

**KEPUASAN ATLET SSB PUTRA TANGERANG TERHADAP  
PENGUNAAN *RECOVERY HYDROTHERAPY***



**DEAN HABIBASYA  
6315164405**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Pendidikan**

**PRODI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA  
FAKULTAS ILMU OLAAHRAGA  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
OKTOBER 2021**

# KEPUASAN ATLET SSB PUTRA TANGERANG TERHADAP PENGUNAAN *RECOVERY HYDROTHERAPY*

## ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa tinggi Kepuasan penggunaan *hydrotherapy*. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Populasi penelitian ini adalah Atlet SSB Putra Tangerang di Tangerang selatan sebanyak 154 orang. Ukuran sampel penelitian ini sebanyak 35 orang ditentukan dengan *Purposive sampling*. Data dikumpulkan dengan angket. Analisis data dilakukan dengan analisis statistik deskriptif dengan persentase. Berdasarkan hasil penelitian diketahui Tingkat Kepuasan terhadap *Hydrotherapy* Sekolah sepak bola Putra Tangerang yang berjumlah pada kategori Sangat Tinggi sebanyak 1 Responden (2.9%), 10 Responden (29%) berada pada kategori Tinggi dan responden yang berada pada kategori Sedang berjumlah 24 (69%), Hasil tersebut diartikan memiliki Tingkat Kepuasan terhadap metode *Hydrotherapy* Sekolah sepak bola Putra Tangerang Sebagian Besar berkategori tinggi.

**Kata kunci :** *Recovery, Hydrotherapy, Sepakbola*

# **PUTRA TANGERANG SSB ATHLETES SATISFACTION WITH THE USE OF RECOVERY HYDROTHERAPY**

## **ABSTRACT**

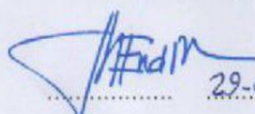

*The purpose of this study was to determine how high the satisfaction of using hydrotherapy is. This research is a quantitative descriptive study with a survey method. The population of this research is the Athletes of SSB Putra Tangerang in South Tangerang as many as 154 people. The sample size of this study was 35 people determined by purposive sampling. Data were collected by questionnaire. Data analysis was carried out by descriptive statistical analysis with percentages. Based on the results of the study, it is known that the level of satisfaction with Hydrotherapy of Putra Tangerang soccer school which is in the Very High category is 1 respondent (2.9%), 10 respondents (29%) are in the High category and respondents who are in the Medium category are 24 (69%) This result is interpreted as having a high level of satisfaction with the Hydrotherapy method for Putra Tangerang Soccer Schools.*


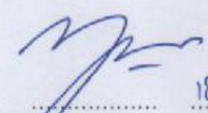
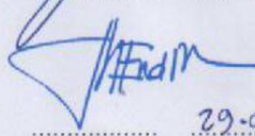


*Keywords: Recovery, Hydrotherapy, Soccer*





LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I <u>Muchtar Hendra Hasibuan, M.Pd</u> NIP. 19720504 200501 1 002		29-08-22
Pembimbing II <u>Dr. Bayu Nugraha, M.Pd</u> NIP.19811218 201012 1 002		12-08-22

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Dr. Iman Sulaiman, M.Pd</u> NIP.19630627 198803 1 001	Ketua		12-08-22
2. <u>Okki Yonda, S.Or. M.Pd</u> NIDN. 0025109201	Sekretaris		18-08-22
3. <u>Muchtar Hendra Hasibuan, M.Pd</u> NIP. 19720504 200501 1 002	Anggota		29-08-22
4. <u>Dr. Bayu Nugraha, M.Pd</u> NIP. 19811218 201012 1 002	Anggota		12-08-22
5. <u>Ari Subarkah, S.Pd, M.Pd</u> NIP. 19740402 200501 1 003	Anggota		26-08-22

Tanggal Lulus : 27 Juli 2022

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun diperguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dari dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah di tulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 14 juli 2022



Dean Habibasya



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Dean Habibasya  
NIM : 6315164405  
Fakultas/Prodi : Pendidikan Keperawatan Olahraga  
Alamat email : deanhabibasya98@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi     Tesis     Disertasi     Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Kepuasan Atlet SSB Putra Tangerang Terhadap Penggunaan Recovery Hydrotherapy

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 27 Agustus 2022

Penulis

Dean Habibasya



## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Tuhan yang Maha Esa dan Maha Penyayang. Berkat limpahan karunia berkatNya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “KEPUASAN ATLET SSB PUTRA TANGERANG TERHADAP PENGGUNAAN *RECOVERY HYDROTHERAPY*” dengan lancar.

Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari peran serta dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan yang baik ini, penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada Muctar Hendra hasibuan, S.Pd., M.Pd., Dosen Pembimbing Materi yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini. Dr. Bayu Nugraha, S.Pd., M.Pd., Dosen Pembimbing Metodologi Skripsi yang telah memberikan kritik dan saran dalam perbaikan terkait metodologi skripsi sehingga menjadi lebih baik. Ari Subarkah, S.Pd., M.Pd., Penasihat Akademik yang telah sabar dan penuh dedikasi membimbing selama proses pembuatan skripsi ini. Hendro Wardoyo, S.Pd., M.Pd., Koordinator Pogram Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga yang telah memberikan kemudahan dalam hal apapun terkait skripsi dan akademik. Dr. Iman Sulaiman, M.Pd., selaku dosen validator yang sudah berkenan untuk membantu memvalidasikan instrumen penelitian ini. Seluruh dosen Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga yang telah memberikan ilmunya, sehingga penulis mampu menyelesaikan kuliah dengan sebaik-baiknya. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini belum sempurna. Oleh karena itu, penulis berbesar hati apabila ada yang memberikan kritik dan saran, guna

menyempurnakan skripsi di masa mendatang. Semoga skripsi dapat bermanfaat bagi semua pembaca.

Jakarta, 14 juli 2022

DEAN HABIBASYA





## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI</b>	
<b>LEMBAR ORISINALITAS</b>	
<b>RINGKASAN.....</b>	i
<b>ABSTRACT.....</b>	ii
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	iii
<b>DAFTAR ISI .....</b>	iv
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	vi
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	1
A...Latar Belakang .....	1
B...Identifikasi Masalah .....	4
C...Pembatasan Masalah .....	4
D...Perumusan Masalah .....	5
E... Kegunaan Penelitian .....	5
<b>BAB II KAJIAN TEORITIK.....</b>	6
A...Kerangka Teoritis .....	6
1... Hakikat Kepuasan.....	6
2... Hakikat Latihan.....	10
3... Hakikat <i>Recovery</i> .....	15
B...Kerangka Berpikir.....	36

<b>BAB III</b>	<b>METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>37</b>
	A...Tujuan Penelitian .....	37
	B...Tempat dan Waktu Penelitian .....	37
	C...Metode Penelitian .....	38
	D...Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel .....	38
	E... Teknik Pengumpulan Data .....	39
	F... Instrumen Penelitian .....	39
	G...Pengujian Validitas dan Reliabilitas.....	41
	H...Teknik Analisa Data .....	45
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>48</b>
	A...Deskriptif Data .....	48
	B...Pembahasan .....	52
<b>BAB V</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>60</b>
	A...Kesimpulan .....	60
	B...Saran .....	60
	<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>62</b>
	<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>64</b>
	<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>64</b>

