



ARTIKEL

**SURVEI CEDERA OLAHRAGA PADA ATLET SEPAK BOLA USIA 13
TAHUN DALAM KOMPETISI SEPAK BOLA PIALA ASKAB PSSI
KABUPATEN NGANJUK TAHUN 2017 DI NGANJUK**

*SURVEY OF SPORTS INJURIES TO 13 YEARS OLD FOOTBALL
ATHLETES IN THE PIALA ASKAB FOOTBALL COMPETITION PSSI
TOWN OF NGANJUK YEAR 2017 AT NGANJUK*



Oleh:

HENDRA EZZY PUTRA ADHY NUGRAHA

13.1.01.09.0210

Dibimbing oleh :

- 1. Nur Ahmad Muharram, M.Or**
- 2. Septyaning Lusianti, M.Pd**

**PROGRAM STUDI PENJASKESREK
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
TAHUN 2018**



SURAT PERNYATAAN ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2018


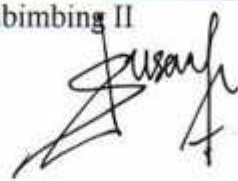

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Hendra Ezzy Putra Adhy Nugraha
NPM : 13.1.01.09.0210
Telepon/HP : 085843520194
Alamat Surel (Email) : hendraezzy10@gmail.com
Judul Artikel : SURVEI CEDERA OLAHRAGA PADA ATLET
SEPAK BOLA USIA 13 TAHUN DALAM KOMPETISI
SEPAK BOLA PIALA ASKAB PSSI KABUPATEN
NGANJUK TAHUN 2017 DI NGANJUK
Fakultas – Program Studi : FKIP - Penjaskesrek
Nama Perguruan Tinggi : Universitas Nusantara PGRI Kediri
Alamat Perguruan Tinggi : Jln. KH. Ahmad Dahlan No. 76, Mojoroto Kota Kediri,
Jawa Timur

Dengan ini menyatakan bahwa :

- artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;
- artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggung jawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

| Mengetahui | | Kediri, 12. Februari 2018 |
|--|---|--|
| Pembimbing I  <u>Nur Ahmad Muharram, M.Or</u> NIDN. 0703098802 | Pembimbing II  <u>Septyaning Lusianti, M.Pd.</u> NIDN. 0722098601 | Penulis,  <u>Hendra Ezzy Putra A.N.</u> NPM. 13.1.01.09.0210 |



SURVEI CEDERA OLAHRAGA PADA ATLET SEPAK BOLA USIA 13 TAHUN DALAM KOMPETISI SEPAK BOLA PIALA ASKAB PSSI KABUPATEN NGANJUK TAHUN 2017 DI NGANJUK

Hendra Ezzy Putra Adhy Nugraha

13.1.01.09.0210

FKIP - Penjaskesrek

hendraezzy@gmail.com

Nur Ahmad Muharram, M.Or dan Septyaning Lusianti, M.Pd.

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Hendra Ezzy Putra Adhy Nugraha: Permainan sepak bola tidak terlepas dari cedera yang dapat terjadi pada saat latihan maupun pertandingan. Penelitian ini bertujuan mengetahui prosentase cedera olahraga pada atlet sepak bola usi 13 tahun dalam kompetisi ASKAB PSSI Kabupaten Nganjuk di Nganjuk.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif metode kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet yang bertanding dalam kompetisi ASKAB PSSI di Nganjuk. Pengambilan sampel menggunakan hap-hazard metode purposive dengan jumlah sampel sebanyak 140 dari 7 tim yang bertanding. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif prosentase.

Hasil dari penelitian ini dapat diketahui prosentase cedera pada atlet sepak bola usia 13 tahun yang diikuti 7 tim dari 140 atlet. Dari hasil penelitian kemungkinan cedera atlet yang bertanding yaitu 37,14%, dan kemungkinan atlet yang tidak mengalami cedera sebesar 62,86%. Dari hasil tersebut didukung dengan 31 atlet dari 140 atlet mengalami cedera. Cedera tertinggi adalah cedera Memar sebesar 41,94% (13Atlet). Diikuti cedera kram otot sebesar 32,26% (10 atlet), cedera pendarahan 12,90% (4atlet), cedera sprain sebesar 9,68% (3atlet) dan cedera dislokasi sebesar 3,22% (1 atlet).

