

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Deskripsi Teori**

##### **1. Pengertian Persepsi**

Persepsi adalah proses-proses yang memberikan koherensi dan kesatuan bagi input indrawi (Reber, Arthur S. dan Reber, Emily S, 2010: 689). Persepsi adalah sesuatu proses untuk memberi arti pada tanda-tanda yang diterimanya. Proses mengetahui sesuatu dari sekitar dengan mempergunakan alat-alat indera. Persepsi dapat muncul jika terjadi seleksi terhadap stimulasi yang datang dari luar yaitu melalui indera, kemudian orang tersebut menginterpretasi atau mengorganisasikan informasi tersebut sehingga muncul arti bagi orang tersebut dan akhirnya timbul reaksi dan tingkah laku akibat interpretasi (Dakir, 1975: 37). Persepsi adalah hal-hal yang kita tangkap melalui pengindraan, selanjutnya kita transformasikan ke susunan syaraf pusat di otak, kemudian diinterpretasikan sehingga mengandung arti tertentu bagi kita (Monty P. Satiadarma, 2001: 46). Dengan demikian kesan yang diterima individu sangat tergantung pada seluruh pengalaman yang telah diperoleh melalui proses berpikir dan belajar yang berasal dari dalam diri individu. Hal senada diungkapkan Bimo Walgito (1994: 53) yang mendefinisikan persepsi sebagai suatu proses yang didahului oleh pengindraan, stimulus yang diindera diteruskan oleh syaraf ke otak kemudian berlanjut pada proses persepsi.

Persepsi muncul ketika obyek-obyek eksternal di lingkungan mempengaruhi struktur medium informasi yang ujung-ujungnya mempengaruhi reseptor-reseptor indrawi manusia sehingga mengarah atensi manusia kepada pengidentifikasian kita terhadap obyek tersebut secara internal (Strenberg, Robert J, 2008: 109). Dengan demikian persepsi meliputi aktivitas menerima stimuli, mengorganisasikan stimuli tersebut atau menafsirkan stimuli yang terorganisasi sedemikian rupa hingga ia dapat mempengaruhi perilaku dan membentuk sikap. Persepsi-persepsi manusia membentuk perilaku dan kepribadian mereka.

## **2. Proses Persepsi dan Sifat Persepsi**

Menurut Miftah Toha (2003: 145) proses terbentuknya persepsi seseorang didasari pada beberapa tahapan, diantaranya:

### **a. Stimulus atau rangsangan**

Terjadinya persepsi diawali ketika seseorang dihadapkan pada sesuatu stimulus atau rangsangan yang hadir di lingkungannya. Maksud dari stimulus (rangsangan) itu sendiri adalah setiap masukan atau input yang dapat ditangkap oleh indera.

### **b. Registrasi**

Dalam proses registrasi, suatu gejala yang tampak adalah mekanisme fisik yang berupa penginderaan dan saraf seseorang berpengaruh melalui alat indera yang dimilikinya.

c. Interpretasi

Merupakan suatu aspek kognitif dari persepsi yang sangat penting yaitu proses memberikan arti kepada stimulus yang diterimanya. Proses ini bergantung pada cara pendalamnya, motivasi dan kepribadian seseorang.

d. Umpan balik (feed back)

Setelah melalui proses intepretasi, informasi yang sudah diterima dipersepsikan oleh seseorang dalam bentuk umpan balik terhadap stimulus.

Menurut Bimo Walgito (2010: 102) menyatakan bahwa terjadinya persepsi merupakan suatu yang terjadi dalam tahap-tahap berikut:

- a. Tahap pertama, merupakan tahap yang dikenal dengan nama proses kealaman atau proses fisik, merupakan proses ditangkapnya suatu stimulus oleh alat indra manusia.
- b. Tahap kedua, merupakan tahap yang dikenal dengan proses fisiologis, merupakan proses diteruskannya stimulus yang diterima oleh reseptor (alat indra) melalui saraf-saraf sensoris.
- c. Tahap ketiga, merupakan tahap yang dikenal dengan nama proses psikologik, merupakan proses timbulnya kesadaran individu tentang stimulus yang diterima reseptor.
- d. Tahap ke empat, merupakan hasil yang diperoleh dari proses persepsi yaitu berupa tanggapan dan perilaku.

Berdasarkan pendapat para ahli yang telah dikemukakan, bahwa proses persepsi melalui tiga tahap, yaitu:

- a. Tahap penerimaan stimulus, baik stimulus fisik maupun stimulus sosial melalui alat indra manusia, yang dalam proses ini mencakup pula pengenalan dan pengumpulan informasi tentang stimulus yang ada.
- b. Tahap pengolahan stimulus sosial melalui proses seleksi serta pengorganisasian informasi.
- c. Tahap perubahan stimulus yang diterima individu dalam menanggapi lingkungan melalui proses kognisi yang dipengaruhi oleh pengalaman, cakrawala, serta pengetahuan individu.

Menurut Newcomb, (1978: 207), ada beberapa sifat yang menyertai proses persepsi, yaitu:

- a. Konstansi (menetap): dimana individu mempersepsikan seseorang sebagai orang itu sendiri walaupun perilaku yang ditampilkan berbeda-beda.
- b. Selektif: persepsi dipengaruhi oleh keadaan psikologis si perseptor. Dalam arti bahwa banyaknya informasi dalam waktu yang bersamaan dan keterbatasan kemampuan perseptor dalam mengelola dan menyerap informasi tersebut, sehingga hanya informasi tertentu saja yang diterima dan diserap.

- c. Proses organisasi yang selektif: beberapa kumpulan informasi yang sama dapat disusun ke dalam pola-pola menurut cara yang berbeda-beda.

### **3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Persepsi**

Persepsi lebih bersifat psikologis dari sekedar penginderaan, menurut Irwanto (1989: 90-92) Faktor-faktor yang mempengaruhi hal tersebut:

- a. Perhatian yang selektif

Artinya tidak semua rangsangan (stimulus) harus ditanggapi. Individu cukup memusatkan perhatian pada rangsangan tertentu saja.

- b. Ciri-ciri rangsangan

Berarti bahwa intensitas rangsang yang paling kuat, paling besar atau lebih menarik perhatian untuk diamati.

- c. Nilai-nilai dan kebutuhan individu

Perspsi antar individu yang satu dengan lainnya tidak sama tergantung nilai hidup yang dianutnya dan kebutuhannya.

- d. Pengalaman terdahulu

Suatu hal yang mempengaruhi bagaimana seseorang mempersepsikan dunia sekitar.

