

**DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP GEJALA DEPRESI DAN KECEMASAN  
ATLET TAEKWONDO PASCA CEDERA**

**SKRIPSI**

*diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana  
Olahraga Program Studi Ilmu Keolahragaan*



Oleh

Shafa Putri Salsabila Prasetya

NIM 2005094

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

2024

**HAK CIPTA**

**DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP GEJALA DEPRESI DAN KECEMASAN  
ATLET TAEKWONDO PASCA CEDERA**

**Oleh**

**SHafa PUTRI SALSABILA PRASETYA**

Skripsi yang diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Olahraga (S1) pada Proram Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Shafa Putri Salsabila Prasetya

Universitas Pendidikan Indonesia 2024

Hak Cipta dilindungi oleh undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak atau sebagian, dengan dicetak ulang, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis.

# LEMBAR PENGESAHAN

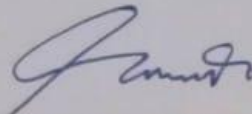
## LEMBAR PENGESAHAN

### DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP GEJALA DEPRESI DAN KECEMASAN ATLET TAEKWONDO PASCA CEDERA

Shafa Putri Salsabila Prasetya  
2005094

Disetujui dan Disahkan Oleh :

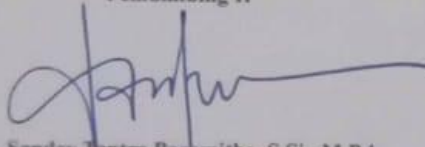
Pembimbing I



Dr. Ahmad Hamidi, S.Pd., M.Pd.

NIP. 198003272005011005

Pembimbing II

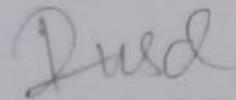


Dr. Sandev Tantra Paramitha, S.Si., M.Pd.

NIP. 198204182009121004

Mengetahui

Ketua Program Studi Ilmu Keolahragaan UPI



Prof. Agus Rusdiana, S.Pd., M.A., Ph.D

NIP: 197608122001121001

## PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Shafa Putri Salsabila Prasetya

NIM : 2005094

Program Studi : Ilmu Keolahragaan

Fakultas : Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “**Dukungan Sosial Terhadap Gejala Depresi dan Kecemasan Atlet Taekwondo Pasca Cedera**” ini beserta seluruh isinya adalah karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan yang melanggar etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap apabila dikemudian hari adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap saya.

**Bandung, Januari 2024**

Yang membuat pernyataan,

**Shafa Putri Salsabila Prasetya**

## KATA PENGANTAR

*Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh*

Segala uji bagi Allah Subhanahu wa Ta'ala atas kehendak-Nya penulis dapat menyelesaikan penelitian dan skripsi dengan judul “Dukungan Sosial Terhadap Gejala Depresi dan Kecemasan Atlet Taekwondo Pasca Cedera”. Skripsi ini bertujuan untuk memperoleh gelar Sarjana Olahraga pada program studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas pendidikan Indonesia.

Secara khusus saya selaku penulis menyampaikan banyak terimakasih kepada bapak Ahmad Hamidi selaku dosen pembimbing I dan bapak Sandey Tantra Paramitha selaku dosen pembimbing II, yang selama proses penyusunan skripsi ini banyak sekali memberikan arahan, masukan dan diskusi sehingga sangat membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penelitian ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu kritik dan saran dari pembaca sangat dibutuhkan bagi penulis agar dapat menyempurnakan penelitian ini. Semoga hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi banyak pihak dan dapat digunakan dimasa yang akan datang khususnya mengenai aspek dukungan sosial bagi atlet yang mengalami gejala depresi dan kecemasan baik yang pernah mengalami cedera maupun tidak.

*Wassalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh*

Bandung, Januari 2024

Penulis

**Shafa Putri Salsabila Prasetya**

## ABSTRAK

### DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP GEJALA DEPRESI DAN KECEMASAN ATLET TAEKWONDO PASCA CEDERA

Shafa Putri Salsabila Prasetya  
Pembimbing I : Dr. Ahmad Hamidi S.Pd., M.Pd.  
Pembimbing II : Dr. Sandey Tantra Paramitha, S.Si., M.Pd.

