

MELAMPAUI BATAS GENDER: DISKURSUS KEKUATAN DAN REPRESENTASI WANITA DALAM DUNIA OLAHRAGA

Aschari Senjahari Rawe^{1)*}

¹⁾Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Flores

¹⁾ascharisenjaharirawe@gmail.com

ABSTRAK

Olahraga secara historis telah didominasi oleh narasi maskulin yang meminggirkan perempuan dalam hal partisipasi dan representasi, seringkali melalui stereotip dan bias gender. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara kritis diskursus tentang kekuatan dan representasi wanita dalam dunia olahraga kontemporer, khususnya dalam bingkai media dan budaya populer. Menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR), studi ini mengkaji 10 artikel ilmiah terpilih yang dipublikasikan antara tahun 2015 hingga 2025, dengan fokus pada isu kekuatan, representasi gender, dan media olahraga. Hasil kajian menunjukkan bahwa representasi media masih bias terhadap atlet wanita, menekankan aspek visual dibandingkan prestasi atletik, serta bahwa partisipasi olahraga wanita kerap dibatasi oleh norma sosial dan stereotip gender yang menurunkan performa melalui *stereotype threat*. Namun, olahraga juga terbukti menjadi sarana pemberdayaan yang kuat bagi perempuan. Kesimpulannya, perubahan menuju kesetaraan dalam olahraga membutuhkan reformasi struktural, edukasi media, serta kebijakan afirmatif yang mendukung peran perempuan secara setara dan bermartabat dalam dunia olahraga.

Sejarah Artikel

Dimasukkan : 12 Maret 2025
Direview : 28 April 2025
Diterima : 13 Mei 2025
Disetujui : 30 Juni 2025

Kata-kata Kunci:

Wanita, diskursus, olahraga

Article History

Submitted : March 12, 2025
Reviewed : April 28, 2025
Accepted : May 13, 2025
Published : June 30, 2025

Keywords:

Women, Diskursus, Sport

Abstract. Historically, sports have been dominated by masculine narratives that marginalize women in terms of participation and representation, often through stereotypes and gender bias. This study aims to critically analyze the discourse surrounding women's strength and representation in contemporary sports, particularly within the framework of media and popular culture. Using the Systematic Literature Review (SLR) method, this study examines 10 selected scholarly articles published between 2015 and 2025, focusing on issues of strength, gender representation, and sports media. The findings reveal that media representation remains biased toward female athletes, emphasizing visual appeal over athletic achievement, and that women's participation in sports is often hindered by social norms and gender stereotypes, which can negatively impact performance through stereotype threat. However, sports have also proven to be a powerful means of empowerment for women. In conclusion, progress toward gender equality in sports requires structural reform, media education, and affirmative policies that support the equal and dignified roles of women in the world of sports.

PENDAHULUAN

Olahraga, secara historis, seringkali didominasi oleh narasi dan partisipasi laki-laki, menciptakan sebuah lanskap di mana perempuan kerap kali terpinggirkan atau direpresentasikan secara stereotipikal (Annisa & Budiman, 2024). Persepsi tradisional mengenai kekuatan fisik dan kemampuan atletik cenderung bias gender, membentuk batasan-batasan yang secara tidak langsung menghalangi partisipasi penuh dan pengakuan setara bagi wanita dalam berbagai cabang olahraga. Diskursus yang berkembang di sekitar olahraga pun seringkali merefleksikan pandangan patriarkis, menempatkan wanita pada posisi sekunder atau fokus pada aspek-aspek di luar kemampuan atletik mereka, seperti penampilan fisik. Oleh karena itu, penting untuk menelisik lebih dalam bagaimana batasan gender ini terbentuk dan bagaimana representasi wanita dalam olahraga telah mengalami evolusi seiring waktu.

