagai perempuan. Temuan ini dianalisis melalui teori *Ideal Self* dan *Real Self* dari Carl Rogers, dengan penguatan dari teori relasi kekuasaan Foucault dan pandangan feminisme. Penelitian ini menyimpulkan bahwa identitas diri atlet perempuan merupakan bentuk resistensi terhadap struktur patriarki serta bentuk pembentukan identitas yang kuat dan berdaya dalam dunia olahraga.

Kata Kunci: Atlet Perempuan, Identitas Diri, Feminisme, Stereotip Gender, Olahraga.

### **Abstract**

*This study aims to explore how female athletes understand themselves in the world of sports through a feminist perspective. The world of sports is often colored by the dominance of masculinity that places women in subordinate positions, and creates stereotypes that limit the space for movement and recognition of female athletes' achievements. By using a descriptive qualitative approach with data collection methods in the form of questionnaires and in-depth interviews. This study was conducted on a number of female athletes in the city of Pekanbaru. The results of the study show that the self-identity of female athletes is influenced by the struggle against gender stereotypes, experiences facing structural inequality, and internal motivation to prove their abilities without having to lose their identity as women. These findings are analyzed through Carl Rogers' Ideal Self and Real Self theory, with reinforcement from Foucault's power relations theory and feminist views. This study concludes that the self-identity of female athletes is a form of resistance to patriarchal structures and a form of strong and empowered identity formation in the world of sports.*

*Keyword: female athletes, athlete identity, feminism, gender stereotypes, sports*

## PENDAHULUAN

Perempuan dalam olahraga masih menghadapi tantangan yang kompleks, baik dalam aspek struktural, kultural, maupun simbolik. Meskipun secara kuantitatif partisipasi perempuan dalam berbagai cabang olahraga mengalami peningkatan, secara kualitatif mereka masih kerap terpinggirkan dari pengakuan, fasilitas, dan representasi yang setara. Dunia olahraga tetap menjadi arena dominasi maskulinitas yang tidak netral secara gender (Dermawan et al., 2019). Di Indonesia, olahraga masih mereproduksi struktur sosial patriarkal yang menjadikan tubuh dan identitas perempuan sebagai objek pengawasan, pembatasan, dan bahkan komodifikasi (Desviyanti, 2023). Berbagai penelitian mengungkap bahwa atlet perempuan tidak hanya menghadapi tantangan fisik dalam pelatihan dan pertandingan, tetapi juga tekanan sosial yang menuntut mereka untuk mempertahankan citra feminin, bahkan di cabang olahraga yang secara tradisional dipersepsikan sebagai maskulin (Berliana, 2021). Konstruksi sosial semacam ini memperkuat stereotip bahwa perempuan tidak cocok untuk aktivitas yang menuntut kekuatan dan agresivitas. Ketika seorang perempuan berhasil mencetak prestasi, perhatian media sering kali lebih tertuju pada penampilannya daripada capaian kompetitifnya (Putri, 2017). Dalam analisis wacana media menunjukkan bahwa narasi media tentang atlet perempuan cenderung menekankan visualisasi tubuh dan aspek estetika, dibandingkan pencapaian, strategi, atau kapabilitas mereka. Dalam arena media sosial dan pemberitaan olahraga, representasi terhadap atlet perempuan cenderung memperkuat bias seksis. Atlet perempuan ditampilkan sebagai objek visual yang menarik, dan citra mereka dimanfaatkan untuk mendongkrak popularitas tim atau event, bukan sebagai subjek yang berdaya atas prestasi dan kontribusinya di bidang olahraga (Muliawan, 2021). Representasi ini memperkuat konstruksi bahwa olahraga adalah ruang milik laki-laki, sementara perempuan adalah “tamu” yang perlu menyesuaikan diri dengan norma maskulin yang dominan.