Keadaan individu yang dapat mempengaruhi hasil persepsi ada dua sumber, yaitu segi jasmani dan psikologis. Segi jasmani berupa sistem fisiologis. Apabila seseorang mengalami gangguan dalam sistem fisiologisnya, akan mempengaruhi persepsi. Segi psikologis dapat berupa

pengalaman, perasaan, motivasi, dan kemampuan berfikir (Bimo Walgito, 1994 : 55). Bimo Walgito (1994: 110) juga menyatakan bahwa persepsi itu mengandung tiga komponen yang membentuk struktur sikap, yaitu:

- 1) Komponen kognitif (komponen perseptual), yaitu komponen yang berkaitan dengan pengetahuan, pandangan, keyakinan, yaitu hal-hal yang berhubungan dengan bagaimana orang mempersepsi terhadap objek sikap.
- 2) Komponen afektif (komponen emosional), yaitu komponen yang berhubungan dengan rasa senang atau tidak senang terhadap objek sikap. Rasa senang merupakan hal yang positif, sedangkan rasa tidak senang merupakan hal yang negatif.
- 3) Komponen konatif (komponen perilaku, atau *action component*), yaitu komponen yang berhubungan dengan kecenderungan bertindak terhadap objek sikap. Komponen ini menunjukkan intensitas sikap, yaitu menunjukkan besar kecilnya kecenderungan bertindak atau berperilaku seseorang terhadap objek sikap.

Selain itu Saifudin Azwar (2000 : 23) menyatakan struktur sikap terdiri atas 3 komponen yang saling menunjang yaitu :

- 1) Komponen kognitif merupakan representasi apa yang dipercayai oleh individu pemilik sikap, komponen kognitif berisi kepercayaan stereotipe yang dimiliki individu mengenai sesuatu dapat disamakan penanganan (opini) terutama apabila menyangkut masalah isu atau problem yang kontroversial.

- 2) Komponen afektif merupakan perasaan yang menyangkut aspek emosional. Aspek emosional inilah yang biasanya berakar paling dalam sebagai komponen sikap dan merupakan aspek yang paling bertahan terhadap pengaruh-pengaruh yang mungkin adalah mengubah sikap seseorang komponen afektif disamakan dengan perasaan yang dimiliki seseorang terhadap sesuatu.
- 3) Komponen konatif merupakan aspek kecenderungan berperilaku tertentu sesuai dengan sikap yang dimiliki oleh seseorang. Dan berisi tendensi atau kecenderungan untuk bertindak / bereaksi terhadap sesuatu dengan cara-cara tertentu. Dan berkaitan dengan objek yang dihadapinya adalah logis untuk mengharapkan bahwa sikap seseorang adalah dicerminkan dalam bentuk tendensi perilaku.

Dari batasan ini juga dapat dikemukakan bahwa persepsi mengandung komponen kognitif, komponen afektif, dan juga komponen konatif, yaitu merupakan kesediaan untuk bertindak atau berperilaku. Sikap seseorang pada suatu obyek sikap merupakan manifestasi dari kontelasi ketiga komponen tersebut yang saling berinteraksi untuk memahami, merasakan dan berperilaku terhadap obyek sikap. Ketiga komponen itu saling berinterelasi dan konsisten satu dengan lainnya. Jadi, terdapat pengorganisasian secara internal diantara ketiga komponen tersebut.

#### 4. *Massage*

##### a. Sejarah *Massage*

Kata pijat (*massage*) sejak zaman kuno hingga saat ini telah dipakai dalam berbagai bahasa di dunia. Pertama kali pijat (*massage*) ditemukan oleh manusia di muka bumi ini sebagai salah satu kegiatan sederhana yaitu mengelus-ngelus dengan lembut bagian yang dirasa sakit, misalnya dahi dan bagian tubuh lainnya yang terasa panas. Hal ini dilakukan sebagai permulaan sikap atau gerakan spontan untuk dapat menghasilkan efek yang lebih baik (Debdikbud, 1980: 4).

Sampai saat ini belum ada data yang pasti untuk menerangkan siapa manusia pertama kali yang menemukan *massage*, namun dari keterangan di atas telah terbukti bahwa *massage* telah berkembang di seluruh dunia, antara lain: di Cina, India, dan Mesir, hingga hal tersebut menjadikan suatu kebudayaan yang tinggi bagi setiap negara. *Massage* dipergunakan oleh manusia tidak hanya untuk memelihara kesehatan tubuh saja, melainkan sebagai salah satu cara untuk mengobati suatu penyakit.

Seperti halnya di Cina (3000 tahun SM) *massage* digunakan dengan tujuan utama untuk mengaktifkan sirkulasi darah dan hormon di dalam tubuh sebagai penenang, perangsang saraf, dan sebagai pengobatan penyakit tertentu. Sedangkan di India kuno *massage* telah dikenal dan dipraktekkan pada seluruh masyarakat. Hal ini terbukti dengan ditemukannya sebuah buku peninggalan bangsa India yaitu “



Veda” (1800 SM) dari salah satu bab yang berjudul “Ayur”, terdapat ulasan panjang lebar menceritakan tentang kesehatan, *massage* dan senam penyembuhan penyakit.

Negara-negara Eropa, seperti: Swedia, Perancis, Inggris, Belanda, Jerman, dan Rusia merupakan negara pertama kali yang menggunakan pijat (*massage*) *swedia* untuk memelihara olahragawan dan pesenam yang sakit atau mengalami cedera. Hal ini bagi mereka sangat berguna untuk melawan kelelahan, serta mengembalikan kesalahan bentuk atau gangguan fungsi patologis manusia (Debdikbud, 1980: 4-6). Perkembangan *massage* juga terjadi dengan pesat di negara-negara Eropa seperti Swedia, Inggris, Perancis, Belanda, dan Jerman. Negara-negara Eropa menggunakan *massage* untuk perawatan orang sakit dan cedera, pesenam dan olahragawan, serta untuk mengembalikan kebugaran dan melawan kelelahan yang diakibatkan oleh latihan fisik (Bambang Priyonoadi, 2008: 2).

Banyak ahli kesehatan menyadari dan membuktikan bahwa *massage* tidak sekadar cara untuk mendapatkan kesegaran badani, kekuatan tubuh, dan ketenangan jiwa, tetapi mempunyai pengaruh yang lebih luas terutama dalam membantu proses penyembuhan suatu penyakit, kelainan atau gangguan fisik, serta mencegah atau memulihkan cedera (Tjipto Soeroso, 1983: 6). Semakin berkembangnya zaman, pijat (*massage*) akan makin meluas dan dapat dipergunakan oleh masyarakat di seluruh dunia sebagai pusat

terapeutik, tempat rehabilitasi atau rumah sakit, dengan perguruan tinggi atau sekolah-sekolah tertentu sebagai penjamin keilmiahan dan keilmuannya.

Seperti yang diungkapkan oleh Ali Satia Graha dan Bambang Priyonoadi (2009: 9), bahwa era modern saat ini *massage* di dunia olahraga Indonesia dapat berkembang melalui pendidikan formal maupun non formal yang didapat dari pendidikan lewat perkuliahan di perguruan tinggi keolahragaan yang menjamin keilmiahan dan manfaat dari *massage* tersebut. Bila dilihat dari perkembangannya, *massage* dibedakan menjadi beberapa macam, diantaranya: (1) *sport massage*, (2) *segment massage*, (3) *cosmetic massage*, (4) macam *massage* lainnya. Perkembangan macam-macam *massage* yang disebutkan di atas dapat dijelaskan pengertiannya sebagai berikut:

#### 1) *Sport Massage*

*Sport massage* menurut Bambang Priyonoadi (2008: 5) merupakan salah satu jenis *massage* kesehatan yang khusus diberikan kepada orang-orang yang sehat badannya terutama olahragawan. *Massage* ini lebih mengutamakan kepada pengaruhnya yaitu melancarkan peredaran darah. Berikut tujuan *sport massage* secara umum (Bambang Priyonoadi, 2008: 5-6):

- a) Untuk melancarkan peredaran darah terutama dorongan terhadap darah vena menuju jantung.

