

**TINGKAT PENGETAHUAN PELATIH FUTSAL ASOSIASI
PSSI KOTA BOGOR TENTANG PENANGANAN CEDERA
OLAHRAGA DENGAN METODE RICE**

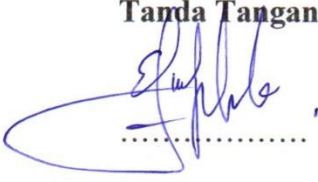


**JIHAD SABIILI
6815164585**

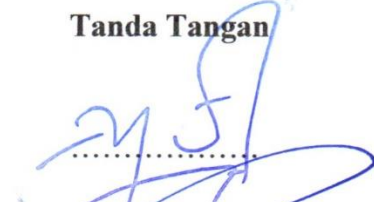
**Skripsi Ini disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Olahraga**


**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU OLARAGA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
FEBRUARI, 2021**


LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

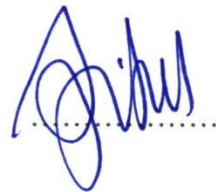
| Nama | Tanda Tangan | Tanggal |
|---|--|--------------------|
| Pembimbing I, <u>Eko Juli Fitrianto, S.Or.,M.Kes,AIFO</u> NIP. 19810731 2006041 001 |  | 15/2 2021 |

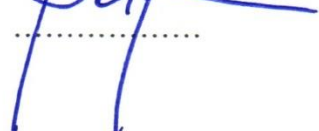
| | | |
|---|--|--------------------|
| Pembimbing II, <u>Nur Fitranto, M.Pd</u> NIP. 19850618 201504 1 002 |  | 11/2 2021 |
|---|--|--------------------|

| Nama | Jabatan | Tanda Tangan | Tanggal |
|--|---------|---|--------------------|
| <u>Dr. Yasep Setiakarmawijaya, M.Kes</u> NIP. 19740906 200112 1 002 | Ketua |  | 16/2 2021 |

| | | | |
|---|------------|--|--------------------|
| <u>Kuswahyudi, S.Or.,M.Pd</u> NIP. 19850925 201504 1 003 | Sekretaris |  | 11/2 2021 |
|---|------------|--|--------------------|

| | | | |
|--|-----------|--|--------------------|
| <u>Eko Juli Fitrianto, S.Or.,M.Kes, AIFO</u> NIP. 19810731 200604 1 001 | Anggota I |  | 15/2 2021 |
|--|-----------|--|--------------------|

| | | | |
|---|------------|--|--------------------|
| <u>Nur Fitranto, M.Pd</u> NIP. 19850618 201504 1 002 | Anggota II |  | 11/2 2021 |
|---|------------|--|--------------------|

| | | | |
|--|-------------|--|--------------------|
| <u>Prof. Dr. Ramdan Pelana, M.Or</u> NIP. 19790811 200501 1 001 | Anggota III |  | 15/2 2021 |
|--|-------------|--|--------------------|

Tanggal Lulus : 25 Januari 2021

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasi orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 27 Januari 2021

Yang membuat pernyataan,



NIM. 6815164585



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : JIHAD SABILLI
NIM : 6815164585
Fakultas/Prodi : F10 / Ilmu Keolahragaan
Alamat email : jihadsabili6@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

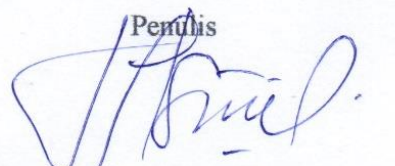
Tingkat Pengetahuan Pelatih Futsal Asosiasi
PSSI Kota Bogor Tentang penanganan cedera
olahraga dengan Metode RICE

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta 16 Maret 2021

Penulis

(JIHAD SABILLI)
nama dan tanda tangan

TINGKAT PENGETAHUAN PELATIH FUTSAL ASOSIASI PSSI KOTA BOGOR TENTANG PENANGANAN CEDERA OLAHRAGA DENGAN METODE RICE

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan pelatih futsal Asosiasi PSSI Kota Bogor tentang penanganan cedera olahraga dengan metode RICE dan penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif pada pelatih Futsal Asosiasi PSSI Kota Bogor. Populasi dengan subjek dalam penelitian ini adalah seluruh pelatih futsal yang memiliki lisensi dan terdaftar di asosiasi PSSI kota Bogor yang berjumlah 30 orang. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan angket melalui google form kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis data deskriptif kualitatif. Selanjutnya untuk menghitung persentase yang termasuk dalam kategori di setiap aspek digunakan rumus dari Anas Sudijono (2006: 3), yaitu: $P = F/N \times 100\%$. Berdasarkan hasil penelitian, menyatakan bahwa pengetahuan pelatih futsal asosiasi PSSI kota Bogor tentang penanganan cedera olahraga dengan metode RICE yaitu sebanyak 9 pelatih (30%) kategori baik sekali, 18 pelatih (60%) kategori baik, 2 pelatih (7%) kategori cukup 1 pelatih (3%) kategori kurang dan 0 pelatih (0%) kategori kurang sekali.

