

## Gambaran Pelari Pada Event Pocari Sweat Run Tahun 2022

Bagus Tri Budi Antoro<sup>1</sup>, Andika Bayu Putro<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Institut Teknologi Bandung, Jalan Ganesha No 10, Coblong, Bandung 40132, Indonesia

Korespondensi: [bagustribudiantoro9@gmail.com](mailto:bagustribudiantoro9@gmail.com)

(Dikirim: 11 Oktober 2023 | Direvisi: 24 November 2023 | Disetujui: 31 Januari 2024)

### ABSTRACT

**Background:** One of the sporting events that is currently popular is running. Running events are increasingly mushrooming in various cities in Indonesia, both on a local, national and even international scale. Pocari sweat run Indonesia 2022 is entering its ninth year, this time being held in Bandung City, the capital of West Java Province, on the week of July 24 2022.

**Methods:** This research uses a quantitative descriptive approach. The number of running participants was 4355 people, divided into 3 categories, full marathon, half marathon and 10 km run. All data are presented as mean  $\pm$  SD, minimum value and maximum value..

**Results:** The results of the study were that most half marathon and 10km runners were aged  $\leq 40$  years. More women take part in running competitions in the 10km category. Participants running the full marathon, with the fastest finishing time at 14.36 WIB, for half marathoners aged  $\leq 40$  years, with the fastest time at 13.10 WIB. At age  $>40$  years, the fastest time for the half marathon was 13.27 WIB, the 10 km category was based on age group, where age  $\leq 40$  years, the participant with the fastest finish time finished the race at 12.32 WIB. At the age of  $>40$  years, the participant with the fastest time was 12.40 WIB.

**Conclusions:** Running participants are dominated by men, most aged  $<40$  years. The 10km and half marathon categories are the categories with the highest number of enthusiasts compared to the full marathon. One of the findings in this research is the need for special attention to women's participation, especially in running events.

**Keywords:** runners, sporting events, finish time overview

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Salah satu event olahraga yang tengah banyak digemari ialah lari. Event lari semakin menjamur di berbagai kota yang ada di Indonesia, baik itu berskala lokal, nasional bahkan internasional. Pocari sweat run Indonesia 2022 memasuki tahun kesembilan yang kali ini digelar di Kota Bandung, Ibu Kota Provinsi Jawa Barat, pada minggu 24 Juli 2022..

**Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Jumlah peserta lari sebanyak 4355 orang peserta lari terbagi menjadi 3 kategori full marathon, half marathon dan Lari 10 Km. Semua data disajikan sebagai rata-rata  $\pm$  SD, nilai minimum dan nilai maksimum.

**Hasil:** Hasil penelitian pelari half marathon dan 10km paling banyak berusia  $\leq 40$  tahun. Perempuan lebih banyak mengikuti lomba lari pada kategori 10km. Peserta lari full marathon, dengan waktu selesainya yang paling cepat pukul 14.36 WIB, untuk half marathon usia  $\leq 40$  tahun, dengan waktu tercepat pukul 13.10 WIB. Pada usia  $>40$  tahun, waktu tercepat untuk half marathon pada pukul 13.27 WIB, kategori 10 km berdasarkan kelompok usia, dimana usia  $\leq 40$  tahun, peserta dengan waktu finish tercepat menyelesaikan lomba pukul 12.32 WIB. Pada usia  $>40$  tahun, peserta dengan waktu tercepat pukul 12.40 WIB.

**Kesimpulan:** Peserta lari didominasi oleh laki-laki dengan usia kebanyakan  $<40$  tahun. Kategori 10km dan half marathon menjadi kategori dengan jumlah peminat tertinggi dibandingkan dengan full marathon. Salah satu temuan dalam penelitian ini adalah perlunya perhatian khusus terhadap partisipasi perempuan terutama untuk event lari.

