

Lampiran 1

1. Pelayanan Manajemen Cedera Olahraga

Tabel. Pelayanan manajemen cedera olahraga

NO.	Kriteria	Ada	Tidak
1	Fase inflamasi bengkak dan nyeri	15	0
2	Pelihara kebugaran kardiovaskuler	15	0
3	Perbaiki kontrol neuromuskuler/proprioseptif	15	0
4	Kekuatan & daya tahan otot/ daya tahan ledak	15	0
	HASIL	60/60 X 100%= 100%	0

Lampiran 2**2. Lingkungan Indonesia Sports Medicine Centre (ISMC)**

Tabel. Lingkungan ISMC

NO.	Kriteria	Ada	Tidak
1.	Ruang Perawatan	15	0
2.	Fasilitas terapi	15	0
3.	Sarana Pendukung (Bosu, treadmill, rube, dll)	15	0
	HASIL	45/45 X 100% = 100%	0

Lampiran 3

3. Dampak Pekerjaan Manajemen Cedera Olahraga

Tabel. Dampak Pelaksanaan Manajemen Cedera olahraga

NO.	Kriteria	Ada	Tidak
1.	Kendala pemeriksaan pasien	13	2
2.	Kendala dalam program manajemen cedera olahraga	12	3
3.	Perubahan perbandingan pasien setelah mendapatkan penanganan	13	2
	HASIL	38/45 X 100% = 84,44%	7/45 X 100% = 15,56%

Lampiran 4

4. PENGELOLAAN PROGRAM MANAJEMEN CEDERA OLAHRAGA

Tabel. Pengelolaan Program Manajemen Cedera Olahraga

NO.	Kriteria	Ada	Tidak
1.	Terapis ikut serta rapat rutin koordinasi	11	4
2.	Rapat kerja penyusunan program	10	5
3.	Bimbingan dan pengarahan program untuk trainer	12	3
4.	Menerima kritik dan saran	13	2
5.	Peningkat pada pasien	13	2
6.	Pemeriksaan fasilitas	12	3
7.	<i>Treatment</i> /penanganan berdasarkan anjuran dokter merupakan cara mengurangi resiko terjadinya kecelakaan saat menangani pasien	13	2
8.	Pembuatan laporan kerja perbulan	11	4
	HASIL	95/120 X 100% = 79,17%	25/120 X 100% = 20,83%

Lampiran 5

Skor jawaban responden berdasarkan besar dukungan

No. Pertanyaan	pilihan jawaban		jumlah jawaban	Skor
	ya	tidak		
1	15	0	15	15
2	15	0	15	15
3	15	0	15	15
4	15	0	15	15
5	15	0	15	15
6	15	0	15	15
7	15	0	15	15
8	13	2	15	13
9	12	3	15	12
10	13	2	15	13
11	11	4	15	11
12	10	5	15	10
13	12	3	15	12
14	13	2	15	13
15	13	2	15	13
16	12	3	15	12
17	13	2	15	13
18	11	4	15	11

Lampiran 6

Daftar jumlah skor tiap butir pertanyaan dan rata-rata jawaban tiap butir pertanyaan

No.Butir pertanyaan	jumlah skor tiap pertanyaan	jumlah responden	skor rata-rata tiap butir pertanyaan
1	15	15	$15/15 = 1,00$
2	15	15	$15/15 = 1,00$
3	15	15	$15/15 = 1,00$
4	15	15	$15/15 = 1,00$
5	15	15	$15/15 = 1,00$
6	15	15	$15/15 = 1,00$
7	15	15	$15/15 = 1,00$
8	13	15	$13/15 = 0,87$
9	12	15	$12/15 = 0,80$
10	13	15	$13/15 = 0,87$
11	11	15	$11/15 = 0,73$
12	10	15	$10/15 = 0,67$
13	12	15	$12/15 = 0,80$
14	13	15	$13/15 = 0,87$
15	13	15	$13/15 = 0,87$
16	12	15	$12/15 = 0,80$
17	13	15	$13/15 = 0,87$
18	11	15	$11/15 = 0,73$

Lampiran 7

Angket penelitian Manajemen Cedera Olahraga

I. Identitas Responden

Hari dan Tanggal :

Tempat :

Narasumber :(P/L)

Jabatan :

II. Petunjuk Pengisian

Berikut ini adalah pernyataan-pernyataan tentang pelaksanaan Manajemen Cedera Olahraga.