- b) Mempercepat proses pembuangan sisa-sisa pembakaran dan penyebaran sari-sari makanan ke jaringan.
- c) Merangsang saraf tepi (*perifer*) untuk meningkatkan kepekaan terhadap rangsang.
- d) Menghilangkan ketegangan saraf, mengurangi rasa sakit, hingga dapat menidurkan seseorang.
- e) Membersihkan dan menghaluskan kulit.

## 2) *Segment massage*

Bambang Priyonoadi (2008: 6-7) mengatakan, *segment massage* biasanya digunakan untuk membantu menyembuhkan gangguan atau kelainan fisik, misalnya: gangguan pada bagian tubuh tertentu yang disebabkan oleh cuaca, kerja lembur yang berat, paksaan yang menyebabkan trauma, serta kelainan fisik yang disebabkan karena penyakit tertentu, misalnya: kekakuan persendian sesudah terjadinya radang sendi (*arthritis*), kelayuan atau kelumpuhan otot karena berkurangnya fungsi saraf, keseleo pada sendi, rasa nyeri pada tengkuk, sakit pinggang atau “pegal”. *Segment massage* lebih ditekankan pada pengaruhnya terhadap persarafan, terutama pusat saraf di ruas-ruas tulang belakang beserta serabut-serabut sarafnya. Dinamakan *segment massage* karena dalam pelaksanaannya dilakukan bagian perbagian, yaitu *segment* atau bagian tubuh yang mendapat persarafan dari serabut saraf yang berasal dari ruas-ruas tulang belakang (*saraf spinal*). Serabut-serabut saraf spinal ini

masing-masing bertugas mensarafi daerah tubuh tertentu, mulai dari daerah leher kebawah sampai ke daerah tapak kaki dan tapak tangan. *Massage* yang termasuk dalam kelompok ini, misalnya: *Shiatsu, Tsubo, Frirage, Xigong, Needle Massage, Accupunctur, dan Oriental Massage.*

### 3) *Cosmetic massage*

*Cosmetic massage* atau pijat kecantikan biasanya diterapkan khusus untuk wanita pada bagian muka dan sekitarnya. Manfaat dari pijat ini adalah dapat meningkatkan kecantikan pada wanita, membantu untuk memperpanjang umur atau awet muda dari proses penuaan, menghilangkan keriput, membuat elastis kulit, dan meningkatkan kualitas bentuk kulit wajah (<http://www.en.tcm-china.com>).

### 4) Macam *massage* lainnya

Ada beberapa macam *massage* yang berfungsi sebagai perantara penyembuhan cedera dan rasa sakit, diantaranya adalah: (1) *erotic massage*, (2) *sensuale massage*, (3) *circulo massage*, dan (4) *massage* untuk merangsang jantung. Beberapa macam *massage* di atas sudah tentu masing-masing akan menggunakan cara yang berbeda-beda, baik mengenai teknik, manipulasi, frekuensi, lamanya waktu dipijat, dosis dan kekuatan tekanan maupun daerah-daerah yang digarapnya, selain itu masing-masing pijatan

mempunyai tujuan dan manfaat yang berbeda pula (Bambang Priyonoadi, 2008: 7).

**b. *Sport Massage***

*Sport massage* dikembangkan dan diinspirasi oleh para ahli *massage* di dunia maupun di Indonesia dari zaman nenek moyang hingga saat ini. Perkembangan *sport massage* tersebut digunakan secara lebih khusus dengan tujuan untuk mendapatkan pengaruh yang lebih tepat dengan hasil yang maksimal. Di Indonesia *sport massage* berkembang dan bertambah populer di kalangan atlet pada saat diadakannya pertandingan olahraga akbar, seperti: *Olympiade*, *Sea Games*, Pekan Olahraga Nasional (PON), dan kegiatan olahraga lainnya yang membutuhkan *sport massage* sebagai penyembuhan untuk melawan kelelahan (Bambang Nurdiansyah, 2011: 4).

Bila dilihat dari artinya, *sport massage* berasal dari kata *sport* yang artinya “olahraga” dan kata *massage* berasal dari kata Arab “*mash*” yang berarti “menekan dengan lembut” atau kata Yunani “*massien*” yang berarti “memijat atau melulut”. Atas dasar ini *sport massage* disebut ilmu lulut olahraga (Tjipto Soeroso, 1983: 9). Istilah ini muncul karena *sport massage* khusus diberikan kepada orang yang sehat badannya, terutama olahragawan karena pelaksanaannya memerlukan terbukanya hampir seluruh badan.

*Sport massage* ini, sebagai salah satu ilmu yang sangat penting bagi mereka yang bergerak dibidang keolahragaan, dan kesehatan,

termasuk para pelatih (*coach*) di klub-klub olahraga dan pusat latihan olahraga yang perlu menguasai pengetahuan tentang *massage*, baik pengetahuan teori maupun penguasaan keterampilan dalam praktek. Sebab *sport massage* penting bagi olahragawan didalam usaha meningkatkan dan mempertahankan kondisi fisik serta prestasinya. Seperti yang diungkapkan oleh Mashoed (1979: 3), bahwa *sport massage* merupakan manipulasi yang diterapkan dengan tangan kosong pada kulit yang tidak tertutup dari olahragawan yang sehat pasif, dengan tujuan mempertahankan kondisi tubuh para atlet.

*Massage* tidak hanya berkembang di negara timur saja, melainkan di negara Asia, seperti: di negara Cina terkenal dengan akupunturnya, di India terkenal dengan *ayurveda massage*, dan di Thailand terkenal akan *Thai massage*-nya, sedangkan di Indonesia khususnya di Yogyakarta saat ini terkenal akan *sport massage*. *Sport massage* memiliki teknik dan pegangan (*grip*) yang berbeda-beda pada setiap penatalaksanaannya. Seperti yang diungkapkan oleh Tjipto Soeroso (1978: 11), bahwa manipulasi merupakan cara pegangan atau *grip*, maksudnya adalah cara penggunaan tangan untuk *me-massage* pada daerah-daerah tertentu, serta untuk memberikan pengaruh tertentu pula.

