

**SURVEI CEDERA OLAHRAGA PADA ATLET BOLA  
BASKET UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**



**Mochamad Tria Darmaji  
1603617107**

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

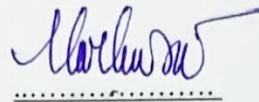
**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
FAKULTAS ILMU OLAHRAGA  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
2022**

## LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

**Nama** **Tanda Tangan** **Tanggal**

### Pembimbing I

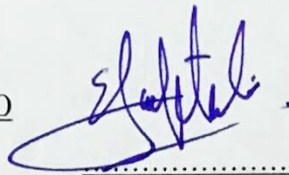
drg. Marlinda Budiningsih, M.Pd  
NIP.195803081984032001

  
.....

17/02/2022

### Pembimbing II

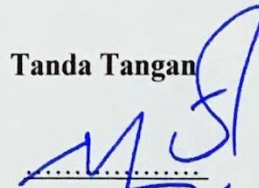
Eko Juli Fitrianto, S.Or., M.Kes., AIFO  
NIP. 198107312006041001

  
.....

16/02/2022

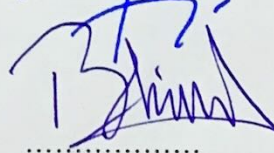
**Nama** **Jabatan** **Tanda Tangan** **Tanggal**

1. Dr. Yasep Setiakarnawijaya, M.Kes Ketua  
NIP. 197409062001121002

  
.....

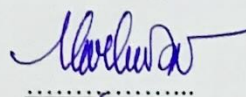
18/02/2022

2. dr. Bazzar Ari Migra, Sp.N Sekretaris  
NIP. 198504192015041002

  
.....

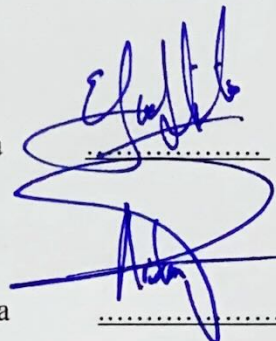
18/02/2022

3. drg.Marlinda Budiningsih, M.Pd Anggota  
NIP. 195803081984032001

  
.....

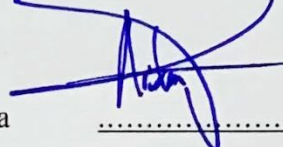
17/02/2022

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

  
.....

16/02/2022

5. Dr.Albert Wolter Aridan Anggota  
Tangkudung, S.Sos., M.Pd  
NIP. 198308272015041001

  
.....

17/02/2022

Tanggal Lulus : 8 Februari 2022

## SURVEI CEDERA OLAHRAGA PADA ATLET BOLA BASKET UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui presentase cedera olahraga yang dialami oleh atlet bola basket Universitas Negeri Jakarta. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan teknik survei melalui google form pada atlet bola basket Universitas Negeri Jakarta. Dengan penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi bagi pelatih maupun atlet agar mengetahui risiko yang akan dihadapi dan cara penanganannya apabila mengalami cedera. Populasi penelitian ini adalah 33 atlet bola basket Universitas Negeri Jakarta, sedangkan sampelnya adalah 33 atlet bola basket Universitas Negeri Jakarta dengan menggunakan total sampling. Selanjutnya untuk menghitung persentase yang termasuk dalam kategori disetiap aspek digunakan rumus:  $P = F/N \times 100\%$ . Hasil penelitian menunjukkan atlet bola basket Universitas Negeri Jakarta sering mengalami cedera, lokasi yang paling sering terjadi di bagian ekstrimitas bawah sebanyak 13 atlet laki-laki (81,25%) dan 15 atlet perempuan (88,23%), jenis cedera yang paling sering dialami adalah cedera *strain/sprain* sebanyak 15 atlet laki-laki (93,75%) dan 14 atlet perempuan (82,35%), derajat cedera yang sering dialami adalah derajat cedera ringan sebanyak 10 atlet laki-laki (62,5%) dan 9 atlet perempuan (52,94%), penyebab cedera yang sering dialami adalah *external violence* sebanyak 16 atlet laki-laki (100%), dan 11 atlet perempuan (64,7%), dan penanganan yang cedera yang paling sering dilakukan adalah dengan penanganan diri sendiri sebanyak 8 atlet laki-laki (50%) dan 14 atlet perempuan (82,35%).