Bacalah dengan cermat setiap pernyataan-pernyataan dan jawablah sesuai dengan kondisi yang sebenarnya. Berilah jawaban dengan memberi tanda **(V)** check list pada kolom yang tersedia dibawah ini. Data ini semata-mata untuk tujuan penelitian dan jawaban anda akan terjamin kerahasiannya.

Terimakasih

1. PELAYANAN MANAJEMEN CEDERA OLAHRAGA

Tabel. Pelayanan manajemen cedera olahraga

NO.	Kriteria	Ada	Tidak
1	Fase inflamasi bengkak dan nyeri		
2	Pelihara kebugaran kardiovaskuler		
3	Perbaiki kontrol neuromuskuler/proprioseptif		
4	Kekuatan & daya tahan otot/ daya tahan ledak		
	HASIL		

2. Lingkungan Indonesia Sports Medicine Centre (ISMC)

Tabel. Lingkungan ISMC

NO.	Kriteria	Ada	Tidak
1.	Ruang Perawatan		
2.	Fasilitas terapi		
3.	Sarana Pendukung (Bosu,		

	treadmill, rubber, dll)		
	HASIL		

3. Dampak Pelaksanaan Manajemen Cedera Olahraga

Tabel. Dampak Pelaksanaan Manajemen Cedera olahraga

NO.	Kriteria	Ada	Tidak
1.	Kendala pemeriksaan pasien		
2.	Kendala dalam program manajemen cedera olahraga		
3.	Perubahan perbandingan pasien setelah mendapatkan penanganan		
	HASIL		

4. Pengelolaan Program Manajemen Cedera Olahraga

Tabel. Pengelolaan Program Manajemen Cedera Olahraga

NO.	Kriteria	Ada	Tidak
1.	Terapis ikut serta rapat rutin koordinasi		

2.	Rapat kerja penyusunan program		
3.	Bimbingan dan pengarahan program untuk trainer		
4.	Menerima krtitik dan saran		
5.	Peningkat pada pasien		
6.	Pemeriksaan fasilitas		
7.	<i>Treatment</i> /penanganan berdasarkan anjuran dokter merupakan cara mengurangi resiko terjadinya kecelakaan saat menangani pasien		
8.	Pembuatan laporan kerja perbulan		
	HASIL		

Lampiran 8

KISI-KISI WAWANCARA

Hari dan Tanggal :

Tempat :

Narasumber :

Jabatan :

Catatan Wawancara

► Evaluasi Konteks

1. Apakah tujuan pelaksanaan Manajemen Cedera Olahraga?
2. Apakah pelaksanaan Manajemen Cedera Olahraga di Indonesia Sports Medicine Centre dikatakan maju?
3. Apakah ada strategi/langkah khusus yang ingin ditempuh dalam pencapaian program Manajemen Cedera Olahraga?
4. Apa sajakah yang akan dilakukan dalam pelaksanaan penanganan cedera olahraga?

► Evaluasi Input

5. Apakah ada training untuk trainer baru sebelum langsung untuk menangani cedera yang dialami pasien?

6. Apakah ada masalah dalam personil pelaksanaan Manajemen Cedera Olahraga?
7. Apakah para terapis diwajibkan mempunyai lisensi untuk menangani cedera olahraga?
8. Apakah persyaratan untuk menjadi seorang trainer dalam menangani cedera olahraga?
9. Bagaimana kondisi peralatan, sarana dan prasarana di Indonesia Sports Medicine Centre?
10. Apakah ada masalah dalam pelaksanaan Manajemen Cedera Olahraga?