**Kata kunci:** pelari, event olahraga, gambaran waktu finish

## 1. Latar belakang

Kesadaran masyarakat mengenai pentingnya berolahraga telah mengalami perkembangan yang signifikan. Pandangan bahwa olahraga hanya relevan bagi para atlet profesional sedang bergeser, dan masyarakat semakin mengenali bahwa berpartisipasi secara fisik dan mengadopsi gaya hidup sehat merupakan investasi untuk masa depan (Aguiar, Meira, & Raquel, 2015), (Larassary, 2020). Menurut (Nazik et al., 2015), perlombaan lari dapat diartikan sebagai kesempatan untuk rekreasi dan pencapaian pribadi, gaya hidup sehat mencerminkan pencapaian pribadi, tanggung jawab terhadap kesehatan, dan dukungan antarpribadi dalam mengelola stres (Nazik et al., 2015). Meningkatnya minat masyarakat terhadap kesadaran akan gaya hidup sehat dan berolahraga telah menjadi potensi yang dapat dimanfaatkan dalam industri pariwisata olahraga. Fenomena ini telah dimanfaatkan oleh para pemasar acara olahraga untuk mempromosikan gaya hidup sehat melalui berbagai acara olahraga (M.Mandy, 2016). Dalam konteks ini, perkembangan penyelenggaraan perlombaan lari dan acara serupa telah berkontribusi pada pertumbuhan industri pariwisata olahraga. Seiring beberapa dekade terakhir, hubungan antara olahraga dan pariwisata telah menjadi fokus utama di kalangan akademisi, terutama dalam aspek pemasaran dan manajemen (Huggins, 2013).

Pariwisata olahraga merujuk pada perjalanan yang berbasis pada aktivitas olahraga di luar wilayah tempat tinggal, dengan tujuan berpartisipasi dalam rekreasi dan kompetisi olahraga, baik sebagai peserta maupun penonton (Hinch, T., & Ito, 2018). Konsep wisata olahraga juga mencakup berbagai aktivitas seperti menonton acara olahraga, berpartisipasi dalam permainan atau kompetisi, serta atraksi yang terkait dengan olahraga (Palrão & Filipe, 2017), (Hadi & Yulianto, 2021). Secara khusus, produk pariwisata olahraga merujuk pada kunjungan para wisatawan dengan tujuan tertentu, yang melibatkan setidaknya satu jenis aktivitas olahraga atau aktivitas fisik (Bouchet, Lebrun, & Auvergne, 2004). Acara olahraga itu sendiri mampu menarik perhatian massa besar, baik dari kalangan penonton maupun peserta yang aktif berpartisipasi (Funk, 2008). Salah satu event olahraga yang tengah banyak digemari ialah lari. Lari telah menjadi aktivitas yang populer dalam beberapa tahun terakhir, dan banyak orang di wilayah metropolitan membentuk komunitas penggemar lari (Hafizh, Asriwandari, & Hidir, 2022). Event lari semakin menjamur di berbagai kota yang ada di Indonesia, baik itu berskala lokal, nasional bahkan internasional. Di Indonesia sering kali diadakan acara olahraga seperti Jakarta Marathon, Bali Marathon, Toraja Marathon, dan Bromo Marathon (Mulya, 2022). Bahkan event lari tersebut sering digunakan sebagai media strategi pemasaran dan promosi seperti pada event maybank marathon yang berskala internasional (Permatasari, 2022). Beberapa di antaranya bahkan berhasil menarik lebih dari 40.000 peserta dalam satu acara tunggal (Trappe et al., 2013). Peningkatan yang signifikan dalam jumlah peserta ini, secara keseluruhan, dapat disusul oleh fenomena ledakan antusias pelari amatir atau para pelari sport enthusiast yang memiliki tujuan masing-masing dalam mengikuti event lari tersebut seperti mengejar Personal Best (PB).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa dalam perlombaan ketahanan, kemampuan berlari cenderung meningkat seiring bertambahnya usia, namun pola pertumbuhannya bersifat tidak linear (Trappe et al., 2013), (Tanaka & Seals, 2008). Penelitian-penelitian ini secara umum menggunakan informasi dari pelari maraton yang berusia di atas 25 tahun, yang dibagi menjadi kelompok-kelompok interval usia selama 5 tahun. Kemampuan bertahan dalam berlari dipertahankan dengan baik hingga sekitar usia 35 tahun, setelah itu terjadi penurunan moderat hingga mencapai usia 50-60 tahun, dan kemudian terjadi penurunan lagi (Jokl, Sethi, & Cooper, 2004). Pocari sweat run Indonesia 2022 memasuki tahun kesembilan yang kali ini digelar di Kota Bandung, Ibu Kota Provinsi Jawa Barat, pada minggu 24 Juli 2022. Pocari sweat run Indonesia 2022 ini membawa konsep hybrid menggabungkan konsep virtual event dengan offline event. Peserta yang mengikuti offline event sebanyak 4.336 orang. Rute lari untuk offline event memiliki titik start di Gedung Sate Bandung untuk berlanjut melewati jalanan Kota Bandung. Kategori lari maraton terdiri dari tiga kategori yaitu full marathon (42,195 km), half marathon (21,092 km) dan lari 10 km. Analisis data dilakukan untuk memperjelas bagaimana peta demografi para peserta lari yang berpartisipasi didalamnya. Data ini sangatlah penting untuk

pelaku yang bergerak dalam sektor bisnis dan manajemen olahraga. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peta demografi dan catatan waktu berdasarkan kategori hingga rentan usia pelari saat mengikuti sebuah event. Sehingga harapannya hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan klasifikasi dalam manajemen event hingga sebagai dasar penentuan segmentasi marketing dari dunia industri. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang gambaran pelari di Event Pocari Sweat Run Tahun 2022.

