PEMAHAMAN PEMAIN U 23 PERSATUAN SEPAK BOLA *EAGLE* SIDOHARJO PACITAN TENTANG PPC (PENCEGAHAN DAN PERAWATAN CEDERA) TAHUN 2015

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Pada Jurusan PJKR

OLEH:

HANDRI MAILANA
NIM: 11.1.01.09.1308

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UNP KEDIRI 2015

Skripsi oleh:

HANDRI MAILANA

NIM. 11.1.01.09.1308

Judul:

PEMAHAMAN PEMAIN U 23 PERSATUAN SEPAK BOLA *EAGLE* SIDOHARJO PACITAN TENTANG PPC (PENCEGAHAN DAN PERAWATAN CEDERA)

Telah disetujui untuk diajukan Kepada
Panitia Ujian/Sidang Skripsi Jurusan PJKR
FKIP UNP Kediri

Tanggal: 8 Agustus 2015

Pembimbing I	Pembimbing II
Drs. SETYO HARMONO, M.Pd.	**WASIS HIMAWANTO, M.Or.**

ii

Skripsi oleh:

HANDRI MAILANA

NIM. 11.1.01.09.1308

Judul:

PEMAHAMAN PEMAIN U 23 PERSATUAN SEPAK BOLA *EAGLE* SIDOHARJO PACITAN TENTANG PPC (PENCEGAHAN DAN PERAWATAN CEDERA)

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Jurusan PJKR FKIP UNP Kediri
Pada tanggal: 12 Agustus 2015

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:

1. Ketua : Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd.
2. Penguji I : Wasis Himawanto, M.Or.
3. Penguji II : Drs. Setyo Harmono, M.Pd.

Mengetahui,
Dekan FKIP

Dr. Hj. SRI PANCA SETYAWATI, M.Pd.
NIDN. 0316046202

iii

PEMAHAMAN PEMAIN U 23 PERSATUAN SEPAK BOLA *EAGLE* SIDOHARJO PACITAN TENTANG PPC (PENCEGAHAN DAN PERAWATAN CEDERA) TAHUN 2015

Handri Mailana
11.1.01.09.1308
FKIP UNP Kediri - PJKR
handrimaelana09@gmail.com
Drs. Setyo Harmono, M.Pd. dan Wasis Himawanto, M.Or.
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Dalam setiap turnamen atau pertandingan mulai dari U 12 hingga U 16 yang menjadi tim medis hanyalah pemain yang lebih senior, karena pemain senior dianggap lebih berpengalaman. Semua tak lepas dari aturan yang diberikan, selain tim medis yang sudah disiapkan oleh panitia, setiap *club* juga harus membawa atau memiliki tim medis sendiri. Sehingga untuk memenuhi semua itu *club* sepak bola *Eagle* Sidoharjo memanfaatkan U 23 sebagai tim medis secara bergantian dalam setiap pertandingan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman pemain U 23 PS *Eagle* Sidoharjo Pacitan tentang pencegahan dan perawatan cedera.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah Seberapa besar tingkat pemahaman pemain sepak bola U 23 PS *Eagle* Sidoharjo Pacitan tentang pencegahan dan perawatan cedera?

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah metode *survey* dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah pemain U 23 PS *Eagle* Sidoharjo Pacitan yang pernah menjadi tim medis dengan jumlah 25 pemain. Analisis data menggunakan teknik deskriptif persentase.

Berdasarkan hasil penelitian pemahaman pemain U 23 PS *Eagle* Sidoharjo Pacitan tentang pencegahan dan perawatan cedera masuk dalam kategori "sedang". Dengan hasil secara umum sebagai berikut, pada kategori "baik sekali" sebesar 0% (0 pemain), kategori "baik" sebesar 24% (6 pemain), kategori "sedang" sebesar 56% (14 pemain), kategori "kurang" sebesar 20% (5 pemain), dan ketegori "kurang sekali" sebesar 0% (0 pemain).

Kata Kunci: *U 23 PS Eagle Sidoharjo Pacitan, Pemain, Sepak Bola, Pencegahan dan Perawatan Cedera.*

I. LATAR BELAKANG

Club sepak bola *Eagle* Sidoharjo sudah lama didirikan. Dalam *club* ini usia 23 adalah pemain yang sudah senior sehingga dalam pengalaman dan pengetahuan pun jauh lebih baik dan luas daripada yang berada di bawahnya. Hal ini juga termasuk kemampuan pemain dalam pencegahan dan perawatan cedera pada dirinya. Karena *club* ini tidak memiliki tim medis dan apabila ada, itu pun berasal dari anggota pemain sendiri. Untuk itu tidak hanya pelatih saja yang paham dalam pencegahan dan perawatan cedera, melainkan sebagai pemain yang lebih senior U 23 juga diharapkan dapat memahami dan mampu dalam mencegah dan merawat apabila terjadi cedera.