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap gejala depresi dan kecemasan atlet taekwondo yang pernah mengalami cedera. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional.. Terdapat 32 responden yang diambil dengan menggunakan *purposive sampling* dengan karakteristik sample diantaranya berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, pernah mengalami cedera baik ringan ataupun berat, mengalami cedera minimal 6 bulan kebelakang, kategori kyorugi dan poomsae, merupakan mahasiswa/i. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner STAI (*state trait anxiety inventory*), CESD (*Center of Epidemiological Studies Depression Scale*) dan SSQ6 (*social support questionnaire short form*). Data yang diperoleh diolah dengan menggunakan SPSS dengan teknik uji korelasi non-parametik (*Spearman's rho*). Penelitian ini menunjukkan hasil yang tidak signifikan antara dukungan sosial (*perceive* dan *satisfaction*) dengan gejala depresi memiliki nilai  $P(0,226)$  dan  $P(0,795)$  yang mana lebih besar dari 0,05. Dan pada aspek gejala kecemasan salah satu ada yang menunjukkan hasil yang signifikan dengan dukungan sosial *satisfaction* dengan nilai  $P(0,004) < 0,05$ , sedangkan hasil dukungan sosial *perceive* tidak memiliki hubungan yang signifikan  $P(0,258) > 0,05$ . Dari hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial tidak memiliki pengaruh terhadap atlet yang menderita gejala depresi dan kecemasan pasca cedera.

Kata kunci: Dukungan Sosial, Gejala Depresi, Gejala Kecemasan, Taekwondo, Pasca Cedera.

## ABSTRACT

### **SOCIAL SUPPORT FOR DEPRESSION SYMPTOMS AND ANXIETY IN TAEKWONDO ATHLETES POST INJURY**

Shafa Putri Salsabila Prasetya  
Pembimbing I : Dr. Ahmad Hamidi S.Pd., M.Pd.  
Pembimbing II : Dr. Sandey Tantra Paramitha, S.Si., M.Pd.

This research aims to determine the effect of social support on symptoms of depression and anxiety in taekwondo athletes who have experienced injuries. The research used quantitative methods with a correlational design. There were 32 respondents taken using purposive sampling with sample characteristics including male and female, had experienced either light or serious injury, had experienced an injury at least 6 months ago, kyorugi and poomsae categories, is a student. The instruments used were the STAI (state trait anxiety inventory), CESD (Center of Epidemiological Studies Depression Scale) and SSQ6 (social support questionnaire short form) questionnaires. The data obtained was processed using SPSS with the non-parametric correlation test technique (Spearman's rho). This research shows insignificant results between social support (perceive and satisfaction) and depressive symptoms with values of P (0.226) and P (0.795) which are greater than 0.05. And in the aspect of anxiety symptoms, one of the results showed significant satisfaction with social support with a value of P (0.004) < 0.05, while the results of perceived social support did not have a significant relationship P (0.258) > 0.05. From the research results, it can be concluded that social support has no effect on athletes who suffer from symptoms of depression and anxiety after injury.

Keywords: Social Support, Depression Symptoms, Anxiety Symptoms, Taekwondo, Post-Injury.

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>i</b>
<b>HAK CIPTA .....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB 1 .....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian .....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
1.5 Struktur Organisasi.....	5
<b>BAB 2 .....</b>	<b>7</b>
<b>KAJIAN TEORI.....</b>	<b>7</b>
2.1 Landasan Teori .....	7
2.1.1 Cedera Olahraga.....	7
2.2.1 Gejala Depresi dan Kecemasan.....	8
2.3.1 Dukungan Sosial .....	10
2.2 Penelitian Terdahulu.....	11
2.3 Kerangka Berfikir.....	12
2.4 Hipotesis Penelitian.....	12
<b>BAB III.....</b>	<b>13</b>
<b>METODELOGI PENELITIAN.....</b>	<b>13</b>
3.1 Desain Penelitian.....	13
3.2 Partisipan.....	14
3.3 Populasi dan Sampel .....	14
3.3.1 Populasi .....	14
3.3.2 Sampel.....	14
3.4 Instrumen Penelitian .....	15
3.4.2 <i>Center of Epidemiological Studies Depression Scale (CESD)</i> .....	15
3.4.3 <i>State-Trait Anxiety Inventory (STAI)</i> .....	15
3.4.4 <i>Social Support Questionnaire (SSQ6)</i> .....	16