Menurut Bambang Priyonoadi (2008: 8-18) *sport massage* diyakini memiliki berbagai macam manipulasi, diantaranya: *efflurage* (menggosok), *petrissage* (comot-tekan), *shaking* (menggoncang),

*tapotement* (memukul), *friction* (menggerus), *walken*, *vibration* (menggetar), *stroking* (mengurut), *skin-rolling* (melipat kulit), *chiropraktik* (mengeletuk). Pada skripsi ini penulis hanya memaparkan beberapa manipulasi *sport massage* yang dianggap penting dan ada hubungannya dengan pemanfaatan *sport massage* sebelum bertanding. Berikut penjelasan dari masing-masing manipulasi *sport massage* :

1) *Efflurage* (mengosok)

Manipulasi *efflurage* merupakan manipulasi yang paling pokok dalam *sport massage*. Caranya adalah dengan menggunakan seluruh permukaan tapak tangan dan jari-jari untuk menggosok daerah-daerah tubuh yang lebar dan tebal, misalnya: daerah paha, pinggang, dan punggung. Gosokan untuk daerah tubuh yang sempit biasanya menggunakan bagian tapak tangan atau bahkan hanya ujung jari tangan, misalnya menggosok pada daerah antara tulang rusuk (*intercostalis*) dan daerah jari-jari. Manfaat dari manipulasi ini yaitu dapat membantu melancarkan peredaran dan mengalirkan darah di pembuluh balik vena (darah *veneus*) agar dapat cepat kembali ke jantung, sebab dengan cepatnya darah *veneus* ini kembali ke jantung akan mempercepat pula proses pembuangan sisa-sisa pembakaran yang berasal dari seluruh tubuh untuk dibuang melalui alat-alat pembuangan (Tjipto Soeroso, 1983: 11).

Berikut contoh gambar manipulasi *efflurage*:

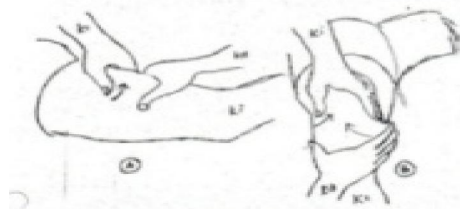


Gambar 1. Manipulasi *efflurage*  
(Sumber: Bambang Priyonoadi, 2008: 47)

## 2) *Petrissage* (comot-tekan)

Manipulasi *petrissage* merupakan gerakan tangan dengan cara menekan dan mengangkat otot menggunakan tangan, siku, ibu jari, atau tiga tangan. Gerakan ini dilakukan dengan *continue*, berirama, bergeser ke samping, dan tangan selalu berhubungan dengan otot-otot (Depdikbud, 1980: 11). Manipulasi *petrissage* ini mempunyai manfaat sebagai pendorong keluarnya sisa-sisa pembakaran dan mempercepat aliran darah ke seluruh tubuh.

Berikut contoh gambar manipulasi *petrissage*:



Gambar 2. Manipulasi *petrissage*  
(sumber: Bambang Priyonoadi, 2008: 50)

## 3) *Shaking* (mengguncang)

Manipulasi *shaking* dapat dilakukan menggunakan seluruh permukaan tapak tangan dan jari-jari dengan cara bersamaan pada



bagian otot yang tebal dan lebar. Otot yang panjang dan sempit cukup dengan menggunakan jari-jari atau satu tapak tangan saja, seolah-olah menjepit otot dengan ujung-ujung jari kemudian digoncang kekanan dan kekiri atau ke atas dan bawah. *Shaking* biasanya hanya diberikan beberapa saat dengan singkat dan kuat karena berat dalam melakukannya (Depdikbud, 1980: 19). Manfaat dari manipulasi *shaking* adalah: (1) meningkatkan kelancaran peredaran darah, terutama dalam penyebaran sari-sari makanan ke dalam jaringan, (2) memacu serabut-serabut otot untuk siap menghadapi tugas yang lebih berat, tanpa memberi pengaruh yang merugikan pada persarafan maupun serabut-serabut otot itu sendiri.

Berikut contoh gambar manipulasi *shaking*:



Gambar 3. Manipulasi *shaking*  
(Sumber: Bambang Priyonoadi, 2008: 52)

#### 4) *Tapotement* (memukul)

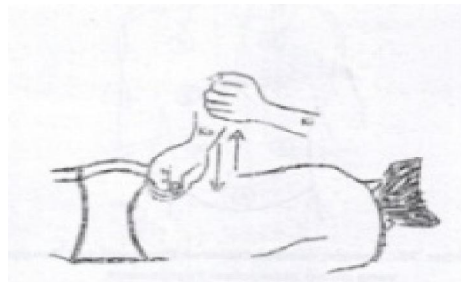
Dalam *sport massage* manipulasi *tapotement* di bagi menjadi 3 macam, yaitu:

##### a) *Tapotement beating*

*Tapotement* ini dilakukan dengan menggunakan dua tangan dalam posisi menggenggam. Pukulan dilakukan pada bagian

yang lunak atau tebal dari sisi bawah tapak tangan. Pukulan dilaksanakan dengan cukup kuat di daerah sepanjang ruas-ruas tulang belakang (*columa vertebralis*). Manfaat dari manipulasi ini adalah: (1) memberikan rangsang yang kuat terhadap pusat saraf spinal beserta serabut-serabut saraf, (2) dapat membantu mendorong keluar sisa-sisa pembakaran yang masih tertinggal di sepanjang sendi ruas-ruas tulang belakang beserta otot-otot disekitarnya, terutama di daerah pinggang (*vertebrae lumbalis*) dan punggung (*vertebrae thoracalis*) (Tjipto Soeroso,1983: 15).

Berikut contoh gambar manipulasi *tapotement beating*:



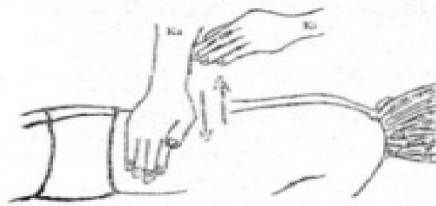
Gambar 4. Manipulasi *tapotement beating*  
(Sumber: Bambang Priyonoadi, 2008: 74).

#### b) *Tapotement Clapping*

*Tapotement clapping* dilakukan menggunakan seluruh permukaan tapak tangan dan jari-jari dengan membentuk cekungan. *Tapotement* ini akan merangsang serabut-serabut syaraf tepi (*perifeer*), terutama diseluruh daerah pinggang dan punggung. Bantalan udara yang ditimbulkan oleh adanya cekungan tapak tangan akan menimbulkan rasa hangat dan

mengurangi rasa sakit. Warna merah yang kemudian timbul pada kulit menunjukkan terjadinya pelebaran pembuluh darah (*vasodilatasi* pada pembuluh darah), berarti meningkatnya kelancaran peredaran darah dan penyebaran sari makanan di daerah tersebut (Bambang Priyonoadi, 2008: 12-13).

Berikut contoh gambar manipulasi *tapotement clapping*:



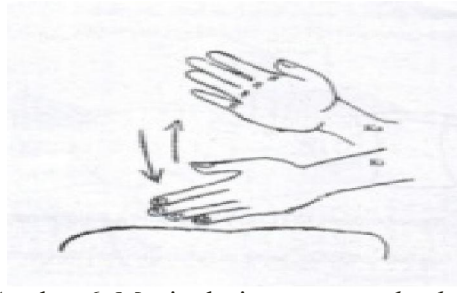
Gambar 5. Manipulasi *tapotement clapping*  
(Sumber: Bambang Priyonoadi, 2008: 75).