Tentu semua tidak lepas dari resiko permainan sepak bola, dimana permainan ini merupakan olahraga yang melibatkan dua tim, dan kedua tim tersebut saling berhadapan langsung sehingga besar kemungkinan terjadi kontak fisik saat bermain. Untuk itu kondisi fisik serta persiapan yang baik sangat penting, karena resiko terjadinya cedera sangat besar dalam permainan ini. Cedera terjadi tidak hanya dari situ saja, melainkan juga dapat muncul dari kondisi lapangan yang kurang baik, persiapan yang kurang, serta kurangnya pemahaman individu dalam pencegahan cedera. Hal ini terbukti dimana terkadang pemain tidak melakukan pemanasan secara benar, bahkan terkadang ada pemain yang tidak melakukan pemanasan saat akan bermain atau bertanding. Dari situ cedera dapat muncul dan kemudian akan mengurangi kemampuan bahkan dapat membuat pemain tidak dapat mengikuti pertandingan sehingga tidak hanya akan merugikan individu saja melainkan juga dapat merugikan tim, karena kurangnya kemampuan dalam tim sehingga dalam proses pencapaian prestasi akan terhambat.

Untuk mengetahui seberapa besar pengetahuan pemain U 23 terhadap pencegahan dan perawatan cedera, maka observasi dilakukan untuk menggali informasi yang lebih dalam. Hal ini dilakukan untuk mengetahui sampai dimana pengetahuan pemain tentang pencegahan dan perawatan cedera. Tentu hal ini sangat penting dimana pemain sepak bola harus memiliki pengalaman atau pengetahuan yang baik dalam mencegah dan merawat cedera yang terjadi, karena resiko terjadi cedera dalam sepak bola sangat tinggi sehingga pemain diharapkan dapat memahami tentang pencegahan dan perawatan cedera.

II. METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan dalam peneltian ini adalah metode *survey*. yaitu metode pengumpulan data primer dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan kepada responden individu. Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 312), metode survei merupakan penelitian yang biasa dilakukan

dengan subjek yang banyak, dimaksudkan untuk mengumpulkan pendapat atau informasi mengenai status gejala pada waktu penelitian berlangsung. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket, yang akan diberikan kepada responden. Dimana responden akan menjawab dari pertanyan-pertanyaan yang diberikan oleh peneliti melalui angket.

Populasi Penelitian

Populasi adalah jumlah keseluruhan dari subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu. Hal ini seperti yang dikemukakan oleh Suharsimi Arikunto (2006: 130) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Sedangkan menurut Sugiyono (2012: 61) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah seluruh pemain sepak bola U 23 PS *Eagle* Sidoharjo yang berjumlah 28 orang.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif kuantitatif. Selanjutnya untuk menghitung persentase yang termasuk dalam kategori di setiap aspek digunakan rumus dari Anas Sudijono (2012: 43), yaitu:

$$P = \frac{f}{N} x\ 100\%$$

Keterangan:

P : angka persentase

F : frekuensi yang sedang dicari persentasinya

N : *Number of Case* (jumlah frekuensi banyaknya individu)

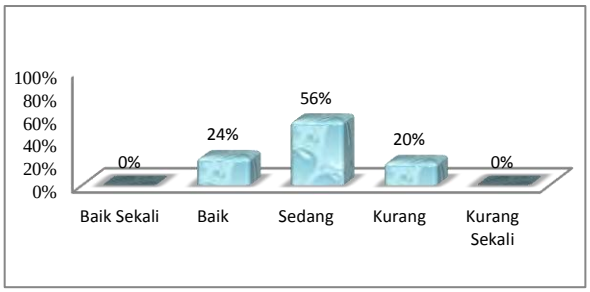
III. HASIL DAN KESIMPULAN

Dari hasil analisis data pemahaman pemain U 23 PS *Eagle* Sidoharjo Pacitan tentang pencegahan dan perawatan cedera diperoleh skor terendah (*minimum*) 9,00, skor tertinggi (*maxsimum*) 31,00, rata-rata (*mean*) 19,60, nilai tengah (*median*) 19,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 16,00, *standar deviasi* (SD) 8,81.

Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Pemahaman Pemain U 23 PS *Eagle* Sidoharjo Pacitan tentang Pencegahan dan Perawatan Cedera.

No	Interval	Klasifikasi	Frekuensi	%
1.	32,81 < X	Baik Sekali	0	0%
2.	24,00 < X ≤ 32,81	Baik	6	24%
3.	15,20 < X ≤ 24,00	Sedang	14	56%
4.	6,39 < X ≤ 15,20	Kurang	5	20%
5.	X ≤ 6,39	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah			**25**	**100%**

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka akan terlihat pada gambar berikut ini:



Gambar 4.1. Diagram Batang Pemahaman Pemain U 23 PS *Eagle*

Sidoharjo Pacitan tentang Pencegahan dan Perawatan Cedera.

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa pemahaman pemain U 23 PS *Eagle* Sidoharjo Pacitan tentang pencegahan dan perawatan cedera yang berada pada kategori "baik sekali" sebesar 0% (0 pemain), kategori "baik" sebesar 24% (6 pemain), kategori "sedang" sebesar 56% (14 pemain), kategori "kurang" sebesar 20% (5 pemain), dan ketegori "kurang sekali" sebesar 0% (0 pemain). Sedangkan berdasarkan nilai rata-rata yaitu 19,60.

Rincian mengenai pemahaman pemain U 23 PS *Eagle* Sidoharjo Pacitan tentang pencegahan dan perawatan cedera terbagi dalam tiga faktor, yaitu; (1) pengertian cedera, (2) pencegahan cedera, dan (3) perawatan cedera adalah sebagai berikut:

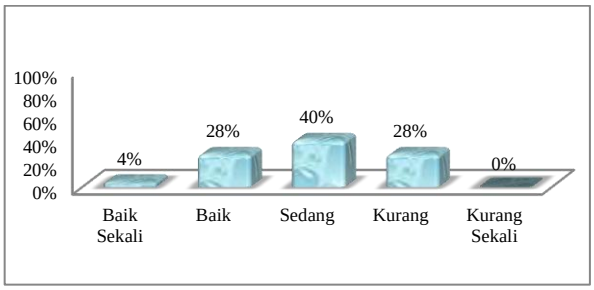
Faktor Pengertian Cedera

Pemahaman pemain dalam faktor pengertian cedera menghasilkan *mean* 8,16, *median* 9,00, *mode* 5,00, dan *standar deviasi* 3,12, *minimum* 4,00 dan *maximum* 13,00.

Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Pemahaman Pemain U 23 PS *Eagle* Sidoharjo Pacitan tentang Pencegahan dan Perawatan Cedera berdasarkan Faktor Pengertian Cedera.

No	Interval	Klasifikasi	Frekuensi	%
1.	12,84 < X	Baik Sekali	1	4%
2.	9,72 < X ≤ 12,84	Baik	7	28%
3.	6,60 < X ≤ 9,72	Sedang	10	40%
4.	3,48 < X ≤ 6,60	Kurang	7	28%
5.	X ≤ 3,48	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah			**25**	**100%**

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka akan terlihat pada gambar berikut ini:



Gambar 4.2. Diagram Batang Pemahaman Pemain U 23 PS *Eagle* Sidoharjo Pacitan tentang Pencegahan dan Perawatan Cedera berdasarkan Faktor Pengertian Cedera.

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa pemahaman Pemain U 23 PS *Eagle* Sidoharjo Pacitan tentang pencegahan dan perawatan cedera berdasarkan faktor pengertian cedera berada pada kategori "baik sekali" sebesar 4% (1 pemain), kategori "baik" sebesar 28% (7 pemain), kategori "sedang" sebesar 40% (10 pemain), kategori "kurang" sebesar 28% (7 pemain), dan ketegori "kurang sekali" sebesar 0% (0 pemain). Sedangkan berdasarkan nilai rata-rata yaitu 8,16.

