

**TINGKAT PENGETAHUAN ATLET TENTANG CEDERA
ANKLE DAN TERAPI LATIHAN PADA TIM FUTSAL PUTRI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**



QORY WULANDARI

1603617126

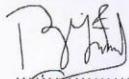


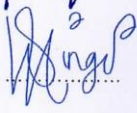



**Skripsi Ini Dibuat Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk
Mendapatkan Gelar Sarjana Olahraga**

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

2021

LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal	
Pembimbing I <u>dr. Bazzar Ari Mighra, Sp.N</u> NIP. 198504192015041002		20 Agt 2021	
Pembimbing II <u>Nur Fitranto, M.Pd</u> NIP. 198506182015041002		20 Agt 2021	
Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Prof. Dr. Ramdan Pelana, M.Or</u> NIP. 197908112005011001	Ketua Sidang		20 Agt 2021
2. <u>dr. Wahyuningsih Djaali, M.Biomed, Sp.AK</u> NIP. 198610132010122001	Sekretaris		20 Agt 2021
3. <u>dr. Bazzar Ari Mighra, Sp.N</u> NIP. 198504192015041002	Anggota		20 Agt 2021
4. <u>Nur Fitranto, M.Pd</u> NIP. 198506182015041002	Anggota		20 Agt 2021
5. <u>Kuswahyudi, S.Or, M.Pd</u> NIP. 198509252015041003	Anggota		20 Agt 2021

Tanggal Lulus : 18 Agustus 2021

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan 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 sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 4 Agustus 2021

Yang Membuat
Pernyataan



Qory Wulandari

NIM. 1603617126

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



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 : Qory Wulandari
NIM : 1603617126
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan / Ilmu Keolahragaan
Alamat email : qorywulandari6@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 ATLET TENTANG CEDERA ANKLE DAN
TERAPI LATIHAN PADA TIM FUTSAL PUTRI UNIVERSITAS NEGERI
JAKARTA”

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, 23 Agustus 2021

Penulis

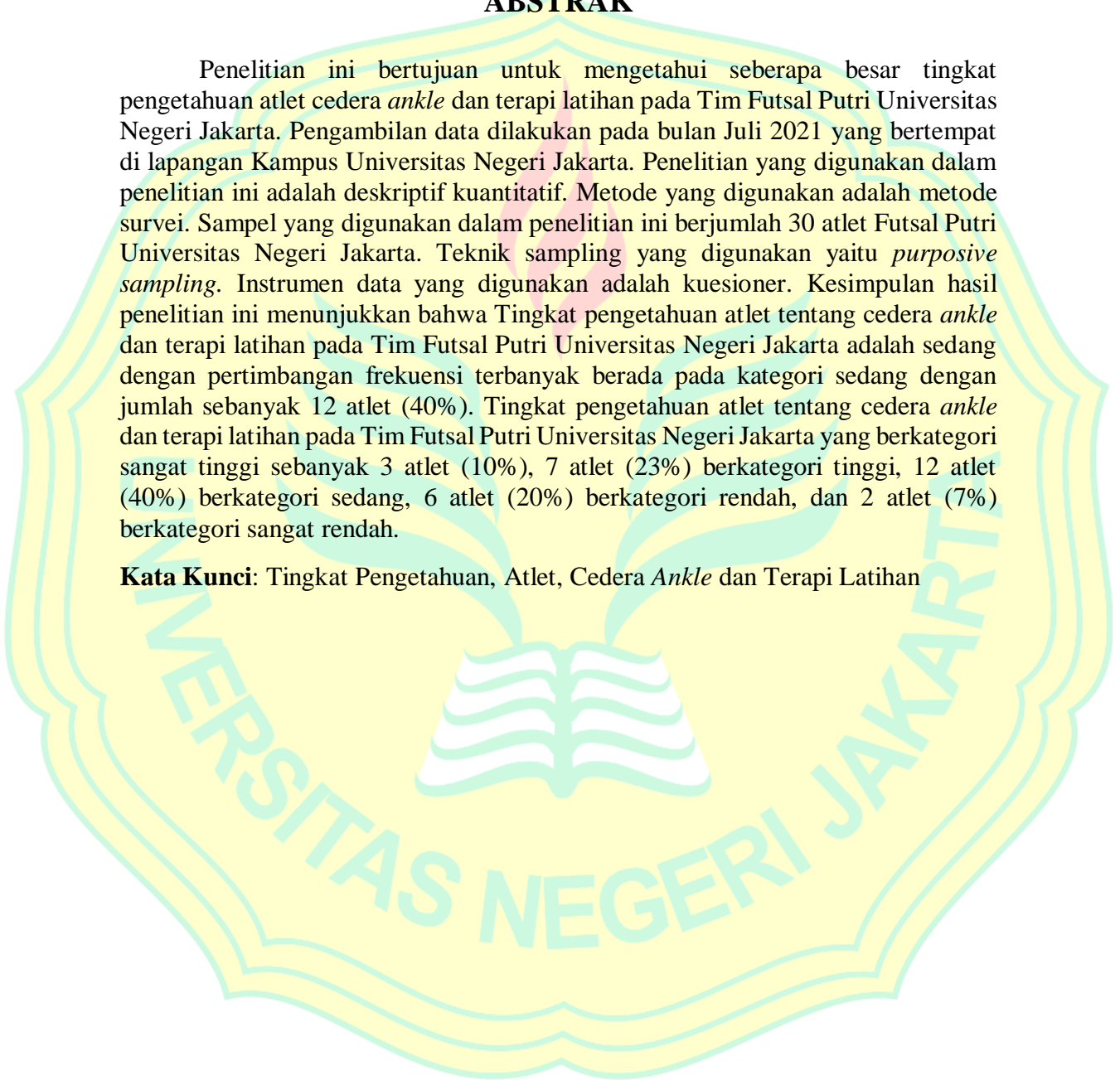
(Qory Wulandari)
nama dan tanda tangan

Tingkat Pengetahuan Atlet Tentang Cedera *Ankle* dan Terapi Latihan Pada Tim Futsal Putri Universitas Negeri Jakarta

