

**ANALISIS DAMPAK PEMBERIAN MASSAGE DAN FISIOTERAPI  
TERHADAP PERCAYA DIRI ATLET BALAP SEPEDA**

DISERTASI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar  
Doktor Pendidikan Olahraga



Oleh  
**Deri Putra**  
NIM 1707299

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA  
SEKOLAH PASCASARJANA  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2022**

**ANALISIS DAMPAK PEMBERIAN MASSAGE DAN FISIOTERAPI  
TERHADAP PERCAYA DIRI ATLET BALAP SEPEDA**

Oleh

Deri Putra  
NIM 1707299

Sebuah Disertasi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat  
memperoleh gelar Doktor Pendidikan (Dr.) pada Sekolah  
Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia

© Deri Putra 2022  
Universitas Pendidikan Indonesia April 2022

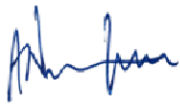
Hak Cipta dilindungi undang-undang. Disertasi ini tidak boleh  
diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang, difoto  
kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

**LEMBARAN PENGESAHAN TAHAP II**

**Deri Putra**  
**Analisis Dampak Pemberian Massage Dan Fisioterapi Terhadap Percaya**  
**Diri Atlet Balap Sepeda**

**disetujui dan disahkan oleh panitia disertasi:**

**Pembimbing/Promotor**



**Prof. Dr. Nurlan Kusmaedi, M.Pd**  
**NIP. 195301111980031002**

**Kopromotor**



**Prof. Dr. Amung Mamun, M.Pd**  
**NIP. 196001191986031002**

**Anggota**

**Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd**



**NIP. 195611021981031002**

**Penguji 1**



**Prof. Dr. Dimiyati, M.Si.**

**Penguji 2**



**Dr. Sundiniaty Ugelta, M.Kes, AIFO**

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa disertasi dengan judul “**Analisis Dampak Pemberian Massage dan Fisioterapi Terhadap Percaya Diri Atlet Balap Sepeda**” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini saya menanggung/sangsi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, April 2022

Deri Putra

## UCAPAN TERIMA KASIH

Syukur Alhamdulillah akhirnya penulis dapat menyelesaikan disertasi ini, dan hanya dengan izin Allah SWT yang menyertai langkah penulis sehingga penulis ada dalam lindungan serta ridho-Nya. Disertasi ini tidak dapat mungkin diselesaikan tanpa bantuan dan dukungan pihak lain. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Direktur Sekolah Pasca sarjana Universitas Pendidikan Indonesia, Bersama para wakil Direktur yang telah memberikan kesempatan studi
2. Bapak Prof. Dr. Amung Ma'mun, M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga sekaligus kopromotor, yang telah mendorong penulis untuk menyelesaikan disertasi ini.
3. Bapak Dr. Dian Budiana, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Akademik
4. Bapak Prof. Dr. Nurlan Kusnaedi, Mpd selaku Promotor yang telah membimbing dalam penyelesaian disertasi ini.
5. Bapak Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd. selaku Anggota promotor yang telah membimbing, memberikan arahan dan dorongan yang berharga bagi penulis dalam penyelesaian disertasi ini.
6. Bapak Prof. Dr. Dimiyati, M.Si selaku penguji yang telah memberikan masukan dan saran-saran mulai dari rencana penelitian sampai selesai penyusunan disertasi ini.
7. Ibu Dr. Surdiniaty Ugelta, M.Kes., AIFO selaku penguji yang telah memberikan masukan dan saran-saran mulai dari rencana penelitian sampai selesai penyusunan disertasi ini.
8. Dosen POR S3 UPI yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan yang sangat bermanfaat sehingga penulis dapat menyusun disertasi ini.
9. Ucapan terima kasih yang utama penulis sampaikan kepada keluarga yang telah melahirkan, membesarkan, membimbing dan memberikan dorongan baik berupa moril maupun materil kepada penulis.
10. Ketua Prodi dan Dosen PKO FPOK UPI yang telah mendukung semua proses penulis pada saat perkuliahan maupun penulisan disertasi.
11. Kepada para partisipan Atlet ISI & PGN, Pelatih, Pengurus yang bersedia menjadi sampel pada penelitian ini. .

12. Sahabat sahabat di Departemen Kepelatihan yang sangat solid dan mendukung penulis untuk menyelesaikan studi.
13. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan dalam menyelesaikan disertasi.

Kepada Allah penulis mengembalikan segalanya agar semua mendapat imbalan yang setimpal dan berlipat ganda atas segala bantuannya kepada penulis dalam menyusun dan menyelesaikan studi ini . Aamiin.

Bandung, April 2022

Deri Putra

## ABSTRAK

### **Dery Putra, 1707299. Analisis Dampak Pemberian Massage Dan Fisioterapi Terhadap Percaya Diri Atlet Balap Sepeda**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui analisis dampak pemberian massage dan fisioterapi terhadap percaya diri atlet balap sepeda. Desain penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Subjek dalam penelitian ini adalah 10 atlet yang telah diberikan massage dan fisioterapi. Pengukuran peningkatan kepercayaan diri atlet dengan melakukan wawancara setelah diberikan terapi massage dan fisioterapi. Sumber data diperoleh dari hasil wawancara mendalam terhadap perorangan yaitu secara langsung antara pewawancara dengan responden penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode wawancara semi terstruktur. Teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara interaktif melalui proses data *reduction, data display, dan verification*. Teknik pengolahan data menggunakan *coding*, klasifikasi data, kategorisasi, menganalisis satuan makna dalam kategori, mencari hubungan antar kategori, membuat laporan dimana hasil analisis ditekankan dalam bentuk draf laporan penelitian.