## 2. Metode

Penelitian ini menggunakan jenis pendekatan deskriptif kuantitatif. Sampel penelitian menggunakan total sampling dengan jumlah 4355 orang peserta lari. Data diperoleh dari sumber data peserta yang mengikuti Lomba Half Marathon dan Lari 10 Km pada Event Pocari Sweat Run Tahun 2022 yang berfokus pada variabel jenis kelamin, usia dan waktu finish melalui sebuah instrument atau alat yang umum digunakan dalam event lari yaitu Timing Chip yang berada pada nomor dada atau BIB peserta. Semua data disajikan dalam bentuk rata-rata  $\pm$  SD, nilai minimum dan nilai maksimum melalui SPSS untuk mempermudah analisis deskriptif selanjutnya.

## 3. Hasil

Berikut merupakan gambaran umum karakteristik peserta marathon berdasarkan usia dan jenis kelamin.

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Peserta Lari Berdasarkan Usia

Kategori	Usia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Half Marathon	≤40 tahun	1105	63.1
	>40 tahun	647	36.9
<b>Total</b>		<b>1752</b>	<b>100.0</b>
Lari 10 Km	≤40 tahun	1264	69.5
	>40 tahun	556	30.5
<b>Total</b>		<b>1820</b>	<b>100.0</b>

Hasil analisis data pada tabel 1 berdasarkan usia, peserta lari Half Marathon sebagian besar berusia ≤40 tahun sebanyak 1.105 orang (63.1%) dan usia >40 tahun sebanyak 647 orang (36.9%). Pada peserta lari 10 km sebagian besar berusia ≤40 tahun sebanyak 1.264 orang (69.5%) dan usia >40 tahun sebanyak 556 orang (30.5%).

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Peserta Lari Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategori	Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Full Marathon	Laki-Laki	662	84.5
	Perempuan	121	15.5
<b>Total</b>		<b>783</b>	<b>100.0</b>
Half Marathon	Laki-Laki	1.235	70.5
	Perempuan	517	29.5
<b>Total</b>		<b>1.752</b>	<b>100.0</b>
Lari 10 Km	Laki-Laki	1.264	69.5
	Perempuan	556	30.5
<b>Total</b>		<b>1.820</b>	<b>100.0</b>

Hasil analisis data pada tabel 2 berdasarkan jenis kelamin, pada peserta lari full marathon sebagian besar laki-laki sebanyak 662 orang (84.5%) dan perempuan sebanyak 121 orang (15.5%). Peserta lari kategori half

marathon sebagian besar laki-laki sebanyak 1.235 orang (70.5%) dan perempuan sebanyak 517 orang (29.5%). Peserta lari 10 km sebagian besar laki-laki sebanyak 1.264 orang (69.5%) dan perempuan sebanyak 556 orang (30.5%).

**Tabel 3.** Deskriptif Waktu Finish dan Waktu Total Kategori Full Marathon

Deskriptif	Full Marathon	
	Waktu Finish	Waktu Total
Rerata	4.56.04	9.59.02
St. Deviasi	0.42.57	0.43.25
Minimal	2.36.23	7.37.30
Maksimal	6.16.44	11.19.36

Hasil analisis yang disajikan pada tabel 3 berdasarkan waktu finish peserta lari full marathon dengan waktu finish tercepat dengan waktu 2 jam 36 menit 23 detik dan finish dengan waktu terlama yaitu 6 jam 16 menit 44 detik dan rata-rata waktu finish 4 jam 56 menit 4 detik dengan waktu mulai berlari pada pukul 05.00 WIB.