Faktor Pencegahan Cedera

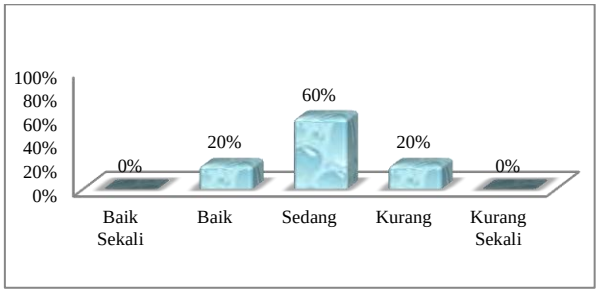
Pemahaman pemain dalam faktor pengertian cedera menghasilkan *mean* 6,08, *median* 7,00, *mode* 7,00, dan *standar deviasi* 2,74, *minimum* 3,00 dan *maximum* 10,00.

Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Pemahaman Pemain U 23 PS *Eagle* Sidoharjo Pacitan tentang Pencegahan

dan Perawatan Cedera berdasarkan Faktor Pencegahan Cedera.

No	Interval	Klasifikasi	Frekuensi	%
1.	10,19 < X	Baik Sekali	0	0%
2.	7,45 < X ≤ 10,19	Baik	5	20%
3.	4,71 < X ≤ 7,45	Sedang	15	60%
4.	1,97 < X ≤ 4,71	Kurang	5	20%
5.	X ≤ 1,97	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah			**25**	**100%**

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka akan terlihat pada gambar berikut ini:



Gambar 4.3. Diagram Batang Pemahaman Pemain U 23 PS *Eagle* Sidoharjo Pacitan tentang Pencegahan dan Perawatan Cedera berdasarkan Faktor Pencegahan Cedera.

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa pemahaman Pemain U 23 PS *Eagle* Sidoharjo Pacitan tentang pencegahan dan perawatan cedera berdasarkan faktor pengertian cedera berada pada kategori "baik sekali" sebesar 0% (0 pemain), kategori "baik" sebesar 20% (5 pemain), kategori "sedang" sebesar 60% (15 pemain), kategori "kurang" sebesar 20% (5 pemain), dan ketegori "kurang sekali" sebesar 0% (0 pemain). Sedangkan berdasarkan nilai rata-rata yaitu 6,08.

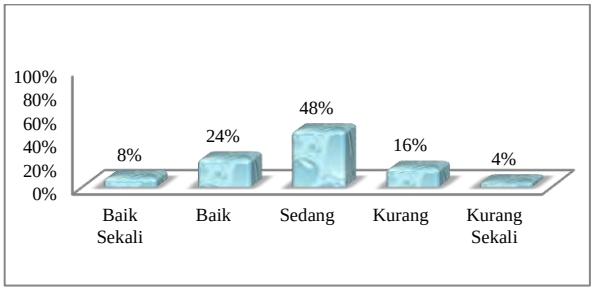
Faktor Perawatan Cedera

Pemahaman pemain dalam faktor pengertian cedera menghasilkan *mean* 5,36, *median* 5,00, *mode* 4,00, dan *standar deviasi* 2,94, *minimum* 1,00 dan *maximum* 10,00.

Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi Pemahaman Pemain U 23 PS *Eagle* Sidoharjo Pacitan tentang Pencegahan dan Perawatan Cedera berdasarkan Faktor Perawatan Cedera.

No	Interval	Klasifikasi	Frekuensi	%
1.	9,77 < X	Baik Sekali	2	8%
2.	6,83 < X ≤ 9,77	Baik	6	24%
3.	3,89 < X ≤ 6,83	Sedang	12	48%
4.	1,95 < X ≤ 3,89	Kurang	4	16%
5.	X ≤ 1,95	Kurang Sekali	1	4%
Jumlah			**25**	**100%**

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka akan terlihat pada gambar berikut ini:



Gambar 4.4. Diagram Batang Pemahaman Pemain U 23 PS *Eagle* Sidoharjo Pacitan tentang Pencegahan dan Perawatan Cedera berdasarkan Faktor Perawatan Cedera.

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa pemahaman Pemain U 23 PS *Eagle* Sidoharjo Pacitan tentang pencegahan dan perawatan cedera berdasarkan faktor perawatan cedera berada pada kategori "baik sekali" sebesar 8% (2 pemain), kategori "baik" sebesar 24% (6 pemain), kategori "sedang" sebesar 48% (12 pemain), kategori "kurang" sebesar 16% (4 pemain), dan ketegori "kurang sekali"

sebesar 4% (1 pemain). Sedangkan berdasarkan nilai rata-rata yaitu 5,36.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa jauh tingkat pemahaman pemaian U 23 PS *Eagle* Sidoharjo Pacitan tentang pencegahan dan perawatan cedera melalui butir-butir pertanyaan yang terbagi dalam tiga faktor, yaitu sebagai berikut: (1) Pengertian Cedera, (2) Pencegahan Cedera, dan (3) Perawatan Cedera.