### c) *Tapotement Hacking*

*Tapotement hacking* yaitu manipulasi yang dapat dilakukan dengan menggunakan seluruh jari-jari. Pukulan dilakukan dengan posisi miring diseluruh daerah pinggang dan punggung, dengan jari-jari kendur dan relaks memukul kulit secara bergantian dan berirama. Pukulan yang dilakukan dengan cukup kuat tetapi luwes ini akan merangsang serabut saraf tepi, melancarkan peredaran darah dan juga merangsang organ-organ tubuh dibagian dalam. *Tapotement* yang dilakukan dengan lembut dan halus memberikan pengaruh penenangan dan penyegaran, hingga dapat menidurkan seseorang. *Tapotement* yang dilakukan dengan cukup kuat dan

lunak akan merangsang saraf dan serabut otot untuk meningkatkan kemampuan kontraksinya untuk menghadapi kerja yang lebih berat.

Berikut contoh gambar manipulasi *tapotement hacking*:



Gambar 6. Manipulasi *tapotement hacking*  
(Sumber: Bambang Priyonoadi, 2008: 76).

#### 5) *Friction* (menggerus)

Pelaksanaan *friction* biasanya menggunakan ujung-ujung jari untuk daerah yang berlekuk-lekuk sempit, misalnya: otot-otot di kiri-kanan ruas-ruas tulang belakang. Daerah tubuh yang datar dan lebar biasanya menggunakan pangkal tapak tangan, kadang digunakan pula ujung siku untuk daerah otot yang sangat tebal, misalnya: pada daerah otot pantat dan otot punggung, dengan maksud supaya dapat mencapai sasaran yang lebih dalam. Manipulasi *friction* biasanya dilakukan dengan gerakan melingkar seperti spiral yang mempunyai manfaat, diantaranya: (1) dapat merangsang serabut saraf dan otot-otot yang terletak di dalam permukaan tubuh, (2) gerakannya yang spiral akan membantu menghancurkan miogelosis, yaitu timbunan dari sisa-

sisanya pembakaran yang menyebabkan pengerutan pada otot (Wara Kushartanti, 2003: 11).

Berikut contoh gambar manipulasi *friction*:



Gambar 7. Manipulasi *friction*  
(Sumber: Bambang Priyonoadi, 2008: 68).

6) *Walken* (variasi dari menggosok)

Manipulasi *walken* merupakan variasi dari manipulasi *effleurage* (*menggosok*). Manipulasi ini hanya digunakan untuk daerah-daerah tertentu, misalnya: daerah pinggang dan punggung, dengan maksud untuk lebih menyempurnakan pengambilan sisa-sisa pembakaran oleh darah dan segera dapat dibawa ke jantung. Gerakan *walken* merupakan gosokkan dengan menggunakan seluruh tapak tangan dan jari-jari dengan pergerakan maju mundur bergantian antara tangan kanan dan kiri. Tekanan pada *walken* akan mendapatkan hasil yang lebih baik apabila dilakukan dengan cukup kuat, dan otot-otot pada tubuh benar-benar tertekan atau terperas. Manipulasi *walken* baik diberikan sesudah *friction*, dimana banyak sisa pembakaran yang terdorong keluar sesudah terjadinya gerakan gerusan.

Berikut contoh gambar manipulasi *walken*:



Gambar 8. Manipulasi *walken*  
(Sumber: Bambang Priyonoadi, 2008: 81).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *sport massage* merupakan suatu jenis *massage* olahraga yang dilakukan untuk membantu seseorang dalam mengatasi ketegangan otot, kelelahan akibat aktivitas sehari-hari ataupun sebelum dan setelah latihan fisik yang berat dengan cara dipijat agar peredaran darah kembali lancar dan dapat beraktivitas dengan normal.

#### 7) *Vibration* (menggetar)

Menurut Mashoed, (1979: 55) bahwa Manipulasi *vibration* menggunakan ujung-ujung jari atau seluruh telapak tangan. Manipulasi *vibration* merupakan manipulasi yang sulit dan sukar. Getaran yang terjadi dari gerakan *vibration* merupakan kontraksi isometrik dari otot-otot lengan bawah dan otot-otot lengan atas. Manipulasi *vibration* akan merangsang saraf secara halus dan lembut sehingga akan menenangkan serta melemahkan ketegangan saraf. Tujuan *vibration* adalah menghilangkan ketegangan jaringan-jaringan pada jalan syaraf.

8) *Skin-rolling* (melipat kulit)

Manipulasi *skin-rolling* dapat menggunakan satu tangan atau dua tangan bersama-sama. Manipulasi dilakukan dengan menjepit kulit dengan ibu jari di satu pihak serta tiga atau empat jari di pihak yang lain. Jepitan digerakkan dengan berjalan ke depan. Ibu jari mendorong ke depan dan jari yang lain berjalan ke mukanya (Bambang priyonoadi, 2008: 6).

9) *Chiropraktis* (Mengegetuk)

Memiliki fungsi hampir sama dengan *skin-rolling* hanya berbeda perkenaanya adalah daerah persendian (Bambang Priyonoadi, 2008: 18).

**c. Fisiologi Otot, Saraf, dan Hormon**

Fisiologi adalah turunan biologi yang mempelajari bagaimana kehidupan berfungsi secara fisik dan kimiawi. Istilah ini dibentuk dari kata Yunani Kuno φύσις, *physis*, "asal-usul" atau "hakikat", dan λογία, *logia*, "kajian". Fisiologi menggunakan berbagai metode ilmiah untuk mempelajari biomolekul, sel, jaringan, organ, sistem organ, dan organisme secara keseluruhan menjalankan fungsi fisik dan kimiawi untuk mendukung kehidupan

(Sumber: <http://id.wikipedia.org/wiki/Fisiologi>).

## 1) Fisiologi Otot

Fungsi otot adalah untuk berkontraksi agar dapat menggerakkan tubuh dan bagian-bagiannya. Otot mengandung protein kontraktil, sehingga apabila ada rangsangan, maka otot akan berkontraksi. Jaringan otot dapat mengubah energi kimia menjadi energi mekanik disertai pelepasan panas (Junusul Hairy, 1989: 15).

### a) Jenis-jenis kontraksi otot

Terdapat dua jenis kontraksi otot , antara lain sebagai berikut:

#### 1) Kontraksi isotonik

Proses kontraksi yang menyebabkan pemendekan panjang otot, tonus tidak berubah dan terjadi pemendekan sarkomer. Sebagai contoh saat mengangkat beban yang tidak terlalu berat sehingga beban terangkat (Jeremy Ward dkk, 2009: 111).

