

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
<i>RINGKESAN</i>	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR ISI	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian	8
1.3.1 Tujuan Penelitian	8
1.3.2 Manfaat Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Kesejahteraan Sosial	10

2.1.1 Pengertian dan Hakikat Kesejahteraan Sosial.....	10
2.1.2 Kesejahteraan Sosial dalam Konteks Atlet Polo Air di Puslatda	11
2.2 Konsep Pekerjaan Sosial	12
2.2.1 Pengertian Pekerjaan Sosial	12
2.2.2 Tujuan Pekerjaan Sosial	13
2.2.3 Fokus Pekerjaan Sosial	13
2.2.4 Prinsip Pekerjaan Sosial	14
2.2.5 Peran Pekerja Sosial.....	14
2.3 Masalah Sosial	16
2.3.1 Definisi dan Dinamika Masalah Sosial di Lingkungan Puslatda	16
2.3.2 Disfungsi Sosial pada Atlet.....	17
2.3.3 Penanganan Masalah melalui Intervensi Pekerjaan Sosial	18
2.4 Konsep Strategi Koping	19
2.4.1 Strategi <i>Problem-Focused Coping</i>	19
2.4.2 Strategi <i>Emotion-Focused Coping</i>	20
2.4.3 Strategi <i>Avoidance-Focused Coping</i>	20
2.4.4 Teori Strategi Koping Endler dan Parker.....	21
2.5 Teori Koping Lazarus dan Folkman	23

2.5.1 Konsep Dasar dan Hakikat Coping	23
2.5.2 Proses Penilaian Stres (<i>Cognitive Appraisal</i>)	25
2.5.3 Relevansi Teori dalam Konteks Olahraga Prestasi	27
2.6 Konsep Atlet (Stres Atlet dan Atlet Polo Air)	29
2.6.1 Pengertian Atlet dan Olahraga Polo Air.....	29
2.6.2 Dinamika dan Karakteristik Stres pada Atlet Elit	30
2.6.3 Faktor dan Dampak Stres Atlet	33
2.6.3.1 Faktor Stres Atlet	33
2.6.3.1.1 Faktor Internal.....	34
2.6.3.1.2 Faktor Eksternal.....	34
2.6.3.1.3 Faktor Sosial	35
2.6.3.1.4 Faktor Fisik dan Kesehatan	35
2.6.3.2 Dampak Stres Atlet.....	36
2.6.3.2.1 Dampak Fisik.....	37
2.6.3.2.2 Dampak Psikologis	38
2.6.3.2.3 Dampak Perilaku.....	38
2.6.4 Profil dan Tantangan Psikofisik Atlet Polo Air Putri.....	39
2.7 Penelitian Terdahulu (<i>State of Art</i>)	41
BAB III METODE PENELITIAN	53
3.1 Desain Penelitian.....	53
3.2 Lokasi Penelitian.....	53
3.3 Teknik Pemilihan Informan	54

3.4 Sumber dan Jenis Data	56
3.4.1 Data Primer	56
3.4.2 Data Sekunder	56
3.5 Teknik Pengumpulan Data	57
3.5.2 Observasi.....	57
3.4.3 Wawancara	58
3.4.4 Studi Dokumen	59
3.5 Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data	59
3.5.1 Triangulasi Sumber	59
3.5.2 Triangulasi Metode	60
3.6 Teknik Analisis Data	61
3.6.1 Reduksi Data (<i>Data Reduction</i>)	61
3.6.2 Penyajian Data (<i>Data Display</i>)	62
3.6.3 Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi (<i>Conclusion Drawing/Verification</i>)	62
3.7 Jadwal Penelitian.....	63
BAB VI GAMBARAN LOKASI PENELITIAN	64
4.1 Gambaran Umum Lokasi	64
4.1.1 Profil Dormitory (Asrama) UPI	66

4.1.2 Gambaran Umum Polo Air Putri Jawa Barat.....	67
4.2 Karakteristik Subjek dan Identitas Informan	69
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	73
5.1 Strategi Koping Stres Atlet Polo Air Putri Jawa Barat	73
5.1.1 Penerapan <i>Problem-Focused Coping</i>	73
5.1.1.1. Pencarian Umpan Balik (<i>Feedback</i>) Proaktif	74
5.1.1.2 Penerimaan Evaluasi Langsung.....	74
5.1.1.3 Penggunaan Teknologi (Evaluasi Rekaman Video)	75
5.1.1.4 Identifikasi Kesalahan secara Sistematis.....	76
5.1.2 Penggunaan <i>Emotion-Focused Coping</i>	76
5.1.2.1 Regulasi Pernapasan (<i>Inhale-Exhale</i>)	76
5.1.2.2 Afirmasi Positif melalui <i>Self-Talk</i>	77
5.1.2.3 Pencarian Dukungan Emosional	78
5.1.3 Kecenderungan <i>Avoidance-Focused Coping</i>	79
5.1.3.1 Wisata Kuliner dan Belanja.....	80
5.1.3.2 Rekreasi Alam Terbuka (Mendaki Gunung)	80
5.1.3.3 Konsumsi Makanan Manis.....	81
5.2 Faktor Pendukung dan Penghambat Strategi Koping	85
5.2.1 Faktor Pendukung	85
5.2.1.1 Solidaritas dan Kohesi Tim	86
5.2.1.2 Dukungan Keluarga dan Orang Terdekat	87
5.2.1.3 Motivasi Internal dan Afirmasi Mandiri.....	88
5.2.2 Faktor Penghambat	89

5.2.2.1 Kelelahan Fisik Kronis dan Risiko Cedera.....	89
5.2.2.2 Kondisi Mess/Asrama yang Kurang Kondusif	91
5.2.2.3 Kurangnya Kepekaan Lingkungan Sosial/Otoritas	91
5.3 Upaya dalam Mengatasi Hambatan Strategi Koping	95
5.3.1 Inisiatif Mandiri Atlet	96
5.3.2 Dukungan Sistemik dari Pelatih dan Manajemen	98
5.4 Implikasi Peran Pekerja Sosial sebagai Media Pemecahan Masalah	100
5.4.1 Intervensi Melalui Metode <i>Social Case Work</i> (Penanganan Individu)....	101
5.4.2 Intervensi Melalui Metode <i>Social Group Work</i> (Penanganan Kelompok)	
.....	103
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	105
6.1 Kesimpulan	105
6.2 Saran.....	107
DAFTAR PUSTAKA	108
LAMPIRAN.....	111