Kata Kunci: Metode RICE, Cedera, Futsal

**KNOWLEDGE LEVEL FUTSAL COACH PSSI BOGOR
ASSOCIATION CITY ABOUT RICE METHOD MANAGEMENT
SPORT INJURIES**

ABSTRACT

This study aims to determine the knowledge level futsal coaches of the PSSI Bogor Association about handling sports injuries using the RICE method and this study uses a quantitative descriptive method of the Bogor City PSSI Association Futsal coaches. The population with the subjects in this study were all futsal coaches who had licenses and were registered in the PSSI association in Bogor, totaling 30 people. The instrument in this study used a questionnaire via google form and then analyzed using descriptive qualitative data analysis techniques. Furthermore, to calculate the percentage included in the category in each aspect, the formula from Anas Sudijono (2006: 3) is used, namely: $P = F / N \times 100\%$. Based on the results of the study, it was stated that the knowledge of the Bogor City PSSI association futsal coaches about handling sports injuries using the RICE method was 9 coaches (30%) in very good category, 18 coaches (60%) in good category, 2 coaches (7%) in sufficient category 1 trainers (3%) were in poor category and 0 trainers (0%) were in very poor category.

Keywords: *RICE Method, Injury, Futsal*

KATA PENGANTAR

Puji Syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.

Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Johansyah Lubis, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta; Bapak Dr. Yasep Setiakarnawijaya, M.Kes, selaku Koordinator Program Studi Ilmu Keolahragaan, Bapak Eko Juli Fitrianto, S.Or., M.Kes,AIFO selaku Dosen Pembimbing Pertama dan Bapak Nur Fitrianto, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing Kedua, Bapak Prof. Dr. Ramdan Pelana, M.Or, selaku Pembimbing Akademik, Pelatih Futsal Asosiasi PSSI Kota Bogor yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang peneliti perlukan, Bapak Hakiyudin, S.Pd, Ibu Idah Rosidah dan keluarga penulis yang telah memberikan dukungan material maupun moral, serta seluruh sahabat dan teman penulis yang sudah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, peneliti berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, 27 Januari 2021

Jihad Sabiili

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|--|-------------|
| LEMBAR PENGESAHAN | i |
| PERNYATAAN ORISINALITAS..... | ii |
| ABSTRAK | iii |
| ABSTRACT | iv |
| KATA PENGANTAR..... | v |
| DAFTAR ISI..... | vi |
| DAFTAR GAMBAR..... | viii |
| DAFTAR TABEL | ix |
| DAFTAR LAMPIRAN | x |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Identifikasi Masalah..... | 4 |
| C. Pembatasan Masalah | 4 |
| D. Rumusan Masalah | 4 |
| E. Kegunaan Penelitian..... | 5 |
| BAB II KAJIAN TEORETIK DAN KERANGKA BERPIKIR..... | 6 |
| A. Kerangka Teori..... | 6 |
| 1. Pengetahuan..... | 6 |
| 2. Futsal | 12 |
| 3. Cedera..... | 13 |
| 4. Penanganan Pertama Cedera Olahraga metode RICE..... | 34 |
| B. Kerangka Berpikir | 39 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 42 |
| A. Tujuan Penelitian | 42 |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian | 42 |
| C. Metode Penelitian..... | 42 |
| D. Populasi dan Sampel | 42 |
| E. Teknik Pengumpulan Data..... | 43 |

| | |
|--|-----------|
| F. Intrumen Penelitian | 43 |
| G. Pengujian Validitas dan realibilitas..... | 46 |
| H. Teknik Analisis Data..... | 47 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... | 49 |
| A. Deskripsi Data..... | 49 |
| B. Analisis Data | 51 |
| C. Pembahasan..... | 59 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | 61 |
| A. Kesimpulan | 61 |
| B. Saran..... | 61 |
| DAFTAR PUSTAKA | 63 |
| Lampiran | 66 |