

**TINGKAT PENGETAHUAN CEDERA OLAHRAGA,  
PENCEGAHAN DAN PENANGANAN CEDERA PADA  
PELATIH PENCAK SILAT KOTA BOGOR**



**RESA AFTIANI**

**1603617037**

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

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
FAKULTAS ILMU OLAHRAGA  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
2021**

# TINGKAT PENGETAHUAN CEDERA OLAHRAGA, PENCEGAHAN DAN PENANGANAN CEDERA PADA PELATIH PENCAK SILAT KOTA BOGOR

## ABSTRAK

Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan cedera olahraga, pencegahan dan penanganan cedera olahraga pada pelatih pencak silat Kota Bogor. Bentuk penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *survey* dan teknik pengumpulan data menggunakan angket yang dimodifikasi dalam bentuk *Google Form*, angket jenis yang menggunakan *skala likert*. Penelitian ini dilaksanakan dirumah masing masing secara online pada bulan Juli 2021. Sampel pada penelitian ini yaitu 30 pelatih pencak silat Kota Bogor, dengan pengambilan sampel menggunakan metode *Purposive Sampling*. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data *descriptive statistics* dengan bantuan program *IBM SPSS Statistics* menentukan persentase. Setelah data-data presentase diperoleh maka langkah selanjutnya yaitu mengelompokkan atau mengkatagorikan hasil dari data tersebut. Untuk memperjelas proses analisis maka dilakukan perkatagorian. Perkatagorian tersebut menggunakan *Mean* dan *Standar Deviasi*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat kategori sangat tinggi (10%) yaitu 3 pelatih, kategori tinggi (20%) yaitu 6 pelatih, kategori sedang (40%) yaitu 12 pelatih, kategori rendah (30%) yaitu 9 pelatih dan kategori sangat rendah 0. Berdasarkan analisis data didapatkan nilai rata-rata (*mean*) 135,63 dan dikategorikan dalam norma katagorisasi, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan cedera olahraga, pencegahan dan penanganan cedera pada pelatih pencak silat Kota Bogor. termasuk dalam kategori sedang.

**Kata kunci:** pengetahuan, cedera olahraga, pelatih pencak silat.

**LEVEL OF KNOWLEDGE OF SPORTS INJURY PREVENTION AND  
TREATMENT OF INJURY IN PENCAK SILAT TRAINER IN BOGOR CITY**

**ABSTRACT**

*The purpose of this study was to determine the level of knowledge of sports injuries, prevention and management of sports injuries in pencak silat coaches in Bogor City. The form of this research is quantitative descriptive research. The method used in this study is a survey method and data collection techniques using a modified questionnaire in the form of a Google Form, a type of questionnaire that uses a Likert scale. This research was conducted at their respective homes online in July 2021. The sample in this study were 30 pencak silat trainers in the City of Bogor, with sampling using the Purposive Sampling method. The data analysis technique in this study uses descriptive statistics data analysis techniques with the help of the IBM SPSS Statistics program to determine the percentage. After the percentage data is obtained, the next step is to group or categorize the results of the data. To clarify the analysis process, categorization is carried out. The categorization uses the Mean and Standard Deviation. The results showed that there were very high categories (10%) namely 3 trainers, high category (20%) were 6 trainers, medium category (40%) were 12 trainers, low category (30%) were 9 trainers and very low categories 0. Based on the data analysis, the average value (mean) was 135.63 and categorized in the categorization norm, it can be concluded that the level of knowledge of sports injuries, prevention and treatment of injuries in pencak silat coaches in Bogor City. included in the medium category.*

**Keywords:** *knowledge, sports injury, pencak silat coach.*

## LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
<b>Pembimbing I</b>		

dr. Bazzar Ari Mighra, Sp.N  
NIP. 198504192015041002



**Pembimbing II**

Dr. Sri Nuraini, M.Pd  
NIP. 196707301993032001



NO	Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1.	<u>Dr. Bambang Kridasuwarmo, M.Pd</u> NIP. 196112071989031004	<b>Ketua</b>		.....
2.	<u>Agung Robianto, S.Pd., M.Or</u> NIP.198804132019031015	<b>Sekretaris</b>		.....
3.	<u>dr. Bazzar Ari Mighra, Sp.N</u> NIP. 198504192015041002	<b>Anggota</b>		.....
4.	<u>Dr. Sri Nuraini, M.Pd</u> NIP. 196707301993032001	<b>Anggota</b>		.....
5.	<u>Eko Juli Fitrianto, S.Or.,M.Kes,</u> <u>AIFO</u> NIP. 198107312006041001	<b>Anggota</b>		.....

Tanggal Lulus:    Agustus 2021

## PERNYATAAN ORISNALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah skripsi 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 dipublikasikan 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 ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 2 Agustus 2021

Yang membuat pernyataan



No Reg. 1603617037





KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://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 : Resa Actiani  
NIM : 1603617037  
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan  
Alamat email : resactiani@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 Cedera Olahraga Pencegahan dan Peranganan  
Cedera Pada Pelatih Pencak Silat Kota Bogor

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, 9 September 2021

Penulis

Resa.

( ..... )  
nama dan tanda tangan

## **KATA PENGANTAR**

Alhamdulillah segala puji hanya bagi Allah yang Maha Pengasi lagi Maha Penyayang. Berat limpahan karuniaNya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Tingkat Pengetahuan Cedera Olahraga,Pencegahan dan Penanganan Cedera Pada Pelatih Pencak Silat Kota Bogor” dengan lancar.

Dalam proses penyusunan tak lepas dari bantuan, arahan dan masukan dari berbagai pihak. Untuk itu Peneliti ucapkan banyak terima kasih kepada Bapak Dr. Johansyah Lubis, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga, Bapak Dr.Yasep Setiakarnawijaya,M.Kes.selaku Koordinator Program Studi Ilmu,Bapak dr. Bazzar Ari Mighra,Sp.N selaku Dosen Pembimbing I , Ibu Dr. Sri Nuraini, M.Pd selaku Dosen Pemimbing II , dan Bapak Eko Juli Fitrianto, S.Or., M.Kes, AIFO selaku Pembimbing Akademik , serta semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini.

Demikian apa yang dapat Peneliti sampaikan. Semoga Karya ilmiah ini dapat bermanfaat untuk masyarakat umum dan untuk Peneliti sendiri khususnya.

Jakarta, Juli 2021

R.A

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	iv
<b>ABSTRACT</b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	vii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	ix
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	x
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Pembatas Masalah .....	7
D. Rumusan Masalah .....	7
E. Kegunaan Hasil Penelitian .....	7
<b>BAB II KERANGKA TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR</b> .....	9
A. Kerangka Teori.....	9
B. Kerangka Berfikir.....	47
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	49
A. Tujuan Penelitian .....	49
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	49
C. Metode Penelitian .....	49
D. Populasi Dan Sampel .....	50
E. Definisi Operasional Variabel .....	51
F. Instrumen Penelitian.....	51
G. Teknik Pengumpulan Data .....	53
H. Teknik analisis data .....	54
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b> .....	56



A. Deskripsi Hasil Penelitian .....	56
B . Pembahasan .....	62
C. Keterbatasan Penelitian .....	66
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>67</b>
A. Kesimpulan .....	67
B. Saran .....	68