

**SURVEI LOKASI DAN PENYEBAB CEDERA OLAHRAGA
PADA ATLET KONTINGEN KOTA BANJARMASIN
CABANG OLAHRAGA TERUKUR**



OLEH:

YULIA FITRIA RAHIM

NIM 1910122220054

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam
Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan Pada Program Studi Pendidikan Jasmani

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
BANJARBARU**

2023

**SURVEI LOKASI DAN PENYEBAB CEDERA OLAHRAGA
PADA ATLET KONTINGEN KOTA BANJARMASIN
CABANG OLAHRAGA TERUKUR**



OLEH:

YULIA FITRIA RAHIM

NIM 1910122220054

PROPOSAL SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Mendapatkan
Gelar Sarjana Pendidikan Pada Program Studi Pendidikan Jasmani

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
BANJARBARU**

2023

ABSTRAK

YULIA FITRIA RAHIM, NIM 1910122220054, 2023, Survei Lokasi Dan Penyebab Cedera Olahraga Pada Atlet Kontingen Kota Banjarmasin Cabang Olahraga Terukur. Skripsi, Prodi, Pendidikan Jasmani, Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lambung Mangkurat. Pembimbing (1) Aryadi Rachman S.Pd, M.Pd AIFMO, (II) Drs, Athar M.Kes AIFO.

Permasalahan yang diangkat dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apa saja penyebab cedera olahraga dan dilokasi ekstremitas mana saja cedera olahraga yang terjadi pada atlet kontingen kota banjarmasin.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menyebar atau mengirimkan kuesioner kepada atlet kontingen kota banjarmasin khusus cabang olahraga terukur yang telah mengikuti PORPROV tahun 2022 di Kabupaten Hulu Sungai Selatan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa cabang olahraga yang sering mengalami cedera adalah cabang olahraga angkat besi karena faktor olahraganya yang sangat minim cedera dengan hasil presentase cedera saat latihan 11% dan cedera saat pertandingan 5%. Kesimpulan dari hasil penelitian survei lokasi dan penyebab cedera olahraga pada Atlet kontingen kota banjarmasin cabang olahraga terukur bahwa banyak atlet yang mengalami resiko terjadinya cedera pada saat latihan maupun saat pertandingan dengan lokasi dan penyebab cedera yang berbeda-beda dari cabang olahraga terukur.

Kata Kunci: Survei, Lokasi, Penyebab, Cedera Olahraga, Atlet

ABSTRACK

YULIA FITRIA RAHIM, NIM 1910122220054, 2023, Survey of Locations and Causes of Sports Injuries in Contingent Athletes in the City of Banjarmasin in Measured Sports. Thesis, Study Program, Physical Education, Department of Sport and Health Education, Faculty of Teacher Training and Education, Lambung Mangkurat University. Advisor (I) Aryadi Rachman S.Pd, M.Pd AIFMO, (II) Drs, Athar M.Kes AIFO.

The problem raised in this study is to find out what are the causes of sports injuries and at which extremity locations sports injuries occur in contingent athletes from the city of Banjarmasin.

The method used in this study was to distribute or send questionnaires to contingent athletes from the city of Banjarmasin specifically for measurable sports who had participated in the 2022 PORPROV in Hulu Sungai Selatan District.

The results of the study show that the sport that is often injured is weightlifting because the sports factor is very minimal with injuries with a percentage of injuries during training of 11% and injuries during matches of 5%. The conclusion from the survey results of the location and causes of sports injuries to contingent athletes in the city of Banjarmasin in measurable sports is that many athletes experience a risk of injury during training and during matches with different locations and causes of injury from the measured sports.

Keywords: Survey, Location, Causes, Sports Injuries, Athletes

Mengetahui,
Pembimbing Utama

Aryadi Rachman S.Pd., M.Pd., AIFMO
NIP. 19880307 201903 1 008

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Selalu rendah hati hingga tidak ada seorangpun yang merendahkanmu, selalu berbuat baik hingga orang baik datang kepadamu ”

(Yulia Fitria Rahim)

Karya ini dipersembahkan kepada :

- Kedua orang tua tercinta Ayahanda Muhammad Syaifur Rahman dan Ibunda Junaidah yang tiada hentinya selalu mendoakan dan mendukung dalam aspek apapun, tidak kenal lelah dalam bekerja untuk membiayai Pendidikan saya, yang selalu memberikan semangat dan kekuatan untuk saya tetap bertahan hingga skripsi ini bisa diciptakan.
- Keluarga besar yang selalu mendoakan dan mendukung hingga sangat berperan penting dalam proses Pendidikan saya.
- Pasangan hidup saya Ahmad yang selalu menemani dan memberikan dukungan penuh hingga saya bisa melalui perjalanan semasa pendidikan dengan lancar.
- Anak saya yang selalu memberikan warna dikehidupan yang membuat diri ini semakin semangat dan berjuang untuk Pendidikan saya.