#### 2) Kontraksi isometris

Kontraksi isometris yaitu kontraksi sekelompok otot untuk mengangkat atau mendorong beban yang yang tidak bergerak dengan tanpa gerakan anggota tubuh dan panjang otot tidak berubah, akan tetapi terjadi peningkatan ketegangan dalam otot contohnya saat mengangkat atau mendorong benda yang tidak dapat digerakkan.



## Fisiologi Saraf

Sistem saraf terdiri dari dua bagian, yaitu sistem saraf pusat dan sistem saraf tepi. Sistem saraf pusat terdiri dari otak dan medulla spinalis, yang menginterpretasi informasi dari luar tubuh. Sistem saraf tepi, terdapat diseluruh tubuh yang menghubungkan reseptor dengan sistem saraf pusat. saraf eferen membawa informasi dari otak atau medulla spinalis keseluruh tubuh yang terdiri atas dua bagian, yaitu saraf volunter yang bertanggung jawab mengatur otot dan saraf involunter (otonomik). Saraf involunter atau sistem saraf otonom terdiri dari sistem saraf simpatis dan parasimpatis (Ali Satia Graha dan Bambang Priyonoadi, 2009: 34).

Menurut Syaifuddin (2009: 199-200) Reseptor dapat di klasifikasikan berdasarkan stimulus yang mempengaruhi ujung reseptor jenis sensasi yang terdeteksi reseptor. Reseptor sensoris mendeteksi rangsang sensoris seperti sentuhan, suara, cahaya, dingin, dan hangat. Reseptor sensoris di bagi menjadi lima yaitu:

- a) *Mekano reseptor* : reseptor mekanik yang mendeteksi perubahan bentuk reseptor seperti kulit, otot rangka, persendian dan organ vesiral.
- b) *Thermoreseptor* : mendeteksi perubahan suhu, suhu dingin dan panas yang merupakan aliran saraf bebas dalam kulit dan sensitif akan perubahan suhu dalam darah.

- c) *Nosiseptor* : mendeteksi nyeri, biasanya disebabkan kerusakan fisik maupun kerusakan kimia, terdapat pada hipotalamus otak.
- d) *Reseptor elektromagnetik* : mendeteksi perubahan cahaya pada retina mata, perubahan cahaya akan membuat perubahan gelombang spektrum elektromagnetik.
- e) *Kemoreseptor* : mendeteksi pengecap dalam mulut, bau dalam hidung, kadar O<sub>2</sub> dalam darah arteri, osmolitas cairan tubuh, konsentrasi CO<sub>2</sub> dan faktor bahan kimia tubuh.

## 2) Hormon

Hormon *endorfin* adalah senyawa kimia yang membuat seseorang merasa senang. *Endorfin* diproduksi oleh kelenjar pituitary yang terletak di bagian bawah otak. Hormon ini bertindak seperti *morphine*, bahkan 200 kali lebih besar dari *morphine*. *Endorfin* atau *Endorphine* mampu menimbulkan perasaan senang dan nyaman hingga membuat seseorang berenergi. Selama ini *endorphin* sudah dikenal sebagai zat yang banyak manfaatnya. Beberapa diantaranya adalah, mengatur produksi hormon pertumbuhan dan seks, mengendalikan rasa nyeri serta sakit yang menetap, mengendalikan perasaan stres, serta meningkatkan sistem kekebalan tubuh.

*Endorphine* sebenarnya merupakan gabungan dari endogenous dan *morphine*, zat yang merupakan unsur dari protein yang diproduksi oleh sel-sel tubuh serta sistem syaraf manusia. *Endorphan* dalam

tubuh bisa dipicu munculnya melalui berbagai kegiatan, seperti pernapasan yang dalam, relaksasi, serta meditasi. Karena *endorphine* diproduksi oleh tubuh manusia sendiri, maka *endorphine* dianggap sebagai zat penghilang rasa sakit yang terbaik (Sumber: <http://www.naqsdna.com/2012/01/endorfin-si-hormon-dewa-kebahagiaan.html>).

**d. Manfaat *Sport Massage***

Bambang Priyonoadi (2008: 5-6) mengungkapkan, tujuan dan manfaat *Sport massage* secara umum adalah:

- 1) Melancarkan peredaran darah, terutama dorongan terhadap darah *veneus* atau darah yang menuju ke jantung. Kelancaran peredaran darah ini selanjutnya akan mempercepat proses pembuangan sisa-sisa pembakaran dan penyebaran sari makanan ke jaringan-jaringan tubuh.
- 2) Merangsang persarafan, terutama saraf tepi (*perifer*) untuk meningkatkan kepekaan terhadap rangsang.
- 3) Meningkatkan ketegangan otot dan kekenyalan otot (*elasticity*) untuk mempertinggi daya kerjanya. *Sport massage* akan membantu proses kontraksi otot yaitu penegangan dan pemendekan otot dengan maksimal.
- 4) Membersihkan dan menghaluskan kulit.
- 5) Mengurangi atau menghilangkan ketegangan saraf dan mengurangi rasa sakit, hingga dapat menidurkan pasien.

*Sport massage* ini diberikan setelah melakukan masa pertandingan dengan maksud untuk merelaksasi otot dan persendian yang telah bekerja keras, beberapa efek dari *Sport massage* adalah sebagai berikut:

- 1) *Sport massage* membantu dalam menghilangkan tumpukan asam laktat.
- 2) *Sport massage* membantu otot untuk mengambil oksigen dan gizi yang lebih cepat sehingga mempercepat penyembuhan.
- 3) *Sport massage* untuk melepaskan ketegangan atau stres otot yang disebabkan karena kelebihan aktivitas fisik.
- 4) *Sport massage* membantu membongkar jaringan parut yang biasanya berpengaruh pada otot, tendons dan ligament yang merusak kinerja.
- 5) *Sport massage* membantu meningkatkan elastisitas dari jaringan.

Efek fisiologis dari *Sport massage* adalah:

- 1) *Sport massage* membantu mengurangi rasa sakit.
- 2) *Sport massage* membantu relaksasi otot.

Efek psikologis dari *Sport massage* termasuk:

- 1) Mengurangi tingkat stress, karena otot dan syaraf menjadi relaksasi.
- 2) Merangsang rasa senang dan nyaman

(Sumber <http://rivokempoel.wordpress.com/2010/05/10/efek-sport-massage/>).

Efek *Sport massage* terhadap peredaran darah, limfe, kulit, otot dan saraf menurut Bambang Wijanarko dan Slamet Riyadi (2010: 41), dijelaskan sebagai berikut:

1) Efek *Sport massage* terhadap peredaran darah dan *lymphe*

*Sport massage* menimbulkan efek memperlancar peredaran darah. Manipulasi yang dikerjakan dengan gerakan yang menuju kearah jantung, secara mekanis akan membantu mendorong pengaliran darah dalam pembuluh vena menuju ke jantung. *Massage* juga membantu pengaliran cairan limfe menjadi lebih cepat, ini berarti membantu penyerapan sisa-sisa pembakaran yang tidak diperlukan lagi.

