

# Penuh Suka Duka, Mahasiswa UPNVJ Berhasil Raih Medali Emas dan Perunggu dalam Cabang Shorinji Kempo PON XX Papua 2021

Kamis, 21 Oktober 2021 10:21 WIB



   **Kampus Merdeka**

 **PON XX**  
PEKAN OLAHRAGA NASIONAL  
**PAPUA**  
2021

*Atlet  
SKG Jakarta*

SELAMAT & SUKSES

# Renasti P

MAHASISWI FAKULTAS ILMU KESEHATAN 2018

*Atas perolehan*

**MEDALI EMAS & PERUNGGU**

CABANG OLAHRAGA SHORINJI KEMPO  
BERPASANGAN PUTRI & BEREKU PUTRI

 [upnveteranjakarta](#)  [Upn Veteran Jakarta](#)  [www.upnvj.ac.id](#)  [@upnjakarta](#)  [upnveteranjakarta](#)



**HumasUPNVJ** - Sama dengan empat mahasiswa lainnya yang berprestasi sebagai atlet di berbagai cabang olahraga pada Pekan Olahraga Nasional (PON) XX Papuan 2021, Renasti, Mahasiswi Fakultas Ilmu Kesehatan angkatan 2018 juga berhasil meraih dua medali sekaligus, emas dan perunggu dalam cabor Shorinji Kempo Berpasangan Putri dan Beregu Putri.

Humas Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta melakukan wawancara melalui daring dengan Renasti, dalam ceritanya dengan tim humas, Renasti banyak bercerita mengenai prosesnya dalam mempersiapkan diri mengikuti kompetisi bergengsi ini, "PON XX ini bagi saya sebagai ajang tolak ukur

sejauh mana setiap provinsi sudah mempersiapkan diri untuk PON, juga sebagai ajang silaturahmi antar atlet dari provinsi - provinsi lain karena mengingat ini merupakan pertandingan pertama yang dilakukan secara *offline* karena sebelumnya pertandingan dilakukan secara *online* sebagai dampak adanya pandemi Covid-19. Kebetulan saya main di nomor seni yaitu Embu Berpasangan Putri Kyukenshi dan Embu Beregu Putri. Dimana pada nomor seni sendiri mempertimbangkan teknik, kekompakan, semangat dan kerapian sebagai penilaian”, terang Renasti

“Persiapan untuk menghadapi PON XX Papua ini terbilang cukup lama dan panjang karena sebelum menghadapi PON XX Papua kami dihadapkan dengan Pra-PON sebagai ajang seleksi atau Babak Kualifikasi PON. Sebenarnya yang berat justru pada ajang Pra-PON tersebut karena disini kami para atlet berjuang sebanyak-banyaknya untuk meloloskan nomor yang ada ke PON XX Papua, di Pra-PON juga kami dihadapkan dengan semua provinsi setiap nomornya (sekitar 20 peserta lebih setiap nomornya), kami juga berusaha lebih keras dikarenakan kami belum mengetahui gerakan hingga strategi lawan dari setiap daerah. Beratnya PON kali ini adalah jumlah peserta yang lolos lebih sedikit dari PON sebelumnya yaitu kami harus bisa masuk empat besar untuk bisa melanjutkan perjuangan kami ke PON”, lanjut Renasti dalam keterangan tertulisnya

“Banyak sekali suka dan duka selama Tim Shorinji Kempo DKI Jakarta mempersiapkan pertandingan PON ini, seperti berbagi waktu antara kuliah/kerja dengan latihan, meninggalkan keluarga untuk mengikuti Pemusatan Latihan (TC) hingga adanya perbedaan - perbedaan pendapat selama berlatih. Namun juga banyak sekali cerita suka yang terbentuk selama kami mempersiapkan kegiatan ini, seperti terbentuknya kekompakan dan kebersamaan dalam tim. Semoga apa yang sudah tercapai pada PON kali ini membuat saya tidak cepat merasa puas dan terus belajar, berlatih dan berkembang untuk meningkatkan jam terbang hingga mampu ke tahap yang lebih tinggi lagi nantinya. Lalu pesan untuk teman-teman saya, manfaatkanlah waktu kalian untuk hal-hal yang bermanfaat seperti berorganisasi atau aktif dalam berbagai perlombaan untuk mengharumkan nama diri sendiri, keluarga, teman-teman, universitas, daerah hingga mampu mengharumkan nama Indonesia”, tutupnya.

Total keseluruhan peserta dalam cabor Shorinji Kempo berjumlah 140 peserta dari 20 provinsi di Indonesia dan diselenggarakan di GOR STT GIDI, Kabupaten Jayapura, Papua, 09 - 13 Oktober 2021.

---

Export tanggal : Rabu, 10 Desember 2025 Pukul 12:11:46 WIB.

Exported dari [ <https://www.upnvj.ac.id/id/berita/2021/10/penuh-suka-duka-mahasiswi-upnvj-berhasil-raih-medali-emas-dan-perunggu-dalam-cabor-shorinji-kempo-pon-xx-papua-2021.html> (<https://www.upnvj.ac.id/id/berita/2021/10/penuh-suka-duka-mahasiswi-upnvj-berhasil-raih-medali-emas-dan-perunggu-dalam-cabor-shorinji-kempo-pon-xx-papua-2021.html>) ]

---