3.5	Prosedur Penelitian.....	16
3.6	Analisis Data.....	17
3.7	Prosedur Pengolahan Data.....	18
3.7.1	Deskriptif Data.....	18
3.7.2	Uji Normalitas Data.....	18
3.7.3	Uji Hipotesis.....	18
<b>BAB IV</b>	.....	<b>19</b>
<b>TEMUAN DAN PEMBAHASAN</b>	.....	<b>19</b>
4.1	Data Demografis.....	19
4.2	Deskriptif Data.....	20
4.3	Kategori Hasil Penelitian.....	21
4.4	Uji Normalitas.....	24
4.5	Uji Hipotesis.....	25
4.6	Pembasan Temuan Penelitian.....	27
4.6.1	Gejala depresi dan kecemasan pada atlet taekwondo usia dewasa awal.....	27
4.6.2	Gejala depresi dan kecemasan atlet taekwondo pasca cedera.....	27
4.6.3	Dukungan sosial terhadap gejala depresi dan kecemasan.....	28
<b>KESIMPULAN</b>	.....	<b>30</b>
5.1	Simpulan.....	30
5.2	Implikasi.....	30
5.3	Rekomendasi.....	30
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	.....	<b>x</b>
<b>LAMPIRAN</b>	.....	<b>35</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1	Skor Intrumen State Anxiety.....	16
Tabel 3. 2	Skor Instrumen Trait Anxiety.....	16
Tabel 4. 1	Data Responden Secara Keseluruhan.....	19
Tabel 4. 2	Deskripsi Statistik Variabel Penelitian.....	20
Tabel 4. 3	Norma Skor.....	21
Tabel 4. 4	Kategorisasi Variabel Penelitian.....	22
Tabel 4. 5	Kategorisasi Menurut Jenis Kelamin.....	23
Tabel 4. 6	Uji Normalitas Variabel.....	24

Tabel 4. 7 Uji Korelasi Spearman's rho.....	25
---	----

### **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2. 1 Kerangka Berfikir.....	12
Gambar 3. 1 Paradigma Penelitian (Fraenkel et al, 2012) .....	13
Gambar 3. 2 Prosedur Penelitian (Freankel et al, 2012) .....	17

### **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 SK Pembimbing.....	35
Lampiran 2 Kuesioner Dukungan Sosial, Social Support Questionnare (SSQ6) .....	39
Lampiran 3 Kuesioner Gejala Depresi, Center Epidemiologis Studies Depression Scale (CESD) .....	45
Lampiran 4 Kuesioner Gejala Kecemasan, Stait-Trait Anxiety Inventory (STAI) ....	46
Lampiran 5 Hasil Output SPSS Versi 26.....	48
Lampiran 6 Riwayat Hidup.....	52

## DAFTAR PUSTAKA

- Akhyar, A. G., Priyatama, A. N., & Setyowati, R. (2017). Burnout Ditinjau Dari Hardines Dan Motivasi Berprestasi (Studi Pada Atlet Pelajar Di Semarang). *Jurnal Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret*
- Andun Sudijandoko. (1999/2000). Perawatan Dan Pencegahan Cedera. Jakarta: Depdiknas
- Atkinson, R. I., Atkinson, R. C., & Hilgard, E. R. (2004). Pengantar Psikologi Edisi Kedelapan Jilid 2. Jakarta: Erlangga
- Barlow, D. H., & Durand, V. M. (2016). Abnormal Psychology: An Integrative Approach, Sixth Edition. In *Cengage Learning*.
- Clarsen, B., Myklebust, G., & Bahr, R. (2013). Development And Validation Of A New Method For The Registration Of Overuse Injuries In Sports Injury Epidemiology: The Oslo Sports Trauma Research Centre (OSTRC) Overuse Injury Questionnaire. *British Journal Of Sports Medicine*, 47(8), 495–502. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2012-091524>
- Cronk, B. C. (2017). How To Use SPSS®. In *How To Use SPSS®*. <https://doi.org/10.4324/9781315142999>
- Crutcher, B., Moran, R. N., & Covassin, T. (2018). Examining The Relationship Between Social Support Satisfaction And Perceived Stress And Depression In Athletic Training Students. *Athletic Training Education Journal*, 13(2), 168–174. <https://doi.org/10.4085/1302168>
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How To Design And Evaluate Research In Education* (Vol. 7, Issue New York: Mcgraw-Hill).
- Gulliver, A., Griffiths, K. M., Mackinnon, A., Batterham, P. J., & Stanimirovic, R. (2015). The Mental Health Of Australian Elite Athletes. *Journal Of Science*