HALAMAN PERSETUJUAN

SURVEI LOKASI DAN PENYEBAB CEDERA OLAHRAGA PADA ATLET
KONTINGEN KOTA BANJARMASIN CABANG OLAHRAGA TERUKUR

OLEH :

Yulia Fitria Rahim
NIM 1910122220054

Pembimbing Utama



Aryadi Rachman S.Pd., M.Pd., AIFMO
NIP. 19880307 201903 1 008

Pembimbing Pendamping



Drs. Athar, M.Kes, AIFO
NIP 198590227 198811 1 001

Mengetahui :

Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat
Banjarbaru





Dr. Rahmadi, S.Pd., M.Pd.
NIP 197807312002121001

HALAMAN PENGESAHAN

Telah Dipertahankan Di hadapan Dewan Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat
Pada tanggal : 05 Juni 2023

Dewan Penguji

1. Aryadi Rachman S.Pd., M.Pd., AIFMO (Ketua) 
2. Drs. Athar, M.Kes, AIFO (Sekretaris) 
3. Mita Erliana, S.Pd., M.Or. (Anggota).....

Mengetahui:

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat
Banjarbaru



PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Yulia Fitria Rahim
NIM : 1910122220054
Program Studi : Pendidikan Jasmani (PSPJ)
Jurusan : Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (JPOK)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP)
Universitas : Universitas Lambung Mangkurat (ULM)

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini yang saya tulis ini benar-benar tulisan saya, dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya. Apabila kemudian hari dibuktikan bahwa skripsi ini hasil plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menjerima sanksi untuk perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Banjarbaru, 22 Mei 2023

Yulia Fitria Rahim, pernyataan,



Yulia Fitria Rahim
NIM 1910122220054

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah Subhanahuwa ta'ala yang telah memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi ini yang berjudul **“SURVEI LOKASI DAN PENYEBAB CEDERA OLAHRAGA PADA ATLET KONTINGEN KOTA BANJARMASIN CABANG OLAHRAGA TERUKUR”**.

Tidak dipungkiri bahwasannya, penulis menyadari bahwa di dalam penyelesaian proposal skripsi S1 Program Studi Pendidikan Jasmani, Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (JPOK). Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan (FKIP), Universitas Lambung Mangkurat (ULM) Banjarbaru, tidak lepas dari bimbingan, masukan, dan arahan dari pembimbing dan para dosen Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (JPOK).

Pada kesempatan ini, peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penelitian dan penulisan Proposal Penelitian ini. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar - besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ahmad, S.E., M.Si Selaku Rektor Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin yang telah banyak memberikan motivasi untuk semua mahasiswa termasuk peneliti.
2. Bapak Dr. Chairil Faif Pasani, M.Si. Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin.
3. Bapak Dr. Ma'riful Kahri, M.Pd. Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan FKIP ULM Banjarbaru.
4. Bapak Dr. Rahmadi, S.Pd., M.Pd. Selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Jasmani JPOK FKIP ULM Banjarbaru.
5. Bapak Edwin Wahyu Dirgantoro, S.Or., M.Pd. Selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani JPOK FKIP ULM Banjarbaru.
6. Ibu Dr. Eka Purnama Indah, M.Pd. Selaku Sekretaris Program Studi Pendidikan Jasmani JPOK FKIP ULM Banjarbaru.

7. Aryadi Rachman S.Pd., M.Pd. AIFMO-P Selaku Dosen Pembimbing I yang memberikan bimbingan, motivasi serta arahan demi sempurnanya karya tulis ini.
8. Drs. Athar, M.Kes., AIFO Selaku Dosen Pembimbing II yang memberikan bimbingan, motivasi serta arahan demi sempurnanya karya tulis ini.
9. Mita Erliana, S.Pd., M.Or Selaku Penguji yang memberikan masukan-masukan demi sempurnanya karya tulis ini
10. Kepada seluruh Bapak/Ibu dosen program studi pendidikan jasmani Universitas Lambung Mangkurat yang telah mendidik dan membimbing selama masa perkuliahan.
11. Kepada orang tua saya Abah Muhammad Syaifur Rahman dan Ibu Junaidah yang telah memberikan doa, dukungan, serta semangat untuk menyelesaikan studi dan juga penyusunan skripsi ini.
12. Kepada keluarga besar yang tidak bisa saya sebutkan satu-persatu yang telah memberi dukungan dan doa untuk menyelesaikan studi dan juga penyusunan skripsi ini.
13. Kepada suami dan anak saya yang sudah berperan penting, selalu memberi semangat, mendukung, dan meluangkan waktunya dalam menemani untuk menyelesaikan skripsi ini.
14. Kepada seluruh teman-teman payung seperjuangan sudah sabar dan membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
15. Kepada sahabat perjuangan dimanapun berada yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
16. Kepada sahabat seperjuangan REG A3 2019 dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semoga ibadah mereka mendapat balasan dari Allah Subhannahu wata'ala.