Dari segi teoritis, identitas diri merupakan konsep yang menggambarkan cara individu memahami, menilai, dan menafsirkan eksistensinya. Menurut Carl Rogers, diri adalah hasil interaksi antara *real self* adalah diri sebagaimana adanya dan *ideal self* adalah diri sebagaimana yang diharapkan atau dicita-citakan. Ketika terjadi keselarasan antara keduanya, individu dapat merasa utuh dan berdaya. Namun ketika tidak, akan muncul konflik internal yang memengaruhi persepsi terhadap diri sendiri (Nik Ahmad, 2015).

Pemaknaan diri terbentuk melalui proses refleksi sosial, yakni cara individu membayangkan dirinya dipandang oleh orang lain. Dalam konteks atlet perempuan, persepsi terhadap pandangan sosial yang meremehkan, menilai tubuh, atau menuntut penyesuaian dengan norma feminin akan mempengaruhi bagaimana mereka membentuk identitas dan nilai diri. Di sisi lain, pemikiran Michel Foucault tentang tubuh dan kekuasaan memberikan dimensi yang lebih kritis. Tubuh tidak netral, tubuh adalah medan politik tempat kekuasaan bekerja secara tersembunyi namun sistematis. Melalui kontrol terhadap tubuh baik melalui aturan berpakaian, bentuk tubuh ideal, atau ekspresi diri, masyarakat menciptakan normalisasi atas siapa yang dianggap pantas berada di ruang publik tertentu, termasuk olahraga. Konsep *disciplinary power* dari Foucault menggarisbawahi bagaimana kekuasaan tidak hanya menindas secara langsung, tetapi bekerja melalui pembiasaan, pengawasan internal, dan pembentukan subjek yang “patuh” terhadap norma (Khozin, 2015). Dalam olahraga, hal ini terlihat dari bagaimana perempuan dipaksa untuk memenuhi standar tubuh ideal yang ramping, anggun, namun tetap kuat dan kompetitif. Dalam sudut pandang feminisme, kondisi ini menunjukkan bahwa identitas perempuan dalam olahraga dibentuk oleh struktur kuasa yang patriarkal. Feminisme gelombang ketiga dan postmodern menolak pemaknaan tunggal terhadap identitas perempuan dan mengusulkan pendekatan interseksionalitas, yakni memahami bahwa pengalaman perempuan dibentuk oleh persilangan antara gender, ras, kelas, dan faktor sosial lain (Madeleine, 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Putri (2017) terhadap atlet angkat besi perempuan di Pekanbaru menunjukkan bahwa perempuan dalam olahraga yang dianggap maskulin mampu membentuk identitas diri positif sebagai “kuat” dan “hebat”, yang menjadi bentuk resistensi terhadap stereotip yang melekat. Penelitian Desviyanti (2023) menggunakan pendekatan genealogi Foucault untuk menelusuri bagaimana relasi kuasa bekerja dalam tubuh atlet perempuan, yang kemudian membentuk pemahaman mereka tentang identitas dan keberadaan. Namun demikian, belum banyak penelitian yang secara eksplisit menggunakan sudut pandang feminis sebagai landasan utama dalam menganalisis bagaimana identitas diri atlet perempuan dikonstruksi, terutama dalam konteks lokal dan budaya Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana atlet perempuan memahami dirinya dalam dunia olahraga dari sudut pandang feminis. Fokus penelitian ini tidak hanya terletak pada pengalaman fisik dalam berlatih atau bertanding,

