

**Gambaran Gangguan Dan Tinjauan Literatur Penerapan *Psychomotor Therapy*
(PMT) Pada Siswa *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) Dalam Aktivitas Aquatik**
SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikans Program Studi
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Juwita April Liyano

1604611

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
BANDUNG
2020**

LEMBAR HAK CIPTA

Oleh
Juwita April Liyano

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh
gelar Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

© Juwita April Liyano
Universitas Pendidikan Indonesia
2020

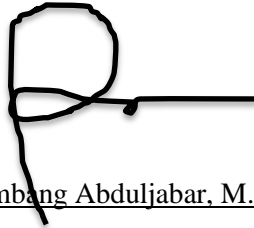
Hak cipta dilindungi undang-undang.

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

JUWITA APRIL LIYANO
GAMBARAN GANGGUAN DAN TINJAUAN LITERATUR PENERAPAN
PSYCHOMOTOR THERAPY (PMT) PADA SISWA POST-TRAUMATIC STRESS
DISORDER (PTSD) DALAM AKTIVITAS AQUATIK

disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

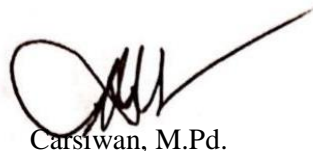
Pembimbing I



Dr. Bambang Abduljabar, M.Pd.

NIP.19650909199

Pembimbing II



Carsiwan, M.Pd.

NIP. 19710105200

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan



Dr. Yusuf Hidayat, M. Si.

NIP.196808301999031001

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul *Gambaran Gangguan dan Tinjauan Literatur Penerapan Psychomotor Therapy (PMT) Pada Siswa Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) Dalam Aktivitas Aquatik*.


Skripsi ini membahas mengenai bagaimana keadaan psikologis siswa yang mengalami gangguan PTSD dan tinjauan literatur *Psychomotor Therapy* menangani siswa *Gangguan Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD)* dalam Aktivitas Aquatik dari beberapa teori.

Adapun maksud dan tujuan dari penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat untuk mengikuti sidang skripsi, Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, FPOK UPI Bandung.

Skripsi ini tidak terlepas dari hambatan yang dialami, namun bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, menjadikan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Terlepas dari semua itu, penulis menyadari sepenuhnya bahwa terdapat berbagai kekurangan baik dari segi bahasa maupun kalimat. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan oleh penulis.

Semoga skripsi ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis dan umumnya bagi pembaca.

Bandung, 27 Juli 2020



P. Au s

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan Syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT. Atas berkat rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Pada kesempatan ini penulis juga mengucapkan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada berbagai pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini khususnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. M. Solehuddin M.Pd., M.A Rektor Universitas Pendidikan Indonesia.
2. Bapak Prof. Dr. H. Adang Suherman, M.A. Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
3. Bapak Dr. Dian Budiana, M.Pd. Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
4. Bapak Agus Rusdiana, M.Sc., Ph.D. Wakil Dekan Bidang Keuangan dan Sumber Daya Manusia Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
5. Bapak Dr. Mulyana, M.Pd. selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
6. Bapak Dr. Yudy Hendrayana, M.Kes AIFO. Ketua Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
7. Bapak Dr. Yusuf Hidayat, M. Si. Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
8. Bapak Carsiwan, M.Pd. Dosen pembimbing akademik dan pembimbing skripsi II penulis yang telah membimbing ketika semasa di perkuliahan, terima kasih atas masukan, kritik dan saran yang membangun sehingga wawasan penulis menjadi luas. Terima kasih atas ketersediaan waktu yang telah Bapak berikan selama proses bimbingan berlangsung hingga skripsi ini dapat terselesaikan. Semoga Bapak selalu dalam lindungan Allah SWT.
9. Bapak Dr. Bambang Abduljabar, M.Pd. Pembimbing skripsi I Penulis yang telah membimbing, memberi motivasi serta memberi masukan kritik dan saran yang membangun pada penulis selama masa perkuliahan, hingga akhir penulisan skripsi. Sehingga penulis dapat menyelesaikan seluruh bidang studi dengan baik dan menyelesaikan skripsi tepat waktu. Terimakasih atas ilmu dan bimbingan yang telah diberikan. Semoga Bapak selalu diberikan kesehatan dan dalam lindungan Allah SWT.