**Tabel 4.** Deskriptif Waktu Finish dan Waktu Total Kategori Half Marathon Berdasarkan Usia

Deskriptif	Laki-Laki ≤40 tahun		Wanita ≤40 tahun	
	Waktu Finish	Total Waktu	Waktu Finish	Total Waktu
Rata-Rata	2.29.32	8.04.14	2.34.28	8.09.21
St. Deviasi	0.26.06	0.27.02	0.25.29	0.26.26
Minimal	1.10.06	6.41.12	1.27.49	6.58.57
Maksimal	4.08.47	9.45.41	3.52.44	9.29.03
Median	2.29.42	8.04.27	2.34.49	8.09.26

Hasil analisis yang disajikan pada tabel 4 berdasarkan usia untuk laki-laki ≤40 tahun waktu finish kategori half marathon dengan waktu finish tercepat dengan waktu 1 jam 10 menit 6 detik dan waktu finish terlama 4 jam 8 menit 47 detik. Para peserta kategori half marathon laki-laki dengan usia ≤40 tahun memiliki rata-rata waktu finish 2 jam 29 menit 32 detik dengan waktu mulai berlari pada pukul 05.30 WIB. Sedangkan waktu tercepat berlari wanita dengan usia ≤40 tahun pada kategori half marathon dengan waktu 1 jam 27 menit 49 detik dan waktu terlama total berlari selama 3 jam 52 menit 44 detik. Para peserta wanita dengan usia ≤40 tahun memiliki rata-rata total waktu berlari selama 2 jam 34 menit 28 detik.

**Tabel 5.** Deskriptif Waktu Finish dan Waktu Total Kategori Lari 10 Km Berdasarkan Usia

Deskriptif	Laki-Laki ≤40 tahun		Wanita ≤40 tahun	
	Waktu Finish	Total Waktu	Waktu Finish	Total Waktu
Rata-Rata	1.21.32	7.26.21	1.23.15	7.27.50
St. Deviasi	0.15.39	0.17.43	0.15.08	0.16.34
Minimal	0.32.47	6.33.54	0.40.26	6.41.35
Maksimal	2.19.57	9.09.42	2.37.20	9.23.27
Median	1.21.44	7.26.47	1.23.36	7.28.44

Hasil analisis yang disajikan pada tabel 5. berdasarkan usia ≤40 tahun waktu finish kategori lari 10 km laki-laki dengan waktu finish tercepat pada 32 menit 47 detik dan waktu finish terlama 2 jam 19 menit 57 detik. Para peserta kategori lari 10 km usia ≤40 tahun memiliki rata-rata waktu finish pada 1 jam 21 menit 32 detik dengan

waktu mulai berlari pada pukul 06.00 WIB. Sedangkan waktu total berlari wanita usia  $\leq 40$  tahun pada kategori lari 10 km dengan waktu total tercepat 40 menit 26 detik dan waktu terlama 2 jam 37 menit 20 detik.

#### 4. Diskusi

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran peserta event Polari Sweat Run Tahun 2022. Hasil penelitian pada tabel 1 pada peserta lari half marathon paling banyak berusia  $\leq 40$  tahun sebanyak 1105 orang (63.1%) dan peserta lari 10 km paling banyak berusia  $\leq 40$  tahun sebanyak 1264 orang (69.5%). Dari hasil penelitian tersebut, diketahui bahwa usia  $\leq 40$  tahun lebih banyak mengikuti lomba lari 10km dibandingkan half marathon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peserta lari terbagi menjadi 3 kategori yakni full marathon, half marathon dan lari 10 km. Pada kategori full marathon, peserta lari terbanyak adalah laki-laki sebanyak 662 orang (84.5%). Pada kategori half marathon, peserta lari terbanyak adalah laki-laki sebanyak 1235 orang (70.5%). Pada kategori Lari 10 km, peserta lari terbanyak adalah laki-laki sebanyak 1264 orang (69.5%). Selanjutnya, dari hasil penelitian terlihat juga bahwa jenis kelamin perempuan lebih banyak mengikuti lomba lari pada kategori Lari 10 km. Menurut pendapat peneliti, perempuan lebih banyak mengikuti Lomba lari 10 km memiliki jarak yang lebih pendek dibandingkan dengan half marathon (21.092 km) atau full marathon (42.195 km) karena merasa lebih nyaman dengan jarak yang lebih pendek karena memerlukan persiapan fisik dan mental yang lebih sedikit.