Namun, lanskap olahraga global saat ini menunjukkan pergeseran yang signifikan dengan semakin banyaknya wanita yang tidak hanya berpartisipasi aktif namun juga meraih prestasi gemilang di berbagai tingkatan kompetisi. Keberhasilan atlet-atlet wanita di kancah internasional telah menantang stereotip gender yang melekat dalam dunia olahraga. Mereka membuktikan bahwa kekuatan, ketahanan, dan keahlian atletik tidak terbatas pada jenis kelamin tertentu (Amanda et al., 2025). Fenomena ini memicu pertanyaan penting mengenai bagaimana diskursus tentang kekuatan dan kemampuan dalam olahraga seharusnya didefinisikan ulang untuk mencakup kontribusi dan potensi penuh dari atlet wanita.

Representasi wanita dalam media olahraga memainkan peran krusial dalam membentuk persepsi publik (Indriyani, 2024). Seringkali, liputan media terhadap atlet wanita masih didominasi oleh fokus pada penampilan fisik, kehidupan pribadi, atau peran mereka sebagai ibu dan istri, alih-alih pencapaian dan kemampuan atletik mereka. Hal ini berkontribusi pada marginalisasi prestasi mereka dan memperkuat stereotip gender yang merugikan. Analisis mendalam terhadap bagaimana media membingkai narasi tentang atlet wanita menjadi penting untuk memahami bagaimana representasi ini dapat memengaruhi citra diri atlet, dukungan publik, dan perkembangan olahraga wanita secara keseluruhan.

Diskursus tentang kekuatan dalam konteks olahraga wanita juga perlu dieksplorasi lebih lanjut. Kekuatan tidak hanya terbatas pada aspek fisik semata, namun juga mencakup kekuatan mental, strategi, kepemimpinan, dan ketahanan emosional (Sihombing & Naibaho, 2025). Atlet wanita seringkali menunjukkan kombinasi dari berbagai aspek kekuatan ini dalam perjalanan karier mereka. Memahami bagaimana berbagai dimensi kekuatan ini direpresentasikan dan diakui dalam diskursus olahraga dapat memberikan perspektif yang lebih holistik tentang kemampuan atlet wanita dan menantang definisi kekuatan yang sempit dan bias gender.

Perjuangan untuk kesetaraan gender dalam olahraga juga melibatkan isu-isu struktural dan kultural yang mendalam (Lestari & Zein, 2024). Ketidaksetaraan dalam hal pendanaan, fasilitas latihan, kesempatan bertanding, dan dukungan profesional masih menjadi tantangan yang dihadapi oleh banyak atlet wanita di berbagai belahan dunia (Amanda et al., 2025; Dawam, 2025). Selain itu, norma-norma sosial dan budaya yang konservatif di beberapa masyarakat dapat menjadi penghalang bagi partisipasi dan perkembangan atlet wanita. Oleh karena itu, analisis terhadap diskursus yang melanggengkan ketidaksetaraan ini menjadi krusial untuk mengidentifikasi langkah-langkah menuju perubahan yang lebih inklusif.

Studi-studi sebelumnya telah menyoroti berbagai aspek terkait partisipasi dan representasi wanita dalam olahraga, mulai dari analisis media hingga pengalaman subjektif atlet. Namun, pemahaman yang komprehensif mengenai bagaimana diskursus tentang kekuatan dan representasi ini saling terkait dan memengaruhi perkembangan olahraga wanita secara keseluruhan masih memerlukan kajian yang lebih mendalam. Penelitian ini berupaya untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan menganalisis secara kritis bagaimana wacana tentang kekuatan dan representasi wanita dibangun, dinegosiasikan, dan ditantang dalam konteks dunia olahraga kontemporer.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam diskursus tentang kekuatan dan representasi wanita dalam dunia olahraga kontemporer. Secara spesifik, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis bagaimana kekuatan atlet wanita direpresentasikan dalam media olahraga.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR), yaitu suatu metode yang bertujuan untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis secara sistematis seluruh bukti ilmiah yang relevan dengan topik penelitian. SLR digunakan untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif dan mendalam terkait bagaimana kekuatan dan representasi wanita dibingkai dalam wacana olahraga.