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat pengetahuan atlet cedera *ankle* dan terapi latihan pada Tim Futsal Putri Universitas Negeri Jakarta. Pengambilan data dilakukan pada bulan Juli 2021 yang bertempat di lapangan Kampus Universitas Negeri Jakarta. Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah metode survei. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 30 atlet Futsal Putri Universitas Negeri Jakarta. Teknik sampling yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Instrumen data yang digunakan adalah kuesioner. Kesimpulan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Tingkat pengetahuan atlet tentang cedera *ankle* dan terapi latihan pada Tim Futsal Putri Universitas Negeri Jakarta adalah sedang dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada kategori sedang dengan jumlah sebanyak 12 atlet (40%). Tingkat pengetahuan atlet tentang cedera *ankle* dan terapi latihan pada Tim Futsal Putri Universitas Negeri Jakarta yang berkategori sangat tinggi sebanyak 3 atlet (10%), 7 atlet (23%) berkategori tinggi, 12 atlet (40%) berkategori sedang, 6 atlet (20%) berkategori rendah, dan 2 atlet (7%) berkategori sangat rendah.

Kata Kunci: Tingkat Pengetahuan, Atlet, Cedera *Ankle* dan Terapi Latihan



***Athletes Knowledge Level About Ankle Injury and Exercise Therapy
In The Women's Futsal Team Jakarta State University***

ABSTRACT

This study aims to determine the level of knowledge of athletes with ankle injuries and exercise therapy in the Women's Futsal Team, State University of Jakarta. The data collection was carried out in July 2021 at the Jakarta State University Campus. The research used in this research is descriptive quantitative. The method used is a survey method. The sample used in this study amounted to 30 female Futsal athletes, State University of Jakarta. The sampling technique used is purposive sampling. The data instrument used is a questionnaire. The conclusion of this study shows that the level of knowledge of athletes about ankle injuries and exercise therapy at the Women's Futsal Team, State University of Jakarta is moderate with the consideration of the highest frequency being in the medium category with a total of 12 athletes (40%). The level of knowledge of athletes about ankle injuries and exercise therapy at the Women's Futsal Team, State University of Jakarta which is categorized as very high, is 3 athletes (10%), 7 athletes (23%) in high category, 12 athletes (40%) in moderate category, 6 athletes (20 %) in the low category, and 2 athletes (7%) in the very low category.

Keywords: Knowledge Level, Athlete, Ankle Injury and Exercise Therapy



KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil ‘alamin. Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat dan karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Tingkat Pengetahuan Atlet Tentang Cedera *Ankle* dan Terapi Latihan Pada Tim Futsal Putri Universitas Negeri Jakarta”

Pada kesempatan kali ini peneliti dengan segala hormat ingin mengucapkan terimakasih kepada Dr. Johansyah Lubis M.Pd., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Dr. Yasep Setiakarnawijaya, M.Kes, selaku Koordinator Program Studi Ilmu Keolahragaan, Kuswahyudi, S.Or, M.Pd., selaku Dosen Penasehat Akademik. Banyak ucapan terimakasih kepada dr. Bazzar Ari Mighra, Sp.N selaku Dosen Pembimbing I, dan Nur Fitranto, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran arahan dan bimbingannya untuk menyusun skripsi ini serta semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini.

Demikian yang peneliti dapat sampaikan, mohon maaf apabila ada kesalahan dan pembuatan skripsi ini. Semoga tulisan ini bermanfaat bagi yang membacanya, seiring sebuah harapan untuk memberikan saran dan masukan demi penyempurnaan dimasa mendatang.

Jakarta, 25 Juli 2021

Q.W

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR GAMBAR	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR TABEL	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR LAMPIRAN	Error! Bookmark not defined.
BAB I	Error! Bookmark not defined.
PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang Masalah	Error! Bookmark not defined.
B. Identifikasi Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
C. Batasan Masalah	Error! Bookmark not defined.
D. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
E. Kegunaan Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II	Error! Bookmark not defined.
KAJIAN TEORITIK	Error! Bookmark not defined.
A. Deskripsi Konseptual.....	Error! Bookmark not defined.
B. Kerangka Berpikir	Error! Bookmark not defined.
BAB III	Error! Bookmark not defined.
METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Metode Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
E. Teknik Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
F. Instrumen Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
G. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas.....	Error! Bookmark not defined.
H. Teknik Analisis Data.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV	Error! Bookmark not defined.
HASIL PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Deskripsi Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
BAB V	Error! Bookmark not defined.
KESIMPULAN DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.

B. Saran.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN	Error! Bookmark not defined.
RIWAYAT HIDUP	Error! Bookmark not defined.