► **Evaluasi Proses**

11. Apakah dengan fasilitas yang ada, dapat mendukung dalam pencapaian hasil dari program Manajemen Cedera Olahraga?
12. Hambatan apa saja yang terjadi pada saat pelaksanaan program Manajemen Cedera Olahraga?
13. Apakah sarana dan prasana yang tersedia, dapat dimanfaatkan secara maksimal?
14. Apakah pelaksanaan program telah sesuai dengan jadwal pelaksanaan Manajemen Cedera Olahraga?

► **Evaluasi Produk**

15. Apakah program Manajemen Cedera Olahraga yang telah dilaksanakan, sesuai harapan?
16. Bagaimana hasil yang telah dicapai selama pelaksanaan program berlangsung?
17. Apakah tujuan yang belum tercapai dalam pelaksanaan Manajemen Cedera Olahraga?
18. Apakah ada Evaluasi Program Manajemen Cedera Olahraga?
19. Hambatan apa saja yang terjadi selama Manajemen Cedera Olahraga berlangsung?
20. Apakah dampak pelaksanaan program Manajemen Cedera Olahraga?

Lampiran 9

Catatan Wawancara 01

Hari dan Tanggal : Jumat, 10 Juni 2016
Waktu : 11.15-11.50
Tempat : Kantor Indonesia Sport Medicine Centre
Senayan Narasumber : Diding Winardi
Jabatan : Operational Manajer

Catatan Pendahuluan:

Wawancara ini dilakukan pada hari Jumat, pada tanggal 10 Juni 2016, jam 11.15-11.50, bertempat di Kantor Indonesia Sports Medicine Centre Senayan. Wawancara ini dilakukan kepada Bapak Diding sebagai Manajer Indonesia Sports Medicine Centre.

Catatan wawancara:

➤ **Evaluasi Konteks**

Peneliti: Apa landasan dan tujuan penyelenggaraan program cedera olahraga?

DW: Yang pertama alasan mengapa dibentuk ISMC adalah berawal dari atlet kita yang di satria muda pertama banyak atlet yang cedera setelah itu mereka operasi ke Phillipine dan mereka harus rehabilitasi disana selama 3 bulan disana, disamping biaya yang diperlukan cukup besar ini juga membuat atlet jauh

keluarga dan komunitas mereka. Hal seperti itu lah kemudian salah satu dokter kita mempelajari apa yang membedakan operasi dan rehabilitasi di Philippine dengan di Indonesia. Dengan berdasarkan hasil pengamatan kita bahwa yang membedakan bukanlah karena operasinya melainkan proses rehabilitasinya dengan latar belakang itu lah kami memutuskan untuk membuat Indonesia Sports Medicine Centre (ISMC) dalam hal ini yang pertama adalah terprogramnya penanganan cedera olahraga. Karena rehabilitasi cedera di Indonesia itu lebih banyak ke rehabilitasi cedera yang berbasis elektro terapi dan fisioterapi tetapi tidak berbasis pada olahraga. Maka kita lah yang pertama dan satu-satunya berusaha untuk melakukan rehabilitasi dengan latar belakang kedokteran olahraga. Jadi bagaimana caranya pasien yang cedera tidak hanya sembuh tetapi mereka juga bisa kembali ke aktivitas sehari-harinya misal, ibu rumah tangga bisa berkerja dengan baik, atlet mereka bisa bermain kembali. Dan itulah alasan dan tujuan terbentuknya ISMC.

Peneliti: Apa sajakah langkah-langkah yang akan dilakukan dalam pelaksanaan program kegiatan manajemen cedera olahraga?