Kata Kunci : Cedera Olahraga, Jenis Cedera, Prosentase Cedera.



I. LATAR BELAKANG

Permainan sepak bola merupakan cabang olahraga dengan banyak pecinta di dunia bahkan di negeri ini. tidak hanya itu, sepakbola juga menjadi cabang olahraga yang paling banyak dan sering dimainkan di seluruh penjuru dunia. Maka tidak heran jika sepak bola merupakan olahraga yang sangat populer. Di negara-negara benua Asia, Afrika, Amerika, sampai Eropa umumnya telah memiliki basis pecinta sepakbola di negaranya, serta memiliki Asosiasi sepak bola yang mengurus pertandingan profesional dan amatir di negaranya (Fahriyah, 2015:1).

Sepak bola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai, kecuali penjaga gawang yang diperbolehkan dengan menggunakan lengannya di daerah tendangan hukumannya. Dalam perkembangannya permainan ini dapat dimainkan di luar lapangan (out door) dan di dalam ruangan (in door) (Sucipto,dkk.2000:7)

Di Indonesia, badan yang menangani sepak bola adalah Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia (PSSI). PSSI ini berdiri pada tanggal 19 April 1930 di Yogyakarta. Sebagai wadah tertinggi sepak bola di Indonesia, PSSI telah menyelenggarakan berbagai

kejuaraan untuk semua tingkatan umur. Kejuaraan tingkat nasional pertama diselenggarakan pada tahun 1951. Kejuaraan tingkat nasional ini berlangsung setiap tahun. Format kejuaraan sepak bola nasional antar klub amatir yang tergabung dalam kompetisi Perserikatan dan kejuaraan antar klub semi profesional yang tergabung dalam wadah Liga Sepak bola Utama atau Galatama (Andi, 2012:20)

Perkembangan sepak bola di Indonesia memang pernah mengalami pasang surut. Timnas dari negara ini pernah menjadi salah satu yang ditakuti oleh negara lain di masa lalu, tetapi kemudian menunjukkan performa yang berangsur-angsur menurun. Untuk mewujudkan impian negara yang maju dalam persepakbolaan memang tidak bisa terjadi secara instan. Perlu adanya proses pelatihan anak-anak muda berbakat usia dini. Sekolah sepakbola atau SSB menjadi salah satu peran penting dalam pembinaan tersebut. Beberapa tahun belakangan ini memang mulai marak perkembangan akademi sepak bola di Indonesia. PSSI sendiri sebagai induk sepak bola Indonesia membangun akademi sepak bola Nusantara yang tersebar di beberapa kota di Indonesia. Tidak hanya marak dengan sekolah sepak bola, namun kejuaraan atau turnamen sepak bola usia dini juga bermunculan (Erwan, 2014:179). Dalam sepak bola tidak akan pernah lepas dari



yang namanya cedera, kondisi fisik yang lemah atau kurang prima dan faktor-faktor lainnya dapat mengakibatkan pemain sepakbola mengalami cedera.

Cedera dapat dialami semua orang yang melakukan aktivitas dengan berat dan lebih ataupun kesalahan gerakan tubuh saat aktivitas sehari-hari atau olahraga berat atau ringan. Cedera sering dialami oleh seorang atlet, seperti cedera lecet, memar, robek ataupun patah tulang baik full body contact dan non body contact (Purba, 2005:14). Arti umum cedera adalah kerusakan atau luka yang dialami atau diderita oleh seseorang (Sukarmin, 2005:13).

Cedera tidak mengenal batasan usia, orang dewasa hingga anak-anak dapat mengalami cedera. Misalnya di Amerika, kira-kira 20% anak-anak dan remaja yang berpartisipasi dalam olahraga mengalami cedera setiap tahunnya. Satu dari empat kasus cedera yang terjadi merupakan cedera serius (Konin, 2009). Cedera yang sering terjadi pada sepak bola usia dini dapat disebabkan oleh berbagai hal, seperti pemberian latihan fisik, teknik dan taktik yang tidak terprogram bagi usia dini baik pada saat latihan maupun mengikuti pertandingan. Jenis cedera yang biasa terjadi dalam kompetisi sepak bola usia dini dimulai dari luka, strain, sprain, dislokasi sampai fracture (Sukarmin, 2005:13).