tetapi juga pada pengalaman sosial, budaya, dan psikologis yang membentuk identitas mereka sebagai atlet sekaligus sebagai perempuan. Melalui pendekatan kualitatif deskriptif, penelitian ini berusaha menggali narasi personal dari atlet perempuan di Kota Pekanbaru melalui angket dan wawancara mendalam. Data yang dikumpulkan dianalisis dengan menggabungkan teori diri dari Carl Rogers, dan teori kekuasaan tubuh dari Michel Foucault yang dipadukan dengan pendekatan feminisme gelombang ketiga. Tujuan akhir dari penelitian ini adalah untuk memahami identitas diri atlet perempuan sebagai subjek yang aktif dan reflektif dalam menanggapi struktur sosial yang membatasi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada kajian gender dan olahraga, sekaligus menjadi referensi praktis bagi pelatih, lembaga olahraga, dan media agar lebih sensitif terhadap peran dan identitas atlet perempuan. Dengan membongkar bagaimana identitas diri dibentuk dan dinegosiasikan dalam konteks kekuasaan dan gender, penelitian ini turut mendukung upaya mewujudkan ruang olahraga yang lebih inklusif, setara, dan adil bagi semua.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif untuk memahami identitas diri atlet perempuan dalam olahraga dari sudut pandang feminis. Penelitian ini dilakukan terhadap atlet perempuan cabang olahraga taekwondo, pencak silat, dan kempo yang berasal dari kota Pekanbaru. Informan memiliki rentang usia 15 hingga 30 tahun dengan latar belakang yang berbeda, baik dari sisi pendidikan maupun pengalaman bertanding. Seluruh informan aktif dalam kegiatan latihan, organisasi, dan kompetisi olahraga, baik di tingkat lokal maupun nasional. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur, angket/kuesioner, dan dokumentasi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Data diperoleh melalui penyebaran angket dan wawancara mendalam yang dirancang untuk menggali identitas diri atlet perempuan olahraga dari sudut pandang feminis. Angket yang diberikan menghasilkan skor antara 96,25% hingga 100% pada indikator positif. Hal ini menunjukkan bahwa informan memiliki pandangan yang kuat mengenai identitas keberadaan mereka sebagai atlet perempuan. Mereka menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang tinggi, komitmen terhadap olahraga, dan keberanian dalam menghadapi stereotip gender yang ada di masyarakat. Melalui hasil wawancara, diketahui

bahwa motivasi awal atlet mengikuti olahraga beragam. Beberapa di antaranya terdorong oleh pengalaman masa kecil yang berkaitan dengan perundungan, sementara lainnya memiliki ketertarikan sejak lama terhadap olahraga tersebut. Motivasi ini bukan semata untuk fisik atau prestasi, melainkan juga sebagai bentuk perlawanan terhadap batasan yang selama ini terjadi pada perempuan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa identitas diri yang dimiliki oleh atlet perempuan berkaitan erat dengan bagaimana mereka membangun identitas melalui interaksi sosial dan pengalaman personal. Identitas diri yang muncul dari narasi informan menunjukkan adanya proses internalisasi dan pembentukan identitas yang kuat. Olahraga menjadi medium untuk menyatakan bahwa perempuan mampu menjadi sosok yang tangguh, disiplin, dan berprestasi. Dalam prosesnya, atlet perempuan juga mengalami perubahan cara pandang terhadap diri sendiri. Dari yang awalnya merasa tidak percaya diri, menjadi individu yang lebih mantap dan sadar akan potensi dirinya. Latihan rutin, pencapaian prestasi, serta dukungan dari orang-orang terdekat berkontribusi besar terhadap transformasi ini. Olahraga tidak hanya membentuk tubuh, tetapi juga membangun jiwa dan pemaknaan diri secara utuh. Melalui sudut pandang Carl Rogers tentang *ideal self* dan *real self*, dapat dilihat bahwa informan menunjukkan keselarasan antara diri aktual dan diri yang diidealkan. Mereka memiliki gambaran yang jelas tentang perempuan seperti apa yang ingin mereka wujudkan menjadi perempuan yang kuat, tangguh, dan tidak terbatas oleh gender melalui latihan dan dedikasi. Pengalaman menjadi atlet memungkinkan mereka mempertemukan kondisi nyata diri dengan harapan masa depan yang terus mereka kejar. Melalui sudut pandang Michel Foucault mengenai kekuasaan dan tubuh. Tubuh atlet perempuan dalam penelitian ini menjadi arena resistensi terhadap dominasi simbolik patriarki. Tubuh mereka bukan hanya menjadi objek yang dinilai dari segi estetika, tetapi menjadi sarana yang aktif dalam menunjukkan kekuatan, kedisiplinan, dan agensi. Relasi kuasa yang bekerja dalam dunia olahraga, seperti penilaian pelatih, pandangan media, hingga budaya organisasi, semuanya direspons oleh atlet dengan meneguhkan kembali posisi mereka sebagai subjek yang aktif dan berdaya. Dalam konteks feminisme, narasi atlet memperlihatkan keberagaman pengalaman, resistensi terhadap pelabelan, serta pengakuan atas kompleksitas identitas perempuan.

## SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa atlet perempuan memahami diri mereka sebagai individu yang kuat, berdaya, dan memiliki identitas yang berkembang melalui pengalaman dalam dunia olahraga. Sudut pandang feminis mengungkap bahwa olahraga bukan sekadar ajang fisik, tetapi juga ruang perlawanan terhadap stereotip gender. Atlet perempuan mampu membentuk identitas diri secara mandiri dan reflektif melalui interaksi sosial dan pengalaman pribadi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Chaer. 1994. *Linguistik Umum*. Jakarta: Rineka Cipta
- Aprilianti, A. R., Utamidewi, W., & Kusumaningrum, R. (2021). Makna Diri Wanita Karir Sebagai Penyintas Covid-19 Di Karawang. *Jurnal Komunikatio*, 7(2), 81–94.
- Ardiansyah, A. G., Surwati, D., & Heny, C. (2021). Diskriminasi Perempuan Dalam Bidang Olahraga Pada Film Serial the Queen’S Gambit. *Jurnal Komunikasi Massa*, 1, 1–19.
- Astuti, T. Parulian, S. (2018). Gender Dan Feminisme Dalam Olahraga. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga*, 452.
- Berliana, B., Hamzah, A., & Simbolon, M. (2021). Gender Issue in Masculine Sports in Indonesia: A Case Study. *Annals of Applied Sport Science*, 9(1), 1–9.
- Chaer, A. (2014). *Linguistik Umum*.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative Inquiry and Research Design*. In C. Pearson (Ed.), SAGE Publications (Fourth Ed).
- Derung, T. N. (2017). Interaksionisme Simbolik Dalam Kehidupan Bermasyarakat. *SAPA - Jurnal Kateketik Dan Pastoral*, 2(1), 118–131.
- Desviyanti, E., Vai, A., & Rahmatullah, M. I. (2023). A Literature Review of Women’s Sports in Social Dynamics: Foucault’s Genealogy. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 10(1), 10–15.
- Dermawan, D. F., Dlis, F., & Mahardhika, D. B. (2021). Analisis sejarah Wanita dalam Olahraga. *Jurnal Speed (Sport, Physical Education, Empowerment)*, 2(1), 24–29. <https://doi.org/10.35706/speed.v2i1.2223>
- Dimitrov, I. (2022). *Evolution of Taekwondo From Spiritual and Cultural Practice To a Martial Sport*. 435–439. Faozan, M., Santosa, I., & Annas, M. (2017). Development of A Sensor For Measuring Endurance Athletes While Doing A Kick in Tae Kwon Do. *Journal of Physical Education*, 6(3), 177–182.