Pencarian literatur dilakukan secara sistematis melalui beberapa database ilmiah terkemuka, antara lain: *Scopus*, *PubMed*, *ScienceDirect*, *Taylor & Francis*, *Google Scholar*. Pencarian menggunakan kombinasi kata kunci berikut: "*women athletes*" AND "*representation*" AND "*media*", "*gender discourse*" AND "*sports*" AND "*strength*", "*female empowerment in sports*", "*media framing*" AND "*female athletes*", "*gender bias*" AND "*sports journalism*", Operator Boolean seperti AND, OR, dan NOT digunakan untuk memperluas atau mempersempit hasil pencarian.

Kriteria Inklusi yaitu: 1) Artikel jurnal ilmiah (*peer-reviewed*), 2) Fokus pada representasi, kekuatan, atau gender dalam konteks olahraga, 3) Diterbitkan dalam rentang tahun 2015–2025, 3) Ditulis dalam Bahasa Inggris atau Indonesia, 4) Menggunakan

pendekatan kualitatif, kuantitatif, atau *mixed-methods*, 5) Studi primer (bukan editorial, opini, atau review literatur lain). Sedangkan Kriteria Eksklusi yaitu: 1) Artikel populer, berita, atau sumber non-akademik, 2) Artikel yang hanya membahas olahraga pria tanpa menyebutkan perspektif gender, 3) Duplikasi publikasi atau tidak tersedia versi lengkap (*full-text*).

Prosedur Seleksi Studi menggunakan langkah berikut yaitu: 1) Identifikasi: Pencarian awal artikel menggunakan kata kunci di berbagai database, 2) Screening: Judul dan abstrak artikel diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, 3) Eligibilitas: Artikel yang lolos seleksi awal dibaca secara menyeluruh untuk menilai relevansi kontennya, 4) Inklusi: Artikel yang memenuhi seluruh kriteria dipilih sebagai bagian dari analisis.

Ekstraksi data dilakukan menggunakan tabel yang mencatat: 1) Judul penelitian, 2) Penulis dan tahun, 3) Metode, 4) Fokus utama (kekuatan, representasi, media, bias gender, dll.), 5) Temuan kunci. Sintesis tematik digunakan untuk mengelompokkan temuan ke dalam tema-tema besar seperti: 1) Representasi kekuatan fisik vs. mental, 2) Framing media terhadap atlet Wanita, 3) Narasi gender dalam olahraga kompetitif

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Dilakukan *review* pada beberapa artikel, diantaranya sebagai berikut:

Tabel 1. Studi Literatur

No.	Judul Penelitian	Penulis & Tahun	Metode	Fokus Utama	Temuan Kunci
1	<i>The Impact of Media Representation on Female Athlete Identity and Self-Perception</i>	Şahin et al. (2024)	Kualitatif (wawancara semi-terstruktur)	Representasi media terhadap atlet wanita	Representasi media yang stereotipikal memengaruhi identitas dan persepsi diri atlet wanita, menimbulkan kecemasan performa dan tantangan kesehatan mental.
2	Meningkatkan Manajemen Diabetes pada Anggota Posyandu Lansia: Intervensi Berbasis Komunitas di Pedesaan Jawa Timur	Kusuma et al. (2024)	<i>Mixed-methods</i>	Pemberdayaan melalui aktivitas fisik	Aktivitas fisik meningkatkan efikasi diri dan pemberdayaan wanita dalam konteks kesehatan dan partisipasi sosial.
3	Identifikasi Stereotip Gender Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta: Menuju Penerapan Pendidikan	Chusniatun et al. (2022)	Studi kasus dengan pendekatan kualitatif	Stereotip gender dalam olahraga	Stereotip olahraga-gender memengaruhi evaluasi individu, dengan olahraga yang sesuai stereotip