Angka kejadian cedera pada atlet sepak bola usia dini di bawah 12 tahun dalam kompetisi sepak bola antar SSB tingkat Nasional di Yogyakarta disebutkan ; prosentase cedera pada sendi leher sebesar 5,4%, prosentase cedera pada sendi bahu sebesar 7,8%, prosentase pada sendi siku sebesar 3,9%, prosentase cedera pada pergelangan tangan sebesar 8,5%, prosentase cedera pada sendi jari tangan sebesar 11,6%, prosentase cedera pada pinggang sebesar 7,0%, prosentase cedera pada panggul sebesar 8,5%, prosentase cedera pada sendi lutut sebesar 19,4%, dan prosentase cedera untuk jari kaki sebesar 13,2% (Andri, 2015:99).

Pada umumnya atlet pada usia muda, pernah merasakan sakit yang luar biasa dalam olahraga yang dilakoninya. Beberapa dari mereka mengalami cedera yang bisa mengakibatkan trauma seperti cedera pergelangan kaki dan robeknya ligamen. Cedera tersebut terasa begitu menyakitkan bahkan bisa mengancam karier si atlet itu sendiri (Frasetya, 2014:1).

Dari hasil pengamatan tersebut maka peneliti ingin lebih dalam lagi mengamati dan meneliti tentang “Survei Cedera Olahraga pada Atlet Sepak Bola Usia 13 Tahun dalam Kompetisi Sepak Bola Piala ASKAB Kab.Nganjuk Tahun 2017 di Nganjuk,” sehingga akan mengetahui data prosentase cedera

olahraga pada atlet sepak bola usia 13 tahun.

1. Variabel

1. Deskripsi Data Variabel Bebas

Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah sepak bola pada kompetisi sepak bola ASKAB PSSI kabupaten Nganjuk. Dalam variabel bebas, tidak ada data yang dikumpulkan sebab merupakan variabel perlakuan. Pada penelitian ini telah dilaksanakan pengamatan atlet yang mengalami cedera dan dilakukan survei penelitian atlet sepak bola usia 13 tahun kompetisi ASKAB PSSI kabupaten Nganjuk. Dalam penelitian ini peneliti sudah melaksanakan penelitian kegiatan pengamatan yang sesuai dengan instrument penelitian yang telah divalidasi.

2. Deskripsi Data Variabel Terikat

Pada penelitian ini yang akan menjadi variabel terikat adalah survei cedera atlet usia 13 tahun. Peneliti melakukan pengamatan terhadap atlet yang mengalami cedera. Data berasal dari 140 atlet sepak bola yang mengikuti kompetisi ASKAB PSSI Kabupaten Nganjuk.

II. HASIL DAN KESIMPULAN

a) Hasil Penelitian

Berikut adalah data hasil survei:

Tabel 4.1 Hasil Data Survei Cedera

Atlet Sepak Bola

| Kategori | Jumlah |
|--------------------|--------|
| Atlet Cedera | 31 |
| Atlet Tidak Cedera | 109 |

Dari tabel 4.1 diatas dijelaskan bahwa yang menjadi latar dari penelitian tersebut adalah atlet sepak bola usia 13 tahun dalam kompetisi ASKAB PSSI Kabupaten Nganjuk. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, angket, dan foto untuk mempertegaskan penelitian tersebut. Kemudian responden yang digunakan adalah atlet sepak bola usia 13 tahun yang menjalani pertandingan saat itu juga.

Tabel 4.2 Prosentase Hasil Survei Cedera Atlet Sepak Bola

| Kategori | Prosentase |
|--------------------|------------|
| Atlet Cedera | 22,14% |
| Atlet Tidak Cedera | 77,86% |

Data tabel 4.2 diatas diketahui bahwa atlet sepakbola usia 13 tahun dalam kompetisi ASKAB PSSI kabupaten Nganjuk Tahun 2017 tersebut yang mengalami cedera dengan prosentase sebesar 22,14% dan yang tidak cedera sebesar 77,86%.

