

ANALISIS CEDERA OLAHRAGA PADA ATLET BASKET
KLUB GARUDA ACALAPATI





*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

KAUTSAR RAFIQIH TENGGARA
1603620068

**Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh Gelar
Sarjana**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JUNI
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing 1 Prof. Dr. dr. Junaidi, Sp.KO, Subs, ALK (K) NIP: 19611114 200003 1 001		16/07 2024
Pembimbing 2 Ela Yuliana, M.Or NIP: 19970516 202203 2 014		19/07 2024

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1 Dr. Heni Widyarningsih, SE, M.SE NIP: 19720122 199903 2 001	Ketua Sidang		18/07 2024
2 Sri Indah Ihsani, S.T., M.Or NIP: 19920216 202203 2 005	Sekretaris		18/07 2024
3 Prof. Dr. dr. Junaidi, Sp.KO, Subs, ALK (K) NIP: 19611114 200003 1 001	Anggota		16/07 2024
4 Ela Yuliana, M.Or NIP: 19970516 202203 2 014	Anggota		19/07 2024
5 Dr. Yasep Setiakarnawijaya, M.Kes NIP: 19740906 200112 1 002	Anggota		16/07 2024

Tanggal Lulus : 03 Juli 2024

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 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 kemudian 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 Jakarta.

Jakarta, 19 Juli 2024

Yang membuat pernyataan,



Kautsar Rafiqih Tenggara

NIM.1603620068

ANALISIS CEDERA OLAHRAGA PADA ATLET BASKET KLUB GARUDA ACALAPATI

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis cedera olahraga pada atlet Klub Garuda Acalapati. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif deskriptif dengan survei sebagai instrumen penelitian. Populasi penelitiannya adalah atlet basket Klub Garuda Acalapati. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan kriteria: 1) atlet aktif basket klub Garuda Acalapati, 2) Usia 16- 18 tahun. Berdasarkan kriteria yang ditentukan dalam penelitian ini, sampel yang memiliki kriteria di atas berjumlah 49 atlet. Hasil pengolahan data menunjukkan bahwa 45 atlet pernah mengalami cedera dan 4 atlet sedang mengalami cedera. Prevalensi cedera terbesar pada atlet Garuda Acalapati yaitu cedera pada bagian pergelangan kaki (ankle) sebesar 49%. Presentase pada cedera akut sebesar 63%. Dengan waktu terjadinya cedera pada saat latihan sebesar 73%. Berdasarkan jenis cedera yaitu cedera pada kulit (lecet,luka,terbuka,memar) sebesar 63%. Berdasarkan derajat cedera, cedera ringan menjadi yang terbanyak sebesar 76%. Berdasarkan penyebab cedera yaitu *external violence* (penyebab cedera berasal dari luar tubuh) benturan dengan lawan sebesar 63%. Penanganan cedera melakukan penanganan mandiri 73%. Berdasarkan hasil diatas, menunjukkan bahwa olahraga bola basket meningkatkan risiko cedera olahraga dikarenakan beberapa teknik pada olahraga bola basket seperti berlari, melompat, melakukan akselerasi dan deselerasi yang meningkatkan risiko cedera olahraga. Dengan demikian perlu adanya penanganan khusus atau program pencegahan untuk atlet yang dilakukan oleh tim pelatih dikarenakan masih banyak nya atlet yang mengalami cedera.

Kata kunci: Cedera, Basket, Atlet

ANALYSIS OF SPORTS INJURIES IN GARUDA ACALAPATI BASKETBALL CLUB ATHLETES

ABSTRACT

This study aims to analyze sports injuries in Garuda Acalapati Club athletes. The research method used is descriptive quantitative with surveys as the research instrument. The research population was basketball athletes of Garuda Acalapati Club. The criteria used by researchers are as follows: 1) Active athletes at Garuda Acalapati basketball club, Aged 16-18 years. Based on the criteria, the sample who met the criteria were 49 athletes. The results of data processing showed that there were 45 athletes have experienced injury and 4 athletes are currently injured. For the most common type of injuries in athletes were in the ankle by 49%. Based on the type of acute injury by 63%. Time of injury during training by 73%. Based on the type of injury were injury to the skin (abrasions, wounds, open, bruises) by 63%. Based on the degree of injury was minor injury by 76%. Based on the cause of injury was External Violence (cause were from outside of the body) collisions with opponents by 63%. Handling of injuries was self-handling by 73%. Based on the results above, it shows that basketball increases the risk of sports injury due to several techniques in basketball such as running, jumping, acceleration and deceleration which increase the risk of sports injury. Thus the need for special handling or prevention program for athletes conducted by the coaching team because there were still many athletes who experienced injuries.

