

CHALLENGE IMPLEMENTASI PELAYANAN GIZI PADA ATLET

Seri ke-5 Haornas 2020



Salah satu tema yang diangkat untuk memperingati Hari Olahraga Nasional 2020 adalah *sports science*. Dalam konteks ini tentunya ilmu gizi dan implementasinya di lapangan termasuk dalam ruang lingkupnya. Pada perkembangannya beberapa tahun ke belakang, ilmu gizi mulai banyak dilibatkan dalam upaya peningkatan prestasi atlet. Hal ini dapat terlihat dari mulai banyaknya klinik olahraga serta club olahraga baik milik pemerintah dan swasta yang membuka lowongan untuk ahli gizi.

Pekerjaan ahli gizi di bidang olahraga tentunya memiliki tantangan tersendiri. Institusi olahraga milik pemerintah maupun non pemerintah menyuguhkan tantangan yang berbeda.

Kontributor penulis:

Marina Hardiyanti, S.Gz

Ahli Gizi PPOP DKI Jakarta | Ahli Gizi Tim Sepakbola ASIFA Malang Tahun 2016 | Indonesia Mengajar 2016 - 2017

Editor: Kurnia Mar'atus Solichah, S.Gz

Klub-klub olahraga swasta memberikan keleluasaan lebih besar kepada ahli gizi dalam hal budgeting bahan makanan untuk menyusun meal plan atletnya, namun tantangan ditemui pada cara membangun kepercayaan atlet terhadap profesionalisme dan keilmuan ahli gizi.

Atlet klub umumnya lebih kritis dalam mencari tahu info kesehatan dan nutrisi secara pribadi sehingga hal ini menjadi tantangan ahli gizi untuk terus memperbarui ilmunya khususnya kemampuan best practice dalam memberikan panduan asupan di lapangan.



Di sisi lain, menjadi ahli gizi di institusi olahraga milik pemerintah memiliki tantangan khususnya dalam hal anggaran yang terbatas dalam pemenuhan kebutuhan gizi atlet. Umumnya institusi ini membina atlet dengan jumlah sangat banyak dengan cabor beragam. Namun anggaran pemerintah khususnya dalam pemenuhan asupan memiliki batasan tersendiri, sehingga ahli gizi perlu memiliki keterampilan dalam mengatur anggaran untuk memenuhi kebutuhan zat gizi atlet.

Selain itu, atlet kelompok usia sekolah umumnya kurang memahami kebutuhan nutrisinya dan mempunyai kebiasaan makan yang kurang tepat sehingga perlu diberi edukasi lebih banyak.