Hasil penelitian ini yaitu pemberian massage dan fisioterapi pada atlet dapat memberikan percaya diri atlet sebelum dan sesudah bertanding. Atlet merasakan kenyamanan tubuh yang sangat nyaman pada saat diberikan sport massage pada posisi telungkup sesudah latihan. Adanya massage akan memperlancar aliran darah, merilekskan otot, dan merangsang system kerja tubuh, sehingga ketegangan tubuh akan berkurang, kerja organ-organ akan kembali normal, dan otot pun akan kembali normal. Tindakan fisioterapi yang diberikan berhasil meningkatkan aktivitas fungsional dengan interpretasi pada atlet, penurunan percaya diri pada atlet disebabkan karena adanya nyeri, penurunan lingkup gerak sendi, dan penurunan kekuatan otot. Oleh sebab itu dengan berhasilnya penurunan derajat nyeri, peningkatan lingkup gerak sendi, dan peningkatan kekuatan otot maka aktivitas fungsional pun dapat meningkat. Jadi pemberian massage dan fisioterapi yang telah peneliti lakukan dapat membuat percaya diri atlet meningkat dan merasa lebih prima dan semangat untuk melakukan pertandingan. Dengan adanya penelitian ini, dapat diketahui bahwa pemberian massage dan fisioterapi pada atlet dapat meningkatkan kepercayaan diri atlet.

**Kata Kunci :** Massage, Fisioterapi, Percaya Diri, Balap Sepeda

## ABSTRACT

### **Dery Putra, 1707299. *Analysis Of The Impact Of Massage And Physiotherapy On Confidence Of Bicycle Racing Athletes***

*This study aims to determine the analysis of the impact of massage and physiotherapy on the self-confidence of cycling athletes. This research design uses a case study approach. The subjects in this study were 10 athletes who had been given massage and physiotherapy. Measurement of the increase in athlete's confidence by conducting interviews after being given massage therapy and physiotherapy. Sources of data obtained from the results of in-depth interviews with individuals, namely directly between interviewers and research respondents. In this study, the researcher used a semi-structured interview method. The data analysis technique in this study was carried out interactively through the process of data reduction, data display, and verification. Data processing techniques using coding, data classification, categorization, analyzing meaning units in categories, looking for relationships between categories, making reports where the results of the analysis are emphasized in the form of draft research reports.*

*The results of this study are that giving massage and physiotherapy to athletes can give athletes confidence before and after competing. Athletes feel very comfortable body comfort when given a sports massage in the prone position after exercise. The existence of massage will accelerate blood flow, relax muscles, and stimulate the body's work system, so that body tension will be reduced, the work of organs will return to normal, and the muscles will return to normal. The physiotherapy measures given succeeded in increasing functional activity with interpretation in athletes, decreased self-confidence in athletes due to pain, decreased joint range of motion, and decreased muscle strength. Therefore, with the success of decreasing the degree of pain, increasing the range of motion of the joints, and increasing muscle strength, functional activity can also increase. So giving massage and physiotherapy that researchers have done can increase the athlete's confidence and feel more primed and excited to compete. With this research, it can be seen that giving massage and physiotherapy to athletes can increase athletes' confidence*

**Keywords:** *Massage, Physiotherapy, Confidence, Bike Racing*



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBARAN PENGESAHAN TAHAP II .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>UCAPAN TERIMA KASIH .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>8</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>10</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.1 Latar Belakang Masalah.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.2 Rumusan Masalah.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.3 Tujuan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4 Manfaat Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.5 Struktur Organisasi Penulisan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1 Kajian Pustaka.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.1 Massage .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.2 Fisioterapi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.3 Percaya Diri Atlet .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.4 Atlet Sepeda.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2 Penelitian Relevan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3 Kerangka Berpikir.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.1 Desain Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.3 Informan Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5 Pengumpulan Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5.1 Alat Pengumpulan Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

3.5.2 Metode Pengumpulan Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6 Metode Analisis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6.1 Teknik Pengolahan dan Analisis Data	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6.2 Isu Etik.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB IV TEMUAN DAN PEMABAHASAN .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1 Temuan Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1.1 Gambaran Umum .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1.2 Program Pemberian Massage dan Fisioterapi	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1.3 Karakteristik Informan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1.4 Hasil Identifikasi Permasalahan	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2 Pembahasan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.1 Simpulan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.2 Implikasi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.3 Rekomendasi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## **DAFTAR RUJUKAN**

## DAFTAR GAMBAR

- [Gambar 1. Instagram Mula Cycling](#).....**Error! Bookmark not defined.**
- [Gambar 2. Balapan di Banyumas Up Hill](#) .....**Error! Bookmark not defined.**
- [Gambar 3. Latihan Atlet \*PGN Road Cycling Team \(PRCT\)\*](#)**Error! Bookmark not defined.**
- [Gambar 4. Ajang Balap Sepeda International Tour De Banyuwangi Ijen](#)**Error! Bookmark not defined.**

Bandung, Januari 2022

Aang Solahudin Anwar