2) Efek *Sport massage* terhadap kulit

*Sport massage* memberi efek melonggarkan perlekatan dan menghilangkan penebalan-penebalan kecil yang terjadi pada jaringan dibawah kulit, dengan demikian memperbaiki penyerapan.

3) Efek *Sport massage* terhadap jaringan otot

*Sport massage* memberi efek memperlancar proses penyerapan sisa-sisa pembakaran yang berada didalam jaringan otot yang dapat menimbulkan kelelahan. Dengan manipulasi yang memberikan penekanan dan peremasan kepada jaringan otot maka darah yang ada didalam jaringan otot, yang mengandung zat-zat sisa pembakaran yang tidak diperlukan lagi terlepas keluar dari jaringan otot dan masuk kedalam pembuluh vena. Kemudian saat penekanan

kendor maka darah yang mengandung bahan bakar baru mengalirkan bahan tersebut ke jaringan, sehingga kelelahan dapat dikurangi.

Bambang Priyonoadi (2008: 35) mengungkapkan, hal-hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan *Sport massage* antara lain:

a. Frekuensi *massage*

Olahragawan idealnya harus *dimassage* setiap hari, atau setidaknya setelah sesi pelatihan yang sangat berat. Perlakuan standar bagi olahragawan di banyak negara eropa timur, tetapi untuk alasan ekonomis dan praktis hal ini tidak umum di barat. Para olahragawan kompetitif harus diberikan *sport masssage* setidaknya sekali seminggu. Idealnya dilakukan setelah sesi pelatihan yang paling sulit dalam seminggu (Bambang Priyonoadi, 2008: 35).

b. Lama waktu *Sport massage*

Waktu normal untuk *Sport massage* seluruh tubuh baiknya antara satu dan satu setengah jam, *masseur* sering menemukan daerah yang memerlukan perhatian khusus yang juga harus ditangani selama waktu yang dialokasikan untuk sesi secara keseluruhan (Bambang Wijanarko dan Slamet Riyadi, 2010: 37).

c. Tekanan

Tidak ada standar khusus untuk besar tekanan dalam *Sport massage*. Setiap olahragawan dan *massage* masing-masing akan memiliki kebutuhan yang berbeda, tekanan dan gosokan terhadap

tulang harus dihindari atau dikurangi kekuatannya, terutama pada manipulasi *effleurage*, *petrissage* dan *friction*.

e. ***Sport Massage* Sebelum Pertandingan**

*Sport massage* sebelum pertandingan adalah *massage* yang dilakukan sebelum pertandingan dan sebagai *massage* persiapan pertandingan. *Sport massage* sebelum bertanding bermanfaat untuk meningkatkan derajat suhu tubuh dan mempersiapkan otot-otot dan persendian. Manipulasi yang diberikan adalah *friction* yang kuat, *petrissage*, *vibration* dan *shaking* yang kuat (Patricia J. Benjamin, 2005: 74).

*Massage* sebelum pertandingan (*pre-event massage*) merupakan jenis *massage* yang digunakan sebagai pelengkap dari kegiatan pemanasan atlet untuk meningkatkan sirkulasi peredaran darah dan *limfe* serta untuk mengurangi ketegangan otot sebelum bertanding. *Massage* jenis ini dilakukan beberapa saat sebelum kompetisi (Hemmings, 2001: 165). *Massage* sebelum pertandingan dilakukan idealnya dilakukan selama 10-15 menit. *Massage* dengan intensitas ringan dan jangka waktu terlalu lama akan menurunkan kemampuan kontraksi otot. Jenis manipulasi yang digunakan biasanya adalah teknik Swedia *Efflurage*, *Shaking*, *petrissage*, *vibration*, *Tapotement*, dan *frictions* (Goats, 1994: 149). Dari teknik ini *eufleurage* cepat dilakukan untuk menstimulasi dan menghangatkan otot serta *petrissage* untuk melancarkan kerja otot dan mengurangi ketegangan otot. *Eufleurage*

pada umumnya bersifat relaksatif akan tetapi apabila dilakukan dengan cepat dapat bersifat stimulatif. Bagian tubuh yang di *massage* bervariasi tergantung dengan jenis olahraganya namun pada umumnya target utama *massage* adalah kaki dan punggung. *Massage* sebelum pertandingan dilakukan sebelum pemanasan sehingga efek fisiologis pemanasan dapat terjadi secara bertahap.

Hemming (2000: 109) mengemukakan beberapa hal yang perlu diperhatikan pada *massage* sebelum pertandingan adalah sebagai berikut :

- 1) Gunakan teknik masase sesuai dengan tujuan kompetisi.
- 2) Masase ditujukan untuk menimbulkan *hyperimia* jangka panjang.
- 3) Masase diawali dengan intensitas ringan kemudian secara bertahap ditingkatkan tekanan dan kecepatannya.
- 4) Masseur tidak diperkenankan untuk memeberikan komentar negatif kepada atlet untuk mencegah turunnya mental atlet.
- 5) Apabila ditemukan terjadi cedera, kekakuan otot yang sangat, hal ini sebaiknya dikemukakan terlebih dulu pada pelatih untuk ditindaklanjuti oleh pelatih
- 6) Waktu masase memperhitungkan waktu pertandingan, sebagai contoh bila pertandingan akan dimulai dalam 30 menit, masase dilakukan secara singkat (5-10 menit) sehingga masih terdapat waktu untuk pemanasan.



- 7) Pada olahraga *endurance*, teknik masase ditujukan untuk fleksibilitas.
- 8) Pada olahraga dengan kebutuhan kekuatan, target masase adalah otot spesifik yang dipakai dalam pertandingan.

*Sport massage* diberikan sebelum bertanding untuk mempersiapkan atlet secara fisik dan mental untuk bertanding, untuk mengurangi potensi cedera, dan untuk memfasilitasi pemulihan atau peningkatan *performance*. *Sport massage* digunakan pada kegiatan bervariasi dengan jenis aktivitas, kebutuhan atlet. Pada tingkat fisik, tujuan *sport massage* pra kompetisi meningkatkan sirkulasi darah untuk membawa oksigen ke otot, pemanasan jaringan ikat, mengurangi ketegangan otot yang berlebihan, dan peregangan yang optimal. Tujuan mental dan emosional adalah untuk meningkatkan kejernihan mental, fokus dan mengurangi kecemasan sebelum kompetisi. *Massage* merupakan bagian dari ritual persiapan seorang atlet (Patricia J. Benjamin, 2005: 75).

## **5. Hakikat Sepak Bola**

Sepak bola adalah permainan beregu yang di mainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan sebelas orang pemain termasuk penjaga gawang. Peraturan permainan meliputi periode waktu dua kali 45 menit, tanpa time-out dan hanya sedikit pergantian pemain (Luxbacher, Joseph A, 2004: 2). Tujuan dari masing-masing regu adalah berusaha menguasai bola dan memasukkan ke dalam gawang lawannya sebanyak mungkin dan berusaha mematahkan serangan lawan untuk melindungi

atau menjaga gawangnya agar tidak kemasukan bola. Permainan dilakukan dalam dua babak, antara babak pertama dan kedua diselingi waktu untuk istirahat. Regu yang dinyatakan menang adalah regu yang sampai batas akhir permainan lebih banyak memasukkan bola ke dalam gawang lawan.

