# ABSTRAK

**ARISTIA PRIMA. ANALISIS OLAHRAGA SQUASH SEBAGAI SARANA REKREASI BAGI PENGUNJUNG LAPANGAN SQUASH GELORA BUNG KARNO SENAYAN.** Skripsi: Jakarta, Olahraga Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta, Januari 2016.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana olahraga squash dapat menjadi sarana rekreasi bagi pengunjung lapangan squash Gelora Bung Karno Senayan. Penelitian ini dilakukan selama bulan November-Desember 2015 di lapangan squash Gelora Bung Karno Senayan. Metode yang digunakan adalah metode survey non test. Pengunjung lapangan Squash Gelora Bung Karno Senayan yang datang untuk bermain squash lalu diminta untuk mengisi kuesioner, dengan sampel sebanyak 30 orang pengunjung.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa olahraga squash dapat menjadi sarana rekreasi. Hal ini dapat dilihat dari dimensi waktu yang bertujuan untuk melihat rutinitas kegiatan yaitu paling banyak berkategori sedang 80% (24 orang), dimensi jenis kegiatan yang bertujuan untuk mengembangkan potensi diri paling banyak berkategori tinggi yaitu 60% (18 orang) dan pada dimensi fungsi yang bertujuan untuk melihat manfaat squash dalam kehidupan paling banyak berkategori sedang yaitu 57% (17 orang). Selain itu dapat dilihat pula dari data keseluruhuan dimensi yaitu dengan kategori rendah yang menjadikan squash sebagai sarana rekreasi sebesar 0%, kategori sedang yang menjadikan squash sebagai sarana rekreasi sebesar 67% (20 orang),

dan kategori tinggi yang menjadikan squash sebagai sarana rekreasi sebesar 33% (10 orang).

Berdasarkan analisis data tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa olahraga squash dapat menjadi sarana rekreasi bagi para pengunjung lapangan squash Gelora Bung Karno Senayan sebagai rekreasi yang menyenangkan serta menyehatkan.