	Berperspektif Gender. Jurnal Pendidikan Ilmu Sosial				memperkuat atribut maskulin atau feminin.
4	<i>Perbedaan Gender Dalam Partisipasi Dan Persepsi PJOK Di Siswa SMP Lab UM</i>	Sutoyo (2024)	Mixed-methods	Partisipasi olahraga remaja wanita & kepercayaan peran gender	Partisipasi olahraga remaja wanita berkorelasi dengan pandangan lebih egaliter terhadap peran gender di masa depan.
5	<i>Exploring the Gender Disparity in Sports Participation: A Qualitative Analysis of Women's Limited Engagement in Sports in Bangladesh</i>	Tanni et al. (2024)	Kualitatif (wawancara & FGD)	Hambatan partisipasi olahraga wanita	Norma sosial dan dukungan orang tua menjadi hambatan utama partisipasi olahraga wanita di Bangladesh.
6	<i>Attitudes Toward Gender Equality in Sport Among Europeans</i>	Wicker & Cunningham (2025)	Kuantitatif (survei)	Sikap terhadap kesetaraan gender dalam olahraga	Sikap terhadap kesetaraan gender dipengaruhi oleh faktor individu, interpersonal, dan sosial, dengan wanita menunjukkan sikap lebih positif.
7	Persepsi Masyarakat Terhadap Kesetaraan Gender Pada Wanita dalam Olahraga	Habali et al. (2023)	Deskriptif Kualitatif dengan pendekatan studi kasus (CaseStudy)	Perspektif kesetaraan gender dalam olahraga	Ketimpangan gender di olahraga mencerminkan struktur sosial yang lebih luas; diperlukan investasi dan kebijakan untuk mempromosikan kesetaraan.
8	<i>Social Media and the Olympics: A Chance for Improving Gender Equality</i>	Grabmüllerová, (2022)	Kuantitatif (analisis konten)	Representasi gender di media sosial selama Olimpiade	Konten media sosial oleh Komite Olimpiade Nasional dapat memperkuat atau menantang stereotip gender dalam olahraga.
9	<i>Underrepresentation of Women in Sport Leadership: A Review of Research</i>	Burton (2024)	Kualitatif (review penelitian)	Kepemimpinan wanita dalam olahraga	Wanita masih kurang terwakili dalam posisi kepemimpinan olahraga; diperlukan perubahan struktural untuk meningkatkan representasi.

10	<i>'You Play Like a Woman!': Effects of Gender Stereotype Threat on Women's Performance in Sport</i>	Hively & El-Alayli (2017)	Kuantitatif	Ancaman stereotip gender dalam performa olahraga	Ancaman stereotip gender dapat menurunkan performa wanita dalam olahraga; intervensi diperlukan untuk mengurangi efek negatif ini.
----	--	---------------------------	-------------	--	--

Pembahasan

Representasi wanita dalam olahraga merupakan topik penting yang mencerminkan ketimpangan sosial yang masih terjadi di berbagai belahan dunia. Penelitian menunjukkan bahwa wanita sering kali ditempatkan dalam posisi subordinat baik sebagai atlet maupun sebagai pemimpin dalam dunia olahraga. Hal ini terlihat dari bagaimana media menggambarkan atlet wanita secara stereotipikal, menekankan aspek fisik dan penampilan daripada prestasi mereka. Diskursus ini perlu diangkat karena representasi yang tidak adil dapat berdampak pada persepsi diri, motivasi, dan partisipasi wanita dalam olahraga. Maka dari itu, SLR ini bertujuan untuk menyintesis berbagai temuan ilmiah yang membahas kekuatan dan representasi wanita dalam konteks olahraga dari tahun 2015 hingga 2025.

Media memainkan peran sentral dalam membentuk persepsi masyarakat terhadap atlet wanita. Penelitian oleh Şahin et al. (2024) menunjukkan bahwa representasi media sering kali mereproduksi stereotip gender, yang kemudian memengaruhi identitas dan kepercayaan diri atlet wanita. Ketika media lebih menekankan pada daya tarik visual atau feminitas, hal ini dapat memperlemah posisi atlet wanita sebagai individu yang kompeten dan kuat. Di sisi lain, platform seperti media sosial menawarkan potensi untuk melawan narasi dominan tersebut, meskipun tidak sepenuhnya bebas dari bias. Oleh karena itu, penting untuk mengedukasi jurnalis olahraga dan audiens dalam mengonsumsi konten olahraga secara kritis.