DW: Ada 7 tahapan, yang pertama pada fase akut itu adalah pasien pada saat penurunan, menghilangkan atau menurunkan rasa nyeri dan bengkak. Bersamaan dengan fase itu kita harus

mempertahankan kemampuan *cardiovaskular* karena biasa yang cedera adalah *musculoskeletal*, sementara *cardiovaskularnya* harus tetap dijaga jangan sampai ketika cedera kemampuan *cardiovaskular* menurun itu untuk fase yang ke dua. Fase yang ke tiga adalah ketika bengkaknya sudah hilang dan rasa nyeri sudah berkurang adalah kita berkewajiban untuk mengembalikan *range of motion* tersebut. ketika *range of motion* sudah baik, bengkak sudah tidak ada, rasa nyeri tidak ada masuk ke fase berikutnya adalah *muscle strength*, *endurance* dan *power*, disitulah peranan terapis untuk memberikan latihan-latihan kekuatan, kardiovaskuler dan fleksibiliti. Disamping itu juga kita memberikan latihan yang berikutnya masalah *neuromuscular control* atau *proprioception*. Jadi mereka harus bisa menjaga keseimbangan, kemudian bergerak, menganalisa dan lain sebagainya. Fase berikutnya adalah *functional program* contohnya pada orang awam jika nanti tangannya cedera berarti tangannya harus kembali ke fungsi normal berdasarkan kegiatannya sehari-hari. Ketika itu semua sudah dilewati tahapan-tahapan seperti itu baru kita akan mempersiapkan mereka kembali ke lapangan jika atlet. Dari beberapa fase-fase berikut inilah yang dinamakan *sport Injury management phase* atau fase manajemen cedera olahraga.

Peneliti: Apakah sajakah yang akan dilakukan dalam pelaksanaan penanganan cedera olahraga dilihat secara keluruhan dalam diagnosa pasien?

DW: Secara umum, akan mengikuti fase yang sudah dijelaskan yang pasti pada penangan yang pertama adalah melakukan RICE, lalu melakukan *strength training*. Prinsip latihannya hampir sama di rehabilitasi maupun di *exercise* bahwa harus ada pemanasan, *stretching* itu yang kita tekankan. Lalu harus ada latihan intinya tergantung lokasi cedera misalkan *ankle* berarti kita harus melatih *range of motion* di *ankle* kemudian ada fase kembali ke *cooling down* dan *stretching* kembali dan tergantung pada kebutuhan pasien apakah pasien perlu melakukan *electro therapy* seperti *Ultrasound* dan *Electrical Therapy* dll maupun *manual therapy* seperti *massage* semua tergantung dari diagnosa dan kebutuhan dari rekomendasi dokter maupun dari terapis sendiri.

➤ **Evaluasi Input**

Peneliti: Bagaimana proses perekrutan trainer/terapis Indonesia Sport Medicine Centre?

DW: Dalam perekrutan terapis kita memiliki keunikan tersendiri, dibandingkan dengan klinik yang lainnya. Perekrutan ini memiliki dua kategori yang pertama, harus sarjana fisioterapi kedua harus sarjana olahraga. Karena kita menyadari sarjana fisioterapi dengan latar belakang medis dan analisis sebagainya yang mereka miliki tetapi mereka tidak memiliki kemampuan untuk *exercise* dengan baik dan benar. Sedangkan sarjana olahraga, mereka mempunyai kemampuan bagaimana memberikan latihan, tetapi mereka tidak memiliki dasar kemampuan medis yang mumpuni, sehingga di Indonesia Sport Medicine Centre dua keahlian di gabungkan dan dilakukan ulang serta harus dimiliki oleh terapis pada dua kemampuan ini. Inilah yang menjadi keunikan dalam perekrutan terapis disini.

Peneliti: Apakah trainer/terapis Indonesia Sport Medicine Centre Centre sudah mencukupi dalam pelaksanaan program manajemen cedera olahraga?