Selain itu, Half marathon dan full marathon memerlukan waktu pelatihan yang lebih intensif dan persiapan yang lebih lama. Menurut Theodoros et.al (2023) performa dalam Half Marathon berhubungan dengan skor yang lebih tinggi dalam kapasitas aerobik (pengambilan oksigen maksimal, ambang batas anaerobik, dan ekonomi lari) dan karakteristik latihan (pengalaman olahraga, jarak mingguan, kecepatan latihan, frekuensi sesi, dan jarak tempuh ketahanan tunggal), dan skor yang lebih rendah pada skor yang berhubungan dengan adipositas (mis. massa tubuh, indeks massa tubuh, persentase lemak tubuh, dan ketebalan lipatan kulit). Frekuensi latihan ditambah dengan kecepatan latihan absolut adalah penentu perkembangan kecepatan lomba dan bahwa untuk kelompok pelari marathon yang sama, penekanan dalam latihan haruslah untuk memaksimalkan kecepatan lari dalam waktu yang tersedia, sambil mencapai ambang batas intensitas dan durasi latihan minimum (Gordon et al., 2017). Tuntutan ini mungkin membuat beberapa perempuan lebih cenderung memilih lomba 10 km yang memiliki persyaratan pelatihan yang lebih ringan. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, baik laki-laki maupun Perempuan banyak yang menyelesaikan lomba atau finish di tempat. Penelitian sebelumnya menemukan bahwa pelari rekreasi berpengalaman lebih cepat dalam menyelesaikan *race* jika dibandingkan dengan pelari pemula (Nikolaidis, Clemente-Suárez, Chlábková, & Knechtle, 2021).

Selama beberapa tahun terakhir ini, terjadi peningkatan dalam jumlah peserta laki-laki dan perempuan yang menyelesaikan perlombaan cukup banyak. Selama waktu tersebut, penyelenggaraan perlombaan telah mengimplementasikan pembatasan terhadap jumlah pendaftaran yang diterima, dan pembatasan ini telah ditingkatkan seiring berjalannya waktu. Namun, jika perubahan dilakukan pada ukuran Marathon yang akan mempengaruhi jumlah peserta yang diizinkan menyelesaikan perlombaan, tampaknya hal ini tidak akan memengaruhi perbandingan relatif antara peserta pria dan wanita serta perbedaan usia. Partisipasi relatif peserta perempuan dalam NYC Marathon mengalami peningkatan selama 30 tahun terakhir (dari sekitar 17% dari total peserta dalam periode 1980–1989 menjadi sekitar 33% dalam periode 2000–2009), meskipun tetap lebih rendah dibandingkan partisipasi peserta laki-laki. Rata-rata menyelesaikan event lari mampu berkembang dengan seiringnya waktu, hal tersebut dapat dipengaruhi oleh proses Latihan dari setiap individu yang terlibat, namun pada umumnya para sport enthusiast memiliki Latihan yang terprogram dalam mengikuti suatu event lari sedangkan para pelari pemula tidak memiliki program Latihan yang terstruktur, hal ini akan berpengaruh pada waktu total pelari dalam menyelesaikan event lari pada setiap kategorinya, oleh sebab itu para pelari yang ingin mengikuti event lari dianjurkan dan disarankan untuk melakukan Latihan terlebih dahulu dalam mengikuti event lari. Menurut Smyth (2021) berdasarkan jenis kelamin, usia, dan kemampuan pelari, memiliki potensi untuk

membantu pelari dan pelatih untuk lebih memahami dan mengkalibrasi pertukaran risiko/hasil yang ada saat mereka merencanakan event di masa depan.

## 5. Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan dari penelitian ini adalah pelari yang berpartisipasi pada event Pocari Sweat Run Tahun 2022 diikuti oleh laki-laki sebanyak 74.8% dan dengan dominasi usia <40 tahun. Kemudian kategori 10km dan half marathon menjadi pilihan terbanyak dari total keseluruhan peserta lomba. Sedangkan untuk kategori full marathon menjadi kategori yang memiliki jumlah pelari paling sedikit dibandingkan dua kategori sebelumnya. Hasil ini menggambarkan dimana tingkat partisipasi olahraga khususnya untuk event lari masih sangat kurang untuk pelari perempuan.

Saran untuk penelitian selanjutnya agar dapat menyajikan variabel data lain misalkan bagaimana faktor usia dan kategori yang diikutinya terhadap beban internal seperti detak jantung dan RPE yang dirasakan.