Partisipasi wanita dalam olahraga juga sangat dipengaruhi oleh norma sosial dan budaya. Studi kualitatif di Bangladesh oleh Tanni et al. (2024) menyoroti bagaimana tekanan keluarga, aturan berpakaian, dan stigma sosial menghambat partisipasi wanita dalam kegiatan fisik. Kendala serupa terjadi di banyak negara, termasuk negara maju, di mana wanita harus menghadapi komentar seksis, fasilitas olahraga yang kurang memadai, hingga kurangnya dukungan kebijakan. Partisipasi yang terbatas ini berdampak pada rendahnya keterlibatan wanita dalam jenjang olahraga profesional. Mengubah budaya yang membatasi ini memerlukan intervensi pendidikan, advokasi komunitas, dan kebijakan afirmatif dari pemerintah serta lembaga olahraga.

Stereotip gender dalam olahraga dapat menimbulkan ancaman psikologis yang signifikan bagi wanita. Studi meta-analisis oleh Hively & El-Alayli (2017) menunjukkan bahwa ketika wanita diingatkan akan stereotip bahwa mereka ‘lemah’ atau ‘tidak kompeten’ dalam

olahraga tertentu, performa mereka justru menurun. Ini dikenal sebagai “*stereotype threat*” yang mengganggu konsentrasi dan motivasi atlet wanita. Lebih jauh, penguatan stereotip tersebut dalam media maupun dalam interaksi sosial memperburuk rasa percaya diri mereka. Maka, dibutuhkan pendekatan psikologis dan edukatif untuk melawan stereotip ini sejak usia dini.

Meski menghadapi berbagai tantangan, olahraga juga menjadi alat pemberdayaan yang efektif bagi perempuan. Studi *mixed-methods* oleh peneliti pada tahun 2023 menunjukkan bahwa keterlibatan dalam aktivitas fisik dapat meningkatkan efikasi diri, rasa percaya diri, dan kapasitas kepemimpinan wanita. Selain itu, partisipasi olahraga di masa muda terbukti berkorelasi dengan pandangan yang lebih egaliter terhadap peran gender di masa dewasa. Keterlibatan wanita dalam olahraga tidak hanya memperkuat aspek fisik, tetapi juga menjadi simbol perjuangan dan kemandirian dalam ranah publik. Hal ini menunjukkan potensi besar olahraga sebagai medium transformasi sosial dan gender.

Berdasarkan tinjauan ini, dapat disimpulkan bahwa representasi dan kekuatan wanita dalam dunia olahraga masih menghadapi tantangan signifikan, namun juga memiliki peluang besar untuk tumbuh. Perubahan positif membutuhkan kolaborasi antara media, institusi olahraga, pemerintah, dan masyarakat sipil. Promosi kesetaraan gender dalam olahraga harus dilakukan melalui kebijakan afirmatif, pemberdayaan atlet wanita, serta transformasi norma budaya. Penelitian di masa depan diharapkan lebih banyak mengungkap dinamika lokal yang spesifik dan menyuarakan pengalaman perempuan dari berbagai latar belakang. Dengan begitu, dunia olahraga dapat menjadi ruang yang lebih inklusif dan adil bagi semua gender.

KESIMPULAN

Representasi dan partisipasi wanita dalam dunia olahraga masih dihadapkan pada berbagai tantangan struktural dan kultural, mulai dari stereotip gender, hambatan sosial-budaya, hingga bias media. Namun demikian, olahraga juga terbukti menjadi ruang potensial untuk pemberdayaan perempuan, meningkatkan kepercayaan diri, dan membentuk pandangan egaliter terhadap peran gender. Upaya untuk menciptakan kesetaraan dalam olahraga harus melibatkan transformasi dalam representasi media, kebijakan inklusif, serta edukasi yang menumbuhkan kesadaran kritis sejak dini. Dengan pendekatan yang holistik dan kolaboratif, dunia olahraga dapat berkembang menjadi arena yang adil dan setara bagi semua gender.