## **6. Tim PS UNY**

Tim Sepak Bola PS UNY adalah bagian dari suatu wadah yang lebih dikenal dengan UKM ( Unit Kegiatan Mahasiswa ) Sepak Bola yang di bina oleh bpk. Nawan Primasani, S.Pd.Jas. Tim sepak bola Universitas Negeri Yogyakarta terdiri dari LPI (Liga Pendidikan Indonesia), PS UNY (Perkumpulan Sepak bola UNY) dan Futsal yang terbagi menjadi dua yaitu tim putra dan tim putri. Adapun prestasi tim PS UNY selama 3 tahun terakhir adalah meraih peringkat II kompetisi divisi utama pengcab kota, peringkat II kompetisi divisi utama pengcab kota, peringkat III piala walikota, peringkat IV kompetisi divisi utama pengcab kota, peringkat III piala walikota. Tim PS UNY yang terdiri dari 30 orang dari berbagai macam fakultas seperti FIK, FBS, FIP. Jadwal latihan setiap hari Selasa dan Jum'at pukul 15.00 wib di lapangan Stadion Atletik Sepak bola UNY.

### **B. Penelitian yang Relevan**

Belum ada penelitian yang membahas tentang persepsi pemain PS UNY terhadap manfaat *sport massage* sebelum bertanding. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Akhmad Ajib (2009) penelitian yang berjudul “Persepsi Atlet Sepak Bola PSIS Semarang terhadap Pemanfaatan *Sport Massage* Sebelum Bertanding Tahun 2009”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa,

84.62% responden mencapai kriteria sangat manfaat karena responden memanfaatkan *sport massage* dengan mengerti efek terhadap fisik dan psikis sebelum melakukan pertandingan sehingga responden berasumsi bahwa pemanfaatan *sport massage* sebelum bertanding merupakan kebutuhan yang harus dipenuhi dan tidak bisa dihindarkan lagi. Sedangkan 15.38% responden mencapai kriteria manfaat karena responden tidak begitu mengharuskan untuk memanfaatkan *sport massage* sebelum bertanding walaupun responden tahu efek positif terhadap fisik dan psikis. Jadi sebelum bertanding ada kalanya responden melakukan *sport massage* dan ada kalanya tidak. Simpulan dalam penelitian ini adalah 84.62% sangat manfaat dan 15.38% manfaat.

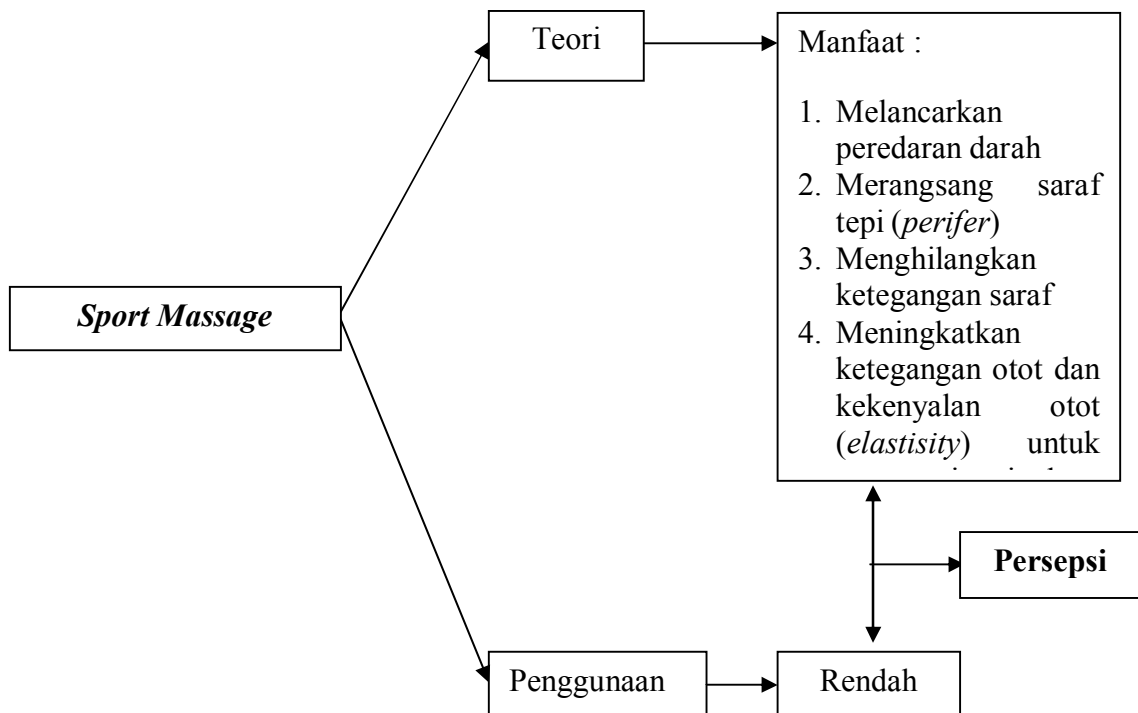
### **C. Kerangka Berfikir**

Persepsi merupakan aktivitas menerima stimuli, mengorganisasikan stimuli tersebut atau menafsirkan stimuli yang terorganisasi sedemikian rupa hingga ia dapat mempengaruhi perilaku dan membentuk sikap. Persepsi dapat muncul dipengaruhi oleh obyek-obyek di lingkungan sekitar, proses terbentuknya persepsi sangat kompleks, dan ditentukan oleh dinamika yang terjadi dalam diri seseorang ketika ia mendengar, mencium melihat, merasa, atau bagaimana dia memandang suatu obyek dalam melibatkan aspek psikologis dan panca inderanya.

Persepsi seseorang juga dapat muncul terhadap *sport massage*, yang mana *sport massage* merupakan salah satu jenis *massage* kesehatan yang khusus diberikan kepada orang-orang yang sehat badannya terutama

olahragawan. Hasil dari *sport massage* akan memberikan persepsi dari pengguna *sport massage*. *Sport massage* dapat diberikan kepada siapapun yang berguna untuk kesehatan, salah satunya diberikan kepada pemain sepak bola ketika sebelum bertanding, sehingga dapat meningkatkan *performance* ketika bertanding.

Dari kenyataan dilapangan peneliti melihat *sport massage* jarang diberikan kepada pemaian sebelum bertanding, seperti halnya bagi pemain perkumpulan sepak bola Universitas Negeri Yogyakarta. Padahal kajian secara teoritik bahwa *sport massage* sangat baik diberikan sebelum bertanding. Hal tersebut menjadi perhatian penulis untuk mengetahui secara ilmiah melalui penelitian skripsi dengan judul “Persepsi Pemain Perkumpulan Sepak Bola Universitas Negeri Yogyakarta Terhadap Manfaat *Sport Massage* Sebelum Bertanding.”



Gambar 9. Kerangka Berfikir