Berdasarkan data yang diperolaeh bahwa pemahaman pemain U 23 PS *Eagle* Sidoharjo Pacitan tentang pencegahan dan perawatan cedera yang berada pada kategori "baik sekali" sebesar 0% (0 pemain), kategori "baik" sebesar 24% (6 pemain), kategori "sedang" sebesar 56% (14 pemain), kategori "kurang" sebesar 20% (5 pemain), dan ketegori "kurang sekali" sebesar 0% (0 pemain). Sedangkan berdasarkan nilai rata-rata yaitu 19,60.

Dari data tersebut terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pemahaman pemain U 23 PS *Eagle* Sidoharjo Pacitan tentang pencegahan dan perawatan cedera, yaitu; (1) latar belakang pendidikan pemain, (2) kemauan pemain untuk memperdalam ilmu PPC, (4) persepsi pemain mengenai pencegahan dan perawatan cedera.

Menurut data yang diperoleh peneliti dari pengamatan yang sudah dilakukan, pemain yang memiliki pemahaman yang baik terhadap pencegahan dan perawatan cedera, pemain tersebut selalu berhati-hati dalam bermain serta memperhatikan kondisi lapangan yang akan dipakai untuk kegiatan sepak bola. Selain itu pemain yang memiliki pemahaman yang baik selalu melakukan pemanasan dengan baik mulai dari awalan secara urut, hal ini menunjukkan bahwa pemain paham akan bahaya yang dapat timbul dalam olahraga sepak bola. Namun hal tersebut bertolak belakang dengan pemain yang memiliki pemahaman yang kurang terhadap pencegahan dan perawatan cedera, dimanapemain yang memiliki pemahaman kurang baik atau sedang mereka kebanyakan melakukan pemanasan dengan seadanya atau tidak melakukan pemanasan secara baik dan benar sehingga kemungkinan terjadinya cedera sangat besar. Selain itu pemain yang memiliki pemahaman kurang baik tidak memperhatikan kondisi lapangan yang akan digunakan.

Kesimpulan

Penulis dapat menarik kesimpulan pemahaman pemain U 23 PS *Eagle* Sidoharjo Pacitan tentang pencegahan dan perawatan cedera masuk dalam kategori "sedang". Dengan hasil secara umum sebagai berikut, pada kategori "baik sekali" sebesar 0% (0 pemain), kategori "baik" sebesar 24% (6 pemain), kategori "sedang" sebesar 56% (14 pemain), kategori "kurang" sebesar 20% (5 pemain), dan ketegori "kurang sekali" sebesar 0% (0 pemain).

IV. DAFTAR PUSTAKA

Sukatamsi. 2005. *Permainan Besar I Sepak Bola*. Jakarta: Universitas Terbuka.

Sucipto. 2000. *Sepakbola*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Luxbacher A. Yoseph. 2004. *Sepakbola : Langkah-Langkah Menuju Sukses*. Jakarta: Raja Grafindo. Edisi Dua.

Nana Sudjana. 2013. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung : PT. Remaja Rosdikarya.

Anas Sudjiono. 2012. *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Sri Anitah Wiryawan. 2001. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta : Pusat Penerbitan Universitas Terbuka.

Andun Sudijandoko. 2000. *Perawatan dan Pencegahan Cedera*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.

Sayarti Soetopo. 2006. *P3K dan Pencegahan Cedera*. Jakarta: Universitas Terbuka.

Kartono Mohammad. 2003. *Pertolongan Pertama*. PT.Gramedia Pustaka.

Iskandar Junaidi. 2011. *Mencegah dan Mengatasi Cedera*. Jakarta : PT. Raja Grafika.

Pfeiffer, Ronald. P. 2009. *Sports Firsts Aid (Pertolongan Pertama dan Pencegahan Cedera Olahraga).* Jakarta : Erlangga.

Jitowiyono. 2010. *Ilmu Kedokteran Forensik***.** Edisi Kedua. Jakarta: FKUI.

Suharsimi Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Sugiyono. 2007 & 2011. *Statistik untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.

Saifudin Azwar. 2000. *Reliabilitas dan Validitas.*Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Akhmad Sudrajat. 2008. www.akhmadsudrajat.wordpress.com. diakses pada tanggal 16 Mei 2015.