## Ucapan Terima kasih

Seluruh Kepanitiaan dan Peserta Pocari Sweat Run 2022

## 6. Daftar Pustaka

- Aguiar, N., Meira, D., & Raquel, S. (2015). Influence of Perceived Sport Competence and Body Attractiveness on Physical Activity and other Healthy Lifestyle Habits in Adolescents. *REVESCO Revista de Estudios Cooperativos*, 121(1), 7–32. <https://doi.org/10.5209/rev>
- Bouchet, P., Lebrun, A., & Auvergne, S. (2004). Sport tourism consumer experiences: A comprehensive model. *Journal of Sport and Tourism*, 9(2), 127–140. <https://doi.org/10.1080/14775080410001732578>
- Funk, D. C. (2008). *Consumer Behaviour in Sport and Events: Marketing Action (First edit)*.
- Gordon, D., Wightman, S., Johnstone, J., Espejo-sanchez, C., Beckford, C., Boal, M., ... Merzbach, V. (2017). Physiological and training characteristics of recreational marathon runners. *Open Access Journal of Sports Medicine*, 231–241.
- Hadi, W., & Yulianto, A. (2021). Menggali Potensi Wisata Alam Untuk Kegiatan Sport Tourism Di Kabupaten. *Khasanah Ilmu: Jurnal Pariwisata Dan Budaya*, 12(September), 142–150. <https://doi.org/10.31294/khi.v12i2.11053>
- Hafizh, A., Asriwandari, H., & Hidir, A. (2022). Perilaku Konsumtif Sebagai Sebuah Gaya Hidup : Studi Komunitas Lari LibuRUN di Kota Pekanbaru. *Ganaya: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 5, 312–325.
- Hinch, T., & Ito, E. (2018). Sustainable Sport Tourism in Japan. *Tourism Planning and Development*.
- Huggins, M. (2013). Sport , tourism and history : current historiography and future prospects. *Journal of Tourism History*.
- Jokl, P., Sethi, P. M., & Cooper, A. J. (2004). Master's performance in the New York City Marathon 1983-1999. *British Journal of Sports Medicine*, 38(4), 408–412. <https://doi.org/10.1136/bjism.2002.003566>
- Larassary, A. (2020). Perspektif Pengalaman Konsumen Terhadap Kesuksesan Event Lari Borobudur Marathon 2019. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 5(2), 163–174.
- M.Mandy. (2016). Producers, Consumers, Andpartial Equilibrium.

- Mulya, R. A. S. (2022). Pengaruh Kualitas Pelayanan Penyelenggaraan Sport Event Terhadap Kepuasan Peserta Jakarta Marathon 2020. *Journal of Event, Travel Aand Tour Management*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.34013/jett.v2i11787.xx>
- Nazik, H., Nazik, E., Özdemir, F., Gül, Ş., Tezel, A., & Narin, R. (2015). Effect of parity on healthy promotion lifestyle behavior in women. *Contemporary Nurse*, 50(2–3), 267–273. <https://doi.org/10.1080/10376178.2015.1081072>
- Nikolaidis, P. T., Clemente-Suárez, V. J., Chlíbková, D., & Knechtle, B. (2021). Training, Anthropometric, and Physiological Characteristics in Men Recreational Marathon Runners: The Role of Sport Experience. *Frontiers in Physiology*, 12(April), 1–6. <https://doi.org/10.3389/fphys.2021.666201>
- Palrão, T., & Filipe, J. (2017). Sport events tourism: an approach to the Portuguese case. *International Journal of Latest Trends in Finance and Economics Sciences*, (2), 1320–1335.
- Permatasari, D. N. C. (2022). Strategi Peningkatan Brand Awareness dan Aktifitas Promosi Dalam Sport Event Studi Kasus Event Maybank Bali Marathon. *Jurnal Kepariwisata*, 21(1), 1–21. <https://doi.org/10.52352/jpar.v21i1.697>
- Smyth, B. (2021). How recreational marathon runners hit the wall : A large-scale data analysis of late-race pacing collapse in the marathon. *Plos One*, 2, 1–25. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0251513>
- Tanaka, H., & Seals, D. R. (2008). Endurance exercise performance in Masters athletes: Age-associated changes and underlying physiological mechanisms. *Journal of Physiology*, 586(1), 55–63. <https://doi.org/10.1113/jphysiol.2007.141879>
- Theodoros, P., & Beat, N. (2023). Participation and performance characteristics in half - marathon run : a brief narrative review. *Journal of Muscle Research and Cell Motility*, 44(2), 115–122. <https://doi.org/10.1007/s10974-022-09633-1>
- Trappe, S., Hayes, E., Galpin, A., Kaminsky, L., Jemiolo, B., Fink, W., ... Tesch, P. (2013). New records in aerobic power among octogenarian lifelong endurance athletes. *Journal of Applied Physiology*, 114(1), 3–10. <https://doi.org/10.1152/jappphysiol.01107.2012>