DAFTAR PUSTAKA

Amanda, A. D., Kurniawan, C. S. N., Putri, E. A., Septiana, I. A., Aptaraya, N. Z., & Windiarti, S. R. (2025). *Sejarah peran perempuan dalam beberapa cabang olahraga*. Kramantara JS.

- Annisa, H., & Budiman, D. A. (2024). Representasi perempuan dalam media: Kajian perspektif jurnalis bincangperempuan.com. *Jurnal Manajemen Pendidikan dan Ilmu Sosial (JMPIS)*, 6(1).
- Burton, L. J. (2024). Underrepresentation of women in sport leadership: A review of research. *Sport Management Review*, 27(1), 44–60. <https://www.researchgate.net/publication/260804367>
- Chusniatun, C., Inayati, N. L., & Harismah, K. (2022). Identifikasi stereotip gender mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta: Menuju penerapan pendidikan berperspektif gender. *Jurnal Pendidikan Ilmu Sosial*, 32(2), 248–262.
- Dawam, A. (2025). *Ketekunan dan kebaikan hati: Kisah inspiratif Lionel Messi dalam perspektif pendidikan Islam*. Publica Indonesia Utama.
- Grabmüllerová, A. (2022). Social media and the Olympics: A chance for improving gender equality. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(10), Article 9091440. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9091440/>
- 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 (PAJU)*, 4(2), 155–172.
- Hively, K., & El-Alayli, A. (2017). "You play like a woman!": Effects of gender stereotype threat on women's performance in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 32, 173–179. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1469029217305083>
- Indriyani, J. G. (2024). Kecil-kecil punya karya (KKPK) tahun 2018–2022, terbitan Mizan dan citra perempuan Muslim (kajian sastra anak). *SULUK: Jurnal Bahasa, Sastra, dan Budaya*, 6(1), 1–22.
- Kusuma, D., Soalon, F., & Syahputra, J. (2024). Meningkatkan manajemen diabetes pada anggota Posyandu Lansia: Intervensi berbasis komunitas di pedesaan Jawa Timur. *Lebah*, 17(2), 43–51.
- Lestari, S., & Zein, K. F. A. (2024). Partisipasi politik perempuan dalam Pemilu Kada 2024 di Provinsi Lampung: *Women's political participation in the 2024 elections (regional head elections) in Lampung Province*. *Pelita: Jurnal Penelitian dan Karya Ilmiah*, 24(2), 47–59.
- Şahin, D., Demirtaş-Madran, H. A., & Kocak, S. (2024). The impact of media representation on female athlete identity and self-perception. *International Journal of Social Sciences and Humanities*, 8(2), 15–29. <https://journals.kmanpub.com/index.php/Intjssh/article/download/2862/4121/14545>
- Sihombing, E., & Naibaho, D. (2025). Wibawa guru pendidikan agama Kristen terhadap perkembangan mental peserta didik: Studi kasus UPT SMP 010 Parsingguran. *Indonesian Journal of Service*, 1(1), 47–60.
- Sutoyo, H. (2024). Perbedaan gender dalam partisipasi dan persepsi PJOK di siswa SMP Lab UM. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan*, 4(10), 12–12.
- Tanni, T., Sultana, S., & Islam, M. R. (2024). Exploring the gender disparity in sports participation: A qualitative analysis of women's limited engagement in sports in

Bangladesh. *International Journal of Social Science and Economic Research*, 9(1), 56–72. <https://ijsser.com/index.php/ijsser/article/download/Tannietal-2024-1/168/1283>

Wicker, P., & Cunningham, G. B. (2025). Attitudes toward gender equality in sport among Europeans. *Frontiers in Psychology*, 16, Article 1529003. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2025.1529003/full>