

**HUBUNGAN ANTARA *MINUTES PLAYED* DAN
PERFORMA DENGAN CEDERA ATLET TIM NBA
BABAK *PLAYOFFS* 2025**



Intelligentia - Dignitas

SAKHRUL SETIAWAN

1603622036

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk memperoleh
Gelar Sarjana Olahraga**

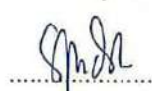
**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

JULI, 2026

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I		
Eko Juli Fitrianto, S.Or, M.Kes NIP. 198107312006041001		15/07 2026

Pembimbing II		
Ela Yuliana, M.Or. NIP. 199705162022032014		20/07 2026

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Ramdan Pelana, M.Or NIP. 197908112005011001	Ketua		15/07 2026
Dr. dr. Ruliando Hasea Purba MARS, SPRM NIP. 197307052009121002	Sekretaris		20/7 2026
Eko Juli Fitrianto, S.Or, M.Kes NIP. 198107312006041001	Anggota		15/07 2026
Ela Yuliana, M.Or. NIP. 199705162022032014	Anggota		20/07 2026
Sri Indah Ihsani, S.T., M.Or. NIP. 199202162022032005	Anggota		14/7 2026

Tanggal Lulus: 10 Juli 2026

PERNYATAAN ORISINALITAS

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 di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis 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, 1 Juli 2026

Yang membuat pernyataan,



Sakhrul Setiawan

No. Reg. 1603622036

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN
Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: 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 : Sakhrul Setiawan
NIM : 1603622036
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan
Alamat email : sakhrulsetiawan29@gmail.com

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

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

yang berjudul :

HUBUNGAN ANTARA MINUTES PLAYED DAN PERFORMA DENGAN CEDERA ATLET TIM NBA

BABAK PLAYOFFS 2025

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan 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, 14 Juli 2026

Penulis

Sakhrul Setiawan

HUBUNGAN ANTARA *MINUTES PLAYED* DAN PERFORMA DENGAN CEDERA ATLET TIM NBA BABAK *PLAYOFFS* 2025

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara durasi bermain (*minutes played*) dan performa (*player impact estimate*) dengan cedera atlet tim NBA babak *playoffs* 2025. NBA *playoffs* memiliki intensitas pertandingan lebih tinggi dibandingkan musim reguler, tingginya *minutes played* dan tuntutan performa pemain yang diukur melalui *player impact estimate* (PIE) diduga berkontribusi terhadap risiko cedera atlet. Penelitian ini didasarkan pada konsep *workload* dan teori hubungan beban kerja dengan cedera melalui pendekatan *Acute:Chronic Workload Ratio* (ACWR). Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode asosiatif. Data yang digunakan merupakan data sekunder yang diperoleh melalui dokumentasi dan observasi tidak langsung dari statistik resmi NBA dan laporan cedera pemain selama NBA *Playoffs* 2025. Sampel penelitian terdiri atas 219 pemain NBA yang memenuhi kriteria penelitian. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas, uji korelasi, dan regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *minutes played* memiliki hubungan positif dan signifikan dengan cedera atlet ($\rho = 0,159$; Sig. = 0,019), sedangkan PIE tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan cedera atlet ($\rho = 0,060$; Sig. = 0,377). Secara simultan, *minutes played* dan PIE berhubungan signifikan dengan cedera atlet ($F = 3,824$; Sig. = 0,023), meskipun kontribusi model relatif sangat rendah ($R^2 = 0,034$). Temuan ini menunjukkan bahwa durasi bermain merupakan faktor yang lebih berpengaruh terhadap risiko cedera dibandingkan performa pemain yang diukur melalui PIE.

Kata kunci: Cedera Atlet, *Minutes Played*, NBA *Playoffs*, *Player Impact Estimate*, *Workload*.

THE RELATIONSHIP BETWEEN MINUTES PLAYED AND PERFORMANCE WITH ATHLETE INJURY IN THE 2025 NBA PLAYOFFS

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between playing time (minutes played) and performance (player impact estimate) with injuries to athletes in the 2025 NBA playoffs. The NBA playoffs have a higher match intensity than the regular season, high minutes played and player performance demands as measured by the player impact estimate (PIE) are thought to contribute to the risk of athlete injury. This study is based on the concept of workload and the theory of the relationship between workload and injury through the Acute:Chronic Workload Ratio (ACWR) approach. The study uses a quantitative approach with an associative method. The data used are secondary data obtained through documentation and indirect observation from official NBA statistics and player injury reports during the 2025 NBA Playoffs. The study sample consisted of 219 NBA players who met the research criteria. Data analysis was carried out using descriptive statistics, normality tests, correlation tests, and multiple linear regression. The results showed that minutes played had a positive and significant relationship with athlete injuries ($\rho = 0.159$; Sig. = 0.019), while PIE did not have a significant relationship with athlete injuries ($\rho = 0.060$; Sig. = 0.377). Simultaneously, minutes played and PIE were significantly related to athlete injuries ($F = 3.824$; Sig. = 0.023), although the model contribution was relatively very low ($R^2 = 0.034$). These findings indicate that playing duration is a more influential factor on injury risk than player performance as measured by PIE.

