

Abstrak

SURVEI PENANGANAN CEDERA OLAHRAGA PADA ATLET DI KLUB BOLA VOLI KABUPATEN BREBES

Difa Nur Salam¹, Kusnandar², Rifqi Festiawan²

Latar Belakang: Bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang mana setiap tim terdiri dari 6 pemain di lapangan, dibatasi dengan net, tiap tim memiliki tiga kali sentuhan untuk mengembalikan bola yang sama pada tim lawan. Cedera olahraga (*sport injuries*) adalah segala macam cedera yang terjadi baik pada waktu latihan, berolahraga, pertandingan olahraga ataupun sesudahnya. Atlet yang mengalami cedera dapat disebabkan oleh tiga faktor yaitu: 1) faktor berasal dari dalam diri sendiri (*internal violence*), 2) faktor berasal dari luar (*eksternal violence*), dan 3) faktor pemakaian otot yang berlebihan (*over use*). Penanganan cedera dibagi menjadi 6 yaitu metode RICE (*rest, ice, compression, elevation*), metode dingin, metode panas, metode panas dan dingin, semprotan air, dan pemijatan (*massage*).

Metodologi: Penelitian ini menggunakan metode Deskriptif Kuantitatif. Penelitian ini dilaksanakan pada klub-klub bola voli di Kabupaten Brebes. Menggunakan sampel 40 atlet dengan teknik *purposive sampling*, Analisis data dengan cara mendeskripsikan berdasarkan data yang telah terkumpul.

Hasil Penelitian: (1) Banyaknya atlet mengalami cedera olahraga dalam setahun presentase terbanyak adalah yang mengalami cedera olahraga lebih dari dua kali dalam setahun sebanyak 18 orang (45%), (2) Penyebab terjadinya cedera olahraga presentase terbanyak adalah kurangnya pemanasan 85%, (3) bagian tubuh yang mengalami cedera olahraga presentase terbanyak adalah lutut 83%, (4) metode penanganan cedera olahraga presentase terbanyak adalah metode dingin 63% dan metode Pemijatan (*massage*) 63%, (5) informasi pengetahuan penanganan cedera olahraga pada atlet presentase terbanyak adalah pelatih 78%.

Kesimpulan: Penanganan cedera olahraga pada atlet di klub-klub bola voli Kabupaten Brebes yaitu dengan metode Pemijatan (*massage*) 63%, metode dingin 63%, metode RICE 55%, menggunakan fisioterapi 50%, metode panas 20%, metode panas dan dingin 18%, dan metode penyemprotan air 13%.

Kata kunci: Bola Voli, Cedera Olahraga, Penanganan Cedera Olahraga

¹Mahasiswa Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Universitas Jenderal Soedirman

²Dosen Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Universitas Jenderal Soedirman

Abstrack

SPORTS INJURY TREATMENT SURVEY ON ATHLETES IN BREBES DISTRICT VOLLEY BALL CLUB

Difa Nur Salam¹, Kusnandar², Rifqi Festiawan²

Background: Volleyball is a sport played by two teams where each team consists of 6 players on the field, limited by a net, each team has three touches to return the same ball to the opposing team. Sports injuries are all kinds of injuries that occur during training, sports, sports competitions, or after. Athletes who experience injuries can be caused by three factors, namely: 1) factors that come from within oneself (internal violence), 2) factors that come from outside (external violence), and 3) factors of excessive muscle use (overuse). Treatment injuries are divided into 6, namely the RICE method (rest, ice, compression, elevation), cold method, hot method, hot and cold method, water spray, and massage.

Methods: This research used a descriptive quantitative method. This research was conducted at volleyball clubs in Brebes District. Using a sample of 40 athletes with purposive sampling technique, data analysis by describing based on the data that has been collected.

Results: (1) The number of athletes who experienced sports injuries in a year, the highest percentage is those who experienced sports injuries more than twice a year as many as 18 people 45%, (2) The cause of sports injuries with the highest percentage is a lack of warm-up 85%, (3) the body part that has the highest percentage of sports injuries is the knee 83%, (4) the method of Treatment sports injuries with the highest percentage is the cold method 63% and the Pemijatan (*massage*) method 63%, (5) information on knowledge of Treatment sports injuries in athletes with the highest percentage is coach 78%.

Conclusions: Treatment sports injuries in athletes in volleyball clubs in Brebes District there are, massage method 63%, cold method 63%, RICE method 55%, physiotherapy 50%, hot method 20%, hot and cold method 18%, and water spraying method 13%.

Keywords: Volleyball, Sports Injuries, Treatment Sports Injuries

¹Student of Physical Education Department, Faculty of Health Science, Jenderal Soedirman University

²Lecturer of Physical Education Department, Faculty of Health Science, Jenderal Soedirman University