10. Bapak Alit Rahmat, M.Pd. Selaku dosen mata kuliah program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah membantu penulis dalam membuka pola pikir dan wawasan dalam skripsi ini.
11. Segenap Dosen dan Staff Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah membimbing dan memberikan bantuan bagi penulis selama menjalani perkuliahan.
12. Saya mengucapkan terimakasih kepada diri saya sendiri yang berusaha untuk tetap berdiri dan tegar dalam melewati masa-masa perkuliahan sampai dengan menyusun skripsi hingga selesai.
13. Teman-teman mahasiswa PJKR 2016 dan keluarga besar mahasiswa PJKR C 2016 juga yang selama ini menjadi keluarga penulis di kampus, yang telah berjuang bersama dalam suka dan duka selama perkuliahan.
14. Teman – teman tim sisiripis Sisi Wulandari, Febrin Rosahidian, Asri Nurinayah, Syifa Shopia Viviani, Amanda Ramadhina, dan Eva Sri Gumilang yang telah berjuang selama menjalani perkuliahan dan menjadi keluarga di kampus.
15. Sahabat penulis Vega Putri Hapsari dan Gifran Rihla Gifarka Latief yang selalu mendoakan, memberikan motivasi untuk menjadi pribadi yang lebih baik, memberi masukan, kritik dan saran, juga kasih sayang pada penulis. Terimakasih untuk ada saat suka maupun duka yang penulis alami.
16. Darmawan Purba B yang telah memberi motivasi dan dukungan pada penulis, juga mengorbankan waktu dan tenaga selama ini untuk selalu menemani penulis saat suka maupun duka dalam menyelesaikan skripsi ini. Dan Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini.

Akhirnya sembah bakti penulis sampaikan pada kedua orang tua penulis, ayahanda penulis Ngatino dan khususnya ibunda penulis Ninda Rohana, yang selama ini telah memberikan kasih sayang yang tulus, membina, membimbing, memberikan motivasi, dukungan baik moril maupun materil, tiada henti mendoakan penulis. Semoga semua yang telah penulis usahakan menjadi sebuah kebanggaan bagi Ibunda dan Ayahanda. Semoga Allah SWT memberikan balasan atas kebaikan semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Aamiin

ABSTRAK

Juwita April Liyano. 1604611. Gambaran Gangguan Dan Tinjauan Literatur Penerapan *Psychomotor Therapy* (PMT) Pada Siswa *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) Dalam Aktivitas Aquatik. Program studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Departemen Pendidikan Olahraga, Fakultas Pendidikan Olahraga Kesehatan. Universitas Pendidikan Indonesia.

Abstrak : *Psychomotor therapy* berkaitan erat dengan gerakan yang merealisasikan tubuh dan pikiran (*body and mind*). Relasi antara gerak tersebut berkaitan erat dengan pikiran, emosional, dan fisik yang merupakan bagian dari dimensi PTSD. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keadaan psikologis seseorang yang mengalami PTSD dalam aktivitas aquatik dan berbagai gerak dalam PMT yang dapat dijadikan sebagai terapi pada siswa yang mengalami gangguan *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) dalam aktivitas aquatik. Metode yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian deskriptif studi survey teknik wawancara dengan 6 informan sebagai partisipan yang berkaitan dengan siswa yang memiliki gangguan PTSD. Penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yakni wawancara semi terstruktur, dengan analisis data hasil wawancara menggunakan reduksi data, penyajian data dan verifikasi data. Adapun hasil penelitian ini bahwa PMT dapat digunakan sebagai salah satu cara untuk menangani siswa yang mengalami gangguan PTSD dalam aktivitas aquatik dengan menerapkan perlakuan yang di dalamnya terdapat berbagai gerakan yang merealisasikan tubuh dan pikiran (*body and mind*), berdasarkan rancangan tugas gerak yang dapat diberikan sebagai *treatment* yaitu memberikan rasa nyaman dan aman, memberikan permainan untuk meningkatkan keberanian, memberikan gerakan untuk menanamkan rasa percaya diri, memberikan gerakan atau permainan untuk meningkatkan kemampuan motorik.

Kata Kunci— *psychomotor therapy, post-traumatic stress disorder, aktivitas aquatik*

ABSTRACT

Juwita April Liyano. 1604611. *Description of Disorders and Literature Review of the Application of Psychomotor Therapy (PMT) in Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) Students in Aquatic Activities.* Study of Physical Education, Health and Recreation. Department of Sport Education. Faculty of Sport and Health Education. Indonesia University of Education.