DW: sejauh ini sudah mencukupi karena kita di Indonesia tidak mempunyai tolak ukur.

Peneliti: Bagaimana ketersediaan sarana dan prasarana dalam menunjang program manajemen cedera olahraga?

DW: sarana dan prasarana yang berada di Indonesia Sport Medicine Centre sudah mencukupi sesuai dengan program- program latihan yang ada.

Penelitian: apakah anggaran yang ada sudah sesuai dengan target yang akan dicapai?

DW: sejauh ini kita mendapatkan respon dari pasien sudah baik, dari dilihat sejarah pertumbuhan ISMC sampai sekarang. Pertumbuhan jumlah pasien itu meningkat dengan baik itu artinya dibisnis ini kita optimis bahwa bisnis ini akan berkembang.

➤ **Evaluasi Proses**

Peneliti: Apakah dengan fasilitas yang ada, dapat mendukung dalam pencapaian hasil dari program manajemen cedera olahraga?

DW: oh iya, jadi kita bagaimana caranya memanfaatkan fasilitas yang ada untuk menunjang proses rehabilitasi tersebut sesuai dengan kebutuhan pasien masing-masing pada fase.

Peneliti: Hambatan apa saja yang terjadi pada saat pelaksanaan kegiatan?

DW: Hambatan yang terbesar bukan dari kita sendiri melainkan dari pasien. Pasien yang tidak disiplin dalam hal terapi dan jadwal terapi.

Peneliti: Apakah pelaksanaan program telah sesuai dengan jadwal pelaksanaan Manajemen Cedera Olahraga?

DW : Sudah sesuai dengan apa yang sudah dijalankan selama ini.

➤ **Evaluasi Produk**

Peneliti: Apakah program kegiatan manajemen cedera olahraga yang telah dilaksanakan, sesuai dengan harapan?

DW: Sejauh ini bukan kita berbangga diri tetapi banyak pasien yang datang ke Indonesia Sports Medicine Centre (ISMC) adalah pasien *by reveral, Words of mouth*. Itu salah satu bukti bahwa apa yang kita lakukan terlepas dari kekurangan ISMC dari bahan-bahan itulah yang menjadi evaluasi dalam tolak ukur bagi kita, itu juga tidak membuat kita berbangga diri bahwa evaluasi harus kita jalankan. Dan itu menunjukkan bahwa semakin banyak pasien yang merefrensikan sodara, teman, kerabat kepada kita dan mereka menulis di media social tentang kita artinya itu

menunjukkan bahwa kita sudah melakukan yang terbaik untuk pasien.

Peneliti: Hambatan apa saja yang terjadi selama program kegiatan Manajemen Cedera berlangsung?

DW: Disiplin pada pasien

Peneliti: Apakah ada evaluasi kegiatan?

DW: Ada

Lampiran 10

Catatan Wawancara 02

Hari dan Tanggal : Jumat, 10 Juni 2016
Waktu : 12.15-12.50
Tempat : Kantor Indonesia Sport Medicine Centre
Senayan Narasumber : dr. Angelica Anggunadi, Sp.KO
Jabatan : Dokter Spesialis Kedokteran Olahraga

Catatan Pendahuluan:

Wawancara ini dilakukan pada hari Jumat, pada tanggal 10 Juni 2016, jam 12.15-12.50, bertempat di Kantor Indonesia Sports Medicine Centre Senayan. Wawancara ini dilakukan kepada dr. Angelica sebagai Catatan wawancara:

Peneliti: Bagaimana tahapan dari program Indonesia Sport Medicine Centre dilihat dari sudut pandang medis?

Ms. A: tahapan secara keseluruhan adalah dilihat dari,

1. Analisis atau pemeriksaan konsultasi ke dokter, melalui wawancara dan pemeriksaan fisik dilihat dari tingkat keparahan ini memudahkan untuk menentukan diagnosis.