- Medicine In Sport*, 18(3), 255–261. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2014.04.006>
- Jeong, G., & Chun, B. (2022). Differences In Sports Injury Types According To Taekwondo Athlete Types (Sparring, Poomsae, And Demonstration). *Journal Of Sports Science And Medicine*, 21(3), 473–481. <https://doi.org/10.52082/jssm.2022.473>
- Miadinar, M. G., & Supriyanto, C. (2021). Tingkat Kesehatan Mental Di Tim Atletik Tulungagung Selama Pandemi Covid-19 (Sifat Psikometri Dan Varians DASS-21) Pada Atlet Dan Non-Atlet. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 09(03), 31–40.
- Potter, P. A., Dan Perry, A. G. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses Dan Praktik Edisi*. EGC.
- Presdenta, K. A. G. & W. E. S. (2022). Pengaruh Cedera Ankle Pada Saat Pembelajaran Pendidikan Jasmani Terhadap Psikologi Siswa Madrasah Aliyah Negeri 1 Banyuwangi. *Jurnal Pembelajaran Dan Pengembangan Diri*, 2, 595–602.
- Putra, E. P., & Sugabio, I. (2019). Analisis Cedera Atlet Taekwondo Puslatda Jawa Timur. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(2), 1–11.
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983). Assessing Social Support: The Social Support Questionnaire. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 44(1), 127–139. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.44.1.127>
- Sari, Z. N., Kumbara, H., & Akhbar, M. T. (2022). Motif Masyarakat Berolahraga. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 5(2), 155–163. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i2.2805>
- Setiawan, A. (2011). Faktor Timbulnya Cedera Olahraga. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 1(1), 94–98.
- Sullivan, L., Ding, K., Tattersall, H., Brown, S., & Yang, J. (2022). Social Support And Post-Injury Depressive And Anxiety Symptoms Among College-Student Athletes. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 19(11). <https://doi.org/10.3390/ijerph19116458>
- Syahrum, & Salim. (2012). *L Kuantitatif*.
- Terok, E. R., & Huwae, A. (2022). Motivasi Berprestasi Atlet Bulutangkis Di Kabupaten Tolitoli Ditinjau Dari Dukungan Sosial Orang Tua, Teman, Dan Pelatih. *Journal Of Sport Education (JOPE)*, 5(1), 48. <https://doi.org/10.31258/jope.5.1.48-57>
- Wadey, R., Podlog, L., Hall, M., Hamson-Utley, J., Hicks-Little, C., & Hammer, C. (2014). Reinjury Anxiety, Coping, And Return-To-Sport Outcomes: A Multiple Mediation Analysis. *Rehabilitation Psychology*, 59(3), 256–266. <https://doi.org/10.1037/A0037032>
- Widodo, A. W., & Nurwidawati, D. (2015). Hubungan Antara Kecemasan Bertanding Dan Dukungan Sosial Dengan Motivasi Berprestasi Pada Atlet Pencak Silat Perguruan Pencak Organisasi Sidoarjo. *Jurnal Penelitian Psikologi*.
- Wiese-Bjornstal, D. M. (2010). Psychology And Socioculture Affect Injury Risk, Response, And Recovery In High-Intensity Athletes: A Consensus Statement. *Scandinavian Journal Of Medicine And Science In Sports*, 20(SUPPL. 2), 103–111. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2010.01195.x>