**Kata Kunci** : Cedera Olahraga, Atlet, Bola Basket



## **SPORTS INJURY SURVEY ON BASKETBALL ATHLETES JAKARTA STATE UNIVERSITY**

### **ABSTRACT**

*This study aims to know the percentage of sports injury experienced by Basketball Athletes in The State University of Jakarta. This study is done with the use of descriptive quantitative method with the technique of survey via google form on Basketball Athletes in The State University of Jakarta. This study is expected to be an information for coaches and athletes to know the risks that will be faced if they experience a sport injury and how to handle it. The population of this study is are 33 Basketball Athletes of The State University of Jakarta, while the sample of this study is are 33 Basketball Athletes who has fulfill the research criteria. To calculate the percentage that is included in each category in each aspect, writer uses the formula of:  $P = F/N \times 100\%$ . Research results shows that the Basketball Athletes of Jakarta Satet University often experience injury, the most frequent location occurs in the extremity bottom, the most frequent type of injuries experienced is the sprain injury, the most frequent degree of injuries experienced is light level injury, the most frequent cause of injury is from external violence, and the most common treatment for the injuries is self treatment.*

**Keywords:** *Sports injury, Athletes, Basketball*

## 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 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, 24 Januari 2022.

Yang membuat pernyataan,



Mochamad Tria Darmaji

No. Reg. 1603617107



## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah Azza Wa Jalla yang telah memberikan rahmat dan karunianya yang sangat berlimpah. Berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Dengan rasa hormat peneliti mengucapkan banyak terimakasih kepada Bapak Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta Dr. Johansyah Lubis, M.Pd, Koordinator Program Studi Ilmu Keolahragaan Dr. Yasep Setiakarnawijaya, M.Kes, Bapak Pembimbing Akademik saya Albert Wolter Aridan Tangkudung, S. Sos, M.Pd, yang telah terus membimbing akademik saya sehingga bisa sampai pada tahap akhir ini, Ibu Pembimbing I Skripsi drg. Marlinda Budiningsih, M.Pd, yang telah banyak menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam penyusunan skripsi ini, Bapak Pembimbing II Skripsi Eko Juli Fitrianto, S.Or., M.Kes, AIFO, yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam penyusunan skripsi ini. Tidak pernah lupa juga dengan keluarga saya tercinta, ayah saya bapak Cecep, bunda saya Nisulastri yang selalu mendukung dan mendoakan saya selama perkuliahan ini. Terima kasih saya haturkan juga kepada Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan, keluarga besar KOP Bola Basket UNJ, teman-teman IKOR 2017, serta kepada seluruh teman-teman yang telah banyak membantu, mendukung, dan mendoakan dalam penulisan skripsi ini yang mana penulis ucapkan salam hormat yang tak terhingga. Penulis menyadari secara penuh bahwa masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat secara *value* dan lebih baik lagi dalam penulisan maupun prosedural penelitian untuk kedepannya.

Jakarta, 24 Januari 2022

Mochamad Tria Darmaji

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS.....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>Daftar Gambar .....</b>	<b>vii</b>
<b>Daftar Tabel.....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar belakang masalah.....	1
A. Identifikasi Masalah .....	3
B. Pembatasan Masalah .....	5
C. Rumusan Masalah .....	5
D. Kegunaan Penelitian.....	6
<b>BAB II .....</b>	<b>7</b>
<b>KAJIAN TEORITIK .....</b>	<b>7</b>
A. Cedera Olahraga.....	7
1. Penyebab Timbulnya Cedera Olahraga.....	8
2. Tingkatan Derajat Cedera .....	13
3. Jenis-Jenis Cedera Olahraga .....	14
4. Pencegahan Cedera Olahraga.....	22
5. Penanganan Cedera Olahraga .....	24
B. Bola Basket .....	26

C. Kerangka Berfikir.....	30
<b>BAB III.....</b>	<b>31</b>
<b>METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>
A. Tujuan Penelitian .....	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	32
C. Metode penelitian.....	32
D. Populasi dan Sampel .....	32
E. Teknik Pengumpulan Data.....	33
F. Instrument Penelitian .....	34
G. Teknik Analisis Data.....	37
<b>BAB IV .....</b>	<b>39</b>
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>39</b>
A. Deskripsi Data Hasil Penelitian .....	39
B. Pembahasan Hasil Penelitian .....	61
<b>BAB V.....</b>	<b>65</b>
<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>65</b>
A. Kesimpulan .....	65
B. Saran.....	66
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>68</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>70</b>



## 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](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 : MOCHAMAD TRIA DARMAJI  
NIM : 1603617107  
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Keolahragaan / Ilmu Keolahragaan  
Alamat email : mochamadtria Darmaji@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 :

Survei Cedera Olahraga Pada Atlet Bola Basket 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, 17 Maret 2022

Penulis

(Mochamad Tria Darmaji )  
nama dan tanda tangan