Keywords: Injury, Basketball, Athletes

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur, Kita panjatkan Ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan ilmu, nikmat iman Islam serta nikmat sehat kepada kita semua sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu. Judul dalam Skripsi ini adalah "Analisis Cedera Olahraga Pada atlet Basket Klub Garuda Acalapati". Judul ini disusun dalam rangka memenuhi sebagai persyaratan guna mendapatkan gelar sarjana. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak sangat lah sulit untuk menyelesaikan Skripsi ini.

Oleh karena nya saya sebagai peneliti mengucapkan banyak Terima Kasih kepada: Dr. Hernawan, SE., M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, Bapak Dr. Kuswahyudi, S.Or., M.Pd sebagai pimpinan program studi Ilmu Keolahragaan, Dr. Yasep Setiakarnawijaya, M.Kes selaku Dosen Pembimbing Akademik, Prof. Dr. dr. Junaidi, Sp.KO, Subs, ALK (K) sebagai pembimbing 1 dan Ela Yuliana, M.Or sebagai pembimbing 2 yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam menyusun skripsi ini, Pihak Klub Garuda Acalapati yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih sangat banyak kekurangan dan kesalahannya, oleh karena itu peneliti dengan sangat-sangat rendah hati menghargai apabila ada nya kritik saran, dan alasan agar peneliti menjadi lebih baik.

Jakarta, 19 Juli 2024

Peneliti

Kautsar Rafiqih Tenggara



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 : Kautsar Rafiqih Tenggara
NIM : 1603620068
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Alamat email : kautsar12.krt@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 : Analisis Cedera Olahraga Pada Atlet Basket Klub Garuda Acalapati

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, 19 Juli 2023

Penulis

(Kautsar Rafiqih Tenggara)

DAFTAR ISI

ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	9
D. Perumusan Masalah	9
E. Kegunaan Hasil Penelitian	10
BAB II KAJIAN TEORETIK	12
A. Deskripsi Konseptual	12
1. Hakikat Cedera Olahraga	12
2. Hakikat Bola Basket	41
B. Kerangka Berpikir	45
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	48
A. Tujuan Penelitian	48
B. Tempat dan Waktu Penelitian	48
C. Metode Penelitian	48
D. Populasi dan Sampel	49
E. Teknik Pengumpulan Data	50
F. Instrumen Penelitian	50
G. Pengujian Validitas dan Reliabilitas	52
H. Teknik Analisis Data	53
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	54
A. Deskripsi data	54
B. Pembahasan	63
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	73
A. Kesimpulan	73
B. Saran	73
DAFTAR PUSTAKA	76

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Kisi-kisi Instrumen	51
Tabel 4. 1 Data Responden Atlet Garuda Acalapati Berdasarkan Pernah Cedera	54
Tabel 4. 2 Data Atlet Garuda Acalapati Berdasarkan Bagian Tubuh Yang Cedera	55
Tabel 4. 3 Data Responden Atlet Garuda Acalapati Berdasarkan Macam Cedera	56
Tabel 4. 4 Data Atlet Garuda Acalapati Berdasarkan Waktu Terjadinya Cedera	57
Tabel 4. 5 Data Responden Atlet Garuda Acalapati Berdasarkan Jenis Cedera	58
Tabel 4. 6 Data Responden Atlet Garuda Acalapati Berdasarkan Derajat Cedera	59
Tabel 4. 7 Data Responden Atlet Garuda Acalapati Berdasarkan Penyebab Cedera	59
Tabel 4. 8 Data Responden Atlet Garuda Acalapati Berdasarkan Internal Violence	60
Tabel 4. 9 Data Responden Atlet Garuda Acalapati Berdasarkan External Violence	61
Tabel 4. 10 Data Responden Atlet Garuda Acalapati Berdasarkan Penanganannya	62



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Patah Tulang	19
Gambar 2. 2 Dislokasi Tulang Bahu	20
Gambar 2. 3 Luka Lecet.....	20
Gambar 2. 4 Tingkatan Sprain	22
Gambar 2. 5 Tingkatan Strain	23
Gambar 2. 6 Terapi Latihan	40



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Pernyataan.....	81
Lampiran 2 Surat Balasan.....	82
Lampiran 3 Surat Validasi.....	83
Lampiran 4 Soal Kuisisioner.....	84
Lampiran 5 Jawaban Responden Bagian Yang Mengalami Cedera.....	90
Lampiran 6 Jawaban Responden Untuk Jenis Cedera.....	93
Lampiran 7 Jawaban Responden Untuk Waktu Terjadinya Cedera.....	95
Lampiran 8 Jawaban Responden Macamnya Cedera.....	97
Lampiran 9 Jawaban Responden Untuk Derajat cedera.....	100
Lampiran 10 Jawaban Responden Penyebab Cedera.....	102
Lampiran 11 Jawaban Responden Berdasarkan Internal Violence.....	104
Lampiran 12 Jawaban Responden Berdasarkan External Violence.....	107
Lampiran 13 Jawaban Responden Pada Cara Penanganan Cedera.....	109
Lampiran 14 Dokumentasi Saat Pengambilan Data.....	111