## DAFTAR TABEL

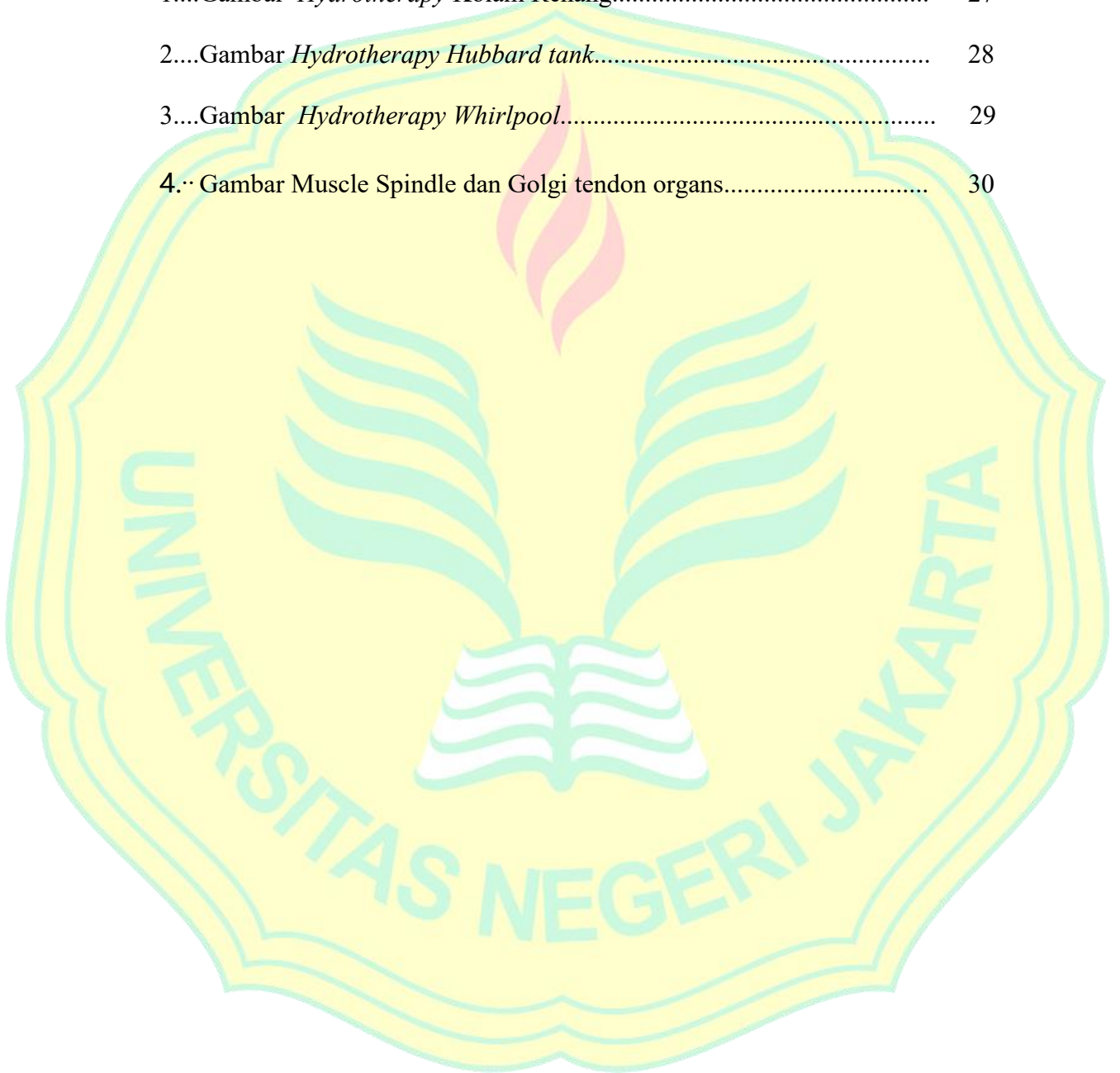
	Halaman
1....Tabel Kisi-kisi uji coba instrumen.....	40
2....Tabel Kriteria validitas .....	41
3....Tabel Uji Validitas Konstruk .....	43
4....Tabel Norma penilaian .....	48
5....Tabel Deskripsi hasil Penelitian .....	49





## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1....Gambar <i>Hydrotherapy</i> Kolam Renang.....	27
2....Gambar <i>Hydrotherapy Hubbard tank</i> .....	28
3....Gambar <i>Hydrotherapy Whirlpool</i> .....	29
4.. Gambar Muscle Spindle dan Golgi tendon organs.....	30



## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran Hasil Uji Validitas.....	64
Lampiran Hasil Penelitian.....	66
Lampiran Surat Validasi .....	68
Lampiran Surat Penelitian.....	69
Lampiran Surat Balasan Penelitian.....	70
Lampiran Instrumen Penelitian.....	71
Lampiran Dokumentasi .....	78

