

Perbedaan Posisi Pemain dan Faktor Lainnya Pada Recovery-Stress State Atlet di Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar DKI Jakarta Tahun 2018

Hanifa, Shoffi

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=131101&lokasi=lokal>

Abstrak

Penelitian ini meneliti keseimbangan antara stres dan pemulihan, yang tergambar dalam recovery-stress state/RSS atlet. Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya perbedaan posisi pemain, tingkat hidrasi, tipe olahraga, pengalaman pemain, starting status, serta tingkat latihan pada RSS atlet di Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar DKI Jakarta pada tahun 2018. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain studi potong lintang. Hasil penelitian ini menunjukkan 71,4% responden tergolong dehidrasi dan 73,5% responden memiliki RSS buruk, dengan rata-rata skor tertinggi pada skala penilaian conflicts/pressure. Selain itu, perbedaan posisi pemain pada RSS terbukti signifikan pada seluruh responden maupun pada responden laki-laki. Kata kunci: Atlet, hidrasi, posisi pemain, recovery-stress state

The focus of this study is the balance between recovery and stress, which can be seen from recovery-stress state/RSS of athletes. The purpose of this study is to know the differences between player position, hydration level, sport type, player experience, starting status, and exercise level on RSS of athletes on Students Sport Training Center of DKI Jakarta in 2018. This is a quantitative research with cross-sectional design. The result of this research shows that 71,4% respondents are dehydrated and 73,5% respondents has a bad RSS, with highest mean score in conflicts/pressure scale. Moreover, the difference between player position on RSS of athletes is significant on all respondents and on male respondents. Key words: Athlete, hydration, player position, recovery-stress state