Tabel 4.3 Tabulating Data Penelitian

| Kriteria | responden | prosentase |
|--------------|-----------|------------|
| Cedera | 31 | 22,14% |
| Tidak cedera | 109 | 77,86 |
| Jumlah | 140 | 100% |

Dilihat dari tabel 4.3 dapat disimpulkan cedera atlet sepak bola usia 13 tahun dalam kompetisi ASKAB PSSI Kabupaten Nganjuk tahun 2017 adalah 31 atlet mengalami cedera dengan prosentase 22,14% dan atlet yang tidak cedera sebesar 109 dengan prosentase sebesar 77,86%.

Adapun cedera yang dialami oleh pemain meliputi sebagai berikut.

Tabel 4.4 Prosentase Hasil Survei Jenis Cedera Atlet Sepakbola

| No | Jenis Cedera | Jumlah atlet cedera | Prosentase |
|----|--------------|---------------------|------------|
| 1. | Memar | 13 | 41,94% |
| 2. | Kram Otot | 10 | 32,26% |
| 3. | Pendarahan | 4 | 12,90% |
| 4. | Sprain | 3 | 9,68% |
| 5. | Dislokasi | 1 | 3,22% |
| 6. | Patah Tulang | 0 | 0% |
| 7. | Strain | 0 | 0% |
| 8. | Kejang | 0 | 0% |
| 9. | Pingsan | 0 | 0% |

Dari tabel 4.4 di dapatkan prosentase dari hasil survei cedera sepak bola piala ASKAB PSSI Kabupaten Nganjuk yaitu sebagai berikut: 13 atlet (41,95%) mengalami cedera memar, 10 atlet (32,26%) cedera kram otot, 4 atlet (12,90%) cedera pendarahan, 3 atlet (9,68%) cedera sprain, 1 atlet

(3,22%) mengalami dislokasi. Sedangkan untuk cedera patah tulang, cedera strain, cedera kejang dan cedera pingsan mempunyai presentase 0%.

III. DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal. 2013. *Asuhan Keperawatan*, www.afrizalnar.blogspot.com, diakses tanggal 22 Februari 2017
- Anderson, Matt. 2010. *Achilles Tendon Repair*, www.physio-pedia.com, diakses tanggal 22 Februari 2017
- Assaf, Al. 2009. *Mutu Pelayanan Kesehatan Perspektif Internasional*. Penerbit Buku Kedokteran: Jakarta
- Concers.2014. *Teknik Menendang Bola Dalam Kaki Bagian Dalam dan Luar*, www.sliders.net, diakses tanggal 22 Februari 2017
- Dessianti, Sherly. 2015. *Macam-macam Teknik Dasar Menendang Bola Dalam Permainan sepak Bola*, www.tutorialolahraga.com, diakses tanggal 22 Februari 2017
- Dewa Gede K.P. 2010. "Penanganan Awal Pada Cedera Olahraga". Bali Post, 13 Maret.
- Erwan Nur Arinda. 2014. "Analisis Cedera Olahraga dan Pertolongan Pertama Pemain Sepak Bola. *Jurnal. Jurnal Kesehatan Surabaya*.
- Frasetya, Aditya. 2014. *Mengelola Rasa Sakit Saat Cedera*, www.panditfootball.com, diakses tanggal 23 Maret 2017.
- Harsono, dkk. 2000. *Gerakan Nasional Garuda Emas: Pemanduan dan Pembinaan Bakat Usia Dini* (Buku 1-3). Jakarta: KONI Pusat.
- Hartono, Juni. 2015. *Teknik Menyundul Bola*, www.walpaperhd99.blogspot.co.id, diakses 23 Maret 2017
- Hermawan, Andri. 2015. *Presentase Cedera Olahraga Pada Atlet Sepak Bola Usia*



