

**PENGETAHUAN PENCEGAHAN DAN PENANGANAN CEDERA  
OLAHRAGA (PPCO) PADA KOMUNITAS PENGGIAT ALAM  
GEMAWANA INDONESIA GUNUNG PUTRI BOGOR**  
**(Survei Mengenai Pengetahuan Pencegahan Dan Penanganan Cedera Olahraga)**



**AINI TAJRIANI**  
**1603617011**

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

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
AGUSTUS, 2021**

**PENGETAHUAN PENCEGAHAN DAN PENANGANAN  
CEDERA OLAHRAGA (PPCO) PADA KOMUNITAS PENGGIAT  
ALAM GEMAWANA INDONESIA GUNUNG PUTRI BOGOR  
(Survei Mengenai Pengetahuan Pencegahan Dan Penanganan  
Cedera Olahraga)**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengetahuan mengenai pencegahan dan penanganan cedera olahraga pada komunitas penggiat alam Gemawana Indonesia Bogor. Jenis penelitian yang digunakan survei dekskriptif dengan instrumen penelitian berupa kuisioner yang diambil datanya secara daring dimana kondisi saat ini COVID-19 masih terus melanda. Populasi pada penelitian ini adalah anggota komunitas penggiat alam Gemawana Indonesia Bogor yang berjumlah 30 orang, dan 30 orang sampel anggota komunitas yang aktif dengan melalui teknik *total sampling* dimana seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada variabel pengetahuan cedera olahraga terdapat nilai rata-rata sebesar 75,9%, pada variabel pencegahan cedera olahraga terdapat nilai rata-rata sebesar 74,6%, pada variabel penanganan cedera olahraga terdapat nilai rata-rata sebesar 70,3%. Dengan masing-masing hasil rata-rata seluruh variabel memiliki kategori cukup baik.

**Kata Kunci :** pencegahan, penanganan, cedera olahraga, penggiat alam

**KNOWLEDGE OF SPORTING INJURY HANDLING AND  
PREVENTION (PPCO) IN THE GEMAWANA NATURAL  
ACTIVITIES COMMUNITY OF INDONESIA GUNUNG PUTRI  
BOGOR**  
*(Survey on Knowledge of Handling and Prevention of Sports  
Injuries)*

**ABSTRACT**

*This study aims to determine how knowledge about the prevention and management of sports injuries in the community of nature activists Gemawana Indonesia Bogor. The type of research used is a descriptive survey with a research instrument in the form of a questionnaire whose data is taken online where the current condition of COVID-19 is still hitting. The population in this study were members of the Gemawana Indonesia Bogor nature activist community, totaling 30 people, and 30 samples of active community members through the total sampling technique where the entire population was used as the research sample. The results show that the sports injury knowledge variable has an average value of 75.9%, the sports injury prevention variable has an average value of 74.6%, in the sports injury treatment variable there is an average value of 70.3 %. With each average result, all variables have a fairly good category.*

**Keywords:** prevention, handling, sports injury, nature activists

## LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

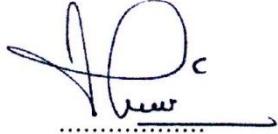
**Nama**

**Tanda Tangan**

**Tanggal**

### **Pembimbing I**

Dr. dr. Junaidi, Sp.KO  
NIP. 196111142000031001



..... 21/08/2021

### **Pembimbing II**

Yuliasih, S.Or., M.Pd  
NIDK. 8816100016



..... 23/08/2021

**Nama**

**Jabatan**    **Tanda Tangan**    **Tanggal**

1. Eko Juli Fitrianto, S.Or.,M.Kes AIFO  
NIP. 198107312006041001

Ketua   
..... 22/08/2021

2. Muhamad Ilham, M.Pd  
NIP. 198608072018031001

Sekretaris   
..... 23/08/2021

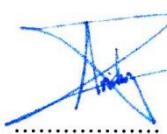
3. Dr. dr. Junaidi, Sp.KO  
NIP. 196111142000031001

Anggota   
..... 21/08/2021

4. Yuliasih, S.Or., M.Pd  
NIDK. 8816100016

Anggota   
..... 23/08/2021

5. Dr. Albert W. A. Tangkudung, S.Sos.,M.Pd Anggota  
NIP. 198308272015041001



..... 21.08.2021

**Tanggal Lulus : 19 Agustus 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 dari dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah di tulis 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 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, 17 Juli 2021  
Yang membuat pernyataan,



Aini Tajriani

1603617011



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
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 : Aini Tajriani  
NIM : 1603617011  
Fakultas/Prodi : FIO/Illu Keolahragaan  
Alamat email : ainitjri@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 :

Pengetahuan Pencegahan Dan Penanganan Cedera Olahraga (PPCO) Pada Komunitas Penggiat Alam Gemawana Indonesia Gunung Putri Bogor.

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif 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, 29 Agustus 2021

Penulis



(Aini Tajriani)

## KATA PENGANTAR

Puji serta syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT. Yang telah memberikan berkat dan rahmatnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini berjudul **“Pengetahuan Pencegahan dan Penanganan Cedera Olahraga PPCO) Pada Komunitas Penggiat Alam Gemawana Indonesia Gunung Putri Bogor”** disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Jakarta. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan bimbingan dari berbagai pihak, sangatlah sulit bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.

Oleh sebab itu, penulis ucapan 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 Keolahragaan, Bapak **Dr. dr. Junaidi, Sp. KO** selaku Dosen Pembimbing 1, Ibu **Yuliasih, S.Or., M.Pd** selaku Dosen Pembimbing 2, Bapak **Dr. Albert Wolter Aridan Tangkudung, S.Sos., M.Pd** selaku Pembimbing Akademik, Pihak **Komunitas Gemawana Indonesia, Gunung Putri, Bogor** yang telah banyak membantu dalam usaha memparelah data yang saya perlukan, serta **Kedua Orang Tua dan Keluarga** saya yang telah memberikan dukungan material maupun dan moral.

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

Jakarta, 30 Juli 2021

Aini Tajriani

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>7</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	Error! Bookmark not defined.
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	Error! Bookmark not defined.
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	Error! Bookmark not defined.
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	Error! Bookmark not defined.
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	Error! Bookmark not defined.
A.    Latar Belakang Masalah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B.    Identifikasi Masalah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C.    Pembatasan Masalah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D.    Perumusan Masalah.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
E.    Kegunaan Hasil Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB II KAJIAN TEORETIK.....</b>	Error! Bookmark not defined.
A.    Deskripsi Konseptual .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.    Hakikat Pengetahuan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.    Hakikat Pencegahan dan Penanganan Cedera Olahraga (PPCO)..	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.    Hakikat Penggiat Alam.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B.    Kerangka Berpikir .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	Error! Bookmark not defined.
A.    Tujuan Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B.    Tempat dan Waktu Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C.    Metode Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D.    Populasi dan Sampel .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

- E. Uji Coba Angket.....Error! Bookmark not defined.
- F. Teknik Pengumpulan Data.....Error! Bookmark not defined.
- G. Instrumen Penelitian.....Error! Bookmark not defined.
- H. Teknik Analisis Data .....Error! Bookmark not defined.

**BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**.....Error! Bookmark not defined.

- A. Deskripsi Data .....Error! Bookmark not defined.
- B. Distribusi Frekuensi .....Error! Bookmark not defined.
- C. Pembahasan Hasil Penelitian.....Error! Bookmark not defined.

**BAB V 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.