Keywords: Athlete Injury, Minutes Played, NBA Playoffs, Player Impact Estimate, Workload

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT karena atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara *Minutes Played* dan Performa dengan Cedera Atlet Tim NBA Babak Playoffs 2025” ini dengan baik.

Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan program sarjana di Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, penyusunan skripsi ini tidak akan berjalan lancar. Oleh karena itu, dengan segala hormat penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. **Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd.**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta, beserta seluruh jajarannya yang telah memberikan dukungan akademik dan fasilitas selama proses studi.
2. **Dr. Heni Widyaningsih, S.E., M.SE.**, selaku Koordinator Program Studi Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta dukungan akademik selama penulis menempuh pendidikan.
3. **Sri Indah Ihsani, S.T., M.Or.**, selaku Pembimbing Akademik yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi akademik selama penulis menempuh pendidikan di Program Studi Ilmu Keolahragaan.

4. **Eko Juli Fitrianto, S.Or, M.Kes**, selaku Dosen Pembimbing I yang telah bersedia untuk meluangkan waktu dan pikiran untuk membimbing serta memberi masukan dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
5. **Ela Yuliana, M.Or.**, selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan masukan, saran konstruktif, dan dorongan dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi penyempurnaan karya ini di masa mendatang.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang keolahragaan.

Jakarta, 1 Juli 2026

Sakhrul Setiawan

DAFTAR ISI

	Halaman
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Pembatasan Masalah.....	8
D. Perumusan Masalah.....	9
E. Kegunaan Hasil Penelitian.....	9
1. Kegunaan Teoretis.....	9
2. Kegunaan Praktis.....	10
 BAB II KAJIAN TEORETIK.....	 11
A. Deskripsi Konseptual.....	11
1. Bola Basket	11
2. Teori <i>Workload</i> Dalam Olahraga	21
3. <i>Minutes Played</i>	27
4. Performa Olahraga	32
5. Cedera Atlet.....	41
B. Kerangka Berpikir	50
C. Hipotesis Penelitian	54
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	 55
A. Tujuan Penelitian	55
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	55
1. Tempat Penelitian.....	55
2. Waktu Penelitian	56
C. Metode Penelitian	56
D. Populasi dan Sampel.....	57
1. Populasi	57
2. Sampel	57
E. Instrumen Penelitian	59
F. Teknik Pengumpulan Data	61
G. Teknik Analisis Data	62

H. Hipotesis Statistika	66
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	68
A. Deskripsi Data	68
B. Pengujian Hipotesis	84
C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	90
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	97
A. Kesimpulan.....	97
B. Saran	97
1. Saran Teoretis.....	97
2. Saran Praktis.....	98
DAFTAR PUSTAKA.....	100
RIWAYAT HIDUP	130



DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Tabel Interpretasi Perhitungan Korelasi	64
2. Tabel Karakteristik Sampel Berdasarkan Subjek	68
3. Tabel Posisi Pemain	70
4. Tabel Cedera Berdasarkan Kerusakan Jaringan.....	72
5. Tabel Cedera Berdasarkan Lokasi	74
6. Tabel Statistik Deskriptif	77
7. Tabel Distribusi Total <i>Minutes Played</i> Atlet	79
8. Tabel Distribusi <i>Player Impact Estimate</i>	81
9. Tabel Distribusi Cedera Atlet	83
10. Tabel Uji Normalitas.....	84
11. Tabel Uji Korelasi Nonparametrik <i>Spearman</i> Total Menit Bermain.....	86
12. Tabel Uji Korelasi Nonparametrik <i>Spearman</i> PIE	87
13. Tabel Model <i>Summary</i> Regresi Berganda	87
14. Tabel Anova Regresi Berganda	88
15. Tabel Koefisien Regresi Berganda	89



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Gambar <i>Bracket Playoffs</i> NBA 2025	20
2. Gambar Kerangka Berpikir	54
3. Gambar Diagram Lingkaran Posisi Pemain	70
4. Gambar Diagram Lingkaran Cedera Berdasarkan Kerusakan Jaringan.....	72
5. Gambar Diagram Lingkaran Cedera Berdasarkan Lokasi	75
6. Gambar Diagram Lingkaran Distribusi <i>Total Minutes Played</i> Atlet	79
7. Gambar Diagram Lingkaran Distribusi <i>Player Impact Estimate</i>	81
8. Gambar Diagram Lingkaran Distribusi Cedera Atlet.....	83



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Lampiran Data Mentah.....	107
2. Lampiran Deskriptif Statistik Subjek.....	123
3. Lampiran Deskriptif Statistik Variabel	125
4. Lampiran Distribusi Total Menit Bermain.....	125
5. Lampiran Distribusi <i>Player Impact Estimate</i>	125
6. Lampiran Uji Normalitas.....	125
7. Lampiran Uji Korelasi.....	125
8. Lampiran Uji <i>Minutes Played</i> dan PIE dengan Cedera Atlet.....	125