- Dibawah 12 Tahun Dalam Kompetisi Sepak Bola Antar SSB Tingkat Nasional. *Skripsi*. Yogyakarta: Program sarjana Fakultas Ilmu Keolahragaan.
- Hermawan, Asep. 2005. *Penelitian Bisnis Pradigma Kuantitatif*. Pt.Grasindo: Jakarta
- Herwin. 2014. "Keterampilan Sepak Bola Dasar". Diktat. Yogyakarta: FIK UNY.
- Ilyas E.2009. Cidera Olahraga dan Penatalaksanaannya. Handout pada Seminar Sport Inuriess, Hotel Grand Melia, Jakarta. BSN.
- Irianto Subagyo. 2009. *Standarisasi Kecakapan Bermain Sepak Bola Untuk Siswa Sekolah SepakBola (SSB) KU 14-15 tahun Se-Daerah Istimewa Yogyakarta*. *Jurnal*
- M. Achwani. 2012. *Tentang Pengetahuan Dasar Kompetisi*, www.myblogmainbola.blogspot.co.id, diakses tanggal 24 maret 2017.
- Maksum, Ali. 2007. *Statistik Dalam Olahraga*. Surabaya Unesa
- Maksum, Ali. 2012. *Statistik Dalam Olahraga*. Surabaya.
- Maulizar, Agus. 2015. *Pencegahan dan Perawatan*, www.myphyslorehab.com, diakses tanggal 22 oktober2017.
- Muhajir. 2017.*Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jilid 1. Jakarta: Erlangga
- Muhtadi, Indra. 2012. *Faktor Resiko Nyeri Lutut*, www.indramuhtadi.com, diakses tanggal 22 oktober 2017.
- Novia, Intan. 2010. *Dasar-dasar Fisioterapi Pada Cedera Olahraga*. Yogyakarta: FIK UNY
- Nurchahyo, Fathan: 2010. *Pencegahan cedera dalam sepak bola*. *Jurnal*. FIK UNY
- Pratama, Nanda Deka. 2014. *Seputar Kesehatan masyarakat*, www.seputarkesehatandankeperawatan.blogspot.co.id, diakses tanggal 24 Maret 2017
- Prayoga, Agung.2013. *Tips Penalti*, www.agungprayoga135.wordpress.com, diakses tanggal 22 Oktober 2017
- Rachman, Aji Faisal. 2014. *Permainan Sepak Bola*, www.ideupdate.blogspot.co.id, diakses tanggal 22 Oktober 2017.
- Reki, Siaga. 2014. *Karakter Atlet Usia Dini*, www.rekisiaga.blogspot.co.id, diakses tanggal 22 oktober 2017
- Ronald, hamidie. 2016. *Cedera Olahraga Pada Anak*, www.matamata26.blogspot.co.id, diakses tanggal 22 Oktober 2017
- Satriani, Kevin. 2012. *Teknik Kontrol Bola*, www.matamata26.blogspot.co.id, diakses tanggal 25 Maret 2017
- Satriyo, Jati. 2016. *Pengertian Kejang*, www.aladokter.com, diakses tanggal 26 Maret 2017
- Soedjono. 2008. *Seminar Pembinaan Sepak Bola Usia Dini*. Yogyakarta: PSMI
- Soleman, Maman. 2003. *Permainan Sepak Bola*, www.mamansoleman.net, diakses tanggal 22 Oktober 2017
- Sucipto dkk, 2000. *Sepak Bola*. Depdikpub/Departemen Pendidikan Nasional. Surabaya dirjendikti.
- Sudijandoko, Andun. 2000. *Perawatan Dan Pencegahan Cedera*, Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Sugeng. 2014. *Keterampilan Gerak Memberhentikan Mnegontrol Bola*, www.materiolahraga.blogspot.co.id, diakses tanggal 22 Oktober 2017
- Sugiyono.2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Sukarmin, Yustinus. 2005. Cedera Olahraga Dalam Prespektif Teori Model Ekologi. *Jurnal MEDIKORA*, Volume 1, No.1



- Suteja, Jaja. 2012. *Tak Ganti Lioris Setelah Pingsan*, www.beritasatu.com, diakses tanggal 22 Oktober 2017
- Syahputra, Andri. 2015. *Prinsip – Prinsip Penanganan Cedera Olahraga pada Olahraga*, www.andriyoga.blogspot.com, diakses tanggal 22 Oktober 2017
- Udin, Ulum. 2016. *Teknik Cara Mengontrol atau Menghentikan Bola Pada Permainan Sepak Bola*, www.ulumudin01.blogspot.com, diakses tanggal 22 Oktober 2017
- Wahyudin, Ali. 2014. *Makalah Kompetisi Olahraga*, www.wahyudinaliandrus.blogspot.co.id, diakses tanggal 30 September 2017
- Wibowo H. 2008. *Pencegahan dan Penatalaksanaan Cedera Olahraga*. Jakarta: ECG
- Zaifaro, Zaimatus. 2016. *Handout Olahraga*, www.zaimatuszaifaro.blogspot.com, diakses tanggal 22 Oktober