- Fraser, N. (2007). Mapping the feminist imagination: From redistribution to recognition to representation. *The Future of Gender*, 12(3), 17–34. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511619205.002>
- Habali, V. A. F., Kharisman, V. A., Friskawati, G. F., & Supriadi, D. (2023). Persepsi Masyarakat Terhadap Kesetaraan Gender Pada Wanita dalam Olahraga. *Physical Activity Journal*, 4(2), 155.
- Hardani, Helmina Andriani, Jumari Ustiawaty, Evi Fatmi Utami, Ria Rahmatul Istiqomah, Roushandy Asri Fardani, Dhika Juliana Sukmana, N. H. A. (2020). Buku Metode Penelitian Kualitatif. In *Revista Brasileira de Linguística Aplicada* (Vol. 5, Issue 1).
- Hariyoko. (2019). Penulis: Dr. Hariyoko, M.Pd. In *Sejarah Olahraga Dan Perkembangan Pendidikan Jasmani*.
- Ismail, N. A. H., & Tekke, M. (2015). Rediscovering Rogers ' s Self Theory and Personality. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 4(3), 28–36. <http://journal.uad.ac.id/index.php/Psychology/article/view/3245/1840>
- Khozin Afandi, A. (2015). Konsep Kekuasaan Michel Foucault. *Teosofi: Jurnal Tasawuf Dan Pemikiran Islam*, 2(1), 131. <https://doi.org/10.15642/teosofi.2012.2.1.131-149>
- Markula, P. (2003). The technologies of the self: Sport, feminism, and Foucault. *Sociology of Sport Journal*, 20(2), 87–107. <https://doi.org/10.1123/ssj.20.2.87>
- Mayasari, T. R. (2020). Makna Penampilan Gender Pada Atlet Perempuan Cabang Olahraga Takraw: Studi Kasus Pada Sebuah Sekolah Olahraga Di Indonesia. *Pujangga*, 5(2), 131.
- Madeleine Pape. (2024). Saving Women's Sport: The Case for Feminist Dialogue With the Unregulated Majority. *SOCIOLOGY OF SPORT JOURNAL*.
- Muhammad Adimaja. 2023. “ Kisah Megawati Tamesti Maheswari Jadi Penyelamat Indonesia di Cabang Taekwondo SEA Games 2023”, <https://www.tempo.co/olahraga/kisah-megawati-tamesti-maheswari-jadi-penyelamat-indonesia-di-cabang-taekwondo-sea-games-2023-187111>, diakses pada 25 januari 2025 pukul 14.00
- Muliawan, A. (2021). Sexist Bias in Sports News Writing: Critical Discourse Analysis of Female Athlete Representation in the 2018 Asian Games on Liputan6.Com. *Jurnal ISIP: Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik*, 18(1), 51–63.
- Munandar, W. (2024). Sosialisasi Tentang Partisipasi Wanita Dalam Dunia Olahraga. *ABDI SAMULANG: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 120–127. <https://doi.org/10.61477/abdisamulang.v3i2.42>
- Nugraheni, S. D. (2018). Implementasi Pembelajaran Penjas di Sekolah Inklusi. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Pokhrel, S. (2024). No TitleEΛENH. *Ayan*, 15(1), 37–48.

- Prasetya, M. A., & Nugroho, C. (2023). Analisis Motif dan Makna Atlet Esport PUBG Mobile dalam Dunia Esport. *Journal of Communication, Business and Social Science*, 49, 45–49. [www.nexttren.grid.id](http://www.nexttren.grid.id),
- Raswin. (2015). Perbandingan Perempuan dalam Olahraga di Indonesia dengan Negara Colombia. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*,
- Suwandi. 2011. *Semantik Pengantar Kajian Makna*. Yogyakarta: Media Perkasa
- Suhada, D. N. (2021). Feminisme dalam Dinamika Perjuangan Gender di Indonesia. *Indonesian Journal of Sociology, Education, and Development*, 3(1), 15–27. <https://doi.org/10.52483/ijsted.v3i1.42>
- Tirtawirya, D. (2005). Perkembangan Dan Peranan Taekwondo Dalam Pembinaan Manusia Indonesia. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 1(2), 115607. [file:///C:/Users/ASUS/Downloads/6869-17772-1-SM \(1\).pdf](file:///C:/Users/ASUS/Downloads/6869-17772-1-SM%20(1).pdf)
- UU No 11 Tahun 2022. (2022). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 Tentang Keolahragaan. *UU No 11 Pasal 6*, 1–89. Undang-undang (UU) Nomor 11 Tahun 2022
- Widya Ramalia Putri.** (2017). *Motif dan makna diri atlet angkat besi wanita di Pekanbaru: Studi pada atlet PABBSI Riau* (Skripsi, Universitas Riau). JOM FISIP, 4(2).
- Zani, Y., Eri Barlian, & Padli. (2023). Mempelajari Peran Sosial Wanita Dalam Olahraga Dengan Kontroversi Citra Patriarki Dimasyarakat. *Journal Sport Science Indonesia*, 2(2), 128–138. <https://doi.org/10.31258/jassi.2.2.128-138>