Abstract: Psychomotor therapy is closely related to movements that realize body and mind. However, until now there is still lacking research on PMT against PTSD in aquatic activities. The purpose of this study was to determine the various movements in PMT that can be used as therapy for students who experience Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) in aquatic activities. The method used in this research is a descriptive study, a survey study of interviewing techniques with 6 informants as participants relating to students who have PTSD disorders. This research uses purposive sampling technique. The instrument that used in this study was semi-structured interviews, with data analysis from the interviews using data reduction, data presentation and data verification. The results of the study show that PMT can be used as a way to deal with students who experience PTSD disorders in aquatic activities by applying treatments in which there are various movements that realize body and mind. In the application of PMT related to PTSD disorders in aquatic activities, it can be done by designing tasks: providing a sense of comfort and safety, providing games to increase courage, providing movements to instill self-confidence, providing movements or games to improve motoric skills.

Keyword— *psychomotor therapy, post-traumatic stress disorder, Aquatic Activities*

DAFTAR ISI

LEMBAR HAK CIPTA	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
UCAPAN TERIMA KASIH	v
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	8
1.3 Rumusan Masalah	8
1.4 Tujuan Penelitian	8
1.5 Manfaat Penelitian	8
1.6 Struktur Organisasi Skripsi	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
2.1 Pendidikan	10
2.2 Hakikat Pendidikan Jasmani	10
2.3 Trauma	12
2.3.1 Pengertian Trauma	12
2.3.2 Jenis –jenis Trauma	13
2.4 Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD)	15
2.4.1 Definisi Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD)	15
2.4.2 Gejala Post Traumatic Stress Disorder (PTSD)	18
2.4.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD)	21
2.5 Psycho Motor Therapy (PMT)	22
2.5.1 Definisi Psycho Motor Therapy (PMT)	22
2.5.2 Tujuan Psycho Motor Therapy (PMT)	24
2.6 Konsep Aktivitas Aquatik	25
2.7 Psycho Motor Therapy (PMT) terhadap Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD)	26
2.8 Konsep Psycho Motor Therapy (PMT) dalam Penanganan Siswa Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) melalui Aktivitas Aquatik	29
2.9 Kerangka Berpikir	33

BAB III METODOLOGI PENELITIAN	35
3.1 Desain Penelitian	35
3.2 Partisipan dan Tempat Penelitian	36
3.3.1 Partisipan	36
3.3.2 Tempat Penelitian	38
3.3 Teknik Pengumpulan Data.....	38
3.4 Instrumen Penelitian	39
3.5 Teknik Pengumpulan Data	42
3.5.1 Metode Observasi	42
3.5.2 Metode Wawancara.....	43
3.6 Kerangka Penelitian	44
3.7 Panduan Metodik Penelitian	44
3.8 Analisis Data	45
BAB IV HASIL TEMUAN DAN PEMBAHASAN	48
4.1 Hasil Temuan	48
4.2 Pembahasan	57
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI	64
5.1 Simpulan	64
5.2 Implikasi	64
5.3 Rekomendasi	65
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN – LAMPIRAN	69

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Perbedaan Stres Biasa dengan Stres Pasca Trauma.....	20
Tabel 3.1 Kiai – kisi Instrumen Penelitian.....	40
Tabel 4.1 Permainan dalam Aktivitas	55
Tabel 4.2 Keadaan Psikologis dan Perilaku Anak	56
Tabel 4.3 Proses PMT	62
Tabel 4.4 Tugas Gerak Terpilih Berdasarkan Tingkat Kesulitannya.....	62
Tabel 4.5 Rancangan Tugas Gerak Terpilih	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gambaran Langkah – langkah Melakukan <i>Treatment</i>	33
Gambar 3.1 Langkah-langkah Penelitian	44
Gambar 3.2 Skema Penelitian	45
Gambar 4. 1 Diagram Sosialisasi Siswa	51
Gambar 4.2 Ecological Psychology in doing PMT	60
Gambar 4. 3 Proses PMT	60

