

ABSTRAK

Ekki Ardiansyah, 110810069, *Strategi Coping pada Atlet Sepak Bola yang Mengalami Cedera*, Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya, 2013.

xviii, 96 halaman, 5 lampiran.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana bentuk coping yang dilakukan oleh atlet sepak bola yang mengalami cedera, serta faktor apa saja yang mempengaruhinya. Coping dalam penelitian ini dapat diartikan sebagai usaha seseorang untuk mengurangi stres, yang merupakan proses pengaturan (management) atau tuntutan (eksternal atau internal) yang dinilai sebagai beban yang melebihi kemampuannya (Lazarus & Folkman, 1986).

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus instrinsik. Penelitian ini dilakukan pada empat atlet sepak bola di klub Persebaya Divisi Utama (DU). Partisipan dalam penelitian ini adalah atlet sepak bola yang pernah atau sedang mengalami cedera. Penggalan data dilakukan dengan teknik wawancara dan catatan lapangan. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan teknik analisis tematik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa coping yang digunakan oleh atlet sepak bola yang mengalami cedera termasuk dalam dua fungsi coping yaitu: 1) emotion focused coping, berupa berusaha untuk mengatur perasaan agar lebih tenang dan kuat dalam menerima kondisi yang cedera, berpikir positif terhadap situasi yang cedera yang dihadapi, dan lebih mendekatkan diri kepada Tuhan dengan berdoa, dan 2) problem focused coping, berupa mencari dukungan dan informasi sebanyak mungkin mengenai apa yang harus dilakukan setelah mengalami cedera yang membutuhkan waktu istirahat, berlatih sendiri, dan melakukan tindakan agar dapat memberikan kontribusi pada tim walaupun masih dalam kondisi cedera. Dukungan sosial memiliki peran penting dalam usaha atlet yang mengalami cedera melakukan coping.

Kata Kunci: *Stress, Coping, Cedera, Atlet Sepak Bola.*

Daftar Pustaka, 28 (1984-2010)

ABSTRACT

Ekki, Ardiansyah, 110810069, *Coping Strategies in Football Athletes Who Have Injury, Undergraduated Thesis*, Faculty of Psychology Airlangga University, 2013.

xviii + 96 pages, 5 appendixes

The purpose of this study was to determine how the shape coping by football athletes who suffered injuries, as well as what factors influence it. Coping in this study can be interpreted as a person's attempt to reduce stress, which is the regulatory process (management) or demands (external or internal) is rated as a load that exceeds its ability (Lazarus & Folkman, 1986).

This study used a qualitative approach with intrinsic case study method. The research was conducted in four football athletes Premier Division club Persebaya (DU). Participants in this study were football athletes who have or are injured. The data, conducted by interview and field notes. The data obtained were analyzed using thematic analysis techniques.

Results showed that coping used by soccer athletes who suffered injuries including two coping functions: 1) emotion focused coping, such as trying to set up a feeling to be more calm and strong in accepting the conditions of the injured, think positive about the injury situation face, and get closer to God by prayer, and 2) the problem focused coping, such as seeking support and information as possible about what to do after an injury requiring time off, training alone, and take action in order to contribute to the team although still in a state of injury. Social support plays an important role in the efforts of athletes who get injured doing coping.

Keyword: *Stress, Coping. Injury, Football Athlete.*

References, 28(1984-2010)