2. Jika dokter sulit menentukan diagnosis pada pasien dokter akan menyarankan untuk pasien melakukan pemeriksaan penunjang, seperti misalnya *Rontgen*, MRI semua tergantung kebutuhan pasien itu sendiri.
3. Setelah itu disusunlah program terapi yang di perlukan pada pasien tersebut, mulai dari perencanaan berapa sesi latihan yang pasien butuhkan dan program latihannya seperti apa, program latihan ini tergantung dari kondisi pasien tersebut. secara umum jika pasien mendapatkan masalah di *range of motion* itulah latihan-latihan untuk meningkatkan *range of motion* pasien sambil melakukan latihan kekuatan otot baik otot-otot yang terkena cedera secara langsung maupun tidak.
4. Setelah itu dilakukannya latihan *progressive* dimana latihan ini untuk meningkatkan sensitifitas sensor saraf di bagian sendi-sendi yang mengalami masalah. Dan perlu juga dibutuhkan latihan keseimbangan. Semua ini dilakukan sesuai dengan kebutuhan pasien dan diagnosa pasien itu sendiri.

Peneliti: Apakah terdapat Standar Operasional Prosedur Medis dalam melaksanakan program manajemen cedera?

Ms. A: Ada, tapi tidak terlalu protokol fix. Tetapi lebih ke panduan memberikan atau menyapaikan pelayanan terhadap pasien dan semua tergantung dari kebutuhan pasien, cedera yang di alami pasien dan yang dibutuhkan di Indonesia Sports Medicine Centre, pada akhirnya kita seperti menciptakan standar sendiri tentunya berdasarkan contoh-contoh yang kita lihat dari American Collage of Sports Medicine dan diluar negeri ada yang disebut juga Medical Fitness Association.

Peneliti: Cedera pada bagian apakah yang terjadi sering pada pasien yang terapi di Indonesia Sports Medicine Centre ?

Ms. A: Secara keseluruhan cedera yang sering terjadi di bagian Lutut pada tendon patelanya yang bersifat kronik.

Peneliti: Hambatan apa yang terjadi dalam pelaksanaan cedera Olahraga selain dilihat dari disiplin pasien?

Ms. A: Hambatan lainnya adalah kerja sama antara ISMC atau dokter Sp.KO dengan dokter spesialis lainnya. Seperti contoh pasien setelah operasi pasien masih berkonsultasi dengan dokter bedahnya, sayangnya kerja sama ini kurang terjalin dengan baik, sehingga terlihat menjadi berkerja sendiri-sendiri dan tidak menjadi suatu tim bersama.

Lampiran 11

Dokumentasi observasi, pengisian angket dan wawancara



11.1 Ruang Konsultasi Dokter
(Sumber: data pribadi)



11.2 Ruang Terapi
(Sumber: data pribadi)



11.3 Peralatan terapi
(Sumber: data pribadi)



11.4 Beban terapi
(Sumber: data pribadi)



11.5 Treadmill
(Sumber: data pribadi)



11.6 Sarana dan prasarana latihan
(Sumber: data pribadi)



11.6 Rebbel, Bosu, dan ball
(Sumber: data pribadi)



11.7 Pasien baru ke Receptionist
(Sumber: data pribadi)



11.9 PNF (PROPRIOCEPTIF NEUROMUSCULAR FASILITATION)/stretching terhadap pasien
(Sumber: data pribadi)



11.10 compression pada pasien
(Sumber: data pribadi)



11.11 Observasi pasien cedera

(Sumber: data pribadi)



11.12 Observasi Penguatan pada pasien pasca cedera lutut

(Sumber: data pribadi)



11.13 Pengisian angket
(Sumber: data pribadi)



11.14 Pengisian Angket
(Sumber: data pribadi)



11.15 wawancara pada dokter
(Sumber: data pribadi)



11.16 Wawancara pada manajer
(Sumber: data pribadi)



TERIMAKASIH