DAFTAR PUSTAKA

- Bakar, R. A., & Bakar, J. A. (2017). *Aquaphobia : Causes , Symptoms and Ways of Overcoming It for Future*. 3(1), 82–88.
- Bandur, A. (2016). *Penelitian Kualitatif Metodologi, Desain, dan Teknik Analisis Data dengan NVIVO 11 PLUS* (I; Jatmiko, Ed.). Jakarta: Mitra Wacana Media Penerbit.
- Brown, A., Danaher, P. A., & Brown, A. (2017). CHE Principles : facilitating authentic and dialogical semi-structured interviews in educational research. *International Journal of Research & Method in Education*, 0(0), 1–15.
<https://doi.org/10.1080/1743727X.2017.1379987>
- Du, S., Janniste, T., Champion, G. D., & Yap, C. S. L. (2008). Theories of fear acquisition: The development of needle phobia in children. *Pediatric Pain Letter*, 10(2), 13–17.
- Firdaus, F. M., Nurfauzan, P., & Hanaris, R. (2020). Pengaruh Metode Drill Pencak Silat Terhadap Kecerdasan Kinestetik Siswa Sekolah Dasar. *JMIE (Journal of Madrasah Ibtidaiyah Education)*, 4(1), 53. <https://doi.org/10.32934/jmie.v4i1.171>
- Hatta, K. (2016). *Trauma Dan Pemulihannya* (1st ed.; S. Tubin, Ed.). Retrieved from dakwaharranirypress@yahoo.com
- Herdiyana, A., Pito, G., & Prakoso, W. (2016). Pembelajaran Pendidikan Jasmani Yang Mengacu Pada Pembiasaan Sikap Fair Play Dan Kepercayaan Pada Peserta Didik. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 12(1), 115109.
<https://doi.org/10.21831/jorpres.v12i1.9498>
- Ilham, L., & Casmini, C. (2018). Penanganan perempuan korban kekerasan di lembaga Kiprah Perempuan Yogyakarta. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 5(2), 141. <https://doi.org/10.24042/kons.v5i2.3356>
- Mahendra, A. (2015). *Filsafat Pendidikan Jasmani*. Bandung: CV.Bintang Warliartika.
- Moleong, L. J. (2002). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Muhibbu, A. (2015). Post-Traumatic Stress Disorder. In *The New England journal of medicine* (p. 11). <https://doi.org/10.1056/NEJMra1612499>
- NIMH. (2019). Post-traumatic Stress Disorder. In *National Institute of Mental Health*.
- Oktaviani, D. (2015). ANALISIS FRAMING PEMBERITAAN KONFLIK AMERIKA-SURIAH PADA HARIAN KOMPAS. *Journal Ilmu Komunikasi*, 3(3).
- Probst, M., Knapen, J., Poot, G., & Vancampfort, D. (2010). *Psychomotor Therapy and*

- Psychiatry : What ' s in a Name ?* 105–113.
- Puspo, P. B. (2005). *PENDEKATAN KUALITATIF Oleh : Budi Puspo Priyadi*.
- Rithaudin, A. (2015). Aktivitas Akuatik Sebagai Terapi Psikis Bagi Anak. *Medikora*, (2).
<https://doi.org/10.21831/medikora.v0i2.4690>
- Rosen, G. M. (2004). Posttraumatic stress disorder: Issues and controversies. In *Posttraumatic Stress Disorder: Issues and Controversies*.
<https://doi.org/10.1002/9780470713570>
- Rosen, G. M. (2008). Posttraumatic stress disorder: Issues and controversies. In *Posttraumatic Stress Disorder: Issues and Controversies*.
<https://doi.org/10.1002/9780470713570>
- Rukmana, A. (2008). Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar*, (9).
- S. Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Setyanto, I., & Maliya, A. (2002). *Efektivitas terapi gerak terhadap perubahan tingkat kecemasan pada pasien skizofrenia di rumah sakit jiwa daerah surakarta*. 198–205.
- Siegel, B. (2004). Post-traumatic stress disorder [1]. *Alternative Therapies in Health and Medicine*, 10(2), 12.
- Smith, P., Yule, W., Perrin, S., Tranah, T., Dalgleish, T., & Clark, D. M. (2007). Cognitive-behavioral therapy for PTSD in children and adolescents: A preliminary randomized controlled trial. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 46(8), 1051–1061.
<https://doi.org/10.1097/CHI.0b013e318067e288>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Suryana. (2010). Metodologi Penelitian Model Praktis Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. In *Universitas Pendidikan Indonesia*. <https://doi.org/10.1007/s13398-014-0173-7.2>
- Susanto, E. (2005). *Strategi Menghilangkan Fobia Air : Sebuah Pendekatan menuju Keamanan Pembelajaran Akuatik*. 118. Retrieved from
<https://journal.uny.ac.id/index.php/jpji/article/viewFile/4318/3740>
- Umu Khabibah, L. (2018). *Penanganan Untuk Menurunkan Post Traumatic Stress Disorders (PTSD) Pada Anak Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) (Study Kasus Pada Dinas Sosial Jawa Tengah)*.