Amin Ya Robbal Alamin

Banjarbaru, 19 Mei 2023

Yulia Fitria Rahim

NIM 1910122220054

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL.....	ii
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
MOTTO PERSEMBAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR/GRAFIK	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Hasil Guna Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
A. Deskripsi Teori	7
B. Penelitian Yang Relevan	46
C. Kerangka Berpikir	48
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	52
A. Variabel Penelitian	52
B. Definisi Istilah dan Operasional	52
C. Tempat dan Waktu Penelitian	53
D. Metode Penelitian.....	53
E. Populasi dan Sampel Penelitian	55
F. Instrumen Penelitian.....	56
G. Teknik Pengumpulan Data	57
H. Analisis Data	58
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	60
A. Deskripsi Data.....	60
B. Deskripsi Hasil Penelitian.....	71
C. Pembahasan Hasil Penelitian	72

BAB V PENUTUP	74
A. Kesimpulan	74
B. Saran.....	74
 DAFTAR PUSTAKA	 60

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1. Cabang Olahraga Terukur.....	26
3.1 Konsep Angket Instrumen Penelitian	39
4.1 Klasifikasi Cabang Olahraga Kontingen Kota Banjarbaru	42
4.2 Klasifikasi Cabang Olahraga Terukur	42
4.3 Perolehan Medali Kontingen Kota Banjarbaru	43
4.4 Klasifikasi Perolehan Medali Cabang Olahraga Terukur.....	44
4.5 Klasifikasi Medis Cabang Olahraga Terukur	45
4.6 Cabang Olahraga Terukur Berdasarkan Usia	45
4.7 Cabang Olahraga Terukur Berdasarkan Jenis Kelamin	46
4.8 Klasifikasi Cedera Saat Latihan.....	47
4.9 Klasifikasi Cedera Saat Pertandingan.....	47
4.10 Lokasi Cedera Ekstremitas Atas Saat Latihan	48
4.11 Lokasi Cedera Ekstremitas Bawah Saat Latihan	49
4.12 Lokasi Cedera Ekstremitas Atas Saat Pertandingan	49
4.13 Lokasi Cedera Ekstremitas Bawah Saat Pertandingan	50
4.14 Penyebab Cedera Saat Latihan Faktor Ekstrinsik.....	51
4.15 Penyebab Cedera Saat Latihan Faktor Intrinsik.....	51
4.16 Penyebab Cedera Saat Pertandingan Faktor Ekstrinsik	52
4.17 Penyebab Cedera Saat Pertandingan Faktor Intrinsik.....	53

DAFTAR GAMBAR/GRAFIK

Gambar	Halaman
2.1 Bagan Kerangka Berpikir	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Penunjukkan Pembimbing Skripsi.....	65
2. Surat Kartu Bimbingan Skripsi Pembimbing Utama.....	66
3. Surat Bimbingan Skripsi Pembimbing Utama.....	67
4. Surat Kartu Bimbingan Skripsi Pembimbing Pendamping.....	68
5. Surat Bimbingan Skripsi Pembimbing Pendamping.....	69
6. Surat Izin Studi Pendahuluan ke KONI Kalimantan Selatan.....	70
7. Surat Persetujuan Studi Pendahuluan dari KONI Kalimantan Selatan.....	72
8. Surat Izin Studi Pendahuluan ke KONI Kota Banjarbaru.....	73
9. Surat Persetujuan Studi Pendahuluan dari KONI Kota Banjarbaru.....	75
10. Surat Izin Penelitian ke KONI Kalimantan Selatan.....	76
11. Surat Persetujuan Izin Penelitian KONI Kalimantan Selatan.....	77
12. Surat Izin Penelitian ke KONI Kota Banjarbaru.....	78
13. Surat Persetujuan Izin Penelitian KONI Kota Banjarbaru.....	79
14. Surat Menyelesaikan Penelitian ke KONI Kota Banjarbaru.....	80
15. Surat Persetujuan Menyelesaikan Penelitian KONI Kota Banjarbaru.....	81
16. <i>Google Form</i> Kuesioner Penelitian.....	82
17. Surat Permohonan Validasi Instrumen.....	85
18. Surat Keterangan Validasi Instrumen.....	86
19. Surat Instrumen Validasi Penilaian.....	87
20. Perolehan Medali Kontingen Kota Banjarbaru.....	89
21. Dokumentasi Penelitian.....	91
22. Dokumentasi Penelitian Cabang Olahraga Terukur.....	94
23. Sambungan.....	97